

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 36 (1979)
Heft: 2

Artikel: Hypoglykämie
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-551658>

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: 25.04.2026

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

in seinem Bettchen lag und kaum mehr atmete. Die Mutter war sich keiner Ursache der Erkrankung bewusst, doch als ich das Kind betrachtete, kam mir plötzlich Dr. Hahnemann in den Sinn. Auch er war einmal in der gleichen Lage und musste sich fragen, wie er bei einem vergifteten Kind, das blau und verkrampft vor ihm lag, erfolgreich vorgehen könnte? Ein Becken voll kalten Wassers und ein Schwamm halfen mir den Krampf des Kindes lösen, denn als ich den kalten, nassen Schwamm kurz auf die Brust des kleinen Mädchens drückte, erfolgte ein lauter Schrei und gleichzeitig fing es wieder zu atmen an, denn der Krampf hatte sich gelöst. Nun setzte ich homöopathische Mittel ein, während mich der Gedanke an Dr. Hahnemann unwillkürlich an diese Hilfe erinnerte. In der Hausapotheke konnte ich Belladonna D₄ vorfinden und träufelte dem Kind nur einige Tropfen in den Hals. Einige Minuten später erhielt es noch etwas Petasitestropfen, um die restlichen Krampfstände gänzlich behe-

ben zu können. Nach geraumer Zeit wirkte ich mit Lachesis D₁₂ auch noch auf eine allfällige Vergiftung ein, denn wie leicht mochte das Kind etwas in den Mund gestossen haben, was sich als versteckte Gefahr erweisen konnte. Es konnte daher nützlich sein, nach einer weiteren Stunde noch zwei Tropfen Echinaforce einzugeben, worauf ein Kräuterbad mit Thymian und Kamille erfolgte, was einen guten Schlaf im vorgewärmten Bettchen auslöste. Später erfuhr ich dann zu meiner Freude, dass die Behandlung erfolgreich gewesen war, denn es blieben keine Nachteile zurück.

So sollte man denn immer zur rechten Zeit am benötigten Ort erscheinen können, um Vergiftungserscheinungen auf richtige Weise zu beheben. Wie glücklich ist eine Mutter, wenn tragische Fälle auf solch einfache Weise gelöst werden können, aber noch besser wäre es, alles Gefährliche, soweit es in unserer Macht steht, zu beseitigen, um Gefahren überhaupt nicht aufkommen zu lassen.

Hypoglykämie

Dieses Fremdwort bezeichnet einen niedrigen Blutzuckerspiegel. Die Schwierigkeiten, die damit verbunden sind, bereiten dem Leidenden meist grosse Mühe. Allerdings ist dies auch bei erhöhtem Blutzuckerspiegel der Fall, führt dieser doch zur gefürchteten Zuckerkrankheit, allgemein auch als Diabetes bekannt. Ueber diese Erkrankung sind viele Bücher geschrieben worden, und immer wieder erscheinen Abhandlungen in der Presse, um ausser der Insulinspritze allerlei andere Empfehlungen zur erfolgreichen Bekämpfung darbieten zu können. Der Grund, warum bei Diabetes zuviel Blutzucker im Blute ist, liegt bei der Bauchspeicheldrüse, da die in ihr enthaltenen sogenannten Langerhansschen Inseln zu wenig Insulin erzeugen. Dieser Umstand führt dazu, dass der Zucker nicht genügend verarbeitet oder verbrannt wird, weshalb er mengenmässig im Blute ansteigt. Normal ist der Blutzuckergehalt von 80–120 mg%, während

er bei Diabetikern auf 140–180 oder noch höher ansteigt.

Umgekehrt verhält es sich nun aber bei der Hypoglykämie, da der Blutzuckergehalt bei dieser Erkrankung auf 60 mg% und noch tiefer hinunterfällt. Amerikanische Forscher behaupten, dass in den Vereinigten Staaten von Amerika 50 Millionen Menschen an Hypoglykämie leiden. Einige Spezialisten nehmen indes an, dass 80% der gesamten Bevölkerung davon befallen sei. Bei uns in Europa wurde selten etwas über dieses Leiden geschrieben, wiewohl man auch hier bei genauer Untersuchung feststellen könnte, dass bestimmt prozentual nicht weniger Menschen unter den erwähnten Störungen zu leiden haben als in den USA.

Beachtenswerte Zusammenhänge

Bei solch grosser Ausbreitung dieses Leidens ist es demnach gut, die Zusammenhänge etwas näher verstehen zu lernen.

Es verhält sich nun so, dass sämtliche Kohlenhydrate, also Stärke sowie die verschiedenen Zuckerarten, die wir mit der Nahrung aufnehmen, im Körper umgewandelt werden müssen, und zwar in Glykose oder, noch besser ausgedrückt, in Glykogen. Diese Zuckerform stellt der Körper nun den Muskeln als Kraftquelle zur Verfügung. Zugleich dient dieser Zucker jedoch auch noch als Heizmaterial, damit wir in der Kälte nicht frieren. Aber auch das Nervensystem und die Gehirnzellen brauchen diese Kraftquelle, um richtig funktionieren zu können. Tritt nun bei dieser Kraftquelle ein Mangel ein, dann ist der ganze Körper nicht mehr leistungsfähig, sondern müde und vielmals schläfrig. Dadurch fehlt auch die übliche Vitalität. Da auch die Verbrennung im Blut schlecht ist, friert der auf diese Weise benachteiligte Kranke meistens, wenn nicht gar immer, selbst wenn er sich in normal geheizten Räumen aufhält.

Im Jahre 1926 entdeckte Dr. Seale Harris dieses Leiden, das so weit verbreitet ist. So weiss man denn erst seit diesem Zeitpunkt, dass viele Symptome wichtiger Funktionsstörungen des Körpers auf dieses Leiden zurückzuführen sind, so dass man sie dementsprechend erklären kann. Allerdings weiss man gleichwohl noch immer nicht, wie die Krankheit überhaupt genau entsteht. Man konnte indes beobachten, dass auch Kinder von Diabetikern oft damit belastet sind. Auch Kinder, die von Alkoholikern, von starken Rauchern und Medikamentensüchtigen stammen, werden oft schon frühzeitig durch dieses Leiden geplagt. Unfälle mit Kopfverletzungen können die Krankheit ebenfalls hervorrufen. Diese ist für die Betroffenen meist nur unangenehm. Wenn sie allerdings infolge einer Fehldiagnose falsch behandelt wird, dann können dadurch sehr gefährliche Zustände ausgelöst werden.

Nachteilige Folgen

Wer nun unter Hypoglykämie leidet, besitzt in der Regel wenig Nervenkraft. Auch an Ausdauer und Geduld fehlt es meist. Es ist für solche Kranke auch schwer,

sich zu konzentrieren. Sie sind zudem ängstlich, und damit verbunden ist eine hemmende Beengung bei grossen Menschenansammlungen und bei regem Verkehr. Sie können auch nicht leicht fasten, da sie sonst ihre Schwäche bis zur Uebelkeit empfinden. Sämtliche Kranke dieser Art sind zudem bei bioklimatischen Veränderungen sehr empfindlich und bei einem starken Tief leiden sie in der Regel unter lästigem Kopfweh, wenn nicht gar unter einer beharrlichen Migräne. Bei Frauen ist infolge dieser Erkrankung die Periode selten ganz regelmässig und mit starken Schmerzen verbunden. Männer leiden durch Hypoglykämie oft an Arbeitsunlust und Energielosigkeit, auch kommt es vielfach vor, dass sie sich schon im mittleren Alter über Impotenz beklagen müssen. Des weiteren beobachtet man bei dieser Erkrankung öfters eine Neigung zu Depressionen, die sich bis zur Lebensüberdrüssigkeit steigern können. Alle diese Erkrankten müssen sich vor Erkältungen hüten, auch beklagen sie sich oftmals über einen trockenen Mund und neigen ferner zu Allergien und Hautkrankheiten.

Die Therapie

Hält man Ausschau nach einer erfolgreichen Behandlungsmethode, dann stellt man fest, dass eine solche gar nicht so einfach zu finden ist. Der Arzt wie auch der Patient stehen vor grossen Anforderungen, denn es ist keineswegs damit abgetan, einfach nur ein Rezept für Medikamente aufzuschreiben, da dies nicht genügt, muss doch eine Methode ausgearbeitet werden, die aus einer ausgewogenen Diät besteht, gleichzeitig sollte der Patient zudem noch psychisch günstig beeinflusst werden, damit manches in seiner Lebensweise verbessert werden kann. Es ist nun so, dass gewisse Kohlenhydrate die Bauchspeicheldrüse anregen, und zwar vor allem die Insulinproduktion. Der Arzt muss nun herausfinden, welche es sind, die auf diese Weise wirken, um sie alsdann dem Patienten streng zu verbieten. Zu ihnen gehören alle Weissmehlprodukte und Süssigkeiten aus weissem Zucker.

Auch der entwertete weisse Reis und Kartoffeln sind nicht günstig. Durch die vermehrte Insulinerzeugung wird zuviel Blutzucker verbrannt, worauf sich die üblichen Folgen zeigen.

Die Ernährung muss demnach etwas weniger Kohlenhydrate, dafür aber ein wenig mehr Eiweiss enthalten, als dies beim gesunden Menschen üblich ist. Gleichwohl darf die eingenommene Eiweissmenge nicht zu hoch sein, sonst wird der Körper übersäuert und die Folgen einer solchen Eiweissüberfütterung können dadurch zusätzlich in Erscheinung treten. Bei einem gesunden Erwachsenen liegt das Eiweissoptimum zwischen 35–50 Gramm pro Tag, während der Kranke, der an Hypoglykämie leidet, täglich 50–60 Gramm Eiweiss einnehmen darf. Schweinefleisch und Wurstwaren müssen indes gemieden werden, so dass sich der Gemischtkostesser auf Rindfleisch, mageres Schaffleisch und Geflügel verlegen sollte, um den Eiweissbedarf möglichst günstig zu decken. Der Lactovegetarier ist mehr auf das Milcheiweiss eingestellt, sollte sich dabei jedoch eher auf Quark, Joghurt, Buttermilch und Weisskäse beschränken. Das Sojaweiweiss ist das wichtigste Pflanzeiweiss, auf das man nicht verzichten sollte, da es vollwertiger ist als das Milcheiweiss. Dem Fleischeiweiss gegenüber ist es jedoch völlig ebenbürtig.

Morgens und abends ist es vorteilhaft, kohlenhydratreiche Nahrungsmittel einzunehmen, nämlich: Vollwertmüsli mit Früchten, Vollkornbrot mit etwas Butter und Bambu-Kaffee mit Rahm. Zum Mittagessen wählt man Eiweissnahrung mit Gemüse und Salaten und als Getränk verdünntes Molkosan. – Streng zu meiden sind alle süssen Nachspeisen, Weisszucker- und Weissmehlerzeugnisse, demnach auch weisse Teigwaren und ebenso Büchsenahrung. Des weiteren verzichtet man auf Omeletten, hartgekochte Eier, Pommes frites, sämtliche Puddingarten, Konfitüren, deren Zubereitung mit weissem Zucker erfolgte, auf alle konservierte und entwertete Nahrung und, wie bereits erwähnt, auf Schweinefleisch und Wurstwaren.

Natürliche Heilmittel

Viel Sauerstoffzufuhr ist nötig, da dieser wie das beste Heilmittel wirkt. Wandern, Gesundheitssport sind daher angebracht. Da die Erfolge mehr in der Diät liegen, gibt es leider wenig erfolgreiche Heilmittel. Berücksichtigt muss bei der Heilpflege vor allem auch die Feststellung werden, dass bei Hypoglykämie meist auch tiefer Blutdruck besteht. Kann man diesen normalisieren, dann wirkt sich dies unwillkürlich auch günstig auf den Zuckerspiegel im Blute aus. Man wendet sich daher vorteilhaft zu Ysop und den anderen Mitteln wie Auroforce und Kelpasan. Sehr günstig wirkt auch Molkosan als Getränk auf die Bauchspeicheldrüse ein, weshalb auch der Salat an Stelle von Essig oder Zitrone damit zubereitet werden sollte. Hilfreich sind auch natürliche Vitaminprodukte, so Vitamin C, der B-Komplex nebst Vitamin E. Darum dienen Weizenkeime, Weizenkeimöl, Sojaforce sowie Vollwertweizenkleie* in der Heildiät als gute Unterstützung. Den Kalkspiegel heben wir wie üblich durch den Brennesselkalk Urticalcin, der sich zu diesem Zweck stets gut bewährt hat. Manchmal bedarf auch die Leber einer Unterstützung, besonders, wenn der Patient zu Depressionen neigt. Hierzu gibt unser Leberbuch gute Ratschläge. Es ist neuerdings auch bekannt, dass Ginseng den Blutzuckerspiegel senkt, weshalb dieses koreanische Heilmittel bei Hypoglykämie nicht angebracht ist und daher gemieden werden sollte, während es bei Diabetes gute Dienste leisten kann (Ginsavena, Ginsavita).

Auch den seelischen Zustand des Kranken sollte man zu heben suchen, was ja bei jeder Erkrankung wichtig ist, da Ausichtslosigkeit die Last jeder Krankheit vermehrt, während frohe Zuversicht eine bejahende Einstellung zum Leben und seinen Aufgaben verschafft. Dies mag die Heilung wesentlich zu fördern, was viel eher zur Befreiung von der lästigen Hypoglykämie beiträgt.

* Erst ab 1. März 79 erhältlich.