

Der böse Sympathikus

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

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **22 (1965)**

Heft 1

PDF erstellt am: **31.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-969093>

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.

Der böse Sympathikus

Bestimmt ist ein moderner Telephonautomat ein technisches Wunderwerk! Wehe aber, wenn eine grössere Störung eintritt, denn dann erwies sich die alte, einfachere Einrichtung für den Augenblick als günstiger, da sie rascher wieder eine normale Verbindung ermöglichen würde.

Unser sympathisches Nervensystem ist ein noch viel grösseres Wunderwerk als ein Telephonautomat. Treten indes Störungen auf, dann sind die Auswirkungen oft sehr tragisch, dass man mit Recht von einem bösen Sympathikus reden kann.

Mein ganzes Leben hindurch hatte ich noch nie solch schlimme Erfahrungen mit meinem Sympathikus durchzukosten wie in letzter Zeit, die mir Ärger und grosse Aufregung nicht ersparten. In solch ungünstigem Zustand fuhr ich von St. Gallen weg, um ins Engadin zu gelangen, verspürte aber kurze Zeit nach der erwähnten Aufregung derart starke, spasmische Krämpfe im Magen, dass ich kaum mehr sitzen konnte. Leider hatte ich kein Petadolor, das die Spasmen hätte lösen können, bei mir. Der Magen, der mir sonst nie Mühe bereitete, hatte keine Ruhe, bis ich das ganze Mittagessen hergegeben hatte. Die sonst so schöne Fahrt ins Engadin war trotz des schönen Wetters eine Qual für mich. Die ganze Nacht hatte ich starke Magenschmerzen, die mir den Eindruck erweckten, der Magen sei zu einem schmerzhaften Knäuel zusammengezogen. Den starken Brechreiz beseitigte ich nach meiner Ankunft mit Nux vomica D4, während ich das beunruhigte Herz mit Craetegisan besänftigen konnte. Gleichwohl folgte eine schlimme Nacht. Wiewohl ich am darauffolgenden Tag fastete, liessen die Krämpfe, die sich bis zum Brustbein hinaufzogen, erst gegen Abend etwas nach, als ich nach einer heissen Dauer-dusche die Spasmen lösen konnte.

Diese Erfahrung liess mich deutlicher als zuvor verstehen, warum einer meiner Freunde, der durch seinen Geschäftsverkauf viel Ärger zu schlucken hatte, einige Monate nachher mit stark schmerzenden Magengeschwüren zur Operation im

Krankenhaus erscheinen musste. All die Ärzte und Physiotherapeuten, die behaupten, fast alle Magengeschwüre seien eine Folgeerscheinung von Ärger, Sorgen, Kummer und den dadurch ausgelösten Spasmen, scheinen recht zu haben. Dabei müssen sich die Krankheits Symptome nicht unbedingt so wuchtig und akut zeigen, wie bei mir, denn auch die stete spasmische Verkrampfung der Magenmuskulatur kann und wird in der Regel zu Magengeschwüren führen.

Vorbeugen statt heilen

Da Vorbeugen stets besser ist als Heilen, sollte uns die vielgepriesene Selbstbeherrschung helfen, uns jeweils möglichst rasch über unerwartete Ärgernisse und Schwierigkeiten hinwegzusetzen, damit wir unliebsame Probleme beherrschen können, statt uns von ihnen beherrschen zu lassen. Es ist dies allerdings vielfach eine Sache der Erfahrung und Übung, denn selbst wenn wir wissen, wie wir uns in Schwierigkeiten einstellen sollten, gewinnt die Macht der Gewohnheit oftmals rascher die Oberhand als die ruhige Besonnenheit und Überlegung. Menschen mit innewohnender Gelassenheit wird es leichter fallen, trotz unliebsamen Überraschungen die Ruhe zu wahren, als jenen, die in der ganzen Art ihres Empfindens und Handelns rasch sind. Leider ist der Sympathikus nicht unserem Willen, sondern unserem Empfinden unterstellt und aus diesem Grunde sollten wir uns immer mit genügender Ruhe und Gelassenheit wappnen, damit wir Unvorgesehenes überlegen betrachten können. Wenn uns Salomo riet, unser Herz mehr zu behüten als alles, was zu bewahren ist, weil von ihm aus die Ausgänge des Lebens sind, mag dieser Rat sehr zweckdienlich für uns sein, denn wenn wir unser Empfinden unter die Kontrolle vernünftiger Besonnenheit bringen, dann werden wir nebst anderem auch gesundheitlichen Nutzen daraus ziehen können, vor allem werden wir unserem Sympathikus dadurch beste Dienste leisten.