

# Zitate

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **63 (1985)**

Heft 6

PDF erstellt am: **22.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

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 «Zeitung» präzise 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 abduckt. 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 Urogenin (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**