

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 28 (1971)
Heft: 8

Artikel: Ekzeme
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-552914>

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: 02.05.2026

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

wald jedoch nicht kennt, sieht in der Regel auch die schlimmsten Gefahren nicht. Es ist ungefähr so, wie wenn sich ein Fremder in unseren Schweizer Bergen bei Föhnlage ohne den Rat bergkundiger Männer traumwandelnd durch Lawinentaler durchfinden möchte und dabei ahnungslos sein Leben aufs Spiel setzt.

Blutegel, Fliegen und Insekten

Unangenehme Gesellen sind in den Tropen auch die Blutegel. Sie sind nicht wie die unsern, die an schilfreichen Seeufern und in kleinen Bächlein leben. Man findet sie vor allem im Amazonasgebiet, wo sie sich im feuchten Blattwerk aufhalten. Wenn daher die Indianer diese Blätter nicht gründlich herunterhauen, während sie durch das Buschwerk gehen, dann haben diese Egel die Möglichkeit, sich mit ihren Saugnäpfen an unbedecktem Fleisch festzusaugen. Mit Essig, Salz oder dem milchsäurehaltigen Molkosan könnte man sie lösen, aber wer hat jeweils solche Hilfeleistungen ohne weiteres zur Hand? Wie unsere Blutegel, saugen sich auch diese tropischen Egel voll Blut und spritzen gleichzeitig eine Flüssigkeit ein, die jedoch nicht harmlos, sondern giftig ist, so dass sehr unangenehme Eiterungen und Abszessbildungen daraus entstehen können. Eine grosse Hilfe gegen diese Übel bietet die sofortige Behandlung mit Echinaforce und Molkosan, sowohl innerlich als auch äusserlich. Man sollte in den Tropen, insbesondere im Urwaldgebiet überhaupt, immer Echinaforce bei sich haben.

Unsere gewöhnliche Stubenfliege wäre in den Tropen kaum erwähnenswert. Es gibt dort jedoch je nach der Gegend äusserst lästige Fliegenarten. Zum Teil sind diese sehr klein, nicht viel grösser als Mohnsamen, dennoch ist ihr Stich oft schmerzhafter und giftiger als derjenige einer Stechmücke. Nicht nur jene Fliegen und Insekten, die Infektionskrankheiten übertragen, haben etwas mit Infektionen zu schaffen, sondern auch diese kleinen Fliegen, da sie vielen Neulingen durch ihre Stiche kleine Infektionen zufügen, die, wenn nicht richtig behandelt, eiternde Pickel wie kleine Furunkel entstehen lassen. Mit der Zeit gewöhnt sich der Körper allerdings daran und spricht nicht mehr darauf an. Zum Trost für die Neulinge besteht die Möglichkeit, dass sie allmählich gegen mancherlei Unannehmlichkeiten immun, also unempfindlich werden. Wenn der Körper einigermassen normal arbeitet, besitzt er eine stärkere Anpassungsfähigkeit, als wir glauben mögen. Wer in den Tropen daher durch die vielen kleinen Schwierigkeiten versagt, kann dies oft eher auf ein seelisches als auf ein rein körperliches Fiasko buchen. Um in den Tropen durchhalten zu können, sollte man über eine gewisse geistige Reife verfügen, denn dies wird die Sachlage erleichtern, so dass man nicht zu versagen braucht, bevor man sich die notwendige Anpassungsfähigkeit angeeignet hat. Menschen ohne geistige Festigkeit sollten in den Tropen keinen bleibenden Wohnort suchen.

Ekzeme

Bei Ekzemen handelt es sich um Entzündungen, die die oberen Hautschichten der Haut ergreifen. Bekannt sind verschiedene Ekzemarten, denn Ekzeme können sowohl durch Rötungen als auch durch Bläschen-, durch Krusten- oder Borkenbildung auftreten; auch können wir nässende oder trockene Ekzeme feststellen. Wer zu Allergie neigt und besonders wer schon als Kind unter Milchschorf litt, ist

doppelt empfindlich. Man mag über die Grundursachen der Ekzeme noch immer verschiedener Meinung sein, aber gleichwohl bestätigt die Erfahrung, dass in der Regel eine gewisse Funktionsstörung oder Überlastung der Leber vorliegt. Aus diesem Grunde ist in erster Linie eine richtige Leberschondiät mit salzreicher Nahrung schon der erste, wesentliche Schritt zur Heilung. Auch die Niere wird aus

einer solchen Kur Nutzen ziehen. Die Ernährung spielt überhaupt bei allen Erkrankungen eine grössere Rolle, als leider viele Ärzte zugeben mögen. Unerklärlich ist mir vor allem, wenn sie den Patienten mitteilen, die Ernährung sei auch bei Ekzembildung ohne Bewandtnis. Sicher haben solche Ärzte noch nie einen richtigen Ernährungsversuch mit Ekzemkranken durchgeführt. Dies wirkt sich für den Patienten sehr ungünstig aus, aber ebenso verkehrt ist es, wenn dieser in Ernährungsfragen nicht konsequent ist, nachdem er die besten Anleitungen empfangen hat. Die Folge hiervon ist die Beeinträchtigung eines rascheren Erfolges. Wer hingegen die Ratschläge für die geeignete Ernährungsweise beachtet, findet oft rasch erstaunliche Erleichterung und auch schnellere Heilung, die anzuhalten vermag, wenn man nicht erneut empfindliche Fehler macht.

Vermeidbare Ernährungsfehler

Die Auswahl der Fette ist für den Ekzemkranken sehr wichtig. Er muss unbedingt erhitzte und entwertete Fette meiden. Auch muss er alle fettgebackenen Speisen ablehnen. Am besten ist es, er bedient sich nur kaltgepresster Öle, die er indes nie erhitzen und stets sehr sparsam gebrauchen sollte, je sparsamer, desto schöner ist die Wirkung. – Weitere Produkte, die zu meiden sind, sind solche, die mit Industriezucker gesüsst wurden. Auch selbst sollte man weder weissen Zucker noch den Rohzucker verwenden. Ebenso sind folgende Süssigkeiten auf dem Speisezettel des Ekzemkranken verboten, nämlich: Schokolade, Bonbons, Biscuits, Kuchen, überhaupt alles, was aus Zucker und Stärke, also Weissmehl und Fett zubereitet worden ist, denn dies alles ist für den Kranken gewissermassen Gift. – Besonders sollten Mütter in der Hinsicht unnachgiebig sein und nicht selbst darunter leiden, weil sie, wie andere Mütter, ihrem kranken Kinde kein Schleckzeug geben dürfen, denn jegliche Zugeständnisse, mögen sie noch so unbedeu-

tend erscheinen, zerstören oft den schönen Erfolg der Therapie.

Heilsame Nahrung

Am besten wirkt sich bei Ekzemen die Rohkost aus. Leider ist sie nicht allen Kindern bekömmlich, weshalb man zwischen roher und gekochter Nahrung eine geschickte Verbindung herstellen sollte. Ausgezeichnet ist vorwiegend pflanzliche Kost. Viele Ekzemkinder sind empfindlich auf Milch, weshalb ihnen nur kleine Mengen, wenn überhaupt welche, bekömmlich sein mögen. Gut ist es in solchen Fällen auch, die Milch zu verdünnen oder aber Mandelmilch zu geben. Das Nuxo-Mandelpurée eignet sich zu deren Zubereitung vorzüglich. Immerhin ist auch dieser Vorschlag zu prüfen, denn sobald ein Nahrungsmittel das Ekzem fördert, sollte man es meiden. Gute Gemüsesuppen mit einer Grundlage von Naturreis sind zu empfehlen, denn Reis ist für Ekzeme etwas vom günstigsten. Auch Gerste ist gut, während der Weizen erst nach diesen beiden Getreidearten zur Wahl kommt. Alle Suppen sollten von Grund auf Eigenerzeugnisse der Hausfrau sein, denn auch das Würzen spielt eine Rolle, da Salz sehr sparsame Verwendung finden sollte. Besser sind Kräutersalze wie Herbamare und Trocomare. In die Schleimgrundlage der Suppe gibt man sparsam etwas Rohgemüsesäfte oder ganz feingeriebene Rohgemüse, die man aber beide nicht mitkocht, um den Wert ungeschmälert erhalten zu können. Auch rohe Kohllarten, die in gekochtem Zustand Schwierigkeiten bereiten, wirken sich eigenartigerweise gut aus. Karotten, vor allem auch der frischgepresste Karottensaft, sind vorzüglich. Fleisch ist für Kinder nicht nötig, weshalb wir es meiden, da es nicht günstig ist. Gekochte Eier lässt man gänzlich weg, denn auf alle Eiweissarten sind Ekzemkranke empfindlich, weshalb man auch den Käse nicht zuzieht, da höchstens Weisskäse gewährt ist. Weil viele Ekzemleidende auf Hühnereiweiss direkt allergisch sind, geht man auf Milch-

eiwiss über, und zwar am ehesten in Form von Quark, saurer Milch und Joghurt.

Heilmittel

Ein gutes Lebermittel ist bei allen Ekzemarten unerlässlich. Boldocynara sollte also nicht fehlen. Auch die Nierentätigkeit ist anzuregen, wozu Nephrosolid verhilft. Das spezifische Hauptmittel ist Viola tricolor, das als Extrakt aus den wilden Stiefmütterchen gewonnen wird. Kalk ist besonders nötig, damit der Nahrungsmittelkalk besser aufgenommen werden kann. Hierzu eignet sich der Brennesselkalk Urticalcin besonders gut. – Die äussere Behandlung besteht im Betupfen der kranken Stellen mit Molkosan, einem Milchsäureprodukt. Besonders bei trockenem Ekzem sind Fette nötig, und am heilsamsten wirken sich Johannisöl und Bioforcecreme, eine Wollfettsalbe, aus. In der Regel arbeiten die Talgdrüsen sehr schlecht, weshalb diese Fette, die man in die Haut leicht einreibt, eine Wohltat sind. Auch das Bepudern mit Urticalcinpulver ist angebracht wegen seiner heilsamen Wirkung. Auf diese Weise können wir gegen alle Ekzeme, besonders gegen trockene Flechten, vorteilhaft vorgehen. Zu erwähnen ist noch die Flechtensäure von Usnea, bekannt auch als Lärchenmoos, wirkt diese Pflanze doch als antiseptischer Stoff ganz hervorragend. Das Mittel wird sowohl innerlich als auch äusserlich angewendet. Morgens betupft man die Ekzemstellen mit Usneasan und abends mit Molkosan, worauf man die Mittel eintrocknen lässt. Nach diesem fettet man, wie erwähnt, leicht mit Johannisöl ein und abwechselnd auch mit Bioforcecreme, während man tagsüber mit Urticalcin bepudert.

Äussere Ursachen

Noch haben wir verschiedene andere Ursachen zur Ekzembildung zu erwähnen. So gibt es Ekzeme, die beruflich bedingt sind. Manchen mag das Bäcker- oder Mehlekzem bekannt sein. Arbeiter, die mit Farben und Laugen, mit Harzen, Teer und Schwefel in Berührung kommen, Bauern, die sich scharfer Düngemittel bedienen, Hausfrauen, die moderne Reinigungsmittel verwenden, können, wegen der Reizungen, denen die Haut durch diese Stoffe ausgesetzt ist, Ekzeme bekommen. Trockene Ekzeme befallen oft die Gelenke, wie dies bei der Psoriasis der Fall ist. Auch die Unterarme können betroffen werden. Oftmals erscheint das Ekzem in den Achselfalten, an den Händen, sogar im Gesicht und in der Genitalgegend. Fast alle Ekzemkranken sind sehr empfindlich auf starke, terpeninhaltige Stoffe, wie Bodenwische, Fichtennadelöl, überhaupt auf ätherische Öle. Das Aroma stark riechender Blumen kann das Ekzem ebenfalls verschlimmern oder sogar hervorrufen. So ist uns ein typisches Primel ekzem bekannt.

Es ist nun ohne weiteres logisch, dass man alle jene Stoffe, die ein Ekzem verursachen können, wohlweislich meidet. Im übrigen sind die Ernährungsratschläge zu befolgen, sowie die Mitteleinnahme und anderweitige Behandlungen zu beachten. Gute Anhaltspunkte zur richtigen Pflege der Leber gibt auch das Buch: «Die Leber als Regulator der Gesundheit». Jede Ekzembehandlung fordert eine konsequente Durchführung in der Therapie. Wenn man sich vor Rückfällen bewahren will, muss man sowohl die äussere als auch die innere Behandlung gewissenhaft durchführen.

Heilsame Apfeldiät

Wer bei sich oder seinen Kindern wiederholt Gärungen feststellen kann, sollte entschieden für Abhilfe sorgen, denn widerlich riechende Darmgase weisen auf einen

Fäulnisprozess im Darne hin. Meist essen jene, die unter solcherlei Symptomen leiden, viel zu schnell. Sie geben sich keine Mühe, langsam und gründlich zu