Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 28 (1971)
Heft: 10

Artikel: Milchschorf, Ekzem und Asthma
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553261

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: 05.08.2025

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

und Urticalcin erholen und regenerieren. Eine vermehrte Zufuhr von Vitamin A ist unerlässlich, wenn man den gewünschten Erfolg erreichen will. Dieses Vitamin spielt nämlich eine wesentliche Rolle bei der Bildung des sogenannten Sehpurpurs, weshalb man es längere Zeit einnehmen sollte. Dies geschieht durch frisch gepressten Karottensaft, wie auch durch Biocarottin, dem eingedickten Saft.

Durchforscht man ganz alte Schriften der ägyptischen und chinesischen Literatur, dann stösst man auf ein anderes, damals viel gebrauchtes Mittel gegen Augendarre und andere Augenentzündungen, nämlich auf die Einnahme roher Leber, was auch noch im Mittelalter gegen Nachtblindheit verordnet wurde. Tatsächlich enthält die Leber viel Vitamin A, aber es ist nicht einmal nur der Vegetarier allein, der ein solches Mittel ablehnt, denn selbst jenem, der den Fleischgenuss gewohnt ist, sagt der Genuss von roher Leber nicht zu, sondern stösst ihn eher ab. Die wenigsten von uns werden daher zu diesem unsympathischen Mittel Zuflucht nehmen wollen.

Neuzeitliche Vitamin-A-Präparate

Anders verhält es sich dagegen mit unseren neuzeitlichen Vitamin-A-Präparaten, da deren Einnahme angenehm ist. Man frage nur einmal Kinder, ob sie das Vitaforce, das als Vitamin-A-Lieferant gute Dienste zu leisten vermag, nicht lieben! Anders dagegen verhält es sich dagegen mit Fischtran, der ebenfalls viel Vitamin A enthält, doch keineswegs beliebt ist, weil auch er einen sehr unangenehmen Geschmack aufweist. Auch frische, einwandfreie Butter, roh genossen, liefert das geschätzte Vitamin A. Wir können indes auch das Karotin verwenden, das zwar ein Provitamin A ist, sich aber im Körper zu Vitamin A umwandeln lässt. Es findet sich in den Karotten, den Randen, ja sogar in den Blutorangen vor. Dieses Karotin besitzt unter den pflanzlichen Stoffen die grösste Wirksamkeit inbezug auf Vitamin A. Leider nimmt der Vitamin-A-Gehalt durch Sauerstoff und Lagerung in den entsprechenden Pflanzen ab, was besonders im Frühling zur Geltung kommt. Es ist daher nötig, zu jener Zeit raschmöglichst zu jungen, rohen Frühlingskarotten und jungem Spinat, der ebenfalls Vitamin A enthält, zu greifen. Da der rohe Kohl Provitamin A aufweist, ist auch der rohe Kohlsalat als Provitamin-A-Lieferant von entsprechender Bedeutung. Rohes Eigelb besitzt ebenfalls Vitamin A. In gekochtem Zustand verliert es jedoch die erwünschte Wirksamkeit. Wir werden daher dann und wann ein rohes Ei geniessen, stehen aber im übrigen von reichlichem Eiergenuss ab, da dieser zu vermehrter Harnsäureentwicklung beiträgt, also unerwünschte Nachteile mit sich bringen kann. Vitamin A, das bei Nachtblindheit seinen vorbeugenden und heilenden Einfluss vorteilhaft geltend macht, wird uns gleichzeitig auch dienlich sein im Aufbau und in der Funktion von Haut und Schleimhäuten. Wir sollten es daher in unserer Ernährung reichlich verwenden. Auf alle Fälle aber ist es erfreulich, erkennen zu können, durch welch einfache Mittel wir oft vermeintlich grosse Schwierigkeiten zu beheben vermögen. Jeder, der unter Nachtblindheit leidet, wird die Hilfe dankbar begrüssen.

Milchschorf, Ekzem und Asthma

In den vielen Jahren meiner Praxis hatte ich immer wieder Gelegenheit, einen eigenartigen Umstand zu beobachten. Ich fand nämlich einen gewissen Zusammenhang zwischen Milchschorf, Ekzem und Asthma. Dabei konnte ich feststellen, dass vor allem Kinder, bei denen der Milchschorf nicht geschickt behandelt und genügend ausgeheilt worden war, später ein Ekzem bekamen. Während der Schulzeit, vor allem in der Zeit der Pubertät, trat dann oft noch zusätzlich ein Asthma-

leiden auf. Da dieses, wie Feststellungen ergaben, in einem gewissen Zusammenhange mit der Veranlagung zu Milchschorf steht, ist es bestimmt angebracht, vorbeugende Massnahmen zu treffen, um das erstere Übel gründlich auszuheilen. Zu diesem Zwecke schalten wir in erster Linie eine ganz natürliche Nahrung ein, denn solche Kinder benötigen reichlich Mineral- und Vitalstoffe. Vor allem sollte einem gewissen Kalkmangel abgeholfen werden, was die zusätzliche Eingabe von Urticalcin als biologischer Kalk gewährleisten kann. Weisser Zucker ist in jeder Form streng zu meiden, da er als sogenannter Kalkräuber das bestehende Manko vergrössert. Man kann in der Hinsicht wirklich nicht streng genug sein, da jeder entmineralisierte Zucker, überhaupt Schleckereien und künstliche Süssigkeiten, oft ganz katastrophal wirken. Das Süssigkeitsbedürfnis lässt sich leicht mit Korinthen, Rosinen, Datteln und anderen naturreinen Trockenfrüchten decken. Überhaupt ist bei mineral- und vitalstoffreicher Ernährung ein gewisser Ausgleich geschaffen, wodurch das Bedürfnis nach Süssigkeiten eher massvoll ist.

Eine weitere Hilfe ist reichlicher Aufenthalt im Freien, besonders bei trockener und warmer Luft. Verschiedentliche Luftveränderungen sind für solche Kinder vorteilhaft. Während der Ferienzeit sollte man die Gelegenheit benützen und Berggegenden mit viel Wald aufsuchen. Die Höhe wirkt sich meist sehr günstig aus, und der Wald mit seiner würzigen Luft ist ohnedies heilwirkend. Bei genügend Bewegung und tiefer Atmung kann das Kind in solcher Umgebung gesunden. Vor Kälte und Feuchtigkeit sollte man das Kind ausgiebig schützen. Die Kleidung muss daher immer den äussern Umständen angepasst sein, so dass das Kind nie frieren und kalte Füsse haben muss. Es sollte auch nie auf kalten Steintreppen spielen oder sich sitzend auf solcherlei Unterlagen aufhalten. Dies alles entzieht ihm die Wärme und schwächt seine ohnedies empfindliche Grundlage noch mehr.

Es wäre völlig verkehrt, solche Kinder aus Ängstlichkeit zu überfüttern oder sie gar zu mästen. Bei der vorgeschlagenen Ernährungsweise erübrigt sich dies ja auch ohne weiteres, denn unentwertete Nahrung sättigt bei mässigem Quantum genügend. Eine gesundheitliche Vorbedingung ist vor allem auch genügend Schlaf. Besonders wichtig ist dabei der Vormitternachtsschlaf. Nächtliche Fernsehprogramme sind unbedingt zu streichen, denn den schwächlichen Kindern rauben diese ohnedies zuviel Kraft. So wäre es günstig, wenn die Kinder nach einem erholsamen Schlaf ihre Schulaufgaben in der Morgenfrühe lösen könnten, da sie alsdann aufnahme- und leistungsfähiger sind als nachts.

Es gibt auch Fälle, in denen das Asthma mit dem Ekzem abwechselt. Ist das Ekzem stillgelegt, dann macht sich das Asthma geltend und umgekehrt. Das ist eine stetige Plage, die oft selbst am Erwachsenen hängen bleibt, weshalb es so dringlich ist, den Körper grundlegend zu stärken und keine Mängel anstehen zu lassen. Besondere Pflege benötigt auch die Haut. Es ist empfehlenswert, die Kinder zu lehren, sich nach dem Waschen und Baden immer gut zu massieren und die Haut mit echtem Johannisöl oder einem natürlichen Hautfunktionsöl einzureiben.

Macht sich das Ekzem geltend, dann betupfen wir es mit unverdünntem Molkosan und fetten mit echtem Johannisöl oder Bioforce-Creme ein. Auch das Bestäuben mit Urticalcinpulver ist heilsam. Günstig wirkt auch regelmässige Einnahme von rohem, frischgepresstem Karottensaft. Krampfstillend bei Asthma sind vor allem Petasitespräparate. Auch Drosinulasirup und Meisterwurz können behilflich sein. Um einem allfällig angegriffenen Nervenzustand günstig beikommen zu können, verabreicht man noch Avena sativa oder Ginsavena, da diese Mittel die Nerven aufbauend nähren, also stärkend wirken, was erforderlich ist, weil bei akuten Zuständen genügend Nervenkraft benötigt wird.