

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 34 (1977)
Heft: 9

Artikel: Wetterempfindlichkeit
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-553755>

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>

nicht aus der Rolle zu fallen. Besonders bei grossen Belastungen und kleinen Kraftreserven mag uns eine innere Unruhe beherrschen, und zwar hauptsächlich dann, wenn eine flüchtige Berechnung ergibt, dass die gestellten Aufgaben grösser sind als Zeit und Kraft, die uns zu deren Lösung zur Verfügung stehen. Wie entsteht jedoch eigentlich dieses unangenehme Nervössein mit seiner inneren Aufregung, seinem ungeduldrigen Vibrieren? Hängt dies, wie man allgemein glaubt, mit den Nerven zusammen oder handelt es sich um eine Angelegenheit der Schilddrüse?

Ein guter Prüfstein dieser Frage ist das Meer. Wir müssen nur einmal Meerferien erleben, dann können wir feststellen, ob uns diese gelassen und ruhig werden lassen, oder ob wir viel nervöser sind als zu Hause. Vielleicht haben wir uns bereits gut ausgeruht und entspannt, aber gleichwohl durchdringt uns eine gewisse Unruhe, ohne dass irgendein Grund zur Aufregung vorliegen würde. In solchem Falle können wir sicher sein, dass unsere Schilddrüse an einer Ueberfunktion leidet. Da das jodhaltige Meer hierzu beiträgt, sollten wir frühzeitig überlegen, ob es nicht gewagt sei, es überhaupt mit Meerferien aufnehmen zu wollen? Wenn aber die Anziehungskraft des Meeres sich so stark auf uns auswirkt, dass wir nicht verzichten möchten, müssen wir uns eben vor der scheinbaren Nervosität zu schützen wissen. Dies geschieht durch die Einnahme von *Lycopus europaeus*, denn dieses Mit-

tel hat es an sich, selbst bei heftigem Herzklopfen beruhigen zu können. Wir nehmen täglich drei- bis fünfmal 10 bis 20 Tropfen ein, und zwar die Urtinktur des Mittels, zusammen mit drei mal drei bis fünf Tabletten Urticalcin. Dies stellt nicht nur eine augenblickliche Hilfe dar, sondern gleichzeitig eine heilsame, da sich die Schilddrüsenfunktion auf diese Weise mit der Zeit normalisieren lässt. Wer diese heilende Wirksamkeit steigern möchte, um eine gefestigte Heilung zu erlangen, sollte täglich noch dreimal zwei Tabletten Kelp D₆ einnehmen. Nach zwei bis drei Monaten kann er zu Kelp D₅ und nach weiteren zwei bis drei Monaten auf Kelp D₄ gehen, dann auf D₃ und so fortfahren bis zum reinen Kelpasan. Auf diese Weise wird er etwa im Laufe eines Jahres die Ueberfunktion der Schilddrüse ausgeheilt haben. Er wird während der ganzen Kurzeit regelmässig auch das *Lycopus* und Urticalcin einnehmen. Zu beachten ist bei einer Ueberfunktion der Schilddrüse auch, dass man gar kein normales, jodiertes Salz gebrauchen darf, sondern nur Gartengewürzkräuter. Höchstens kann man noch mit Trocomare nachhelfen.

Liegt bei der Schilddrüse jedoch keine Funktionsstörung vor, dann müssen wir bei stetiger Nervosität eben unseren Nervenzustand zu kräftigen suchen, und zwar vor allem erstmals durch genügend guten Vormitternachtsschlaf, dann durch das Einschalten innerer Ruhe und Zuversicht sowie durch die Einnahme von *Avena sativa*, Acid. phos. D₄ und Acid. pic. D₆.

Wetterempfindlichkeit

Heute bei der ständig wechselnden Witterung ist es wohl nicht verwunderlich, wetterempfindlich zu sein. Genaue Feststellungen zeigten denn auch, dass jeder Mensch, ja sogar jedes Tier wetterempfindlich ist. Beobachten wir uns selbst einmal, woher es kommt, dass wir uns trotz guten Voraussetzungen müde, ja sogar zerschlagen fühlen können. Wir werden feststellen, dass dies meist wetter- und klima-

bedingt ist. Allerdings ist nicht jeder Mensch gleich stark empfindlich. Wer sich gesundheitlich stark fühlt, kann oft die Störungen, unter denen andere zu leiden haben, kaum verstehen. Nie befällt einen solchen Menschen eine Migräne oder anderweitige Unstimmigkeiten, während andere von ihrem geschwächten Zustand nicht loskommen können. Dabei spielen Winde und auch grelle Beleuchtung eine

wesentliche Rolle. Nicht immer lässt sich feststellen, welche Ursache den Störungen zugrundeliegen. Sie sind einfach da, oft begleitet mit bleierner, schmerzhafter Müdigkeit im Kopf, was emsiger Tätigkeit unwillkürlich Einhalt gebieten kann. Auch Rheumatiker erleben immer wieder ihre grosse Abhängigkeit von Witterungseinflüssen. Jemandem macht der Föhn zu schaffen, während ein anderer bei jedem Tief Schwierigkeiten verspürt. Je nach der Art der Winde verändert sich auch der Blutdruck, handle es sich dabei um Föhn, Bise oder um das verhängnisvolle Tief. Der Kreislauf verschlechtert sich dadurch, die Gemütsstimmung senkt sich unmittelbar, und die gesamte geistige und körperliche Leistungsfähigkeit nimmt ab. Besonders im zunehmenden Alter steigert sich diese Empfindlichkeit. Jeder kann daher froh und dankbar sein, wenn er von solchen Uebeln verschont bleibt.

Mancher, der mit einer starken Empfindlichkeit behaftet ist, wird nach einem Ausweg suchen. Da man bei grosser Empfindlichkeit ja ohnedies bei atmosphärischem Druck in der Leistungsfähigkeit nachgibt, wird es in erster Linie notwendig sein, grosse Anstrengungen zu meiden, besonders, wenn man das bestimmte Gefühl hat, sich dadurch zu schaden. Am besten ist es einfach, allen Risiken aus dem Wege zu gehen und eine vermehrte Vorsicht einzuschalten. Der Autofahrer, für den sich unter solchen Umständen

die Unfallgefahr steigert, sollte jegliche Hast meiden und dem Ehrgeiz keinen Raum gewähren, sondern ganz bewusst gemütlich fahren. Wenn unter Druck gestellt, sollte man Hetze und Aufregungen meiden, und im Essen und Trinken unbedingt masshalten. Man präge sich gut ein, dass über 50 Prozent aller Herzinfarkte während kritischer Witterungslage vorkommen.

Leider kann man die Wetterempfindlichkeit mit Medikamenten nur bescheiden beeinflussen. Niederer und hoher Blutdruck spielen eine wesentliche Rolle, und man sollte jeweils die spezifischen Mittel sorgfältig einnehmen. Dies gilt natürlich auch bei Anfälligkeit auf Migräne, wobei man vor allem Sanguinaria nicht vergessen sollte. Gegen die Müdigkeit kann Kelpasan erfolgreich steuern. Nervosität bekämpft man am besten mit *Avena sativa*, das man in Honigwasser einnimmt. Je besser wir Bescheid wissen über das Wann und Wie nachteiliger Beeinflussung durch die Wetterlage, um so besser können wir unsere Lage erleichtern. Wir geraten mit unseren Mitmenschen viel weniger in Schwierigkeiten, wenn wir uns bewusst sind, wie wir uns gegen ungünstige Verhältnisse vorzusehen haben, denn auch unsere Nächsten können womöglich zur gleichen Zeit zu wenig tragfähig sein. Da ist es vorteilhaft, wenn wenigstens wir trotz ungünstigen Umständen nicht versagen.

Zu verkaufen prächtige

Wohnung im Wallis

(Sportzentrum Gr. St. Bernhard, Fouly, Verbier, Lac de Champex)
4 Zimmer; Bad und Dusche separat;
moderne Küche mit Balkon; Südseite ebenfalls Balkon; Cheminée; Fläche 121 m².
Grosser Estrich, Keller, Lift, Kehrriabzug.
Gemeinsamer Garten mit Spielmöglichkeiten.
Hypothek vorhanden; Preis Fr. 155 000.—.

Auskunft: **Telefon 022 47 12 38 od. 026 4 22 58**

BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Achtung, Lokalwechsel! Restaurant «Urania»:
Öffentlicher Vortrag, Dienstag, 20. September,
20 Uhr, im neuen Lokal «Urania»,
Uraniastrasse, 1. Stock, Saal 3.

Es spricht W. Nussbaumer über «Traubenkuren im Herbst und Nieren».
