

Gürtelrose : eine schmerzhafteste Erkrankung

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

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **48 (1991)**

Heft 9

PDF erstellt am: **27.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-969814>

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.

geerntet wird, dann wird er Grünkern genannt. Merkmale: Besonders phosphor- und eisenhaltig.

Roggen: Enthält reichlich B-Vitamine, Kieselsäure, Fluor, Phosphor, Kalium und Eisen.

Hafer: Hoher Anteil an B-Vitaminen, Linolsäuren, Mineralstoffen und Eiweiss.

Hirse: Besonders hoher Gehalt an Kieselsäure, aber auch an anderen Mineralien. Hirse ist wahrscheinlich die älteste Kulturpflanze.

Gerste: Wie Hirse, zeichnet sich Gerste durch hohen Kieselsäuregehalt aus. Reich an Eiweiss.

Buchweizen: Bedeutender Lieferant von Lezithin, Lysin und Phosphor.

Reis: Die Grundnahrung des asiatischen

Kontinents. Hoher Anteil an B-Vitaminen. Einseitige Ernährung mit geschältem Reis begünstigt die Entstehung der Beri-Beri-Krankheit als Folge des Vitamin-B-Mangels. Im Reis sind viel Kalium, Calcium und Magnesium enthalten.

Mais: Von Indianern kultivierte Nahrungspflanze. Enthält vor allem Kalium, Calcium, Magnesium, Eisen und Phosphor.

Alle Getreidearten werden unserer Gesundheit nur dann dienlich sein, wenn wir sie nicht industriell entwerten, zum Beispiel als polierten, weissen Reis und als Auszugsmehl. Um die Vollwertigkeit des Getreidekorns zu erhalten, sollten wir es schonend zubereiten, ohne den Gehalt der Vitamine und Mineralstoffe wesentlich zu verändern.

Wir haben viele Möglichkeiten, aus Getreide schmackhafte Gerichte und köstliche Backwaren herzustellen.

Gürtelrose – eine schmerzhaftes Erkrankung

Jährlich erkrankt jeder zwanzigste Erwachsene an Gürtelrose. Die relative Häufigkeit ist ein Beweis dafür, dass diese Viruserkrankung gar nicht so selten auftritt, wie man im allgemeinen glaubt. Von der Gürtelrose sind mehr Frauen als Männer betroffen, wobei ein Drittel der Erkrankten unter 50 Jahre alt ist. Bei dieser Altersgruppe, die noch über intakte Abwehrkräfte verfügt, heilt die Gürtelrose nach zwei bis vier Wochen – meistens ohne Komplikationen – ab. Bei älteren Menschen gestaltet sich der Verlauf oft schwieriger. Dies schon deshalb, weil man eine lange und schmerzhaftes Zeit durchstehen muss. In solchen Fällen können Naturheilmittel zur Linderung und Verkürzung der Krankheitsdauer beitragen.

Welche Ursache liegt eigentlich der Gürtelrose zugrunde, was löst dieses Leiden aus? In der Regel sind wir alle mit dem Varicella-Zoster-Virus infiziert, sofern wir in der Kindheit an Windpocken erkrankt waren, und das sind neunzig Prozent der Menschen in unseren Breitengraden.

Nachdem diese Kinderkrankheit abgeklungen ist, setzen sich die Viren in einigen Nerven fest und können nach Jahrzehnten

wieder aktiv werden. Wie bei jeder anderen Viruserkrankung auch, müssen dabei ungünstige Voraussetzungen bestehen, nämlich ein, wenn auch vorübergehend, momentan geschwächter Immunstatus. Als Auslöser der Gürtelrose kommen beispielsweise intensive Sonnenbäder in Betracht, die die Abwehrkräfte, sicherlich mit anderen negativen Faktoren zusammen, schwächen. Immerhin tritt ein Drittel aller Erkrankungen in den Sommermonaten auf.

Der Ausschlag erscheint vorwiegend am Rumpf – daher der Name Gürtelrose –, er kann jedoch auch auf dem Rücken und am Hals oder im Gesicht auftreten.

Da die Nerven aktiv von diesen Viren befallen sind, kommt es zu heftigen Schmerzen. Bei einem schweren Verlauf der Erkrankung bilden sich Pusteln aus, die mit Eiter gefüllt sind und die beim Zerplatzen unschöne Narben hinterlassen.

Was empfiehlt «Der kleine Doktor»?

«Gürtelrose ist bekanntlich keine einfache Angelegenheit, und es dauert oft lange, bis eine solche geheilt ist. Um so erfreulicher ist die gute, rasche Wirkung, die durch naturgemässe Behandlung, unterstützt mit homöopathischen Mitteln, erreicht werden kann.

Zum inneren Gebrauch dient Mezereum D4 (Seidelbast) und zur günstigen Anregung der Nierentätigkeit Solidago (Goldrute) und Hagebuttenkernlitee.

Zum Betupfen der Gürtelrose ist Frischpflanzentinktur von Melissa off. (Zitronenmelisse) und Calendula (Ringelblume) notwendig.

Da die Nerven bei der Gürtelrose eine grosse Rolle spielen, sind gute Nervenmittel wie Ginseng-Hafer-Komplex und die Aufbau-Dragees mit Hafer eine wertvolle Unterstützung.

Sehr empfehlenswert ist auch noch Kalium phos. D6, dreimal täglich.»

Bei der Niederschrift dieses Artikels erreichte uns die Mitteilung von Frau H., die sich offenbar nach diesem Rat gerichtet hat. Es betrifft ihre Nachbarin:

«Nun ein weiterer herzlicher Dank: Meine Nachbarin (86) litt drei Jahre lang an den Folgen einer Gürtelrose, obwohl sie ständig Medikamente einnahm. Durch eine besondere Empfehlung von Bekannten und das Nachforschen im «Der kleine Doktor»

kamen wir schliesslich auf das Mittel Ginsavena. Dies musste zunächst in der Apotheke bestellt werden, inzwischen ist es stets vorrätig.

Schon kurze Zeit nachdem meine Nachbarin mit dem Einnehmen begonnen hatte, liessen die schmerzhaften Anfälle nach. Sie nimmt seitdem morgens und abends je 20 Tropfen Ginsavena. Sie fühlt sich seitdem ausgezeichnet und möchte sich vielmals bedanken.»

Noch eine andere Erfahrung, die wir bereits veröffentlicht haben, beschäftigt sich mit der Vermeidung von Narben. Dazu schreibt uns Herr H. folgendes:

«Die homöopathischen Mittel, die Sie mir mit dem erwähnten Schreiben empfohlen haben, bewährten sich sehr gut. Ich habe lediglich eine weitere Tube Echinacea-Creme verwendet und die Spuren des Schorfes damit eingerieben. Das dauerte bis vor wenigen Tagen und deshalb schreibe ich erst heute.

Heute kann ich Ihnen sagen, dass auch die Flecken nahezu verschwunden sind und ich daher annehmen darf, dass diese Krankheit gut ausgeheilt ist, ohne Nebenwirkungen verursacht zu haben. Dafür möchte ich mich bei Ihnen für Ihre Ratschläge recht herzlich bedanken.»

Gegen den Ausbruch der Gürtelrose als einer Viruserkrankung gibt es keine spezielle Vorsorge. Die einzige Möglichkeit besteht darin, dass wir durch naturbelassene Ernährung und vernünftige Lebensweise zur Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte beitragen. Die Stabilisierung der Widerstandskräfte können wir durch Einnahme einiger Naturmittel unterstützen. Bewährt haben sich der Rote Sonnenhut (Echinacea), die Taigawurzel (Eleutherococcus) und zusätzlich ein biologisches Kalkpräparat.

Auf diese Weise haben wir sicherlich das möglichste getan, um vielleicht von der Gürtelrose verschont zu bleiben. (WG)