

**Zeitschrift:** Das Schweizerische Rote Kreuz  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 81 (1972)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Unsere Gesundheit

#### **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:** 22.02.2026

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

# unser Gesundheit

## Das Magengeschwür

Ein sehr häufiges Leiden, das hauptsächlich bei Menschen im jugendlichen und mittleren Lebensalter auftritt, ist das Magengeschwür. Während früher Frauen öfter davon befallen wurden als Männer, erkranken heute Männer viermal so häufig an einem Magengeschwür wie Frauen. Neben den Auswirkungen der Lebensweise, des Berufes und der Ernährung sowie psychischen Einflüssen ist auch die Umwelt für die Entstehung des Magengeschwürs mitverantwortlich. Erbinflüsse spielen sicher ebenfalls eine gewisse Rolle, denn schliesslich vererben sich ja Familienbräuche, Lebenshaltung, Essensgewohnheiten, die mit zur milieubedingenden Ursache gehören. Die Frage des Nikotineinflusses auf die Entstehung des Magengeschwürs ist umstritten. Wenn ein Magenkranker das Rauchen nicht verträgt, dann muss er es natürlich unterlassen. Ein generelles Rauchverbot für Geschwürträger wirkt sich aber nur dann vorteilhaft auf deren Allgemeinbefinden aus, wenn ihr psychisches Gleichgewicht nicht gestört wird.

### Wie entsteht ein Magengeschwür?

Es ist bekannt, dass der Magensaft infolge seines Salzsäure-Pepsingehaltes die Fähigkeit besitzt, Eiweiss zu verdauen, das heisst das Eiweiss in seine Bestandteile aufzuspalten. Auch die Schleimhaut des Magens besteht letzten Endes aus Eiweiss; sie wird vom Salzsäure-Pepsingemisch der Magendrüsen nur deshalb nicht verdaut, weil sie einen alkalischen Schleim absondert, der die Magensäure neutralisiert, unwirksam macht. Wenn nun aus irgendeinem Grunde die Abwehrkraft der Magenschleimhaut geschwächt oder geschädigt wird, dann kann der Magensaft die Schleimhautzellen direkt angreifen, was zur Bildung eines Geschwürs führt. Das Magengeschwür entwickelt sich an den Stellen, an welche Magensaft gelangt, also im Magen, aber auch im Zwölffingerdarm (der Fortsetzung des Magens)

und im Anfangsteil des Magens nach der Speiseröhre hin. Es ist einleuchtend, dass ein Leiden, von dem viele Menschen wohl schon seit Jahrhunderten geplagt werden, nach allen Richtungen hin erforscht wurde, um die krankmachende Ursache festzustellen. Man steht heute auf dem Standpunkt, dass Gefässkrämpfe in der Magenwand zu Ernährungsstörungen der Magenschleimhaut und damit zur Geschwürbildung führen. Die bekannte Tatsache, dass Reize verschiedener Art wie Aufregungen, Ärger vielen Menschen «auf den Magen schlagen», also sich immer wieder am Magen auswirken, deutet darauf hin, dass das vegetative Nervensystem massgebend an der Entstehung eines Ulcus beteiligt ist. Ein Beweis für die Richtigkeit dieser Behauptung ist die häufig gemachte Beobachtung, dass Leute, die ein Magengeschwür mit sich herumtragen, auch sonst Zeichen erhöhter Erregbarkeit des vegetativen Nervensystems aufweisen (kalte, feuchte Hände und Füsse, rasches Erblassen und Erröten der Haut). Und schliesslich führen bei diesen Menschen die jahrelang bestehenden Beschwerden zu Veränderungen von Gemüt und Aussehen. Sie sind häufig unfreundlich und mürrisch; in ihren Gesichtern fallen die tiefen, von der Nase zu den Mundwinkeln führenden Falten auf.

Interessant ist übrigens die Beobachtung, dass die allgemeinen Ernährungs- sowie Eiweiss-Mangelerscheinungen, das Hungeroedem der vergangenen Kriegs- und Nachkriegszeit, zum Verschwinden der Geschwürskrankheit führten und einer geradezu auffälligen Magengesundheit Platz machten. Auch die schwierigen Verhältnisse in den Lagern, in denen die Menschen oft jahrelang in einer nervösen, zerrüttenden Spannung lebten, begünstigten zum Beispiel die Entstehung des Magengeschwürs keineswegs. Erst als die Ernährung in den Lagern besser wurde und damit die Belastung des Magens zunahm, war wieder ein gehäuftes Auftreten der Ulcuskrankheit zu verzeichnen.

### Wie zeigt sich das Magengeschwür?

Ein Magengeschwür kann lange Zeit bestehen, ohne Beschwerden zu machen. Ganz unvermutet kann dann eine heftige Magenblutung das Vorhandensein eines Ulcus verraten. Ebenso plötzlich kann es eines Tages zu einem Durchbruch des Geschwürs durch die Magenwand in die Bauchhöhle kommen, wobei ein sofortiger chirurgischer Eingriff nötig wird. In zahlreichen anderen Fällen bestehen längere Zeit hindurch uncharakteristische Magenbeschwerden wie Druck- und Völlegefühl nach den Mahlzeiten (besonders nach gröberer Kost), saures Aufstossen, Übelkeit, Erbrechen, hartnäckige Verstopfung. Der Appetit ist oft nicht beeinträchtigt. Man kann von der Stärke der Beschwerden auch keine Schlüsse ziehen auf die Grösse des Geschwürs, denn selbst ein kleines Ulcus kann sich sehr unangenehm bemerkbar machen.

### Was sagt und verordnet der Arzt?

Magengeschwüre können auch ohne Behandlung heilen, aber das sind Ausnahmen. Trotz der Fülle der medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten, hinter denen eine mühevolle Forschungsarbeit steckt, hat auch heute noch die alte Ulcusterapie – Bettruhe, Wärme, Diät – die besten Erfolge aufzuweisen. Die Bettruhe soll den Kranken psychisch entspannen, Wärme ist in feuchter Form wirksamer als in trockener, und die Diät muss dem Vitamin- und Mineralbedürfnis des Kranken genügen, also vielseitig und kalorisch ausreichend sein. Kaffee ist auszuschalten, Nikotin wenn irgend möglich ebenfalls, und alle Mahlzeiten sollen regelmässig verteilt eingenommen werden. Da das seelischgeistige Geschehen von grossem Einfluss ist, müssen Ärger und Aufregungen vom Patienten ferngehalten werden, und die äusseren Lebensumstände sind so zu ordnen, dass er sich in einem harmonischen seelischen Gleichgewicht befindet. Sprunghafte Änderungen seiner Lebensweise und psychische Überlastungen verträgt der Geschwürskranke schlecht. Leider ist die Ulcuskrankheit ein Recidivleiden, das heisst, dass trotz scheinbarer Ausheilung und Beschwerdefreiheit ein neuer Krankheitsschub auftreten kann. Wenn die innere Behandlung versagt, beim Durchbruch des Geschwürs oder bei lebensgefährlicher Blutung, ist eine Operation unaufschiebbar.

Der ulcuskranke Mensch muss oft wochen- und monatelang mit der Arbeit aussetzen, was sich für ihn und auch für die Allgemeinheit negativ auswirkt. So gewinnt die Ulcuskrankheit auch eine sozialpolitische Bedeutung, da die ständig zunehmende Zahl von Magengeschwürskranken für die soziale Gemeinschaft wirtschaftlich belastend wird. Denken wir also daran: Ärger und Aufregungen sind schädlich. Nehmen wir die kleinen Widerwärtigkeiten des Alltags nicht allzu tragisch. *Vita-Ratgeber*