

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 24 (1967)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Motorenkrankheit  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551401>

### **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>**



ebensogut von Schädigungen sprechen könnte. Durch natürliche Vitamine haben

wir solche glücklicherweise nie zu gewährleisten.

## Motorenkrankheit

Es war im Jahre 1950, als ich mit meiner Frau in einem viermotorigen Flugzeug von Kalifornien nach New York flog. Nach unserer Ankunft dort hatten wir knapp einige Stunden Zeit, um auszuruhen und uns durch einen kurzen Schlaf etwas zu stärken, denn der Flug in den Maschinen, die damals zur Verfügung standen, strengte weit mehr an, als dies in den heutigen Jets der Fall ist. Zudem dauerten die Reisen bei den damals gebotenen Möglichkeiten ein Mehrfaches an Zeit gegenüber den Verhältnissen von heute. All das vermehrte die Anstrengung wesentlich, und es war deshalb nicht verwunderlich, wenn besonders jemand, der zur Luftkrankheit neigte, nach all diesen Strapazen oft recht erschöpft am Ziele anlangte. Jedenfalls hatte meine Frau bereits schon in New York derart entladene Lebensbatterien, dass ich mit unseren Mitteln und einer zweckdienlichen Massage die darniederliegenden Lebensgeister wieder etwas beleben musste. Statt wenigstens einen Tag Ruhepause einzuschalten, flogen wir nun aber gleich nach einigen Stunden mit der Swissair wieder weiter, und zwar direkt nach Zürich. Damals gab es noch in Neufundland und Irland eine Zwischenlandung, so dass die gesamte Reisedauer von New York bis Zürich, wenn ich mich recht erinnere, zu jener Zeit ungefähr 22 bis 24 Stunden dauerte. Noch habe ich jenen Flug durch die schöne, klare Nacht nicht vergessen! Der Mond zog sein glitzerndes Reflexlicht wie einen goldenen Strom über den Atlantik. Weisse Wolkenbänke wechselten mit dem Stahlblau des Wassers, und oft schien es mir, als schwebten wir über einer Polarlandschaft. Der bezaubernde Anblick war überaus eindrucksvoll und interessant, und ich begehrte deshalb keineswegs zu schlafen. Immer wieder wechselten die Kulissen dieses Naturschauspiels.

### Unliebsame Reaktionen

Als wir am frühen Morgen in Zürich landeten, erwartete uns unsere Tochter, die froh war, ihre Eltern wieder wohlbewahrt empfangen und gut betreuen zu können, denn jetzt erwies sich, dass wir es dringend nötig hatten. Schon im Zug überfiel mich eine tiefe Müdigkeit, und als er in St. Gallen einlief, war ich in einen festen Schlaf versunken. Sachte weckte mich meine Tochter, und als ich ganz verwirrt erwachte, glaubte ich noch immer im Flugzeug zu sein. In Teufen angelangt, waren wir trotz dem hellen, heiteren Tag froh, in unseren Betten landen zu dürfen, um das Schlafmanko ausgleichen und die Nervenkraft auffrischen zu können, denn die Reise in Kalifornien selbst und von dort nach New York war für uns, die wir damals noch ziemlich ungeübte Zugvögel waren, bereits sehr anstrengend gewesen. Eigenartig war nun die Reaktion. Noch immer war das Surren der Motoren in unseren Gliedern und eine befremdende Unruhe verfolgte uns im Schlaf. Oft packte mich eine schreckhafte Erschütterung, als ob ich mich mitten in einem heftigen Erdbeben befände. Manchmal warf es mich mit Zuckungen förmlich im Bett auf, gerade so, wie sich ein Fisch benimmt, wenn man ihn ans Land geworfen hat. Wenn ich dabei auch nicht immer erwachte, empfand ich doch die quälende Unruhe gewissermassen schmerzhaft, und unwillkürlich überlegte sich mein ermüdetes Denkorgan während des Schlafens, ob wohl eine solche Erschöpfung auf die Reaktion der Motoren zurückzuführen sei, denn die Schwingungen, die auf Tausenden von Pferdestärken beruhten, waren doch wohl fähig, den eigenen Rhythmus des Körpers aus dem Gleichgewicht zu bringen. Als ich später einmal innert etwa drei Monaten ungefähr 70 000 km im Flugzeug zurück-



legte, wurde mir klar, dass man nie zu langandauernde Flüge durchführen sollte, da sie zu anstrengend und kraftraubend sind. Es ist deshalb angebracht und notwendig, immer Zwischenhalte einzuschalten, um entspannen und ausruhen zu können, wenn man verhindern will, dass das Nerven-, Drüsen- und Gefässsystem Schaden leiden muss. Allerdings liegt heute ein gewisser Vorteil in der überaus grossen Geschwindigkeit der Jetflugzeuge, die weite Strecken in verhältnismässig kurzer Zeit zurückzulegen vermögen. Auch tragen die grossen Fortschritte im Flugzeugbau dazu bei, dass sich die Erschütterungen wesentlich vermindert haben, so dass die Reaktionen im Vergleich zu früher viel geringer sind, was sich auch auf die Luftkrankheit günstig auszuwirken vermag. Gleichwohl ist auch heute das Schweben durch die Luft mit Hilfe von Motorenstärke nicht ohne Anstrengung und gewisse Reaktionen zu erwarten. Noch immer kann sich dabei die Motorenkrankheit, wie ich sie nennen möchte, bemerkbar machen. Sie ist allerdings nicht mit den üblichen Schmerzen anderer Krankheiten zu vergleichen, aber es scheint mir, dass erfahrungsgemäss keine anderen Ursachen die Lebensgeister so schnell und so stark entladen können, wie der unmittelbare Einfluss, den die Motoren auf unseren Körper auszuüben vermögen.

### **Hilfreiche Vorbeugung**

Diese Wirksamkeit ist natürlich auch den Schiffsmotoren eigen, weshalb es tatsächlich möglich ist, dass die ständige Vibration, die ihre unruhigen Schwingungen auf unseren Körper überträgt, genau so störend wirken kann, wie das Schwanken des Schiffes. Beide Faktoren zusammen mögen daher als Ursache der Seekrankheit in Betracht gezogen werden, und auch bei der Luftkrankheit verhält es sich so. Wie kann man nun aber diesen unausweichbaren Umständen entgegenwirken? Gibt es eine vorbeugende Hilfe, die uns eine gewisse Schonung ermöglicht? Überlegungen auf diesem Gebiet sind voll berechtigt, und die Erfahrung

hat bewiesen, dass man den gewünschten Vorteil gewinnt, wenn man darauf bedacht ist, nicht übermüdet, sondern genügend ausgeruht, eine längere See- oder Flugreise anzutreten. Dies ist zwar oftmals eine Kunst, da der Alltag bis zuletzt seine Forderungen an uns stellt, so dass die Reisevorbereitungen, die gut überlegt sein wollen, oft nur nebenbei durchgeführt werden können. Kein Wunder daher, wenn wir uns bis zum letzten Augenblick vor der Abreise in ständiger Spannung befinden, und gerade das ist nicht gut. Es gibt indes auch kluge, einsichtsvolle Leute, die es sich zur Pflicht machen, mindestens eine Woche vor dem Antritt der Reise mit allen Kräften schonungsvoll zu haushalten, stets frühzeitig zu Bette zu gehen, gesunde, stärkende Nahrung in Ruhe einzunehmen und gewisse Mängel und Schwächen durch entsprechende Mittel zu bekämpfen. Bei der Ankunft am Bestimmungsort sollte man mindestens einen Tag entspannen und nichts besonderes unternehmen. Freunde, die uns abholen und uns voll Freude in Empfang nehmen, sollten diesen Ruhetag unbedingt wohlweislich beachten, wenn sie uns nachher froh und leistungsfähig haben möchten, denn wenn wir uns über unsere Kräfte anstrengen müssen, können wir gesundheitlich unfehlbar Schaden leiden und haben nachträglich viel mehr Mühe, uns dem Klimawechsel ohne nennenswerte Schwierigkeiten anzupassen. Die bioklimatischen Veränderungen sind meist eine mehr oder weniger grosse Belastung und nicht geringe Beanspruchung für uns, was wir oft viel zu wenig in Betracht ziehen.

Auch die elektromagnetischen Einflüsse des metallenen Rumpfes unserer Fahrzeuge, vor allem der Schiffe, können auf viele Menschen unangenehm schwächend sein. Selbst Matrosen sind dagegen nicht immer gefeit, und es gibt unter ihnen solche, die aus diesem Grunde den Seemannsberuf aufgeben müssen. Sie würden sonst an der sogenannten Eisenplattenkrankheit zugrunde gehen.

Wer reisekrank wird, denkt in der Regel



viel zu wenig über die eigentliche Ursache nach. Es ist allerdings nicht immer leicht, sich noch reiflichen Überlegungen hinzugeben, wenn es einem reichlich elend, ja oft zum Sterben übel ist. Sind aber nach beendeter Reise all diese Unannehmlichkeiten überstanden, dann sollte man zum mindesten diesen Zeitpunkt zur einsichtsvollen Überlegung benützen. Nur, wenn man sich bewusst geworden ist, was die Störungen heraufbeschwört haben mag, kann man auch herausfinden, wie man sich in Zukunft verhalten sollte, um so wenig wie möglich den durchstandenen Nachteilen erneut zum Opfer zu fallen.

Wollen wir das Reisen genussreicher oder zum mindesten erträglicher gestalten, damit wir darunter nicht zu leiden haben und uns auch die noch nicht völlig erforschte Motorenkrankheit nicht zu stark zusetzt, dann müssen wir vor der Reise etwas Ruhe und Entspannung einschalten und auch darauf bedacht sein, dass wir nach der Ankunft am Reiseziel einige Zeit ausruhen, um uns den neuen Verhältnissen anpassen zu können. Eine gute Hilfe gegen die Luft-, See- und Autokrankheit sind auch die Naturmittel Ginsavena und Aeroforce mit Vitamin B 6.

### **Autofahrten**

Die Motorenkrankheit spielt auch bei Autofahrten eine gewisse Rolle, doch äussert sie sich nicht so stark wie bei Luft- und Seereisen, denn die Automotoren sind bedeutend schwächer als die Motoren der Schiffe und Flugzeuge. Langan-

dauernde Fahrten auf Autobahnen können jedoch auch dem Automobilisten so zusetzen, dass er hauptsächlich im Nervensystem die gleichen störenden Symptome, wie wir sie bei den andern Reisearten festgestellt haben, bei sich wahrnehmen kann. Menschen mit schwachen Nerven und unelastischem Gefässsystem sollten sich daher solchen Belastungen nicht aussetzen. Ein Reisevertreter, der sich nach voller Tagesleistung noch eine nächtliche Heimfahrt auferlegt, sollte sich nichts Ungereimtes vortäuschen lassen, indem er glaubt, dies längere Zeit ohne Schädigung durchhalten zu können. Ein solch andauernder Raubbau ist schon manch einem von ihnen zum Verhängnis geworden.

Die Technik bietet uns mancherlei Vorteile und Erleichterungen, und sie spart uns vor allem auch Zeit. Es wäre indes törricht, andererseits ihre grosse, nervliche Belastung infolge allzu starker Beanspruchung zu übersehen. Um den daraus entstehenden Schädigungen ausweichen zu können, heisst es wachsam und vernünftig zu sein, indem man sich vor Übertreibungen hütet. Jede Spannung fordert eine entsprechende Entspannung. Natürliches Ermüden durch gesundes Arbeiten im Freien, lässt sich durch erquickenden Schlaf leicht wieder aufholen, während uns die vorteilhafte Arbeits- und Reiseerleichterung durch die Errungenschaften der Technik oft eine starke, nervliche Belastungsprobe auferlegen, was uns mit der Zeit empfindlich schaden kann.

## **Die Funktionen der Milz**

Als Professor Virchow über die Milz eine Vorlesung hielt, beobachtete er einen Studenten, der nicht aufpasste und stellte daher an ihn die Frage nach der lebenswichtigen Funktion der Milz. Erschrocken und verlegen zugleich erwiderte der Student, eben gerade habe er es noch gewusst, aber es sei ihm wieder entfallen. Ironisch entgegnete darauf der Professor: «Endlich einer, dem die lebenswichtigen Funktionen der Milz bekannt war,

aber leider hat auch er dies nun vergessen.» Man weiss nämlich noch verhältnismässig wenig von der Milz, auch ist ihr keine lebenswichtige Funktion zu eigen, da der Mensch nach Entfernung des gesamten Organs auch ohne dieses weiterleben kann. Es darf ihm allerdings alsdann nicht das Missgeschick zustossen, einer Infektionskrankheit anheimzufallen.