

# Aerztlicher Ratgeber

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift**

Band (Jahr): **37 (1933-1934)**

Heft 8

PDF erstellt am: **21.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Ärztlicher Ratgeber.

Von Dr. W. S.

### Der Blutegel und seine Anwendung.

Zu den Heilmitteln, die früher eine große Rolle in der Krankenbehandlung gespielt haben und die neuerdings wieder in Gebrauch kommen, zählt die Anwendung der Schröpfköpfe, des Aderlassens und auch eine häufigere Anwendung des Blutegels. Was diese anlangt, so müssen die Tiere frisch, also noch nicht gebraucht, gut gereinigt und gesund sein; ersteres erkennt man daran, daß sie beim Streichen von hinten nach vorn kein Blut von sich geben, letzteres daran, daß sie sich im Wasser lebhaft bewegen, beim Anfassen sich eiförmig zusammenziehen und sich nicht klebrig anfühlen. Ein Blutegel kann das Doppelte seines Gewichtes an Blut aufnehmen. Am besten saugen 3—5 Jahre alte Tiere mittlerer Größe. Die vollgesaugten Blutegel fallen von selbst ab. Eventuell kann man das Abfallen durch Bestreichen mit Salzwasser oder Essig beschleunigen. In der Regel werden 2 bis 10 Blutegel verwendet, in schweren, lebensbedrohenden Fällen auch bis zu 20 und darüber.


Privatdozent Aschner in Wien empfiehlt die Anwendung von Blutegeln bei entzündlichen und schmerzhaften Zuständen. Bei Erkrankungen des Kopfes, zum Beispiel Kopfschmerzen, Augen- und Ohrenleiden, Schwindel, werden die Blutegel hinter dem Ohr angesetzt. Die Blutegel werden ferner mit Erfolg verwendet bei gewissen Frauenkrankheiten, bei Gallenblasenentzündungen, bei Entzündungen des Herzens und der Lunge, des Brustfells und des Kehlkopfes. Sehr bewährt hat sich die Anwendung der Blutegel bei Venenentzündung.

### Der Heilwert des Wanderns.

Beim Wandern ist das Schwergewicht auf die Fortbewegung im Freien zu legen, kennzeichnend dabei ist die weitausgreifende Ortsveränderung. Dr. Häberlin in Bad Nauheim schildert in der Zeitschrift „Der praktische Arzt“ die Wirkung des Wanderns auf den gesamten Organismus des Wandernden. Die gleichmäßige Bewegung des Wanderschrittes, die viele Stunden

lang durchgeführt wird, zeigt Dauerergebnisse, die sich in günstiger Beeinflussung des Gesundheitszustandes äußern. Es kommen drei Wirkungen des Wanderns in Betracht: die leibliche, die seelische Einwirkung und die Rhythmisierung durch das Wandern. Was die leibliche Wirkung anlangt, so handelt es sich hier um ein erhöhtes und langandauerndes Zueinanderarbeiten vieler Organismen, der Bewegungsmuskulatur, des Kreislaufs, der Atmung und der gesamten Stoffwechselforgänge. Die Vorgänge in diesen Systemen greifen ineinander, der Stoffwechsel wird erhöht. Die Atmung wird vertieft, der Kreislauf zeigt ebenfalls eine erhöhte Tätigkeit. Eine solche Anregung des Stoffwechsels und vermehrte Umsezung muß zu weitgehenden Erneuerungen des gesamten Betriebes führen, entsprechend nimmt die Schlackenbildung und die Ausscheidung zu. An den Ausscheidungsvorgängen nehmen nicht nur Nieren, Darm und Lunge, sondern in erhöhtem Maße auch die Haut teil. Mit dem erzeugten Schweiß werden zahlreiche Stoffe aus dem Organismus ausgeschieden. Es ist ferner zu berücksichtigen, daß die Pflanzen eine reiche Menge von aromatischen Duftstoffen enthalten, diese gehen aus den Pflanzenorganen in die Luft über und bilden einen Bestandteil der Umwelt aller da lebenden Geschöpfe. Die Duftstoffe, die zum größten Teil ätherische Öle sind, vermischen sich in feinsten, meist gasförmiger Verteilung mit der übrigen Luft und gehen bei der Atmung im Gasaustausch in das Blut über. Von Vorteil ist beim Wandern weiter die Einwirkung der Klimareize in ihrer wechselnden Wirkung.

Die seelische Einwirkung des Wanderns ist bekannt. Alle Muskeln werden von unnötigen Spannungen befreit und lösen sich in natürlichen Bewegungen. Das Wandern hat den Vorteil, daß dabei Überanstrengungen vermieden werden. Das Wandern ist endlich ein Behandlungsmittel ersten Ranges zum Ausgleich vieler Schäden, die durch die Zivilisation den Menschen bedrohen.

Redaktion: Dr. Ernst Eschmann, Bürsch 7, Rüttistr. 44. (Beiträge nur an diese Adresse!)  Unberlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Verlag von Müller, Werder & Co., Wolfbachstrasse 19, Zürich.

Insertionspreise für Schweiz. Anzeigen:  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 180.—,  $\frac{1}{2}$  Seite Fr. 90.—,  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 45.—,  $\frac{1}{8}$  Seite Fr. 22.50,  $\frac{1}{16}$  Seite Fr. 11.25 für ausländ. Ursprungs:  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 200.—,  $\frac{1}{2}$  Seite Fr. 100.—,  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 50.—,  $\frac{1}{8}$  Seite Fr. 25.—,  $\frac{1}{16}$  Seite Fr. 12.50