# Sichtbare und unsichtbare Kröpfe

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

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

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

Heft 4

PDF erstellt am: **27.07.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-969120

**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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

**http://www.e-periodica.ch**

Wer sich vormerklich in geheizten Wohnräumen aufhält und zu wenig an die frische Luft hinauskommt, nie wandert oder mässigen Sport betreibt, muss nicht erstaunt sein, wenn er frühzeitig einer Treibhauspflanze zu gleichen beginnt. Bewegung im Freien durch Gartenarbeit oder Wanderungen trägt viel zu jugendlicher Frische bei. Auch regelmässige Wechselduschen sind vorteilhaft, da sie die Durchblutung der Haut fördern. Empfehlenswert sind ferner noch zwei gute Pflanzenmittel, die äusserlich angewendet sehr vorteilhaft wirken. Es handelt sich dabei um die Tinktur von Wallwurz sowie um das wilde Stiefmütterchen, bekannt auch als Viola tricolor. Wenn wir diese beiden Mittel abwechslungsweise anwenden, dann helfen sie die Poren verkleinern und die Haut verjüngen. Symphosan, ein bewährtes Wallwurzpräparat, reiben wir morgens nach dem Waschen ein. Gegen starke Sonnenbestrahlung oder durchdringende Kälte schützen wir uns nachträglich durch Einreiben der Wollfettcrème Bioforce, was jedoch nicht täglich nötig ist. Am Abend vor dem Zubettgehen betupfen wir die Haut noch mit Viola tricolor. Dies geschieht am besten, indem wir einen Wattebausch mit der Tinktur durchtränken und damit die ganze Gesichtshaut behandeln. Um den Talgdrüsen noch etwas nachzuhelfen, wenden wir zwei- bis dreimal wöchentlich ein natürlich hergestelltes Hautöl oder die bereits erwähnte Fettcrème an. Dies mag für den Alltag genügen, insofern wir uns also nicht übermässiger Kälte oder Sonnenbestrahlung aussetzen. Wer sich die Mühe nimmt und die Haut einige Monate auf diese Weise pflegt, wird den grösstmöglichen Nutzen aus dieser einfachen Anwendung herausholen, denn die Haut wird sich dadurch wesentlich verjüngen und die Poren können sich nach Möglichkeit wieder nomalisieren.

## Sichtbare und unsichtbare Kröpfe

Sehr viele Menschen, besonders Frauen, beklagen sich oft über Herzklopfen, ohne dafür eine eigentliche Ursache feststellen zu können. Bei raschem Treppensteigen kann jeder Mensch eine schnellere Herztätigkeit wahrnehmen. Stellt sich aber öfters ein Herzklopfen ein, das weder auf körperlicher Anstrengung noch auf seelischer Erregung beruht, dann ist es an der Zeit, die Schilddrüse prüfen zu lassen.

Wenn die Schilddrüse eine Überfunktion aufweist, dann treten als Folge verschiedene Merkmale auf. Ausser der Pulsbeschleunigung ist oft auch eine ziemliche Abnahme des Gewichtes zu verzeichnen. Ein inneres Fibrieren, besonders auf der Brust, stellt sich ein. Auch Haarausfall, starke Nervosität und Durchfälle können auftreten. Der Grundumsatz ist erhöht und die Augen bekommen einen ganz besonderen Glanz. Der Arzt stellt in solchem Falle in der Regel eine oft nach innen gerichtete Vergrösserung der Schilddrüse, also ein Kröpflein fest.

Kröpfe, die sowohl auf Unterfunktion, wie auch auf Überfunktion der Schilddrüse beruhen, sind in der Schweiz, vormerklich im ganzen Alpengebiet, viel häufiger als man annimmt. Viele Leute gewöhnen sich an die störenden Symtome und finden sich damit ab, immer empfindlich, nervös und leicht erregt zu snin.

### Ursachen und Hilfeleistungen

Jodmangel spielt beim Kropf immer eine gewisse Rolle. Es sind aber noch andere Mineralbestandteile und Spurenelemente zur erfolgreichen Behandlung von Kröpfen wichtig und notwendig. Praktische Versuche haben gezeigt, dass Kalk bei der Kropftherapie ebenso viel zu bedeuten hat wie Jod. Kalkhaltige Nahrung ist daher zur Behandlung des Kropfes wie auch als Kropfprophylaxis sehr empfehlenswert. Wir finden reichlich Kalk im Kabissalat, günstig ist vor allem auch rohes Reform-Sauerkraut als Kalklieferant, wie auch Kohlrabi, vor allem auch dessen Blätter, ferner Karotten und Randen, als

Salat oder in Saftform. Ein gutes Kalkpräparat wie Urticalcin kann diese Nahrungsmittel ergänzend unterstützen.
Mit jodhaltigen Produkten muss man sehr vorsichtig sein. Bei ganz sensiblen Menschen, die unter einer starken Schilddrüsenüberfunktion leiden, kann schon allein das jodierte Salz, wie es sich allgemein im Handel vorfindet, Störungen und Herzklopfen hervorrufen. Wer sogar auf die sonst so notwendigen Spuren von Jod zu stark anspricht, vermeide selbst diese. Eine Kalktherapie wird nie Störungen verursachen, auch die kleinen Jodmengen nicht, die wir in Pflanzenform aufnehmen können. Brunnenkresse, wie auch die anderen Kressearten enthalten homöopathische Jodmengen, die gut erträglich sind. Auch Meerpflanzen in homöopathischer Dosis, wie Kelp D6, D5 und D3 wirken ausgezeichnet. Das Kräutersalz Herbamare enthält nebst den frisch verarbeiteten Kressearten auch noch sämtliche Spurenelemente aus der Meerpflanze Kelp. Es eignet sich daher vorzüglich als Kropfprophylaxe. Ist schon ein Kropf vorhanden, dann helfen die Kelptabletten, weil sie die Vorzüge der Meerpflanzen aufweisen, diesen zu beheben, besonders, wenn es sich dabei nicht um eine Überfunktion der Schilddrüse handelt. Gleichzeitig hilft die Einnahme dieser Kelptabletten auch noch das Übergewicht erfolgreich und ohne Nachteile wegschaffen. Der Kropf stört nicht nur als Schönheitsfehler, er ist nicht nur körperlich hinderlich, er belastet auch die geistigen Funktionen, indem er das Gedächtnis beeinträchtigen und die Nerven nachteilig beeinflussen kann. Es ist daher angebracht, die Behandlung eines Kropfes nicht zu vernachlässigen, sondern ihm besonders vorsichtige Beachtung angedeihen zu lassen. Man könnte manche Operation umgehen, wenn man rechtzeitig mit natürlichen Mitteln und Anwendungen eingreifen würde, um dadurch die Funktionsschädigungen beheben und den Kropf auf natürliche Art wegschaffen zu können, denn mit einer Operation ist das heikle Problem nicht immer gelöst, man sollte gleichzeitig noch eine günstige Beeinflussung gegen die körperlichen Schwächen einsetzen.

## Paradentose

Für gute Zahnärzte ist es sehr bemühend, mit allen Regeln der Kunst gegen die immer öfters auftretende Paradentose ankämpfen zu müssen, zumal diese Bemühung oft nur mit einem bescheidenen Erfolg belohnt wird. In der Tat ist diese Erkrankung des Zahnhalteapparates mit den chronischen Zahnfleischentzündungen und dem Zahnfleischschwund für die Zahnärzte und die Patienten ein schwieriges Problem, denn die Zähne können dadurch locker werden und ausfallen.
Eine teilweise Lösung bietet das Massieren des kranken Zahnfleisches mit Echinaforce im Wechsel mit Ratanhiatinktur oder einem Kräuterwasser, das Ratanhia und Myrrhe enthält. Ausser der Reinigung, der notwendigen Zahnhygiene und Massage des Zahnfleisches, muss man dem Körper durch Urticalcin noch vermehrt Kalk zuführen sowie eine vitalstoffreiche Ernährung einschalten.
Bestimmt handelt es sich bei der Paradentose nicht um eine Infektionskrankheit, sondern um eine Mangelerscheinung im Sinne einer Avitaminose, die bei unserer Zivilisationsnahrung eben möglich ist. Anders verhält es sich bei jenen Indianern und Negern, die ihre alten Ernährungsbräuche noch beibehalten haben, denn diese kennen eine solche Zahnerkrankung nicht. Naturvölker, die ihren gesunden Ernährungsgrundsätzen treu geblieben sind, kennen überhaupt keine Zahnärzte, da sich bei ihnen mangels Existenzmöglichkeit keine niederlassen, denn sie würden nichts zum Ausbessern noch zum Ersetzen vorfinden.
Da die Ernährung zur Gesunderhaltung der Zähne tatsächlich eine wichtige Rolle