Sonnenlicht ist der beste Wundheiler

Autor(en): **Gotthilf, Otto**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf**

Band (Jahr): **30 (1920)**

Heft 3

PDF erstellt am: **24.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-1037815

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

letzte, wenn sie ins Bett steigen, wenn nicht noch später. Dabei kränkeln die Frauen oft, ohne daß der behandelnde Arzt einen hinreichenden Grund ausfindig machen kann. Schickt er sie ohne Mann ins Bad oder aufs Land, so erholen sie sich bald, um nach ihrer Rückkehr in die alten Verhältnisse binnen kurzem in den alten Zustand zu verfallen. Ein Arzt, welcher schon vor vielen Jahren den Zusammenhang erkannt und eine Schrift darüber veröffentlicht hat, berichtet darin, daß ihm die völlige Herstellung von Raucherfrauen, die jahrelang nicht erreicht werden konnte, gelang, wenn er auf längere Zeit die völlige Trennung der betreffenden Ehepaare durchgesetzt hatte. Meistens gelangten dadurch die Männer zur Einsicht und verzichteten wenigstens in Gesellschaft der Gattin auf den Tabakgenuß. Auch die Schreiberin muß z. B. jeden Tabakrauch fliehen, weil durch eine Ueberempfindlichkeit der Geschmacksnerven die geringste Spur des Rauches ihr einen scharf brennenden, gallebittern Geschmack auf der Zunge verursacht.

Es liegt auf der Hand, daß jede gesundheitliche Schädigung von Frauen durch den Tabakgenuß 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 dreifache 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 empfohlen. Tabak und Alkohol sind die inneren Feinde des deutschen Volkes, welche den äußeren goldene Brücken bauen, und ohne deren Besiegung alle Maßnahmen der Volkserneuerung zur Unfruchtbarkeit verurteilt bleiben werden. Erst wenn die deutschen Männer das Joch dieser Genußgifte abgeworfen haben, dürfen wir auf gesündere Eltern und Kinder hoffen und einer wirklichen Volkserneuerung entgegensehen. (Kneipp-Blätter.)

Sonnenlicht ist der beste Wundheiler.

Von Dr. Otto Gotthilf.

Nachdruck 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 Wundstellen und überzog diese schützend. Er schonte den natürlichen Schutzstoff, und in wenigen Tagen waren die schweren Wunden geheilt, und zwar ohne merkbare Narben.

Professor Dr. Jäger benutzte die Sonnenstrahlen zur Heilung seiner Krampfadern. Hierbei zeigte sich die wunderbare Heilkraft in sehr interessanter Weise. Als Prof. Jäger die strumpflosen, nur mit Sandalen bekleideten Füße wochenlang 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 allmählich, als die Füße ganz unbekleidet der Sonne ausgesetzt wurden.

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

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

Das Sonnenlicht wirkt bakterientötend, desinfizierend, wie die Erfahrung des täglichen Lebens und Experimente bewiesen haben. Im sonnenlosen Dunkel (Keller) gedeihen Bazillen, Schimmelpilze und die andere Schmarotzer. Was die medizinische Wissenschaft durch Desinfektionsstoffe (Karbol, Jodoform) zu bewirken sucht, erreichen die Sonnenstrahlen einfach und natürlich.

Wo 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 Heilung beschleunigt.

Ferner wirkt die Besonnung heilsam durch Austrocknung der Wunde. In der modernen Chirurgie sind alle Maßnahmen darauf gerichtet, die Ansammlung von Wundsekreten zu vermeiden. 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 glänzenden, pergamentartigen Schutzhaut, was namentlich 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 Verbande 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

Von Dr. Emil Pfaff.

Nachdruck verboten.

In der Volksmedizin hat der Speichel seit den ältesten Zeiten eine große Rolle gespielt. Bei den Israeliten war sein Gebrauch zu Heilzwecken so gewöhnlich, daß unter den am Sabbat verbotenen Heiltätigkeiten ausdrücklich das Bestreichen der Augenlider mit Speichel genannt wird. Die Evangelisten berichten an drei Stellen, daß Christus bei Wunderheilungen die leidenden Teile mit seinem Speichel benetzt habe. Einem Taubstummen berührte er damit Zunge und Ohren (Markus 7, Vers 33); einen Blindgeborenen machte er sehend, indem er dessen Augen damit bestrich (Markus 8, Vers 23 und Johannes 9, Vers 6). In Erinnerung an jene Handlung Christi wird noch jetzt diese Zeremonie mehrfach symbolisch angewendet: In der schottischen Kirche befeuchtet der Priester bei der Taufe die Nasenöffnung und Ohren des Täuflings mit Speichel, „damit jene den Geruch Gottes, diese dessen Mandate aufnehmen können“.

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