Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 23 (1966)
Heft: 8

Artikel: Die Schwangerschaft als Heilmittel
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969408

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

des Körpers zu entsprechen. Noch immer hätte die hochentwickelte Chirurgie genügend andere Aufgaben zu lösen, und die Ablehnung jener Fälle, die auf naturgemässe Weise Heilung finden können, ist keineswegs herabwürdigend, sondern entspringt ganz einfach einer logischen Schlussfolgerung.

Die Schwangerschaft als Heilmittel

Oft vergessen junge Menschen, dass die Frau nicht nur als Gefährtin des Mannes geschaffen wurde, denn sie ist auch noch mit mütterlichem Empfinden ausgestattet, und dieses sollte seinem Zweck ebenfalls entsprechen können. Das heutige, moderne Leben verdrängt mit seinen bequemen Ansichten und äusserst materiellen Zielen diese Tatsache sehr oft, ohne dabei zu bedenken, dass dadurch ein seelisches Manko in Erscheinung treten kann, denn innewohnende Gesetzmässigkeiten fordern mehr oder weniger eine Erfüllung. Lange vor der hormonellen Entwicklung kommt das mütterliche Empfinden des Kindes beim Puppenspiel zum Vorschein. Der Umgang mit seinen Puppen gehört zu seinem innigsten Erleben, und schon das Kleinkind ist davon erfasst. Ein wunderbarer Puppenersatz sind jüngere Geschwister, weshalb in kinderreichen Familien manches Erziehungsproblem leichter zu lösen ist als beim Einzelkind.

Manche moderne Frau glaubt heute jedoch, dass sie ohne Kinder auskommen kann. Sie will ihre berufliche Beschäftigung nicht aufgeben und sich auch in ihren Vergnügungen nicht einschränken lassen. Aus diesem Grunde ist ihr die Kinderlosigkeit sehr willkommen, aber trotz den vielen Genüssen, die sie sich deshalb zukommen lassen kann, bleibt sie unzufrieden, weil sie in der Tiefe ihres Empfindens nicht befriedigt ist. Nur eine äusserst lebenswichtige Aufgabe kann den Verzicht auf Kinder überbrükken, nicht aber rein materielle Ziele.

Wenn daher eine Frau nach Jahren trotzdem noch ein Kindchen erhält, merkt sie erst, dass das verdrängte Mutterempfinden die innere Unzufriedenheit verursacht hat. Das frohe Gefühl beglückter Mutterschaft kann durch die jahrelange Verdrängung allerdings in solchem Falle etwas verkümmert sein und nicht zu voller Blüte gelangen, es sei denn, eine solche Mutter erfasse ihre neue Aufgabe mit Dank und Wertschätzung. Es setzt dies gewisse Opfer voraus, aber die Genugtuung ist grösser als der Verzicht. Man muss allerdings auch noch bedenken, dass es leichter ist, sich schon in jüngeren Jahren mit den mütterlichen Pflichten vertraut zu machen, weil später der erleichternde Schwung vermindert sein mag. Dieser jugendliche Schwung ist auch für das Kind sehr wichtig, denn je frischer und beweglicher sich die Mutter fühlt, um so leichter fällt ihr die mütterliche Aufgabe und um so frohmütiger kann das Kind gedeihen.

Behebung organischer Schwierigkeiten

Es gibt jedoch auch junge, kinderlose Frauen, bei denen kein freiwilliger Verzicht auf Kinder vorliegt, sondern irgendeine organische Behinderung. Solche Frauen empfinden das unerfüllte, mütterliche Verlangen nach dem Kinde sehr schmerzlich. Gross ist bei ihnen daher das Glück, wenn durch eine richtige Therapie mit geeigneten, natürlichen Mitteln und Anwendungen die mütterliche Sehnsucht doch noch ihre Erfüllung findet. Eine Schwangerschaft kann in solchem Falle die seelischen Schwierigkeiten beheben, sie kann aber auch allgemein rein physisch ein Heilmittel sein. So gibt es manch eine Frau, die unter Migräne und Störungen des Allgemeinbefindens leidet, sobald aber eine Schwangerschaft eintritt, verlieren sich die Beschwerden gänzlich und sie fühlt sich völlig wohl. Einen allfälligen Brechreiz in der ersten Zeit kann sie mit den homöopathischen Mitteln Nux vomica D4, Ipecacuanha D3 und Apomorphinum D4 in der Regel leicht beheben.

Viele Mädchen leiden unter Spasmen, Periodenkrämpfen und Kreislaufstörungen, wenn jedoch nach der Verheiratung die erste Schwangerschaft in Erscheinung tritt, werden sie dadurch von diesen Beschwerden befreit. Eine solche Erfahrung hatte Frau W. aus L. in Deutschland zu verzeichnen. Im Jahre 1964 litt sie vor dem jeweiligen Eintreten der Periode unter Schmerzen in der Brust und harten Knoten. Einige Monate nach Befolgung unserer Ratschläge stellte sich eine Schwangerschaft ein, die alle Beschwerden behob.

Es ist eine Erfahrungstatsache, dass normal verlaufene Schwangerschaften gesundheitlich eine Regeneration des ganzen Körpers erwirken können. Hormonell werden dadurch manche Vorgänge geändert und aktiviert, so dass viele Frauen während dieser Zeit förmlich aufblühen. Zwar stellt die Schwangerschaft auch gewisse Anforderungen an die junge Frau, die sie erfüllen muss, um allfälligen Störungen auszuweichen. In erster Linie muss sie eine gesunde Ernährungsweise beachten. Ist ihr Mann beruflich gezwungen, auswärts zu essen, dann besteht für sie die Gefahr, sich zu vernachlässigen, indem sie, statt ein gehaltvolles Mittagessen für sich zuzubereiten, bequemlichkeitshalber einfach nur in einer Konditorei Kaffee mit feinem Backwerk geniesst. Auf diese Weise entspricht sie keineswegs den körperlichen Forderungen, denn sie benötigt eine völlig andere Kost. Sie muss sich daher nicht wundern, wenn sich infolge ihrer Nachlässigkeit Störungen und Schwierigkeiten einstellen. Das Kind fordert in erster Linie sein Recht. Sorgt die Mutter nicht für genügend kalkhaltige Nahrung, dann zehrt das Kind von den mütterlichen Reserven. Die Mutter sollte immerhin bedenken, dass sie den Kalkbedarf des Kindes nicht aus den eigenen Zähnen und Knochen decken sollte, sondern dass ihre Nahrung in der Hinsicht den notwendigen Gehalt für sie beide aufbringen muss. Vernachlässigt sie diese Forderung, dann kann der entstehende Mangel veranlassen, dass der Kalkspiegel im Blute immer mehr sinkt. Dies kann unangenehme Schwierigkeiten, sogar Krampferscheinungen zur Folge haben.

Notwendige Beachtung grundlegender Forderungen

Gerade während der Schwangerschaft ist es dringlich nötig, auf eine Kost zu achten, die mineralstoff- und vitaminreich, wie auch völlig natürlich ist. Durch sie wird nämlich die notwendige Voraussetzung eines beschwerdefreien Zustandes sowie eines guten Verlaufes der Schwangerschaft beträchtlich gesichert. Nebst der richtigen Ernährung gehört auch genügend Bewegung und Atmung in frischer Luft zu den Anforderungen, die eine erleichterte Geburt ermöglichen. Auch das Schwangerschaftsturnen, das heute allgemeine Anerkennung geniesst, trägt zur richtigen Vorbereitung bei, denn es ist trotz unserer ungesunden, unruhvoll jagenden Zeit nicht unbedingt notwendig, sich den bestehenden Nachteilen einfach willenlos zu ergeben. Manche werdende Mutter weiss sich richtig einzustellen, indem sie die gebotenen Vorteile benützt und alles, was schädlich ist, meidet. So kann auch sie wie die Frauen von Naturvölkern eine beschwerdefreie Schwangerschaft und gute Geburt erleben. Sie wird dabei der Mode ein Schnippchen schlagen und sich ihr nicht allzusehr beugen, denn ihre weise Wahl wird nicht auf enge Kleider und hohe Absätze fallen, muss sie sich doch wohl und bequem fühlen. Sie wird ferner für gehaltvolle Nahrungsmittel statt für ungesunde Genussmittel sorgen und sich auch das Rauchen abgewöhnen. Das sind einige der notwendigen Grundpfeiler des Wohlbefindens und der Schaffung einwandfreier Voraussetzungen zur erleichterten Geburt und gesunden Säuglingspflege. Ein weiterer Pfeiler bildet die genügende Bettruhe mit ausgiebigem Schlaf. Beides sollte nicht durch Gesellschaftsanlässe geschmälert werden. Mit vernünftiger Einstellung und gesundem Denken kann noch manche

natürliche Hilfeleistung dazu führen, dass sich die Schwangerschaft als Heilmittel auswirken kann, und zwar sowohl für die Mutter als auch für das Kind.

Der Mangel sinnvoller Lebensgestaltung

Wer die heutigen Lebensverhältnisse nicht bejahen kann, hat oft Mühe, dem Leben einen tieferen Sinn abzuringen. Nicht nur rein stofflicher Mangel kann unser gesundheitliches Gleichgewicht stören, denn vor allem wird sich auch ein Manko auf geistiger Stufe nachteilig auf unser ganzes Leben auswirken. Manche stellen zwar keine grossen Ansprüche an die Beantwortung tiefgreifender Lebensfragen, denn sie können sich ganz einfach mit dem Alltag zufriedengeben, sobald er ihre notwendigen Bedürfnisse deckt. Tatsächlich ist es oftmals so, dass der Mangel an geistigen Interessen auch den Mangel an sinnvollen Lebenswerten nicht bewusst werden lässt. Erst wenn die Lebensverhältnisse die gewohnten Bedürfnisse nicht mehr zu decken vermögen, erwacht da und dort der Wunsch, nach dem tieferen Sinn des Lebens Ausschau zu halten.

Einst und jetzt

Als ich vor Jahren mit einem alten Häuptling der Sioux-Indianer in den dunklen Wäldern der Black Mountains zusammen war, kam es mir so richtig zum Bewusstsein, wie vernichtend schwer die krasse Änderung früherer Lebensverhältnisse nicht nur auf dem Einzelnen, sondern auf einem ganzen Volke lasten kann. Wie ein Vater legte dieser grosse, stämmige Mann seinen Arm um meine Schultern, und seine klugen Augen, die aus seinem runzeligen Gesicht zu mir herabblickten, sagten mir noch mehr als seine Worte. Als er noch jung war, weideten in dieser Gegend, die er immer noch bewohnte, wilde Büffelherden, und die weiten Prärien erzitterten unter ihren starken Hufen. Damals waren die Indianer noch ein freies Volk. Wohl gab es unter ihnen verschiedene Stämme, aber ihre Art zu leben, war ihnen nicht verwehrt. Sie waren gestählt im Kampf ums Dasein und vertraut mit der Natur. Wenn das Leben auch nicht immer leicht war, hatte es doch einen Sinn für sie.

Heute ziehen Mammutmaschinen ihre Furchen durch die grossen Ebenen, und durch die Wälder dröhnt der Widerhall der Motorsägen, um jene stattlichen Bäume zu fällen, die von erhabener Schönheit sind. Die Natur liess ihnen Zeit zu wachsen, aber die neuen Beherrscher des Landes gönnen ihnen keine weitere Lebenszeit mehr. Der Reichtum der Wälder, den die Indianer unangetastet liessen, muss dem weissen Manne Geld einbringen, unberücksichtigt, ob die Natur nachwachsen lassen kann, was man ihr raubt. Es ist hart und bitter, tatenlos zusehen zu müssen, wie Werte weichen, ohne dass man sie erneut ersetzen würde. Wohl hat der Staat der heutigen Machthaber für den Indianer gesorgt, indem er ihm Reservationen und Geld für den Lebensunterhalt beschaffte, aber die gewohnte, gesunde, kampfreiche Lebensmöglichkeit ist dahin. Ein müheloses Dasein verschafft noch lange nicht das, was man als Glück anstreben mag. Wohl war das frühere Leben der einzelnen Indianerstämme mit viel Mühsalen verbunden gewesen, zogen sie im Winter doch jeweils mit den Büffelherden südwärts, während sie sich im Frühsommer Tausende von Meilen wieder nach dem Norden zurück bemühen mussten; aber das bedeutete gesunden, frischen Lebenskampf für sie. Nun aber hat die tote Macht des Geldes die vitale Wucht lebendiger Wirksamkeit verdrängt. Kann sich jedoch der Mensch nicht mehr seiner Art entsprechend entfalten, dann siecht er wie ein Gefangener an der Nutzlosigkeit seines Daseins dahin und ist zur Degeneration verurteilt. Ohne Bewegung, ohne Schaffenslust und schöpferischen Drang, völlig flügellahm, vermag er seinem Leben keinen Sinn mehr abzugewinnen.