Nützliche und schädigende Kälte

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **13 (1956)**

Heft 10

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-968878

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

zeigt, daß es bei Berücksichtigung natürlicher Faktoren vielfach einfachere, billigere und bessere Lösungen und Möglichkeiten gibt, die ganz andere Wege weisen, als es die hohe Schule als allein richtig erachtet.

Nützliche und schädigende Kälte

Wer die Wasserheilanwendungen kennt, weiß, wieviel Gutes man mit richtig angewandter Kälte erwirken kann. Mancher, dem keine Anwendungen mehr helfen wollten, so daß er sich gesundheitlich nicht mehr zurechtfinden konnte, ist schließlich durch die wunderwirkenden Reibesitzbäder nach der Methode von Louis Kuhne wieder ganz in Ordnung gekommen. Auch die vielseitigen Kaltwasseranwendungen nach dem bekannten Kneippverfahren haben schon manchem Kranken Heilung gebracht. Der eigentliche Zweck von allen kalten Anwendungen liegt darin, die Funktionen anzuregen, die Blutzirkulation zu verbessern und dadurch Wärme zu erzeugen. Wenn diese Reaktion durch die Behandlung nicht eintritt, dann ist die Behandlung falsch durchgeführt worden. Es kann aber auch sein, daß der Kranke für eine kalte Anwendung zu schwach und daher zu wenig reaktionsfähig war. In solchen Fällen sind statt der kalten, nur warme Anwendungen angebracht. Die Kälte in der Heilmethode ist also nur da richtig und nutzbringend, wo genügend starke Abwehrkräfte vorhanden sind. Allerdings wird in der Regel nach einer heißen Anwendung eine kurze Kaltwasserbehandlung gut ertragen. Bei allen Reiztherapien muß zudem die unfehlbare Grundregel beachtet werden, daß nämlich schwache Reize anregen, während starke Reize zerstören.

Diese goldene Regel gilt indes nicht nur im Heilverfahren, sie erweist sich auch allgemein als richtig. Dies beweisen uns die Folgen der letzten winterlichen Kälte. Ein Bauer ist nicht zufrieden, wenn im Winter keine richtige Kälte einsetzt, so daß der Boden gut durchfroren und mit Schnee bedeckt ist, denn dadurch wird für richtigen Ausgleich gesorgt. Wenn aber die Kälte so schlimm haust, daß sie wertvolle Kulturen und ertragreiche Bäume restlos vernichtet, dann ist der angerichtete Schaden erschreckend. Wenn Zierpflanzen eingehen, kann dies eher verschmerzt werden, als wenn beispielsweise die Nußbäume eines Landes samt und sonders mit wenigen Ausnahmen vernichtet oder doch auf Jahre hinaus des Ertrages beraubt werden. Die Kälte, die wir nachträglich das ganze Jahr hindurch in unserem Breitengrade zur Genüge vorfanden, sogar in der Zeit, da uns die sommerliche Wärme beglücken sollte, schadete nach dem grimmigen Winter vermehrt. Wer daher dem regnerischen Sommer entfliehen konnte, um in Italien oder in Südfrankreich Sommerwärme zu genießen, konnte sich einigermaßen von verschiedenen Kälteschäden, die der Gesundheit empfindlich zugesetzt hatten, wieder etwas erholen. Mancher hatte dabei Gelegenheit, den schweren Schaden zu beobachten, den die Februarkälte auch im Süden angerichtet hatte. Von den Millionen Mimosenbäumen überdauerten nur wenige die Kälte. Jene, die an besonders geschützter Lage standen, schlugen zum Glück wieder aus. Jammervoll ist auch der Anblick der Eucalyptusbäume. Die meisten von ihnen sind der Kälte erlegen. Sogar Bäume, die 50—60 Jahre alt waren, hielten der Kälte nicht stand. Selbst etliche der schönen Pinien mußten ihr Leben lassen, besonders da, wo sie dem Wind sehr ausgesetzt waren. Völlig trostlos sahen die Lavendelfelder aus. Die Pflanzer haben auf Jahre hinaus einen empfindlichen Ausfall zu verzeichnen. Auch die Mandelbäume haben großen Schaden erlitten, und jedenfalls sind die Mandeln deshalb so teuer geworden. Erstaunlicherweise hat sich der Rosmarin gut erhalten, ja, sogar die Reben, Aprikosen und Pfirsichbäume. In der Gegend von Grenoble wiesen auch die Nußbäume Frostschäden auf, obschon sie nicht wie die unsern völlig erfroren sind. Verwunderlich ist wohl, daß die Feigenbäume trotz der Kälte noch gut erhalten sind, ebenso die Kernobstbäume, die bei uns erheblich gelitten haben, da auch das Wurzelwerk zum Teil erfroren ist. Eigenartigerweise haben bei uns subtropische Pflanzen, wie Rhus toxicodendron und Echinacea ohne Schaden zu nehmen, durchgehalten. Sogar unsere Pflanzung im Engadin ist, praktisch genommen, unversehrt geblieben, während die Lärchen im St. Moritzer Gebiet durch die Kälte stark gelitten haben, ja, etliche sogar einzugehen scheinen.

Eigentlich sollte man die Rechnung dieser, in die Millionen gehenden Kälteschäden einmal jenen Staatsregierungen vorlegen, welche die Atombomben zur Auswirkung gebracht haben. So, wie nach des Dichters Wort des Feuers Macht wohltätig ist, solange es der Mensch bezähmt und bewacht, so sollte man auch der Kälte nicht Vorschub leisten, indem man mit frevelhafter Hand in die unbekannten Geheimnisse der Natur hineingreift. - Man mag diese Beanstandung gelten lassen oder nicht, ganz ungefährlich und ohne schlimme Folgen können solch schwerwiegende Eingriffe kaum sein.

Die Sonne bringt es an den Tag

Während man früher zur Sommerszeit beständig schönes Wetter kannte, wechselte der vergangene Sommer mit Sonnenschein, Wind und Regen fortwährend ab. Kein Wunder, daß man sich da genötigt fühlte, die Sonnentage gut auszunützen. Manche lagen daher den ganzen Tag an der prallen Sonne oder schwammen im Meer. Keiner von den Sonnenhungrigen dachte, dadurch einen Fehler zu begehen, und doch, von den Ferien zurückgekehrt, fühlte der eine oder andere von ihnen täglich etwas Fieber mit leichten Stichen auf dem Brustfell, und zwar gerade dort, wo früher einmal ein Krankheitsherd bestanden hatte. Täglich meldet seither das Fieberthermometer 37,5 Grad. Es ist gut möglich, daß eine noch nicht völlig ausgeheilte Stelle durch das andauernde Sonnen wieder aufflackern konnte, doch können die leichten Schmerzen auch von früher erworbenen Narben herrühren. Wer in seinem früheren Leben einmal mit einer offenen, geschlossenen oder auch nur mit einer sogenannten maskierten Tuberkulose zu schaffen hatte, sollte sich vor starker Sonnenbestrahlung hüten. Vor allem können starke Verbrennugen in einem solchen Fall sehr unangenehme Folgen haben. Auch wenn es sich nur um Narbenreizungen handelt, sollten langandauernde Sonnenbestrahlungen vermieden werden, da stete Reizungen zu Entzündungen, und diese wiederum zu erneuten Verwachsungen führen können. Wer dazu neigt, sollte auf alle Fälle bei den leisesten Symptomen das entzündungswidrige Echinasan und das regenerierende Urticalcin einnehmen. Auf alle Fälle heißt es mit dem Sonnenbaden zu allen Zeiten, also sowohl im Sommer wie auch im Winter, vorsichtig sein. Jeder Einzelne sollte je nach seinem Gesundheitszustand und seiner Veranlagung die Wundermedizin der Sonnenstrahlen stets mit Sorgfalt und Vorsicht persönlich auf sich abstimmen und womöglich lieber indirekte Sonnenbestrahlung und Schattenbäder bis zur völligen Heilung und Erstarkung vornehmen.

Günstige Behandlung von Milchschorf

Behandelt man den Milchschorf richtig, dann kann er, obwohl er eine unangenehme und schwer heilbare Krankheit ist, im Grunde genommen keine allzu wesentlichen Allgemeinstörungen des Gesamtbefindens hervorrufen. Er ist aber trotzdem eine schlimme Krankheit, besonders auch, weil er für die Eltern eine große Plage bedeutet. Wer jahrelang ein Milchschorf-Kind betreuen muß, weiß wieviel Geduld und Ausdauer eine solche Pflege erfordert. Es ist daher notwendig, daß man alles daran setzt, um den Milchschorf so rasch als möglich