**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 30 (1920)

Heft: 3

**Artikel:** Sonnenlicht ist der beste Wundheiler

**Autor:** Gotthilf, Otto

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-1037815

## 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: 20.11.2025** 

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

lette, wenn fie ins Bett fteigen, wenn nicht noch später. Dabei frankeln die Frauen oft, ohne daß der behandelnde Arzt einen hinreichenben Grund ausfindig machen fann. Schickt er fie ohne Mann ins Bad oder aufs Land, fo erholen sie sich bald, um nach ihrer Rückfehr in die alten Verhältnisse binnen furgem in den alten Zuftand zu verfallen. Gin Arzt, welcher ichon vor vielen Jahren ben Busammenhang erkannt und eine Schrift barüber veröffentlicht hat, berichtet darin, daß ihm die völlige Berstellung von Raucherfrauen, die jahrelang nicht erreicht werden fonnte, gelang, wenn er auf längere Zeit die völlige Trennung der betreffenben Chepaare burchgefett hatte. Meistens gelangten baburch bie Männer zur Ginsicht und verzichteten wenigstens in Gesellschaft der Gattin auf den Tabakgenuß. Auch die Schreiberin muß 3. B. jeden Tabafrauch flieben, weil durch eine Ueberempfindlichkeit der Geschmackenerven die geringste Spur bes Rauches ihr einen scharf brennenben, gallebittern Geschmad auf ber Bunge verursacht.

Es liegt auf der Hand, daß jede gesundheitsliche Schädigung von Frauen durch den Tabaksgenuß des Gatten doppelt schwer für werdende Mütter wiegt; denn alles, was ihr schadet, schädigt zugleich auch die Frucht. So ladet der Mann durch übermäßiges, durch keine Rücksicht beschränktes Rauchen in der Häuslichkeit eine dreisache Schuld gegen die Seinigen auf sich: Erst schädigt er das Keimplasma, dann die Mutter und durch sie zum zweitenmal die sich entwickelnde Frucht. Dazu kommt als Viertes die Schädigung seiner eigenen Gesundheit, was eine Verletzung der Pflicht, sich für Familie und Staat gesund zu erhalten, bedeutet.

Alle diese Erwägungen haben durch den Krieg erhöhte Bedeutung zu beanspruchen und seien deshalb der Beachtung der sich mit Bevölkerungsfragen befassenden Kreise eindringlichst empsohlen. Tabak und Alkohol sind die inneren Feinde des deutschen Bolkes, welche den äußeren goldene Brücken bauen, und ohne deren Besiegung alle Maßnahmen der Bolkserneuerung zur Unfruchtbarkeit verurteilt bleiben werden. Erst wenn die deutschen Männer das Joch dieser Genußgiste abgeworsen haben, dürsen wir auf gesündere Eltern und Kinder hoffen und einer wirklichen Bolkserneuerung entgegensehen. (Kneipp-Blätter.)



# Sonnenlicht ist der beste Wundheiler.

Bon Dr. Otto Gotthilf.

Nachdrud verboten.

Dr. Willibald Gebhardt erlitt mit dem Fahrrad einen gefährlichen Sturz. Die Hände waren
stark verletzt, große Hautstücke abgerissen. Es
war ein schöner Sommertag und er hielt die
Hände in das Sonnenlicht. Bald trat eine
klare, klebrige lymphoide Flüssigkeit aus den
Bundstellen und überzog diese schützend. Er
schonte den natürlichen Schutztoff, und in
wenigen Tagen waren die schweren Bunden
geheilt, und zwar ohne merkbare Narben.

Professor Dr. Jäger benutzte die Sonnensstrahlen zur Heilung seiner Krampfadern. Hiers bei zeigte sich die wunderbare Heilkraft in sehr interessanter Weise. Als Prof. Jäger die strumpsslosen, nur mit Sandalen bekleideten Füße wochenslang dem Sonnenlichte ausgesetzt hatte, waren alle Krampfadern verschwunden; nur unter dem daumenbreiten Lederriemen der Sandale, wo die Sonne nicht einwirken konnte, waren sie noch vorhanden. Aber auch hier verschwanden sie alls mählich, als die Füße ganz unbekleidet der Sonne ausgesetzt wurden.

Die Fischer an der Oftsee pflegen die Heilstraft der Sonne stets zu benutzen, indem sie ihre Wunden einige Zentimeter unter der Obersstäche des Meerwassers in ruhiger Stellung von den Sonnenstrahlen bescheinen lassen. Die Wunsden sollen dabei äußerst schnell heilen.

Wenn die zahlreichen Verletzungen, welche auf dem Lande, namentlich bei der Feldarbeit, tägslich bei Mensch und Vieh vorkommen, ohne jeden Verband meist gut heilen, so ist dies hauptsächlich das Verdienst des Sonnenlichtes.

Das Sonnenlicht wirkt bakterientötend, dessinfizierend, wie die Erfahrung des täglichen Lebens und Experimente bewiesen haben. Im sonnenlosen Dunkel (Reller) gedeihen Bazillen, Schimmelpilze und die andere Schmaroger. Was die medizinische Wissenschaft durch Desinfektionsstoffe (Karbol, Jodosorm) zu bewirken sucht, erzeichen die Sonnenstrahlen einfach und natürlich.

Bo die Sonne hinscheint, entsteht Blutandrang, Rötung. Dadurch werden an den betreffenden Stellen die Ernährungsverhältnisse und Heilungsvorgänge bedeutend gebessert, die Eiterstoffe schneller beseitigt, die Bildung von neuem gesundem Gewebe wird begünstigt, also die Heislung beschleunigt.

Ferner wirkt die Besonnung heilsam durch Austrocknung der Wunde. In der modernen Chirurgie sind alle Maßnahmen darauf gerichtet, die Ansammlung von Wundsekreten zu vermeis den. Durch das Austrocknen wird auch den Bakterien ihr Nährboden entzogen. Diese durch Sonnenlicht bewirkte Eintrocknung ersetzt den besten Verband. Die Wunde wird schnell rein und trocken und bedeckt sich mit einer glänzens den, pergamentartigen Schutzhaut, was naments lich auch bei Brandwunden von sehr großem Wert ist.

Diese wunderbare Naturheilkraft der Sonnenstrahlen kann und soll sich jeder stets zu nutze machen. Die unverbundene Wunde wird im

Freien, im Garten, in der Veranda, im Zimmer bei offenem Fenster möglichst lange, jedenfalls mehrere Stunden täglich der Sonne ausgesetzt und nachher mit einem leichten trockenen Versbande versehen zum Schutze gegen jede äußere Verletzung. "Die Besonnung stellt die ideale antiseptische Wundbehandlung dar, indem durch sie die übrigen natürlichen Heilfaktoren des Körpers besser als bisher zur Geltung kommen können." (Prof. Dr. Rollier.) Sonnenlicht ist der natürlichste und beste Wundheiler.



# Die Heilwirkung des Speichels

Bon Dr. Emil Bfaff.

Nachdrud verboten.

In der Boltsmedigin hat der Speichel feit ben älteften Zeiten eine große Rolle gespielt. Bei den Ifraeliten war fein Gebrauch zu Beilzweden fo gewöhnlich, daß unter den am Sabbat verbotenen Beiltätigkeiten ausdrücklich bas Bestreichen der Augenlider mit Speichel genannt wird. Die Evangelisten berichten an brei Stellen. daß Chriftus bei Wunderheilungen die leidenden Teile mit seinem Speichel benett habe. Ginem Taubstummen berührte er damit Zunge und Ohren (Markus 7, Bers 33); einen Blindgeborenen machte er febend, indem er beffen Augen damit bestrich (Martus 8, Bers 23 und Johannes 9, Bers 6). In Erinnerung an jene Handlung Chrifti wird noch jest biefe Beremonie mehrfach symbolisch angewendet: In ber schottischen Rirche befeuchtet ber Priefter bei ber Taufe die Nasenöffnung und Ohren des Täuflings mit Speichel, "bamit jene ben Geruch Gottes, diese deffen Mandate aufnehmen fonnen".

Nach Makrobius benetzten die Römer das Haupt des Kindes am 8. oder 9. Tage nach