

# Die richtige Einstellung zum Fieber

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **18 (1961)**

Heft 9

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-553055>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

dadurch auch Glaube und Zuversicht in uns gehoben, und wir verhelfen uns zur Genesung oder doch wenigstens zu einem leichteren Tod.

### **Wunderheilungen oder wunderbare Heilungen ?**

Alle diese Gedankengänge stehen auf dem Boden völlig natürlicher Begebenheiten und haben nichts mit Wunderheilungen zu tun, obwohl es oft wunderbar genug anmutet, wenn unheilbar erscheinende Krankheiten durch Naturmittel, Vollwertnahrung und bejahende Lebenseinstellung überwunden werden können. Wohl konnten Jesus und seine Apostel Wunderheilungen vollziehen, denn zur Ausdehnung des jungen Christentums war diese Machtentfaltung notwendig. Nach dem Ableben der Apostel hörten jedoch alle Wundergaben auf, wie dies Paulus, an die Korinther schreibend, schon im voraus bekundete. Es ist daher nichts als vernünftig, heute keine solchen Wunder als von Gott kommend, zu erwarten. Wohl hören wir noch vielerorts von Wunderheilungen, aber auch die Magier Ägyptens konnten Wunder wirken, wiewohl ihre Macht gegenüber jener, die Mose durch seinen Gott besass, beschränkt war. Auch heute besitzen Medi-

zinner von Naturvölkern magische Kräfte durch die sie Wunder wirken können. Auch bei ihnen geschieht dies in Verbindung mit dem metaphysischen Reich, das dämonischen Ursprungs ist. Aber eben, sie kennen Gottes Wort, die Bibel nicht, weshalb ihnen auch seine Gebote, seine Forderungen und Mahnungen unbekannt sind. Auch die heidnischen Völker, die einst das alte Israel umgaben, pflegten enge Beziehungen mit diesen magischen Mächten und standen deshalb in ihrem Bann. Die Israeliten sollten in keiner Form unter die Botmäßigkeit dieser übernatürlichen Einflüsse gelangen, und es war ihnen deshalb verboten, sich mit diesen Nationen einzulassen. Auch heute stehen verschiedene Heilmethoden unter magischer Wirksamkeit, weshalb es empfehlenswert ist, nie den Boden der Wirklichkeit zu verlassen, denn wer kennt die genauen Grenzen, die uns von dem Reich des Übersinnlichen trennen? Die Natur bietet uns Mittel und Möglichkeiten, unsere Gesundheit ohne jegliches Risiko wieder erlangen zu können. Wenn wir sie anwenden, werden wir in Verbindung mit bejahendem Denken, wird unser Glaube tatsächlich den Werdegang der Heilung erfolgreich unterstützen können, und dies sollte uns genügen.

### **Die richtige Einstellung zum Fieber**

Das Fieber ist ein erhöhter Verbrennungsprozess und eigentlich die beste Kampfmethod des Körpers in seiner Abwehr gegen Krankheitserreger, wie auch gegen andere ungünstige Einflüsse. Es darf daher niemals herabgedrückt oder gar unterdrückt werden. Steigt das Fieber zu hoch, dann müssen die natürlichen Ventile des Körpers geöffnet werden, indem man auf die Haut, die Nieren und den Darm ableitet. Besser verständlich wird diese notwendige Massnahme durch ein Bild, das jedem deutlich veranschaulicht, wie wichtig die richtige Auswertung des Fiebers ist. Jeder gibt bestimmt zu, dass es verkehrt wäre, in einen Ofen, der starke innere Gluthitze entwickelt hat, Wasser zu schütten. Es ist besser,

wir halten den Zug offen, reinigen ihn von Schlacken und schaffen vorweg die Asche fort. Auf diese Weise wird der Ofen keinen Schaden erleiden und alles Brennmaterial wird rascher verbrennen können.

Gleicherweise ist es auch mit dem Fieber bestellt, das nie ohne Schaden für den Patienten mit chemischen Mitteln unterdrückt werden kann. Statt sich beim Kleinkind vor dem Fieber zu fürchten, wenn es durch die üblichen Kinderkrankheiten hervorgerufen wird, sollte man dieses viel eher als vorteilhaft begrüßen, denn es wird manche Giftstoffe verbrennen, die noch von der Geburt oder Schwangerschaftszeit herrühren mögen. Auch verstopfte Gefässe können durch

das Fieber in Ordnung gebracht und kleine Funktionsstörungen behoben werden. Wenn wir das Fieber gut überwachen, so dass es natürlich verläuft, dann mag es für den Körper zur heilsamen Reinigung reichen. Während dem fieberhaften Zustand beginnt der Körper nämlich gründlich mit allen Ablagerungen und Schlacken, mit verkapseltem Unrat und Giftstoffen aufzuräumen. Wenn wir nun das Fieber richtig einzuschätzen wissen, werden wir seine rege Tätigkeit weise unterstützen. Statt vor hohem Fieber zu erschrecken, sollten wir uns sagen, dass es ein gesundes Zeichen ist, wenn der Körper überhaupt solche Fieber entwickeln kann. Es ist im Gegenteil gefährlich, wenn ein Kranker beispielsweise bei einer Infektionskrankheit keine Fieber zustande bringt. Wenn wir daher durch chemische Mittel die Fieber herabzudrücken suchen, lähmen wir dadurch die natürliche Kampfkraft des Körpers, und wir müssen nicht erstaunt sein, wenn die Temperatur dadurch womöglich unter 36° sinkt und immer weiter hinuntergeht, bis das Leben wie eine erstickte Flamme erlöscht.

#### **Erfolgreiche Unterstützung des Fiebers durch Saftfasten**

Es ist eine erwiesene Tatsache, dass wir während Fieberzuständen keinen Appetit haben, denn unser Hungergefühl streikt in der Regel, was vollständig natürlich und somit in Ordnung ist. Es ist daher vorteilhaft für uns, feste Nahrung gänzlich zu meiden und ein Saftfasten einzuschalten. Der Fieberkranke verdaut die Eiweissnahrung ohnedies nicht, da sich diese im Darm zersetzen, was auf den Körper vergiftend einwirkt und eine faulende und daher übelriechende Darmentleerung zur Folge haben wird. Vorteilhaft zum Saftfasten ist der Heidelbeersaft, wie auch der Saft der schwarzen Johannisbeeren, da diese beiden Säfte auch günstig auf die Leber einzuwirken vermögen und eine Unterstützung der Leber ist beim Fieberkranken immer angebracht, da diese wunderbar entgiften hilft. Auch Karottensaft und Grapefruitsaft eignen sich

gut zu diesem Zweck, während Orangensaft bei Leberstörungen weniger günstig ist, wenn schon er als aufbauend und wunderbar durststillend bei guter Lebertätigkeit ohne weiteres zugezogen werden kann. Sehr günstig ist in dem Fall auch der naturreine Traubensaft. Bevorzugt wird bei hohen Fiebern zum Trinken noch verdünntes Molkosan. Da der Körper für die Aufrechterhaltung des Fiebers viel Verbrennungswerte in Form von Kohlehydrate, also Zucker gebraucht, wird es günstig sein, wenn wir abgekochtem Wasser oder einem Hagenbuttertee noch etwas Traubennährzucker begeben. Erst, wenn sich der Hunger von selbst wieder ein wenig meldet, kann man zu Rohsalaten oder, wenn die Leber in Ordnung ist, auch zu Fruchtmüesli und Fruchtsalaten übergehen, und Kleinkindern darf man allmählich auch wieder Milch geben. Bei geschwächtem Herzen kann man der Flüssigkeit jeweils auch ganz wenig Bienenhonig begeben, da dieser das einfachste Herzstärkungsmittel ist.

#### **Die notwendige Darmpflege**

Hand in Hand mit der richtigen Ernährungsweise muss beim Fieberkranken auch die Darmpflege richtig gesteuert werden. Wollen wir verhüten, dass zu den Giften, mit denen der Körper ohnedies bereits schon zu kämpfen hat, nicht auch noch Darmgifte hinzukommen, dann müssen wir streng darauf achten, den Darm gleich von Anfang an gründlich zu reinigen. Roher Kohlsaft kann da förderlich wirken, wenn er auch nicht angenehm munden mag. Man kann seinen Geschmack übrigens günstig mit rohem Karottensaft verbessern. Sollten solche und andere natürliche Darmreinigungsmittel zu wenig wirksam sein, dann mag ein Kräuterklistier und gelegentlich ein Ölklistier nachhelfen. Auf keinen Fall aber dürfen wir Verstopfung dulden, da sich diese besonders bei Infektionskrankheiten todesgefährlich auswirken kann. Es ist daher ratsam, während dem Fasten die zwei ersten Tage zwei- bis dreimal einen Darmlauf durchzuführen. Vorteilhaft ist es für diesen Zweck, kieselsäurereiche Kräu-

ter für den Teeabsud zu verwenden, nämlich Equisetum, also Zinnkraut, Calendula, bekannt als Ringelblume oder Galeopsis, der unscheinbare Hohlzahn. In Ermangelung dieser Pflanzen können wir im Notfall auch 10–20 Tropfen des jeweiligen Frischpflanzenextraktes oder etwas Molkosan verwenden, indem wir eines dieser Mittel dem Darmeinlaufwasser beifügen. Wenn in den zwei ersten Tagen der Darm gründlich gereinigt wurde, genügt von da an täglich ein Darmeinlauf. War vor der fieberhaften Erkrankung bereits schon Verstopfung vorhanden, dann wird man nicht ohne Abführmittel auskommen. Sollte der Patient diese erbrechen, dann muss der Einlauf mit einem Abführtee durchgeführt werden. Niemals sollte man zu chemischen Abführmitteln greifen. Die Rasayanatabletten wie auch die Kneipptabletten wirken meist genügend, wenn nicht, hilft womöglich auch ein Tee aus Faulbaumrinde, Senneschoten oder Sennesblättli, welch letztere infolge des gelösten Harzes jedoch Bauchschmerzen verursachen können. Diese Wirkung kann indes verhindert werden, wenn man den Tee nach dem Erkalten durch ein Tüchlein oder noch besser durch Watte siebt, weil alsdann das Harz zurück bleibt. Bei Kleinkindern wird die Verstopfung mit Mannastengeln, also mit Cassia fistula, mit Feigensirup oder auch nur mit eingeweichten Feigen erfolgreich bekämpft. Bei schwerer Verstopfung kann dem Fieberkranken auch noch mit heissen Bauchwickeln oder einer leichten Bauchmassage in der Richtung des Uhrzeigers nachgeholfen werden. Soweit die Dampfpflege.

#### **Die Anregung der Nierentätigkeit**

Während Fieberzuständen muss man unbedingt auch auf die Mitarbeit der Niere zählen können, da sie mithelfen kann, die durch das Fieber entstandenen Schlacken, wie auch die aufgewühlten Stoffwechselfgifte auszuschleiden. Wir unterstützen sie deshalb durch warme Wickel und einen guten Nierentee aus Hagenbutterkernli oder Zinnkraut unter Beigabe von einigen Tropfen Nephrosolid, die man selbst dem

Kleinkind verabreichen darf, da sie keinerlei Reizung ausüben, trotz der starken Einwirkung auf die Niere. Das Durstgefühl sollte mit genügend Flüssigkeit gestillt werden, besteht jedoch kein Bedürfnis zum Trinken, dann kann man das Nierenmittel auch nur mit einem Teelöffel voll Wasser eingeben.

#### **Die Mithilfe der Haut**

Äusserst wichtig ist für den Fieberkranken auch die Anregung der Hauttätigkeit, denn das Ableiten auf die Haut entlastet die Niere wesentlich. Die gesamte Hautfläche bietet zudem die Möglichkeit, eine Menge Gifte wegzuschaffen, wodurch eine Stauung der Toxine vermieden werden kann, was manchem Unheil vorbeugen vermag. Wir verwenden feuchteheisse Kräuter- oder Lehmwickel, die wir durch die Bettflasche oder das Heizkissen länger warmhalten können. Bei Gallenblasenentzündungen sind indes kalte Milchwickel angebracht, weil diese mildernd heilen. Auch bei hohen Fiebern kann man mit kalten Wickeln Wunder wirken, da sie durch vermehrte Durchblutung Hitze zu erzeugen vermögen. Man muss mit kalten Wickeln allerdings vorsichtig sein, wiewohl man sich während dem Fieberzustand nicht erkälten wird, weil der Körper auf Hochtouren läuft, so dass eine kurze Abkühlung nur eine vermehrte Durchblutung verursacht. Sobald aber die Hitze im Körper nachlässt, besteht durch Abkühlung auch Erkältungsgefahr, und diese muss man durch genügend Vorsicht vermeiden, da dadurch grosser Schaden entstehen, ja in gewissen Fällen sogar der Tod verursacht werden kann. In der Regel kann jedoch die Ableitung auf die Haut durch warme Wickel, die genügend oft erneuert werden müssen, erzeugt werden. Besonders, wenn eine Krankheit nicht ausbrechen will, wirken einige Wickel Wunder. Es ist vorteilhafter, eine schlummernde Krankheit möglichst rasch zum Ausbruch zu bringen, als sich lange mit ihr herumzuplagen. Ein Rumpfwickel genügt in der Regel, um die innere Entlastung zu erwirken, wenn nicht, können wir zur Ganz-

packung übergehen. Wenn in erster Linie die Verdauungsorgane an der Krankheit beteiligt sind, reicht auch ein Bauchwickel aus. Zum Ableiten oder Abziehen des Blutes aus gewissen Körperteilen mögen auch Arm- und Beinwickel genügen. Ebenso können Bäder, und zwar Arm-bäder, Fussbäder, Sitzbäder und Bürsten-abreibungsbäder zusätzlich gute Dienste leisten. In der Regel wird nach heissen Anwendungen zum Nachschwitzen eine Trockenpackung durchgeführt, worauf warmes oder lauwarmes Abwaschen mit nachherigem Einölen erfolgt. Nach einer solchen Behandlung fühlt sich der Kranke wohl und kann in der Regel gut schlafen.

Sollte es nicht gelingen, den Kranken zum Schwitzen zu bringen, dann helfen wir mit Holunder-, Lindenblütentee oder Zitronenwasser nach. Wenn auch das nicht genügen sollte, versucht man es zusätzlich noch mit einer heissen Kräuterpäckung nebst einer Wärmeflasche, die man auf die Packung legt, um sie lange warm zu halten. Die Packung kann mit einem Absud von wildem Thymian, also kleinem Kostens vorgenommen werden, doch genügen auch schon Heublumenpackungen. Nervöse können mit Zitronenmelissenpackungen zugleich noch ihre Nerven beruhigen. Auch die Beigabe von einigen Löffeln Molkosan ist für die Wickel empfehlenswert, da dies die Durchblutung der Haut sehr rasch herbeiführen hilft, wodurch der innere Druck etwas erleichtert wird. Wenn der Patient gut geschwitzt hat, dann lässt man ihn schlafen und fährt erst nachher mit der Wiederholung der Wickel fort. Ist das Fieber gebrochen, dann hört man mit den Wickeln auf und begnügt sich mit den täglichen Kräuterabwaschungen.

Mit einem Schwitzbad oder Kräuterdampfbad kann man noch raschere Wirkungen erzielen als bloss mit den Wickel, aber nicht jeder Kranke ist stark genug dazu. Oft ist er sogar für die Durchführung der Wickel zu müde, weshalb man sich mit einer täglichen Kräuterabwaschung begnügen muss, denn auch diese hilft die Hauttätigkeit anzuregen. Soll-

te der Kranke nach Luft schnappen, dann muss man zum heissen Rumpfwickel hinzu noch kalte Wadenwickel mit Essigwasser oder verdünntem Molkosan durchführen. Bei kalten Füssen muss dies indes unterlassen werden. Durch diese Wadenwickel wird das Blut herangezogen, was den Zustand wesentlich bessert. Kinder können nach einer solchen Anwendung rasch einschlafen.

#### **Weitere Forderungen**

Wenn man all die erwähnten Regeln befolgt, wird man auch die Möglichkeit besitzen, das Fieber gut auszuwerten. Man braucht sich auf alle Fälle nicht davor zu fürchten. Noch einige kleine Regeln sollten zusätzlich Beachtung finden. Oft herrscht die irrümliche Ansicht, der Fieberkranke könne sich im Bett erkälten, wenn man das Fenster öffnet, um frische Luft hereinzulassen. Dem ist jedoch nicht so, wenn wir den Kranken gut zudecken. Wir sollten im Gegenteil einige Male im Tag gründlich durchlüften, denn auch der Fieberkranke braucht gute, sauerstoffreiche und frische Luft, und gründliches Tiefatmen ist besonders auch für ihn von grossem Vorteil und Nutzen.

Eine weitere Forderung ist die Reinlichkeit. Die Abwaschungen nach dem Schwitzen sind unerlässlich, wie auch das Wechseln der Wäsche. Eine gründliche Mundpflege mit öfterem Reinigen der Zähne und Desinfizieren der Mandeln und des Rachens durch Molkosan ist regelmässig angebracht. Das Gurgeln mit Heilerde zieht die schlechten Stoffe an und schwemmt sie weg. Eine Mundreinigung kann auch mit Pfefferminztee erfolgen, was zugleich erfrischend wirkt. Als letzte Hilfeleistung kommt auch noch die seelische Beeinflussung des Kranken in Frage, denn meist belastet ihn sein fieberhafter Zustand stark, und er ist keineswegs tragfähig. Umso mehr muss die pflegende Person Ruhe und Geduld bewahren. Nervosität und Ängstlichkeit gehören nicht ans Krankenbett, sondern Gelassenheit und Zuversicht. Der Kranke wird dadurch gestärkt und kann sich in- folgedessen selbst auch besser beherr-

schen. Die Anwendungen sind genügend Anstrengung für ihn, so dass wir ihn in der Zwischenzeit möglichst ruhen und schlafen lassen. Hat er ein aufmunterndes Wort oder eine freundliche Ablenkung nötig, dann werden wir ihm damit zu einer bejahenden Einstellung zu verhelfen suchen. Auf alle Fälle werden wir

in der konsequenten Durchführung aller erwähnten Notwendigkeiten entschieden, wenn auch gütig und liebevoll sein, und zwar sowohl dem Kind wie auch dem Erwachsenen gegenüber. Wer all die Ratschläge gut beachtet, wird bestimmt den Fieberkranken durch alle Schwierigkeiten günstig hindurchbringen.

### Blutarmut (Anämie)

Wenn wir Kindern auf dem Spielplatz zuschauen, dann können wir gewöhnlich einige unter ihnen beobachten, die etwas leblos herumstehen. Von Zeit zu Zeit spielen sie zwar wieder mit, ermüden aber immer rasch, weshalb sie froh sind, wenn sie sich vom Spiel und Sport zurückziehen dürfen. Betrachten wir solche Kinder einwenig näher, dann werden wir feststellen können, dass einige etwas bleich sind, ja sogar manchmal ein bisschen aufgedunsen erscheinen und einen gelblichen Unterton in der Haut haben. Ziehen wir das untere Augenlid etwas hinunter, dann können wir erkennen, dass dessen innere Färbung blass, statt schön rot ist, und der Schularzt stellt bei der Untersuchung eine Blutarmut fest. Theoretisch ist es nun richtig, wenn er ein eisenhaltiges Tonikum verschreibt, denn Eisenmangel ist eine der Ursachen, durch die Blutarmut entsteht. Ohne Eisen im Blut kann der Sauerstoff nicht aufgenommen werden, weshalb die ganze Atmungsenergie im Körper nicht zur Geltung kommen kann. Die Erfahrung hat aber gezeigt, dass das Eisen als Eisenoxyd, wie solches in einem Tonikum enthalten sein kann, mehr schadet als nützt, da es der Körper in dieser Form nicht zu verwerten vermag. Geben wir jedoch dem blutarmen Kind Randen- und Karottensaft und rohen Spinat zusammen mit etwas rohen, fein geschnittenen Brennesseln ein, dann ist durch diese höchst einfache Abhilfe die Bleichsucht bald überwunden. Man muss dabei allerdings streng darauf achten, dass man dem Kind nie Süßigkeiten in Form von allerlei Schleckereien gewährt. Nur naturreine Früchte kommen in Frage. Auch Weissbrot muss mit

Brot aus dem vollen Korn ersetzt werden. An Stelle weisser Teigwaren muss Vollkornnahrung treten. Langsames Essen und gutes Einspeicheln sichert eine bessere Auswertung der Nahrung. Wer rascher zum Ziel kommen will, kann noch mit Alfavena nachhelfen, da dies ein Naturprodukt aus Brennesseln, Haferstauden und Alfalfaklee ist, weshalb es erfolgreich zu wirken vermag. Auch Heidelbeersaft, Heidelbeernektar und schwarzer Johannisbeersaft sind behilflich, die Blutarmut rasch zu beheben.

Führen wir uns einmal vor Augen, dass das Blut, wenn es als normal bezeichnet werden soll, beim Manne 5 und bei der Frau 4,5 Millionen rote Blutkörperchen in einem Kubikmillimeter aufweisen muss, dann können wir begreifen, wie wichtig die Neubildung dieser roten Blutkörperchen, bekannt als Erythrocyten, ist, besonders da sie nur ungefähr 20–30 Tage leben, so dass jeden Tag etwa 150 000 bis 250 000 rote Blutkörperchen im Knochenmark gebildet werden müssen. Unsere Leistungsfähigkeit hängt von der genügenden Bildung roter Blutkörperchen ab. Wenn der Aufbau, vor allem bei unseren Kindern im Wachstumsalter richtig vorsich gehen soll, dann müssen wir darauf achten, dass das Blut als Träger des Lebens und der Aufbaukraft einen genügenden Reichtum an roten Blutkörperchen besitzt. Diesen gewinnen wir hauptsächlich durch naturbelassene Nahrung, wie auch durch genügend Bewegung und Atmung in gesunder Luft, weshalb wir stets darauf achten sollten, dass wir nicht in irgend einer Form an diesen einfachen Hilfeleistungen Mangel leiden,