

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 21 (1964)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Spasmen und Krämpfe  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551899>

#### 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:** 08.02.2026

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

der erwähnten Anlagen eine grosse Hilfe darstellt.

An dritter Stelle steht die Einnahme entsprechender guter, pflanzlicher Heilmittel. Zu dieser Hilfe sollten schwangere Frauen jedoch nicht erst unmittelbar vor der Geburt greifen, sondern monatelang zuvor, da neben der Beeinflussung des Blutes der Zustand eines ganzen Gefäßsystems in richtige Bahnen gelenkt werden muss. Als hervorragendes Mittel dient in solchem Falle Hamamelis, das Destillat aus dem sogenannten Zauberstrauch der Indianer. — Schon im Mittelalter wussten sich die Frauen mit Arnika, Schafgarbe, Johanniskraut und Pulsatilla zu helfen, um damit eine ungünstige Veranlagung zu Embolien und Thrombosensbildung erfolgreich zu bekämpfen. Auch wir haben uns die gute Wirkung dieser 4 Pflanzen schon vor mehr als 30 Jahren zunutze gemacht, indem wir daraus das bekannte Frischpflanzenpräparat Hyperisan entwickelten, das schon Tausenden von Frauen im In- und Ausland erfolgreich zu helfen vermochte. Schon oftmals haben wir in den Berichten aus dem Leserkreis Frauen erzählen lassen, wie sie den früheren Schwierigkeiten bei den Geburten entgangen sind, weil sie während der Schwangerschaft monatelang Hyperisan eingenommen haben. In der

Regel konnten solche Frauen alsdann überraschenderweise von einer leichten Geburt berichten, ohne die nachherigen Schwierigkeiten mit Thrombosensbildung, wie dies bei früheren Geburten jeweils der Fall gewesen war. Eine Hebamme schrieb einmal voll Begeisterung über eine elegante Geburt, die das Mittel ermöglicht hatte, und als Hebamme mit viel Erfahrung war sie zu einer solch ungewöhnlichen Beurteilung ja sicher fähig! Empfehlenswert ist es, neben Hyperisan gleichzeitig auch noch Urticalcin einzunehmen, denn biologischer Kalk hilft mit, die Gefäße wieder in Ordnung zu bringen. Noch ein weiteres Mittel, und zwar ein Frischpflanzenpräparat, das aus der Rosskastanie gewonnen wird, bekannt als Aesculaforce, hat sich zur Unterstützung von Hyperisan sehr gut bewährt. Es sind bestimmt nur einfache Hilfeleistungen, die wir unserem Gefäßsystem auf diese Weise zugute kommen lassen, aber sie beugen wohlweislich vor, was bestimmt gerade auf diesem Gebiet besser, einfacher und schmerzloser ist, als wenn wir unbekümmert die bestehenden Schwierigkeiten anstreben lassen, bis sie sich unheilvoll auswirken können. Nicht immer gelingt uns alsdann das Heilen noch, weshalb es angebracht ist, vorteilhafte Ratschläge frühzeitig zu beachten.

## Spasmen und Krämpfe

Es gibt verschiedene, stark auftretende Krämpfe. Sie können die Folge von Nerven- und Gehirnerkrankungen, wie beispielsweise Encephalitis, sein, können jedoch auch von Infektionen herrühren, wobei der Tetanus reichlich bekannt sein mag, doch stellen sich auch starke Krämpfe ein durch Harnvergiftungen, so bei Urämie und bei Eklampsie. Alle diese Krämpfe bedürfen einer speziellen Behandlung. Was wir nunmehr aber betrachten wollen, sind die einfachen, oft auftretenden Muskelkrämpfe, die sich sowohl in kurz dauernden, rasch aufeinanderfolgenden Muskelzuckungen, bekannt als klonische Krämpfe, als auch in lang

andauernden Kontraktionen, den tonischen Krämpfen durch Zusammenziehen der Muskulatur, äussern mögen.

Diese einfacheren Formen von Krämpfen sind mit Wasseranwendungen sehr leicht zu beeinflussen, und zwar vor allem mit heißen Heublumen- oder Kamillenwickeln, und wenn man hierzu keine Zeit finden sollte, auch mit heißen Dauerduschen. Sollte kein warmes Wasser zur Verfügung stehen, dann können an heißen Sommertagen auch kalte Anwendungen zu raschem Erfolg führen. Je nach dem Naturell des Menschen kann sich eine Überarbeitung oft eigenartigerweise durch starke, zusammenziehende, toni-

sche Krämpfe in der Aftergegend bemerkbar machen. Diese können sich dermassen schmerhaft äussern, dass der davon Betroffene sich oftmals nicht anders zu helfen weiss, als laut aufzuschreien. Unwillkürlich steht er dabei unter dem Eindruck, er sei von einem bösen, schweren Leiden befallen worden. Dabei handelt es sich jedoch tatsächlich nur um eine augenblickliche Verkrampfung, die man durch eine heisse Brause von 1 bis 2 Minuten lösen kann. Man richtet dabei den Wasserstrahl auf die schmerzende Stelle, worauf der Schmerz mit der Verkrampfung zusammen verschwindet. In das Gebiet der spasmischen Krämpfe gehören die Periodenschmerzen, denen viele Frauen und Mädchen unterworfen sind. Auch mancherlei Arten von Kopfweh sind auf Spasmen zurückzuführen, so vor allem die Migräne und das gefürchtete Föhnkopfweh, besonders wenn

es sich mit Nackensteife einstellt. Dieser unangenehmen Steifheit kann man in der Regel durch eine entsprechende Massage wesentlich beikommen.

Im übrigen aber ist es eine willkommene Erleichterung, zu wissen, dass man nicht zu giftigen Schmerz- und Krampfstillmitteln, die zur Süchtigkeit mit ihren sehr schlimmen Folgen führen können, greifen muss, um unerträgliche Schmerzen und Krämpfe möglichst rasch wieder loszuwerden, denn statt ihrer hilft in der Regel in all diesen Fällen Petadolor, ein Produkt aus der Pestwurz oder Petasites officinalis. Dieses wunderbare Pflanzenheilmittel hat sich bis heute ausgezeichnet bewährt, und zwar mit dem grossen Vorteil, nie schädliche Nebenwirkungen aufzuweisen. So haben wir denn immer wieder allen Grund, der Pflanzenwelt, die mit soviel hilfreichen Stoffen ausgestattet worden ist, dankbar zu sein.

## Hungerödeme

In einigen Ländern Asiens, in vielen Gebieten Afrikas und auch bei etlichen Indianerstämmen Südamerikas begegnen uns oft Kinder mit magerem Körper und dicken Bäuchen. Auch Erwachsene sieht man in solchen Gegenden, die in den Beinen, im Bauch, ja sogar im Gesicht Flüssigkeitsansammlungen aufweisen. In der Regel ist dies die Folge einer langandauernden Mangelernährung, die vor allem auf dem Fehlen von gutem Eiweiss beruht. Während bei uns gegen die Eiweissüberfütterung angekämpft werden muss, weisen diese sogenannten unterentwickelten Länder einen Eiweissmangel auf. Dieser löst bekanntlich ein starkes Nachlassen der Leistungsfähigkeit aus, verbunden mit einer Gewichtsabnahme und einer vermehrten Anfälligkeit gegen Infektionskrankheiten.

Für unsere Leser in den tropischen Ländern und für solche, die sich dorthin begeben wollen, möchte ich folgende Ratschläge erteilen. Wer infolge des erwähnten Eiweissmangels bereits erkrankt ist, darf auf keinen Fall plötzlich auf eine ei-

weissreiche Kost übergehen und sich kurzfristig grössere Mengen unserer guten Milchkonserven zugute kommen lassen. Wenn dies geschieht, kann der Patient das gleiche Missgeschick erleben, das unserem ausgehungerten Rotwild im winterlichen Wald zustossen würde, falls es ein kräftiges, würziges Emd vorgesetzt erhielte. Es würde nämlich daran zugrunde gehen, weshalb ihm der erfahrene Wildhüter nur mageres Schwarzheu zukommen lässt, und zwar nur in mässigen Mengen, da er das Wild nur durch dieses sparsame Vorgehen am Leben erhalten kann. Im gleichen Sinne müssen wir also auch bei den erwähnten Patienten vorgehen.

Kinder mit Hungerödemen muss man unbedingt langsam hochfüttern, indem man die Eiweissmenge nur allmählich steigert. Man kann mit der täglichen Verabreichung von 20 bis 30 g Eiweiss beginnen, indem man diese Menge auf 3 Mahlzeiten verteilt. Nach ungefähr 4 Wochen darf man die tägliche Eiweisseinnahme auf etwa 50 bis 60 g steigern. Wenn das Hun-