

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 31 (1974)
Heft: 10

Artikel: Gefahren für 60jährige
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-553422>

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: 06.02.2025

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

chen Fällen stets ausgezeichnet bewährte. Das Kerbelkraut wirkt wie ein Antikoagulations-Mittel, was auch auf Ysop in ähnlicher Weise zutrifft.

Ursachen der Embolien

Embolien entstehen, wenn sich Gerinnsel im Blute bilden, die vom Kreislauf mitgerissen werden und im Herzen oder in der Lunge hängen bleiben. Man spricht daher von Herz- oder Lungenembolien. Da bei der Gerinnelbildung in der Regel auch noch Bakterien beteiligt sind, können diese Entzündungen und Schmerzen auslösen, weshalb die Einnahme des entzündungswidrigen Echinaceas zu empfehlen ist, was übrigens für alle Entzündungen gilt, die als Folge von Bakterien- oder Vireninfektionen auftreten. Weist der bestehende Zustand darauf hin, dass man eine Embolie voraussetzen kann, dann ist es angebracht, auch noch Pflanzen einzusetzen, die antibiotisch wirken können, wie Meerrettich,

Kapuzinerkresse nebst anderen Kressearten. Auch Flechten und Moose sind angebracht, weil sie die Usneasäure als antibiotisch wirkenden Stoff enthalten.

Auf meinen Reisen in ferne Länder kam mir die Erkenntnis über pflanzliche Wirkstoffe jeweils sehr zugute, ja in einigen Fällen hat mich dies sogar vor dem Tode bewahrt. Wir können wirklich manches Unheil vermeiden, wenn wir es verstehen, im richtigen Augenblick dem Körper mit pflanzlichen Wirkstoffen beizustehen. Es ist mir daran gelegen, dass auch andere dies begreifen, da ich in kurzer Zeit zwei liebe Bekannte durch den Tod verlieren musste, weil sie die Gefahren der Embolien nicht kannten und deshalb auch nicht vorbeugen konnten. Obwohl sie über eine gesunde, sportlich trainierte Natur verfügten, konnte die Embolie dennoch ihrem Leben ein Ende bereiten, was doch der Einsatz entsprechender Naturmittel hätte verhindern können.

Gefahren für 60jährige

Männer, die das Alter von 60 Jahren erreicht haben oder bereits darüber stehen, sollten sich gut beobachten, denn in diesem Alter können sich Absenzen einstellen. Mögen diese auch nur klein sein, können sie doch tragische Folgen in sich bergen, wenn sie z. B. am Steuer geschehen. Es kann dies den Tod des Fahrers und sogar jenen seiner Begleiter mit sich bringen. Wenn ich diese Angelegenheit zur Sprache bringe, beruht dies auf einer schmerzlichen Erfahrung für mich, verunglückte doch einer meiner Bekannten mit seiner Frau tödlich, und zwar ohne Zusammenstoß mit einem anderen Wagen. Oftmals zuvor hatte ich diesen Mann beraten, wusste also über seinen Gesundheitszustand genau Bescheid. Seine Adern hatten nicht mehr die gewünschte Elastizität. Nach meiner Erfahrung beurteilt, mochte dies zu reichlicher und einseitiger Ernährung zuzuschreiben sein, war er doch ein sogenannt guter Futterverwerter, wie dies heute so oft der Fall ist. Der Zustand wur-

de zudem noch durch einen Unfall wesentlich verschlechtert. Hie und da meldeten sich kleine Absenzen, die zu Hause jeweils harmlos verliefen, jedoch am Steuer gefährlich werden konnten. Es ist daher unweise, wenn solche Menschen es wagen, längere Autoreisen vorzunehmen. Wieviel besser wäre es, sich dessen bewusst zu sein und die weniger riskante Fahrt per Bahn vorzunehmen. Autoreisen können sehr anstrengend sein und grosse Ermüdungen zur Folge haben, wodurch die Absenzen verlängert werden, so dass sie einige Sekunden dauern, lang genug, um den Wagen über die Böschung fahren zu lassen. Steht ein Baum, eine Telephonstange oder sonst irgendein Pfeiler in der Schusslinie, dann kann der Anprall den Wagen mit seinen Insassen zertrümmern. Diesen Umständen sollten ältere Menschen Rechnung tragen, wenn sie an sich schon die erwähnten Absenzen beobachtet haben. In dem Falle müssen sie sich vor längeren Autofahrten unbedingt streng hü-

ten. Auch sollten sie Autobahnen meiden, weil sie dort gezwungen sind, ein gewisses Tempo einzuhalten, was sich sehr ermüdend auswirken kann. Oft ist auch die Landschaft so monoton, dass sie die Neigung zum Einschlafen fördert. Zählt man noch die Gase und die Hitze dazu, dann ist das Einnicken oft unvermeidlich. Müdig-

keit am Steuer sollte man nie leicht nehmen. Es ist viel gescheiter, frühzeitig anzuhalten, um einige Zeit schlafen zu können, was besser ist, als wenn man glaubt, sich durch eine Tasse Kaffee genügend wachhalten zu können. Vorsicht ist immer am Platz, besonders, wenn man älter geworden ist.

Blutwurz, *Tormentilla anserina*

Auf einer Wanderung von Lenk nach dem Hahnenmoos begegnete ich einigen kleinen Hochmooren, in denen eine Menge kleiner gelber Blümchen mit vier Blumenblättchen und feingliederigen, fünffingerförmigen Blättern gedeihen. Die Wurzel dieser Pflänzchen sind blutrot, wenn man sie entzweibricht, und dieser Farbe wegen nennt man die Pflanze Blutwurz. Es ist wunderbar, was dieses kleine, bescheidene, meist unbeachtete Bergpflänzlein Gutes zu wirken imstande ist. Wie oft war ich auf meinen Reisen, vor allem in südlichen Ländern, froh über meine Tormentillatinktur, die ich vorsichtshalber stets bei mir hatte. Manchen Durchfall, ja sogar einer böartigen Dysenterie konnte ich bei mir und anderen Einhalt gebieten und sie einzig und allein durch das bereits wohlbekanntes Tormentavena heilen. Dies ist eine glückliche Verbindung von Blutwurz tinctur und dem beruhigenden, nervenstärkenden Saft aus dem blühenden Hafer. Man kann bei einem schlimmen und schlimmsten Durchfall den Darm beruhigen, wenn man davon immer wieder nach ein paar Minuten einige Tropfen einnimmt. Auch bei irgendwelchen Blutungen, wie bei Darmblutungen, ist Tormentilla vielleicht die beste Hilfe, insofern die Blutung nicht von einem unerwünschten Geschwür oder einer Krebsgeschwulst herrührt. In die Reiseapotheke gehört daher, besonders wenn es in die Ferien in südliche Länder geht, unbedingt Tormentavena. Viele Erfahrungen in Freundeskreisen bestätigen mir immer wieder, dass man sich auf solche bewährte Naturmittel verlassen kann.

Aus der Praxis

Kürzlich telephonierte mir ein alter, guter Freund, er hätte einen Durchfall erwischt, den er mit nichts stillen könne, wiewohl er ihn enorm schwäche. Durch ein empfohlenes chemisches Mittel war seine Lage nur noch verschlimmert worden. Nach Einnahme von Tormentavena telephonierte er mir anderntags, dieses Mittel habe so prompt geholfen, dass er dafür sehr dankbar sei. Dieser Dank gebührte allerdings dem bescheidenen Pflänzchen mehr als mir. Ich unterliess es bei dieser Gelegenheit natürlich nicht, meinen Freund darauf aufmerksam zu machen, dass es verkehrt sei, erst an die bewährten Naturmittel zu denken, wenn alle andern empfohlenen Medizinen nicht geholfen oder den Umstand noch verschlimmert haben. Man sollte nicht zuerst auf einen Kollegen hören, der uns versichert, ein gewisses Mittel habe ihm fein geholfen, denn in der Regel sind die Umstände, die zur Erkrankung führten, anders als beim wohlmeinenden Ratgeber. Es ist auch nicht angebracht, wegen jeder Kleinigkeit zum ohnedies überlasteten Arzt zu springen, besonders, wenn man sich bewusst sein könnte, dass in unserer Hausapotheke bewährte Mittel darauf warten, uns je nach den Umständen risikolos zu helfen. Aber es ist oft üblich, dass man den Umweg vorzieht, weil man gar nicht erst überlegt, was dienlicher wäre. — Ich erfuhr auch von einer alten Frau, die Jahre hindurch Darmblutungen gehabt hatte, guten Bescheid. Wiewohl ihr Arzt versicherte, es handle sich dabei um nichts Schlimmes, blieben doch seine Mittel ohne Wirkung. Durch ihre