

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 33 (1976)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Erfahrungen mit Einreibemitteln  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970427>

### **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:** 30.01.2025

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

nicht, dass ansteigend heisse Dauerduschen den Schmerz womöglich lindern können. Auch ist ein solches Bein sehr druckempfindlich, weshalb man Vorkehrung treffen sollte, um zu ermöglichen, dass das Bein zwar warm zu liegen kommt, dass man es aber jeglicher Belastung enthebt. Das ist zu Hause leichter erreicht als im Hotelzimmer, wo nicht viele Hilfsmittel zur Verfügung stehen. Das Einreiben von Symphosan und Echinaforce ist natürlich zusätzlich eine grosse Hilfe, so dass man schliesslich doch den Schlaf findet und am Morgen gestärkt aber sehr vorsichtig die Reise fortsetzen kann. Besser wäre es natürlich in solchem Falle die Heimreise anzutreten, um sich entsprechend pflegen zu können.

Wenn sich mit dem Muskelriss zusammen auch eine Quetschung bemerkbar macht und sich blutunterlaufene Stellen vorfinden, die in der Regel rotblau bis grün gefärbt sind, dann ist in erster Linie eine Kampfer-Eiweiss-Packung angebracht. «Der kleine Doktor» verschafft uns für solchen Fall genaue Gebrauchsanweisung. Nach dieser Behandlung können wir dann wie bei einem gewöhnlichen Muskelriss vorgehen, indem wir Watte mit Sympho-

san tränken, auf die schmerzende Stelle auflegen und mit einer elastischen Binde sichern. Es ist gut, wenn wir möglichst jede Bewegung meiden können. Morgens und abends erneuern wir die Packungen regelmässig. Vor dem Auflegen der durchtränkten Watte reiben wir leicht mit Echinaforce ein, denn dieses Mittel wirkt wunderbar entzündungswidrig. Wenn wir keine Mühe scheuen, um die ganze Behandlung gewissenhaft durchzuführen, dann wird die Heilungszeit mit diesen Naturmitteln um mehr als die Hälfte verkürzt werden, besonders, wenn man die Behandlung noch mit warmen Kräuterbädern oder ansteigend heissen Duschen unterstützt. Kalte Anwendungen muss man bei Muskelrissen indes völlig vermeiden. Durch eine solch sorgfältige Pflege kann man auch die Schmerzen in ihrer Stärke um vieles verringern. Wenn Duschen anfangs die Schmerzen steigern sollten, werden sie sich doch gleich mildern und abnehmen. Immerhin muss man stets von Fall zu Fall prüfen, was die Heilung am besten fördert. Für jede natürliche Schmerzlinde- rung ist der Körper ja immer dankbar. Auch Petadolor, das pflanzliche Schmerzstillmittel, kann hierbei erfolgreich wirken.

### Erfahrungen mit Einreibemitteln

Wenn wir bei Rheuma, Gicht, Ischias oder auch bei Nervenschmerzen äusserlich Einreibemittel anzuwenden haben, sollten wir uns dabei nach einer erprobten Regel richten. Die Erfahrung hat gezeigt, dass es in erster Linie gut und richtig ist, wenn wir stets eine vermehrte Durchblutung zu erwirken versuchen. Dies kann mit Hilfe eines warmen Kräuterbades geschehen. Auch Auflagen mit einem feuchtheissen Kräutersäcklein sind günstig, mindestens aber sollte eine heisse Dauerdusche erfolgen. Erst daraufhin verwenden wir ein Einreibemittel, das aus schleimhaltigen Pflanzen bestehen sollte, wozu sich Wallwurzinkturstinktur oder Symphosan eignet. Es ist vorteilhaft, etwas von dem Mittel in die hohle Hand zu schütten, um es dann sorgfältig mit der kranken Stelle in Be-

rührung zu bringen. In der Hand wird es nämlich schön vorgewärmt und somit nicht als kühl empfunden. Wenn sich nun der heilwirkende Pflanzenschleim mit der sauren Ausscheidung der Haut verbindet, kann er koagulieren. Ist dies der Fall, dann greift man zu einer alkoholhaltigen Tinktur. Vorzüglich hierzu ist das bewährte, entzündungswidrige Echinaforce, denn reibt man dieses Mittel nachträglich ein, dann lösen sich die koagulierten Teile des Symphosans sofort und dringen durch die Hautporen durch. Vermischt mit dem Echinaforce wirken die Einreibemittel doppelt so schnell und mindestens doppelt so stark.

Dieser Vorteil ist uns durch eine länger andauernde Pflege bekanntgeworden, weshalb wir sie zum Nutzen anderer Patienten

darauf hinweisen möchten. Wir sollten bei solchen Anwendungen immer sehr ausdauernd sein, denn es wäre verkehrt, zu glauben, dergleichen Unstimmigkeiten könnten von heute auf morgen verschwinden. Der Körper brauchte seine Zeit, um zu erkranken, weshalb wir ihm auch zum Heilen Zeit einräumen müssen, denn in geschwächtem Zustand müssen wir doppelte Geduld aufbringen. Um so wunder-

barer, wenn sich dann allmählich der gesicherte Erfolg einstellt. Wenn wir gut beobachten, werden wir feststellen, dass es nicht nur darauf ankommt, welches Mittel man anwendet, sondern auch wie und in welcher Form sie dem Körper zugeführt werden, weil sich durch diese sorgfältige Aufmerksamkeit die Heilkräfte dieser Naturmittel in vermehrter Masse entfalten können.

### Am Krankenbett

Nicht jeder weiss, dass die seelische Beeinflussung am Krankenbett weit wichtiger sein kann als die beste Medizin. Als Beweis hierfür dienen uns Fieberkranke, deren Fieber ansteigt, sobald sie mit Unannehmlichkeiten belastet werden. Eine bedrückende Botschaft oder ein unangenehmer Brief kann sie auf diese Weise aus dem Geleise werfen. Auch Zwistigkeiten unter Angehörigen oder dem Pflegepersonal können ungünstig wirken. Die Waage des Lebens hat zwei Schalen. In der einen häufen sich bejahende, freudige Einflüsse und Erlebnisse an, während sich die andere all das verneinende Gedankengut sowie die unglückseligen Erfahrungen aufladen lässt, die eben die Schattenseiten des Lebens mit sich bringen. Wenn man nun krank ist, neigt man dazu, nur den trübseligen Inhalt dieser schwer belasteten Schale auf sich einwirken zu lassen. Wie gut, wenn man da jemanden an seinem Krankenbett sitzen hat, der es versteht, die Aufmerksamkeit auf die andere Schale zu lenken! Wieviele auferbauende, ermunternde und anspornende Erfahrungen kommen da ans Tageslicht, so dass der Kranke nicht widerstehen kann, er muss sich darüber freuen. Ueberhaupt, wenn man das Leben anhand dieser beiden Schalen prüft, dann muss man doch gewiss feststellen, dass eigentlich ein gewisser Schutz meist das Schwerste abgewendet hat. Ja, wenn man es nur gewahr werden möchte, in der Regel waren der sonnigen Tage mehr, als jener, die von trübseligem Nebel verhängt waren.

Ungeduldige Besucher nützen einem Schwerverkranken nichts, ja, sie stören ihn eher und bringen ihn womöglich aus dem Gleichgewicht, das er sich mühselig erworben haben mag. Wer aber mit innerer Ausgeglichenheit am Krankenbette sitzt, braucht nicht viel zu reden, vielleicht nur beruhigend die Hand des Kranken zu halten oder sie sachte über die Stirn streichen zu lassen, um dadurch Zuversicht zu wecken. Es mag auch wohltuend sein, wenn sich die Hand des Gesunden auf den kranken Körperteil legt, denn dies kann kräftigend wirken. Ist der Kranke aufnahmefähig, dann erbauen ihn, wie bereits angetönt, gemeinsame frohe Erinnerungen, die ihn dankbar stimmen mögen, denn mit seiner geschwächten Kraft und seinen oft zermürbenden Schmerzen vermag er sich von sich aus und ohne fremde Hilfe nicht so leicht über seine Lage hinwegzusetzen, um durch wertvolles Denken Stärkung zu finden. Ja, man macht sich in der Regel keinen Begriff, wie sehr dies die Atmosphäre des Krankenzimmers zu erhellen vermag. Vielleicht neigt der Kranke ohnedies dazu, alles tragisch anzusehen und zu beurteilen. Das wird ihn meist nur belasten, ohne dass er zur richtigen Einsicht gelangen mag. Wie gut, wenn ihm da ein treuer Freund zur Seite steht, der ihn aufmuntert, indem er ihm den jeweiligen Sachverhalt eines vermeintlichen Anklagepunktes richtigzustellen vermag, da die Einsicht nur dann nützlich ist, wenn sie Änderungen mit sich bringt, die das Leben wertvoller und harmonischer gestalten.