

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **56 (1999)**

Heft 2: **Eine scharfe Sache : Pfeffer**

PDF erstellt am: **27.09.2024**

### **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.

## INHALT

- 4** Der Natur auf der Spur
- 6** Thema des Monats  
Wo wächst der Pfeffer?
- 10** Salz in der Medizin  
Nur auf der Haut richtig gesund
- 14** F. X. Mayr-Kur  
Von Pasta und Grappa zu Tee und Semmeln
- 17** Krankheit als Waffe?  
... und bist du nicht willig, werde ich krank
- 20** Serie Baumporträts (2)  
Die Zypresse
- 22** Wissenswertes
- 23** Bild des Monats
- 24** Serie Hormone (2)  
Die Hormone der Steuerzentrale Gehirn
- 26** Die Nieren  
Wasch- und Kläranlage
- 30** Relax-Messe in Zürich  
A.Vogels «Tag des Mannes»
- 32** «Natur & Kultur»  
Neues aus Vorarlberg
- 33** Auf dem Speiseplan  
Linsen
- 34** Leserforum
- 36** Blick in die Welt  
Asthmatherapie in Höhlen

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Lagen wir als Kinder mit Mumps oder Masern im Bett, wurden wir regelrecht verwöhnt. Umsorgt, gepflegt, gestreichelt, gefragt, was wir essen möchten, und die Bitte, etwas vorzulesen, wurde meistens erfüllt. Unter solchen Umständen war Kranksein ein fast paradiesischer Zustand.

Viele Kinder machen noch eine andere Erfahrung. Sagen sie: «Ich möchte nicht in die Schule gehen, weil ich Angst habe», gibt es kein Pardon. Behaupten sie hingegen, sie hätten Bauchschmerzen, darf's schon mal ein schulfreier Tag sein. So lernen sie früh: körperliche Symptome werden ernst genommen, Gefühle wie Angst oder Niedergeschlagenheit liefern hingegen keinen Grund für eine Auszeit.

Manche Menschen erinnern sich solcher Erfahrungen, wenn sie mit unangenehmen Situationen konfrontiert werden. Wer körperlich krank ist, ist entschuldigt. Er muss nicht zur Schule, nicht zur Arbeit. Unangenehme Dinge und Pflichten dürfen vertagt werden. Die Krankheit ermöglicht eine Atempause, verschafft Aufschub. Schliesslich muss der Kranke erst einmal gesund werden, alles andere hat Zeit.

Menschen, die Kranksein oder Krankwerden als Waffe benutzen, bauen auf solchen Erfahrungen auf. Und rechnen damit, dass die Umgebung so handelt, wie man normalerweise auf Krankheit reagiert. Denn man versucht ja, nach Kräften zu helfen, Anteilnahme zu zeigen, Trost und Zuspruch zu geben. Eigene Pläne und Sorgen verblassen angesichts des Schlimmeren, das der andere erleidet.

Wer Krankheit häufig als Protest, Entlastung oder Ausweg benutzt, flüchtet vor Konflikten. Körperliche Krankheit kann z.B. bei Trennungsängsten zum Rettungsanker werden. Das Klagelied über die Beschwerden ersetzt die Konfrontation mit den eigenen und den eigentlichen Problemen. Gegen solche Manipulationsstrategien ist kein Kraut gewachsen, da hilft kein Tee und kein Medikament. Das einzige Heilmittel bei dem Phänomen «Krankheit als Waffe» ist, die verborgenen seelischen Ursachen aufzudecken.

Herzlichst, Ihre

Ingrid Zehnder

