

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 18 (1961)

**Heft:** 8

**Rubrik:** Fragen und Antworten

#### **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:** 14.02.2026

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

teurer als das, was aus dem Erlös übrig zu bleiben schien. Nun hiess es trotz der abnehmenden Kraft immer mehr zu leisten. Tolstois bekannte Novelle «Wieviel Erde braucht der Mensch?», schildert drastisch den Tod eines Unerträglichen durch Überanstrengung. Es braucht nun nicht jedem, der sich aufs Alter hin zu sehr anstrengen muss, so zu ergehen, dass er darob erschöpft niedersinkt, um nicht mehr aufstehen zu können, es genügt schon völlig, wenn sich besonders beim Geistesarbeiter als Folge zu grosser Anstrengung die Managerkrankheit einstellt. Vielleicht aber wäre ein rascher unerwarteter Tod dennoch leichter, als das unbehagliche Leiden, das diese Krankheit mit sich bringt.

So kann sich der Erfolg des Lebens im Alter tragisch auswirken und nicht jeder unternehmungsfreudige Mensch bedenkt dies, während er auf der kraftvollen Laufbahn freudiger Wirksamkeit dahineilt. So weit denkt er nicht, dass sein Unternehmungsgeist schlimme Folgen zeitigen könnte, wenn um ihn herum alles wächst und gedeiht, und die Arbeit wie eine Flutwelle alle seine Kräfte beansprucht, so dass sein Tag eigentlich 48 statt 24 Stunden zählen sollte. Ja, es kommt ihm nicht in den Sinn, dass dieses Leistungsvermögen allmählich abnehmen könnte, wodurch alsdann sein Erfolg zur tragischen Last zu werden beginnt. Vielen Erfolgsmenschen geht es nun aber so, wenn sie zu altern beginnen, denn

oft haben sie selbst dann immer noch mehr Willen und Tatendrang als Kraft. Wenn sie nicht klug genug und umsichtig sind, indem sie weise umzuschalten beginnen, dann können sie an ihrem Erfolg förmlich zugrunde gehen. So kann denn in der heutigen Zeit der Erfolg viel gefährlicher sein als ein Misserfolg, da dieser oft das Leben in massvolle Bahnen lenkt, was gesundheitlich zum Schutz gereichen wird. Jener aber, der sich an seinem Erfolg aufreihen muss, kann froh sein, wenn ihm nur ein Nervenzusammenbruch droht, statt ein Herz- oder Hirnschlag, der seinem arbeits- und sorgenreichen Leben ein rasches Ende bereiten wird. Wohl ist ein rascher Tod einem langen Siechtum vorzuziehen, wäre es jedoch nicht schöner und klüger, man würde sich zeitig umstellen, um die Früchte der regen Wirksamkeit noch ruhig geniessen zu können? Aber nur zu oft kann das, was man in strotzender Jugendkraft aufgebaut hat, in den Tagen der abnehmenden Kräfte zur Tragik werden. Wieviel mehr ist es daher wert, wenn mit dem Alter auch die Besonnenheit Schritt zu halten vermag! Ein langsames Abbauen entsprechend den vorhandenen Kräften wird der Tragik Inhalt gebieten können, und das ist gut. Es erfordert ein wenig Einsicht, ein wenig Selbstbeherrschung, ist aber immer noch besser als ein Versagen im erbarmungslosen Wettkauf des Erfolges.

## FRAGEN UND ANTWORTEN

### Arterienverkalkung und Nervenkrise

Mitte Januar 1961 berichtete uns Herr K., der 43 Jahre einen verantwortungsvollen Posten bei der Bahn zu betreuen hatte, dass er nun mit seinen 60 Jahren infolge starkem Schwindelgefühl und allgemeiner Körperschwäche nebst zeitweisem, heftigem Brechreiz mehrere Wochen von seiner Arbeit habe zurückstehen müssen und nun vor einer frühzeitigen Pensionierung stehe. Eine Magenstörung rührte ebenfalls zur Hauptsache von den überlasteten Nerven her. Da sich der Patient Ende Dezember einige Tage beschwerdefrei fühlte, schrieb er: «Ums so grösser war

die Überraschung, als mir am Morgen des 28. Dezembers alles im Kopf rundherum ging, Verkalkung im Kopf. — Hinzufügen möchte und es mir ungefähr 36 Stunden schlecht war, ohne erbrechen zu können. Vom Arzt bekam ich damals 3 Zäpfchen gegen den Brechreiz, womit sich die Sache bei völligem Fasten langsam beruhigte. Auch diesmal trat, wie bereits in früheren Fällen, das schwerbelastende Träumen von der Eisenbahn besonders stark auf, und zwar so, dass ich glaubte, kurzum ins Irrenhaus zu kommen. Glücklicherweise ist seit einer Woche langsam aber konstant eine leichte Besserung eingetreten, und zwar in allen Beziehungen.

Inzwischen musste ich zur bahnärztlichen Kontrolle in das Kantonsspital gehen. Das Ergebnis lautete: Sehr starker Nervenverschleiss mit leichtem Anfang von Arterien-ich noch, dass mir das Wasserlösen seit einiger Zeit Schwierigkeiten bereitet. Zur Zeit mache ich die Anwendungen mit Kamillendampfbädern, die «Der kleine Doktor» bekannt gibt. Ich möchte Sie nun höflichst bitten, mir die entsprechenden Mittel und Anweisungen für alles zukommen zu lassen.» Der Patient erhielt nun Acid. phos D3, Arterio-Komplex, Viscatropfen und Neuroforce. Gegen die Magenstörungen wurden feuchtheisse Wickel verordnet, gutes Einspeichern empfohlen und das Meiden von scharfgewürzten Speisen, nebst Käse, Schweinefleisch und gekochten Eiern. Auch betreffs der Früchte wurde Vorsicht geboten. Ferner sollte sich der Patient morgens jeweils die Beine, den Leib und die Arme sachte gegen das Herz zu trockenbürsten, worauf lauwarmes Abwaschen, gutes Frottieren und nochmals entspanntes Liegen zu erfolgen hatte. Um die Prostata zu beeinflussen, waren noch Sabal D1 und Staphisagria D3 einzunehmen. Mitte

März berichtete der Patient dann: «Die Mittel haben mir sehr gut gewirkt. Heute geht es mir wieder viel besser als damals. Die Schwindelanfälle im Kopf sind fast völlig verschwunden. Auch mit den Nerven ist es viel besser, so dass ich bedeutend ruhiger schlafen kann und nicht mehr so schwere Sachen von der Eisenbahn träume. In der Zwischenzeit bin ich auch pensioniert worden, wodurch sich bei mir die grosse Spannung verminderte. Mit der Verdauung geht es ebenfalls besser. Aber auch Sabal D1 und Staphisagria D3 haben mir die Schwierigkeiten beim Wasserlösen prompt behoben. Also alles in allem, es geht mir viel besser, wofür ich Ihnen herzlich danke und Sie bitten möchte, mir alle Medikamente nochmals zukommen zu lassen, damit ich mit der Behandlung fortfahren kann.»

Bei solch unliebsamen Störungen ist es doppelt erfreulich, wenn die Mittel ansprechen und die Gefahrenmomente behoben werden können, denn wer so viele Jahre treu und zuverlässig gearbeitet hat, sollte seinen Lebensabend nicht in trostlosem Leidenszustand verbringen müssen.

## BERICHTE AUS DEM LESEKREIS

### Behebung von nervlichen Störungen

Frl. H. aus B. schrieb uns Ende Mai dieses Jahres über oft sich wiederholende Schwindelanfälle. Da sich das vom Arzt verschriebene Mittel nicht günstig auf ihre Nerven auswirkte, versuchte sie es mit Ginsavena. Sie berichtete über dessen Anwendung wie folgt: «Zur Stärkung wurde mir Ginsavena angeraten, das ich nun seit 3 Monaten mit grossem Erfolg nehme. Ich habe seither keinen Schwindelanfall mehr gehabt, trotz sehr anstrengender Arbeit von 9 Stunden im Tag, oft noch länger.»

Auch Frau N. aus M. hatte guten Erfolg mit verwandten Nervenmitteln zu verzeichnen, nämlich mit Avena sativa und Ginsavita. Sie hatte diese anfangs Januar erhalten und berichtete nun Mitte März: «Als Erstes möchte ich Ihnen ganz herzlich danken für Ihre vorzüglichen Nervenmittel. Ich bin, was die Nerven anbetrifft, wieder ganz auf dem Damm, habe weder Angstzustände noch Depressionen, und, worüber ich sehr glücklich bin, ich kann sofort einschlafen! Wo alles andere versagt hat, haben Ihre Medikamente genützt.»

Es ist sehr zu begrüßen, dass uns die Natur durch einfache Pflanzenmittel bei Nervenstörungen so gute Hilfe dazureichen vermag,

denn die Hebung der Nervenkraft wirkt sich günstig aus, weshalb es von grossem Vorteil ist, wenn die verwendeten Mittel keine nachteiligen Nebenwirkungen aufweisen.

### Einfaches Mittel gegen lästiges Schwitzen

Immer wieder bewährt sich gegen das unliebsame Schwitzen, das meist auch mit einer gewissen Nervenschwäche zusammenhängt, auch auf den übrigen Gesundheitszustand der Frischpflanzenextrakt Salvia, der aus der Gartensalbei gewonnen wird. Ein bestätigender Beweis von Frau F. aus W. vom 8. März lautet: «Im Spätherbst haben Sie mir gegen das lästige Schwitzen bei unserem Buben Salvia geschickt. Der Erfolg war grossartig, nur noch ganz selten kam er in Schweiß. Nun möchte ich Sie bitten, das Mittel wieder zu senden, da die Neigung zum Schwitzen in letzter Zeit wieder zunimmt. Zudem möchte ich um Ginsavena bitten, da ihm auch dieses Mittel gut tut. Er kommt im Frühling in die Schule und ist sehr unkonzentriert. Für Ihre Mühe besten Dank.»

Es ist bestimmt vorteilhaft, die Wirkung von Salvia noch durch Ginsavena zu unterstützen. Zugleich wirkt sich letzteres auch auf das Denkvermögen und die Ausdauer günstig aus.