Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 19 (1962)
Heft: 1

Artikel: Das unermüdliche Herz
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554176

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: 16.12.2025

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

Das unermüdliche Herz

Bevor der Mensch sich selbst bewusst ist, also vor seiner Geburt, beginnt sein Herz zu schlagen und hämmert immerfort darauf los, Tag und Nacht, das ganze Leben hindurch. Unermüdlich versieht es seinen getreuen Dienst, bis sich sein Besitzer zum Sterben niederlegt und die Augen für immer schliesst. Wie undankbar und rücksichtslos sind wir doch meist diesem stets treu arbeitenden Organ gegenüber, das uns 60 bis 90 Jahre lang dient, ohne jeweils nur eine Stunde auszusetzen.

Beispiellose Tätigkeit

Wo finden wir einen Motor, der in der Leistungsfähigkeit mit unserem Herzen zu vergleichen wäre? Wenn wir erst noch die Struktur der Herzmuskulatur studieren, dann müssen wir staunen über den grossartigen Geist schöpferischer Gestaltungskraft. Wir sehen die Anordnung der Muskelfasern. Jede dieser Fasern besteht aus kleineren Strängen, den Fribrillen, die wie ein sorgfältig geordnetes Kabel sogar noch mit Querwänden versehen und jede Zelle mit einer elastischen Hülle umgeben ist. Die Herzwandung ist aus Tausenden solch elastischer Kabel zusammengesetzt. Durch das ganze, wohlgeordnete Kabelgefüge spinnt sich ein feines Netz ernährender Adern und erregender Nerven. Wenn wir all dies Staunenswerte erkennen, sollten wir uns wirklich einen Augenblick überlegen, dass dieses in uns lebende Wunder bestimmt etwas mehr Sorgfalt verdient, als wir ihm in der Regel angedeihen lassen. Wie unverantwortlich und sorglos gehen meist Jugendliche und Sportler mit diesem anvertrauten Wunderwerk um! Doch nicht allein Überanstrengungen körperlicher Art beanspruchen das Herz, auch durch die vielen Sorgen, die ihm auferlegt werden, wird es geschwächt und geschädigt. Der bekannte Sympathikus ist die eine Reizleitung, die das Herz anregt, während die andere, der Vagus-Nerv, das Herz abbremst. Diese beiden Reizleitungen arbeiten nach einem regelmässigen Rhythmus, der je nach den Anforderungen grösser oder kleiner ist. Das Herz schlägt also je nach den Forderungen langsamer oder schneller. Zwischen jedem Pulsschalg steht das Herz ungefähr $^1/_6$ Sekunde still. Dies ist die einzige Ruhepause, die es sich gönnt. Aber diese kurze Ruhepause wiegt die Rastlosigkeit nicht auf, mit der wir es unser ganzes Leben hindurch unermüdlich benützen. Wie staunenswert ist also dieses kleine Wunderwerk, das uns so ausdauernd zu dienen vermag!

Wir müssen uns zwar heute nicht sonderlich darüber wundern, dass mehr als 50% aller Menschen keine ganz normal arbeitende Herzfunktion mehr aufweisen. Der moderne Mensch jagt und hetzt auch dann noch, wenn er zur Gelassenheit Musse hätte, während er anderseits seinen Pflichten gegenüber oft sehr nachlässig sein kann. Doch diese Unausgeglichenheit schafft nicht den Ausgleich, wie er bei jenen immer noch zu finden ist, denen die Arbeit kein Muss, sondern eine Freude bedeutet. Hast schädigt, aber Stetigkeit schont das Herz.

Auch die Drüsen mit innerer Sekretion, vor allem die Schilddrüse, beeinflusst die Herzfunktion, was besonders bei Basedow zum Ausdruck kommt. Überträgt man den Herzrhythmus, also die Schwingung des Pulses mittelst der schreibenden Nadel eines elektrischen Apparates auf einen Papierstreifen, dann kann man darauf manche krankhafte Herzfunktion gewahr werden. Diese Aufzeichnung wird Elektrokardiogramm genannt. Wenn sich auf dem Papier zwei Kurven durcheinander zeigen, dann weist das auf zwei Herzen hin, die gleichzeitig schlagen. Wie ist das möglich? Nun ganz einfach, denn dies ist bei jeder schwangern Frau der Fall. Wenn aber gar drei Kurven in Erscheinung treten, dann darf man der erwartungsfrohen Mutter ankündigen, dass Zwillinge im Anzuge sind.

Beachtenswerte Schwierigkeiten

Bestimmt ist es auch interessant, dass das Herz noch weiter schlagen kann, auch wenn bei einem Menschen der Tod schon eingetreten ist. Anderseits kann das Herz aber auch bereits schon stille stehen, wenn sich der Tod auch noch nicht eingestellt hat, wie dies beim Scheintod der Fall ist. Durch starken, elektrischen Strom wird beispielsweise erst nur ein Herzkrampf verursacht, der die Herzfunktion einstellt. Der Tod selbst tritt erst später ein, wenn dem Körper kein Sauerstoff mehr zugefügt wird und sich die Kohlensäure anstaut, weil sie nicht mehr hinausgeschafft werden kann. Vesal, der Vater der modernen Anatomie, wollte bei einem Edelmann, der von ihm behandelt worden war, die Todesursache feststellen, weshalb er ihn nach seinem Tode öffnete. Während er die Sektion durchführte, konnte er zu seinem grossen Schrecken feststellen, dass das Herz noch arbeitete. Zeugen, die zugegen waren, zeigten ihn dem Gerichte an, und er wurde zum Tode verurteilt, weil er einen noch lebenden Menschen seziert habe. Das Leben oder der Lebensodem deckt sich somit nicht immer mit der Herztätigkeit. Wenn auch der Tod bereits eingetreten ist, indem das Auge brach und der Lebensodem wich, kann das Herz dennoch eine kurze Zeit weiter schlagen. Es kann aber auch vorkommen, dass das Herz zu schlagen aufhört, wiewohl das Leben noch nicht gewichen ist. Dies ist bei Verbrechern, die in Amerika auf dem elektrischen Stuhl hingerichtet worden sind, beobachtet worden. Ein Arzt, der dies erkannte, erhielt die Erlaubnis, solch einem Toten eine Einspritzung zu machen, um damit den Herzkrampf lösen zu können, denn als solchen betrachtete der Arzt den Stillstand des Herzens durch den elektrischen Stuhl. Die Annahme bestätigte sich als richtig, denn der scheinbar Getötete begann wieder zu leben und musste daher den peinigenden Weg zum elektrischen Stuhl ein zweites Mal antreten. Bestimmt liesse sich noch viel Eigentümliches, über Wunder und Begebenheiten, die mit dem Herzen zusammenhängen, berichten. Immer wieder zeigen sich neue Wunder auf diesem Gebiete, die teils durch Zufall, teils aber auch als Ergebnis der genauen Wissenschaft entdeckt werden.

Interessante Helfer

Einem solchen Zufall ist die Entdeckung der sogenannten Herzhormone zuzuschreiben. Ein ungarischer Prof. nahm folgenden Versuch vor. Er spritzte einem älteren Schaf längere Zeit den Herzextrakt eines jungen, frisch geschlachteten Tieres ein. Dadurch wurde dieses ältere Tier wieder stärker, sein Herzrhythmus begann kräftiger zu werden und auf der Weide konnte es wieder besser herumsteigen, so als wäre eine gewisse Verjüngung eingetreten. Als man das Tier schlachtete, stellte sich heraus, dass dies tatsächlich so war, denn man fand bei ihm junge Herzzellen und Teilungsformen, die zeigten, dass der Zellkern in Teilung begriffen war, wie dies sonst nur bei jungen Tieren während der Zeit des Wachstums geschieht. Das Herz junger, wachsender Tiere muss also durch irgend etwas die Fähigkeit besitzen, das die Herzzellen zur Teilung des Zellkernes und somit zur Bildung neuer Zellen veranlasst. Nach Beendigung des Wachstums wird diese Funktion nicht mehr beobachtet. Die heute an und für sich noch unbekannte Ursache dieser Verjüngung nannte man Herzhormon, denn dieser Name schien den unbekannt wirkenden Stoff am verständlichsten klarzulegen. Da es sich dabei um ein völlig harmloses, ungiftiges Mittel handelte, war es naheliegend, dass es auch für den Menschen in Frage kommen konnte, und die vorgenommenen Versuche erwiesen sich denn auch als völlig befriedigend. Bei Herzerweiterung, Sportherz und allen abgemüdeten und verbrauchten Herzen hat sich dieses einfache Mittel als eine hervorragende Hilfe erwiesen. Dies will jedoch nicht sagen, dass man deshalb unbesorgt werden dürfte, weil ja diese Herzhormonkur den

Schaden, den man dem Herzen durch unmässige Beanspruchung zufügen kann, wieder auszugleichen vermag. So ist dies nicht gemeint, denn die beste und vernünftigste Hilfe liegt in der normalen Schonung des Herzens. Dieser getreue Motor läuft wunderbar und vollautomatisch, wenn man ihn nicht jahrelang über Vermögen belastet. So dient denn auch die Herzhormonkur, wie jedes andere gute Heilmittel der Pflanzenheilkunde oder Homöopathie als Hilfe in der Not. Natürlich stehen auch verschiedene Pflanzenmittel zur Verfügung, so die Arnicawurzeltinktur, Crateagus, Cactus grandiflorus, Strophantus, Spigelia, das nährende Herzmittel Avena sativa, das homöopathische Mittel Calcium Carbonicum und zuletzt auch feinstofflich verdünntes Gold. Ein Herztonikum aus diesen Stoffen vermag manche Bürde zu erleichtern. In gewissen Einzelfällen ist auch Convascillan vorzüglich, und sogar der bescheidene Nusskämbentee hat schon manche Beschwerde günstig beeinflussen können.

Wer sein Herz in der Jugend bei Sport und Vergnügen nicht zu sehr anstrengt, muss auch nicht befürchten, dafür im Alter büssen zu müssen.

Abhilfe bei Kalk- und Kieselsäuremangel

Es ist eine erwiesene Tatsache, dass ein Mangel an Kalk- und Kieselsäure nach der Geburt eines Kindes Folgen haben kann. Bekanntlich braucht das Embrio sehr viel Kalk, um den Organismus aufzubauen. Wenn nun die werdende Mutter in der Hinsicht nicht genügend ausgerüstet ist, dann wird sich durch den vermehrten Bedarf des wachsenden Kindes auch ein vermehrter Mangel bei ihr bemerkbar machen, denn die Natur weiss sich immer geschickt zu helfen. Sie ist in dem Falle in erster Linie für das neuerweckte Leben besorgt, was ohne weiteres begreiflich ist, weil dieses noch nicht für sich selbst aufkommen kann. Jede schwangere Frau sollte daher ihren Zustand genau kennen. Sie sollte sich klar darüber sein, ob sie nicht zu Kalk- und Kieselsäuremangel neigt und sollte frühzeitig entsprechende Abhilfe treffen, sonst wird dies unangenehme Folgen für sie zeitigen. Es gilt vielerorts als selbstverständliche Tatsache, dass jedes Kind der Mutter einen Zahn kostet. Oft kommt es auch vor, dass sich nach der Geburt Schwierigkeiten mit der Lunge einstellen. Dies alles könnte vermieden werden, wenn während der Zeit der Schwangerschaft dem vermehrten Kalkbedürfnis die notwendige Beachtung geschenkt würde. Wer diesem Erfordernis jedoch infolge Mangel an Verständnis nicht gerecht wird, muss sich nicht wundern, wenn sich die Natur selbst hilft und sich den Kalk im mütterlichen Körper eben da holt, wo er vorhanden ist, um ihn dem wachsenden Embrio notgedrungen zuzuführen. Schwangere Frauen, denen es in der Hinsicht an der nötigen Einsicht und Erkenntnis fehlt, sollten sich über diese wichtigen Tatsachen nicht gleichgültig hinwegsetzen, sondern sich sagen lassen, dass nicht das Kind, sondern sie selbst in erster Linie den Schaden, der durch den erwähnten Mangel entsteht, zu tragen haben.

Einfache Abhilfe

Warum sollte man sich dagegen sträuben, solch vernünftigen Überlegungen Beachtung zu schenken? Mit ein wenig Aufmerksamkeit kann auf einfache Weise der Weg zur Abhilfe gebahnt werden. Da ist in erster Linie die Nahrung, auf die eine schwangere Frau achten muss. Dass diese nach all den gegebenen Erklärungen kalkreich sein muss, ist sicherlich einleuchtend. Vorzuziehen ist eine rohe Zubereitungsart, die vom Körper leicht aufgenommen und verarbeitet werden kann. Geraffelte, rohe Karotten, rohes Reformsauerkraut und Kabissalat, Kohlrabi mit den Blättern und andere kalkreiche Gemüse und Nährmittel sollten nie fehlen. An Stelle von reichlichem