Moderne Schmerzbekämpfung verhindert nutzbringenden Alarm

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

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **39 (1982)**

Heft 3

PDF erstellt am: **16.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-969952

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

eine wesentliche Rolle. Es lässt sich dabei allerdings nicht ohne weiteres wissenschaftlich genau feststellen, ob die einzelne Frucht oder das einzelne Gemüse zur Hauptwirkung verhilft, oder ob die Fastendiät als solche durch Zufuhr vitalstoffreicher, flüssiger Nahrung zum Erfolg führte. Wichtig ist dabei, dass ein solcher überhaupt erlangt werden konnte.
Was demnach immer wieder als grundlegend wichtig zu betonen ist, das obliegt der Änderung unserer üblichen Mastdiät. Auch andere Diätmethoden, die ein Fasten in sich einschliessen, können ähnliche oder gleiche Erfolge erzielen. Ob eine Apfelkur in solchem Falle wegen ihres Phosphorgehaltes und ihrer feinen Mineralstoffe eine ganz besondere Wirkung in sich birgt, ist zwar möglich, aber nicht ohne weiteres feststellbar. Auf alle Fälle unterliegt eine solche Apfeldiät keinem Risiko, wie dies bei irgendwelchen chemischen oder halbchemischen Medikamenten immerhin befürchtet werden muss, wenn sie die Aufgabe erfüllen sollen, Cholesterin erfolgreich abzubauen. Es lohnt sich also ohne weiteres, den natürlichen Weg zur Hilfeleistung einzuschlagen.

Moderne Schmerzbekämpfung verhindert nutzbringenden Alarm

Schmerzäusserungen sind in jedem Falle unangenehm und doch künden sie an, dass gesundheitlich irgend etwas nicht in Ordnung ist. Sie wirken daher gewissermassen wie eine Alarmglocke, die Warnsignale erteilt, damit man durch herannahende Gefahren nicht rettungslos überrascht wird und nicht mehr auszuweichen vermag. Seit nun die Chemie auf dem Gebiet des Heilverfahrens ihren Siegeszug angetreten hat, ist es auch der Schulmedizin daran gelegen, dem Patienten das Schmerzempfinden möglichst zu erleichtern. Das bringen gewisse starke, chemische Medikamente ohne weiteres zustande. Leider ist jedoch diese Art Schmerzbekämpfung gewissermassen eher eine Schmerzbetäubung, die vorübergehend entspannt, daher schmerzmildernd wirken kann. Oft fühlt sich dadurch der Patient auch wieder völlig frei von Schmerzen, weshalb er sich täuschen lässt, im Glauben, die Heilung habe bereits begonnen. Da jedoch die Medikamentwirkung nach gewisser Zeit wieder abklingt, kehrt auch das Schmerzempfinden wieder zurück, und zwar oft mit grösserer Heftigkeit als dies zuvor der Fall war. Auf diese Weise wird auch die abgestellte Alarmglocke wieder zur Geltung kommen und energisch melden, dass die Folgen einer Infektion keineswegs verschwunden sind, dass Entzündungen noch immer nach Heilung rufen, dass der Abbau von Zellen noch weiter voranschreitet, ohne dass die zuvor erlangte Schmerzbetäubung irgendwie eine Besserung hervorgerufen hätte.

Unliebsame Spasmen

Zum grossen Teil verursachen Verkrampfungen die unliebsamen Schmerzen, die wir uns so gerne durch schmerzbetäubende Mittel fernzuhalten versuchen. Meines Erachtens werden 60 bis 70 Prozent aller Schmerzen durch unliebsame Spasmen ausgelöst. Es handelt sich dabei um krampfartige Erscheinungen, bei denen das Nervensystem wie auch das Muskelgewebe mitbeteiligt ist. Bekannt ist auch, dass eine Unterfunktion der Leber zur Grundursache einer Migräne führen kann. Hierüber gibt mein Leberbuch «Die Leber als Regulator der Gesundheit» näheren Aufschluss, nach dem man sich erfolgreich richten kann.

Fernöstliche Methoden

Als ich im Fernen Osten weilte, konnte ich sowohl in China wie auch in Korea durch die Methoden einheimischer Ärzte bei spastischen Schmerzen oft erstaunliche Erfolge beobachten. Hierzu verhalf die Akupunktur entweder durch die bekannte Nadelbehandlung oder auch durch die Akupressur. Zusätzlich dienten auch geschickt durchgeführte Massagen zur raschen Beseitigung von Schmerzen. Gelosenmassa-

gen, Nervenpunktmassagen und andere ausgeklügelte Massagemethoden führten in kurzer Zeit zur Lockerung verkrampfter Zellen und Zentren, dass diese Erfolge wie ein Wunder anmuteten, obwohl die Behandler auf ganz normale Weise vorgingen. Sie verstanden es ganz einfach durch geschickte Manipulation den Schmerzen zu begegnen, was den Eindruck erweckte, eine gespannte Feder lasse ganz einfach los, wodurch der Schmerz spontan wie ein Sekundenphänomen verschwinden konnte. Schmerzhaften Spasmen auf diese Weise begegnen zu können, ist bestimmt besser und harmloser als eine Schmerzbekämpfung durch starke Mittel, weil dabei keine Nebenwirkungen zu befürchten sind. Die Schmerzen können allerdings wiederkommen, wenn der Patient noch nicht fähig ist, Lockerungsübungen vorzunehmen. Die gleiche Methode wird ihn alsdann erneut vom Schmerz befreien. Mit der Zeit lernt der Kranke jedoch den ärztlichen Anweisungen Folge zu leisten, so dass es ihm durch innere und äussere Entspannung immer besser gelingt, schmerzfrei zu werden und zu bleiben.

Auch bei uns konnte sich der Massageberuf durch das ostasiatische Erfahrungsgut bereichern. Da dies auf dem gleichen Prinzip wie die Akupunktur beruht, ist es möglich geworden, mit Akupressur dem Patienten schmerzlindernde, wenn nicht sogar schmerzbefreiende Anwendungen angedeihen zu lassen. Es gibt allerdings noch weitere, fernasiatische Behandlungsmethoden, die in der Hinsicht ebenfalls hervorragend zu wirken vermögen.

Pflanzliche Hilfeleistungen

Da es auch Pflanzen gibt, die spastische Schmerzen günstig zu beeinflussen vermögen, sollten bestimmt auch diese zur Erleichterung des Zustandes verwendet werden.

Unter ihnen bewährte sich bis heute die Petasites officinalis am besten. Es handelt sich dabei um die Pestwurz, die schon zur Zeit der gefürchteten Pestepidemie im Mittelalter die besten Dienste leistete. Kein Wunder, dass auch heute Petasitespräparate bei spastischen Schmerzen entspannende Milderung zu verschaffen vermögen. Bei Verkrampfungsschmerzen während der Periode können sich Frauen und Mädchen hauptsächlich durch die Einnahme von Petadolor meist der quälenden Schmerzen entledigen oder sie wenigstens bedeutend mildern. Bei regelmässiger Einnahme lassen diese sich sogar manchmal völlig beseitigen. Selbst wenn man Petasites in grösseren Mengen einnimmt, entstehen dadurch keine Nach- oder Nebenwirkungen, auch werden infolgedessen keine toxischen Erscheinungen ausgelöst, was man alles als äusserst vorteilhaft bezeichnen kann. Dies gilt besonders für unsere Zeit grosser Gefahren, denen man sich durch stark wirkende Medikamente oft unwissend aussetzt. Es lohnt sich also, vorteilhafte Massagen mit der regelmässigen Einnahme pflanzlicher, spasmolytischer, also krampflösender Mittel zu verbinden.

Zusätzliche Hilfeleistungen

Ebenso können Warmwasseranwendungen den Erfolg der erwähnten Massagen noch wirksamer gestalten. Vorteilhaft sind daher Kräuterbäder oder auch Saunaanwendungen, da dadurch das äussere Gefässsystem gut durchblutet werden kann, wodurch eine vorteilhafte Hyperämie erwirkt wird, was den Erfolg der Massagen zu unterstützen vermag.

Aus all diesen Erfahrungen ist ersichtlich, dass man Schmerzerscheinungen auf richtige Weise begegnen sollte, damit sie uns als Alarmglocke auf nützliche Weise zu dienen vermögen. Wir müssen der Ursache auftretender Schmerzen nachgehen und dafür besorgt sein, diese zu beheben, besonders, wenn sie spastischer Art sind. Blosses Betäuben der Schmerzen durch starke Mittel hat die Abhängigkeit von noch stärkeren Medikamenten zur Folge, und diese Abhängigkeit dient keineswegs zur Heilung. Seien wir also den Schmerzäusserungen gegenüber wachsam eingestellt und dadurch stets besorgt, eine fehlerhafte Lebensweise auf naturgemässe Art zu ändern.