Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 39 (1982)
Heft: 3

Artikel: Die Hauptursachen der Magengeschwüre
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969949

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

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

Die Hauptursachen der Magengeschwüre

Um sich gegen die Hauptursachen, die zu Magengeschwüren führen, wappnen zu können, ist es nötig, diese zu kennen. Durch Patienten, die unter Magengeschwüren litten, war es mir möglich, Beobachtungen und entsprechende Erfahrungen zu sammeln, die für mich beweisführend waren. Sie liessen mich nachfolgende Schlüsse ziehen.

Bei über 50 Prozent der Erkrankten handelte es sich um Schnellesser, die gewohnt waren, die Speisen mangelhaft zu kauen, oft aber auch um solche, die sich Speisen und Getränke stets in zu heissem Zustande zukommen liessen. Die neutralisierende Funktion des Mundspeichels sollte stets im Sinne einer Vorverdauungsmöglichkeit mitwirken, weil sonst die Magenschleimhäute, die Säure und Pepsin erzeugen, mit der Zeit überfordert werden, was eine Geschwürbildung zu Folge haben kann.

Etwa 30 Prozent aller Geschwürpatienten waren dem Ärger, der an sie herantrat, nicht gewachsen. Statt ihn abzuschütteln, schluckten sie ihn gewissermassen hinunter. Weil es viel eher in ihrer Art lag, zu dulden, als sich auszusprechen, denn sie glaubten ohnedies, sich nicht äussern zu dürfen, verkrampften sich, was im Magen Spasmen auslöst und auf die Dauer zu Geschwürbildungen führen kann.

Bei etwa 10 Prozent der Erkrankten liess sich eine typische Erbanlage feststellen. Statt frühzeitig diesem ungünstigen Umstand Rechnung zu tragen, um ihm entgegenwirken zu können, schenkte man ihm überhaupt keine Beachtung. Bei ungefähr 10 weiteren Prozent Geschwürkranker lag eine Schädigung der Schleimhäute vor, verursacht durch starke Medikamente oder durch konzentrierte alkoholische Getränke.

Heilsames Vorgehen

Die erste und wichtigste Massnahme liegt bei Magengeschwüren in allen Fällen im Umschulen auf eine richtige, vernünftige Essenstechnik. Es handelt sich dabei um eine alte, biologische Wahrheit, die noch heute gilt, denn gut gekaut, ist halb verdaut! Wer sich diese Grundregel nicht aneignen will, muss sich eben einer Operation unterziehen, wodurch er mit verschiedenen unliebsamen Spätfolgen zu rechnen hat. Jener nun, der von da an seine Magenschleimhäute in Zukunft schonen möchte, weil ihn vernünftige Überlegung dazu nötigt, muss das übliche Hinunterschlingen beim Essen gänzlich vermeiden. Er darf auch nicht mehr grosse Glacémengen geniessen und sollte auch jeweils bei kleinem Quantum solches stets zuvor im Munde gut erwärmen.

Vorteilhafte Heilmittel

Als Hauptmittel dient beim Magengeschwür roher Kartoffelsaft, der jeweils aus einer rohen, mittleren Kartoffel gewonnen wird. Nimmt man morgens und abends diesen Saft regelmässig ein, dann kann dadurch das Magengeschwür nach 2 bis 3 Wochen geheilt sein. Unterstützend wirkt dabei auch noch die Einnahme von täglich zweimal fünf Tropfen Condurango. Gastronol regelt die Sekretion der Magenschleimhäute. Sind die Schmerzen verschwunden, dann nimmt man morgens und abends vor oder nach dem Essen 10 Tropfen Symphytum off. ein und ebenso ein halbes Teelöffelchen voll Johannisöl, da dies zum restlosen Ausheilen verhilft. Bis zu diesem Zeitpunkt sollte man sich angewöhnt haben, langsam zu essen und äusserst gut zu durchspeicheln. Ebenso muss man von scharfen Gewürzen Abstand nehmen und möglichst nur mit einem vorzüglichen Kräutersalz würzen, sich also vor dem üblichen Salzen hüten. All das hilft ihm, weitere Magengeschwüre zu vermeiden.

Durch den Engländer Horace Fletscher ist das sogenannte Fletschern zu einem vorbeugenden und heilsamen Begriff geworden. Als Patient infolge von Magengeschwüren unterzog sich dieser Engländer erstmals langsamem Essen und gründlichem Kauen der Speisen und erfuhr daher an sich selbst, wie heilsam sich diese Me-

thode für die Magenschleimhäute auszuwirken vermag. Für die heutige hektische Zeit bedeutet solch beherrschtes Essen allerdings eine gewisse Kunst, die nicht leicht zu erwerben, wohl aber sehr erstrebenswert ist. Es ist besser, man lernt schnell zu arbeiten und langsam zu essen, als umgekehrt, denn es ist vorteilhaft, wenn man auf solch einfache Weise einer schmerzhaften Krankheit ausweichen kann.

Ist die Krebskrankheit übertragbar?

Bestimmt stellen sich viele infolge vermehrter Ausbreitung der gefürchteten Krebserkrankung diese gewichtige Frage. Wenn in einer Familie Krebsfälle vorgekommen sind, dann ist es gewiss angebracht, sich über solche Fragen Aufschluss zu verschaffen. Die Krebskrankheit ist an und für sich bestimmt nicht auf die Kinder übertragbar, denn sie wird nicht zwangsläufig auf die Nachkommen vererbt. Dennoch ist höchste Vorsicht und grösste Aufmerksamkeit geboten, da eine Veranlagung, also eine gewisse Bereitschaft zur Erlangung dieser Krankheit vorherrschen kann. Eine solche Disposition ist übertragbar und kann oft sehr stark sein. Erkrankten die Eltern und womöglich sogar schon die Grosseltern an Magenkrebs, dann ist nicht ausgeschlossen, dass auch der Sohn dieser Erkrankung erliegt. Wurde ihm die Bereitschaft dieser Krankheit übertragen, dann ist entsprechende Vorsicht unbedingt angebracht.

Weitere Forderungen

Aber nicht nur die Bereitschaft ist in dem Falle massgebend, sondern auch die Lebens- und vor allem die Essensgewohnheiten, die der Familie zu eigen sind und die auch der Sohn getreulich übernommen haben mag. Ferner spielt auch die übertragene Neigung zu Verkrampfungen eine entscheidende Rolle. Wenn Kleinkinder solch belasteter Eltern von einer anderen Familie mit unterschiedlichen Essens- und Lebensgewohnheiten grossgezogen werden, dann verringert sich für diese der Prozentsatz, an Magenkrebs zu erkranken, auf ein Normalmass. Er ist also in solchem Falle nicht grösser als im Durchschnitt bei anderen Menschen. Bei der Tuberkulose verhält es sich ja ganz ähnlich, denn nebst der Veranlagung spielen auch dort in der Regel verkehrte Essensgewohnheiten und eine falsche Lebensweise eine bedingte Rolle, wozu sich oft auch noch die ungesunden Wohnverhältnisse gesellen. Es lohnt sich daher bestimmt bei allen schwerwiegenden Krankheiten, somit vor allem auch bei Krebs, eine gründliche Umstellung auf naturgemässe Ernährungs- und Lebensweise vorzunehmen, aber gleichzeitig auch die Forderung gesunder Wohnverhältnisse zu beachten. Dadurch kann selbst eine Krebsdisposition durch beharrliche Vorsichtsmassnahmen ausgemerzt werden, so dass es nicht zur Krebserkrankung kommen kann.

Gesundheitliche Regeln

Ich habe diese Methode bei krebsanfälligen Pflanzen angewandt und dabei gute Erfolge erzielt. Die Verhältnisse sind auch bei Mensch und Tier diesbezüglich sehr ähnlich. Die Regel lautet bekanntlich: Gesunder Boden, gesunde Pflanzen, dadurch auch gesunde Tiere und gesunde Menschen. Genau so, wie durch benachteiligende Umstände ungünstige Erbanlagen entstehen können, ebenso kann man diese durch geschickte Einsicht und entsprechende Einstellung auch wieder ausbügeln. Das bedeutet, dass man sie durch umsichtiges Beharren auf gesundheitlichen Forderungen auch wieder ausmerzen und demnach beseitigen kann. Die Vorbedingungen sind bereits in der Natur verankert. Wir müssen sie nur gewissenhaft beachten, damit wir den notwendigen Voraussetzungen entsprechen können.