Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 53 (1996)

Heft: 3: PMS - die Tage vor den Tagen : die Ursache und die probaten Mittel

Rubrik: Der Natur auf der Spur

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

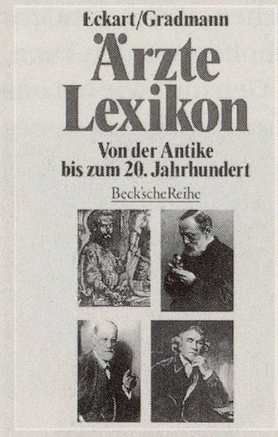
Download PDF: 23.01.2026

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

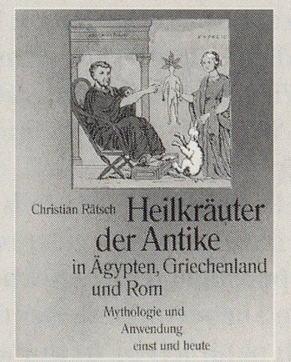
BUCHTIP

Von Ärzten, Kräutern und Zylinderhüten

Wie ungewöhnlich das Gewöhnliche ist und wie gewöhnlich das Ungewöhnliche sein kann – das zeigen drei Bücher, die, jedes auf seine Art, Ungewöhnliches festhalten: Das «Lexikon der Ärzte», das Buch «Heilkräuter der Antike in Ägypten, Griechenland und Rom» und die «Universalgeschichte der ganz gewöhnlichen Dinge».

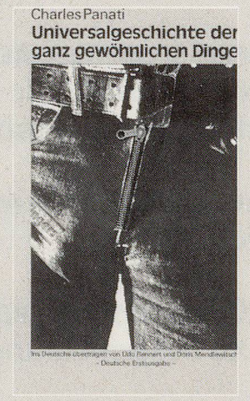


Das «Ärztelexikon» stellt in rund 700 Artikeln Ärztinnen und Ärzte vor, die die Geschichte der Medizin massgeblich beeinflusst haben. Wer sich für die historische Dimension der Medizin interessiert, findet hier ein ausgezeichnetes und erst noch günstiges Nachschlagewerk. Auch wenn das Lexikon keinerlei Vollständigkeit anstrebt und ausdrücklich eine «akademische Sicht der Medizin» vertreten wird, so finden sich darin von Emil Abderhalden (1877 – 1950) bis Theodor Zwinger (1533 – 1588) zuhauf biografische Daten und Werke berühmter, aber auch vergessener Nachfolger des Hippokrates.



«Lass das Bewusstsein deiner Sterblichkeit zur Regulative all deines Denkens, Fühlens und Handelns werden», lautet eine Delphische Inschrift, die als Leitmotiv über dem Buch «Heilkräuter der Antike» stehen könnte. Christian Rätsch, Altamerikanist und Ethnopharmakologe, hat ein fundiertes Nachschlagewerk über die in der Antike benutzten Pflanzen und eine kenntnisreiche Hinführung zu Verständnis und Gebrauch der «Genesungskräuter» vorgelegt. Allerdings: Weniger ein praktischer Ratgeber als vielmehr eine (faszinierende) systematische geistesgeschichtliche Zusammenfassung.

Ganz anders, kein Lexikon, sondern ein toller Schmöker, der auch vergraulte Blätterer bei Laune hält: die «Universalgeschichte der ganz gewöhnlichen Dinge». Wer von Charles Panati wissen will, wann und wo Dinge wie das Abführmittel, die Krawatte (17. Jahrhundert in Frankreich), der Papierdrachen (1200 v. Chr. in China), die Unterhosen (1860 in Europa), der Zylinderhut (1797 in England) und vieles mehr erfunden wurde, den erwartet mit diesem Buch eine anregende populärhistorische Causerie – am besten zu geniessen mit einem feinen Tässchen Tee und ein paar frischen Keksen (3. Jahrhundert v. Chr. in Rom).



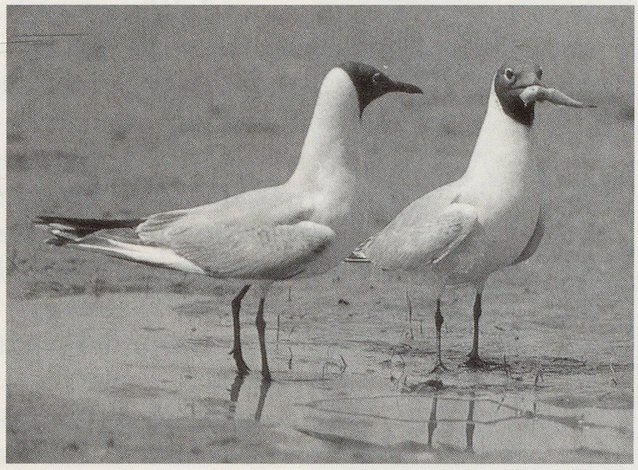
• W. U. Eckart/Chr. Gradmann, **«Ärztelexikon. Von der Antike bis zum 20. Jahrhundert»**, 416 S., Beck'sche Reihe 1095, Verlag C. H. Beck, München, sFr./DM 29.80

• Christian Rätsch, **«Heilkräuter der Antike in Ägypten, Griechenland und Rom. Mythologie und Anwendung einst und heute»**, 420 S., Diederichs Gelbe Reihe 115, Eugen Diederichs Verlag, München, sFr./DM 28.--

• Charles Panati, **«Universalgeschichte der ganz gewöhnlichen Dinge»**, 320 S., Eichborn Verlag, Frankfurt a. M., sFr./DM 40.-- • CU

Lachmöwen haben keine Lust mehr auf grosse Reisen

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah? Nie sah man an den winterlichen Uferpromenaden so viele Möwen wie heute. Während die Lachmöwen noch in den vierziger Jahren ans warme Mittelmeer zogen, überwintern die anpassungsfähigen Vögel nun mit Vorliebe an den heimischen Seeufern. Nur das Möwen-Jungvolk ist noch neugierig und zieht gern gen Süden. Das Zugverhalten änderte sich vor allem durch das Nahrungsangebot; der Tisch ist reich gedeckt, und so hat sich die Zahl der Lachmöwen in den letzten 50 Jahren von 40'000 Vögeln auf 200'000 erhöht.



Zwar wurde in den letzten zwanzig Jahren durch den Bau von Kläranlagen das fressbare, grobe Schwemmgut in den Seen reduziert, doch passten die Möwen sich erneut an und «plünderten» nun die Äcker. Weil sie in ganzen Schwärmen den Pflügen und Jauchewagen folgten, hatten die Landwirte Angst um die Regenwürmer. Eine Studie der Schweizerischen Vogelwarte zeigt, dass auch eine grosse Zahl von Lachmöwen den riesigen Bestand an Regenwürmern kaum beeinflusst. Umweltveränderungen beeinflussen das Verhalten von Tieren. Im Fall Lachmöwe: positiv. • IZR

Was ist eigentlich ... Akupressur?

Akupressur oder Druckpunkt-Massage ist eine wirksame Methode zur Selbsthilfe, die aus Asien (die japanische Variante heisst Shiatsu) zu uns nach Europa kam. Durch sanftes, leicht kreisendes Massieren oder festes Drücken werden bestimmte Punkte auf der Hautoberfläche akupressiert, am besten täglich mehrmals. Meist wird die Methode gegen Schmerzen im Gesicht, am Kopf, im Nacken und am Rücken eingesetzt. Sie hilft gegen Alltagsbeschwerden wie Kopfweh, Schmerzen bei Weichteilrheumatismus und bei funktionellen Störungen. In China lernen bereits Schulkinder, welche Punkte sie gegen Konzentrationsschwäche, Schnupfen und Müdigkeit behandeln müssen. In Büros und Fabriken hängen Plakate, auf denen gezeigt wird, wie man sich von Kopfschmerzen, Nervosität oder Wetterfühligkeit befreien kann.

Anleitungen zur Akupressur erhalten Sie bei geschulten Fachkräften (Heilpraktiker, Masseur) oder aus zahlreichen Büchern zum Thema, die mit Zeichnungen oder Illustrationen praktische Anleitung geben.

Bei Kopfschmerzen kann man z. B. den Punkt zwischen den Augenbrauen, die Punkte zwei Fingerbreit über der Mitte der Brauen, den Punkt in der Mitte des Ohrläppchens und/oder den Schläfenpunkt zwischen Haaransatz und Auge mit soviel festem Druck massieren, wie Ihnen erträglich ist. Auch ein längerer, fester Daumendruck auf eine Stelle drei Fingerbreit über dem Handgelenk auf der Innenseite des Arms lindert oder vertreibt die Kopfschmerzen. • IZR