

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 31 (1974)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Blasenleiden  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552917>

### **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:** 02.04.2025

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



reif pflückt, denn weder Pfirsiche noch Aprikosen, weder Zwetschgen noch Pflaumen reifen nach. Es ist eine Täuschung, wenn man glaubt, sie würden durch das Lagern nachreifen, denn zu unserem Verdruß welken sie bloss und beginnen langsam zu faulen, bleiben aber immer sauer. Kernobst kann eher nachreifen, aber Geschmack und Zuckerbildung leiden gleichfalls bei zu frühem Abnehmen. Früchte erreichen ihre süsse, saftige Schmackhaftigkeit einfach nur, wenn sie am Baum in Wärme und Sonnenschein ausreifen dürfen. Der Vorteil von ausgereiftem Obst liegt in einem natürlichen Ausgleich, denn die Basen überwiegen im richtigen Reifestadium, während viel weniger Säuren vorhanden sind. Dieser Umstand reizt auch die Schleimhäute viel weniger oder gar nicht.

Früher war es verpönt, unreife Früchte auf den Markt zu bringen, doch heute kann man bald nicht mehr viel anderes erwarten. Wie vorteilhaft ist es daher, seinen

eigenen Garten mit genügend Obstwuchs zu besitzen, so dass man dort seine Früchte richtig ausreifen lassen kann. Es gibt tatsächlich Patienten, denen ausgereiftes Obst nicht schadet, wohingegen unausgereifte Früchte Störungen verursachen. Zieht man auch noch den heute oft bedenklichen Nachteil von Spritzrückständen in Betracht, dann mahnt uns auch dieser zusätzliche Umstand zur Vorsicht, denn auch dies könnte ebenfalls eine individuell mehr oder weniger starke Empfindlichkeit fördern, ja sogar zur direkten Vergiftung führen. Dies alles veranlasst uns, beim Einkaufen viel wählerischer zu sein und lieber zu verzichten und abzuwarten, bis man vollreifes Obst erhalten kann. Es heisst aber auch, wie bereits erwähnt, sich dann vernünftig einzustellen, wenn man selbst beim Genuss von vollreifen Früchten noch Störungen feststellt, denn dann ist ein Verzicht unbedingt notwendig, bis jegliche Entzündung oder sogar die Neigung dazu behoben ist.

## Blasenleiden

Selten ist das Wetter mehr andauernd warm und schön, aber ungeachtet der ungünstigen Witterung, ziehen es die Frauen meist vor, leichte Kleidung zu tragen. Trachten, mit langen Röcken, wie sie früher üblich und beliebt waren, sind heute undenkbar. Mag es draussen auch noch so kühl sein, solange die Zentralheizung in den Häusern dazu verleitet, leichte Kleidung zu tragen, zieht man diese vor, weshalb man sich im Freien womöglich nur notdürftig mit einem Regenmantel gegen kalte Winde und Regen schützt. Das hat zur Folge, dass man den Körper nur zu oft allzusehr abkühlt, besonders bei der Gewohnheit, kurze Röcke zu tragen und mit nackten Beinen auszugehen.

Es ist daher auch mehr die Frauenwelt, die sich über Blasenentzündungen zu beklagen hat. Am liebsten tragen vor allem Mädchen und junge Frauen keine Hemden mehr und womöglich verfügen sie überhaupt über keine warme Unterwäsche.

Wenn man sich selbst für kalte Tage nicht besser vorsieht, ist es nicht sonderlich erstaunlich, dass diese Einstellung auch auf Kinder und Kleinkinder abfärbt. Ueberhaupt führt eine Blasenschwäche oftmals ins Kindesalter zurück. Mit Vorliebe sitzen kleine Mädchen auf kalten Steintreppen oder spielen bei durchdringender Nässe und winterlicher Kälte mangelhaft angezogen im Freien. Die eigene Körperwärme genügt nicht, um vor Erkältungen zu schützen. Besonders die Blase bekommt die starke Abkühlung zu spüren und die Neigung zu Entzündungen wird vorbereitet.

Auch bei der heranwachsenden Jugend und den Erwachsenen schaffen die stetigen Kälteeinwirkungen mit der Zeit chronische Reizungen, die immer wieder Schwierigkeiten hervorrufen, Brennen beim Wasserlösen und in älteren Jahren das leidliche Wassertröpfeln, weil die Schliessmuskeln nicht mehr einwandfrei



arbeiten. Allerdings kann die Blase auch in Mitleidenschaft gezogen werden, wenn bei einer Geburt nicht alles regelrecht verlaufen ist.

### Massgebende Pflege

Was alle Blasenleiden als grundlegende Pflege erfordern, ist der Schutz vor Kälteeinwirkungen. Es ist besser, man kleidet sich etwas wärmer, um jeglicher Abkühlung entgegen zu können. Jede physikalische Anwendung muss mit Wärme eingeleitet werden, wobei vor allem feuchte Wärme nutzbringend ist. Kräuterbäder, Dampfbäder, ja sogar die Sauna üben immer wieder eine gute Wirkung auf die Blase aus. Gleichzeitig ist das regelmässige Trinken von Kräutertee zu empfehlen, so vom Bärentraubentee und der Goldrute, bekannt auch als Solidago. Auch das Einnehmen guter Blasentropfen wie Cystoforce, unterstützen die Pflege besonders im akuten Zustand jeweils erfolgreich. Bei hartnäckiger Entzündung muss man entsprechend mehr Geduld aufbringen. Ohne physikalische Anwendung kommt man indes nicht ans Ziel. Mindestens zwei- bis

dreimal wöchentlich sind daher Kräutersitzbäder durchzuführen. Sie sollen eine halbe Stunde dauern bei 37 Grad Celsius. Damit sich während des Bades keine Abkühlung des Wassers ergeben kann, sorgt man durch heisses Nachgiessen für die empfohlene Wärme. Man kann diese eher noch etwas steigern, damit der Unterleib gut und gründlich durchblutet wird. – An Tagen, an denen man kein Kräutersitzbad durchführt, kann man dieses durch feuchtheisse Kräuterwickel ersetzen, was ebenfalls von guter Wirkung ist.

Bei Männern sind Blasenleiden weniger oft anzutreffen. Manchmal verwechselt man solche auch mit dem Prostataleiden. Die für Frauen empfohlene Behandlung gilt auch bei den Männern. Auch die Homöopathie besitzt gute Mittel gegen Blasenleiden wie Cantharis D<sub>4</sub> oder D<sub>6</sub>. Man sollte die Blase auch schonen, indem man sich keine eiskalten Getränke, scharfe Gewürze und übermässigen Alkoholgenuss gestattet. Nie sollte man kalte Füsse aufkommen, noch weniger anstehen lassen, was allerdings bereits zum Punkt richtiger Bekleidung gehört.

## Ich suche einen Menschen

Kürzlich telefonierte mir eine Deutsche, die im mittleren Lebensalter steht und vier Sprachen beherrscht. Sie ist demnach gut geschult, und man könnte meinen, sie sollte dieserhalb auch ihr Leben meistern können. Nichtsdestoweniger aber war sie ganz ausser Fassung. Sie kann nachts nicht mehr schlafen, überall plagen sie Schmerzen, und es scheint körperlich wirklich nichts mehr normal zu arbeiten. Als Folge lässt sie sich dermassen niederdrücken, dass ihr sogar vorkommt, sie würde verfolgt werden. Diese Psychose mag noch ein Ueberbleibsel aus der Hitlerzeit sein, denn während des Krieges musste sie viel durchmachen. Jemand, der vier Sprachen beherrscht, hat indes ein gutes Sprungbrett, sich am geeigneten Ort nützlich zu erweisen. Ich riet ihr denn, im Schwarzwald in einem Naturheilinstitut anzuklop-

fen. Zuerst sollte sie sich dort einmal gesund ernähren und die Freizeit zum Wandern gründlich ausnützen, weil diese beiden Faktoren gesundheitlich eine gute Grundlage zu schaffen vermögen. Zur näheren Begründung meines Rates empfahl ich ihr zwei Artikel zu beachten, die «Der kleine Doktor» bekanntgibt, nämlich: «Atem ist Leben» und «Freue dich gesund!». Auch das Buch: «Die Leber als Regulator der Gesundheit» sollte ihr dienlich sein, litt sie doch unter Depressionen, was auf mangelhafte Leberfunktion zu schliessen berechtigte. Bei solcher Unterfunktion erteilt das erwähnte Leberbuch erfolgreiche Ratschläge, insofern man sie beachtet und befolgt.

Ich erklärte ihr dann, sie brauche einen Menschen, dem sie vertrauen könne, der sie richtig leite, indem er ihr zu sagen ver-