Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 37 (1980)
Heft: 8

Artikel: Erkältungsmöglichkeiten im Sommer
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553035

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: 31.08.2025

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

stauen, denn Wasser behagt bekanntlich den Enten. Man weiss aus Erfahrung, dass diese Entenart in kurzer Zeit mit sämtlichen Schnecken aufräumen wird. Auch Igel können in der Hinsicht Hilfe leisten.
Weinbergschnecken sind in der Schweiz gesetzlich geschützt, weshalb wir sie nicht etwa auch vertilgen dürfen. Fachleute behaupten von ihnen, dass sie die Eier der andern Schnecken fressen würden, wodurch sie ebenfalls mithelfen können, die Schneckenplage zu verringern.

Der Schneckenzaun

Wer auswärts, womöglich inmitten von Wiesland einen grösseren Garten zu pflegen hat, kann sich rings um diesen herum mit einem Schneckenzaun behelfen. Auf diese Weise wird er sich von aussen her vor einer stetigen Invasion schützen können. Sobald er die Schnecken innerhalb des Zaunes vernichtet hat, wird der Garten von der Plage ziemlich befreit sein. Da die Schnecken allerdings einen erstaunlichen Instink besitzen, muss man zur Sicherheit gleichwohl noch wächtern, denn sie scheinen von weit her zu merken, wo etwas Gutes für sie zu finden ist. Wer sich eines Schneckenhages bedienen möchte, verlange vom Hersteller, der auch uns belieferte, nähere Auskunft. Seine Adresse lautet: Thomas Pfau, Gerätebau, Juchstrasse 27, 6116 Würenlos/AG

Erkältungsmöglichkeiten im Sommer

Gehört eine Abhandlung über Erkältungen nicht viel eher in den Winter, höchstens noch in die Uebergangszeit, nicht aber in die Sommermonate? So werden sich viele fragen, und dennoch erkältet man sich oft viel eher im Sommer als im Winter. Besonders unbeständiges Sommerwetter mit immer wieder starken Abkühlungen, wie es dieses Jahr fast zur Gewohnheit geworden ist, verschafft mancherlei Erkältungsmöglichkeiten. Im Winter passt man sich durch warme Kleidung eher ungünstiger oder sehr kalter Witterung an, während bei einer Aufhellung im Sommer mit plötzlicher Heissluftströmung zu warme Bekleidung äusserst störend ist.

Vorkehrung beim Schwitzen

Beim Arbeiten im Freien oder beim Wandern kommt man leicht ins Schwitzen, und hat man zum Wechseln der Wäsche kein Ersatzhemd bei sich, um das nasse Hemd mit einem trockenen zu vertauschen, wird der Schweiss zurückgeschlagen, was die typische Voraussetzung für Erkältungen schafft. Man kann sich während einer Wanderpause auch sein durchnässtes Hemd auf einem sonnigen Felsen trocknen, wenn man nicht durch Hemmungen daran verhindert wird. Das Verharren im nassen Hemd kann Schmerzen verursachen beim Atmen, allfällige Vernarbungen auf dem Brustfell können sich melden und ein unliebsamer Husten mag uns belästigen. Wir beginnen zu frösteln, und es wäre nicht verwunderlich, wenn sich abends erhöhte Temperatur oder gar Fieber einstellen würden.

Bewegung bei Durchnässung

Auch ein Gewitterregen kann uns plötzlich überraschen. Haben wir uns nicht mit genügend Regenschutz versehen, können wir völlig durchnässt werden, stehen womöglich in diesem Zustand noch in einer Hütte unter, weil wir hoffen, der Regen würde sich rasch verziehen, doch wenn wir vergebens hoffen, werden wir zu frieren beginnen, und die Voraussetzung zur Erkältung ist geschaffen. Es wäre wirklich besser, wenn wir nicht unterstehen würden, denn wenn wir weitergehen, verschafft uns die Bewegung trotz der Nässe eine gewisse Wärme.

Geschickte Nachpflege

Zu Hause nehmen wir sofort eine Dusche oder ein Bad, bis wir uns gut durchwärmt

fühlen, frottieren uns tüchtig trocken, reiben uns mit Symphosan ein, worauf wir durch Einnahme von 20 Tropfen Echinaforce der Auswirkung einer Erkältung vorbeugen. All das sind kleine, geschickte Vorsichtsmassnahmen, die man kennen und durchführen muss, um nicht etwa zur Sommerszeit durch ungünstige Verhältnisse den Folgen einer Erkältung zu erliegen.

Sind Röntgenstrahlen harmlos?

Erfahrungen haben gezeigt, dass man diese Frage mit einem entschiedenen Nein beantworten muss. Es gibt jedoch immer noch viele Aerzte, die mit den Röntgenstrahlen zu leichtfertig umgehen. Gewohnheitsmässig mögen diese viele Diagnosen mit Hilfe des Röntgenapparates vornehmen, ohne dass eine solche Risikountersuchung nötig wäre. Es war in Schuhgeschäften ja auch längere Zeit hindurch üblich, sich eines Röntgenapparates zu bedienen, um die Passform der neugewählten Schuhe festzustellen. Heute nimmt man davon Abstand, weil man weiss, dass auch die sogenannten Weichstrahlen beim Röntgen keineswegs harmlos sind. Auch bei schwangeren Frauen benützt man den Röntgenapparat nur noch in dringenden Fällen. Grund dieser Vorsichtsmassnahme sind Feststellungen von Missbildungen bei Neugeborenen, die einwandfrei als Folge der Röntgenbestrahlungen zu bezeichnen sind.

Es ist begreiflich, dass sich mir vormerklich in Japan die Möglichkeit bot, genügend Aufschluss über Spätwirkungen von Strahlen zu erhalten. Wenn heute besonders die japanischen Forscher vor den Folgen der Röntgenstrahlen warnen, ist dies bestimmt angebracht. Ihre betrüblichen Erfahrungen haben sie zur Genüge überzeugen können, dass Röntgenstrahlungen nicht harmlos sind. Umgekehrt ist es für den berechnenden Geschäftsmann auch wieder verständlich, wenn er dafür besorgt ist, dass die teuren Röntgenapparate sich lohnen, denn schliesslich müssen diese amortisiert werden können. Dies sollte allerdings nicht auf Kosten gesundheitlicher Risiken für den Patienten geschehen. Es kam früher jedoch oft vor, dass Kranke, die infolge einer Krebsveranlagung besonders vorsichtig sein sollten, durch allzuviele Röntgenbestrahlungen bedenklichen Gefahren ausgesetzt wurden, vor allem, was die Auslösung von Blutkrebs anbelangte. Darum wäre es für Aerzte und Patienten bestimmt angebracht, den Warnungen japanischer Wissenschaftler die volle Aufmerksamkeit zu schenken, und sich also nur noch im äussersten Notfall der Röntgenstrahlen zu bedienen. Untersuchungen mit radioaktiven Isotopen sind allerdings als noch schlimmer zu bezeichnen.

Aus dem Leserkreis

Hilfe bei Prostataleiden und Gesichtsausschlag

Ende Mai ging ein erfreulicher Bericht von Herrn K. aus W. ein. Nachdem der Patient von unserer Vertretung in Deutschland Mittel gegen sein Prostataleiden erhalten hatte, nahm er vier Wochen lang nebst dem Mittel Prostasan noch Echinaforce, Immergrün und Petasites ein, worauf die Untersuchung des Hausarztes lautete: «Kein Blut mehr im Harn!»

Ein zweiter Bericht betraf die Erfahrung der 64jährigen Gattin, die vor etwa drei Jahren einen schlimmen Gesichtsausschlag zu bekämpfen hatte. Als Ursache erkannte die Aerztin eine mangelhafte Leberfunktion und eine innere Kreislaufstörung. Leider sprach die Kranke jedoch nicht auf die Mittel an. Herr K. schrieb über den weiteren Verlauf: «Wir lernten nun die Vogel-Bücher kennen und bestellten die Mittel gegen Flechten