

## **Terms and Conditions**

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

### Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

### Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

# Ärztliche Ratschläge für unsere Leser

Die heutige Zeit der schweren Wirtschaftskrise erfordert mehr denn je die volle Anspannung aller körperlichen und geistigen Kräfte. Nichts beeinträchtigt unsere Leistungsfähigkeit stärker als Krankheit; die nachstehenden Winke über die Verhütung und Behandlung einiger viel verbreiteter Krankheiten werden daher sicherlich jedem willkommen sein.

Eine der häufigsten Ursachen von Erkrankungen ist die Erkältung. Kälte und Nässe setzen die Widerstandskraft des Körpers herab und begünstigen das Eindringen von schädlichen Keimen; eine Erkrankung ist die natürliche Folge. Meistens sind die Erkältungskrankheiten leichter Natur und wenn auch recht quälend, so doch ungefährlich. Aber es muß darauf hingewiesen werden, daß Erkältungen manchmal ernste Folgeerscheinungen nach sich ziehen können, wenn sie nicht rechtzeitig und sachgemäß behandelt werden. Die einfachsten Formen der Erkältung sind Schnupfen, Rachenkatarh und Halsentzündung. Meistens kündigen sich diese Erkrankungen bereits einige Zeit vorher durch allgemeines Unbehagen, Mattigkeit, leichten Kopfschmerz, Frösteln in den Gliedern, leichte Reizerscheinungen der Schleimhäute (Niesen, Kitzelgefühl in der Nase, Kraken im Halse) an. In diesem Stadium kann die Krankheit noch mit Sicherheit unterdrückt werden, wenn man sich ins Bett legt und eine Schwitzkur mit 1 bis 2 Aspirin-Tabletten in heißer Flüssigkeit, z. B. Lindenblütentee, macht. Durch Aspirin werden die schädlichen Stoffe aus dem Körper ausgeschieden, der Blutkreislauf wird angeregt und das volle Wohlbefinden wieder hergestellt. Auch nach vollem Ausbruch der Erkältung sind Schwitzkuren mit Aspirin das beste und harmloseste Mittel.

Eine besondere Form der Erkältungskrankheiten, die fast jedes Jahr epidemisch auftritt, ist die Grippe. Der Grippe-Patient gehört unbedingt ins Bett und in ärztliche Behandlung. In den allermeisten Fällen ist der Patient nach einigen Tagen wieder vollständig gesund, doch können auch Komplikationen auftreten, die nur der Arzt richtig behandeln kann. Bis dahin sind die schon oben erwähnten Schwitzkuren mit Aspirin-Tabletten am Platze. Sie wirken auch deshalb sehr günstig, weil

das Aspirin die oft sehr quälenden Kopf- und Gliederschmerzen beseitigt und das Fieber herabsetzt. Während einer Grippe-Epidemie soll sich jeder möglichst vor Ansteckung schützen. Da die Eintrittspforte der Krankheit die Mund-Rachen-Höhle ist, empfiehlt es sich, alle 1 bis 2 Stunden eine Panflavin-Pastille im Munde zergehen zu lassen, wodurch die Entwicklung der eingeatmeten Erreger verhindert wird.

Mit Kälteschädigungen hängt auch der Rheumatismus zusammen, ein meist chronisch verlaufendes Leiden, das vor allem im höheren Lebensalter auftritt. An den Gelenken und anderen Körperstellen sammeln sich beim Rheumatiker schädliche Ausscheidungen an, die Schwellungen und Schmerzen hervorrufen. Auch beim Rheumatismus haben sich Schwitzkuren mit Aspirin sehr bewährt, in neuerer Zeit wird vielfach das Pyramidon, ein allgemein schmerzstillendes Mittel, mit sehr gutem Erfolge verwendet. Die Pyramidon-Tabletten eignen sich auch sehr gut zur Behandlung von Kopf- und Zahnschmerzen, sowie der monatlichen Beschwerden der Frauen. Es ist wirklich nicht notwendig, sich von diesen Schmerzzuständen quälen zu lassen, da man in Pyramidon ein unschädliches und sicheres Bekämpfungsmittel besitzt.

Sehr wichtig ist es, beim Gesunden und noch mehr beim Kranken für regelmäßige Verdauung zu sorgen. Leute mit sitzender Lebensweise oder Bettlägerige leiden oft an hartnäckiger Verstopfung, die unbedingt bekämpft werden muß, da die zurückgehaltenen Verdauungsschlacken eine innere Vergiftung des Körpers bewirken. Glücklicherweise stellt uns die moderne Chemie Abführmittel zur Verfügung, die vollkommen unschädlich, reizlos und von sicherer Wirkung sind. Von den Ärzten werden besonders die Iftizin-Tabletten empfohlen, die das wirksame Prinzip der pflanzlichen Abführmittel (Rhabarber, Sennesblätter) in rein dargestellter Form enthalten. Man nimmt am besten abends 1 bis 2 Iftizin-Tabletten, so daß die Wirkung am nächsten Morgen eintritt. Außerdem ist eine geeignete Ernährung zu wählen und möglichst viel Bewegung zu machen.

Dr. K.