Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 22 (1965)
Heft: 5

Artikel: Periodenstörungen
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969131

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: 10.07.2025

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

gann man sich eben mit verschiedenen Ersatzstoffen zu behelfen, und weil es einfacher ist, Essenzen und dergleichen mehr zu verwenden, ist man dabei geblieben. Im Gegenteil, die Gewohnheit, sich künstlicher Hilfsmittel an Stelle der Naturerzeugnisse zu bedienen, hat immer mehr überhandgenommen. Die wenigsten von uns aber denken daran, dass, wenn sie eine künstlich gefärbte Cassata oder ein ebenso gefärbtes und aromatisiertes Eis essen, sie cancerogene Stoffe in sich aufnehmen, da der grösste Teil dieser Lebensmittelfarben und Aromas eben solche Stoffe enthalten. Überall da, wo sich die Chemie in die Nahrungsmittel hineinmischt, um Geschmack, Aroma und Farbe zu verbessern, besteht die Möglichkeit, dadurch cancerogene Stoffe beizufügen. Es gibt heute genug Gefahren, die zur unliebsamen Erkrankung führen können, ohne dass man ihnen ohne weiteres entgehen könnte, weshalb es bestimmt unweise ist, sich auch noch durch das zu schädigen und zu gefährden, was man meiden könnte. Leider legt man aber kaum mehr Wert darauf, die Natur natürlich sein zu lassen, und doch sollten wir das, was an uns liegt, unbedingt beachten und daher nur noch natürliche Nahrungs- und unschädliche Genussmittel einnehmen.

Periodenstörungen

Sowohl die zu starke wie auch die zu schwache Periode verursachen einer Frau allerlei Beschwerden. Die zu starke Periode ist ein unnützer Blutverlust, der oft sogar zu einer leichteren Blutarmut führen kann. Wichtig ist, dass Frauen, die darunter leiden, schon einige Tage bevor sie die Periode erwarten, keine körperlich schweren Arbeiten verrichten. Dies ist vor allem für Landfrauen meist sehr schwierig, denn heute steht nicht so rasch eine Ersatzkraft zur Verfügung und die Arbeit muss doch ausgeführt werden.

Als einfaches und wirksames Naturmittel hat sich in solchem Falle Tormentavena sehr gut bewährt. Es handelt sich dabei um eine Kombination der frischen Blutwurz mit dem Saft der grünen, blühenden Haferpflanze. Dieses Mittel wirkt zugleich noch nervenstärkend.

Eine schwache Periode kann das seelische Gleichgewicht bei Frauen und Mädchen oft stark stören. Kelp, die Meerpflanze aus dem Pazifik, hat sich in solchem Falle oftmals bewährt, wobei der Jodkaligehalt dieser Pflanze die Hauptwirkung auslösen wird. In der Regel sind 3 x 2 Kelpasantabletten stark genug, um die Periode zu normalisieren. Wer schon lange Zeit und öfters unter den Beschwerden einer mangelhaften Periode leidet, sollte als Kreislaufmittel gleichzeitig noch Hyperisan einnehmen. Da Ovasan D3 die Funktion der Eierstöcke günstig beeinflusst und zudem einen regelmässigen Rhythmus erwirken kann, sollte zusätzlich auch noch dieses Mittel zur Behebung der Beschwerden zugezogen werden.

Ausser der Einnahme der erwähnten Naturmittel empfiehlt es sich, noch regelmässig Sitzbäder mit Thymian oder Kamillen durchzuführen, da auch dies mithilft, die Funktionen, die für die Frau so wichtig sind, zu regeln. Da durch diese Regelung besonders auch das gestörte seelische Gleichgewicht wieder hergestellt werden kann, wird sich jede Frau, die unter diesen Störungen zu leiden hat, gerne die Mühe nehmen und die gegebenen Ratschläge durchführen.

Noch beizufügen ist, dass jene, die durch eine Überfunktion der Schilddrüse belastet sind, Kelp nur in homöopathischer Form einnehmen sollen.