

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Band:** 38 (1981)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Notwendige Feststellungen bei Hypoglykämie  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970167>

### **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:** 19.10.2024

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

Milchsäure als nützlich erweisen. Dies gelingt durch die Anwendung von Molkosan, das hierzu am besten geeignete Mittel. Auch hartnäckige Verdauungsstörungen kann man auf die vorgeschlagene Weise beheben. Man muss nur immer darauf bedacht sein, den Körper richtig zu unterstützen, indem man ihm die notwendigen Stoffe zukommen lässt. Dadurch kann er sich dann selbst behelfen. Ein Teelöffel Molkosan auf ein Glas gutes Mineralwasser ergibt ein vorteilhaftes milchsäurehaltiges Getränk. Erfahrungsgemäss fördert dieses die Verdauung und wird daher von jenen Familien, die auf ihre Gesundheit bedacht sind, beim Mittagessen täglich bevorzugt. Nebst der Milchsäure sind auch die Mine-

ralsalze zu beachten, da diese, hauptsächlich die Kalksalze, von sehr grossem Werte sind. Man sollte die Verdauungsstörungen wie vorgeschlagen bekämpfen und sie auf keinen Fall anstehen lassen. Dies würde die Leber höchst ungünstig belasten, und gleichzeitig den ganzen Körper in Mitleidenschaft ziehen. Wenn man immer darauf bedacht ist, unnötige Schwierigkeiten zu umgehen, dann stellen sich auch weit weniger Störungen ein. Die erwähnten Vorsichtsmassnahmen helfen demnach in vorbeugendem Sinne. Auch die Verstopfung wird durch die gebotenen Ratschläge günstig beeinflusst, da durch die richtige Diät die notwendigen Ballaststoffe, besonders auch Kleie, mithelfen können.

### **Notwendige Feststellungen bei Hypoglykämie**

Wie es sich mit der Zuckerkrankheit verhält, weiss nicht nur der Diabetiker, sondern wissen einigermassen so ziemlich wir alle. Verursacht wird sie vorwiegend dadurch, dass die Bauchspeicheldrüse zu wenig Insulin erzeugt. Auch bei der Hypoglykämie ist die Bauchspeicheldrüse mitbeteiligt, aber eigenartigerweise im umgekehrten Sinne, da sie bei dieser Erkrankung zuviel Insulin produziert. Während der Blutzucker bei der Diabetes immer erhöht ist und weit über 100 hinausgehen kann, ist dieser bei der Hypoglykämie eben oft zu tief. Das Glykogen, also der Zucker, verbrennt viel zu rasch. Eine grosse Anzahl mag durch die Erkrankung an Hypoglykämie belastet sein, ohne es zu wissen, denn oft erkennen nicht einmal die Ärzte die wahre Ursache der Erkrankung, weshalb sie viel zu wenig beachtet wird, obwohl ihre Symptome sehr unangenehm sind. Meistens friert der Patient, leidet an Mattigkeit, an Schwindel, oft auch an Schüttelfrost, an Krämpfen und Kopfweh. Jede Wetterveränderung bereitet ihm Schwierigkeiten. Er hat auch mit starkem Durst zu rechnen. Als Folge dieser Unannehmlichkeiten fühlt er sich oft gereizt oder niedergedrückt, ja sogar verwirrt. Dass unter diesen Umständen auch die Konzentrationsfähigkeit leidet, ist begreiflich. Oft stellt

sich bei dieser Erkrankung auch eine übermässige Gewichtszunahme ein, was sich als sehr unangenehm auswirkt, besonders da nicht einmal durch mangelhaften Appetit und durch dementsprechend geringe Nahrungsaufnahme ein entsprechender Ausgleich erlangt werden kann. Herzklopfen und Angstzustände sind nicht selten. Wie bereits erwähnt, frieren die Patienten rasch, wenn es aber heiss ist, können sie Schweissausbrüche haben und sich dann leicht erkälten. Auf vieles sind sie sehr allergisch und leiden oft an Migräne. Da nur wenig Ärzte für diese Krankheit das richtige Verständnis aufbringen, glauben sie, der Sache gedient zu haben, wenn sie solche beschwerlichen Patienten einfach dem Psychiater überlassen, und wenn dieser nicht Bescheid weiss, schickt er sie zum Nervenarzt, der sie, in der Regel ohne befriedigendes Ergebnis, erneut dem Psychiater zuwendet, als wäre alles hoffnungslos.

### **Notwendige Hilfeleistungen**

Auffallend ist, dass die Patienten bei Hypoglykämie oft, wenn nicht sogar in der Regel, ein Bedürfnis nach Süssigkeiten haben, also nach Kohlehydraten, weil ihnen dies als Brennstoff dient. Sie sollten nie zu grosse Mahlzeiten einnehmen, sollten also

mengenmässig immer bescheiden bleiben, weshalb es für sie günstig ist, statt nur dreimal eine grössere Mahlzeit einzunehmen, dies auf 5-6 Mahlzeiten zu verteilen. Oft ist es für den Patienten auch angebracht, sich zwischendurch Natursüssigkeiten wie Datteln, Feigen oder eine andere Frucht zukommen zu lassen, weil er dadurch wieder Zucker zur Verbrennung des überschüssigen Insulins zur Verfügung hat. Auch der höhere Eiweissbedarf, der sich bei dieser Krankheit meldet, ist interessant. Es scheint, als ob diese vermehrte Eiweissgabe dann gewissermassen als Depotnahrung dienen kann, weil sie länger hinzuhalten vermag. Von grosser Bedeutung ist für diese Kranken ausser dem Milcheiweiss auch das Soyaeiweiss. Gleicherweise hat sich auch die Milchsäuretherapie als sehr günstig erwiesen. Für Molkekuren eignet sich besonders Molkosan. Auch milchsaure Gemüsesäfte sollten bevorzugt werden. Pflanzliche Lebermittel sind sehr vorteilhaft. Meerpflanzen, wie Kelp (Kelpasan), sind besonders empfehlenswert, wenn nicht gleichzeitig eine Schilddrüsen-Überfunktion vorhanden ist. Des weiteren sind grössere Mengen von Vitamin B vorteilhaft. Kleie- und Hefeprodukte sollten daher nie fehlen. Weil der Sauerstoff zu den allerbesten Mitteln zu zählen ist, sollten sich ihn die Kranken durch gründliches Atmen in frischer Luft, womöglich in Berggehenden reichlich beschaffen. Laufübungen sind günstig und regelmässiges Wandern unerlässlich. Da dies so wichtig ist, sollten sich die Kranken bei Hypoglykämie nie nur auf geistige Betätigung verlegen, denn bei blosser Büroarbeit in geschlossenen Räumen bewegt sich der Patient zu wenig und atmet nur mangelhaft, was nicht günstig für ihn ist, weil sich dadurch sein Zustand verschlimmern kann. Anders ver-

hält es sich dagegen mit einer Tätigkeit an frischer Luft, da durch die Bewegung die Atmung und durch sie die Heiltendenz gefördert wird.

#### **Nicht gefährlich, aber unangenehm**

Bei der Hypoglykämie handelt es sich nicht um eine gefährliche Krankheit, wohl aber um eine, die sich sehr unangenehm auszuwirken vermag. Es ist nicht leicht, den Patienten in seiner bedrängten Lage immer richtig zu verstehen, damit man ihm entsprechend behilflich sein kann. Aber auch die Ärzte nehmen sich, wie bereits ange-tönt, oft viel zu wenig Zeit und geben sich dementsprechend zu wenig Mühe, die Symptome richtig zu beachten, indem sie den Blutzucker gewissenhaft prüfen würden. Statt dessen betrachtet man solche Kranke vielfach als nervös oder behandelt sie als Nervenpatienten. Das hat zur Folge, dass sie auf diese Weise unmöglich die richtige Therapie erhalten können. Oskar Christensen, ein dänischer Naturarzt, der sich mit dem Studium der Hypoglykämie eingehend befasste, gelangte ebenfalls zu den soeben erwähnten Schlussfolgerungen und empfiehlt zudem die gleiche Therapie, um zur erfolgreichen Behandlung gelangen zu können. Gleiche Erfahrungen dienen immer zur Bestärkung, um den Kranken fernerhin mit Geduld beistehen zu können. Vorteilhaft für diese mag es wohl auch sein, wenn man ihnen die Wesensart der Krankheit erklärt, damit sie wissen, wie sie sich in dem und jenem Falle einzustellen haben. Wenn sie ihren Zustand richtig einschätzen und bewerten können, lernen sie sich auch viel eher zu beherrschen. Entsprechende Erfahrungen helfen ihnen zudem, sich geschickter einzustellen, so dass ihre Lage dadurch erträglicher werden kann.