

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 75 (1997)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** Medizin

#### 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:** 15.01.2026

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

einer Frau in diesem Alter zugemutet werden, dass sie sich auf ein Handgemenge mit einem jungen Burschen einlässt und dabei bleibende Schäden riskiert?

Wie die Rechtslage auch immer sei: Die schroffe Ablehnung durch die Gesellschaft ist befremdend. Etwas Kulanz – es müsste ja nicht unbedingt die in den Allgemeinen Versicherungsbedingungen vorgesehene Höchstsumme von 3000 Franken sein – hätte der Regionaldirektion Zürich der National jedenfalls nicht schlecht angestanden, zumal die Frau und ihr Mann von einer bescheidenen Rente leben müssen. Gut, dass wenigstens die PTT in dieser Beziehung mehr Musikgehör zu haben scheint.

**Dr. Hansruedi Berger**

## Medizin



**Dr. med. Fritz Huber**

### Blähungen und Gasausscheidung nach Dickdarmoperation

*Ich bin 81 Jahre alt. Im April 1996 wurde ich am Dickdarm operiert. Man hat mir 10 cm Darm herausgeschnitten. Jetzt habe ich seit längerer Zeit viel Gasausscheidungen und Blähungen, obwohl ich sehr aufpasse,*

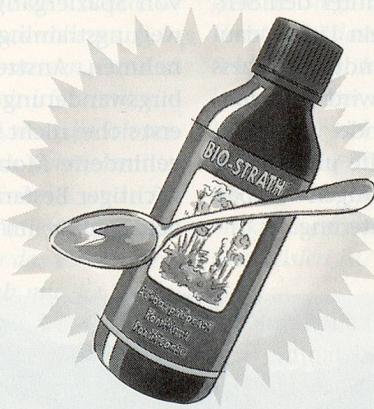
*was ich esse (morgens Café complet, nur gekochtes Obst, Gemüse, das nicht bläht, und wenig Salat). Wenn ich an einem Tag manchmal 4–5 Stuhlentleerungen habe mit viel Gas, dann ist der nächste Tag wieder sehr gut. Könnten Sie mir einen Rat geben?*

Ich vermute, dass Sie an einem Reizdickdarm leiden. Dieses sogenannte irritable Kolon ist ein weitverbreitetes Übel bei jungen und alten Menschen. Zugrunde liegt eine Bewegungsstörung der Dickdarmwand. Anstelle von regelmässigen ringförmigen Einziehungen und seltenen wurmähnlichen Längsbewegungen des Darmrohres, die den Stuhlgang vorwärts bewegen, kommt es zu übersteigerten Bewegungsabläufen und zu schmerzhaften Verkrampfungen. Durchfälle

und Perioden von Verstopfung lösen sich ab. Parallel dazu ist bei den betroffenen Patienten und Patientinnen oft eine erhöhte Empfindlichkeit auf die Dehnung des Darmlumens zu beobachten. Relativ bescheidene Gasbeimengungen zum Stuhlgang führen dann zu sehr unangenehmen Beschwerden.

Gas entsteht im Magen-Darmtrakt vorwiegend durch zwei Mechanismen: durch das Verschlucken von Luft und durch das Vergären von unverdauten Kohlehydraten (Zuckerstoffen).

Bei der Auslösung des Reizkolons spielen verschiedenste Faktoren eine Rolle: Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Medikamente (z.B. Antibiotika), psychische Störungen usw. Schwerwiegende krankhafte Veränderungen der Dickdarmwand sind in



## DER SAFT, DER KRAFT SCHAFFT.

**BIO-STRATH®**  
Aufbaupräparat



...nicht von ungefähr erfolgreich in über 40 Ländern der Welt!



### Atem holen und Kraft schöpfen

Gönnen Sie sich einmal einen Kur- oder Ferienaufenthalt im einmalig schönen Ägerital.

Unser christlich geführtes Haus liegt mitten in einer zum Spazieren oder stillen Verweilen einladenden Parkanlage oberhalb des Ägerisees. Lassen Sie sich durch unser Medizin- und Seelsorgeteam an Leib, Seele und Geist wohl tun. Physiotherapie und Hallenbad im Haus.



Wir freuen uns auf Ihren Anruf: Telefon 041/754 91 11  
Kur- und Ferienhaus Ländli, 6315 Oberägeri

Ein Arbeitszweig des Diakonieverbandes Ländli



### Potenzprobleme?

Älter werden und sexuell aktiv bleiben mit einer von Urologen empfohlenen Potenzhilfe mit Sofortwirkung!

Keine Medikamente – keine Operationen – keine Spritzen – Schweizer Qualitätsprodukt mit Garantie

Sofort kostenlose Information anfordern bei:  
LABORA GmbH, Dübendorfstrasse 2, 8051 Zürich  
Telefon 01/322 98 24, Fax 01/322 98 11

Name:

Strasse:

PLZ/Ort:

vielen Fällen nicht nachzuweisen. Allerdings können die Dickdarmbeschwerden auch Alarmsymptome sein, die auf verborgene bösartige Prozesse im Darm oder anderen Organen hinweisen.

In Ihrem speziellen Fall muss unbedingt ein eventueller Zusammenhang zwischen der durchgemachten Operation und den heutigen Beschwerden geklärt werden. Den genauen Grund für den damaligen Eingriff kenne ich leider nicht. Ich würde es aber als sinnvoll erachten, wenn Sie durch Vermittlung Ihres Hausarztes mit dem Operateur Verbindung aufnehmen und ihn um eine erneute Beurteilung der Situation bitten würden.

Zur Linderung der aktuellen Beschwerden können Sie das von Ihnen erwähnte Flatelex weiter zu sich nehmen. Kamillen- und Fencheltee wirken sich ebenfalls günstig

auf Blähungen aus. Zu empfehlen sind auch Medikamente, welche die Übererregbarkeit des Darms dämpfen. (z.B. Motilium, Duspatalin). Denken Sie auch daran: langsames Essen verhindert, dass viel Luft geschluckt wird.

## Fersensporen

*Vor einigen Wochen litt ich an Ischias und gleichzeitig traten im Fuß schlimme Schmerzen auf. Eine Röntgenaufnahme zeigte einen Fersensporen. Der ist sehr schmerhaft. Ich bin früher häufig stundenlang und ohne Beschwerden gewandert, jetzt kann ich mich kaum mehr zehn Minuten fortbewegen. Schmerzmittel und Eiswickel lindern die Schmerzen nur für kurze Zeit. Gibt es keine andere Möglichkeit, die Schmerzen zum Verschwinden zu bringen? Muss ich, solange ich lebe, auf jeden Spaziergang verzichten?*

Die Fersengegend ist eine unangenehme «Wetterecke», wo sich verschiedenste durch Verletzungen, Entzündungen oder Abnutzungsscheinungen ausgelöste Beschwerden manifestieren können. Die sogenannten «Fersensporen» sind beim älteren Menschen in der Regel als degenerative Verknöcherungen am Fersenbein entstanden. Sie stehen in Verbindung mit der Sehnenplatte über der Fußsohle, welche ihrerseits in die kleinen Fuß- und Zehenmuskel ausstrahlt.

Wenn ich Ihre Mitteilung richtig verstanden habe, treten Ihre Beschwerden nur während des Gehens auf, d.h. wenn die Fußsohle und damit auch die Sehnenansätze belastet werden. Daraus können wir einerseits ableiten, dass der Schmerz lokal am Fuß entsteht und nicht durch den Ischiasnerv weitergeleitet wird und dass andererseits durch die mechanische Reizung beim Gehen unter den Sehnenansätzen ein länger dauernder Entzündungsprozess unterhalten wird. Entzündungshemmende Schmerzmittel und kalte und warme Kompressen bringen vorübergehend Erleichterung.

Rasch und endgültig wirkende Wundermittel gegen diese Beschwerden existieren keine. Ich kann sehr gut begreifen, dass Sie nicht ständig starke «Antirheumamittel» schlucken möchten. Druckentlastung ist das wichtige langfristige Ziel der in dieser Situation angemessenen therapeutischen Massnahmen. Bewährt hat sich in vielen Fällen eine massive Absatz erhöhung der Schuhe. Sinnvoll ist auch die Anpassung einer Schuh einlage, welche die schmerzhafte Druckstelle entlastet. Der Entzündungsprozess kann durch die lokale Injektion eines Cortisonpräparates rasch und effizient bekämpft werden.

Ich bin überzeugt, dass die gemeinsamen Anstrengungen Ihres Hausarztes und eines tüchtigen Orthopädisten die Beschwerden bald zum Abklingen bringen werden. Dann sollten Sie aber auch möglichst rasch in Form von Spaziergängen Ihr «Bewegungstraining» wieder aufnehmen. Anstrengende Gebirgs wanderungen sind vorerst sicher nicht sinnvoll. Un gehinderte Mobilität ist ein wichtiger Bestandteil der Lebensqualität im Alter, Bewe-



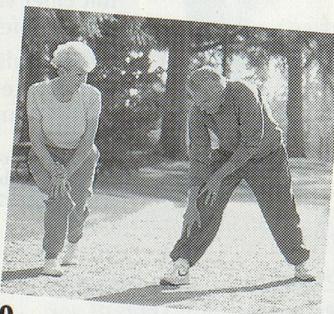
**St. Georg**  
PRIVATKLINIKEN  
Höchenschwand · Südschwarzwald

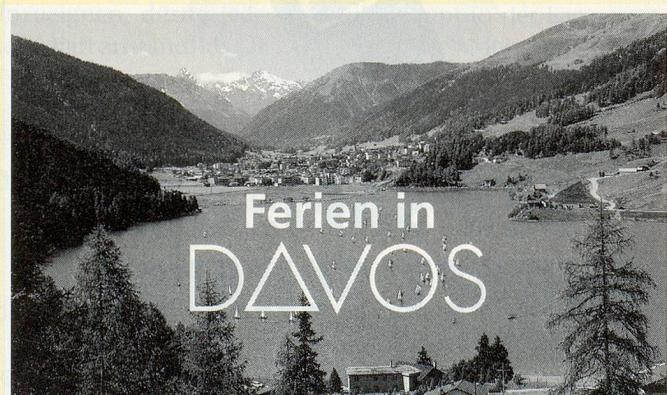
## Die Chance zum Neubeginn nach Krebs.

Mit einer individuellen „Aufbau-Therapie“ oder dem Aktivprogramm „Sport nach Krebs“.

- Gründliche ärztliche Untersuchungen
- Lymphdrainage, Bäder und Anwendungen
- Individuell abgestimmtes Sportprogramm
- Ernährungsberatung
- Informationen, Tips und Hinweise rund um das Thema

Info und Buchung bei:  
**Privatklinik St. Georg**  
**Kurhausplatz 1**  
**79862 Höchenschwand**  
**Telefon 0 76 72/ 4 11-0**  
**Telefax 0 76 72/ 4 11-240**





**Ferien in DAVOS**

Komfortable Ferienwohnungen pro Tag/Person ab Fr. 20.–

Senden Sie mir kostenlos den Ferienwohnungsprospekt:

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Reisebüro Christoffel, Promenade 41, 7270 Davos Platz  
Tel. 081 413 34 08, Fax 081 413 70 92

gungsarmut und Inaktivität dagegen dezimieren die psychischen und physischen Kräfte. Ich wünsche Ihnen guten Mut und viel Erfolg.

Dr. med. Fritz Huber

## Patientenrecht

### Medikamente wider Willen nehmen?

Seit fast vier Jahren ist meine Mutter mit einer schweren Apoplexie im Pflegeheim hospitalisiert. Bei ihrem Eintritt wurde auf den Wunsch meiner Mutter hin schriftlich vereinbart, dass sie nie irgendwelche Medikamente einnehmen müsse. Sie kannte das Krankheitsbild bestens, war doch ihre Schwester kurz zuvor an einer Apoplexie gestorben.

In den letzten Tagen ging es meiner Mutter sehr schlecht; sie hatte ein geschwollenes Bein und grosse Schmerzen. Der Arzt fragte mich, ob ich damit einverstanden sei, dass die Schmerzen mit einem Schmerzmittel gelindert würden, und ich stimmte zu. Als es Zeit wurde, meiner Mutter das Essen einzugeben, übergab mir die Schwester neben dem Schmerzmittel noch zwei andere Medikamente zur Verabreichung an meine Mutter. Als ich sie darauf ansprach, dass dies aber nicht so vereinbart sei, meinte sie, das sei ihr neu und sie müsse das zuerst mit dem Arzt besprechen. Kann man sich im Pflegeheim einfach so über den ausdrücklichen Wunsch meiner Mutter hinwegsetzen?

Nein. Denn auch als (tod)kranke Patientin hat ihre Mutter Rechte, die nicht einfach missachtet werden dürfen. Verlangen Sie ein Gespräch mit dem zuständigen

Arzt sowie eine Kopie der beim Eintritt erfolgten Vereinbarung. Glücklicherweise haben Sie die Forderung damals schriftlich festgehalten. Der Arzt soll Ihnen schriftlich bestätigen, dass er Ihrer Mutter außer dem schmerzlindernden Mittel keine weiteren Medikamente mehr verabreichen wird. Sollte diese Intervention nichts nützen, schreiben Sie einen Brief an den Arzt mit Kopie an die SPO (Schweizerische Patientenorganisation), damit wir uns weiter um diese Angelegenheit kümmern können.

### Wie finde ich eine gute Rehabilitationsklinik?

Mein Mann (68) hatte vor kurzem einen Schlaganfall und befindet sich nun in einer Rehabilitationsklinik, die auf Bewegungstherapie spezialisiert ist. Mein Mann kann inzwischen wieder recht gut gehen. Viel grössere Sorge bereitet mir der Umstand, dass er seit dem Schlaganfall kaum sprechen kann. Meiner Ansicht nach bräuchte er viel dringender eine logopädische Therapie. Können Sie mir eine gute Rehabilitationsklinik empfehlen, die darauf spezialisiert ist?

Ich empfehle Ihnen, sich zuerst einmal bei Ihrer Krankenkasse zu erkundigen, welche Kliniken sie bezahlen würde, denn das schränkt die Auswahl vermutlich schon ein. Erkundigen Sie sich dann bei den in Frage kommenden Kliniken nach einer speziellen logopädischen Behandlung. So können Sie die für Ihren Fall bestmögliche Klinik eruieren und danach die Versetzung Ihres Mannes dorthin veranlassen.

Crista Niehus, Schweizerische Patientenorganisation, Postfach 850, 8025 Zürich

**EUROBUS®**

Schnupperangebot  
4 Tage  
**Fr. 435.-**

**Wohlbefinden in Abano**

Vertrauen Sie uns, wir sind die Nr. 1! Seit 70 Jahren bürgen wir für Qualität und Sicherheit.

**Abfahrten:**  
Jeden Samstag, jeden Montag mit EUROBUS.

**Ihr Kurort:**  
Abano-Montegrotto ist führend für Fango. Die familiär geführten Hotels garantieren ein tolles Preis-/Leistungsverhältnis und beste Ferien. Sie wählen aus 4, 7, 9, 11, 13, 14 und 16-tägigen Arrangements aus.

**Ihre Vorteile:**

- Schweizer Reiseleitung durch Frau M. Furini
- Montag-Abfahrt und Donnerstag-Rückfahrt Fr. 20.– Reduktion pro Weg
- Treuepass mit Treupunkten
- Ausflug an den Gardasee oder nach Venedig
- Bahnanschlussbillett zum Einsteigeort

**Die Festtage gediegen feiern!**  
Reservieren Sie jetzt

- Festtags-Abfahrten am Sonntag, 21. Dez., Dienstag, 23. Dez. und Freitag, 26. Dez.
- Zwei Einsteigerouten, 14 Hotels zur Auswahl!

**Hotel Patria\*\*\***  
mit Reise, Doppelzimmer, Vollpension, Ausflüge, Festmenüs, Betreuung  
6 Tage Fr. 691.– (Abfahrt 21.12.97)  
13 Tage Fr. 1214.– (Abfahrt 23.12.97)

• Günstige Januar-Arrangements zu Sparpreisen:  
9 Tage Fr. 987.– Hotel Verdi\*\*\*, inkl. Reise, DZ, VP

**EUROBUS – mit der grössten Erfahrung für Abano-Montegrotto Kurferien. Verlangen Sie unser Programm!**

\* 4 Tage, HP, DZ, MK Hotel

**BUCHEN SIE REGIONAL:**

**Aargau 056 461 61 61**  
EUROBUS knecht AG, Windisch

**Basel 061 711 55 77**  
Weber EUROBUS Reisen AG, Reinach BL

**Bern 031 996 13 13**  
Berner & Wanzenried AG

**Schaffhausen 052 625 77 55**  
Bichsel Musikreisen

**Zürich 01 444 12 12**  
EUROBUS welti furrer AG