

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 31 (1974)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Quetschungen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553270>

### **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:** 26.12.2025

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



lassen müssen, wodurch sie sehr hergenommen worden war. Sie schätzte es daher sehr, ohne eine weitere Operation durchkommen zu können. Mich selbst freute der Erfolg, der durch das notwendige Durchhalten der Patientin erreicht worden war, weshalb ich ihr bestätigte, dass noch viele Kranke ebenso erfolgreich sein könnten, wenn sie in der Anwendung von Naturheilmitteln und einer entsprechenden Ernährungstherapie durchhalten

würden. Leider geben aber manche nach einem Anfangserfolg wieder auf, denn nicht jeder erkennt die Zusammenhänge, nicht jeder versteht es, die entsprechenden Schlussfolgerungen zu ziehen. Der Körper ist dankbar, wenn man seine Heilungsfähigkeit mit Einsicht, Ausdauer und Entschlossenheit unterstützt. Wenn die Niere erkrankt ist, kommt man selbst mit den besten Heilmitteln nicht ohne Diätmassnahmen zum Ziele.

## Quetschungen

Kürzlich setzte sich eine Patientin wegen einer Quetschung mit mir in Verbindung. Diese hatte sie sich infolge eines Falles auf das Strassenpflaster an linken Arm zugezogen. Wohl hatte sie sich sofort mit Symphosan gepflegt, indem sie damit die schmerzende Stelle einrieb. Leider hatte sie es aber unterlassen, die für solchen Fall wichtigste Behandlung, die Eiweiss-Kampfer-Packung, durchzuführen. «Der kleine Doktor» berichtet zwar genau darüber und die Patientin konnte sich auch erinnern, diese Beschreibung schon gelesen zu haben, aber dennoch vergass sie die Anwendung, obwohl diese als bewährte und allerbeste Methode am schnellsten hätte helfen können. Diese vorteilhafte Wirkung ist auf den Kampfer zurückzuführen, da er die Blutzirkulation nicht stocken lässt, wodurch der Körper rascher heilen kann. Ueberall wo Blut hinkommt, kann dieses auch heilende Stoffe herbeiführen. Eigentlich soll dieser Vorzug durch jede physikalische Therapie erreicht werden. Für jeden, der das erwähnte Buch «Der kleine Doktor», noch nicht besitzen sollte, folgt hier eine Erklärung über die Eiweiss-Kampfer-Packung. Je nach Grösse der gequetschten Stelle verwendet man 1–2 Eier zur Behandlung, indem man das Eiklar, also das Weisse vom Ei, zu Schnee schlägt. Nun raffelt man einen halben oder einen ganzen Kampferwürfel. Mangels einer Raffel kann man diesen mit einem Messer auch ganz fein schneiden, worauf man diese Masse unter den Schnee mischt und diesen nochmals schlägt, bis sich der

Kampfer darin ganz gelöst hat. Diesen Kampferschnee legt man nunmehr auf die gequetschte Stelle, nachdem man ihn zuvor auf ein Tüchlein gebracht hat. Die gesamte Auflage sichert man dann mit einer elastischen Binde. Der Eiweisschnee wird hart und wirkt sich wie ein leichter Harzverband. Dabei kann der Kampfer seine blutverdünnende Wirkung voll entfalten. Die Behandlung wird noch durch die Einnahme von Echinaforce wesentlich unterstützt. Falls sich noch starke, krampfende Schmerzen melden, hilft ein Petasitespräparat oder Magnesium phos. D<sub>6</sub>.

Auf diese Weise heilt eine Quetschung am allerschnellsten, so dass man nach einigen Tagen den Verband abnehmen kann, um eine Nachbehandlung mit leichtem Einreiben von Symphosan vorzunehmen. Selten besteht eine Notwendigkeit, den Eiweiss-Kampfer-Verband ein zweites Mal anzuwenden, denn schon nach 2–3 Tagen setzt eine Heilung ein. Die nachträgliche Restheilung erfolgt durch Anwendung von Wallwurz tinktur oder Symphosan. Wer nun diese einfache Behandlungsweise nicht kennt, kann oft wochenlang unter einer Quetschung leiden. Beim Sport, besonders beim Skifahren, ist diese Anwendung empfehlenswert, da man damit rechnen kann, schon nach 1–2 Tagen wieder auf den Brettern stehen zu können, und zwar mit dem Verband, der bei Muskelquetschungen an den Beinen und den Füßen die Muskeln schön zusammenhält, so dass man dadurch schmerzhaft zerrende Reizungen vermeiden kann.