

Zeitschrift: Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF
Herausgeber: IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)
Band: 27 (1985)
Heft: 3: Leicht behindert

Artikel: Migräne : Tagebuchaufzeichnungen eines Betroffenen
Autor: Steinmann, Alex
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-157132>

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

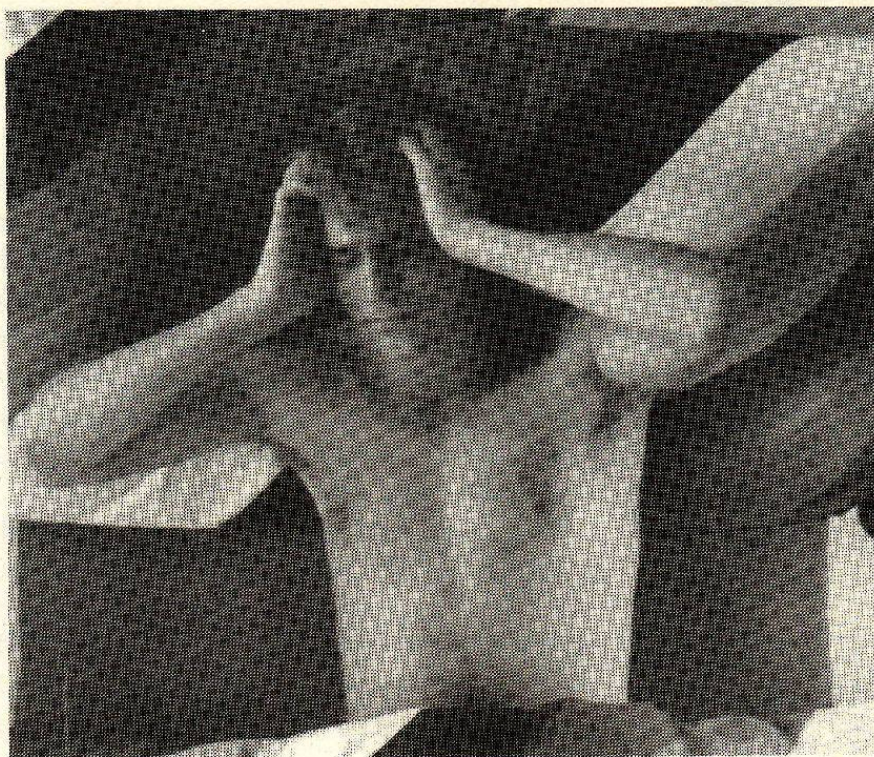
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 14.01.2026

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



Migräne

Tagebuchaufzeichnungen eines betroffenen

1981 (30. aug.) Eigentlich könnte ich der glücklichste mensch sein. Denn ich habe wirklich alles, was man dazu braucht. Ich habe V... – eine frau mit ebensolchem künstlerherz und einem gleich empfindsamen seelengebäude. Und ich habe eine beschäftigung, die schreiberei, die mich geistig-seelisch stets erfüllt, und die mich wachsen lässt, als mensch und als künstler. Doch gibt es in meinem leben auch etwas, das bei seinen höhepunkten noch stärker ist als die liebe und die dichterei. Es sind die regelmässig auftretenden kopfschmerzen, das erbrechen-müssen. Kurz: Ein ständiges niedergeschmettert werden was sich bei gar schlimmen phasen auch auf die psyche auswirkt und das probleme gibt am arbeitsplatz, im militär-dienst, weil die krankheit nirgendwo ernstgenommen, verstanden wird.

1981 (12. okt.) Nun werde ich mich auch noch einer akupunkturbehandlung unterziehen. Langsam verliere ich nämlich die geduld zwei- bis dreimal wöchentlich mit schmerzndem schädel arbeiten zu müssen.

1983 (1. april) Meine schreibquelle fließt im augenblick nur spärlich. Die migräne regiert wieder über mich und macht mich geistig-seelisch leer, traurig. Gott sei dank habe ich noch immer die hoffnung eines tages dieses leiden verlieren oder zumindest lindern zu können.

1984 (2. febr.) Gesundheitshalber war auch in dieser woche nicht viel positives zu spüren. Ich brauche viel kraft, viel geduld. Die literarische arbeit steht still. Lesen kann ich nicht. Musikhören mag ich auch nicht.

1984 (20. feb.) Ich habe wieder ein schlimmes wochenende hinter mir. Kopfschmerzen, kopfschmerzen...

1984 (13. märz) Schreckliche zwei tage habe ich hinter mir. Sie bildeten den höhepunkt eines schon seit woche dauernden leidens. Der kreislauf ist dauernd durcheinander. Das nervensystem ist angegriffen. Ich befinde mich in einer phase, da der gedanke ans schlussmachen, ans abschliessen mir näher steht, als der des zukunftoptimismus.

1984 (28. mai) Ich habe eine schwere zeit hinter mir. Unzählige male war der zustand «resignation», «verzweiflung» dominierend. Ich bin erstaunt, dass ich nach all dem entsetzlichen, schrecklichen noch immer hoffnung habe auf eine besse- rung.

1984 (29. mai) Schwerer rückschlag: Kopfschmerzen – kein medikament hilft.

1984 (30. mai) Krankheitszustand noch schlimmer. Selbstmordgedanken domi- nieren.

1984 (9. juni) Die krankheit lässt mich zur zeit etwas in ruhe. Ich spüre wie wieder ruhe, kraft und optimismus in mich einfliesst. Ich erlebe das leben noch tiefer, glück- licher und weiser als zuvor. Jede krise hat gott sei dank auch ihre sonnenseite!

Alex Steinmann, Vorderweystrasse, 5630 Muri



Diabetes: Zuckerkrankheit – ende des mittelalters !

Das mittelalter der diabetestherapie (der behandlung der zuckerkrankheit) endete am 11. januar 1922: an diesem tag erhielt erstmals ein diabetiker (zuckerkranker) ei- ne insulininjektion!

Wenn man bedenkt, dass die symptome der zuckerkrankheit bereits um 1550 v.Ch. in einem ägyptischen papyrus beschrieben, die zusammenhänge der krankheit aber erst im 18. und 19. jahrhundert unserer zeitrechnung erkannt und teilweise erklärbar wurden, muss man das «mittelalter der diabetestherapie» als sehr lange zeitspanne bezeichnen.

Die wesentlichen etappen dieser entdeckungsgeschichte waren:

1674: die feststellung von traubenzucker (glukose) im urin zuckerkranker durch **Willis**.

1869: eine anatomisch gute beschreibung der bauchspeicheldrüse durch **Langerhans**.

1889: bewiesen **Minkowski** und **von Mering**, dass eine operative entfernung der bauchspeicheldrüse beim hund eine zuckerkrankheit verursacht, und schliesslich

1921/1922: die extraktion von insulin aus der bauchspeicheldrüse und seine anwendung in der behandlung zuckerkranker durch **Banting**, **Best**, **Mac Leod** und **Collip**.

Seit 1955 können gewisse diabetiker ausser durch insulin auch durch geschluckte (perorale) medikamente (blutzuckersenkende sulfonylharnstoffe und riguanide – behandelt werden.