Wallungen der Wechseljahre

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

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

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

Heft 12

PDF erstellt am: **27.07.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-969205

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

senheit für unsere Gesundheit ist und daher auch ganz besonders für jene, die in irgendeiner Weise ohnedies schon geschwächt sind.

Wallungen der Wechseljahre

Während der Zeit der Abänderung haben alle Frauen mehr oder weniger stark unter Wallungen zu leiden. Diese können sich so unangenehm bemerkbar machen, dass sie dadurch die Nerven und das Gemüt oft ungebührend belasten. Eine Erleichterung dieses Zustandes ist daher jeweils sehr erwünscht. Während der Zeit der Wechseljahre sollte man den Körper unbedingt etwas mehr schonen. Vorzüglich wirkt sich viel Bewegung an frischer Luft aus. Entsprechendes Wandern mit bewusster Tiefatmung trägt viel dazu bei, die Lage bedeutend zu bessern.
Auch physikalische Anwendungen können viel zur Besserung beitragen. Dies geschieht durch tägliche Bürstenabreibungen, auch sollten wir zweimal wöchentlich ein Sitzbad mit Heublumen- oder Frauenmänteliabsud durchführen. Bei ausgeprägten Gemütsdepressionen werden Kuhnebäder günstig wirken. Wie bereits schon erwähnt, sollte man grosse Anstrengungen zu umgehen suchen und auch starke Berufsbelastungen meiden. Gleichzeitig ist man auch genötigt, von Bohnenkaffee, Schwarztee und alkoholischen Getränken Abstand zu nehmen, und zwar so, dass man sie während der Übergangszeit völlig aus der Getränkeliste verschwinden lässt.

Diese Vorsichtsmassregeln werden auch den Schlaf günstig beeinflussen sowie den Gesamtzustand. Unterstützend und sehr heilsam können sich dabei noch folgende Mittel auswirken: Salvia, Ovasan D3 und Ignatia D6 nebst Sephia D6 und Aconitum D10. Durch den Einfluss dieser Mittel verschwinden die Störungen in der Regel. Da dadurch zudem der Schlaf ruhiger und erholungsreicher wird, wirkt sich dies auch auf den Nerven- und Gemütszustand günstig aus, was zur Folge hat, dass besonders fröhlich veranlagte Naturen ihr seelisches Gleichgewicht wieder gewinnen und nicht mehr unter Niedergeschlagenheit zu leiden haben.

Es ist bestimmt erfreulich, dass sich auf solch einfache Weise Störungen, die sich überaus lästig äussern können, beheben lassen. Sobald man daher die entsprechenden Mittel und Ratschläge kennt, sollte man sie anwenden, denn auch der allgemeine Gesundheitszustand kann günstigen Nutzen daraus ziehen.

Zuverlässige Hilfe bei Hautpilz

Der Hautpilz ist, wo immer er auftritt, ein sehr lästiges Übel, dem nur schwer beizukommen ist. Wie bei allen Hauterkrankungen hat sich jedoch auch beim Hautpilz die Molke oder Schotte als heilsam erwiesen. Da jedoch nicht alle von uns in der Lage sind, stets frische Molke in der ländlichen Käserei zu holen, bedienen sich die Patienten gern der eingedickten Molke, wie sie im Molkosan zu zweckdienlichem Gebrauch zur Verfügung steht. Schon manch ein Erfolgsbericht ist bei uns infolge der Verwendung von Molkosan bei Hautpilz eingegangen. Unter anderem berichtete uns eine Patientin, dass sie das lästige Übel trotz jahrelangen Bemühungen nicht hatte loswerden können. Der Hautpilz hatte sich bei ihr unter der Brust und an der Armen festgesetzt, und während mehr als 12 Jahren verwendete sie die verschiedensten Mittel zum Pinseln erfolglos. Oft war sie fast wund. Nachdem die Patientin das Molkosan kennengelernt hatte, wendete sie dieses morgens und abends regelmässig an, und schon nach etwa 14 Tagen besserte sich zu ihrer grossen Freude der Zustand. Die Haut regenerierte und wurde laut dem Bericht der dankbaren Patientin wieder schön.