

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 35 (1978)
Heft: 7

Artikel: Leiden und Krankheiten, verursacht durch das Fernsehen
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-970358>

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: 11.01.2026

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

Leiden und Krankheiten, verursacht durch das Fernsehen

Wohl verdienen die technischen Errungenschaften der Neuzeit unsere volle Bewunderung. Telephon, Radio, Fernsehen, all das verbindet uns mit der nahen und fernen Welt. Wir erfahren und lernen viel durch diese fabelhaften Erfindungen. Oder ist es nicht fabelhaft, dass wir durch Einstellen einer Nummer unsere Bekannten in der Nähe oder in weiter Ferne sprechen hören können. In Zeiten der Not können wir uns dadurch gegenseitige Hilfe leisten. Radiosendungen mögen uns durch vorzügliche Programme neue Kenntnisse übermitteln und erst das Fernsehen, das noch bildhaft mitwirkt, ist doppelt anregend, wenn es uns über den Stand der verschiedensten Zustände auf unserem Erdenball unterweist, wenn es uns ferner in frühere Zeiten zurückblicken lässt oder uns musikalische Genüsse darbietet. Besonders den Kindern wird dadurch das Lernen erleichtert, aber all dies birgt auch seine Gefahren in sich. Wenn uns oder unseren Kindern das Fernsehen zum blossen Zeitvertreib wird, von dem wir immer mehr abhängig werden, dann gehen wir dessen Vorzüge verlustig. Radio- und Fernsehzeiten bewahren uns vor solch zweifelhaftem Zustand, lautet doch ein altes Verslein warnend: «Morgegang macht der Tag lang». Heisst das nicht, dass jener, der schon am Morgen entspannende Unterhaltung pflegen möchte, den Alltagspflichten nicht gewogen ist? Die Stunden harter Arbeit dauern bei solcher Einstellung zu lange und der erholungsreiche Abend verzieht so sehr! – Darin eben liegt die Gefahr, wenn wir nicht wachsam sind und uns beherrschen lernen. Wenn wir nun aber die Programme genau studieren und nur wählen, was fördernd für uns ist, dann bleiben wir überlegen und die Abendstunden werden uns nicht lästig, denn auch die Pflichterfüllung sollte uns zum befriedigenden Vergnügen gereichen, weil wir ja sonst eigentlich betrogen sind. Alles, was wir mit liebender Sorgfalt bewältigen, trägt zu unserem Segen bei. Auch unsere Kinder erhalten dadurch eine gesunde

Richtlinie, denn besonders ihnen schadet es, wenn sie fernsehsüchtig werden. Erst riss dies, wie so manche andere Nachteile, in Amerika ein, und getreulich meldete sich auch bei unseren Kindern die gleiche Versuchung, nämlich vom Fernsehgerät nicht mehr loszukommen. Ist es erst so weit, dann haben die Eltern keine Macht mehr über ihre Kinder und müssen sie allen Schädigungen preisgeben. Wenn sich Eltern jedoch für sich selbst zu beherrschen wissen, ahmen ihre Kinder dies in der Regel nach. Stellen sie mit ihnen die wertvollen Programme fest und wachen sie zugleich über die verfügbare Zeit, damit der kindliche Schlaf auf keinen Fall zu kurz kommen muss, dann bleibt das Familienleben gesund.

Bedenkliche Nachteile

Wer sich nämlich angewöhnt, Tag für Tag, stundenlang und bis in die Nacht hinein dem Fernsehen zu huldigen, wird folgenden Symptomen preisgegeben: In erster Linie stellt sich grosse Gereiztheit ein. Die Nervosität steigert sich bis zum Angriffstrieb, was sich nur zu leicht gefährlich auszuwirken vermag. Gesteigert wird auch die Abneigung gegen jegliche Pflichterfüllung. Vor allem kommen dabei die Schulaufgaben zu kurz. Auch Hilfeleistungen in der Familie und im Haushalt sind unerwünscht. Schlafstörungen sind die natürliche Folge. Doch auch die Verdauung beginnt zu leiden, hat man doch keine Zeit und Geduld mehr, gründlich zu kauen. Die schlechten Essgewohnheiten haben Appetitverlust im Gefolge. Kinder verlieren sogar die Freude am Spielen und Jugendliche am Sport.

Durch unachtsame Programmwahl erhalten vor allem Jugendliche ungünstige Eindrücke. Gewalttätigkeit, Mord und Todschlag erschüttern das ethische Empfinden, und die Urteilsfähigkeit leidet dadurch. Schädigend für unsere Augen ist auch das stete Flimmern, besonders durch Fernseh-Empfangsgeräte, die nicht einwandfrei sind. Gewöhnlich ist das Dargebotene so,

dass es zu äusserster Anspannung anregt. Angespanntes Hören und Sehen aber, meist verbunden mit Lärm und lauten Tönen, verbraucht unsere Nervenkraft, die dadurch oft unnütz verschleudert wird.

Gehemmte Entwicklung

Die Entwicklung der Sinnesorgane bei Kleinkindern erfolgt langsamer und auch schlechter, wenn sie daran gehindert werden, alle normalen Eindrücke in Ruhe aufzunehmen. Wird daher ein Kleinkind lange Zeit dem Einfluss greller Radiotöne sowie der Anstrengung des Fernsehens ausgesetzt, dann leidet dadurch seine normale Entwicklung. Kleinkinder haben genügend Unterhaltung, wenn sie ihre zierlich kleinen Fingerchen studieren und sich mit diesen als Spielzeug beschäftigen. Die ruhige Stimme der Eltern, vor allem die verbindliche Art der Mutter ist ein Erlebnis, das stets erbauend wirkt. Wieviel muss doch ein solch kleines Geschöpfchen in seiner ersten Lebenszeit an Begriffen aufnehmen, erforschen und erfassen, bis es

dazu gelangt, sich sogar auszudrücken und Worte zu formen. Tiefe Ruhe ist dabei dem Kleinkind bekömmlich, eine freundliche, liebevolle Atmosphäre, wohingegen Radiogeschrei und Fernsehgeflimmer sehr ungünstig sind. Unter solchem Einfluss kann sich ein Kind nicht natürlich entwickeln, und es ist nicht verwunderlich, wenn sich allerlei körperliche und seelische Störungen und Krankheiten melden können. Es liegt somit an den Eltern, die Kinder vor schädigenden Einflüssen zu bewahren, indem sie diesen selbst nicht frönen. Begehrliche Eltern müssen sich nicht wundern, wenn sie ihre Untugenden auf die Kinder übertragen. Besonders Jugendliche sind kritische Beobachter, aber ohne entsprechendes Vorbild werden auch sie ihren Schwächen erliegen. Es ist daher nur von Vorteil, wenn Eltern darauf bedacht sind, ihre Familienverhältnisse gediegen und ruhig zu gestalten. Dann haben sie auch viel eher Macht über ihre Kinder, können sie in richtige Bahnen lenken und schädigende Einflüsse von ihnen fernhalten.

Aus dem Leserkreis

Verbesserung der Nierentätigkeit

Mitte Januar gelangte Herr W. aus S. an uns, weil sein Blut das Doppeltzuviel an Harnstoffen aufwies, als es normalerweise sollte. In der Ernährung hatte sich Herr W. schon ziemlich günstig umgestellt, da ihm auch sein Arzt viel Rohkost und Pellkartoffeln empfahl, aber die chemischen Mittel und Injektionen verschafften keine Besserung. Der Patient ist bereits 76 Jahre alt und verbrachte davon 20 Jahre in Afrika, was gewisse Anforderungen an die Gesundheit stellte.

Die Unterstützung der Nierentätigkeit erfolgte nun eigentlich auf sehr einfache Weise, denn wir empfahlen ihm, jeden Abend während einer halben Stunde feuchtheisse Kompressen in der Nierengegend aufzulegen, und zwar sollten diese Auflagen mit überbrühten Heublumen in einem Baumwollsäcklein erfolgen. Statt diesen wurden auch Sitzbäder mit Heublumen-

absud empfohlen. Auch diese hatten eine halbe Stunde zu dauern bei einer Temperatur von 37° Celsius. Der Nierentee sollte ungezuckert getrunken werden unter Beigabe von Nephrosolid, auch wurde gegen den hohen Harnstoffgehalt noch Helleborus D₁, Zinnkraut, Lachesis (Helleborus) D₁₂ und Echinaforce angeraten.

Nachdem sich der Patient während zweier Wochen der Heublumenkompressen bedient hatte und tagsüber zudem Nierentee mit Nephrosolid wie auch zusätzlich Lachesis D₁₂ einnahm, konnte er eine wesentliche Besserung feststellen, denn er schrieb uns: «In zwei Wochen hatten die Anwendungen und Mittel mehr gewirkt als durch ärztliche Verordnung die chemischen Medikamente während 6 Monaten. Der Harngehalt im Blut sank von 80 auf 54». Dies ist bestimmt erfreulich, beweist es doch, wie dankbar Organe auf einfache Natur-