

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 12 (1955)
Heft: 4

Artikel: Wölfe im Schafspelz
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-551986>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 17.05.2025

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

eine gute Gelegenheit, wenigstens den Weg zum Arbeitsplatz zu Fuss zu gehen. Wir müssen nur zeitig genug aufbrechen, damit wir nicht hasten und jagen müssen, sondern mit innerer Ruhe unsern Lauf ausführen. Bestimmt wird es nun keinem mehr unklar sein, warum der Landbriefträger im Hinblick auf seine Leber beruflich besonders begünstigt ist. Er kann das Notwendige mit dem Nützlichen verbinden, mag es oft auch nicht immer angenehm sein, sich bei Wind und Wetter im Freien zu befinden. Die Bewegung, die tüchtige Atmung und der gesundheitliche Nutzen entschädigen ihn für alle Unbill. Ahmen wir also den Briefträger ein klein wenig nach, laufen wir täglich ein Teil seiner Strecke, und wir werden nicht nur unserer Leber sondern unserer Gesundheit überhaupt einen guten Dienst leisten. Vielleicht finden wir nach reiflicher Ueberlegung auch eine Möglichkeit, das Notwendige mit etwas Nützlichem zu verbinden, damit wir unsere kostbare Zeit etwas lieber opfern.

Wölfe im Schafspelz

Immer mehr Berichte gehen bei uns ein über Schwierigkeiten und körperliche Schädigungen, die durch die neuen, amerikanischen Patentmittel entstehen, welche man als Zusätze im Abwaschwasser verwendet. Fachleute teilten mir kürzlich eine interessante Beobachtung mit. In einem Spital wollten die Blutgerinnungsversuche nicht mehr gelingen, während sie in einem andern Spital einwandfreie Resultate erzielten, obwohl nach der gleichen Methode Parallelversuche durchgeführt wurden. Man fand dann heraus, dass die Laboratoriumsgeräte mit einem der neuen Patentmittel gewaschen, aber nachträglich nicht genügend nachgespült worden waren. Die zurückgebliebenen Spuren des Zusatzes konnten daher die normale Reaktion verunmöglichen.

Man kann vor diesen Patentmitteln tatsächlich nicht genug warnen, weshalb auch die Leser unserer «Gesundheits-Nachrichten» äusserst vorsichtig sein möchten. Wohl mögen diese Zusätze für die Hausfrau praktisch, aber eben nicht immer harmlos sein. Nur zu leicht kann es vorkommen, dass man nicht genügend nachspült, so dass Spuren dieser Zusätze an den Gläsern und Tellern hängen bleiben.

Ich erhielt auch Berichte von Leuten, die gegen Hautausschläge sehr empfindlich sind. So lange sie die erwähnten Zusätze benützten, beobachteten sie ekzemartige Erscheinungen, Bläschen im Munde und andere Störungen, die aber wieder verschwanden, sobald sie wieder ohne Zusätze nach der alten Art abwaschen.

Da es vorkommt, dass auch in Zahnpasten Zusätze verwendet werden, die Bläschen im Munde verursachen, sollte man vorsichtig sein und sich nur jener Marken bedienen, die auf natürlicher, einfacher Grundlage aufgebaut sind. Die gleiche Vorsicht sollten wir auch beim Mundwasser, das wir verwenden wollen, beachten, denn auch dieses kann Zusätze enthalten, die vom naturgemässen Standpunkt aus gar nicht empfehlenswert sind. Vorsicht ist also gegen diese neuzeitlichen Wölfe im Schafspelz geboten, denn sie suchen sich in manche Familien einzudrängen. Nicht alles ist harmlos, was danach ausschaut, denn es gibt Giftstoffe, die nach dem Grundsatz arbeiten: «Steter Tropfen höhlt den Stein.»

Einige Richtlinien zur Pflege und Behandlung von Nervengeschwächten und Nervenkranken

Oft kommt es vor, dass Angehörige von Nervenschwachen und Nervenkranken entweder zu weichlich oder aber zu streng und hart sind. Es ist vor allem auch für das Pflegepersonal nicht immer leicht den richtigen Ton zu treffen, denn Nervengeschwächte, wie auch Nervenkranken

können sehr empfindlich sein, da sie keine innere Reserve im Nervensystem besitzen. Sie ertragen normalerweise keinen Widerspruch, vor allem auch nicht ständiges Zurechtweisen. Man sollte sie also nicht reizen, sondern sie viel eher geschickt über einen Mangel hinwegheben. Auch wenn der Kranke etwas Unrechtes getan hat, sollte er nicht hart zu einem Geständnis gezwungen werden, denn dadurch verschliesst er sich womöglich nur und wird noch bockbeiniger als zuvor. Er kann allerdings auch unsere Gutgläubigkeit missbrauchen, weshalb man auch wieder nicht weichlich, zimperlich oder gar weinerlich mit ihm umgehen sollte. Eine liebevolle, aber bestimmte Strenge wird ihm den mangelnden Halt ersetzen und ihm daher wohlthun. Man wird ihm erklären, auf welche Art er Verkehrtes, das ihm unterlaufen ist, vermeiden kann. Eine Rüge soll nicht reizen und den Widerspruch hervorrufen, sondern soll als liebevolle Führung, als feste Hand und getreuliche Unterstützung empfunden werden. Solcher Leitung vertraut sich der Kranke gerne an. Ruft man jedoch den Widerstand des Patienten hervor, dann treibt man ihn nur in seine Schwächen hinein.

Nervenkranken und Nervenschwache verfallen immer gerne wieder in ihre eigene, unwirkliche, meist finstere Welt und spazieren alsdann mit ihren Gedanken in eigenartigen, unergründlichen Sphären, Empfindungen und Phantasien herum. Es ist daher notwendig, dass man ihnen soviel als möglich Ablenkung beschafft. Sie sollen sich möglichst wenig mit ihrer eigenen Gedankenwelt befassen, sondern entweder ihre Gedanken bei einer Arbeit oder Aufgabe haben oder aber in ein Gespräch hineingezogen werden, das ihnen leichtere Probleme vor Augen führt, auch wenn sie selbst keine Antwort darauf geben. Auf Spaziergängen ist es ein Leichtes, sie immer wieder auf die vielen Naturschönheiten aufmerksam zu machen, ihnen das Malerische, das Geographische vor Augen zu führen und sie bei den mannigfachen botanischen Wundern verweilen zu lassen. Auf diese Art wird sich das Rad der normalen Gedankenwelt langsam wieder zu drehen beginnen. Die Phantasie und egozentrische Einstellung, die oft zwischen Lebenswille und Vernichtungswahn hin- und herpendelt, wird dadurch weniger Kraft und Raum bekommen.

Tüchtiges Marschieren, schöne Wanderungen, ja sogar leichtere sportliche Touren, auch Skifahrten können wunderbare Ablenkung mit sich bringen. Wenn der Kranke dabei nicht forciert wird, und er soll nicht forciert werden, dann kann er langsam wieder in normale Empfindungsbahnen hineingeführt werden.

Sehr zweckdienlich sind auch physikalische Anwendungen. Nach den verschiedensten Bädern, die aufweichen, lockern, entspannen, nach Schwitzkuren und Schlenzbädern, die die Zirkulation fördern, entgiften und entschlacken, werden Massagen als Wohltat willkommen geheissen. All dies trägt dazu bei, gewisse Hemmungen und Sperrungen langsam zu lösen. Gleichzeitig sollte auch die Ernährung auf natürlicher Basis beruhen und reich an Vitamine und Nährsalzen sein. Je nach der Tragfähigkeit des Patienten kann man auch versuchsweise eine Saftdiät einschalten oder gar zur leichtern Fastenkur übergehen. Allerdings muss man dann den Kranken gut in Händen haben und ihm geistig sehr behilflich sein, denn solche Kuren stellen gewisse Anforderungen an ihn, die oft nicht einmal der Gesunde auf sich nimmt. Wenn man ihn indes geistig unterstützt, indem man wohl sachlich auf seine krankhaften Aeusserungen eingeht, sie aber nicht allzuwichtig nimmt, sondern vielmehr ganz unmerklich einen bessern, günstigeren, einfacheren Weg zeigt, dann wird der Kranke immer mehr unserer Richtlinie folgen können. Er wird wieder einfach zu denken beginnen, zusammenhängender und vor allem logischer. Sein Unwille wird mehr und mehr weichen. Um dies zu erreichen, muss man es jedoch verhüten, den Kranken durch Widerstand zu reizen, denn dies bringt ihn in innere Verzweiflung hinein, führt ihn zu krankhaften