Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 49 (1992)
Heft: 3

Artikel: Die chinesische Organuhr deckt verborgene Beschwerden auf
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-557713

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: 15.12.2025

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

Tragbares Sauerstoffgerät

Bisher waren Patienten, die mit Sauerstoff angereicherte Luft benötigten, an Apparate gebunden, welche die Bewegungsfreiheit erheblich einschränkten. An der Universität Graz (Österreich) wurde jetzt ein tragbares Gerät entwickelt, welches den Betroffenen hilft, ein normales Leben zu führen. Dazu sagt Universitätsprofessor K. Harnoncourt, der das Gerät entwickelte: «Solche Patienten waren bisher an die Sauerstoffabgabestelle gebunden. Die in Österreich jetzt zugelassene und verfügbare Versorgung mit Flüssigsauerstoff bedeutet für die Kranken einen entscheidenden Gewinn an Mobilität und Lebensqualität.» (WG)

Die chinesische Organuhr deckt verborgene Beschwerden auf

Wachen Sie nachts immer etwa um die gleiche Zeit auf? Oder haben Sie am Nachmittag oft zu einer bestimmten Zeit Bauchschmerzen? Mit Hilfe der chinesischen Organuhr können Sie herausfinden, was Ihnen fehlt.

Schon vor vielen Jahrhunderten entdeckten asiatische Ärzte, dass sich unsere Körpervorgänge in einem ganz bestimmten Rhythmus abspielen. Sie entwarfen eine Art «Körperuhr», in der angezeigt wurde, welche Organe zu bestimmten Zeiten am aktivsten sind. Dieses Wissen wird unter anderem auch von der Akupunktur genutzt. Professor Dr. E.W. Stiefvater, der die Heilmethoden der Chinesen eingehend studiert hat, gibt dazu folgende Erklärung:

Die Organuhr zeigt den Energieablauf der verschiedenen Organe auf. Nach der chinesischen Heilkunde strömt die Energie über bestimmte Kanäle (die Meridiane) durch unseren Körper. Dieser Energiestrom sorgt dafür, dass innerhalb von 24 Stunden jedes Organsystem während maximal zwei Stunden aktiv ist. Die Zeiten jedes Organs wurden ganz genau festgelegt. So weiss man, dass zum Beispiel die Gallenblase zwischen elf und ein Uhr nachts am stärksten tätig ist, und die Leber anschliessend zwischen ein und drei Uhr nachts arbeitet. So wird der ganze Körper planmässig mit Energie durchflutet.

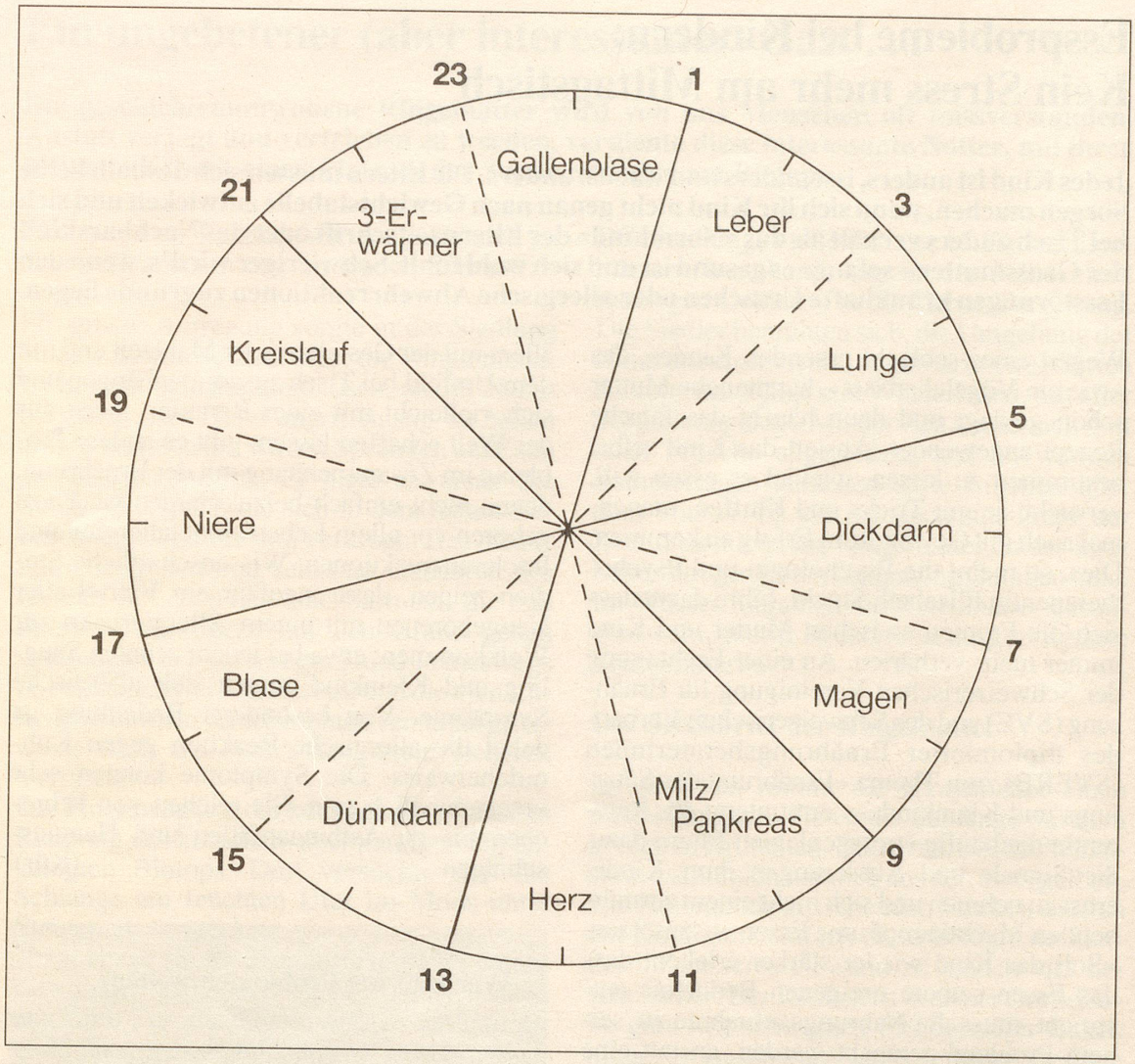
Die beste Uhrzeit, um Medikamente einzunehmen

Die chinesische Organuhr kann ein wichtiges Hilfsmittel sein, um bestimmte Erkrankungen ausfindig zu machen. Wenn Sie z.B. oft zwischen ein und drei Uhr nachts aufwachen, kann dies ein Symptom einer gestörten Leberfunktion sein. Gallenblasenpatienten bekommen manchmal um Mitternacht Beschwerden. Bauchschmerzen zwischen fünf und sieben Uhr morgens können ein Hinweis darauf sein, dass der Dickdarm nicht in Ordnung ist.

Im alten China kannte man mehrere Methoden, um die Störung in der Energieversorgung eines bestimmten Organs zu korrigieren – z.B. mit Hilfe von Akupunktur oder bestimmten Heilkräutern. Anhand der Organuhr wurde dann bestimmt, zu welcher Zeit das betreffende Organ behandelt werden sollte. Diese Methode ist auch heute noch so erfolgreich wie damals. Viele Naturheilmittel entfalten ihre Wirksamkeit nämlich am besten dann, wenn das zu behandelnde Organ am aktivsten ist.

Eine Heilpflanze zur Stimulierung der Leberfunktion ist zum Beispiel die Artischocke. Um eine optimale Wirkung zu erreichen, sollte man sie gemäss der Organuhr am besten zwischen ein und drei Uhr morgens einnehmen.

Wenn Sie mit Hilfe von Molke die Bauchspeicheldrüse stimulieren möchten, dann trinken Sie die Molke zwischen neun und elf Uhr abends. Zu dieser Zeit wird die Bauchspeicheldrüse optimal mit Energie versorgt.
Bei natürlichen Herzmitteln kann man nach der Organuhr die besten Resultate erwarten, wenn man sie um die Mittagszeit einnimmt.



Die chinesische Organuhr zeigt an, wann ein Organ den grössten Energiedurchfluss aufweist. Mit diesem Hilfsmittel können Krankheiten gezielter behandelt werden.

Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers

Wir müssen lernen, sagt Professor Stiefvater, wie die Chinesen viel genauer auf die Signale unseres Körpers zu achten, in der Nacht wie auch am Tage. Wenn ein bestimmtes Signal sich immer zur gleichen Zeit wiederholt, dann zeigt uns die Organuhr, welches Organ möglicherweise betroffen ist. Diese Signale müssen sich nicht nur in Schmerzen äussern, sondern können auch ein Jucken, Brennen oder ein stechendes Gefühl sein. Nicht jeder leichte Schmerz oder jede juckende Stelle weist jedoch auf eine Krankheit hin. Es wäre sicher verkehrt, wenn man bei jedem Wehwehchen gleich die Organuhr konsultieren würde, und sich nachts jede Stunde wecken liesse, um die entsprechenden Medikamente einzunehmen. Auch hier gilt es, ein vernünftiges Mass zu finden und wichtige Zeichen von unwesentlichen zu unterscheiden.

Wer gelernt hat, richtig zuzuhören und die Warnzeichen seines Körpers kennt, der kann möglicherweise in einem frühen Stadium und in Zusammenarbeit mit seinem Arzt bestimmten Krankheiten auf die Spur kommen.

(MLS)

Bezugsquelle:
Die Organuhr von Dr. Prof. E. W. Stiefvater, Haug Co., D-6900 Heidelberg 1.