Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 8 (1951)
Heft: 5

Artikel: Seelische oder medizinische Beeinlflussung
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554417

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: 09.12.2025

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

Auch dieser Bericht ist anspornend und besonders der ältern Generation nicht ganz unbekannt. Seit die chemischen Mittel indes ihren Feldzug angetreten haben, sind solch gute Hausmittel immer mehr und mehr in Vergessenheit geraten und es ist gut, wenn sie zum Nutzen der Leidenden wieder bekannt gemacht werden. Es ist nicht ganz ausgeschlossen, dass die Anwendung der Heilzwiebel bei Kinderlähmung und Multiple sklerose sogar eine günstige Wirkung auszuüben vermögen. Man müsste dies einmal ausprobieren, denn schaden wird die Anwendung auf keinen Fall.

Rüeblisaft für die Augen und für die schlanke Linie

Seit einiger Zeit ist es eine erwiesene Tatsache, dass der Saft der unscheinbaren Carotte nicht nur günstig auf die Augen wirkt, sondern auch der schlanken Linie nachzuhelfen vermag. Es ist dies ein sprechender Beweis dafür, dass unsere Nahrungsmittel zugleich auch vorzügliche Heilmittel zu sein vermögen. Eine Bäckersfrau, die ständig inmitten der herrlichsten Süssigkeiten lebt, schreibt, dass sie solche sehr gut meiden könne, seit sie eine Rüeblisaft-Kur durchführe. Schon nach einer Woche konnte sie berichten:

> *«Ich bin 80 Kilo schwer gewesen und merke nun, dass ich schön abnehme, denn vom Rüeblisaft habe ich gar kein Hungergefühl und kann ganz gut ohne Nachtessen und «z'Vieri» auskommen.»*

Eigentlich hat die Patientin mit der Rüeblisaft-Kur begonnen, um gegen die ständige Bindehautentzüdung ihrer Augen anzukämpfen. Durch medizinische Behandlung hatte sie keinen Erfolg zu verzeichnen und griff daher zu der einfachen Wirkung von Carottensaft. Jeden Tag bereitete sie sich aus 1 kg biologisch gezogenen Rüebli 7 dl Saft. Zur Unterstützung der Kur wurden Hypericum- und Calcium-Komplex eingesetzt und vorzüglich wirkt in solchem Fall auch das Auswaschen der Augen mit Augentrost- und Ringelblumentee.

Es ist Tatsache, dass bei einer Rüeblisaftkur das Provitamin A günstig auf die Augen wirkt. Ferner bewirkt auch jede Verbesserung der Blutzirkulation und der Blutzufuhr zum Auge eine Verbesserung der Funktionen. Wenn die Durchblutung des Auges richtig gewährleistet wird, dann können auch die Vorzüge, die durch den Rüeblisaft und somit durch das Carottin für das Auge in Erscheinung treten, besser zur Geltung kommen.

Bestimmt ist es erfreulich, dass eine solch wirkungsvolle Kur nicht nur den Augen zugute kommt, sondern auch die Gewichtsabnahme auf völlig natürliche Weise fördert. Man muss dabei nur beachten, dass man sich eiweissarm ernährt und Weissmehlprodukte nebst weissen Zucker meidet, dafür aber Naturnahrung einnimmt und vor allem viel Säfte geniesst. Nebst dem Rüeblisaft wirken auch noch der Grapefruit-, der Trauben- und Orangensaft vorzüglich. Dabei muss jeder Einzelne jedoch selbst beachten, welche der Säfte für ihn bekömmlich sind, denn nicht jeder Patient kann die verschiedenen Säuren ertragen, deren Genuss einem Gesunden nichts ausmachen. Wer also einen Erfolg ohne Nebenwirkungen erzielen will, der muss sich individuell seiner Natur anpassen und vorsichtig sein. Auch das Quantum der Säfte muss mässig sein, da man sich bekanntlich mit einem Zuviel ebenfalls schaden könnte. Diese Vorsicht ist selbst bei den natürlichen Mitteln, die eine Entfettung bewirken können, geboten.

Was aber die chemischen Entfettungskuren anbetrifft, sind solche als gesundheitsschädigend zu meiden, denn man kann daran zugrunde gehen. Es gibt viele Fälle, die tragisch geendet haben, darum sollte jeder Patient, der glaubt eine Entfettung nötig zu haben, hiezu nur natürliche Mittel verwenden.

Seelische oder medizinische Beeinflussung?

Das gestörte Wunder

Wenn schon ein Goethe feststellen konnte, dass es mehr Dinge zwischen Himmel und Erde gebe, als sich die Schulweisheit träumen lasse, dann sollte man diese Einsicht auch dem inwendigen Menschen entgegenbringen, denn auch er ist in seinen Auswirkungen gewissermassen ein kleines Wunder. Dies beachtet man allerdings meist erst, wenn irgend etwas gestört und aus der normalen Bahn heraus geworfen worden ist. Im übrigen ist es um das Wunder so harmonisch bestellt, dass es zur Gewohnheit und Selbstverständlichkeit gehört, wenn alles im Gleichmass klappt und stimmt. Ist dem aber nicht so, dann besteht sehr leicht die Gefahr, die Störungen einseitig beheben zu wollen, indem man entweder nur dem Körperlichen Beachtung schenkt oder aber auch nur das Seelische zu beeinflussen sucht. Eines ist indes durch das andere bedingt. So gibt es beispielsweise Patienten, die bereits schon durch das Lesen von Krankheitsfällen dermassen ängstlich werden, dass sie glauben, die gleichen Symptome an sich selbst beobachten zu können. Einige Beispiele.

Angina pectoris

Im letzten Herbst berichtete eine Patientin, der Arzt hätte bei ihr Angina pectoris festgestellt, da sie immer wieder einen Herzkrampf bekomme. Während der Erholungszeit bei einer alten, tüchtigen Krankenschwester verschwand indes jegliches Anzeichen von Angina pectoris und stellte sich auch nach Monaten nicht mehr ein. Welcher Anwendung hatte sich die Krankenschwester bedient? Nun, ganz einfach einer ruhig sachlichen Einfühlungsgabe in die Nöte der Patientin. Dadurch löste sie ihre seelischen Konflikte und nahm ihr vor allem die Angstpsychose hinweg, dass es sich bei ihr um Angina pectoris handle. Die Patientin lebte auf unter dem gütigen Verstehen, und die Herzkrämpfe wiederholten sich nicht mehr. Wie wenig wären in solchem Falle chemische Mittel dienlich gewesen? Sie hätten den Körper nur vergiftet und herabgewirtschaftet, während freundliches Entgegenkommen und liebevolles Verständnis zur zweckdienlichen Hilfe gereichten. Dieses Beispiel will nun nicht besagen, dass sich krankhafte Anzeichen jedesmal auf solch einfache Art und Weise beheben liessen. Gesetzt der Fall aber, dass ein Patient unter einer ausgesprochenen Angina pectoris leidet, ist es doppelt angebracht, ihm durch seelische Unterstützung sein Leiden richtig tragen und abbalancieren zu helfen. Bei jeder Krankheit irgendwelcher Art wird es von Nutzen sein, wenn der Patient selbst die innere Ruhe wahrt und sich dadurch leicht zu entspannen sucht. Jede verkehrte, angstvolle Einstellung erhöht die Schwierigkeiten. Wer aber unter Berücksichtigung der üblichen Krankheitssymptome den Kopf oben behält und sich nicht irgendwie ungünstig beeinflussen lässt, der hat viel mehr Möglichkeit, sich bei lästigen Krankheitsäusserungen beherrschen zu können. Wer nebenbei noch eine vernünftige, naturgemässe Lebensweise durchführt und als Heil- und Kräftigungsmittel zur Natur greift, kann bestimmt mit einer denkbar günstigen Beeinflussung seiner Lage rechnen.

Gestörte Eierstockstätigkeit

Ein weiterer Fall zeigt, wie zweckdienlich es ist, zu seinen Lebensverhältnissen die richtige Einstellung zu gewinnen, indem man sich in der bereits besprochenen Form umzustellen versteht. Eine junge Frau hatte über stetige Störungen in der Eierstockstätigkeit zu klagen. Krämpfe, Periodensörungen, alle möglichen Beschwerden im Unterleib waren die Folge. Eine Beratung mit dem jungen Ehepaar, das sich nicht gut verstand und seine eigene Lage nicht richtig zu meistern wusste, hatte eine innere Umstellung zur Folge und siehe da, die Beschwerden und Störungen liessen sich ohne Medikamente regeln. Dies ist

ein Beispiel davon, dass körperliche Defekte sehr oft durch seelische Not hervorgerufen werden können. Behebt man diese, dann verschwinden in der Regel auch die Störungen. Es ist dies ein deutlicher Fingerzeig, wie wichtig es ist, das seelische Gleichgewicht zu wahren, um sich vor körperlichen Schädigungen zu schützen. In unserer hastigen, selbstsüchtigen Zeit mag dies nicht immer leicht sein, und doch, es lohnt sich.

Leberleiden

Auch manches Leberleiden mit seinen unliebsamen Störungen von Galleerbrechen, von Gemütsdepressionen und anderem mehr, kann behoben werden durch die Befolgung von guten Ratschlägen. Wer die Schwierigkeiten seines Lebens zu meistern versteht, kann auch diesen unliebsamen Gallenstauungen und Leberstörungen entgegenarbeiten, so dass solche, statt sich durch eine unrichtige Einstellung zu steigern, im Gegenteil langsam verschwinden.

Anwendung spezifischer Mittel

Nicht immer wird es gelingen durch Beheben der Ursachen auf geistigem Gebiet Organstörungen erfolgreich zu bekämpfen ohne Anwendung von spezifischen Mitteln. Sehr oft muss beides mitwirken, die seelische Umstellung, wie auch zweckentsprechende Mitteleinnahme. Die erwähnten Beispiele möchten nur veranschaulichen, dass die Aenderung jener Umstände, die zu körperlichen Beschwerden geführt haben, sehr oft auch die entstandenen Organ- und Funktionsstörungen wieder verschwinden lassen.

Das Problem der Krankenkasse

Bespricht man sich über diese Probleme mit Aerzten, dann erhält man meist den berechtigten Hinweis, dass es ein Ding der Unmöglichkeit sei, sich mit den seelischen Nöten der Patienten aufzuhalten, bei den heutigen Bedingungen, die die Krankenkasse gewährleiste. Die individuelle Behandlung der Patienten mit Berücksichtigung ihrer Verhältnisse und seelischen Lage bedingt eine Aenderung im Krankenkassen-System. Bekommt ein Arzt nur die Normalentschädigung der Krankenkasse für einen Patienten, dem er genügend Zeit zur Berücksichtigung seiner Verhältnisse widmen muss, dann wird er weniger verdienen als ein recht bezahlter Maurerhandlanger, was man einem Arzt, der so und so lange studiert und so und so viel Kapital für dieses Studium ausgegeben hat, bestimmt nicht ohne weiteres zumuten kann.

So ist die Lage des Arztes. Diejenige des Patienten mag indes gleich bedauerlich sein, denn wenn dieser eine grosse Reise unternommen hat, um in jeder Hinsicht zweckdienlichen Rat zu erlangen, genügen 5—10 Minuten nicht, um seinen Verhältnissen individuell Rechnung tragen zu können. Diese Uebelstände sollten grundlegend behoben werden.

Aerztlicher Vertrag

In Brasilien herrschte seinerzeit, vielleicht gar heute noch, die Sitte, dass man mit seinem Arzt einen Vertrag abschloss. Man war daraufhin verpflichtet, dem Arzt jährlich eine gewisse Summe zu bezahlen, wofür sich dieser seinerseits verpflichten musste für die Gesunderhaltung seines Klienten besorgt zu sein. Je besser in solchem Fall der Arzt für seinen Patienten sorgt, umdesto weniger wird dieser in seinem Sprechzimmer erscheinen müssen, um ihm erneute Arbeit und Mühe zu bereiten. Es liegt also im eigenen Interesse des Arztes, seinen Patienten gut zu bedienen und ihn aufmerksam zu behandeln, wenn er den Pauschalbetrag, den er von ihm erhält, nicht durch zu häufiges Erscheinen des Kranken geschmälert sehen will. Das nennt man, den Spiess umkehren. Ist aber anderseits der Patient unangenehm, indem er in hyper-hysterischer Weise immer wieder in der Sprechstunde erscheint, dann kann der Arzt seinerseits den Vertrag künden. Aendert sich der Patient nicht, dann wird ihn mit der Zeit kein Arzt mehr in Behandlung nehmen, und er wird sich bequemen müssen, in sich zu gehen und sich umzustellen. Auch bei uns würde eine solche Einrichtung womöglich gut sein.

Weitere Uebelstände

Zu den erwähnten Lücken, die die Krankenkasseneinrichtung aufweist, gehört auch der Umstand, dass Naturheilmittel von der Krankenkasse nicht bezahlt werden. Mancher Patient würde sich weniger lang besinnen, zur Wohltat naturgemässer Behandlung zu greifen, wenn auch diese von der Krankenkasse berücksichtigt würde. Es wäre für den Patienten schon viel erreicht, wenn ihm die Kur nur wenigstens nach erfolgter Heilung bezahlt würde. In der Regel wird die Krankenkasse aber auch darauf nicht eingehen mit Ausnahme einiger weniger einsichtsvoller Kassiere.

Abhilfe

Vernünftige Lebensweise und Berücksichtigung seelischer Faktoren ist somit bestimmt angebracht, um wesentliche Abhilfe der Uebelstände zu beschaffen. Wer aus all den heute zur Verfügung stehenden Möglichkeiten Nutzen zieht und im Bedarfsfall statt zu chemischen Mitteln zur Naturheilmethode und in erster Linie auch zu seelischer Beeinflussung greift, wird sich gesundheitlich den besten Dienst erweisen.

UNSERE HEILKRÄUTER

PULMONARIA *(Lungenkraut)*

Wieder einmal war es Frühling geworden, denn das gelbe Schlüsselblümchen stand zusammen mit dem blauen Märzenstern oben im sprossenden Buchenwald, wo der Kalkfelsen auf sie herniederblickte und sie hie und da durch einen herunterrollenden Stein zu beunruhigen vermochte. Sonst aber war es friedlich hier oben, denn nur am Sonntag schwärmten die Spaziergänger aller Art herum, um sich die leuchtende Blumenpracht in ihre schmucklosen Stadtwohnungen zu holen. «Dass sich die Städter überhaupt zu uns heraufwagen,» wunderte sich die weisse Anemone, «können denn die noch klettern, wenn sie doch ständig zwischen Mauern leben müssen?» «Die werden eben nicht achtlos an mir vorübergehen,» erklärte der Weissdorn, der sich bereits zu weisser Blütenpracht vorbereitet hatte, «denn meine Beeren enthalten Stoffe, die ein starkes Herz verschaffen, und das braucht man zum Steigen.» Wie ein kleiner Triumphator schaute der segenspendende Strauch auf die Blumenwelt zu seinen Füssen herunter. Gleichwohl aber wagte sich aus ihrer Mitte ein Stimmlein hervor, ein rotblaues Blümchen, das ähnliche Blüten trug, wie die Schlüsselblume. Es war das Lungenkraut, das von sich wusste, wie hilfreich auch seine Säfte zu dienen vermochten. «Nicht vergebens nennt man mich Lungenkraut,» erklärte die kleine, bescheidene Pflanze, «denn ich stärke die Lunge, erhalte sie gesund, ja heile sie sogar. Nicht umsonst stehe ich im Kalkboden und sammle mir leicht löslichen Kalk, aber auch Kali und Kieselsäure. Wer sich meine zarten, weichbehaarten Blättchen holt, um sie fein zu schneiden und unter den Salat zu mengen, kann meine sämtlichen Vorzüge geniessen. Früher hat man darauf geachtet, heute aber scheinen die Menschen nur noch an uns vorüber zu gehen, ohne zu wissen, was wir zu bieten vermögen. Ja, nach unsern Blüten haben sie immer noch Verlangen. Bestimmt kommen heute Mittag viele zu uns, denn es ist ja Sonntag, um uns unsre schönsten Blüten zu rauben, und wir werden uns fest bemühen müssen, wenn wir unser Flecklein Erde, auf dem wir stehen, wieder so reichlich schmücken wollen, wie es jetzt geschmückt ist.» «Wenn aber doch so viele zu uns kommen, sollten wir sie doch belehren können,» eiferte kindlich der Märzenstern. «Wie willst du das tun? Die Menschen verstehen unsere Sprache nicht. Da kann ich lange Lungenkraut heissen, selbst mein lateinischer Name Pulmonaria deutet