Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 26 (1969)
Heft: 8

Artikel: Gefahren einer Flugreise
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969282

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: 23.05.2025

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

sind, bilden einen wertvollen Bestandteil der Ernährungstherapie beim Krebskranken. Warum sollen wir also die Krebszelle ungestört wuchern lassen, wenn wir doch die Wirksamkeit soviel hilfreicher Gesellen heilsam verwerten können?

Gefahren einer Flugreise

Wenn wir heute beim Fliegen auch viele Erleichterungen haben gegenüber früher, kann es dennoch auch geschehen, dass wir in abgelegenen Gebieten noch nicht die Vorteile der vorgeschrittenen Technik geniessen können. Das kann sich dann besonders bei schlechtem Wetter sehr ungünstig auf unseren gesundheitlichen Zustand auswirken. Wir erlebten dies vor einigen Jahren, als wir die Cordilleren überflogen, denn wir hatten damals mit dem Wetter wirklich Pech. Das wäre zwar in einem modernen Flugzeug nicht gross zur Geltung gekommen. Wir mussten jedoch mit einem alten Modell der DC4 fahren. Diese hatte bekanntlich keine Druckkabine, und da nur wenig Sauerstoff serviert werden konnte, reichte dieser nicht aus, um die Druckverhältnisse und den Gasaustausch in unseren Blutgefässen normal zu erhalten. Um bei dem bestehenden Unwetter, das gar keine Sicht ermöglichte, nicht an einen der Siebentausender zu stossen, musste der Pilot das Flugzeug bis auf 7500 m hinauftreiben. Hätte er diese Vorsichtsmassnahme nicht beachtet, dann hätte es uns wie jenen Indern ergehen können, die am Montblanc zerschellten. Gesundheitlich wirkte sich zwar der notwendige Ausweg keineswegs vorteilhaft aus, denn vielen Passagieren wurde es schlecht, so dass sich etliche erbrechen mussten und einige ohnmächtig wurden. Die Stewardessen hatten Mühe, mit ihren Pflichten durchzukommen.

Gesundheitliches Versagen

Zwar war es nicht das erstemal, dass ich mit einer solchen Maschine über die Cordilleren fuhr, wohl aber das erstemal, dass ich mich während eines Fluges gesundheitlich nicht in Ordnung fühlte. Es war mir, als hätte sich ein eiserner Ring um meinen Kopf gelegt, der langsam mit einem Schraubengewinde zusammengezogen wurde. Im ganzen Körper hatte ich das unangenehme Gefühl, das bei einem starken Abfall der Temperatur auftreten kann. Es erinnerte mich dies an einen ähnlichen Zustand, der erstmals durch eine Infektion in den Tropen bei mir ausgelöst worden war. Nach der Landung, die ungefähr auf 4000 m Höhe erfolgte, fühlte ich mich dermassen benommen, ja förmlich duselig, dass ich froh war, bald ein Bett zu finden. Noch 2½ Tage nachher hatte ich ein Kopfweh, wie nie zuvor in meinem Leben. Ich konnte nur immer wieder Galle erbrechen und es erforderte meine ganze Tatkraft, um der Anstrengung, die mir die sonst so mühelosen Tiefatmungsübungen bereiteten, einigermassen gewachsen zu sein. Selbst das Einnehmen der Medikamente bereitete mir grosse Mühe. Noch nie zuvor hatte ich Grund, für Convascillan und Crataegisan so dankbar zu sein, wie in diesem unerwünschten Zustand, halfen mir doch beide Mittel zusammen, die Herzfunktion aufrecht zu erhalten. Petadolor mässigte mein fast unerträgliches Kopfweh und milderte die Spasmen, die mich nicht schlafen liessen. Nachträglich beruhigte ich die Nerven mit Ginsavena und Neuroforce. In solch kritischen Lagen ist man wirklich froh, zuverlässige Naturmittel bei sich zu haben, weshalb ich es auch nie wagen würde, ohne diese eine grosse Reise zu unternehmen. Wenn ich gesundheitlich auch vieles ertrage und in Kauf nehmen kann, möchte ich doch nicht behaupten, ich sei gegen alle auftretenden Schwierigkeiten völlig immun, wie dies kürzlich ein betagter Weltenbummler von sich am Radio erwähnte. Er fand, ohne diese Immunität sollte man überhaupt das Abenteuer und Risiko grosser Reisen in tropische Gegenden unterlassen. Aber damit ist jenen nicht gedient, die sich um-

ständehalber fremden Verhältnissen anpassen müssen. Für sie gelten die Ratschläge, die wir schon so oft erwähnt haben, denn es ist selten, dass ein Europäer ohne weiteres völlig immun ist, wenn er in den Subtropen oder Tropen unabgekochtes Wasser geniesst. Ich meinerseits bin sicher, und daher voll überzeugt, dass mir die entsprechenden Naturmittel schon aus manchen schwierigen Verhältnissen herausgeholfen haben. Auch jemand, der sich völlig immun fühlt, sollte die Gefahren, die für andere immerhin bestehen, nicht einfach nur absprechen. Heute, in einer Zeit, da Fluggesellschaften jedem Unternehmungslustigen verlockende Angebote unterbreiten, ist es wohl eher angebracht, mit guten Ratschlägen dienlich zu sein, als deren Wirksamkeit anzuzweifeln. Man weiss tatsächlich nicht zum voraus, ob man an einem Ort die gleich günstigen Verhältnisse wieder antrifft, die man das erstemal vorgefunden hatte. Oft muss man sich auch erst an das völlig veränderte Klima gewöhnen. So kann beispielsweise jemand bei grosser Kälte, bei Regen oder Schneefall unter dem Versagen der Bauchspeicheldrüse leiden, während er in Wüstengegenden bei trockener, windfreier Hitze keinerlei Beschwerden verspürt, wo wieder andere völlig versagen mögen. Das Reisen kann zwar immer interessant, aber nicht immer schön und angenehm sein.

Das fanden damals auch meine Tochter und vormerklich ebenfalls meine Frau, da es ihr nicht besser erging als mir, ja, ich zweifelte sogar einige Male, ob ich sie überhaupt durchbringen würde, so schlimm war es um sie bestellt. Auch sie hatte beim ersten Aufenthalt in dieser Gegend nur geringe, unbedeutende Beschwerden, was für uns Beweis genug war, dass nur der ungünstige Flug an der gesundheitlichen Störung schuld war. Meine Befürchtungen waren wohl gerechtfertigt, aber der starke Durchhaltewille, den meine Frau in solchen Fällen immer aufbringt, half auch diesmal die Schwierigkeit zu überbrücken, und sobald wir wieder in tieferen Regionen landeten, war auch der Gesundheitszustand wieder völlig in Ordnung.

Gestörter Rhythmus

Oft wird beim Fliegen der ganze biologische Rhythmus gestört. Vor allem ist auch der schnelle Übergang von einer Zeitzone in eine andere daran beteiligt. Je schneller die Fluggeschwindigkeit ist, um so schwerer ist es für den Körper, sich der veränderten Lage rasch anpassen zu können. Die neue Concorde wird gelegentlich von Genf nach Los Angeles in 4½ Stunden fliegen. Wenn wir demnach in Genf um 8 Uhr abends wegfliegen, werden wir am gleichen Tag um ½4 Uhr in Los Angeles ankommen. Das klingt verwirrend und märchenhaft, denn beim Abflug hat der Fluggast zu Abend gegessen, und wenn er nach 4½ Stunden nochmals zu Abend isst, ist trotzdem seine Körperzeituhr bereits auf ½1 Uhr morgens eingestellt. Dass eine solche Umstellung nicht ohne weiteres spurlos an uns vorübergehen wird, ist sicherlich begreiflich.

Auch die Fibration und die Schwingungen der Antriebsapparate üben auf unser Nervensystem eine starke Wirkung aus. Das wurde uns besonders klar, als wir im Jahre 1950 mit den damaligen Kolbenmotoren, den bekannten viermotorigen Flugzeugen fuhren. Wir flogen damals von Los Angeles nach Zürich zurück mit einem bloss sehr kurzen Aufenthalt in New York. Als wir die Flugzeit von über 46 Stunden hinter uns hatten, waren wir richtiggehend übermüdet. Wir mussten uns in erster Linie einmal gründlich ausschlafen. Doch war uns, wir würden im Bett noch immer von Maschinen geschüttelt, und es warf uns auch förmlich auf. Ich erwachte ob dieser Nervenreaktion, die sich im Unterbewusstsein abspielte, und glaubte, es handle sich um ein Erdbeben. Weder Schmerzen noch ein Unwohlsein plagten mich, es waren lediglich die Nerven, die so eigenartig reagierten. Auch meine Frau erlebte die gleichen Rückwirkungen, obwohl wir nervlich gesunde Menschen sind. Mit den heutigen

Flugzeugen ist das Fliegen für die Gesundheit weniger beschwerlich. Selten wird es mehr jemandem schlecht, wiewohl es immer noch solche gibt, die zur Luftkrankheit neigen, wie es ja solche unter uns gibt, die bei Auto- und Schiffsreisen stets aus dem gesundheitlichen Gleichgewicht geworfen werden. Wichtig ist, dass man eine Reise nicht in übermüdetem Zustand antritt.

Sind Naturmittel empfehlenswert ?

Vitamin B_6 wirkt sich vor allem gegen Luftkrankheit sehr gut aus. Wer chemische Mittel meiden möchte, kann vorteilhaft zu einer biologischen Hilfe Zuflucht nehmen, und diese findet er in Aeroforce, das aus Vitamin B_6, aus Vitamin C, aus Glutaminsäure, rohen Kaffeebohnen, Kellin, Ipecacuanha, Nux vomica, Petasites und Avena sativa zusammengesetzt ist. In vielen Fällen von Luft-, See- und Autokrankheiten hat sich dieses Mittel schon vorzüglich bewährt. Während man nach Einnahme von chemischen Mitteln oft einen benommenen Kopf feststellen kann, ist dies bei Aeroforce nicht der Fall.
Das Fliegen mag interessant und bequem sein, doch hat es seine verschiedenen Tükken, weshalb es mancherlei gesundheitliche Probleme mit sich bringen kann. Für neurotische Menschen sowie für solche, die unter hohem Blutdruck leiden oder strahlenempfindlich sind, bringt das Fliegen auch bei normalem Verlauf gewisse Risiken mit sich. Es beansprucht auch die Leber stark, was wir einmal selbst erlebt haben, da meine Frau während des Fluges von Zürich nach New York spontan eine Stauungsgelbsucht bekommen hat. Sie war allerdings vor der Reise zu angestrengt tätig und deshalb übermüdet. Die Störung klang daher nach genügend Ruhe mit Hilfe von Nephrosolid und Boldocynara in kürzester Zeit wieder ab.

An allen technischen Errungenschaften kann sich der erfreuen, der dadurch keine gesundheitlichen Schwierigkeiten auf sich lädt. Die Empfindlichkeit, die beim Fahren mit Bergbahnen in Höhen von 2000 bis 3000 m manche Reisende bei sich beobachten können, mag vielleicht eine kleine Parallele zur Empfindlichkeit beim Fliegen darstellen. Wie aber wird es sich mit den neuen Concorde-Maschinen verhalten, die demnächst eingesetzt werden sollen? Wir wollen für die Reiselustigen einen nähern Hinweis auf die nächste Nummer verschieben.

Wer hätte Freude, bei uns als

Telefonistin

zu arbeiten? Tüchtige Kraft, wenn möglich mit Französischkenntnissen, die auch maschinenschreiben kann, findet interessante Stelle in einer schönen, gesunden Gegend. Besonders Interessenten mit Lebenserfahrung werden ein befriedigen-Wirkungsfeld vorfinden.

Offerten bitte an **A. Vogel, Biologische Heilmittel, 9053 Teufen AR**

Zu verkaufen

Reform-Haus

in 6er-Block,
an zentraler Lage
in Hauptort mit grossem Einzugsgebiet

Anmeldung unter **Chiffre WR 5 an die Expedition der Gesundheitsnachrichten Schoch & Co, 3072 Ostermundigen**