

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 22 (1965)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Erste Geburt im Alter von 40 Jahren  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969169>

#### **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:** 10.02.2026

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

urteilen. Deshalb prüfte ich jeweils sogar bei Sektionen genau, ob der Professor mit seinen frappanten Diagnosen nicht daneben geraten sei, aber ich konnte ihn nie bei einem typischen Versagen erwischen.»

Obschon dieser sogenannte ärztliche Blick gute Anhaltspunkte und Richtlinien geben kann, wird doch kein pflichtbewusster, gewissenhafter Behandler auf Grund dieses ärztlichen Schauens eine Therapie verordnen oder einen Eingriff irgendwelcher Art befürworten, ohne gleichzeitig die übrigen, diagnostischen Hilfsmittel einschliesslich von Urin- und Blutuntersuchung beizuziehen. Keine Diagnosenart darf als alleinige Untersuchungsmethode für eine ernste, entscheidende Krankheitsbehandlung in Frage

kommen, vor allem also auch nicht die stark umstrittene Augendiagnose.

Es ist indes beim Menschen so wie bei der Pflanze, die unserem geübten Auge die meisten Veränderungen ihres Gesundheitszustandes sichtbar meldet. Wie leicht lässt sich feststellen, wenn sich die Blätter, die Farbe oder die Struktur verändern. Der Trieb kann zu gross oder zu klein sein. Ebenso verändert sich der Mensch als Kind der Natur bei den meisten Krankheitsscheinungen äusserlich sichtbar. Man muss sich nur die Mühe nehmen und sich diesbezüglich üben, um genau beobachten zu können. Das Auge wird dadurch zum Spiegel der Seele und das Gesicht und das Aussehen des Menschen zum Prüfungsschild des Körpers werden.

## Erste Geburt im Alter von 40 Jahren

Es kommt heute oftmals vor, dass Frauen ungefähr im Alter von 40 Jahren ihr erstes Kind erwarten. Früher, zur Zeit kinderreichen Familien, war dies weniger der Fall, denn da galt meistens noch die Regel: «Jung gefreit, hat selten gereut.» Eine Mutter, die mit 40 Jahren ihr soundsovieltes Kind erwartet, wird sich kaum grosse Sorgen darüber machen, ist ihr Körper doch bereits zur Genüge daran gewöhnt und auch geübt. Anders ist es um Frauen bestellt, die in diesem Alter zum erstenmal schwanger sind, also vor ihrer ersten Geburt stehen. Es ist begreiflich, dass sie ihrer neuen Aufgabe mit einem gewissen Bedenken gegenüberstehen, und es ist dies auch gut und vernünftig so, denn dies veranlasst sie, sich richtig einzustellen und alles zu unternehmen, was entsprechend der heutigen Erkenntnis in einem solchen Falle gut ist.

### Notwendige Gymnastik und Atempflege

Es ist heute gewissermassen bereits zur Gewohnheit geworden, dass sich werdende Mütter einem Kurs für Atem- und Schwangerschaftsgymnastik anvertrauen. Auch hat Frau Dr. Dagmar Liechti unter dem Titel «Gesunde Schwangerschaft,

glückliche Geburt» ein hilfreiches Buch herausgegeben. Es ist zudem durch eine illustrierte Beigabe bereichert worden, da diese jeder Mutter anschaulich ermöglicht, zum Wohl ihres Zustandes täglich die zweckdienliche Gymnastik zu betreiben. Früher hätte man sich dies wohl kaum gewagt. Die Erfahrung hat jedoch bewiesen, dass richtige Gymnastik und Atemtechnik von grösster Bedeutung sind zur Erlangung einer beschwerdefreien Schwangerschaft und einer gutverlaufenden, raschen Geburt. Dass dies besonders auch auf Frauen im fortgeschrittenen Alter zutrifft, ist begreiflich, weshalb vor allem diese mit grösster Sorgfalt die tägliche Gymnastik mit richtiger Atempflege durchführen sollten.

### Vollwertige Naturkost

Von grosser Bedeutung ist auch die Umstellung der Ernährung auf ausschliessliche Naturkost, denn jede vernünftige Frau ist sich bewusst, dass entwertete Nahrung ihrem Zustand als werdende Mutter nicht dienlich sein kann. Dagegen wird es vorteilhaft sein, während der Schwangerschaft viel Karotten- und Randsaft zu trinken, was auch in Form

der Biottasäfte geschehen kann, weil man durch diese Vorkehrung den Hämoglobin- spiegel auf der Höhe halten kann. Von grossem Vorteil ist es auch, täglich etwas Weizen- oder Reiskeime zu essen, da diese für die Vitamin-E-Zufuhr sorgen. Eben- so wichtig ist während dieser Zeit die Ein- nahme von Vitamin C. Himbeeren und Johannisbeeren, Berberitzen, Sanddorn- beeren und Hagebuttenmark sind ausge- zeichnete Vitamin-C-Lieferanten. Mässig können wir auch dann und wann Zitronensaft in einem Getränk geniessen, da auch dies den Bedarf decken hilft.

### **Schwangerschaftserbrechen**

Sollte sich aller Sorgfalt zum Trotz gleich- wohl das unliebsame Schwangerschafts- erbrechen einstellen, dann wenden wir uns zur hilfreichen Homöopathie, denn *Nux vomica* D4, *Ipecacuanha* D6 und *Apo- morphinum* D4 helfen in der Regel der unliebsamen Erscheinung ein Ende zu be- reiten. Die werdende Mutter sollte immer zu Naturmitteln ihre Zuflucht nehmen, da sie allen Grund hat, doppelt vorsichtig zu sein. Eine Frau, die mit 39 Jahren ihr erstes Kind erwartete, schrieb uns einmal: «Im Allgemeinen reagiere ich nicht immer gut auf chemische Präparate. Synthetisches Vitamin E, das mir einmal vom Arzt verschrieben wurde, musste ich durch natürliches Vitamin E in Form von Weizenkeimöl ersetzen, da mir ersteres Verdauungsbeschwerden verursachte.» Diese Erfahrung kann auch anderen Frauen als gute Richtlinie dienen.

### **Venenpflege**

Was des weitern sehr beachtenswert ist, das ist die richtige Pflege der Venen, und zwar sollte diese während der ganzen Zeit der Schwangerschaft vorgenommen werden, also nicht erst kurz vor der Ge- burt. Durch die günstige Beeinflussung des Blutes kann nämlich der Zustand des ganzen Gefässsystems in richtige Bahnen gelenkt werden. Diesem Zweck dient be- kanntlich *Hamamelis*. Zur Verhinderung von Embolien, Thrombosen- und Krampf- aderbildung verwendeten die Frauen

schon im Mittelalter *Arnika*, *Schafgarbe*, *Johanniskraut* und *Pulsatilla*. Unsere ge- schäftige Zeit gibt uns wenig Gelegenheit, diese hilfreichen Kräuter selbst zu suchen und zuzubereiten. Sie stehen aber gleich- wohl jedem, der sie benötigt in Form von *Hyperisan* zur Verfügung. Da diese Pflan- zen vor allem die Venen günstig beein- flussen, tragen sie auch zu einer erleicht- teren Geburt bei, und zwar besonders, wenn die Pflege während der Schwanger- schaftszeit gewissenhaft durchgeführt wird. Mit ihr zusammen verbindet sich allerdings auch noch eine vermehrte Kalk- zufuhr, da auch diese mithilft, die Ge- fässer in Ordnung zu halten. Bekanntlich sind Milchprodukte kalkreich, ferner ro- hes Weisskraut oder *Kabis* in Form von Salaten. Zur Winterszeit kann auch ein gutes Reformsauerkraut als Rohgemüse den täglichen Bedarf decken helfen. Sehr kalkreich sind vor allem auch die Kohl- rabibrätter, obwohl man sie in der Regel unbeachtet wegwarf, was ihres Gehaltes wegen eigentlich sehr bedauerlich ist. Einfachheitshalber kann auch ein biologisches Kalkpräparat zugezogen werden. *Urticalcin* leistet in solchem Falle beson- ders wegen seines Gehaltes an natürli- chem Brennesselkalk beste Dienste. Wer die günstige Wirkung von *Hyperisan* und *Urticalcin* noch unterstützen möchte, kann auch noch zum *Rosskastanienex- trakt*, also zum *Aesculus* *ipp.* greifen, da auch dieser mithilft, das Gefässsystem in Ordnung zu halten.

Wer sein erstes Kind erst in den Vierziger- jahren erwartet, wird sicher nicht unter- lassen wollen, auch die Wehentätigkeit günstig zu beeinflussen. Dies kann ge- schehen, indem man 4 Wochen vor der Geburt mit der regelmässigen Einnahme von *Sorathamnus* beginnt.

### **Anspornender Bericht**

Zum Ansporn für jede werdende Mutter, besonders für jene, die nicht mehr im ju- gendlichen Alter steht, diene nachfolgen- der Bericht von Fr. G. aus B.: «Ich habe nun ein gesundes, kräftiges Büblein mit einem Gewicht von 3,650 kg zur Welt ge-

bracht, und zwar nach einer gänzlich beschwerdefreien Schwangerschaft, trotz meinen 39 Jahren! Die Geburt verlief normal und sehr schnell. Das Kind kam nach 2½ Stunden bei praktisch pausenlosen Wehen. Arzt und Hebamme waren sehr erstaunt, dass eine so späte Erstgeburt so rasch erfolgte. Dank Ihrer Präparate und einer gesunden Ernährung

habe ich kein einziges Äderchen an den Beinen.» So weit der Bericht einer zufriedenen Mutter, die den Anweisungen neuzeitlicher Gesundheitspflege während der Schwangerschaft gewissenhaft gefolgt ist. Es ist gewiss vorteilhaft, aus den Erfahrungen anderer Nutzen zu ziehen.

## Hirnanhang (Hypophyse)

Wie ein kleiner, unsichtbarer General, der ein grosses Heer befiehlt, oder auch wie der wichtige Mann im Kommandoturm eines Flugplatzes, der all die Tausende von Pferdestärken, all die Düsenflugzeuge eines grossen, internationalen Flughafens steuert und lenkt, so wirkt die kleine, bohnengrosse Drüse, die als Hirnanhang oder Hypophyse bekannt ist, im Körper. Diese Drüse, die nur wenige Gramm schwer ist, wurde früher als verkümmertes Organ betrachtet. Als jedoch die ersten Kundgebungen über ihre Wichtigkeit durch den Blätterwald der Wissenschaft rauschten, als man sogar herausfand, dass der Vorder- und der Hinterlappen ganz verschiedene Hormone erzeugen, da war das Erstaunen gross. Eine solch kleine Drüse hatte so viele lebenswichtige Funktionen zu besorgen!

### Ein einflussreicher Wirkungskreis

In einem gewissen Sinne steuert die Hypophyse die Schilddrüse, die Nebenniere sowie die Keimdrüsen. Sie nimmt also eine Schlüsselstellung innerhalb der Hormondrüsen ein. Ihre direkte Verbindung mit dem Zentralnervensystem in der Umgebung sehr bedeutender Zentren an der Hirnbasis, dem sogenannten Hypophysen-Zwischenhirnsystem, beschäftigt die Forscher immer mehr, denn es scheint, dass die Hypophyse direkt und indirekt alle Lebensvorgänge beeinflusst. Es macht den Anschein, dass sie mit der Thymusdrüse zusammen das Wachstum zu bestimmen hat. Da die ganze Entwicklung der Keimdrüsen und die Ausbildung der Geschlechtsorgane von der Hypo-

physe gesteuert werden, mag ein Hermaphrodit sein Zwitterlos dieser Drüse, die bei ihm entweder nicht richtig entwickelt ist oder nicht richtig funktioniert, zuschreiben müssen. Eine Schwangerschaft mit normalem Verlauf ist ohne Mitwirkung der Hypophyse unmöglich. Ein Zukkerkranker kann sein Leiden nicht nur einer mangelhaften Insulinproduktion der Langerhansschen Inseln in der Bauchspeicheldrüse zuschreiben, sondern auch einer Funktionsstörung des Hypophysenvorderlappens. Die Leber mag noch so viel gute Galle absondern, der Fettstoffwechsel leidet gleichwohl ohne ein auf ihn wirkendes Hormon der Hypophyse. Ein krankhaft veränderter Blutdruck, eine zu starke oder zu geringe Wasser-ausscheidung, ja sogar die Auslösung der Wehentätigkeit der Gebärmutter hängt von der guten Funktion des Hypophysenvorderlappens und den davon ausgehenden Hormonen ab.

Noch ist es der Wissenschaft nicht gelungen, den ganzen Hormonkomplex dieser kleinen, interessanten Drüse genau kennenzulernen. Das ist der Grund, weshalb man diese Hormone auch noch nicht synthetisch herstellen konnte. Es ist sehr riskiert, Hypophysenpräparate zu verordnen, es sei denn höchstens in kleinen, homöopathischen Dosen, da je nach der Sensibilität eines Patienten dadurch sehr peinliche Zustände auftreten können.

### Pflege und Beachtung der kleinen Wunderdrüse

Man sollte die Hypophyse als äusserst wichtige Steuerzentrale unbedingt etwas