Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 27 (1970)
Heft: 2

Artikel: Eiweissvergiftungen
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969577

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: 02.10.2025

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

fehler selbst. Das schliesst seitens des Arztes aber nicht die Notwendigkeit aus, dem Patienten klar vor Augen zu führen, in welcher Form und auf welche Weise er sich zu schonen hat. Körperliche Anstrengung muss er seiner Kraft anpassen und vor allem im Sport sehr Mass halten. Unangebracht aber ist eine beängstigende Beeinflussung, weil sie den Durchhaltewillen untergräbt und das seelische Gleichgewicht stört. Eine Psychose sollte man durch frohe Zuversicht unbedingt zu vermeiden suchen. Leider verstehen es nicht alle Ärzte, in solchen Fällen richtig vorzugehen. Einige mögen infolge Berufsblindheit Mangel an persönlichem Verständnis haben, anderen fehlt nebst der Zeit wieder das notwendige Mitempfinden und die Fähigkeit, beim Patienten Lebensmut und Freudigkeit anzufachen, denn die geschickte, psychotherapeutische Behandlungsweise liegt nicht einem jeden von ihnen. Sicher ist jedoch, dass der seelische Ansporn, den der Arzt zu übermitteln vermag, für das richtige Verhalten des Patienten meist sehr ausschlaggebend ist. Bei vorliegendem Herzfehler hängt die Lebensdauer des Patienten sehr stark von seiner Lebensweise, seiner Ernährungs- und Bewegungstherapie und vor allem von seiner geistigen Einstellung ab.

Eiweissvergiftungen

Nicht allen ist bekannt, dass Eiweissvergiftungen die Leber und auch die Bauchspeicheldrüse schwer schädigen können. In der Regel sind die meisten Menschen erst vorsichtig, wenn sie eine eigene Erfahrung hinter sich haben. Will man sich vor Eiweissvergiftungen schützen, dann muss man sich unbedingt davor hüten, alte, aufgewärmte Eiweissspeisen zu geniessen. Noch gefährlicher als Fleisch- und Eierspeisen sind Fische und verschiedene Meertiere. Besonders während internationaler Reisen ist die Gefahr der Eiweissvergiftung vor allem in heissen Ländern sehr gross. Dies ist so, weil sich das Eiweiss dort sehr schnell abbaut, viel schneller als bei uns. In diesem Zustand entwickelt es Gifte, und selbst der Kühlschrank kann die Eiweisszersetzung nicht verhindern, nur verlangsamen.

Sprechende Beispiele

Noch entsinne ich mich lebhaft einer solchen Eiweissvergiftung durch einen aufgewärmten Fisch. Ich befand mich damals auf der Jungfernfahrt der «Andrea Doria», die einige Jahre später trotz modernster Navigationsinstrumente mit schöner Radaranlage durch den Zusammenstoss mit einem skandinavischen Frachter gesunken ist. Auf diesem stolzen Schiff also erhielt ich an Stelle von Fleischspezialitäten einen Fisch vorgesetzt, der zu alt war. Die daraus entstandene Vergiftung verdarb mir einige Tage den Genuss der Seereise.

Auch im vergangenen November zog ich mir bei einem Abendessen erneut eine Vergiftung zu. Der Kellner empfahl einen Hummer, erstklassig zubereitet. Ich erinnerte mich an eine Mahlzeit von feinen Grayfischen, die mir in Südafrika frisch vom Meere hergerichtet worden waren, und ich willigte ein. Trotz der geselligen Fröhlichkeit, die uns während des Mahles begleitete, zeigten sich schon im Laufe der Nacht die ersten Symptome einer Eiweissvergiftung. Der Hummer, obwohl tiefgefroren, war zum Teil schon abgebaut, und ich war das Opfer dieses unerfreulichen Umstandes. Ich erwachte mit einem fürchterlichen Kopfweh und hatte Brechdurchfall, bis nur noch die reine Galle erschien. Mit Papayaforce konnte ich die Reste des Eiweisses noch verarbeiten. Echinaforce nahm mir die Schmerzen in den Gedärmen weg und Tormentavena stillte den Durchfall. Anderntags gönnte ich mir völlige Bettruhe, fastete und trank Mineralwasser, was mich wieder hochkommen liess. Wie notwendig ist in solchem Falle eine gute Reiseapotheke. Lei-

der brachte der Abend neue Probleme mit sich, da ich einer unaufschiebbaren Einladung Folge leisten musste, wiewohl ich solch einer Beanspruchung noch nicht gewachsen war. Wieder meldete sich während der Begrüssung der vielen Gäste meine Galle recht unliebsam, weshalb ich nachträglich unbemerkt zu verschwinden suchte, was mir auch gelang, denn anderntags hatte ich wichtige Aufgaben zu erfüllen, weshalb ich unbedingt auf dem Damm sein musste, wie man so sagt, und das war auch am andern Morgen der Fall. Australien interessierte sich während meines dortigen Aufenthaltes lebhaft um neuzeitliche Ernährungsfragen und nahm Anregungen, die gesundheitlich bessere Voraussetzungen zu schaffen vermögen, dankbar entgegen. Diese Möglichkeit wollte ich mir durch eine erneute Schwächung meines Zustandes nicht entgehen lassen, und so verzichtete ich lieber auf die geselligen Stunden.

Zwar fühlte ich mich nachträglich wieder gut arbeitsfähig, hatte aber gleichwohl noch einige Wochen mit einer sehr starken Empfindlichkeit der Leber und Bauchspeicheldrüse zu kämpfen. Eiweissvergiftungen können bleibende Folgen haben, wenn man nicht sofort mit den richtigen Mitteln eingreifen kann. Auch ist Fasten unerlässlich, um die Organe zu schonen und wieder zu beruhigen. Auf alle Fälle sollte man sich stets gut vorsehen, wenn man auf Reisen von andern abhängig ist, und nicht seine gewohnte Nahrung einnehmen kann. Man hat rascher etwas verdorben, als wieder gutgemacht. Eine Eiweissnahrung mag noch so vorzüglich aussehen, wenn sie nicht mehr ganz frisch ist, kann sie uns zum Verhängnis werden.

Gefährlicher Sonnenbrand

Es ist eine unumstrittene Tatsache, dass alles Gute, das lebengebend ist, unter gewissen Umständen auch schädlich, ja sogar gefährlich sein kann. Diese Feststellung trifft auch auf die Sonnenstrahlen zu. Gesunde Pflanzen belebt die Sonne, während schwache Pflanzen oder solche, die krank sind, dem vollen Sonnenstrahl nicht ausgesetzt werden dürfen, da er in solchem Falle in der Regel eine ungünstige Wirkung ausübt. Pralle Sonnenstrahlen können Schattenpflanzen mit Leichtigkeit töten.

Ähnlich kann sich die Sonnenbestrahlung auch auf den menschlichen Körper auswirken. Das ist nicht nur zur Sommerszeit, sondern im Gebirge auch im Winter der Fall, denn viele haben ein übertriebenes Verlangen, möglichst braun zu werden und benützen deshalb während des Wintersports die starke Höhensonnenbestrahlung im Gebirge, indem sie an geschützter Stelle im Badekleid sonnenbaden. Sie überlegen sich wohl kaum, wie stark sich die winterliche Höhensonne mitten im weissen Schnee auszuwirken vermag. In der Regel sind es nur wir Weissen, die auf diese Weise vorgehen, um brauner zu werden. Noch nie sah ich indes bis jetzt Angehörige der braunen Rasse von dem Wunsche beseelt, noch brauner werden zu wollen. Aber auf einer Südseeinsel konnte ich tatsächlich die Folgen eines solch ungewohnten Verlangens beobachten. Einige Polynesierinnen, die bereits von Natur aus genügend braun sind, wollten noch schöner braun werden und lagen deshalb stundenlang am Meer in der Sonne, ohne sich, wie es bei solchem Sonnenbaden üblich ist, den Kopf zu bedecken. Bei uns Weissen wäre die Haut unter solchen Umständen verbrannt, was bei den dunkelhäutigen Polynesierinnen jedoch nicht der Fall war, aber gleichwohl war die Sonnenbetrahlung zu stark, denn sie vermochte bei einigen der Mädchen leichte Gleichgewichtsstörungen auszulösen; und eines von ihnen hatte sogar einen bleibenden geistigen Schaden zu verzeichnen. Auf den pazifischen Inseln ist die Sonne am Meeresstrand allerdings ausserordentlich stark, jedoch glaube ich,