Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 40 (1983)
Heft: 8

Artikel: Masskleid oder Konfektion
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970255

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: 16.12.2025

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

Sind Amalgamfüllungen schädlich?

Unter diesem Titel habe ich in der «Volksgesundheit» eine interessante Abhandlung gelesen. Dort steht: «So heilte ein EAP-Arzt eine Lehrerin durch eine blosse Entfernung der Amalgam-Füllungen von einer angeblich endogenen Depression, mit der sie in eine psychiatrische Klinik eingeliefert worden war»!

Ich habe im alten «Kleinen Doktor» auf Seite 407 ebenfalls über Patienten berichtet, die jahrelang unter Kopfweh litten und nach Entfernung von Amalgam-Füllungen wieder beschwerdefrei geworden sind. Im Neuen «Kleinen Doktor» ist eine ähnliche Erwähnung auf Seite 377, wo auf die günstigen Folgen nach Entfernung der Amalgam-Füllungen hingewiesen wird. Bei vielen Patienten habe ich festgestellt, wie Amalgam-Füllungen eigenartige Erscheinungen im Zentralnervensystem, vor allem Kopfweh, mangelhafte Konzentrationsfähigkeit und allerlei ähnliche Störungen hervorrufen. Vor allem war ich erstaunt, in der «Volksgesundheit» zu lesen, dass sogar Depressionen, die eine Behandlung in einer psychiatrischen Klinik notwendig machten, dadurch beseitigt werden konnten. Es ist also wirklich nötig, in der Hinsicht die Zahnärzte aufmerksam zu machen, dass sie nicht auf bequeme Art und Weise einfach zu Amalgam greifen, anstatt ein neutraleres Material oder schliesslich sogar Gold zu verwenden. Das käme etwas teurer, würde aber normalerweise keine solchen Nebenwirkungen auslösen. Leider hat man im Inhaltsverzeichnis die Erwähnung von Amalgam vergessen.

Masskleid oder Konfektion

Für uns alle ist es eine Selbstverständlichkeit, dass ein Masskleid ganz persönlich vom Schneider auf uns angepasst, entsprechend zugeschnitten wird und so den gewünschten Zweck viel besser erfüllt, als eine Konfektionsware. Jeder Mensch ist doch so individuell verschieden, der eine hat breite Achseln, der andere hat breite Hüften oder längere Arme als die Norm. Auf jeden Fall kann bei einem Kleid eine Konfektion niemals auf alle Eigenarten der Personen eingehen.

Medikamente in individueller Dosis

Ganz ähnlich ist es mit Medikamenten. Auch bei Naturheilmitteln ist das, was auf der Etikette steht, für einen Durchschnittsmenschen bestimmt. Und für diesen sogenannten Durchschnittsmenschen-Typus, den es genaugenommen überhaupt nicht gibt, kann es richtig sein, wenn auf einem Pflanzenheilmittel zum Beispiel steht: «3 × täglich 5 Tropfen vor oder nach dem Essen einnehmen». Nun mag das für viele Leute die richtige Dosis sein. Was aber, wenn das Mittel nun zu stark wirkt, wenn sich Störungen einstellen? Ist nun das Mittel unbedingt falsch gewählt worden, oder ist nicht gerade der Umstand, dass es wirkt, ein Zeichen, dass der Arzt das Mittel richtig gewählt hat? Und doch beobachtet man so oft, dass die Schmerzen, die Krämpfe, die Störungen, das Übelsein oder sonst irgendein Symptom zu- statt abgenommen hat. Soll man nun das Mittel einfach weglassen und denken, das ist falsch? Ich habe nicht das richtige Mittel bekommen? Wäre es nicht klüger und besser, den naturheilerischen Grundsätzen eher angepasst, wenn wir statt zehn oder fünf Tropfen einmal die Hälfte nehmen, und wenn die Symptome immer noch verstärkt werden, noch einmal die Hälfte und plötzlich sind wir bei einer Reduktion des Einnahmequantums angekommen, wo diese Symptome statt zuzunehmen und verschlimmert zu werden, abnehmen. Dann sind wir auf dem richtigen Wege. Also niemals ein giftfreies, an und für sich harmloses Naturheilmittel einfach beiseite legen, wenn eine Reaktion, eine symptomatische Erscheinung zu stark zur Geltung kommt. Auch eine Erstverschlimmerung, wie man so sagt, kann für uns ein Zeichen sein, dass das Mittel richtig gewählt ist. Es ist aber weise, das Quantum soweit zu reduzieren,

bis die symptomatische Verschlimmerung nicht mehr empfunden und festgestellt wird.

Persönliche Mitarbeit wichtig

Am leichtesten kann dies beobachtet werden bei jodhaltigen Mitteln. Wenn jemand jodempfindlich ist, wird unter Umständen das Herzklopfen viel stärker, und wenn man dann reduziert, dann kommt man in das neutrale Stadium, wenn man noch mehr reduziert, dann kommt die beruhigende und helfende Wirkung zum Tragen. Nicht nur der Arzt, auch der Patient muss ein bisschen beobachten, in sich hineinhören, seinen Körper kennenlernen. Gerade in solchen Fällen lernt man die individuelle Reaktion seines Körpers zu verstehen, man passt sich vermehrt dem Körper an.

Verwirrung durch verschiedene Meinungen

Nicht nur bei den reinen Pflanzenmitteln, den phytotherapeutischen Mitteln, sind solche Erscheinungen gang und gäbe, auch bei den homöopathischen Mitteln kommen sie vor. Oft stehen auf homöopathischen Tinkturen, sei es nun Aconitum, Belladonna oder irgendein anderes Homöopathikum, die handelsüblichen Formen D_4 oder D_6 oder D_{12}. Oft liest man es ja in den verschiedenen Büchern, dass da, wo ein Autor die vierte Potenz empfiehlt, ein anderer die sechste Potenz vorschreibt und behauptet, mit D_6 hätte er bessere Erfahrungen gemacht. Ein weiterer äussert sich, bei der heutigen Sensibilität der Menschen sei es besser, wenn man sogar auf D_{12} gehe. Was soll da der Patient nun denken und tun?

Das individuelle Mass finden

Es ist schwer, da Regeln aufzustellen. Robuste Menschen ertragen in der Regel tiefere Potenzen, sensible Menschen höhere und hypersensible Menschen noch höhere Potenzen.

Sicherlich kann man, wenn irgendwelche Reaktionen eintreten oder wenn überhaupt keine Reaktion erfolgt, das Einnahmequantum verändern. Man nimmt statt fünf Tropfen nur zwei oder drei, oder statt auf einem Esslöffel Wasser, ein paar Tropfen auf einen Deziliter Wasser oder zwei Deziliter Wasser. Treten keine störenden Reaktionen auf, dann ist es angebracht, die übliche Potenz zu verwenden. Tritt nach etlicher Zeit keine Besserung ein, dann ist es an der Zeit, vielleicht eine tiefere Potenz zu probieren. Man spricht mit seinem Therapeuten und teilt ihm die gemachten Beobachtungen mit. Bei biochemischen Heilmitteln, wo es sich nur um Nährsalze handelt, gibt es weniger Probleme, denn all die Nährsalze, die Mineralbestandteile, wie sie Dr. Schüssler uns nähergebracht hat und wie sie jeder Mensch im täglichen Leben benötigt, können nichts Unerwünschtes auslösen, wie zum Beispiel Calcium phos. D_6 oder auch Magnesium phos., wo die plötzlich auftretenden Nervenstörungen bestimmt nicht negativ beeinflusst werden können. Auch mit Ferrum phos. wird das Blutbild auf keinen Fall ein Übermass an Eisen erhalten. Auf jeden Fall ist es notwendig, dass wir das eingangs erwähnte Bild von Massarbeit, wie sie ein guter Schneider pflegt und in diesem Fall ein guter Arzt verordnet, der die ganzen, nicht immer harmonisch zusammenpassenden Eigenarten des Patienten kennt und studiert hat, im Sinn behalten. Er wird eher ins Schwarze treffen, wenn er ein geschickter Diagnostiker ist und somit in der Therapie das Richtige wählen kann, als jemand, der selbst medikamentiert. Vergessen wir nie, jeder Mensch ist ein Individuum und genauso muss eine Medikamentengabe in bezug auf die Stärke, die Einnahmevorschriften diesen individuellen Gegebenheiten angepasst werden, wenn wir einen durchschlagenden Erfolg erzielen wollen bei der Behandlung irgendeiner Krankheit. Natürlich gibt es gewisse Richtlinien. Wenn ein Durchfall vorliegt, werden wir mit Tormentavena diesen bestimmt beeinflussen und auch stillen können. Aber auch da werden wir sofort abbrechen, wenn anstelle des Durchfalls plötzlich eine Verstopfung in Erscheinung tritt. Wir werden aber auch, wenn wir nur einen Teilerfolg haben, mit reduziertem Quantum fortfahren, bis die

Konsistenz des Stuhles wieder normal und in Ordnung ist.

Zeit der Medikamenteneinnahme

Auch die Zeit, zu der ein Mittel eingenommen wird, spielt eine Rolle. Wenn es sich um Enzyme handelt, dann wird es gut sein, wenn wir diese Medikamente nach dem Essen schlucken, so dass die Enzyme wirksam eingreifen können – wenn die Nahrung schon im Körper ist –, handelt es sich jedoch um Appetitanreger oder sekretionsfördernde Mittel der Speicheldrüse, dann ist es gut, diese vor dem Essen einzunehmen. Sind es aber entspannende, beruhigende, schlafbringende Medikamente, dann ist es logisch, dass wir sie nicht am Morgen, sondern am Abend vor dem Zubettgehen einnehmen.

Die innere Organuhr

Nun gibt es ausserdem noch weitere, ganz interessante Erscheinungen, und die hängen zusammen mit dem, was die Chinesen schon vor Jahrtausenden viel klarer erkannt haben als wir: mit der sogenannten inneren Organuhr.

Schon vor Jahrtausenden haben die Chinesen festgestellt, dass unser menschlicher Organismus während der verschiedenen Tages- und Nachtzeiten auch verschiedene Organfunktionen zu verzeichnen hat. Ärzte in China sind noch heute gewohnt, ihre Patienten nach der Tages- oder Nachtzeit zu fragen, um festzustellen, wann gewisse Störungen oder Schmerzen im Körper am stärksten empfunden werden. Dem asiatischen Arzt stehen dann nämlich diagnostische Anhaltspunkte zur Verfügung, so dass die regelmässig wiederkehrenden Störungen zur gleichen Nachtstunde zur Feststellung dienen können, ob die Krankheit in der Leber, der Niere, dem Magen, dem Darm oder in einem anderen Organ zu suchen ist. Nach den Erfahrungen und Beobachtungen chinesischer Ärzte führt nämlich ein jedes Organ zu seiner bestimmten Zeit seine höchste Leistung aus. Es ist daher begreiflich, dass sich der Schmerz gerade zu diesem Zeitpunkt besonders stark meldet. In der Regel erwacht der Kranke deshalb und kann alsdann meistens einige Zeit den Schlaf nicht mehr finden. Schon einmal berichtete ich in den «Gesundheits-Nachrichten» näheres über die Organuhr und ich werde wieder darauf zurückkommen.

Während grösserer Reisen, ganz besonders aber während Weltreisen, sollten wir uns immer an unsere Organuhr erinnern und daran denken, dass sie an einen gewissen Rhythmus gewohnt ist und sich nicht so schnell umstellen kann. Es ist für uns sehr wichtig, diesen Umstand ins Auge zu fassen, weil wir dann unseren veränderten Körperzustand besser begreifen können. Wir werden dadurch weniger erstaunt sein, wenn wir einige Tage mit Schlaf, Appetit, ja sogar mit den Nerven etwas aus dem gewohnten Fahrwasser geraten, so dass es uns Mühe bereiten mag, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Fliegen wir nach Norden oder Süden, dann sind die Störungen weniger schlimm, als bei einer Flugreise nach Osten oder Westen. Demzufolge wird uns eine Flugreise nach Afrika, ja sogar nach Südamerika weniger anstrengen, was unsere Organuhr anbetrifft, denn wir werden dadurch weniger aus dem Geleise geworfen, als wenn wir nach Indien oder nach den Vereinigten Staaten von Amerika fliegen. Eine meiner Reisen führte mich von Neuseeland in die Schweiz zurück. Die Umstellung war dabei so stark spürbar, dass ich nach meiner Rückkehr nachts fast nicht mehr schlafen konnte und anfing zu lesen oder Artikel zu schreiben. Die Folge war, dass ich mich tagsüber müde fühlte und nach dem Mittagessen einnickte, um das Schlafmanko etwas nachholen zu können. Sonst habe ich hierzu weder Zeit noch Lust. Es vergingen volle 14 Tage, bis sich meine Organe wieder umgestellt hatten. Erfahrungsgemäss ist es vorteilhaft, Weltreisen in gewissen Zeitintervallen durchzuführen, wenn immer die Möglichkeit besteht. Dadurch gewinnen die Organe Gelegenheit, sich langsam umzustellen.

Da bei veränderten bioklimatischen Einflüssen organische Störungen auftreten oder auch verschwinden können, sollten uns diese nicht übermässig beunruhigen.

Als ich im Jahr 1950 mit einer akuten Leberstörung nach den USA reiste, konnte ich feststellen, dass nach Betreten dieses Kontinents die Störung völlig verschwand. Einige Wochen verblieb ich ohne sie, nämlich solange ich in den Staaten weilte. Sobald ich aber wieder in Europa landete, war die Störung auch sogleich wieder da. Durch Mittel und Diät liess sie sich nachträglich allerdings langsam beheben.

Optimale Wirkung bei Heilmitteln

Ein chinesischer Arzt würde uns in bezug auf die Einnahmezeit unter Umständen ans Herz legen, ein Lebermittel während der Nacht einzunehmen, dann, wenn die Leber am aktivsten arbeitet, ebenso ein Nierenmittel, ja sogar ein Herzmittel. Gerade zu diesem Zeitpunkt wäre der Wirkungseffekt von einem Naturheilmittel noch stärker in der Zeit, in der nach der chinesischen Erfahrung das Organ am allerstärksten arbeitet. Wenn wir dies selbst feststellen wollen, so können wir es ohne weiteres tun. Wenn wir nachts an der Niere immer zur gleichen Zeit einen Schmerz verspüren, dann wissen wir, das ist genau die Zeit, wo die Niere am stärksten beansprucht ist. Auf der Leber einen Druck, ein komisches Gefühl, ein leichtes Schlechtsein zu verspüren, bedeutet, dass das die Stunde ist, in der die Leber am meisten arbeitet. Auch der Magen kann schmerzen, Krämpfe produzieren, die Bauchspeicheldrüse kann plötzlich mit einem Klemmen uns aufwecken. All diese Funktionsstörungen, die uns nachts aus dem Schlaf reissen, zeigen uns an, wann das Organ auf höchsten Touren läuft und die Funktionen am ausgeprägtesten sind. So haben die Chinesen die Sache herausgefunden. Chinesen sind gute Beobachter, sie sind nicht dumm, haben eine alte Kultur. Ich habe bei meinem Aufenthalt bei den Chinesen manches von ihnen diesbezüglich gelernt. Ich werde später wieder einmal über die Organuhr schreiben und die genauen Zeiten angeben. Wenn wir nicht zu bequem sind, dann könnten sowohl unsere Lebermittel, Nierenmittel oder diejenigen für die Bauchspeicheldrüse oder das Herz genau in der richtigen Nachtstunde eingenommen werden. Damit wäre eine noch stärkere, intensivere Wirkung zu erreichen und auf unsere Organe auszuüben. Unser Körper ist viel interessanter und wunderbarer gestaltet, als man normalerweise annimmt. Aber je mehr man in diese Vielseitigkeit einen Einblick bekommt, um so schwieriger ist es, bei allen Behandlungsmethoden und Medikamenten, das Maximum an Wirkungseffekten herauszuholen. Wir sollten und müssen lernen, unseren Körper genau zu beobachten. Dann sind wir auch nicht so schnell unwillig, deprimiert, wenn eine Anwendung oder ein Medikament nicht sofort das auslöst, was wir erwarten. Wenn wir einmal gelernt haben, unseren Körper in seiner individuellen Sensibilität besser zu verstehen, dann werden wir in bezug auf die Heilmitteleinnahme die Zeit und das Quantum ernstlich beachten. Und es würde uns gelingen, im engen Zusammenwirken mit unserem Therapeuten die Behandlungsmethoden, auch mit Naturmitteln, so zu gestalten, dass wir sie im Sinne unseres eingangs erwähnten Beispiels als wirkliche Massarbeit bezeichnen können.

Heilwirkendes Wandern

Besonders heute, da in den Städten und Industriegegenden die Luft immer mehr mit giftigen Gasen und allerlei schädlichen, feinstofflich verteilten gesundheitsschädigenden Giften verunreinigt ist, gehört es zu den gesundheitlichen Notwendigkeiten, von Zeit zu Zeit in verhältnismässig guter Luft und in sauerstoffreichen Gegenden zu wandern. Zudem ist ja gerade die Bewegung zur Anregung des Kreislaufes, als Training für die Muskeln und als Reinigungsfaktor für die Lungen von so grosser Bedeutung. Sicherlich haben wir in der Schweiz in unseren Bergen wunderbare