

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 32 (1975)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Das männliche Klimakterium  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970568>

### **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:** 24.12.2025

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



aber wird durch den Fleiss ihrer Bewohner in ein Paradies umgestaltet werden, ja selbst die Wüste wird aufblühen wie eine Narzisse, da frische Wasserquellen aus ihr hervorberechen dürfen. Weil die Zeit für den Urheber des Bösen abgelaufen ist, wird er mit seinen Helfershelfern dem Aufbauwerk nicht störend entgegen treten können. Das ursprüngliche Vorhaben unseres Schöpfers wird verwirklicht sein, sobald unsere Erde ein glückliches,

treues Menschengeschlecht beherbergt. Was unter der Botmässigkeit des Bösen nicht gelang, findet festen Bestand unter den gerechtigkeitsliebenden Bewohnern einer gereinigten, erneuten, Erde. Für jenen, der geistig nicht blind oder voreingenommen ist, gilt die unerschütterliche göttliche Zusicherung, die aus den Worten spricht: «Siehe, ich mache alle Dinge neu . . . Schreibe, denn diese Worte sind zuverlässig und wahr.»

## Das männliche Klimakterium

Ueber das Klimakterium der Frau wurde schon viel geschrieben, denn seine physischen Merkmale kommen viel offenkundiger zur Geltung als jene beim männlichen Geschlecht. Es ist indes Tatsache, dass auch bei den Männern mit den Jahren eine Veränderung in der Keimdrüsen-tätigkeit vor sich geht, indem sich diese sowohl physisch als auch psychisch bemerkbar macht. Es wird daher von Nutzen sein, darüber Näheres zu erfahren.

### Die erste Phase

Bei der heutigen Lebensweise mit ihren oft zu reichlichen kulinarischen Genüssen treten gewisse Veränderungen manchmal schon nach dem vierzigsten Altersjahre auf. Es kann dies als die erste Phase eines solchen Klimakteriums bezeichnet werden. Die jugendliche Lebendigkeit scheint nachzulassen, so dass man etwas bequemer wird, denn unwillkürlich gibt man der Neigung nach, den Sport mehr oder weniger aufzugeben, obwohl man gerade dann Bewegung und Atmung am nötigsten hätte. Auch der verjüngenden Saunapflege spricht man weit seltener zu. Sogar die Ausflüge begnügt man sich nur mehr noch mit dem Auto vorzunehmen, während Fusswanderungen nicht mehr sonderlich beliebt sind. Auch die Gartenarbeit scheint immer mehr beschwerlich zu sein, denn man überlässt sie zu gern dem Gärtner. Kein Wunder, wenn dadurch eine erhebliche Gewichtszunahme in Erscheinung tritt; aber man tröstet sich mit seinen Kollegen und Altersgenossen, weil es die-

sen ja auch nicht besser ergeht. Zwar macht sich bereits eine leichte Blutdruck-erhöhung geltend, doch hat der Hausarzt dagegen ein gutes Mittel einzusetzen. Wenn auch die übrige Keimdrüsenfunktion nachgelassen hat, findet man sich damit ab, da, wenn es einmal gegen die Fünzigerjahre geht, man ohnedies den grössten und wichtigsten Teil des Lebens hinter sich hat. Solch eine scheinbar vernünftige Einstellung hilft uns, die Gegebenheiten besser meistern zu können. Das also wäre die erste Phase des männlichen Klimakteriums.

### Die zweite Phase

Wie sieht es nun während der zweiten Phase zwischen 50 und 60 Jahren aus? Eigenartigerweise meldet sich zu der Zeit oftmals der sogenannte zweite Frühling, was sich darin äussern mag, dass man seine Aufmerksamkeit wieder mehr auf junge Frauen lenkt und sich gedrun-gen fühlt, ihnen Komplimente entgegenzubringen. Mancher scheint in diesem Alter dies und das nachholen zu wollen, was er im früheren Eifer der geschäftlichen Inanspruchnahme glaubt versäumt zu haben. Als Folge einer solchen Einstellung treten während der zweiten Phase des männlichen Klimakteriums auch viele Ehescheidungen auf. Die eigene Frau ist ohnedies ebenfalls in ein älteres Stadium eingetreten, und unwillkürlich sucht sie der eine oder andere durch eine jüngere zu ersetzen. Oftmals spielt dabei die Sekretärin diese Rolle. Nicht vergebens rät indes das



Buch der Bücher dem Manne, die Ehefrau seiner Jugend nicht zu verlassen. Auch er ist gealtert, warum sich also nach einem jugendlicheren Partner umsehen, wenn doch die eigenen Kräfte allgemein abgenommen haben? Setzt das nicht gewissermassen Verjüngungskuren voraus. Wer es sich wirtschaftlich leisten kann, greift zu kostspieligen Frischzellentherapien, was jenen Worten Jesu gleichkommt, die abraten, neuen Wein in alte Schläuche zu füllen. Man könnte doch eher dafür sorgen, sich durch eine natürliche Lebensweise gesundheitlich wieder besser zu stellen, statt sich Hilfsmitteln zuzuwenden, die keineswegs harmlos sind, sondern allerlei Schwierigkeiten, vor allem mit der Prostata nach sich ziehen können. Ein solch unerwünschter Ausgang bereitet natürlich den kühnsten Erwartungen ein plötzliches Ende.

#### **Warum sich täuschen lassen?**

Es beruht auf Täuschung, wenn man glaubt, das Altern durch eine Frischzellentherapie oder durch Drüsentransplantation aufhalten zu können. Im Gegenteil, ein sol-

ches Verfahren ist ein ebenso teures wie auch meist unnützes Unternehmen. Auch die Hormontherapie ist nicht ungefährlich, und auf die Dauer ist auch sie mit Misserfolg gekrönt, was man ja allerdings keineswegs beabsichtigt, weshalb es viel klüger und weiser wäre, mit dem Altern zu rechnen und sich damit abzufinden. Auf diese Weise unterschätzt man den Segen, den es durch grössere Reife mit sich bringen kann, nicht. Uebersieht man aber diesen Vorteil, dann kann man ihn auch nicht auswerten und sich seiner erfreuen. Durch vernünftige Einstellung und Beachtung gesundheitlicher Ratschläge kann man die Alterserscheinungen nebst diesbezüglichen Beschwerden weit besser beeinflussen und hinausschieben, als wenn man dem Aelterwerden sein Recht nicht zusprechen will, sondern es vielmehr durch naturwidrige Eingriffe stört und zu verhindern sucht. Alles hat nun einmal seine bestimmte Zeit, weshalb wir uns diesem Zeitmassweise anpassen sollten, um nicht weit grössere Nachteile ernten zu müssen, als sie einem natürlichen Altern ohnedies anhaften mögen.

### **Blasenentzündung**

Selbst Mütter sind sich zu wenig bewusst, ihre Kinder durch warme Kleidung vor einer Blasenentzündung zu schützen. Sie selbst sind heute ja meist nur mangelhaft angezogen, um ja die schlanke Linie erhalten zu können. Wie wollen sie da genügend Einfühlungsvermögen aufbringen, damit sich ihr Kleinkind nicht zu sehr abkühlt und dadurch die Blase empfindlich schwächt. Eine Blasenentzündung, die man sich während der Kinderzeit zuzieht, kann die Blase dermassen schädigen, dass sich ein solcher Nachteil nicht mehr ganz verliert und womöglich als chronische Empfindlichkeit und Schwäche im Alter wieder neu aufflackert.

#### **Sprechende Beispiele**

Kürzlich erklärte mir eine frühere Bauern-tochter, die sich immer wieder nach Land- und Gartenarbeit zurücksehnt, dass sie

durch Blasenentzündungen sehr behindert sei, weil jede kleinste Erkältung dieses lästige Leiden mit all seinen schmerzlichen Beschwerden erneut aufflackern lasse. Sie hatte sich dieses Uebel zugezogen, weil sie während eines Kongresses im Massenlager untergebracht worden war. Infolge kühler Witterung fror sie und schädigte dadurch ihre Blase so sehr, dass sie durch dieses Leiden immer wieder geplagt wird.

Eine andere Patientin bestätigte den zuerst erwähnten Hinweis, denn sie war als Kind bei kühler, feuchter Witterung oft mangelhaft gekleidet draussen, setzte sich unbedenklich auf Steintreppen und durchnässte sich Schuhe und Füsse in allerlei Pfützen. Die Folge davon war schliesslich eine gründliche Blasenentzündung, deren Heilung viel Geduld erforderte. Da aber zu jener Zeit die chemischen Mittel bereits anfangen, bewährte Kräutermethoden