Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 8 (1951)
Heft: 1

Artikel: Regelung von Magerkeit und Fettleibigkeit
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554194

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: 13.12.2025

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

Regelung von Magerkeit und Fettleibigkeit

Früher glaubte man, übermässige Magerkeit komme von mangelhaftem Essen her. Ebenso führte man ein unerwünschtes Dickwerden auf zuviel Nahrungszufuhr zurück. Es gibt nun aber Menschen, die sehr viel essen und dabei doch äusserst mager bleiben, während andere wiederum, trotzdem sie im Verhältnis zu den Vielessern wenig geniessen, dennoch fest werden, weil ihnen alles anschlägt, wie man im Volksmunde sagt.

Die fortschreitende Forschung der *Drüsen mit innerer Sekretion* hat nun gezeigt, dass sowohl die *Eierstöcke*, als auch die *Hypohpyse* an diesem Geschehen beteiligt sein kann. Eine Ueberfunktion oder eine Gleichgewichtsstörung in der Funktion kann zu Magerkeit Veranlassung geben, und eine Unterfunktion führt in der Regel zu Fettleibigkeit. Oefters wird die Beobachtung gemacht, dass nach Operationen, bei denen die Eierstöcke herausgenommen wurden oder sonst bei Krankheiten, die eine Unterfunktion der Eierstöcke hervorrufen, das Gewicht zunimmt. Auch das Dickwerden zufolge des Klimakteriums (Abänderung) bestätigt diese Feststellung. Bei Südländern ist dies besonders typisch. Es fällt in Italien förmlich auf, wie schlank und behende die jugendlichen Italienerinnen sind. Sobald jedoch die Drüsenfunktion durch das Aelterwerden abnimmt, was im Süden ja in der Regel früher erfolgt, dann werden auch die Frauen korpulent. Wenn also die ältere Generation meist rundlich und behäbig ist, dann ist dies auf die Funktion der innersekretorischen Drüsen zurückzuführen, vor allem auf die nachlassende Tätigkeit der Eierstöcke.

Sitzbäder, sowie alle Anwendungen, die die *Funktion der Eierstöcke* anzuregen vermögen, sind daher als sehr gute Heilmittel gegen die Fettleibigkeit zu bezeichnen.

Schwieriger ist die *hypophysäre Fettsucht* zu beeinflussen, denn sie tritt hauptsächlich infolge einer Störung der Hypophyse in Erscheinung. Diese Drüse lässt sich nun aber in ihren Funktionen nicht so leicht korrigieren, wie die Eierstöcke. Wohl hat man bereits Drüsenpräparate, die auf die Hypophyse wirken, doch ist ihre Anwendung noch sehr delikat. Auch auf Organpräparate reagiert die Hypophyse nicht so gut, wie die Eierstöcke.

Einfache Mittel, besonders zur *Anregung der Eierstocksfunktion*, sind vor allem alle Nahrungsmittel, die *Vitamin E* enthalten. An erster Stelle stehen da die *Weizenkeime*. Es gibt allerdings Patienten, die keine Weizenkeime mehr essen wollen, weil sie der Meinung sind, sie könnten davon fest werden, da Weizenkeime bei starker Magerkeit erfolgreich eingesetzt werden können. Dem ist aber nicht so, denn das Vitamin E regelt die Tätigkeit der Eierstöcke. Die Ueberfunktion der Magern wird daher durch die Weizenkeime reduziert, so dass ein Zunehmen möglich ist, während die Unterfunktion der Festen geregelt wird, indem die Weizenkeime die Tätigkeit der Eierstöcke zu beheben vermögen und demnach ein Festerwerden verhindert wird. *Weizenkeime* sind daher als *Regulierungsmittel der Eierstöcke* von Magern, wie auch von Festen zu bevorzugen. Sie enthalten zudem noch verschiedene wertvolle Nährstoffe, wie pflanzliches *Eiweiss*, ferner *Phosphate* und *Naturzucker*. All dies wirkt sehr günstig auf den Körper, trägt aber nicht dazu bei, das Gewicht anormal zu heben. Wer also an Fettleibigkeit leidet, braucht die Weizenkeime keineswegs zu meiden, denn sie werden sein Uebel nicht fördern, sondern im Gegenteil dagegen steuern.

Es gibt nun allerdings auch Aengstliche, die befürchten durch ein *vitaminreiches Nahrungsmittel* zu viel Vitamine zu erhalten. Diese Befürchtung ist indes nur bei der künstlichen, der sogenannt synthetisch aufgebauten Vitamine zu beachten, da durch deren Einnahme wirklich eine Ueberdosierung in Erscheinung treten kann. Dieser Uebelstand nun lässt sich bei der natürlichen Vitamine, wie wir sie in Naturmitteln und natürlicher Nahrung zu uns nehmen, nie feststellen, denn die natürlich aufgebaute Vitamine hat die erfreuliche Eigenart, dass sie durch die natürliche Verbindung nie eine Schädigung hervorrufen kann. Der Körper verwendet, was er gebrauchen kann, während er einen allfälligen Vorrat an natürlicher Vitamine aufzustapeln vermag. Diese Möglichkeit besitzt die künstliche Vitamine nicht und ist schon allein aus diesem schwerwiegenden Mangel der natürlichen nicht ebenbürtig oder, wissenschaftlich ausgedrückt, nicht equivalent. Wie das Buch der Bücher erklärt, wird durch solch menschliches Unvermögen die Weisheit der Weisen zunichte gemacht. Wir Menschen vermögen durch unser Wissen wohl eine Sache zu analysieren, wenn es aber heisst, einen gleichwertigen Aufbau zustande zu bringen, dann fehlt unserm Können das lebensvermittelnde Pünktlein. Wieviel besser ist es daher, sich an die *biologischen Quellen* zu halten, denn was für uns von höhrer Warte aus geschaffen worden ist, kann durch künstliche Erzeugnisse niemals überholt werden, sondern steht im Gegenteil weit hinter den Werten der Natur zurück. Jetzt sind die künstlichen Vitaminpräparate Trumpf, vordem waren es die Nährsalze. Zum Glück haben weitsichtige Forscher, wie Dr. Schüssler und Dr. Hahnemann damals festgestellt, dass die verschiedenen Mineralstoffe nur in kleinen Mengen, also feinstofflich verrieben, assimiliert und im Körperhaushalt verwendet werden können.

Früher glaubte man Gold herstellen zu können. Ja, sogar einen künstlichen Menschen, bekannt als Homunkulus, bemühte man sich in den alchemistischen Laboratorien zu erschaffen. Unsere Zeit ist bescheidener geworden, indem sie nur wenigstens eine Tablette herstellen wollte, die alle Elemente, aus denen der Mensch zusammengesetzt ist, aufweist, um damit die künstliche Ernährung zu ermöglichen und die übliche Ernährungsweise zu ersetzen. Von all dem ist man abgekommen und lächelt darüber, und man wird auch von den chemischen Mitteln und den künstlichen Vitaminpräparaten mit der Zeit ebenfalls wieder Abstand nehmen müssen, denn sie vermögen die Kräfte, die der Schöpfer in die Pflanzenwelt, also in unsre *naturgegebene Nahrung* gelegt hat, *niemals zu ersetzen*. Kehrt man wieder zu dieser Einsicht zurück, dann ist man auch bei dem allein wahren und zuverlässigen Ursprung angekommen, und dadurch werden die Probleme von Fettleibigkeit, Magerkeit und andern Stoffwechselstörungen weit eher geregelt werden können.

Grundursachen und Bekämpfung von Kopfweh

Kopfweh sollte nie durch Betäubungsmittel verdrängt werden, vielmehr sollte man seine Ursache ergründen und auf natürliche Weise zu bekämpfen suchen. Vielfach kommt das Kopfweh von Darmstörungen her. Entstehende Fäulnisprozesse entwickeln Gase, die via Pfortadersystem in die Leber und von ihr wieder ins Blut übergehen. Diese Giftstoffe nun verursachen öfters Kopfweh, indem die Nervenzellen, vor allem auch die Gehirnzellen belästigt werden durch die im Blute kreisenden, flüchtigen Gifte.

Auch Unterleibsleiden und Unterleibsbeschwerden können zu Kopfweh Veranlassung geben.

Bei Ueberarbeitung ist meist ein Manko an Nervenkräften vorhanden und dieses mag Kopfschmerzen auslösen.

Noch andere Möglichkeiten können Kopfweh verursachen, so auch Verschiebungen durch irgendwelche Ueberbelastung der Wirbelsäule, und diese Art von Kopfweh kann alsdann durch den Chiropraktiker erfolgreich behandelt werden.

Auf jeden Fall ist der Begriff Kopfweh nicht als eine Krankheit, sondern nur als ein Symptom, d. h. als eine Krankheitsäusserung zu bezeichnen. Das Schlucken von Betäubungsmitteln und Giftmitteln ist also nicht angebracht. Man muss die Ursache beheben.

Gleichwohl aber kann man ein Kopfweh beeinflussen, indem man den Nervenzellen gewisse biochemische Nährsalze zuführt, die den Schmerz mildern und vielfach sogar