Zeitschrift: Werdenberger Jahrbuch : Beiträge zu Geschichte und Kultur der Gemeinden Wartau, Sevelen, Buchs, Grabs, Gams und Sennwald

Herausgeber: Historischer Verein der Region Werdenberg

Band: 6 (1993)

Artikel: Volksmedizin und Wissenschaft : volksmedizinische Kenntnisse am Beispiel ausgewählter gesundheitlicher Problemkreise

Autor: Gassner, Markus

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-893177

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: 08.08.2025

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

Volksmedizin und Wissenschaft

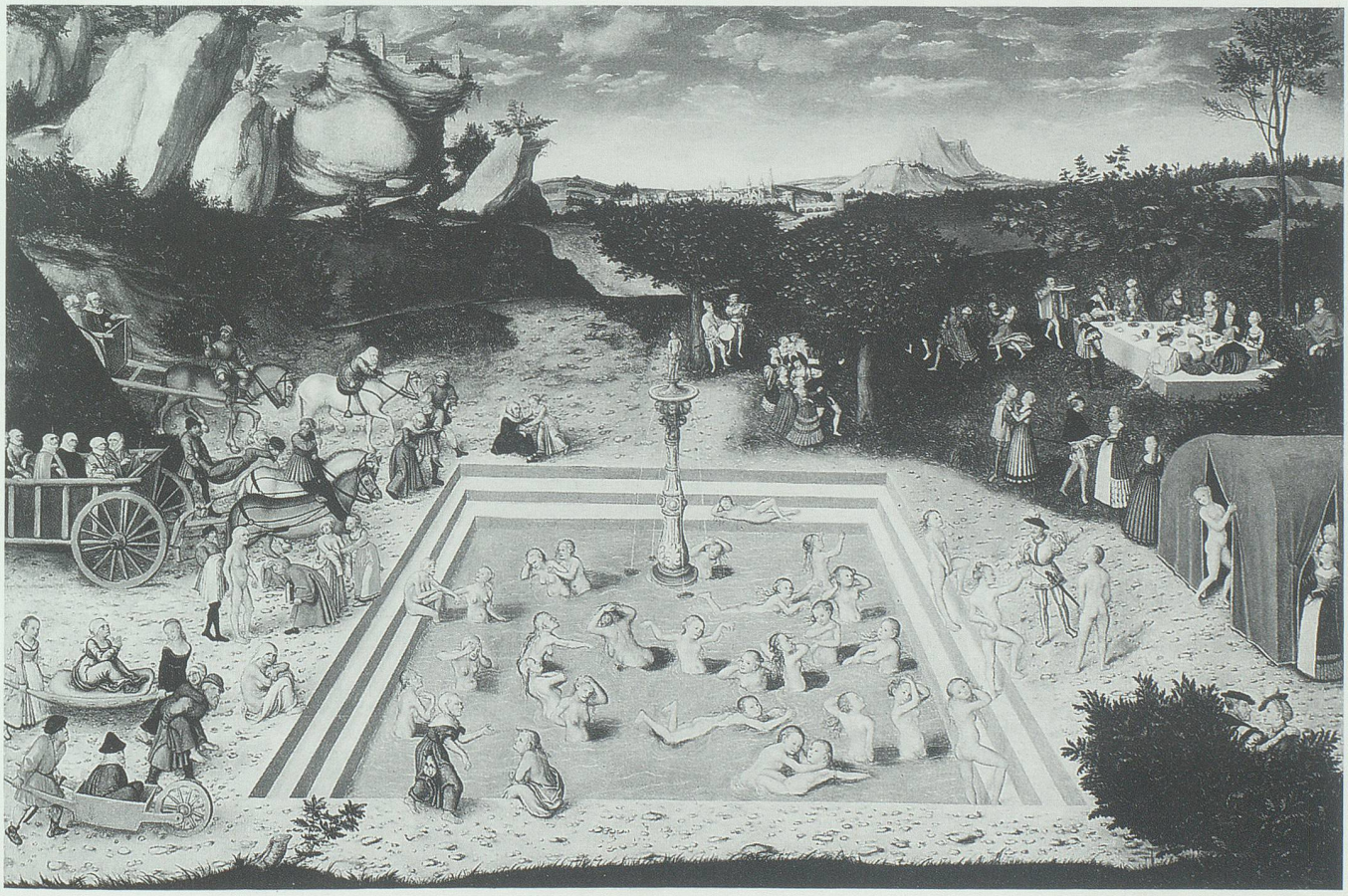
Volksmedizinische Kenntnisse am Beispiel ausgewählter gesundheitlicher Problemkreise

Markus Gassner, Grabs

Wer heute wegen irgendeiner Krankheit einen Arzt aufsucht, erwartet keinesfalls eine volksmedizinische Behandlung seiner Krankheit, sondern Abklärungen und Behandlungen, welche sich nach aktuellen wissenschaftlichen Kriterien als die wirksamsten erwiesen haben. Diese Medizin nennt man üblicherweise «Schulmedizin», weil diese seit Jahrhunderten, seit es Universitäten gibt, dort gelehrt und von allen Ärzten, hochoffiziell staatlich geprüft, gelernt werden muss. Im Gegensatz dazu gibt es aber in allen Kulturen und zu allen Zeiten Patienten, die eine andere Medizin (Alternativ- oder Komplementärmedizin) suchen, und Personen, welche solche Behandlungen anbieten. Die Ausnahme, dass heute zunehmend auch Ärzte sogenannte komplementärmedizinische Behandlungen machen (wie zum Beispiel Homöopathie, Phytotherapie, Akupunktur, Ganzheitsmedizin), bestätigt nur diese Regel.

Die wissenschaftlich orientierte Medizin hat in den letzten Jahrzehnten sehr grosse Fortschritte erbracht, aber wie alle technologischen Fortschritte ergeben auch diese generelle Nebenwirkungen. Man stösst zunehmend an Grenzen. Es ist nicht mehr zum vornherein gut, was technisch machbar ist. Das schnellste Auto ist im heutigen Verkehr sinnlos, weil es zu gefährlich geworden ist. Ähnliche Grenzen ergeben sich bei der Energiegewinnung, beim Verbrauch von Gütern. Aufwendige Behandlungsmethoden werden so ganz allmählich relativiert durch Nebenwirkungen genereller Art, seien dies nun einfach volkswirtschaftlich unerschwingliche Kosten oder multifaktorielle Risiken wie mögliche Eingriffe in das Erbgut, vorgeburtliche Selektion lebenswerten Lebens, aktive und passive Sterbehilfe. Die Fragwürdigkeit der Spitzenmedizin zeigt sich auch in der Bereitschaft zu gefährlichem Leben (zum

Der Jungbrunnen – ein nie erfüllbarer Traum der Menschheit: Alte, gebrechliche Frauen (links) werden in der Mitte des Brunnens verjüngt und entsteigen dem Bad rechts in frischer Blüte. Gemälde von Lucas Cranach d.Ä., 1546.



Beispiel gewisse Sportarten), bei juristischen Entscheiden über die Wertigkeit von individuellem Recht und Gemeinwohl. In diesem Zusammenhang stehen auch massiv zunehmende versicherungspolitische Fragen. Nicht mehr alles, was medizinisch-technisch möglich ist, entspricht auch dem Sinn einer unbedingten Lebenserhaltung eines einzelnen Menschen. Viele fürchten sich vor einer reinen «Daseinserhaltung», die nicht mehr im Einklang ist mit dem Wesen, Charakter, Originalität, dem «Sosein», geprägt von geerbten und erworbenen Eigenschaften. Merkwürdigerweise wünschen heute viele anders zu sterben als früher: Unsere Vorfahren beteten um die Gnade, vor einem jähen Tode bewahrt zu werden, heute gibt es die Erscheinung Exit!

Vor diesem gesellschaftlichen Hintergrund stellen sich Fragen: Welche medizinischen Abklärungen und Behandlungen sind sinnvoll? An welche Kriterien soll man sich halten? Wo finden wir einen kleinsten gemeinsamen Nenner, gültig für die Schul-, Komplementär- und die Volksmedizin? Auf politischer Ebene stellen wir heute vollkommene Ratlosigkeit bezüglich der Kostenentwicklung im Gesundheitswesen fest. Welche Medizin können wir uns heute, und vor allem in der Zukunft, noch leisten? Während beim Auto die Geschwindigkeit als vergleichbares Kriterium akzeptiert werden kann, finden im Gesundheitswesen logische Kriterien wie messbare Genauigkeit, Lebenserhaltung, Nebenwirkungsrisiken, Wünsche des individuellen Patienten, Gesundheit für alle, persönliche Freiheit der Entscheidung und viele andere wichtige Entscheidungskriterien aufgrund vieler vernetzter Interessenskonflikte keine volle Berücksichtigung mehr.[1]

Volksmedizin: Paramedizin, Alternativmedizin oder Komplementärmedizin?

Ist die Volksmedizin eine Paramedizin, eine Alternativmedizin oder so etwas wie eine Komplementärmedizin, worin man heute alle jene Methoden zusammenfasst, wo ein Medikament, eine diagnostische Methode oder ein Apparat die Hoffnung der kranken Menschen befriedigen soll?

Die Volksmedizin ist keine Alternativmedizin, sondern weit umfassender. Volksmedizinische Beobachtungen stammen nicht nur aus den Erfahrungen früherer Generationen, wie man sich gegen gesundheitliche Schädigungen unserer Umwelt schützen kann. Die Volksmedizin ist gleichsam ein Regenfass, das kontinuierlich vom Regen ein bisschen Wasser auffängt; davon setzt sich so manches, und bei einem kräftigen Regenguss wird dann dies und jenes aus früheren Zeiten mit modernem Neuerem zusammen wieder aufgewühlt – und kommt schliesslich zur Anwendung!

In der Volksmedizin findet ein steter Austausch zwischen soziokulturellen Einflüssen und auch wissenschaftlichen Erkenntnissen statt. Uralte Vorstellungen, wie der Glaube an Hexen oder an Leute, die einfach etwas mehr können als andere, lassen sich auch durch unsere Zeit hindurch weiter verfolgen. Altgermanische Zaubersprüche finden hier ihren Niederschlag genauso wie von der Medizin vorübergehend verwendete Medikamente. Andererseits führten aber auch volksmedizinische Beobachtungen immer wieder zu neuen Impulsen für die Medizin als Wissenschaft!

Die naturwissenschaftliche Medizin hat andererseits seit Jahrhunderten immer wieder gegen «Nebenwirkungen» der Volksmedizin angekämpft, indem sie Bürger nicht nur vor Geldmacherei warnte, sondern auch – im Hinblick auf mit moderneren Methoden behandelbare Krankheiten – auf Risiken hinwies. Die Grenzen zwischen Helfern oder Tröstern einerseits und schamloser Verführung andererseits, sei es als Scharlatanerie oder Sektiererei, sind bis heute manchmal ausserordentlich fliessend. Beispiele hierzu sind die Bewegung der Uriella[2] aus dem Jahr 1992, aber auch der Hinweis aus dem Jahr 1870, wonach aus Grabs Patienten mit einer Geistesstörung, häufig mit dem Charakter religiöser Melancholie, nicht selten heimlich in zweifelhafte Privatanstalten geschickt wurden.[3]

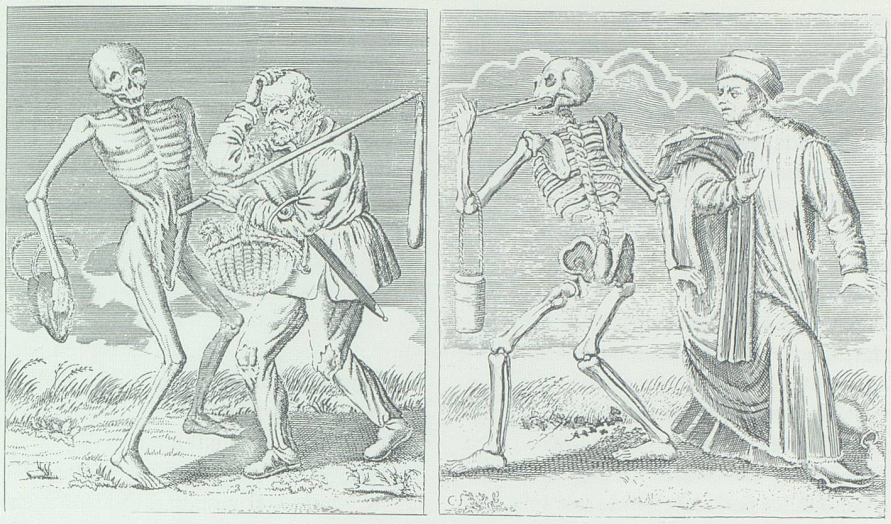
Heute haben wir in der Medizin Tendenzen, die einer Verwilderung gleichkommen, indem offensichtliche Fortschritte wiederum in Frage gestellt werden und man sich auf altes (bewährtes?) volksmedizinisches Wissen und erwiesene (?) Erfahrungen anderer Kulturen beruft. Wer soll so etwas prüfen? Kann man Volksmediziner, Alternativmediziner generell, überhaupt prüfen? Wenn ja, nach welchen Kriterien? Wenn am Beispiel der Akupunktur schon unter Ärzten behauptet wird, «leider basiert die Akupunktur in der Schweiz zu 98 Prozent auf falschen, nur auf alten, heute absolut unwissenschaftlichen Vorstellungen und Ideen, die durch keine modernen Untersuchungen belegt werden können»? – Damit wird nur eines klar dargelegt: dass bei all diesen alternativen Methoden eines sicher fehlt, nämlich eine gemeinsame Sprache. Der ehrliche Arzt kann meistens nur erklären, dass er einfach diese Sprachen anderer Heilverfahren nicht kenne und sie höchstens soweit beurteilen könne, als sie medizinisch gesicherte, wirksame Behandlungen nicht stören.

Den Stand volksmedizinischer Kenntnisse ermittelt

Die Historisch-Heimatkundliche Vereinigung des Bezirks Werdenberg (HHVW) hat sich zum Ziel gesetzt, mit einer 1989 durchgeführten Umfrage in unseren Schulen das Wissen um gutes und richtiges Verhalten bei Krankheiten festzustellen und vor allem die bewährten einfachen Heilmethoden aus dem grossen Gebiet der Volksmedizin zusammenzufassen.[4] Man versuchte mit dieser Umfrage in erster Linie, volksmedizinisches Wissen vor dem Vergessen zu bewahren. Man ermutigte dabei, auch die Eltern, Grosseltern, Urgrosseltern und Verwandten, bekannte Nachbarn oder andere Vertrauenspersonen beim Ausfüllen dieser Fragebogen zu konsultieren. Man wollte entsprechend viel Detailwissen sammeln. Zum Teil wurde der Fragebogen auch kollektiv von älteren Personen beantwortet, zum Beispiel beim Altersturnen.

Aufgrund dieser Gegebenheit ergaben sich in der Folge bei der Auswertung der Antworten Schwierigkeiten. Die Art der Befragung lässt keine gesicherten quantitativen Aussagen zu, wie häufig eine Methode tatsächlich angewendet wurde oder immer noch wird. In der Zwischenzeit sind ebenfalls bereits wieder neue alternativmedizinische Methoden auch in unserer Region eingeführt worden, die bei der Befragung noch weitgehend oder ganz unbekannt waren (Ayur-Veda, Bach-Blüten, Bioresonanz usw.).

Aber dennoch: Die Hinweise auf verschiedenste in unserer Region verwendete Heilpflanzen[5] sind immens, ebenso solche auf unterschiedlichste Anwendungen in deren Zubereitung und Applikation, sei es als Tee, Salbe, Wickel oder einfach als Amulett. Es würde den Rahmen des Jahrbuches bei weitem sprengen, alle diese Antworten einigermassen gewertet und kommentiert darzulegen. Entsprechend wurde auch prinzipiell darauf verzichtet, hier Hinweise



Ob Bauer (links) oder Arzt (rechts): Alles Bemühen um die Behandlung von Krankheiten bleibt heute wie früher begrenzt durch die unabwendbare Endlichkeit des Lebens. (Aus dem Basler «Todten Tanz».)

zu geben, um die Auswertungen dieser Fragebogen quasi als Rezepturanleitung zu benützen.

Die folgende Zusammenstellung richtet sich nicht nach der Reihenfolge der Befragungen, sondern es sollen Fragenkomplexe zu vereinzelten gesundheitlichen Problemkreisen im Ablauf des menschlichen Lebens aufgezeigt werden. Dabei sollen die Antworten gleichzeitig kommentiert werden mit aktuellen medizinisch-wissenschaftlichen Vorstellungen und medizinhistorischen Hintergründen.

Masern

Masernerkrankungen sowie deren Komplikationen und die Todesfälle infolge Masern widerspiegeln modellhaft Zusammenhänge des Gesundheitswesens und der Ernährungslage der Bevölkerung. Diese Krankheit eignet sich dafür sehr gut, weil die Diagnose eines typischen Hautausschlags wegen recht einfach zu stellen war. Unmittelbare Ursache der Krankheit ist eine Virusinfektion. Bis vor etwa zehn Jahren erkrankte in unserer Region noch jedes Kind an Masern, bemerkt oder unbemerkt.[6] Entsprechend können die Angaben über Todesfälle als recht zuverlässig angenommen werden für die Häufigkeit der Komplikationen. In früheren Jahrhunderten und in Entwicklungsländern bis heute galt Masern als eine der gefürchtetsten Kinderkrankheiten. In Afrika sterben bis zu zehn Prozent der Kinder, wenn sich eine Masernepidemie ausbreitet.[7] Für die Araber galt sogar ein Sprichwort, dass ein Kind, das die Masern überstanden hatte, den Eltern zum zweiten Mal geboren wurde.[8]

Im Kanton St.Gallen starben im Verlaufe des letzten Jahrhunderts etwa vier Prozent der Kinder an dieser Infektionskrankheit. 1963 wurde in den USA die Masernimpfung eingeführt. Dies bewirkte einen drastischen Rückgang der Komplikationen wegen Masern sowie auch der Todesfälle. In der Schweiz liess man sich diesbezüglich viel Zeit, so dass erst 1987 eine Impfkampagne lanciert wurde. Auf freiwilliger Basis wurde in den Jahren zuvor jedoch bereits häufig geimpft. 1986, also schon vor der nationalen Impfkampagne, waren in Grabs bereits 75 Prozent der Schulkinder geimpft.

Gefürchtet als Komplikation bei den Maserninfektionen waren vor allem Lungenentzündungen sowie sehr schwer verlaufende Mittelohrentzündungen. Die Todesfallraten waren häufig bedingt durch das gleichzeitige Auftreten mehrerer Infekte, zum Beispiel Tuberkulose, Diphtherie und Scharlach, weil das Masernvirus die körperliche Abwehr schwächt. Ebenfalls gefürchtet war die Kombination Masern und Infektionen mit dem Kinderlähmungsvirus, weil dann vermehrt Lähmungen auftraten. Das hohe Fieber bei Masern verursachte häufig Krämpfe. Zum Teil befällt das Masernvirus auch das Gehirn, was einerseits zu Todesfällen in den ersten Wochen nach der Erkrankung führt, jedoch auch – wie man erst später entdeckte – zu einer merkwürdigen, chronisch verlaufenden Gehirnentzündung, der sogenannten subakut sklerosierenden Panencephalitis, die erst Jahre nach den Maserninfektionen manifest wird und unheilbar tödlich verläuft. Auch heute hat die Medizin kein wirksames Mittel gegen Masernvirusinfektionen. Das einzige, was uns zur Verfügung steht, sind je nach Beschwerden fiebersenkende oder hustenstillende Mittel sowie Antibiotika bei gleichzeitig auftretenden Begleiterkrankungen. Die Impfung erweist sich als sehr effektiv. Masernepidemien sind in den letzten Jahren nun auch in der Schweiz extrem selten geworden.[9]

1 Noch relativ einfach scheint die Frage, welches Kriterium angewendet werden könnte zur Charakterisierung einer optimalen Laboruntersuchung. Als eine Art Fortsetzung eines Kantschen Imperativs einigte man sich an der Aspen-Konferenz für Laboruntersuchungen (College of American Pathologists, Aspen 1976) wie folgt: «Das angestrebte Ziel der klinisch-chemischen Analytik kann nur in bezug auf die Bedürfnisse der Patientenversorgung definiert werden. Jede andere Basis ist irrelevant.» Zitiert aus: H. KELLER, *Einflüsse auf klinisch-chemische Messgrössen*. – In: H. LANG / W. RICK / H. BÜTTNER (Hg.), *Validität klinisch-chemischer Befunde*. Berlin 1980. – Siehe auch M. GASSNER, *Gedanken zur Zukunft des Praxislabors*. – In: *Schweiz. Ärztezeitung*. Bd. 65, S. 669–675. Bern 1984.

2 Die in Deutschland und in der Schweiz wirkende Sektenführerin Uriella geriet wegen ihrer ausgeprägt kommerziell ausgerichteten Umtriebe 1992 in die Schlagzeilen.

3 Bericht der Sanitätskommission des Kantons St.Gallen von 1872, S. 57–58, Staatsarchiv St. Gallen.

4 Umfrage über Volksmedizin im Werdenberg. Manuskript 1989 im Besitz der HHVW. – Unter «Bericht aus der HHVW. Die Vereinstätigkeit 1987/1988» im Werdenberger Jahrbuch 1989, S. 162, hält HHVW-Präsident Gerhard R. Hochuli zur Umfrage fest: «Angeregt durch ein Referat über ‹Volksmedizin›, bildete sich Mitte 1988 eine entsprechende Arbeitsgruppe unter der Leitung von Dr. phil. Heidi Gander. Die erste Zielsetzung galt der Aufnahme des aktuellen Standes der volksmedizinischen Kenntnisse in unserem Bezirk. Ein umfangreicher Fragebogen wurde in rund 1000 Exemplaren an die Bevölkerung verteilt. Die Befragung wird durch Interviews ergänzt und dient als Rohstoff für einen der folgenden Bände des Werdenberger Jahrbuchs.»

5 Eine Zusammenstellung von in der Umfrage häufig genannten Heilpflanzen findet sich in diesem Buch im Beitrag von H. J. Reich, «Aus der Apotheke der Natur». Die Namen der dort kurz erläuterten Pflanzen sind hier mit * gekennzeichnet.

6 M. GASSNER, *Epidemiologie von Masern, Mumps und Röteln bei Schulkindern – Korrelation von Anamnese und Serologie* – In: *Therapeutische Umschau* Nr. 43, S. 635–639. Bern 1986.

7 M.GENTILINI / B. DUFLO, C. CARBON, *Médecine tropicale*, S. 237–241. Paris 1972.

8 Zitiert aus M. F. SCHREEN, *Epidemiologische und serologische Untersuchungen zu einer Masernepidemie im Zürcher Oberland*. Diss. Zürich 1988.

9 M. GASSNER, H. P. ZIMMERMANN, *Masern in der Schweiz 1986–1991*. – In: *Bulletin BAG*, Nr. 36, S. 594–600. Bern 1992.

Die Volksmedizin offeriert gemäss Umfrage bei Masern einerseits Tee mit vielen Kräutern zur Linderung des Hustens, daneben zur Linderung des Juckreizes nach der Abschuppung des Hautausschlages Zusätze zum Waschen der Haut, beispielsweise mildes Essigwasser, essigsaure Tonerde, Heublumenbäder, Chörbliwasser*[10] und Schnapswasser. Als Massnahme wird empfohlen, den Patienten in einem abgedunkelten Zimmer zu halten, was sich sicher günstig auswirkt zur Vorbeugung von Krämpfen. Hinzu kommen die üblichen Fieberbekämpfungsmassnahmen (wie Essigsocken), das Vermeiden von Durchzug, Bettruhe, leichte Ernährung. Als Kuriosität wird das Umhängen von Knoblauchbünteli empfohlen, was wegen des Geruchs Isolationsmassnahmen verstärken dürfte.

Windpocken

Die Windpocken werden durch ein Virus verursacht, das sogenannte Varizellenvirus. Es ist weitgehend identisch mit dem Herpesvirus, welches bei älteren Leuten die gefürchtete Gürtelrose verursacht. Etwa zwei Wochen nach einem Infekt entstehen am ganzen Körper vorerst juckende Bibeli, die in Bläschen mit klarer Flüssigkeit übergehen. Diese Bläschen platzen oder werden aufgekratzt; über zusätzliche Infektionen mit Bakterien können sie zu Narben führen.

In der Medizin haben wir seit kurzem ein Mittel, das ähnlich wie Antibiotika gegen die Vermehrung dieser Viren wirksam ist. Weil hingegen die Viren bereits recht häufig Resistenzen entwickeln, sollte dieses nur für sehr schwere Fälle verwendet werden. Üblicherweise gibt man ein Mittel gegen den Juckreiz und auch in der klassischen Medizin lokal anzuwendende Schüttelmixturen, um eine rasche Austrocknung der Bläschen zu fördern. Eine Impfung ist zwar möglich, jedoch ausgesprochen teuer; sie wird deshalb nur für Risikopatienten in Erwägung gezogen.

Merkwürdig ist, dass bei dieser so offensichtlichen Erkrankung von den Befragten eigentlich wenig Heilkräuter erwähnt werden, obwohl hier gerade viele Möglichkeiten erwartet werden könnten. Die von den Befragten erwähnten Waschungen mit Arnika*, Chörbliwasser* und Kamillentee* sind ohne Zweifel vernünftig. Ebenfalls die Puderungen mit Menthol entsprechen durchaus auch aktuellen medizinischen Ansichten. Unter den Massnahmen wird die Isolation wegen der Ansteckungsgefahr erwähnt. Aus epidemiologischer Sicht ist man sich zurzeit nicht ganz einig, ob diese Massnahme wirklich viel bringt. Sicher sinnvoll ist hingegen die Empfehlung, die Sonne nach Varicelleninfektionen zu meiden, weil so gebräunte Narben vermieden werden können.

Keuchhusten

Der Keuchhusten war im letzten Jahrhundert eines der grossen medizinischen Probleme, weil viele Kinder an dieser Krankheit starben (1808 29 Prozent der kindlichen Todesursachen). Der Erreger des klassischen Keuchhustens, das Bakterium Hämophilus pertussis, wurde erst 1906 entdeckt. Dieses befällt vorwiegend Kinder unter zehn Jahren, speziell Säuglinge, und schädigt beziehungsweise reizt die Atemwege der Kinder ausserordentlich stark, was zu schweren Hustenanfällen führt. Die Kinder atmen tief ein, dann folgt eine Reihe mehrerer Hustenstösse, beim Einatmen hört man ein Keuchen, oft entsteht auf der Höhe eines Anfalls ein Krampf im Kehlkopfbereich. Das Kind kann so nicht mehr atmen, wird blau, dann löst sich der Krampf, gefolgt von einer langgezogenen keuchenden Einatmung. Diese dramatischen Episoden können mehrmals hintereinander auftreten, daher auch der Name der Krankheit. Ursache für diese schweren Schädigungen ist ein Giftstoff, welchen die erwähnten Bakterien produzieren. Eine Impfung mit diesem Giftstoff führt zu einer guten Immunität. Entsprechend sind bei uns die früher typischen Keuchhusteninfektionen sehr selten geworden.

Die sich ausgesprochen dramatisch auswirkenden Hustenanfälle fanden natürlich auch in der Volksmedizin ihren Niederschlag. Entsprechend zahlreich sind die Empfehlungen bei den Hausmitteln oder Massnahmen. Es wird vor allem eine Befeuchtung der Luft empfohlen. Genannt werden hier auch kuriose Methoden und Mittel, so Massagen mit Hundefett, in Zucker aufgelöste Tauschnecken und Murmeltieröl. Etwas ungewöhnlich ist ebenfalls das Baden in einem Absud von Heublumen oder Tannennadeln. Erwähnt werden zudem Keuchhustentropfen, deren Zusammensetzung aber unbekannt ist.

Mumps

Mumps war auch im Werdenberg eine häufige Kinderkrankheit, ausgelöst durch ein Virus. Vorwiegend Kinder im Vorschul- und Schulalter erkranken zwei bis drei Wochen nach einer Ansteckung an schmerzhaften Speicheldrüsenschwellungen. Gelegentlich sind auch die Gonaden (bei Erwachsenen) und die Bauchspeicheldrüse betroffen. Selten entstehen Entzündungen im Gehirn und Rückenmark, die glücklicherweise meist, aber leider nicht immer, ohne bleibende Schäden (vor allem Lähmungen der Gesichtsnerven, Taubheit) abheilen.

Eine wirksame Behandlung gegen den Erreger dieser Krankheit gibt es auch heute nicht. Man benützt übliche Schmerzmittel. Entsteht eine Hirnentzündung, behandelt man die Mumpsinfektion in Spitälern mit Cortison.

Bis zum Ende der Schulzeit waren früher praktisch alle Kinder an Mumps erkrankt, wenngleich diese Erkrankungen von den Eltern oft nicht richtig registriert wurden. Seit 20 Jahren ist eine Impfung möglich. Seit etwa 1978 wurden die Knaben vor

Dieses Mittel gegen Husten und Engbrüstigkeit wurde nicht nur von Ärzten und Apothekern, sondern auch von Wirten, Konditoren und Schreibmaterialienhändlern vertrieben. (Aus «Tagblatt der Stadt St.Gallen» vom 23. April 1873.)

Gegen Husten und Engbrüstigkeit,

1084] **verbunden mit Schlaflosigkeit**, und ähnliche **Brustleiden** sind die **Pektorinen** von Dr. **J. J. Hohl in Heiden** ein längst bewährtes und anerkanntes Heilmittel. Zu beziehen in Schachteln zu 75 und 110 Rp. durch **J. U. Locher's** Schreibmaterialhandlung, Marktgasse, in St. Gallen; — **G. J. Zündt**, Vater, in Altstätten; — **R. Heuß**, Apotheker in Chur; — **Jak. Schweizer** in Degersheim; — **B. Weyer** zum Tannenbaum in Flawyl; — **Alois Huber** in Gähwyl; — **Ledergerber**, Chirurg in Goßau; — **Zölper** und **Lutz** in Herisau; — **Weber**, Apotheker in Lichtensteig; — **C. Bernold** zum Schlüssel in Mels; — **Helbling**, Apotheker in Rapperswyl; — **Hermann Lutz** in Rheineck; — **Rothenhäusler**, Apotheker in Rorschach; — **Schmid**, Konditor in Speicher; — **Bruderer**, Apotheker in Teufen; — **Streule**, Apotheker in Utznach; — **H. Steffan** in Wattwyl; — Gebrüder **Streule** in Weesen; — **David** von **Par. Hilti** in Werdenberg; — **Jaiser-Forrer**, Konditor in Winterthur; — **Krüsi-Altherr** in Gais; **J. Konrad Schönholzer** in Niederutzwyl, sowie durch den Erfinder, **J. J. Hohl**, Arzt in Heiden.

der Pubertät ab dem 5. Schuljahr gegen Mumps geimpft. Heute sind bei Schuleintritt bereits die meisten Kinder auch gegen Mumps geimpft, bei Schulaustritt praktisch alle. Mumpserkrankungen sind deshalb bei uns bereits sehr selten geworden.
In unserer Volksmedizin richtet sich die Behandlung in erster Linie auf lokale Mittel. Am häufigsten wird empfohlen, Schafwolle um den Hals zu binden; diese soll besser wirken, wenn sie ungewaschen ist. Als weitere häufige Behandlung werden Umschläge erwähnt, zum Teil mit Temperaturangaben, wobei mehrheitlich warme, selten kalte Umschläge erwähnt werden. Vielseitig sind Angaben über zusätzliche Hausmittel für diese Umschläge, dabei stehen merkwürdigerweise tierische Produkte im Vordergrund (Schweineschmalz, Murmeltierfett, Quark). Unter den pflanzlichen Produkten werden Heublumen, Leinsamen*, Kartoffeln*, Kamille*, Knoblauch*, Johanniskraut* (Öl) sowie Goldrute* empfohlen, weiter Lehm und zum Trinken Pfefferminze*, Goldrutentee oder Randensaft. Neben Massnahmen wie Isolieren, «Arrest in dunklen Zimmern» und vereinzelt Antiphlogistinwickel werden Arztkonsultationen sowie die Impfung erwähnt.

Ohrenweh

Entzündungen im Bereiche des Ohres sind vor allem bei Kindern eine ausgesprochen häufige Erkrankung. Damit wir optimal hören können, ist unser Ohr mit einem Trommelfell ausgerüstet, das die Schwingungen aufnimmt, mit anschliessenden feinen Ohrknöchelchen, die diese Schwingungen verstärken und auf das Innenohr übertragen. Damit das Ganze funktioniert, muss das Mittelohr, das heisst, der Raum zwischen Trommelfell und Innenohr, stets belüftet werden. Diese laufende Belüftung funktioniert normalerweise unauffällig: Bei jedem Schluckakt oder beim Gähnen entsteht ein kleines Geräusch als Zeichen der entsprechenden Belüftung, das wir normalerweise gar nicht registrieren. Dabei tritt Luft vom Rachenraum über die Eustachsche Röhre in das Mittelohr. Nun ist aber beim Kind diese Röhre in Entwicklung, und die Raumverhältnisse speziell im Rachenraum sind eng. Bei Infektionen meist viraler Art reagieren die entsprechenden Organe der Infektabwehr: die Rachen- und Gaumenmandeln schwellen an und behindern zusätzlich noch diesen Luftaustausch. Dadurch entstehen bei Kindern vielfach Sekretstauungen im Mittelohr. Häufige Entzündungen sind deshalb dort vorprogrammiert. Steht dann wegen einer Entzündung das Trommelfell unter Druck, entstehen sehr starke Schmerzen. Diese lassen rasch nach, wenn sich der Eiter einen Weg durch das Trommelfell bahnt oder ein Druckausgleich über den Rachen bewerkstelligt werden kann.
Das Phänomen, das Bedürfnis oder die Notwendigkeit eines «Ableitens» ist eigentlich unbestritten, auch in der Volksmedizin. A. Vogel mahnt in seinem Buch «Der kleine Doktor»[11], diese Ableitungen ernst zu nehmen, «damit nicht der Eiter, statt durch das Trommelfell nach aussen durchzubrechen, ins Innere der Schädelhöhle gelangt». Er warnt auch recht eindrücklich und anschaulich vor schweren Komplikationen chronischer Entzündungen: «Der Gehörnerv mit dem komplizierten und ebenso empfindlichen Innenohrapparat kann durch Bakteriengifte bleibend geschädigt werden, die ganzen Gehörknöchelchen des Mittelohrs können herauseitern, und dann ist natürlich jede Behandlungsmöglichkeit verloren.»
Einige Unklarheiten bestehen in der Methodik des Ableitens. Im Mittelalter hatte man noch ganz konkrete Vorstellungen über im Gehörgang hausende «Ohrwürmer», die zu vertreiben notwendig sei. Vogel empfiehlt vor allem, lokal reizende Wickel (mit Zwiebeln oder Senf) hinter dem Ohr oder am Nacken, notfalls sogar eine «Baunscheidt-Ableitung» anzuwenden (vermutlich ist damit eine Art Akupunktur aus dem Jahre 1886 gemeint, wo viele Nadeln gleichzeitig in die Haut getrieben und die kleinen Hautöffnungen mit einem reizenden Öl eingerieben werden.[12]
In der Schulmedizin ist die Behandlung der Mittelohrentzündung ebenfalls alles andere als eindeutig klar: Zum «Ableiten» verwenden Ärzte heute in erster Linie abschwellende Nasentropfen, damit der natürliche Abfluss durch die erwähnte Eustachsche Tube funktioniert. Früher und auch heute in recht unterschiedlichem Masse wird eine direkte Ableitung über das Trommelfell gelegentlich noch angewendet, die sogenannte Parazentese. Bei chronischen Belüftungsstörungen wird ebenfalls eine dauernde Ableitung – oder eher eine Zuleitung – von Luft in das Mittelohr mit ganz kleinen Röhrchen im Trommelfell angewendet.
Vorschläge über Einnahme verschiedener Teesorten werden in unserer volksmedizinischen Umfrage eher selten erwähnt; man benützt dazu Hauswurz*, Heublumen, Huflattich*, Kamillen*, Nierentee und Ringelblumentee*. Weit ergiebiger sind Empfehlungen lokaler Anwendungen von Hausmitteln, wie das Einbringen von Blattrippen des Breitwegerichs* oder Spitzwegerichs* in die Ohren, oder man benützt hierzu Watte, welche mit Johannisöl* oder eventuell mit Schwedenbitter tropfenweise ins Ohr gegeben wird; auch Murmeltieröl soll wirken. Die ebenfalls erwähnte Watte mit Alkohol wird beim entzündeten Ohr vorwiegend Schmerzen verursachen. Vom genannten «Wunderbalsam» ist die Zusammensetzung nicht bekannt; man kann auch Nelkenöl* verwenden. Ist kein Extrakt der Pflanzen vorhanden, wird empfohlen, Zwiebeln, rohe Kartoffeln*, Hauswurz*, Hanf*, Kohlblätter oder sonst einen Brei einfach auf das Ohr zu legen, das Warmhalten mit einem Heizkissen oder mit einem «Chriesimaa» soll die Wirkung unterstützen. Auch kühle Halswickel werden empfohlen. Merkwürdig ist die mehrfache Empfehlung, faule, schwarze Äpfel aufzulegen; dies könnte vordergründig eher zu den Kuriosa gezählt werden, im Zusammenhang mit den Antibiotika, die früher überwiegend aus Pilzkulturen gewonnen wurden, könnte sich jedoch eine Erklärung ergeben. Dass die Applikation von Knoblauchzehen* auch tatsächlich angewendet wurde, kann ich aus eigener Erfahrung bestätigen, weil es mitunter für den Patienten nicht so einfach ist, eine abgebrochene Knoblauchzehe wieder aus dem Gehörgang zu entfernen! Für wohl eher wohlhabende Damen wird das Umbinden eines Seidentuchs empfohlen, für Personen mit weniger empfindlichen Nasen das Umbinden von ungewaschener Schafwolle. Aus der Pharmaindustrie haben sich Otalgantropfen in der Volksmedizin eingenistet und konkurrieren mit dem Murmeltieröl, dem Kampferöl, einer «Friedasalbe» und dem Johannisöl*. Zweifellos zu den Kuriositäten zu zählen ist die Empfehlung, Ziegenurin ins Ohr zu träufeln und anschliessend eine Wollhaube anzuziehen.

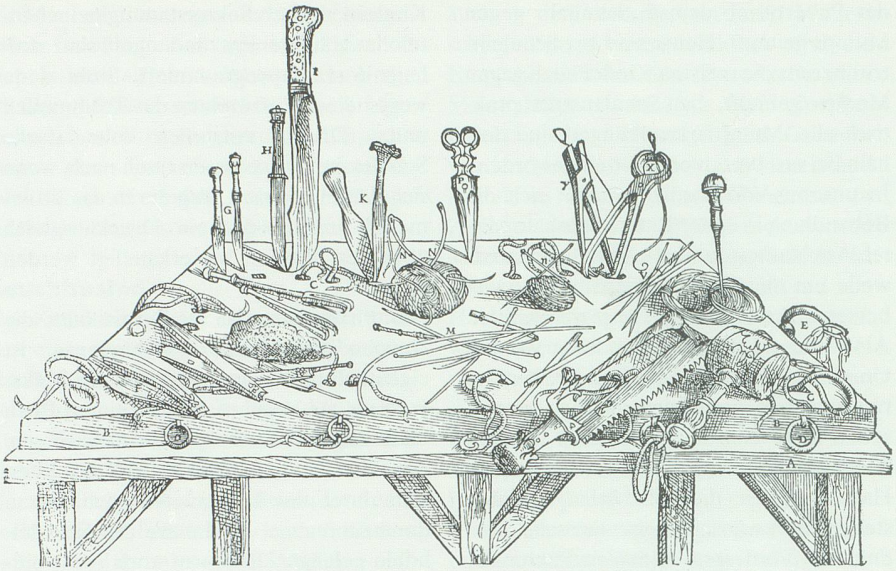
10 Zum Chörbliwasser siehe die Beiträge von O. Ackermann, H. Conrad und Hj. Gabathuler in diesem Buch.

11 A. Vogel, *Der kleine Doktor*. S. 127–130. Teufen/Konstanz 1955.

12 *Herders Konversationslexikon*, 3. Auflage. Freiburg i. B. 1902.

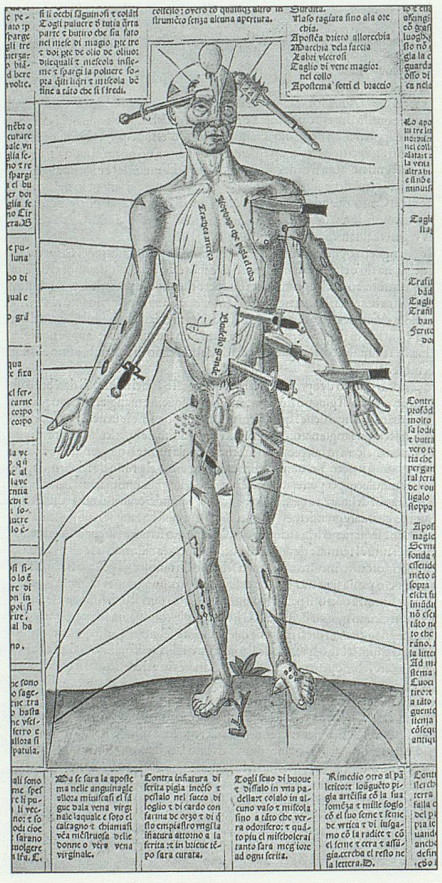
Wunden

Einfache Verletzungen sind ohne Zweifel die häufigsten Schädigungen der menschlichen Gesundheit. Entsprechend sind medizinische oder genauer chirurgische Erfahrungen ebenso alt wie die Menschheit selbst. Seit jeher wurde jenen Leuten, die sich speziell damit befassten, Respekt und Verehrung entgegengebracht. Mit der Behandlung offener Wunden war früher im Unterschied zu heute auch Phytotherapie, also die Anwendung verschiedener Kräuter in den Wunden, recht eng verbunden. Bis in die neueste Zeit hinein waren der chirurgischen Behandlung enge Grenzen gesetzt, insbesondere aufgrund von Wundinfektionen, womit praktisch bei jeder Verletzung zu rechnen war. Heute lassen sich unterschiedlichste Verletzungen dank verschiedenster Methoden der Anästhesie nicht nur angenehmer, sondern wegen offensichtlich erfolgreicher Bekämpfung der Wundinfektionen (Desinfektionsmittel, Antibiotika) auch erfolgreicher behandeln. So ist der alte Spruch vom «guten und lobenswerten Eiter» (pus bonum et laudabile) einer frischen Wunde aus heutiger Sicht nurmehr schwer verständlich. Früher jedoch eiterte jede Wunde, und die chirurgische Kunst bestand vorwiegend darin, dem Eiter einen möglichst guten und problemlosen Abfluss zu bahnen. Dies muss zum Verständnis der überlieferten volksmedizinischen Empfehlungen mitberücksichtigt werden; es zeigt sich dabei deutlich, dass alle Heilmethoden immer in einem engen zeitlichen Bezug zu vielen anderen Gegebenheiten stehen.



Die Werkzeuge des Chirurgen um 1540. Ein Instrumentarium, das die Angst der Patienten vor möglichen Eingriffen anschaulich zu erklären vermag, ganz abgesehen von den daraus folgenden Infektionen! (Aus E.Blair/D.Levy, «Anatomy Illustrated», New York 1979, S. 28.)

Ein sogenannter Wundmann aus einem medizinischen Lehrbuch von 1491, das den Wundärzten/Chirurgen als Lehrmittel zur Behandlung von Verletzungen diente. (Aus E.Blair/D.Levy, «Anatomy Illustrated», New York 1979, S. 9.)



Chronische, schlecht heilende Wunden sind heute extrem selten geworden, seien dies nun Eiterungen aus Knochen oder über viele Jahre sich dahinziehende Geschwüre, wie sie noch vor wenigen Jahrzehnten nicht selten waren.

Ein Beispiel für die bis heute überlieferte Volksmedizin, welche die Heilung aber mehr hindert als fördert, ist der Wundpuder. Jeder Notfallarzt wird gelegentlich zum Fluchen verleitet, wenn als erste Hilfemassnahme Puder in frische Wunden eingebracht wurde und so selbst eine einfache Wundnaht behindert oder gar verunmöglicht wird.

Hautausschläge

Die Frage nach volksmedizinischen Mitteln gegen Hautausschläge ergab 36 angewendete Heilkräuter, 23 Hausmittel, 17 in Apotheken und Drogerien empfohlene Präparate sowie fünf differenzierte Ratschläge genereller Art wie: hautfreundliche Produkte verwenden, richtige Ernährung, Bibeli ausdrücken und desinfizieren, nicht kratzen, geräuchtes Fleisch meiden.

Ergiebig ist hingegen das offensichtlich merkwürdige Kapitel der Warzen. Die Warzen sind auch biologisch ausserordentlich eigenartig. Wie wir alle wissen, befallen sie vorwiegend Kinder, sie wachsen auf der Haut vor allem an den Händen, in der letzten Zeit zunehmend auch an den Füssen. Plötzlich sind sie da und vermehren sich. Es gibt viele Behandlungsmethoden, auch in der Medizin, die zwar immer vorübergehend wirken, doch plötzlich sind die Warzen an einem anderen Ort wieder da! Dagegen hilft auch das Ausbrennen und Ausschneiden nicht oder eben nur vorübergehend, während die entsprechenden Narben dann doch kaum mehr verschwinden. Weil die Warzen häufig von selbst wieder verschwinden, sind Ärzte oft nicht undankbar, wenn volksmedizinische Mittel jeglicher Art angewendet werden.

Zum Einreiben in die Warze wird der Saft der Hauswurz*, des Löwenzahns*, der scharfen Fetthenne, des Schöllkrauts*, des Storchenschnabels* oder auch der Herbstzeitlose* empfohlen. Aus der Küche kommen Knoblauch* und Zwiebeln, auch Salatöl oder feuchte Salzkompressen während fünf Tagen dazu. Etwas aggressiver ist

die Empfehlung, die Warzen mit einem halben sauren Apfel solange zu reiben, bis sie bluten, oder Dornwarzen warm zu baden und sie nachher mit der Schere auszuzupfen. Aus der Drogerie wird ein Produkt «Warz ab» empfohlen. Ein Mittel hingegen, für das vor Jahrzehnten intensiv und auf originelle Art Reklame gemacht wurde, das «Hühneraugen-Lebewohl», wird nicht mehr erwähnt. Als Massnahme wird der Besuch eines Menschen mit einer speziellen Begabung empfohlen. Solche Menschen, die mit Patienten, welche an Warzen leiden, offensichtlich speziell gut umgehen können, gibt es meines Wissens praktisch in jeder Gegend. Als Kuriosum wird erwähnt, die Warzen mit einer Tauschnecke einzureiben oder diese wenigstens darüberkriechen zu lassen. Wird Bachschaum verwendet, solle dieser bei abnehmendem Mond aufgetragen werden. Dasselbe gilt auch bei der Verwendung von Zwiebeln und dürrem Eichenlaub*; letzteres bewirkt ohne Zweifel entsprechend einer uralten Gerbmethode eine gewisse Verhärtung der weichen Warzen, was eine mechanische Behandlung erleichtert. Das Schneiden von Schnecken in Scheiben und deren Anwendung dürfte bei der Herstellung und Anwendung von zartbeseiteten Do-it-yourself-Doktoren etwas Schwierigkeiten verursachen: dieses «Medikament» wird zwar als wirksam empfohlen, aber offensichtlich nur selten angewandt.

Läuse und Flöhe

Das Zusammenleben des Menschen mit seinen stechenden Begleitbewohnern war bis in die jüngste Zeit hinein intensiv und weit verbreitet. Schlimm daran war, dass mit dem Stich dieser Insekten und Spinnentiere (zu denen verschiedene Milbenarten und die Zecken gehören) auch schwere und häufig tödlich verlaufende Krankheiten übertragen werden konnten. Die Pest ist ein Beispiel dafür.[13] Vergessen wir nicht, dass weltweit gesehen heute noch sehr viele Todesfälle durch Erreger verursacht werden, die von Insekten übertragen werden (zum Beispiel Malaria).

Es dürften wohl weniger die hygienischen Massnahmen sein, welche die Wanzen und den Menschenfloh in unserer Region praktisch ausgerottet haben, sondern vielmehr der intensive Einsatz von Insektiziden, insbesondere in der Zeit des Zweiten Weltkrieges. In den letzten Jahren wird in vielen Regionen Europas wieder eine Zunahme von Läusen bei Schülern beobachtet. Dabei werden oft Kinder unserer Fremdarbeiter als Infektionsquelle vermutet. Deren Eltern kennen jedoch diese Parasiten meistens noch viel besser als die heutige Generation unserer einheimischen Eltern. Der Import dieser Parasiten auf den Köpfen wohlhabender Schweizer Kinder, die in den Ferien durch ferne Länder streifen, ist deshalb meistens viel wahrscheinlicher. Die Laustanten unserer Samaritervereine werden daher auch in den nächsten Jahren, insbesondere nach den Sommerferien, bei ihren altbewährten Entwesungsaktionen erfolgreich bleiben.

Unsere Volksmedizin empfiehlt hier noch einige recht eindrückliche überlieferte Methoden wie Anis*, weil die Läuse angeblich diesen Geruch hassen, was auch bezüglich der Anwendung von Nelken* der Fall sein dürfte. Efeu* und Farn* haben sich bei anderen Parasiten, zum Beispiel bei Wurmbefall, auch bewährt. Daneben werden Pflanzen genannt, die scheinbar für oder gegen alles wirken, wie Arnika*, Tausenguldenkraut*, Wermut* oder Brennessel*. Als exquisit lokale Massnahme wurden auch Petrol, Essig, Speiseöl, Schweinefett, Schmierseife, Sprit, Benzin, Zwiebeln, Tabakwasser oder Quark in den Haarboden massiert, sofern man sich nicht in der Drogerie oder Apotheke ein anderes scharfes Zeug beschafft hat, etwa Sabadilessig, Lysol, Kresol oder Teerschwefelseife, Anilinpuranschampon, Noflo oder wie alle diese Lauspulver heissen, die mit oder ohne Läusekamm angewendet wurden. Unter den eher kuriosen Ratschlägen figuriert, die Viecher von Hand zu töten und Ordnung zu halten, die Haare kurz zu schneiden, die Laustante für eine Lauskappe zu bestellen oder den Hund mit einem Staubsauger abzusaugen.

Kopfschmerzen

Kopfschmerzen kommen in der Bevölkerung ausserordentlich häufig vor. Gemäss einer Umfrage eines Marktforschungsinstitutes 1978 in Zürich litten im vorangegangenen Jahr 72 Prozent der Befragten im Alter von 25 bis 65 Jahren an Kopfschmerzen. Man nimmt an, dass etwa jeder zehnte Patient wegen Kopfschmerzen den Arzt aufsucht.[14] Die Ursachen der Kopfschmerzen sind ausserordentlich mannigfaltig, und meistens haben wir Mühe, die häufigsten Arten der Kopfschmerzen wie die Wetterfühligkeit, Migräne, den sogenannten Spannungskopfschmerz usw. zu verstehen. Die Hauptmasse und das Zentrum unseres Kopfes, unser Gehirn, ist vollkommen schmerzunempfindlich, obwohl es die Schmerzen registriert und verarbeitet. Um so mehr reagiert alles um das Gehirn herum auf verschiedenste Reize schmerzempfindlich. Dies betrifft nicht nur die Sinnesorgane des Kopfes, sondern ganz speziell die Hirnhäute und Gefässe, die das Gehirn umgeben und ausserordentlich empfindlich auf Druckschwankungen reagieren und so direkt oder über ein überschiessendes Anspannen feiner Muskeln in Gefässen lästige Schmerzen auslösen.

Für den Arzt gilt es bei Kopfwehpatienten in erster Linie, rasch ein paar seltene, aber mitunter lebensbedrohliche Arten von Kopfschmerzen auszuschliessen, seien dies eine Nackensteife, bedingt durch eine Hirnhautentzündung oder eine Blutung, ein erhöhter Blutdruck oder ein Anfall eines grünen Stars (Überdruck im Auge, was unbehandelt zur Erblindung des Auges führen kann). Die meisten Kopfwehpatienten leiden jedoch seit Jahren nicht an gefährlichen, wohl aber an ausserordentlich lästigen, immer wieder einsetzenden Kopfschmerzen. Hier sind mitunter der Arzt und der Patient dankbar um unterstützende Mittel aus der Volksmedizin.

Die Umfrage liefert hier entsprechend auch eine Fülle von Kräutern, noch viel mehr jedoch von vorgeschlagenen Massnahmen und Hausmitteln. Unter den Pflanzen figurieren die üblichen Heilkräuter gegen Schmerzen. Die Massnahmen richten sich – vor allem wohl im akuten Anfall eines Kopfschmerzes – speziell nach einer Ruhigstellung: der Patient möge sich hinlegen, am besten in einem dunklen, ruhigen Zimmer, von Reizen abgeschirmt, und man soll den Kopf mit Kompressen kühlen. Dafür eignen sich neben den bekannten Kräutern auch Zusätze aus dem Haushalt wie Kartoffeln*, geschabt, roh oder gesotten, oder Zwiebelscheiben. Häufig und wohl eher für chronische, langdauernde Kopfschmerzen finden sich Empfehlungen Kneippscher Art, so etwa Fussbäder, kalte Knie- und Schenkelgüsse, Tauchen der Arme in kaltes Wasser, bar-

13 Siehe dazu den Beitrag von M. Gassner, «Die Pest, der Schrecken vergangener Jahrhunderte», in diesem Buch.

14 M. Mumenthaler / F. Regli, *Der Kopfschmerz*. Stuttgart 1990.

fuss in nassem Gras gehen oder einfach, sich an der frischen Luft zu bewegen, daneben unspezifische Ratschläge wie gesünder leben oder mehr schlafen. Eine offensichtliche Anlehnung an eine sich auch hier ausbreitende fernöstliche Medizin sind Entspannungsübungen, Kopfstand oder Fingerdruck auf die Stirn oder direkt dann die Erwähnung der Akupunktur. Etwas aussergewöhnliche Rezepte sind das Trinken von Salzwasser, das Essen von Äpfeln und Feigen – wohl zur indirekten Behandlung über eine Regulierung des Stuhl- und Uringanges – oder die Anwendung von Butter.

Schwangerschaft

Risiken im Zusammenhang mit der Schwangerschaft und Geburt waren in früheren Jahrhunderten im Gegensatz zu heute unvergleichbar grösser. Zu Beginn des letzten Jahrhunderts starben im Kanton St.Gallen neun Prozent der Kinder, also rund jedes zehnte Kind, vor, während oder unmittelbar nach der Geburt. Allein das Kindbettfieber als Gefahr für die Mutter betrug, bezogen auf alle Todesursachen, drei Prozent. Wenn wir dies umrechnen auf die Anzahl Geburten, so starb etwa bei jeder 50. Geburt die Mutter. Schwangerschaft und Geburt bedeuteten deshalb ein recht beträchtliches Risiko für eine junge Frau. Begreiflich, dass man entsprechende Komplikationen fürchtete und solches Unheil mit allen möglichen Massnahmen abzuwenden suchte.

Während der Schwangerschaft wurden folgende Kräuter empfohlen: Frauenmänteli*, Melisse*, Mistel*, Rosmarin*, Schwedenkräuter, Senfpulver für Bäder, Schafgarbentee* und Storchenschnabeltee*. Unter den Hausmitteln empfahl man eine eiweissreiche Kost, Milch, Käse, Quark, Joghurt, Fisch, Südfrüchte, Bienenhonig, Randensaft, Essiggurken; zu meiden waren hingegen Kaffee und grössere Mengen Süssigkeiten. Als weitere Massnahme wird im allgemeinen zu gesundem Lebensstil geraten, mit viel Bewegung vor allem in der frischen Luft; man soll nichts im Übermass machen, inbesondere «Lärmpartys und Aufregungen meiden, sich nicht zu schnell anstecken lassen und – vielleicht deswegen – warme Strümpfe tragen. Manche weisen darauf hin, dass man früher die Schwangerschaft schicksalhaft angenommen, sich neun Monate in Geduld geübt und einfach gewartet habe. Andererseits ergab die Umfrage Hinweise, wie früher die Mütter bis unmittelbar vor der Geburt auf dem Feld gearbeitet hätten.

Für die Geburt wird bezüglich der Wehen die Anwendung von Tee aus Heilkräutern wie Frauenmänteli*, Himbeerblätter*, Kamillen*, Kümmel*, Silbermänteli und Wegwarte* empfohlen, ebenfalls Brotsuppe mit Majoran* oder das Einreiben mit Grünöl (Olium hyosciaminii). Seltsam mutet die Einnahme von Eierschalenwasser an, vielleicht gedacht als Substitution eines Kalziummangels.

Die Frage, ob ein Knabe oder ein Mädchen zu erwarten sei, hat die Bevölkerung früher recht stark beschäftigt. Diese Spannung ist heute durch Ultraschalluntersuchungen etwas gewichen. Viele Ärzte hielten zu Beginn der Ultraschalluntersuchung auch mit der Diagnose, ob Mädchen oder Knabe, bewusst zurück und teilten dies aber mit. Auch in der Volksmedizin sind Empfehlungen vorherrschend, dass man diese Überraschung eigentlich bis zur Geburt auch aufrecht halten sollte..Manche halten viel von gewissen Zeichen, zum Beispiel von dem Aussehen des Bauches: Ist er mehr spitz, ist eher ein Bub zu erwarten; ein runder Bauch deutet eher auf ein Mädchen hin, das Ganze wird jedoch gelegentlich auch umgekehrt gedeutet. Verstärkte Schwangerschaftsflecken im Gesicht weisen auf ein Mädchen hin. Hier kommt auch den Nüssen Bedeutung zu, denn gibt es viele Nüsse im Jahr, erwartet man einen Zuwachs vor allem an Knaben. Vermehrte Übelkeit während der Schwangerschaft weist auf einen Knaben hin. Speziell «Gwundrige» konnten es mit Pendeln versuchen, was offensichtlich relativ weit verbreitet war (19 Nennungen). Seltsam sind Hinweise, den Urin an eine Pflanze zu geben; bei raschem Wachstum spreche dies für einen Knaben, bei langsamem Wachstum für ein Mädchen.

Trotz aller Gefahren im Zusammenhang mit Schwangerschaft und Geburt hat auch früher Unfruchtbarkeit schwer auf verheirateten Paaren gelastet. Zur Frage, was man tat, um ein wenig nachzuhelfen, erbrachte die Befragung allerdings nur wenig; sie ist hier wohl an ein Tabu gestossen. Empfohlen wurden mitunter Kamillentee*, Mistelsaft*, Pfefferminztee*, Senfpulver, roter oder brauner Storchenschnabel*, Saathafer*, Weizenflocken, Mehlbrei, Kuchen, Vollkornbrot, Weizenkeimöl, ein Klimawechsel oder einfach Geduld. Unklar ist ein Medikament namens Maracitin, das zweimal erwähnt wird und in der Drogerie und Apotheke erhältlich sein soll. Fragwürdig ist in der heutigen Aids-Situation die Empfehlung von Gruppensex.

Ergiebiger sind volksmedizinische Empfehlungen zur Potenzsteigerung. Hier werden Bohnenkraut*, Citronella, Knabenkrautwurzeln, Lindenblüten*, Orangenblüten, Pfefferminz*, Rosmarin*, Waldrapunzel und Winterbohnenkrautblätter als Tee empfohlen, auch Ginseng soll nützen. Von den Nahrungsmitteln werden vor allem Sellerie* empfohlen und dann ganz speziell die Eier in verschiedenen Formen, roh oder als Salat oder solche von Vögeln. Dazu empfohlen sind Petersilie*, zerquetschte Kirschensteine mit Weingeist, am besten in Kombination mit Hafer* oder Weizenkeimen. Zwiebeln und Haselnüsse sollen ebenfalls günstig wirken. Die Empfehlung von Bier dürfte kaum ernsthaft gemeint sein. Geäussert wurde aber auch, dass Potenzprobleme eher mit dem Gemüt im Zusammenhang stehen, und man empfiehlt deshalb, den Gemütszustand vom Arzt prüfen zu lassen.

Depression

Das Bild des Depressiven oder Schwermütigen war über die Jahrhunderte hinweg gut bekannt, wenngleich Verständnis diesen Kranken gegenüber in der Regel weitgehend fehlte; man wollte nicht begreifen, dass jemand nicht fröhlich sein konnte. Entsprechend überraschend sind die in der

Die «Schwermuth» als Krankheitsbild: Darstellung eines Depressiven aus K.H.Baumgärtners «Krankenphysiognomik», Stuttgart 1842.

Umfrage ermittelten Ratschläge, die sich in erster Linie danach richten, die Patienten in ihrer Krankheit zu akzeptieren. Das mitgeteilte Verständnis und das Gespräch stehen an erster Stelle, gefolgt von modernen alternativen medizinischen Methoden wie Yoga und autogenes Training.

Eifersucht und Liebeskummer

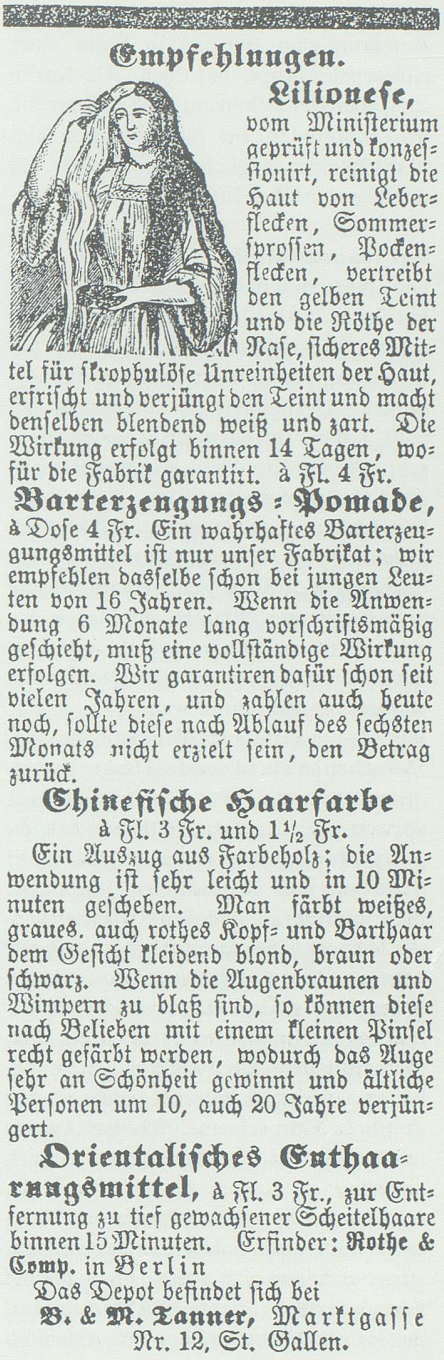
Die Diagnose Eifersucht ist in modernen medizinischen Lehrbüchern kaum anzutreffen, zeigt jedoch, wie in der Volksmedizin andere Werte oder Probleme gesehen werden. Dasselbe gilt für Liebeskummer. Da es sich hier um reine Beziehungsstörungen handelt, fehlten jegliche Hinweise auf die Phytotherapie, auch wenn dagegen entsprechende Tropfen verkauft wurden. Die Antworten über Verhaltensmassnahmen sind jedoch so vielgestaltig und zum Schmunzeln anregend, dass sie dem Leser anvertraut sein mögen. Einzig das Auto als Psychotherapeuticum sollte der Gefährlichkeit wegen nicht benützt werden. Bei Liebeskummer wird empfohlen (sofern das Problem nicht einfach negiert wird mit dem Hinweis auf fehlende eigene Erfahrungen?!): selber damit fertig werden, abwarten, die Zeit heile Wunden; man soll unter die Leute gehen, mit jemandem darüber sprechen, mit der Freundin, dem Freund, der Oma, vor allem soll man Trost bei der Mutter suchen. Viele meinten auch, dass es ja noch mehr Mütter mit schönen Kindern gebe. Nur einer dachte an den Psychiater. Andere empfehlen ein Glas Wein, Süssigkeiten zu essen oder auf die Zähne zu beissen, Ablenkungen zu suchen oder auch einfach zu heulen, weinen, immer wieder weinen, am Busen der Mutter das Leiden auszukurieren. Helfen würden auch Spazierengehen oder Schlafen, einen Film ansehen oder Musik hören. Auch eine breite Palette aktiven Vorgehens wird empfohlen: Tanzen gehen, neue Kleider kaufen, schminken, Frisur ändern, einen anderen Partner suchen, mit dem Auto wild herumrasen – oder einfach «an gebrochenem Herzen sterben».

Bei der Eifersucht wird darauf hingewiesen, dass es sich um eine schlimme Krankheit handle, die viel Unheil anrichte und gegen die keine Mittel bekannt seien. Andere trösten, empfehlen ein Gespräch, vor allem mit dem Partner; Zuversicht, aber auch Selbstbeherrschung seien nötig. Eifersucht sei eine Charakterschwäche, der Fehler sei bei sich selber zu suchen, man dürfe halt keinen Anlass dazu geben und müsse dem eifersüchtigen Partner Liebe zeigen, seine Eifersucht wegstecken.

Wetterempfindlichkeit

In unserer Region wird dem sogenannten ältesten Werdenberger, nämlich dem Föhn, bei unklaren Beschwerden alles Mögliche und Unmögliche zugeschrieben. Für Meteorologen ist er einfach ein Fallwind, der bei bestimmten Wetterlagen entsteht, zum Beispiel, wenn über dem Süden eine Hoch- und über dem Norden eine Tiefdrucklage besteht. Weniger bekannt sind ähnliche, häufigere Ost-West-Phänomene, der sogenannte Westföhn, der seltener stürmische Winde und Temperaturerhöhungen verursacht, jedoch unserem Tal aufgrund seiner Häufigkeit vermehrt Sonne, Wärme und ein entsprechend mildes Klima beschert. Viele Menschen reagieren auf diese Winde mit Beschwerden, etwa indem sie an Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit oder sonstwie an nervösen Beschwerden leiden, merkwürdig reagieren, gereizt oder hässig sind. Auch hier sind die Zusammenhänge, warum Menschen empfindlich auf Witterungseinflüsse reagieren, nicht mit Sicherheit geklärt. Manche nehmen an, es handle sich um eine spezielle Empfindlichkeit auf Luftdruckschwankungen, andere machen dafür die sogenannten Sphärics verantwortlich, das heisst, ausgesprochen langwellige elektromagnetische Wellen, ähnlich den Radiowellen. Sie entstehen durch Luftionisationen und gleichzeitige Luftströmungen, beispielsweise wenn bei Föhnlagen eine warme Luftströmung über einen Kaltluftsee bewegt wird. Diese elektromagnetischen Wellen verbreiten sich mit Lichtgeschwindigkeit und können so die Beschwerden vor dem Einsetzen des Föhns wohl besser erklären, also jene Beschwerden, «wenn der Föhn drückt» und die beim Einsetzen des Föhns wieder verschwinden. Es scheint, dass bestimmte Menschen auch bestimmte elektromagnetische Wellenlängen «bevorzugen», um darauf empfindlich zu reagieren.

Wie wehren sich die Werdenberger gegen ihren «ältesten Einwohner»? Man empfiehlt zum Trinken Baldriantee*, junge Beerenzweige, Brennesseltee*, Brunnenkresse*, Fichten, Frauenmänteli*, Hirtentäschli*, Holderblüten*, Huflattich*, Johanniskraut* oder Pfefferminze*. Als Salat eignen sich Bärlauch* und Löwenzahn*. Von den Hausmitteln werden wegen des Vitamins C viel Salat und Früchte oder sonstige Rohkost und ebenfalls Molke empfohlen. Daneben soll man viel an die frische Luft, wenig essen und viel schlafen, schwimmen, Wechselbäder oder Duschen über sich ergehen lassen, Eiswürfel auf den Kopf legen und früh ins Bett gehen. In der Apotheke und Drogerie kann man sich zusätzlich Lebertran, Weissdornsaft*, ein Vitaminpräparat, Pfarrer-



Empfehlungen.

Lilionese, vom Ministerium geprüft und konzessionirt, reinigt die Haut von Leberflecken, Sommersprossen, Pockenflecken, vertreibt den gelben Teint und die Röthe der Nase, sicheres Mittel für skrophulöse Unreinheiten der Haut, erfrischt und verjüngt den Teint und macht denselben blendend weiß und zart. Die Wirkung erfolgt binnen 14 Tagen, wofür die Fabrik garantirt. à Fl. 4 Fr.

Barterzeugungs-Pomade, à Dose 4 Fr. Ein wahrhaftes Barterzeugungsmittel ist nur unser Fabrikat; wir empfehlen dasselbe schon bei jungen Leuten von 16 Jahren. Wenn die Anwendung 6 Monate lang vorschriftsmäßig geschieht, muß eine vollständige Wirkung erfolgen. Wir garantiren dafür schon seit vielen Jahren, und zahlen auch heute noch, sollte diese nach Ablauf des sechsten Monats nicht erzielt sein, den Betrag zurück.

Chinesische Haarfarbe à Fl. 3 Fr. und 1½ Fr.

Ein Auszug aus Farbeholz; die Anwendung ist sehr leicht und in 10 Minuten gescheben. Man färbt weißes, graues. auch rothes Kopf- und Barthaar dem Gesicht kleidend blond, braun oder schwarz. Wenn die Augenbraunen und Wimpern zu blaß sind, so können diese nach Belieben mit einem kleinen Pinsel recht gefärbt werden, wodurch das Auge sehr an Schönheit gewinnt und ältliche Personen um 10, auch 20 Jahre verjüngert.

Orientalisches Enthaarungsmittel, à Fl. 3 Fr., zur Entfernung zu tief gewachsener Scheitelhaare binnen 15 Minuten. Erfinder: Rothe & Comp. in Berlin

Das Depot befindet sich bei B. & M. Tanner, Marktgasse Nr. 12, St. Gallen.

Im «Tagblatt der Stadt St.Gallen» vom 17. April 1873 wurden – wie auch in heutigen Zeitschriften und Zeitungen – Haar-(Wunder-)Mittel angepriesen...

Künzle-Pillen oder sonst eine Blutreinigungskur, zum Beispiel in Form eines Nussschalensirups, besorgen. Als Kuriosum, aber vielleicht nicht ganz zu Unrecht, wird empfohlen, bei föhnbedingten Unpässlichkeiten möglichst viel Distanz von der besseren Ehehälfte zu suchen.

Bei Haarausfall

Die Haare sind das wohl wichtigste Attribut der individuellen Schönheit des Menschen. Veränderung oder Verlust der Haare sind völlig belanglos, was die körperliche Gesundheit des Menschen betrifft, sofern sie nicht ein Zeichen einer sehr seltenen Krankheit, wie zum Beispiel einer chronischen Vergiftung, einer Strahlenschädigung oder einer Stoffwechselkrankheit sind. Je nach Veranlagung trägt der Mensch eine bestimmte Haarfarbe und eine bestimmte Qualität der Haare: Sie sind glatt und gerade, gelockt oder gekraust, blond, rot, braun oder schwarz und werden mit den Jahren grau.

Für das psychische Wohlbefinden des Menschen ist die Pflege des Haares ausserordentlich wichtig. Für den Arzt, der sich vorwiegend mit gesundheitlichen Schädigungen befasst, sind die Haare aber meist irrelevant. Bei Kopfwunden stören sie, man opfert sie grosszügig, sie wachsen wieder nach, und wenn sie fehlen, ist es in der heutigen Zeit, von extremen Ausnahmen abgesehen, schicksalhaft angeboren. Es entsteht die berühmte Glatze als ein Charakteristikum. Aus vollkommen unbekannter Ursache können auch einmal sämtliche Körperhaare inklusive Augenbrauen, Achsel- und Schamhaare einfach ausfallen.

Es gibt in der Medizin kaum ein Haarwuchsmittel, das einigermassen erfolgversprechend eingesetzt werden kann. Für die wissenschaftlich orientierten Mediziner ist der Haarboden keine Wiese, die man düngen kann.

Ganz im Gegensatz dazu steht seit altersher die Volksmedizin. Sie verspricht den an Haarwuchsstörungen leidenden Menschen so ziemlich alles, was man sich wünschen kann. Dabei wird immer wieder auf die notwendige Echtheit der Produkte hingewiesen und oft sogar eine Garantie für den Erfolg versprochen.

In unserer Volksmedizin werden folgende Pflanzenextrakte empfohlen: Arnika*, Birken*, Bockshornklee*, Brennessel*, Brunnenkresse*, Brunnenwurz, Rosmarin*, Nussblätter, Wegwarte*, Zinnkraut. Als Tee verabreicht, empfiehlt man Arnika*, auch Hafer* essen soll nützen. Zum Waschen wird Bier empfohlen; Erfolg bringen sollen auch Kopfwickel mit Zwiebeln und Brennesseltee*, Zitronenkrautsaft (Melisse*), das Essen von Spinat* und Hirseflocken. Ebenfalls Einreiben von Eigelb, Knoblauch* und Zwiebeln sei gut. In der Apotheke und Drogerie möge man Brennessel-* oder Birkenhaarwasser* kaufen, Kieselerde wirke oder ein Kammfett, und man soll sich Vitamin E oder Rhizinusöl besorgen.

Vergesslichkeit

Das Leben auf unserer Erde ist naturgemäss mit dem Altern und letztlich mit dem Tode verbunden. Obwohl die Menschen dies seit jeher wussten, wissen wir auch heute noch nicht, wie und weshalb das Altern überhaupt funktioniert, geschweige denn, dass wir dagegen irgendwie wesentliche wirksame Mittel hätten. Trotzdem, das persönliche Altern macht jedem Menschen sehr zu schaffen. Der Traum eines Jungbrunnens ist unterschwellig immer irgendwie vorhanden.

Mit welchen Kräutern versucht nun unsere Volksmedizin, diesen Jungbrunnen zu würzen? Empfohlen wird das Einnehmen von Bärlauch*, Ehrenpreis*, Ginkgo, Ginseng, Petersilie*, Schachtelhalm*, Tausendguldenkrauttropfen* und Weissdorntee*. Wesentlicher als die Empfehlungen dieser Pflanzen scheinen mir die Hausmittelchen zu sein. Auch hier gibt es noch Nahrungsmittel, die sehr gut sein sollen, speziell der Knoblauch*. Wie weit Baumnüsse eine günstige Wirkung entfalten sollen, ist ungewiss; vielleicht steht diese Empfehlung in Zusammenhang mit der Ähnlichkeit der Oberfläche der Nusskerne mit den Hirnwindungen. Ebenfalls unklar ist die gelegentlich zitierte Wirkung der schwarzen Melasse oder eines Spezialtranks aus Knoblauch, Kümmel, Wacholderbeeren und Kandiszucker. Der Rat, sauren Most zu trinken, dürfte eher dazu angetan sein, die Angst vor dem Altern vorübergehend zu mildern. Sinnvoller sind Hinweise, alles aufzuschreiben, das Gedächtnis zu trainieren mit Kreuzworträtseln oder Memoryspielen; auch der berühmte Knopf im Nastuch wurde genannt.

Der Tod zeigt dem Landsknecht seine abgelaufene Lebensuhr und weist auf die Vergänglichkeit alles Irdischen hin. (Holzschnitt von Albrecht Dürer, 1510.)

Tod

Dieser bleibt uns allen, trotz Medizin und Volksmedizin, nicht erspart. Hier spielen aber wieder ganz andere Faktoren im Volke mit, wie der Tod von Angehörigen begleitet, verarbeitet, aber auch der eigene vorbereitet wird. Hier stossen wir an die tiefsten Wurzeln jeglicher Wertvorstellungen eines Volkes, an die Beziehungen zu religiösen Werten, die ihrerseits auch wieder wesentlich das Denken und Handeln im Leben mitbestimmen.