

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 29 (1972)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Föhnempfindlichkeit  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970752>

### **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:** 03.04.2026

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

werden. Naturheilvereine wie auch Kneipp-Vereine, nebst den Organisationen biologisch eingestellter Ärzte, die das Ganzheitsverfahren vertreten, sollten daher hell wach werden, um rechtzeitig den Kampf gegen den Moloch Chemie beginnen zu können. Zum mindesten soll-

te man so viele Konzessionen bei den grossen Organisationen zu erreichen suchen, dass die eigene Weiterexistenz dadurch gesichert ist, setzen sich ihre Bestrebungen doch für das Wohl jener ein, die unter dem Volke Interesse und Verständnis dafür bekunden.

## Föhnempfindlichkeit

Zwar war ich in meinen jungen Jahren nicht besonders föhnempfindlich, als ich aber einmal im sanktgallischen Rheintal einen besonders heftigen Föhnsturm erlebte, konnte ich nicht mehr behaupten, es sei mir dabei noch wohl. Mit solch brutaler Gewalt kam der Sturm dahergefegt, dass er das Dach meines offenen Wagens wegriß. Die Windstärke war dermassen gesteigert, dass ich in der Ebene nur noch im ersten Gang vorwärts kam. Das Atmen war so sehr erschwert, dass man zwar einatmen, aber fast nicht mehr ausatmen konnte.

Ein anderes Mal erlebte ich einen Föhnsturm in der Nähe von Beer-Scheba, doch nennt man ihn im Negev anders, denn er heisst dort Chamsin. Die heisse Luft war mit feinem Wüstensand durchdrungen und bei manchen löst dieser Sturm ein dumpfes Kopfweh aus. Da er jedoch äusserst warm ist, bereitet er jenen, die in besonderem Masse wärmebedürftig sind, weniger Schwierigkeiten als bei uns der Nordostwind, der als bissig kalte Bise manchen mehr zusetzt als der Föhn. Auch in Japan, Korea, Florida und selbst in Kalifornien begegneten wir dem Föhn. Überall besitzt er einen anderen Namen, den ihm die einheimische Bevölkerung zuge-dacht hat, aber allenthalben benimmt er sich so, dass man durch ihn gesundheitlich mit Schwierigkeiten zu rechnen hat. Unsere Erfahrungen waren wenigstens dieser Art. Mich mahnte das körperliche und seelische Empfinden bei starkem Föhn immer an die inneren Spannungen, die ein herannahendes, starkes Erdbeben auslösen kann. Damit meine ich natürlich nicht ein Beben, wie es gelegentlich einmal in unserer gemässigten Zone sich mel-

den mag, sondern jene unheimlichen Erdbeben in südlichen Ländern, denen selbst ein starker Wille nicht immer gewachsen ist.

### Sind die Ursachen erforscht?

Schon manche Forscher bemühten sich zu ergründen, warum all diese stürmischen Naturereignisse solch eine störende Wirkung auf unseren Organismus auszulösen vermögen. Nicht jeder ist ihnen zwar erlegen, aber dennoch leidet darunter eine grosse Zahl. Leider ist man des Rätsels Lösung noch nicht völlig auf die Spur gekommen. Man nimmt an, dass das elektrische Gleichgewicht oder Spannungsfeld im Körper durch diese äusseren Einflüsse gestört wird, so dass dadurch die Beschwerden entstehen. Wenn man in einem Raum, in dem sich kranke Menschen aufhalten, negativ ionisierte Luft erzeugt, fühlen sich die Kranken sofort wohler, während umgekehrt positiv ionisierte Luft die Beschwerden vergrössert. Es wäre daher für die Techniker eine wichtige Aufgabe, billige und handliche Apparate zu erfinden und zu konstruieren, um für die Patienten bei Föhn eine willkommene Hilfe zu schaffen. Welch eine Wohltat wäre es, wenn sich ein Föhnsturm meldet, einfach den entsprechenden Apparat einschalten zu können, um beschwerdefrei zu werden und zu bleiben. Leider ist das heute noch ein schöner Traum.

### Vorsicht ist Gebot

Zwar lassen sich die Beschwerden auch mit einigen Heilmitteln abschwächen und erträglicher gestalten, aber leider nicht ganz beseitigen. Wir können da das Föh-

nosan erwähnen, das Vitamin B<sub>6</sub> enthält. Im Föhnzeiten sollten keine riskanten Operationen vorgenommen werden. Es ist weise, solche auf klimatisch günstigere Verhältnisse zu verschieben. Der Körper könnte sonst dem Stress erliegen. Auch Autofahrten bergen während Föhntagen Schwierigkeiten, besonders, wenn man Selbstlenker ist. Bergtouren mit Klettereien sollte man unterlassen. Sporttraining und alle übermässigen Anstrengungen können sich bei föhneempfindlichen Menschen mit doppeltem oder dreifachem Risiko auswirken. Wenn jemand zu starker Niedergeschlagenheit neigt, dann sollte er sich vor vermehrten seelischen Belastungen hüten, falls Föhn im Anzug ist oder gar die Gegend beherrscht. Es heisst also geschickt sein, um keine unangenehmen Überraschungen erleben zu müssen. Auffallend ist auch das rasche Ansteigen der Unfallziffern bei Föhnstimmung, und zwar auf der Strasse wie auch in Indu-

striebetrieben. Vermutlich hängt die starke Empfindlichkeit gegenüber Föhn mit einer mangelhaften Leberfunktion zusammen, denn nach Einnahme von Lebermitteln wie Boldocynara werden die Symptome schwächer, indem die Beschwerden wesentlich zurückgehen. Fachleute, die ehrlich sind, müssen zugeben, dass das Föhnproblem therapeutisch noch keineswegs gelöst ist, wenigstens nicht voll befriedigend. Es ist daher findigen Fachleuten, insonderheit Spezialisten der atmosphärischen Physik vorbehalten, mit gutem Spürsinn und dem richtigen Fingerspitzengefühl voranzugehen, um durch entsprechende Versuche Erfolge zu erzielen, damit die vielen föhneempfindlichen Menschen Erleichterung empfangen können. Wie manche unliebsame Migräne könnte dadurch vermieden oder beseitigt werden! Eine entsprechende Bemühung zur freudigen Hilfeleistung würde sich bestimmt lohnen.

### Die fragile Akupunktur

Immer mehr beschäftigt die Frage der Akupunktur auch die Gemüter des Westens. Als ich vor ungefähr 10 Jahren in Thailand in einem Buddhistenkloster von einem seiner Leiter in einen Schulraum geführt wurde, in dem die Schüler Unterricht über Akupunktur erhielten, war in Europa diese eigenartige, asiatische Heilkunst erst einzelnen bekannt. Von dem Mönch, der mir nähere Erklärungen erteilte, erfuhr ich, dass die angewandten Tafeln mit den Meridianen und all den Akupunkturpunkten schon Jahrhunderte in Gebrauch waren und immer noch benutzt wurden, weil sie an Gültigkeit nichts verloren hatten. So wenigstens erschien es mir. Auf die Bitte, mir zu erklären, wieso die Akupunktur eigentlich so frappant wirken könne, wie ich dies bereits beobachtet hatte, erschien das für Asiaten typische Lächeln auf den Lippen des alten Mönches. Während er fortfuhr, seine roten Nüsse weiterzukauen, zuckte er die Achseln, und was er schliesslich erwiderte, war dasselbe, was viele Europäer und

Amerikaner bei ähnlichen Fragen bestätigen, nämlich, dass sie nicht wüssten, wieso eine Sache wirke, wohl aber dass sie wirke und wie sie angewandt werden müsse, um zu wirken.

#### Westliche Ansichten

Im Gegensatz hierzu steht bei uns jedoch die wissenschaftliche und behördliche Beurteilung solcher Angelegenheiten. Vergleichen wir damit nur einmal das Vorgehen unserer Interkantonalen Kontrollstelle IKS bei der Prüfung von Heilmitteln und medizinischen Apparaten. Die angewandte Genauigkeit lässt da kein Lächeln und Achselzucken zu, denn alles muss mehr und mehr nach wäg- und messbaren, also wissenschaftlichen Methoden bewiesen und nachgewiesen werden. Dieser strengen Richtlinie könnte demnach ein chinesischer Arzt in Europa und Amerika mit der Handhabung seines Berufes nicht ohne weiteres standhalten. Eher würde er als Scharlatan gelten, und