Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 4 (1946-1947)
Heft: 5

Artikel: Die Aufgabe des Fusses
Autor: H.K.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-551710

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: 12.12.2025

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

Die Aufgabe des Fusses

Die Aufgabe des Fusses sind folgende:

1. *Er muss die gesamte Körperlast aufnehmen;*
2. *Er muss diese Körperlast auf eine grosse Fläche verteilen, um damit die Standfestigkeit des Fusses zu erhöhen;*
3. *Er muss bei der Fortbewegung teils federn, teils aber als unnachgiebiges Widerlager dienen;*
4. *Er muss als kräftiger und geeigneter Hebelarm die Fortbewegung unterstützen.*

Ein Organ vermag seine Arbeit nur dann voll zu erfüllen, wenn es gesund ist. So auch der Fuss. Gesund ist der Fuss, wenn die sinnreiche Konstruktion nicht durch schädigende Einflüsse, teils oder ganz ausser Funktion gesetzt wird. Der normale Fuss ist so geschaffen, dass er den an ihn gestellten Anforderungen vollauf gerecht wird. Der geeignete Bau, durch das wunderbare Ineinandergreifen der einzelnen Bestandteile gibt ihm die Befähigung dazu.

Die Bestandteile sind folgende:

Das Knochengerüst mit Bändern, Gelenken und Knorpeln. Die Muskeln, das Fettpolster, die Haut, die Blutgefässe und die Nerven.

Die Bestandteile können krankhaften Veränderungen unterworfen werden, welche zu Störungen des Bewegungsapparates führen. Die hauptsächlichsten Störungen sind statischer Natur. Statik ist die Lehre vom Gleichgewicht von an Körpern angreifenden Kräften. Wenn z. B. am Fuss, dem Fundament des Körpers, eine Veränderung stattfindet, die Statik sich also verändert, dann werden naturgemäss mehr oder weniger die benachbarten Körperteile in Mitleidenschaft gezogen, so die Knöchelpartie, der Unter- und Oberschenkel, das Hüftgelenk bis zur Kreuzbeingegend, sogar in manchen Fällen bis zu den Halswirbeln hinauf.

Fuss und Bein stehen unter dem Gesetz der Bewegungseinheit. Skelett, Bänder, Gelenke, Knorpel, Muskeln, Fettpolster, Blutgefässe und Nerven erfüllen nur Teilfunktionen, aber im Zusammenhang mit dem Ganzen. Wenn demgemäss ein Teil versagt, wird der ganze Fuss, das ganze Bein in Mitleidenschaft gezogen. Die Hauptursache der Störung des Kräftegleichgewichtes ist das Versagen der Muskulatur. In Arbeit und Beruf werden gewisse Muskelpartien einseitig beansprucht, so dass die Ueberanstrengung mit der Zeit zu krankhaften Veränderungen führt.

Es ist unnatürlich, wenn wir den grössten Teil des Tages immer stehen, gehen oder sitzen, während es natürlich wäre, wenn wir die Muskeln rhythmisch beanspruchen würden, also, in möglichst gleichmässigen Abständen gehen, stehen oder ruhen würden. Auch die unnatürliche Härte der Steinböden und unzweckmässiges Schuhwerk behindern die Muskulatur ihre Kräfte frei entfalten zu können. Der kranke Fuss, hervorgerufen durch statische Veränderungen, ist eine Zivilisationskrankheit, die in dem Masse fortschreitet, als man die Menschen zwingt, einseitige körperliche Ueberanstrengungen vorzunehmen. Es ist nicht anzunehmen, dass in nächster Zukunft die Arbeitsbedingungen, unter denen die Menschen jetzt leben, grundlegend geändert werden und somit die Quelle zur Entstehung von Fussleiden verstopft würde. Deshalb steht man vor der Aufgabe, das verloren gegangene *Gleichgewicht durch orthopädische Hilfsmittel zu erhalten* oder wieder herzustellen.

H. K., Orthopäde

Junge, gebildete

TOCHTER

sucht **Stelle** zu Kindern in nette Familie. Eintritt Anfang Juni. Höhenlage bevorzugt.

Auskunft erteilt: A. Vogel, Teufen, Tel. (071) 3 61 70.

1 Kilo GUSTO-Krafthaferflöckli besitzt den gleichen Nährgehalt (Cal.) wie 45 frische Hühnereier. Jedes Paket enthält 1 Gutschein.

Alleinhersteller:
Hafermühle Villmergen

Vigantol und Arterienverkalkung

Dr. med. Fritz Weiss berichtet in seinem Buche über Pflanzenheilkunde einen sehr interessanten Versuch über die *Wirkung von Knoblauch und Bärlauch bei Arterienverkalkung.* Dabei erwähnt er Versuche, die in den pharmakologischen Instituten von Heidelberg und Berlin zur gleichen Zeit ausgeführt wurden und die aus zwei Gründen einer Erwähnung wert sind. Der erwähnte Autor schreibt wörtlich: «Bei Katzen, die man mit Vigantol künstlich arteriosklerotisch machte, konnte durch Verabfolgung von Knoblauch nicht eindeutig, aber doch manchmal eine *lebensverlängernde Wirkung* festgestellt werden.» *Vigantol* ist ein Mittel, das durch die Ultraviolettbestrahlung von Ergostearin hergestellt wird. Mit dieser künstlich aktivierten Stearinart hat man eine ähnliche Wirkung, wie mit dem natürlichen Vitamin D erzielt und hat das Mittel den Säuglingen und Kleinkindern bei Rachitis gegeben, d. h. man gibt es heute noch. Dass man nun mit einem Mittel, das den Kleinkindern gegeben wird, bei Katzen arteriosklerotisch d. h. geschädigte und degenerierte Adern erzeugen kann, soll und darf uns zu denken geben. *Wir geben unseren rachitischen Kindern doch lieber ein harmloses Naturmittel,* das aus Orangen und Lebertran oder ein solches, das aus Brennesseln hergestellt wird, denn damit kann man auch bei Ueberdosierung niemals künstlich Arterienverkalkung erzeugen. Der erwähnte Versuch kann uns zudem noch eigenartig anmuten, weil es doch genug Patienten mit Arterienverkalkung gibt, an denen man Versuche mit Knoblauch machen kann, um zu sehen, wie dieses Naturprodukt wirkt, und ich bin überzeugt, dass sowohl in Heidelberg als auch in Berlin viele arme Menschen froh wären, man würde ihnen gratis Knoblauchpräparate geben, um nachher die gute Wirkung auf die Verkalkung und den Blutdruck messen zu können. Es wäre nicht nötig, zu diesem Zwecke Katzen künstlich krank machen zu müssen, denn diese Tiere würden bestimmt viel lieber Mäuse fressen als Vigantol, um nachher mit Knoblauch das Leben verlängert zu erhalten.

Lungen- und Brustfellentzündung

Auf Grund eines Telefons vom 20. Februar 1947 gab ich folgenden Bericht:

Wichtig ist in erster Linie die flüssige sogenannte Fieberkost, wobei Fruchtschalen, Fruchtsalate, Traubensaft, Orangensaft, auch Fruchtnahrung mit Aepfeln, eventuell sogar Buttermilch gegeben werden kann, jedoch keine Vollmilch und keine Eiweissnahrung. Die Anregung der Darmtätigkeit ist Ihnen ja in ihrer Wichtigkeit bewusst. Arbeitet der Darm nicht von selbst, dann muss mit Klistieren nachgeholfen werden. Schweisstreibende Tees, Berberitzentee, Holunderblütentee eventuell auch mit Stechpalmentee gemischt, sollen täglich mindestens zwei Tassen eingegeben werden. Zur Anregung der Reaktionskraft müssen Sie in Ihrem Fall alle 1—2 Stunden einen feuchtkühlen Kreuzwickel machen, am besten mit Tee aus Wacholdernadeln oder Heublumen, wenn Ihnen Ersteres nicht zur Verfügung steht. Ich schicke Ihnen den Santafluora-Extrakt, damit Sie sofort etwas gut Wirkendes zur Verfügung haben. Abwechselnd können Sie auch etwas Molkewickel machen. Ist das Fieber nicht hoch, dann bleiben Sie bei den kühlen Wickeln. Geht das Fieber stark hinauf, dann gehen Sie zu den Kaltbädern d. h. zu den Sitzbädern über. Sehr gut wären bei den Halbbädern die sogenannten Blitzgüsse, wie sie Kneipp durchführt. Von sehr guter Wirkung sind ausser den genannten Senfbrustwickeln eventuell auch die Senfpflaster. Sie können selbst wählen, was Ihnen von beiden am liebsten ist. Diese, wie auch ähnliche Anwendungen erzeugen eine starke Hautrötung und erwirken eine leichte Ableitung nach aussen. Dadurch wird das gestaute Blut aus der Lunge nach der Hautmuskelzone abgeführt. Für den Fall, dass Sie zum Anregen der Schweissdrüsen heisse Abwaschungen vorziehen, müssen