Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 63 (1985)
Heft: 6

Rubrik: Zitate

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: 12.07.2025

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

sollten ihre Verhältnisse bei den Behörden an diesem Ort entsprechend regeln.

Dies also ein paar wichtige Regeln für den Übergang vom alten zum neuen Recht. Leider fehlt der Platz, um alle Gesetzesbestimmungen einlässlich vorzustellen. Lassen Sie mich deshalb bitte wissen, welche Fragen Sie beschäftigen. Ich werde mich bemühen, alle Probleme von allgemeinem Interesse in künftigen Ausgaben der «Zeitlupe» präzis zu beantworten.

lic. iur. Markus Hess

Ärztlicher Ratgeber

Nächtliche Beinkrämpfe

Nächtliche Beinkrämpfe sind die quälenden Begleiterscheinungen bei vielen älteren Personen – oft Nacht für Nacht. Gibt es nichts Besseres als Tabletten?

Frau E. M. in S.

Tabletten wirken häufig nur so lange, wie man sie verwendet. Dann kehren die oft sehr schmerzhaften Krämpfe wieder zurück, die den Betroffenen meist sofort aus dem Bett jagen. Manchmal findet er Hilfe auf dem Badewannenrand, indem er die Beine warm abduscht. Das vielleicht beste Mittel (so berichtet Frau G. C. aus F.) sind lange wollene Bettsocken, vom Fuss bis zum Oberschenkel reichend (die Füsslinge bzw. Fersen müssen dabei nicht extra gestrickt werden). Sicher bringt dieser Rat vielen Betroffenen Hilfe!

Schmerzen trotz Hüftprothesen

Ich habe Hüftprothesen-Operationen auf beiden Seiten hinter mir. Ausserdem leide ich an Arthroseschmerzen an Knien und Füssen. Wie lange sollte man wohl die Behandlung mit Gelatine durchführen, um endlich eine Besserung zu spüren? Der Operationsarzt sagte damals: «Ja, jetzt können Sie wieder ohne Schmerzen wandern!» Aber diese sind geblieben, wenn auch in anderer Weise. Ich wäre beruhigt, wenn Sie mir erklären könnten, wieso ich trotz der Hüftoperationen noch Schmerzen habe.

Frau H. T. in R.

Auf die künstlichen Gelenkflächen hat das Einnehmen von Gelatine tatsächlich keinen Einfluss. Wenn von seiten Ihrer operierten Hüftgelenke Schmerzen auftreten, dann ist die Ursache meistens in den Bändern und Muskeln des umgebenden Körperbereiches zu suchen. Oft kommt es dort zu Verkürzungen, Verhärtungen, Verkalkungen. Durch warme Kompressen, Turnen, Salben, Bade-Anwendungen tritt Besserung ein. Allerdings für Knie, Fussgelenke, Rückenwirbelgelenke könnte die Gelatine auf die Dauer doch wirksam sein. Führen Sie halbjährige Kuren durch. Nach einer dreimonatigen Pause beginnen Sie wieder mit der Einnahme des Pulvers. Es gleicht einem ergänzenden Nahrungsmittel (z. B. wie Sulze).

Von Frau G. C. in F. wird im Zusammenhang mit den Gelatine-Erfahrungen folgendes berichtet:

«Gelatine hilft auch bei Brüchen. Als ich bei einem Sturz den Oberarmknochen von oben bis zum Ellbogen entzweibrach, wurden Ober- und Unterarm eingegipst. Nun wollte ich mein möglichstes zur Heilung beitragen und nahm jeden Morgen eine halbe Stunde vor dem Essen drei gestrichene Teelöffel feinkörnige Gelatine. Bei der Röntgenkontrolle sagte der Arzt: ‹Sie haben Callus gebildet wie eine Junge› (ich bin fast 80jährig). Nach einem weiteren Monat nahm er mir den Gips weg und meinte, eine so rasche Heilung habe er nicht erwartet. Übrigens: Die feinkörnige Gelatine der Firma Streuli, Pharmazeutische Laboratorien Uznach, ist wesentlich billiger als die grobkörnige. Mein Schwiegersohn ist Tierarzt und verwendet sie auch in der Praxis.»

Was hilft bei «Reizblase»?

Ich bin 85jährig. Schon längere Zeit leide ich unter einer sogenannten Reizblase (häufiges Wasserlösen von nur kleinen Urinmengen, häufiger Harndrang). Ich mache öfter Eichenrinde-Sitzbäder. Was könnte ich ausserdem unternehmen?

Frau A. E. in N.

Gegen die Unannehmlichkeiten von seiten der Reizblase lohnt sich ein Versuch mit dem rezeptfreien Urgenin (Madaus) oder den Wachholder/Birke-Kapseln (Salus). Auch Urostop (Zyma) ist frei erhältlich. Cetiprin ist rezeptpflichtig und müsste von Ihrem Hausarzt verordnet werden. Die warmen Eichenrinde-Sitzbäder sollten Sie weiterhin durchführen. Gute Besserung!

Dr. med. E. L. R.

Zitate

Das Leiden ist, von der einen Seite betrachtet, ein Unglück und, von der andern Seite betrachtet, eine Schule.

Samuel Smiles

Die unbequemste Art der Fortbewegung ist das Insichgehen.

Karl Rahner