Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 30 (1973)
Heft: 8

Artikel: Das Herz, ein seelischer Barometer
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554882

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: 15.07.2025

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

alle Fälle kalium- und magnesiumreiche Frucht- und Gemüsesäfte und nicht nur Wasser verabreichen, um vor allem eine schwere Hypokaliämie verhindern zu können. Einer Herzinsuffizienz hätte man mit einem einfachen Herztonikum, wie dies in unserem Cardiaforce zu finden ist, entgegenwirken können. Kurz nach meiner Abreise erhielt ich den Bericht, dass dieser Patient während seiner Fastenkur plötzlich gestorben sei. Meine Ueberlegungen waren also nicht ungerechtfertigt gewesen. Ich vermute, der Tod stellte sich infolge eines Herzinfarktes ein, indem vor allem die linke Herzkammer versagte. Vielleicht hätte man den Tod durch eine sofortige Strophantinspritze noch verhindern können.

Beachtenswerte Ratschläge

Wenn ich nun auf dieses Vorkommnis so eingehend Bezug nehme, ist es, um ältere Patienten vor reinen Fastenkuren mit blossem Wasser zu warnen. Sie sollten dies auch unter ärztlicher Leitung nicht geschehen lassen. Es kann auch unter Aerzten blinden Berufseifer geben, so dass sie sich gewohnheitsmässig von einer einseitigen Behandlungsweise alles versprechen, ohne gewisse Gefahrenmomente zu beachten oder wahrzunehmen. Erst ein unerwarteter, völlig unerwünschter Ausgang mag ihnen die Augen öffnen, doch erkennen sie womöglich nicht einmal dann die eigentlichen Zusammenhänge des Misserfolges. Veranlasst man ältere Patienten zum Fasten, dann muss man darauf bedacht sein, die verkehrte Ernährungsgewohnheit durch eine Uebergangsnahrung zu überbrücken, und dann erst kann man langsam auf eine Fastenkur mit Säften übergehen. Aber auch hierbei muss man stets dafür besorgt sein, das Herz durch günstige Mittel zu unterstützen. Wenn man jedoch alles auf einen Nenner setzt, indem man glaubt, samt und sonders alle Patienten einer radikalen Fastenkur unterstellen zu dürfen, kann dieser gewisse Fanatismus bittere Folgen zeitigen. Ein Misserfolg wirft nicht nur ein ungünstiges Licht auf den Arzt, der nicht weitsichtig genug war, sondern trifft vor allem den Patienten, der sich vertrauensvoll seiner Pflege überliess sowie auch die Angehörigen. Nicht zuletzt aber schadet ein solch unerwünschter und sicher unbeabsichtigter Ausgang auch dem Ansehen der Naturheilmethoden.

Das Herz, ein seelischer Barometer

Eigenartig, dass mancher Patient erstaunt aus der Sprechstunde des Herzspezialisten kommt, glaubte er doch, dass seine Herzbeschwerden gefährlicher Natur seien, und nun erhielt er nach der gründlichen Untersuchung den Bericht, das Herz sei organisch völlig gesund. Da kommt er mit seinen Ueberlegungen nicht mehr nach, denn die Symptome, die ihn bedrängen, müssen doch eine Ursache haben! Woher kämen denn sonst die beklemmenden Herzbeschwerden und die zeitweise Kurzatmigkeit, wenn wirklich gar nichts fehlen würde? Da muss etwas nicht stimmen! Aber auch Spezialisten mögen nicht unbedingt alles wissen, auch ihre Kontrolle mag nicht immer richtig sein, auch sie sind nur Menschen, die sich täuschen können und nicht immer in vollem Masse urteilsfähig sind! So mag ein enttäuschter Patient denken und daher zum Schluss kommen, einfach einen anderen Arzt mit hervorragendem Namen aufzusuchen. Was aber, wenn auch dieser nach noch gründlicherer Untersuchung das gleiche Urteil fällt?

Warum nur?

Das ist leicht möglich, denn Herzpatienten der erwähnten Art gibt es heute bei den vielen Aufregungen mehr als andere, bei denen wirklich ein organisches Herzleiden vorliegt. Da unser Herz mit allem, was uns bewegt, sehr stark mitschwingt, wird es neben seiner ohnehin unermüdlichen Aufgabe oft allzusehr beansprucht, wenn nicht gar erschüttert. Könnten wir daher stets eine gewisse Gelassenheit einschalten, wäre dies sehr vorteilhaft für unser Herz. Wir

müssen die innere Ruhe benützen, um dadurch die aufgeregten Schwingungen unseres Seelenlebens in Schach halten zu können, vermögen diese doch die verschiedenartigsten Störungen hervorzurufen, wenn dann diese Belastungen anhaltend zu stark sind, können sie mit der Zeit sogar zum völligen Versagen des Herzens führen. Von solchem Umstand stammt der volkstümliche Ausdruck: «Es hat ihm das Herz gebrochen.»
Tatsächlich kann es im Leben Ereignisse oder Katastrophen geben, die zu einem solch starken Krampf führen können, dass das Herz darob stillstehen mag. Ich weiss von indischen Fakiren, die es zustande bringen, durch sogenannte imaginäre, also eingebildete Einflüsse das Herz sehr schnell oder ganz langsam schlagen zu lassen. Ja, sie können dadurch sogar bewirken, dass es für kurze Zeit zum Stillstand gelangt. Angst und Sorgen können so sehr an uns nagen, dass unser Herz darob beeinträchtigt wird, so dass wir wirklich schmerzhafte Herzstörungen verspüren.

Der Einfluss der Leber

Oft kann jedoch die tiefere und eigentliche Ursache auf der Lebertätigkeit beruhen. Ist die Leber nämlich irgendwie gesundheitlich angegriffen, dann geht dies an unserem Gemütsleben nicht immer spurlos vorbei. In der Regel fühlen wir uns dadurch bedrückt. Wir nehmen unwillkürlich alles schwer und Angst und Sorgen bleiben an uns haften, statt dass wir sie tatkräftig überwinden. Das Ergebnis ist ein vermeintliches Herzleiden, denn dem Herzen selbst fehlt dabei nichts, wohl aber der Leber. Statt sich nach Herzmitteln umzusehen, müssen wir in solchem Falle Nerven- und Lebermittel einnehmen.

Aenderung der seelischen Einstellung

Zur weiteren Entlastung von Leber und Herz dient vor allem auch die Aenderung unserer seelischen Einstellung. «Der kleine Doktor», der auf unserem Büchergestell stehen mag, weist in zwei Artikeln darauf hin, wie wir uns einstellen sollten, um unser vermeintliches Herzleiden wieder loswerden zu können. «Freue dich gesund» heisst der eine, und der andere «Atem ist Leben». Die darin enthaltenen Ratschläge versetzen uns unwillkürlich an den Platz, den wir als Menschen einnehmen sollten und auch dürfen, denn die Gaben der Natur sind so reichhaltig, dass wir darob die Sorgen jederzeit durch freudige Wertschätzung verdrängen können. Auch werden wir uns durch seelische Bedrückung nicht mehr so leicht angstvollen Vorstellungen preisgeben und darob das befreiende Atmen vernachlässigen, im Gegenteil, wir werden durch notwendige Bewegung in möglichst frischer Luft die Sauerstoffzufuhr fördern und dadurch zu vermehrter Leistungsfähigkeit beitragen, so dass wir die Sorgen durch Tatkraft und Arbeit wegschaffen, statt sie in uns untätig zum Berg heranwachsen lassen. Auf diese Weise bewältigen wir das Leben, und es überwältigt mit seinen Sorgen und Anstrengungen nicht uns. Es gibt Menschen, die es verstehen, ihrer Pflichten mit fabelhaftem Schwung Herr zu werden. Sie lassen sich durch die mannigfachen Aufgaben nicht niederdrücken, sondern teilen ganz einfach den Tag richtig und zielbewusst ein, so dass sie, wenn er zur Neige geht, auf ein befriedigendes Tagewerk zurückblicken können. Sie lassen sich durch Gemütsbedrängnis nicht aus dem Geleise bringen, sondern bewahren durch straffe Beherrschung das innere Gleichgewicht. An ihnen könnten wir uns ein Beispiel nehmen, damit sich unser Herz, wenn es uns als Barometer der Seele zu sehr beherrschen möchte, unseren zielbewussten Ueberlegungen und unserem Willen unterstellen muss. Wenn wir den Problemen auf diese Weise begegnen, dann können sie das Herz nicht unnötig belasten. Haben wir uns indes ein wirkliches Herzleiden zugezogen, dann wird es der Spezialist bestimmt auch finden und entsprechend behandeln können. Sobald die Leber wieder richtig arbeitet, wird sich dadurch auch das Uebergewicht regeln lassen, was gleichzeitig regelnd zur Entlastung des Herzens dienen wird.