

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 32 (1975)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Akute Nervenentzündung  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970581>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 24.04.2025

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



tisierte Räume, Betonbunker und Kunstfaserstoffe. In einer Föhnlage oder einem Tief gehen wir jeder starken Anstrengung körperlicher oder geistiger Art aus dem Wege, um ohne vermehrten Schaden durchkommen zu können.

Wir können auch das Allgemeinbefinden durch stärkende Mittel und eine natürliche Ernährung vorteilhaft heben. Den Nerven helfen wir mit *Avena sativa*, mit Gins-avena, Neuroforce, Acid. phos. D<sub>4</sub> und Acid. pic. D<sub>6</sub>. All dies wirkt stärkend. Wir beschaffen uns viel Sauerstoff durch körperliche Tätigkeit oder durch Wandern, und zwar in gesunder Gegend. Vor Schädli-

gungen durch starke Medikamente hüten wir uns, selbst wenn ihre Empfehlung mit wissenschaftlicher Begründung erfolgen mag. Ja, es ist eine Kunst, die Schalthebel unserer Seele so zu bedienen, dass auch der Geschädigte einen Ausweg findet. Er muss sich selbst gut beobachten und dann entsprechend handeln. Mit unempfindlichen starken Menschen darf er sich nicht vergleichen, um nicht entmutigt zu werden. So müssen wir uns als Seele, als empfindendes Geschöpf kennen und verstehen lernen, damit wir der Begegnung mit unvorhergesehenen Schwierigkeiten eher gewachsen sein können.

### Akute Nervenentzündung

Ende März war es höchste Zeit, die noch verbleibenden 100 Jungtännchen für meinen Lebhag um eine meiner Kulturen herum zu pflanzen. So arbeitete ich denn an einem Tag von morgens bis abends sehr streng, setzte ich doch 52 Tännchen und einen Nussbaum. Da ich auf einem schweren Lehmboden zu pflanzen hatte, war dies für mich eine übergrosse Anstrengung, so dass ich am Abend sehr müde war und einen starken Muskelkater verspürte. Nach einer heissen Dusche und dem Einreiben von Symphosan konnte ich allerdings die Nacht hindurch trotzdem gut schlafen. Anderntags pflanzte ich dann die restlichen 48 Jungtännchen. Aber diese wiederholte Anstrengung war denn nun auch für mich zuviel, wiewohl ich meinem elastischen Körper solche Leistungsfähigkeit früher ruhig zumuten konnte. Vor zwei Jahren hatte ich am rechten Oberarm einen Unfall erlitten, weshalb die wiederholte Anstrengung nun nicht ohne Folgen blieb, denn es stellte sich eine zünftige Nervenentzündung ein. Sie ging sogar auf den Nacken über und löste ein unangenehmes Kopfweh aus. Ich wollte diese lästige Störung natürlich so rasch als möglich wieder loswerden, weshalb ich zuerst eine Dauerdusche vornahm. Diese führte ich so heiss als möglich durch, was eine starke Durchblutung oder Hyperämie er-

zeugte. Nachträglich rieb ich die schmerzenden Stellen mit Symphosan ein, da dieses Wallwurzpräparat auch noch das heilsame Arnika enthält. Ferner nahm ich etwa 30 Tropfen Echinaforce ein, worauf ich schön durchwärmt ins Bett ging. Am Morgen waren Schmerz und Muskelkater verschwunden. Allerdings meldete sich der Schmerz beim Armkreisen in leichter Form wieder, was mir zeigte, dass ich nun tagsüber keine strenge, körperliche Arbeit verrichten durfte. Diese Schonung festigte denn auch den gewonnenen Zustand, was meinen Pflichten sehr zugute kam.

Ist man erst einmal über 70 Jahre alt, dann sollte man wirklich einsehen, dass man sich beim körperlichen Arbeiten nicht überanstrengen darf. Dies ist nicht so leicht durchzuführen, denn so lange man sich gesund fühlt, denkt man nicht daran, zuzugeben, dass die Zellen und Gefässe trotz vernünftiger Lebensweise doch nicht mehr so leistungsfähig sein können wie vor etwa 30 Jahren. Besonders jene, die unter hohem Blutdruck leiden und auch solche, deren Herz nicht völlig in Ordnung ist, können in eine kritische, ja sogar lebensgefährliche Lage gelangen, wenn sie beim Arbeiten nicht schonend vorgehen, sondern mehr erzwingen wollen, als was sie noch zu leisten fähig sind. Eine Regel bei akuten Störungen heisst, solche nicht



anstehen zu lassen, denn je rascher man sie behandelt, und zwar auf richtige Art, um so schneller kann man sie wieder beheben. Lässt man sie hingegen anstehen, dann kann diese Nachlässigkeit eine lang-

wierige, schleppende Angelegenheit werden. Und dies steht in unserer Macht, es zu vermeiden, besonders, wenn man darüber Bescheid weiss, wie man erfolgreich vorgehen kann.

## Lohnende Grundsätze der Mässigkeit

Das Aerztekollegium einer kalifornischen Universität stellte sich zur Aufgabe, den Gesundheitszustand jener Organisationen, deren Mitglieder nach biblischen Grundsätzen leben, besonders in bezug auf Krebs eingehend zu untersuchen. Bei dieser Prüfung spielte vor allem die Mässigkeit im Essen und Trinken unter Vermeidung aller kulinarischen Exzesse sowie das Meiden von Tabak, von Rauschgiften und stark alkoholischen Getränken eine wesentliche Rolle. Es war auffallend, feststellen zu können, dass bei diesen Leuten die Krebssterblichkeit verschwindend klein war im Verhältnis zum Durchschnitt der Gesamtbevölkerung Kaliforniens. Eine vernünftige Lebensweise scheint sich also viel-

seitig zu lohnen, während die Pflege leidenschaftlicher Genüsse dem Körper nicht nur keinen Nutzen, sondern vielmehr wesentlichen Schaden verschaffen. Wer sich in Gefahr begibt, kommt leicht darin um, denn es ist schwieriger, sich vom Zwang der Leidenschaften wieder zu befreien, als sich ihrer von Anfang an zu enthalten. Zwar steht es uns frei, so oder so zu handeln, während aber schädigende Genüsse nach stetiger Steigerung fordern, verliert die Mässigkeit den gebührenden Reiz, der ihr zugedacht ist, nicht. Sie schont und erhält also nicht nur die Gesundheit, sondern verschafft zusätzlich auch ein geistiges Gleichgewicht, um das es sich zu leben lohnt.

## Aus dem Leserkreis

### Befriedigende Erfahrungen

Anfangs Februar des Jahres berichtete uns Frau H. aus E. von erfolgreichen Erfahrungen einiges, was zur Ermutigung dienen kann. So schrieb sie unter anderem: «Möchte für die vielen guten Ratschläge, die ‚Der kleine Doktor‘ und die ‚Gesundheits-Nachrichten‘ erteilen, danken. Bin schon oft froh darüber gewesen. Meine Tante schrieb mir einmal ganz verzweifelt einen Brief, weil ihr Sohn, der damals 15 Jahre alt war, einen Tumor neben dem Harnleiter hatte. Letzterer wurde dadurch geknickt. Der Junge hatte dann oft plötzlich hohes Fieber, weil der Urin nicht gut wegkonnte. Der Arzt sagte, man könne nicht viel dagegen unternehmen, als viel Nierentee trinken. Ich sandte eine Flasche Petasan, und seither geht es dem Jungen gut. Als er vor Antritt der Rekrutenschule geröntgt wurde, fanden sie vom Tumor überhaupt nichts mehr.» Erfahrungsge-

mäss wirken sich in solchem Falle Petasitespräparate stets gut aus.

Auch über die Wirksamkeit von Aconitum D<sub>10</sub> weiss die Schreiberin Gutes zu berichten, denn sie erwähnt noch: «War vor einem Jahr selber im Spital, um den Vorfall operieren zu lassen. Gleichzeitig wurde die Gebärmutter und ein Eierstock entfernt, ebenso die Blase aufgehängt. In dieser Zeit kamen die Wallungen wieder. Hatte dagegen vorher schon Aconitum D<sub>10</sub> genommen, und, weil ich geschwollene Beine hatte und das Wasser nicht mehr lösen konnte, noch Solidago virgaurea und Nephrosolid. Mein Mann brachte mir dann das Aconitum ins Krankenhaus, wo ich es im versteckten nahm, weil die Schwester nichts davon merken sollte. Die anderen Frauen stöhnten wegen der Wallungen, und ich merkte nichts mehr davon. Ich riet ihnen dann auch, das Mittel zu nehmen. Der Arzt sagt zu mir, ich sei ja nur im