

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 61 (1983)

Heft: 2

Artikel: Wenn die "Kanalisation" streikt... : 200000 Schweizer leiden an Harn-Inkontinenz

Autor: Gysling, Sylvia / Hauri, Dieter

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-721890>

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: 31.01.2026

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

Wenn die «Kanalisation» streikt . .

200 000 Schweizer leiden an Harn-Inkontinenz

Harn-Inkontinenz ist die Unfähigkeit, willentlich seinen Harn zurückzuhalten. Das ist für den Patienten, der ja nichts dafür kann, höchst unangenehm, denn er hat das Gefühl, die Umwelt rieche das und meide ihn. Wer unter diesem Übel leidet, möchte schon allein deshalb, aber auch, weil feuchte Unterwäsche lästig und unsund ist, eine Lösung finden. Über Mittel und Wege befragten wir kürzlich den Privatdozenten Dr. Dieter Hauri, der in der Urologischen Klinik des Universitätsspitals Zürich als Oberarzt tätig ist.



Zeitlupe: Herr Dr. Hauri, wie entsteht eigentlich Urin-Inkontinenz?

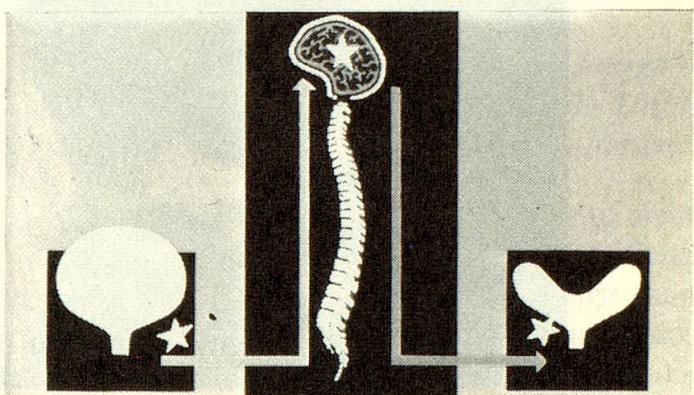
Dr. Hauri: Bei der Urin-Inkontinenz muss man zwischen dem «Faktor Blase» und dem «Faktor Harnröhre» unterscheiden. Es gibt eine Inkontinenzform, bei der die Blase sich zu stark, zu rasch, zu kräftig oder zu früh zusammenzieht. Und das mit einer solchen Kraft, dass die Harnröhre, in welche der Schliessmuskel eingebaut ist, diesem Druck nicht mehr widerstehen kann.

Zeitlupe: Wenn die Blase sich zusammenzieht, presst sie ja den Urin hinaus?

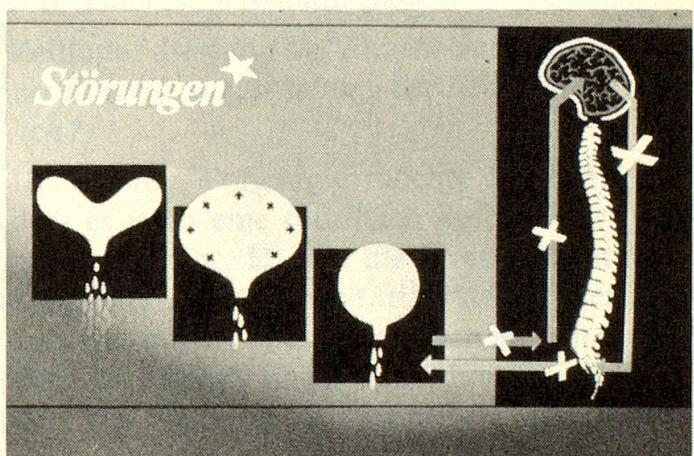
Dr. Hauri: So ist es. Normalerweise muss sie sich zum Wasserlösen zusammenziehen, wenn sie voll ist. Es gibt aber Blasen – und es gibt vor allem Blasenerkrankungen – bei denen diese sich zusammenzieht, bevor sie gefüllt ist. Dies geschieht mit dem gleichen Druck, wie wenn Wasser gelöst wird. Der Schliessmuskel kann in diesen Fällen den Harn nicht mehr zurückhalten. So kommt es zur «Zwang-Inkontinenz».

Eine zweite Ursache liegt im Muskel, also in der Harnröhre, die gleich unterhalb der Blase beginnt. Dieser Muskel erweist sich als zu schwach, um den in der Blase befindlichen Urin zurückzu-

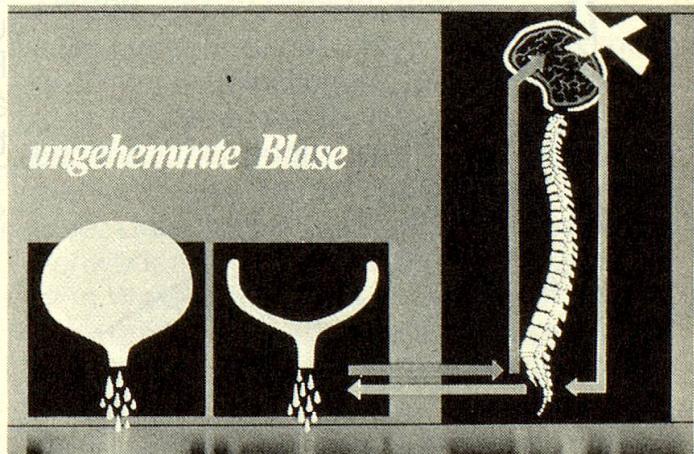
halten: dieser fängt somit an, hinauszutropfeln. Dieser Zustand kommt gelegentlich im Alter vor. Viel häufiger aber stellt er sich nach Operationen ein, bei welchen der Muskel verletzt wurde.



Schematische Darstellung einer gut funktionierenden Blase.

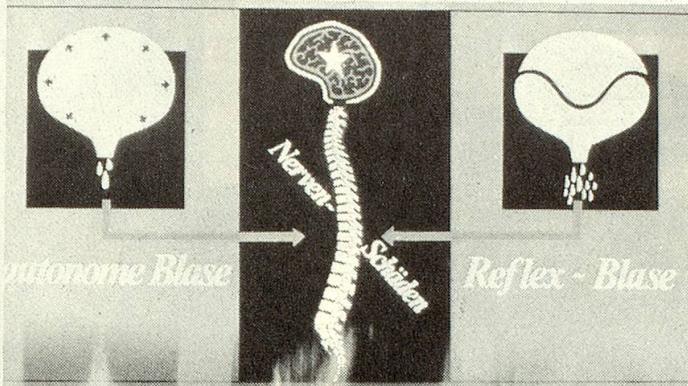


Schematische Darstellung der verschiedenen Blasenstörungen.



Die Blase ist dauernd voll und kann sich nie ganz entleeren.

Eine weitere Form ist die sogenannte **Überlauf-Inkontinenz**. Das kann man sich bildlich vorstellen: die Blase ist dauernd voll und kann sich beim Wasserlösen nicht mehr vollständig entleeren. Deshalb fängt sie an, überzulaufen. Die Inkontinenz selbst ist also keine Diagnose, sondern lediglich eine Folge verschiedenster Arten von Krankheiten. Bei den hier erwähnten handelt es sich eigentlich um die drei hauptsächlichsten Formen der Inkontinenz. Zusätzlich sei noch auf die Stress-Inkontinenz hingewiesen, auf die wir gleich zu sprechen kommen werden. Es gibt noch verschiedene, eher nebensächliche, deren Diagnose und Behandlung schwieriger sind.



Bei Nervenschäden kann der Befehl zum Wasserlösen nicht weitergegeben werden.



Zeitlupe: Bei älteren Leuten, die an Inkontinenz leiden, handelt es sich aber meist um eine Schwäche des Schließmuskels?

Dr. Hauri: Man darf nicht vergessen, dass es unter den alten Männern viele Prostatiker gibt. Und die Prostata ist ja ein Teil des männlichen Harnorgans, der stark auf die Harnröhre drückt. Dadurch kommt es zum sogenannten Rest-Urin. Das bedeutet, dass die Blase sich nicht mehr völlig entleeren kann. Bei diesen

Männern ist folglich die Überlauf-Inkontinenz, der Prostata wegen, am häufigsten. Sie lässt sich, sofern das Allgemeinbefinden gut und der Patient nicht allzu alt ist, operieren. Durch diesen Eingriff fällt der besagte Widerstand weg, und die Patienten können wieder normal Wasser lösen. Bei den älteren Frauen geht Inkontinenz meist auf ein Schlaffwerden der Muskeln zurück. Und zwar nicht nur jener der Harnröhre, sondern des ganzen Beckenbodens. Auf dem Beckenboden liegt ja die Blase, und wenn er absinkt, gibt auch die Harnröhre nach: es kommt zur Inkontinenz, weil der erschlaffte Schließmuskel nicht mehr richtig funktioniert.

Zeitlupe: Leiden nun unter den älteren Jahrgängen Frauen oder Männer häufiger an der Unfähigkeit, ihren Harn willentlich zurückzuhalten?

Dr. Hauri: Ich bin kein Geriater, kann also nicht mit genauen Prozentzahlen aufwarten. Wenn man sich aber ein wenig umschaut, muss man feststellen, dass unter den Inkontinenten das weibliche Geschlecht häufiger vertreten ist. Es ist eine anatomische Tatsache, dass die Frauen die kürzere Harnröhre und damit auch eine kürzere Schließmuskulatur haben.

Zeitlupe: Ist denn bei Frauen auch ein operativer Eingriff zur Behebung der Inkontinenz möglich?

Dr. Hauri: Vorgängig möchte ich bemerken, dass es noch eine spezifisch weibliche Inkontinenzform gibt. Das ist die **Stress-Inkontinenz**. Sie äußert sich dadurch, dass der Schließmuskel zwar intakt, aber zu schwach ist, um plötzlichen Druckerhöhungen in der Blase zu widerstehen. Der Name Stress-Inkontinenz deutet schon

Zahlen, die zu denken geben

Jede vierte Frau hat Inkontinenzprobleme in bestimmten Situationen. Jeder dritte Mann über 55 Jahre ist betroffen, vom siebzigsten Lebensjahr an sogar jeder zweite. Mit zunehmendem Alter nimmt die Zahl noch zu.

Eine Untersuchung der Siebzigjährigen in Schweden ergab, dass 60% Probleme mit dem Wasserlösen hatten. Ein Viertel hatte so schweren Harndrang, dass sie Angst hatten, längere Zeit auszugehen. Stressinkontinenz kommt bei einem Drittel der Frauen vor. Zwei Drittel der Siebzigjährigen müssen nachts oft mehrmals aufstehen.

darauf hin: es handelt sich um jene Erscheinung, die auftritt, wenn die Blase unter starkem Druck steht. Das ist der Fall beim Lachen, Niesen, Husten, Hüpfen, die Treppe hinablaufen usw. Dies ist die bekannte Stress-Inkontinenz der Frauen, welche ziemlich früh – oft beispielsweise im Zusammenhang mit einer Geburt – beginnen kann. Sie ist relativ einfach operativ zu beheben und zwar auch bei älteren Frauen.



Stress-Inkontinenz.

Zeitlupe: Wie läuft diese Operation ab?

Dr. Hauri: Man «hängt» die Blase wieder auf und verlängert die Harnröhre und somit auch den Muskel. Dadurch bekommt der Muskel eine längere Angriffsfläche und arbeitet wirkungsvoller.

Zeitlupe: Gibt es auch bei Männern Stress-Inkontinenz, oder ist sie auf das weibliche Geschlecht beschränkt?

Dr. Hauri: Sie ist typisch weiblich, aber in Ausnahmefällen kann sie auch bei Männern vorkommen, etwa nach einer Prostata-Operation, bei welcher der Muskel leicht verletzt wurde.

Richtige Kleidung ist wichtig

Feuchtigkeit und Kälte verursachen nicht nur das plötzliche Gefühl, die Harnblase entleeren zu müssen, sondern können auch leicht zu einem «Missgeschick» führen.

Das Vermeiden grosser Temperaturunterschiede und richtige Kleidung sind wichtig, um einer Inkontinenz oder Harnwegsinfektionen vorzubeugen. Strumpfhosen bei Frauen tragen dazu bei, den Unterleib warmzuhalten. Aber sitzen sie sehr eng, werden die durch Zimmerwärme verschwitzten Strumpfhosen feucht und wirken dann abkühlend, wenn man ins Freie tritt.

Ernährungsregeln beachten

Was man trinkt, spielt eine grosse Rolle. Gewisse Getränke wirken harntreibend, so dass sich die Harnmenge vermehrt und man häufiger die Toilette aufsuchen muss. Dazu gehören Kaffee, Tee, Bier und andere alkoholische Getränke. Zucker und Zitrusfrüchte können ebenfalls harntreibend wirken. Jede Nahrung enthält mehr oder weniger Flüssigkeit. Nahrung, die die Blasenentleerung beschleunigt, soll besonders abends vermieden werden, um die Nachtruhe nicht unnötig zu stören. Da man Inkontinenz zu verheimlichen sucht, besteht die Gefahr, dass der Betroffene nicht genug trinkt. Das kann ernste Folgen haben, weil dadurch der Flüssigkeitshaushalt des Körpers gestört wird.

Dieser vermag dann in Normalsituationen noch wirksam zu reagieren, aber nicht bei Stress.

Zeitlupe: Gibt es – für beide Geschlechter – noch andere Behandlungsmethoden?

Dr. Hauri: Wenn die Inkontinenz, und das gilt für jene von Mann und Frau, dadurch entstand, dass bei einer Operation der Muskel verletzt wurde, ist es möglich, sie durch einen erneuten operativen Eingriff wieder zu beheben. Doch handelt es sich bei dieser zweiten um eine relativ schwere Operation, für die man in recht gutem Allgemeinzustand, besonders was Herz und Kreislauf betrifft, sein muss. Bei Frauen ist zwar die Notwendigkeit, den Schliessmuskel operativ zu rekonstruieren, seltener, da bei ihnen weniger Eingriffe an den Harnröhren vorgenommen werden und somit weniger Gefahr besteht, diesen Muskel zu verletzen. Dies im Gegensatz zu den Männern, wo bei den älteren häufig Prostata-Operationen notwendig sind. Glücklicherweise: denn die Rekonstruktion des Schliessmuskel ist bei den Frauen noch sehr viel schwieriger als bei den Männern.

Zeitlupe: Wir sprachen bisher immer von operativen Eingriffen. Gibt es auch andere Behandlungsmethoden, eventuell sogar Hausmittel? Kann man beispielsweise einen geeigneten Tee trinken, um Harnröhre und Blase zu stärken?

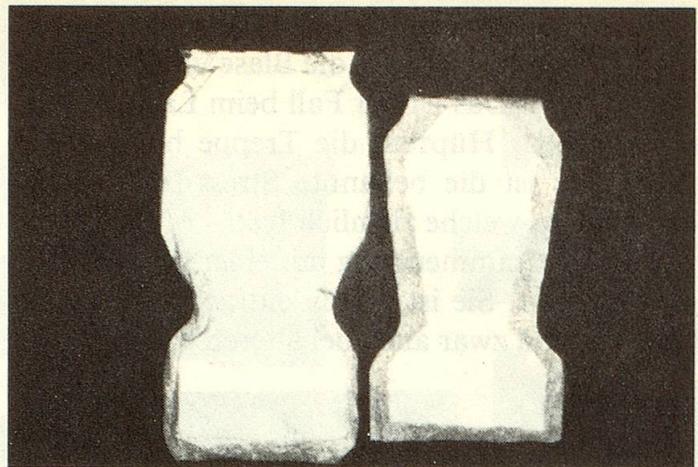
Dr. Hauri: Man kann eine Inkontinenzform medikamentös beheben, und das ist jene, bei welcher sich die Blase zu früh zusammenzieht, also die sogenannte Zwangs-Inkontinenz. Wir wissen nämlich, von welcher Art Nerven die Blase versorgt wird: es sind die parasympathischen.

Durch Mittel, welche den Parasympathikus blockieren, kann man die besagten Zuckungen der Blase dämpfen oder sogar zum Verschwinden bringen. Somit ist diese Inkontinenzform zu beheben. Jede Behandlungsart bedingt aber – und das ist eminent wichtig – eine sehr genaue vorherige Abklärung der Ursachen. Das Tee-trinken nützt übrigens, um auf ihre Frage einzugehen, nur etwas, wenn die Inkontinenz nach einer Blasenentzündung aufgetreten ist: Hier muss hauptsächlich die Infektion behandelt werden, durch Antibiotika oder andere Medikamente. Dass in solchen Fällen eine vermehrte Flüssigkeitsaufnahme erwünscht ist, ist eine altbekannte Tatsache – denn durch viel Flüssigkeit kann man die betreffenden Bakterien besser aus dem Körper hinausspülen. Somit ist ein Blasentea nützlich, man kann aber ebensogut Mineralwasser oder einen anderen Tee trinken.



Zeitlupe: Sprechen wir wieder von den Betagten. Wenn ein Patient, gleich aus welchem Grund, inkontinent ist, weder operiert noch medikamentös behandelt werden kann – was raten Sie ihm zu tun? Soll er Windeln tragen? Es gibt ja sogenannte Alterswindeln.

Dr. Hauri: Windeln sind etwas vom Schlimmsten, das man einem alten Menschen antun kann. Das sieht man ja auch schon bei Säuglingen: sie reklamieren, wenn sie im Nassen liegen. Alte Leute reklamieren nicht, sie resignieren, sie finden sich damit ab. Auch hygienisch stellen die dauernd feuchten Windeln ein Problem dar, führen oft bei der ohnehin empfindlicheren älteren Haut zu Ekzemen, Hautoauflösungen, Entzündungen. Das alles kann sehr schmerhaft sein und ist auch meist schwer behandelbar. Es gibt heute viel bessere und zweckmässigere Hilfsmittel: Slips in verschiedenen Größen, da-



Verschiedene Vorlagen für Tag und Nacht.

mit gute Passform garantiert ist; Hygienevorlagen mit Fixierhöschen für Männer und Frauen oder Sicherheitsvorlagen für Tag und Nacht. Für Männer gibt es eine Art Etui, in das sie ihre Genitalien stecken können. Innen sind diese Säcklein mit flüssigkeitsabsorbierendem, also gut aufsaugendem Material ausgestattet. Aussen

Geduld bei der Hilfsmittelwahl lohnt sich

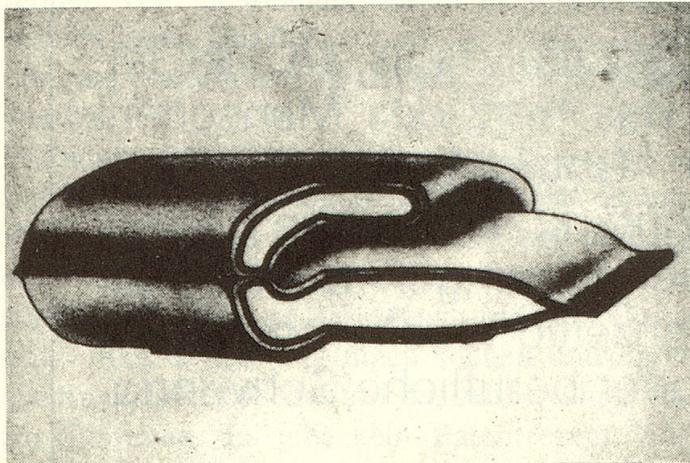
Das Ausprobieren der richtigen Inkontinenzhilfsmittel scheint sehr umständlich. Es lohnt sich aber, ein Hilfsmittel zu suchen, mit dem man sich sicher und wohlfühlt und das ausserdem die Haut nicht reizt.

Niemand muss sich heutzutage isolieren, weil er nicht «dichthalten» kann. Es gibt Hilfsmittel, die nicht auffallen und die nicht behindern. Bei regelmässigem Wechseln und richtiger Hygiene ist auch kein verräterischer Geruch bemerkbar. Ausserdem braucht man keine Angst mehr zu haben, Möbel oder Kleidung zu beflecken, und spart dadurch Arbeit sowie teure Reinigungen. Geduld beim Durchprobieren zahlt sich also aus.

Wer keine Möglichkeit hat, in einem Sanitätsgeschäft oder einer Apotheke Auskünfte über Slips, Vorlagen und andere Hilfsmittel zu bekommen, kann sich jeden Donnerstag von 14–17 Uhr bei Schwester Veronika, Telefon Nr. 01 / 840 36 60 informieren oder bei Frau Serfass, Telefon 022 / 31 98 21.

Von diesen Beraterinnen kann man sich auch Gratismuster diskret zuschicken lassen. Bei ärztlich verschriebenen Hilfsmitteln sind manche Krankenkassen bereit, einen Teil der Kosten zu übernehmen.

sind sie wasserundurchlässig. Leider sind sie etwas teuer, und die Krankenkassen übernehmen die Kosten dafür meist noch nicht. Eine weitere Möglichkeit, wenn man nicht mehr operativ oder medikamentös behandeln kann, ist der Dauerkatheter.



Urinal-Etui für Männer.

Zeitlupe: Es gibt aber Leute, die beim dauernden Tragen eines Katheters unter starken Schmerzen leiden.

Dr. Hauri: Im Prinzip wird der Katheter gut vertragen. Aber er muss sehr gut gepflegt werden. Wir empfehlen, den Katheter einmal pro Monat zu wechseln und die Blase zwei- bis dreimal pro Woche auszuspülen, damit sich in ihr keine Restbestände niederschlagen und dort Steine oder Infekte bilden.

Zeitlupe: Kann das der Katheterträger selber tun?

Dr. Hauri: In der Regel sind die älteren Leute zu umständlich und zu ängstlich dazu. Am besten machen das der Arzt, die Gemeindeschwester oder eine Krankenschwester, beispielsweise in einem Altersheim, und zwar mit einer guten antiseptischen Lösung, die den Infekt vermeiden hilft und die Niederschläge auf dem Katheter entfernt. Wenn man das gewissenhaft ausführt, gibt es in der Regel wenig Probleme. Ich gebe aber absolut zu, dass es immer wieder Leute gibt, die den Katheter schlecht vertragen.

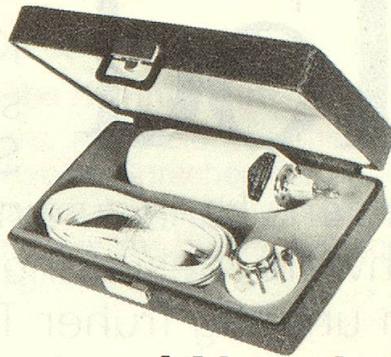
Zeitlupe: Was gibt es für Frauen?

Dr. Hauri: Es gibt Einlagen, die stark flüssigkeitsaufsaugend und aussen undurchlässig sind. Für Männer, das ist hier noch nachzutragen, gibt es übrigens zwei weitere Möglichkeiten – erstens die Penisklemmen. Mit ihnen wird automatisch auch die Harnröhre abgeklemmt, und es

Besuchen Sie uns an der Muba, Halle 25, Stand 635, oder an der BEA, Halle 2, Stand 224.

PEDIMAN

Ihr praktischer Helfer, nach den neuesten Methoden der Körperpflege ausgestattete



Fuss- und Nagelpfleger

Bequem und schmerzlos entfernen Sie Hornhaut, Hühneraugen, eingewachsene und dicke Nägel. Er ermöglicht Ihnen eine fachgerechte Fuss- und Nagelpflege. Mühelos schleifen, formen und polieren Sie Ihre Fingernägel und lösen die Haut an der Nagelwurzel.

PEDIMAN ist ein Helfer für die ganze Familie, für Ihre Körperpflege genauso unentbehrlich wie Zahnbürste und Rasierapparat. PEDIMAN, ein Diener der Gesundheit und Schönheit.

Verlangen Sie den illustrierten **Gratisprospekt**.

Elpema AG

La Niccaweg 17

2500 Biel

Tel. 032 / 25 49 02

Naturel
Der Hausschuh aus reiner Walkschurwolle . . .
ist eines der beliebtesten Naturel-Produkte bei Kinder und Erwachsenen.
Die reine Wolle ist stark schwiss-saugend und kreislauffördernd.
Das gibt mollig warme Füsse
und trotzdem keinen Wärmestau.
Größen 20–35 rot, blau
ab Fr. 22.50 – Fr. 38.–

Bestellcoupon

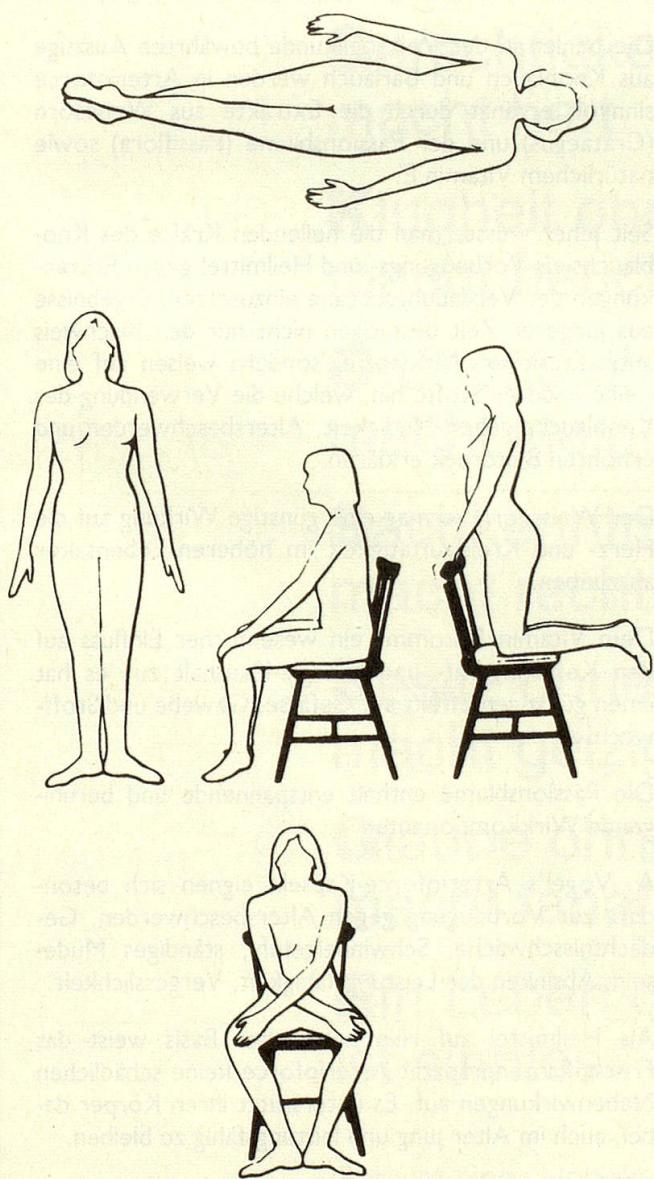
Senden Sie mir Hausschuhe
Gr. ___ Stk. ___ Farbe ___
 Senden Sie mir den Naturel-Katalog
Name _____
Adresse _____
Tel. _____

ZL 2/83

Naturel VERSAND Luzernstrasse 15 4950 Huttwil Tel. 063 72 29 72

kann nichts mehr ausfliessen. Aber sehr angenehm sind diese nicht, und sie können zu Komplikationen – zum Beispiel Druck-Nekrosen auf der Haut oder sogar Verletzungen der Harnröhre – führen. Zweitens gibt es das «Urinal». Hier handelt es sich um einen Beutel mit einem zuführenden Teil, in welchen der Penis eingebracht werden kann. Der Beutel kann am Oberschenkel oder am Unterbauch mittels eines Gürtels fixiert werden.

Mit allem, was wir besprochen haben, verhält es sich wie überall in der Medizin: es gibt immer Patienten, die mit etwas zufrieden, und andere, die mit dem gleichen unzufrieden sind. Manche sind für eine gewisse Zeitspanne zufrieden. Dann muss man andere Lösungen suchen und kann eventuell später wieder auf das Altbewährte zurückkommen. Es gibt kein Patentrezept, das



Gymnastische Übungen zur Stärkung der Muskulatur.

Wichtigste ist, dass Arzt und Patient immer wieder zusammen sprechen und gemeinsam nach der besten Möglichkeit suchen.

Zeitlupe: *Wir danken Ihnen, Herr Dr. Hauri, für dieses Gespräch.*

Interview: Sylvia Gysling

Schädliche Hemmungen

Inkontinenz kann die verschiedensten Ursachen haben. Sprechen Sie unbedingt mit Ihrem Hausarzt über das Problem. Er kann feststellen, wie Ihnen am besten geholfen werden kann.



Auch Sie haben eine Chance bei unserem Wettbewerb! (S. 34)

Vorlagen und Blasentraining statt Dauerkatheter

In der Rheumatologisch-Geriatrischen Klinik des Waidspitals in Zürich wurde ein Test mit Toilettentraining bei Katheterträgern durchgeführt, da in Spitäler aus pflegerischen Gründen allzuoft zum Katheter gegriffen wird. Trotz der vorübergehenden Mehrarbeit war das Personal bereit, nach eingehender Instruktion den Versuch durchzuführen. Bevor der Dauerkatheter entfernt wurde, führte man mit einigen Patienten ein Blasentraining durch. Nach Entfernung des Katheters begann man mit dem Toilettentraining, daneben wurden Sicherheitsvorlagen verwendet.

Nach zwei Monaten, der Dauer der ersten Versuchsphase, waren auf der Rheumatologisch-Geriatrischen Klinik fünf Patienten wieder kontinent geworden.

Natürlich reagierten nicht alle Patienten gleich gut, aber wenn nur einigen Dauerkatheterträgern die Nebenwirkungen erspart werden können, lohnt sich die anfängliche Mühe. Einige Patienten waren glücklich, wieder freier und unabhängiger zu sein. Ein Kostenvergleich zwischen Kathetern und den verwendeten Sicherheitsvorlagen spricht ebenfalls für den Test, denn auch Katheter verursachen hohe Kosten.

(Gekürzt aus «Schweizer Spital», Nr. 1/83)

Bärlauch – die natürliche Vorbeugung gegen Altersbeschwerden

Altersbeschwerden sind Erscheinungen, die mit einer wachsenden Abnützung des Organismus verbunden sind. So lässt zum Beispiel das Gedächtnis nach und die zunehmende Verkalkung der Gefäße kann zu erhöhtem Blutdruck führen.

Weil der Körper keine grossen Anstrengungen mehr verträgt, treten öfter Schwindelgefühle und Unwohlsein auf.

Gegen das Älterwerden kann sich niemand wehren. Es gibt aber nebst einer gesunden Lebensweise Naturprodukte, mit denen man Altersbeschwerden vorbeugen oder sie lindern kann. A. Vogel's Arterioforce-Kapseln mit Frischpflanzenextrakten zeichnen sich nicht nur durch eine günstige Wirkung gegen Arteriosklerose-Beschwerden aus, sondern sind auch zuverlässiger Beschützer, um solchen Beschwerden vorzubeugen.

Die beiden in der Volksheilkunde bewährten Auszüge aus Knoblauch und Bärlauch werden in Arterioforce sinnvoll ergänzt durch die Extrakte aus Weissdorn (*Crataegus*) und der Passionsblume (*Passiflora*) sowie natürlichem Vitamin E.

Seit jeher wusste man die heilenden Kräfte des Knoblauchs als Vorbeugungs- und Heilmittel gegen Erkrankungen der Verdauungsorgane einzusetzen. Ergebnisse aus jüngerer Zeit bestätigen nicht nur den Nachweis antibakterieller Wirkstoffe, sondern weisen auf eine Reihe anderer Stoffe hin, welche die Verwendung des Knoblauchs gegen Müdigkeit, Altersbeschwerden und erhöhten Blutdruck erklären.

Der Weissdorn vermag eine günstige Wirkung auf die Herz- und Kreislauftätigkeit im höheren Lebensalter auszuüben.

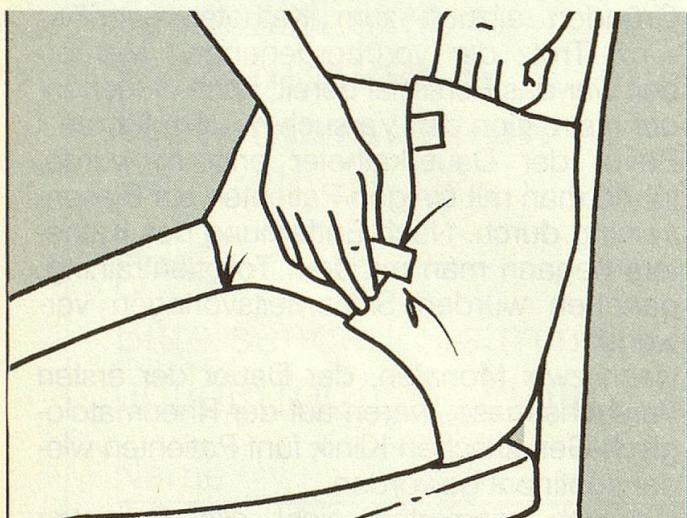
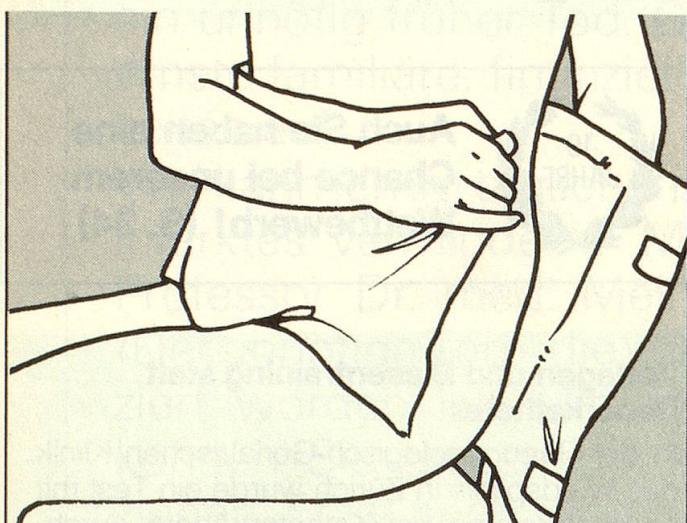
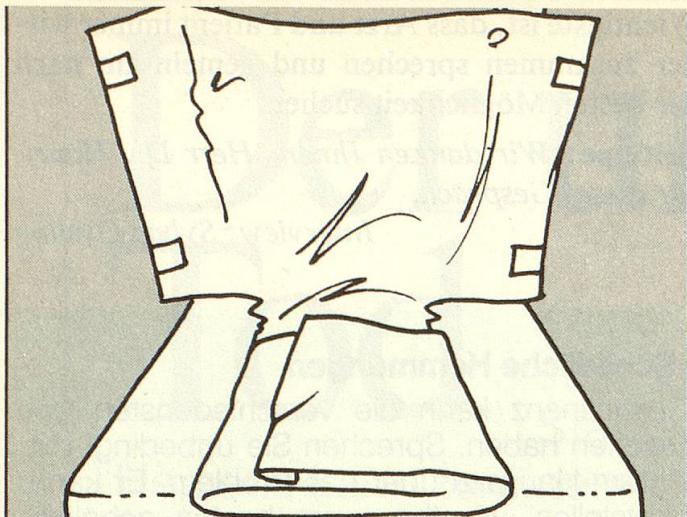
Dem Vitamin E kommt ein wesentlicher Einfluss auf den Kohlenhydrat- und Energie-Haushalt zu; es hat einen günstigen Effekt auf Gefäße, Gewebe und Stoffwechsel.

Die Passionsblume enthält entspannende und beruhigende Wirkkomponenten.

A. Vogel's Arterioforce-Kapseln eignen sich besonders zur Vorbeugung gegen Altersbeschwerden, Gedächtnisschwäche, Schwindelgefühl, ständiges Müde sein, Absinken der Leistungsfähigkeit, Vergesslichkeit.

Als Heilmittel auf rein natürlicher Basis weist das Frischpflanzenpräparat Arterioforce keine schädlichen Nebenwirkungen auf. Es unterstützt ihren Körper dabei, auch im Alter jung und leistungsfähig zu bleiben.

A. Vogel's Arterioforce-Kapseln erhalten Sie in Ihrer Apotheke und Drogerie.



Slips können auch im Sitzen ohne fremde Hilfe angezogen werden.

Bildnachweis:

Bilder S. 11–16 links aus der Tonbildschau der Firma Mölnlycke, 8105 Regensburg,
Bilder S. 16 rechts und 17 aus der Tonbildschau der Firma Russka,
S. 20 von Procter & Gamble, 1211 Genf