

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 27 (1970)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Vorbeugung gegen Rachitis  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969657>

### **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:** 23.02.2026

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



## Vorbeugung gegen Rachitis

Es ist notwendig, Vorbeugungsmassnahmen gegen Rachitis zu treffen, denn leider kommt es auch heute noch vor, dass Säuglinge und Kleinkinder an Rachitis sterben. Ein bekannter Wiener Kinderarzt, der zu dieser Frage Stellung nimmt, behauptet, dass eine tägliche Dosis von 5 mg Vitamin D genüge und notwendig sei, um einen Säugling vor Rachitis zu bewahren.

Bei Rachitis handelt es sich in erster Linie um eine Ernährungsfrage, wenn auch ein anderer bekannter Arzt aus der Universitätsklinik in Göttingen kühn behauptet, Rachitis sei im eigentlichen Sinn keine Vitaminmangelkrankheit, sondern eine Lichtmangelkrankheit. Des weitern behauptet dieser selbe Arzt auch, dass es Säuglinge mit ererbter Überempfindlichkeit gegen Vitamin D gebe, so dass eine Überdosierung von Vitamin D zu einer weiteren empfindlichen Störung, zu einer Hyperkalzämie führen kann.

Welche von diesen beiden widersprechenden Ansichten ist nun richtig? Es mag eigenartig anmuten, wenn man beide als recht beurteilt. Vor allem im Herbst und Winter haben wir im Tiefland zu wenig Ultraviolettbestrahlung, die bekanntlich zur Vitamin-D-Bildung im eigenen Körper dringend nötig ist. Dieser Umstand sollte junge Mütter dazu veranlassen, besonders in diesen Jahreszeiten mit ihren Säuglingen viel an die frische Luft zu gehen, damit das Kind nicht nur genügend Sauer-

stoff, sondern auch viel Licht empfängt, denn dieser Lichteinfluss ist notwendig für seinen Körper. Will man die Lichtempfindlichkeit und Aufnahmefähigkeit des Kindes erhöhen und zugleich den Kreislauf angenehm anregen, dann findet man eine wunderbare Hilfe in einer täglichen Gabe von 1 Tropfen Hyperisan in irgendeinem Schoppen. Da die Rachitisprophylaxe jedoch nicht nur mit Licht und Vitamin D, sondern auch mit genügend Kalk zusammenhängt, ist es heute in der Regel notwendig, dem Säugling ganz kleine Dosen biologischen Kalks zuzuführen. Dies geschieht am besten in Form von Urticalcin, einem leicht aufnahmefähigen Brennesselkalk. In der Regel genügt für den Säugling zweimal täglich 1 Tablette, die man in einem Schoppen auflöst. Wenn das Kind 6 Monate alt ist, gibt man ihm dreimal täglich zwei Tabletten von diesem Urticalcin, da von dieser Zeit an der Kalkmangel grösser wird. Es mag vorteilhaft sein, auch noch ein wenig mit Vitamin D nachzuhelfen, was erreicht wird, wenn man ein halbes Teelöffelchen voll Vitaforce in einem Schoppen auflöst. Dieses Quantum genügt für 1 Tag. Wer dem Kleinkind auch noch Naturschleim gibt und hie und da mit Vollhafer-, Vollweizen- und sogar Vollroggenschleim nachhilft, hat dadurch zusätzlich die Gewähr, dass es auch gute Knochen und vor allem gute Zähne bekommt.

## Grasmilben

Als ich in den Tropen weilte, lehrte mich die Erfahrung, dass kleine und kleinste Tierchen oft die grössten Gefahren für uns in sich bergen. Was ich mit einer Art Milben, die sich im Gras aufhalten, durchgemacht habe, werde ich wohl nie vergessen. Solange ich mich nicht verleiten liess, mich meiner Tropenkleidung zu entledigen, hatte ich von diesen kleinen Schmarotzern nichts zu fürchten. Wohl war es jeweils bei einer Hitze von über

40 Grad im Schatten und bei einer feuchtigkeitsgesättigten Luft für mich nicht immer leicht, durch die Kleidung so vollständig bedeckt zu sein, dass nur das Gesicht und die Hände frei waren. Gleichwohl unterzog ich mich dieser Notwendigkeit, als ich mit einem Kollegen und zwei Indianern zusammen im Einbaum 600 km durch den Urwald des Amazonasgebietes fuhr. Auf dem Fluss wehte immer ein Lüftlein, so dass man die Hitze auch