Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 1 (1941)
Heft: [4]

Artikel: Rachitis
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554310

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: 01.07.2025

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

Wenn Sie auf trockene Alpweiden kommen, dann nehmen Sie den herrlich duftenden Thymian mit, der als Badekraut für diesen Zweck allen andern Kräutern voran ist. Wenn Sie den spezifischen Geruch des Thymians nicht kennen, dann kann ihnen die Hamamelisfrauenseife als Richtlinie dienen, denn sie enthält als Hauptbestandteil einen Extrakt des Thymians. Thymian hat eine sehr starke Desinfektionskraft, was auch der Hamamelisseife zu ihrer Beliebtheit verhalf.

Rachitis

Mehr als allgemein angenommen, ist diese Krankheit verbreitet. Sie wird auch englische Krankheit genannt, weil der Engländer Glisson sie im Jahre 1650 eingehend beschrieben hat. Ein Mangel an Vitamin D, sowie eine Störung des Kalk-Phosphor-Gleichgewichtes ist als Ursache dieser Krankheit erkannt worden. Falsche, unnatürliche, d. h. mangelhafte Ernährung der Eltern schafft für die Kinder die Vorbedingungen der Rachitis und vielfach kommen Kinder von vitamin- und kalkarm ernährten Eltern schon rachitisch auf die Welt. Bei einer Disposition kann eine ungeschickt zusammengesetzte künstliche Ernährung die Krankheit zum Ausbruch bringen, sodass künstlich ernährte Säuglinge viel gefährdeter sind als Brustkinder. Sehr verdächtig ist es, wenn Kleinkinder nachts sehr unruhig sind, viel weinen, sehr stark schwitzen, besonders am Kopf, sodass das Kopfkissen durchnässt wird, wenn sie trotz des Alters keine Lust zu Gehversuchen zeigen und das erlernte Gehen wieder aufgeben, dabei Störungen des Magens und des Darmes aufweisen, wobei vor allem die chronischen, übelriechenden Darmentleerungen sehr oft als Begleiterscheinungen der Rachitis, vor allem aber als Symptom einer Frühdiagnose gewertet werden können. Die Sonne spielt neben dem erwähnten Mangel eine wesentliche Rolle, weshalb in den Tropen die Rachitis fast ganz fehlt, und in den Alpen sehr selten auftritt. Wichtig ist also in erster Linie bei allen rachitischen Kindern, sowie auch bei der sogenannten Spätrachitis, die Sonne als Heilmittel in Erscheinung treten zu lassen, besonders die Höhensonne. Punkto Ernährung muß in erster Linie kalk- und vitamin D-haltige Nahrung gegeben werden, wobei folgende Produkte in erster Linie empfehlenswert sind: Spinat, Brennesseln (als Saft, Jungpflanzengemüse), da die Brennesseln sowohl vitamin D-reich sind als auch mit Bezug auf das Kalk-Phosphor-Gleichgewicht die besten Voraussetzungen erfüllen, Karotten (als roher Karottensalat oder Karottensaft bei Kleinkindern), Alpenkräutermalz mit Frischpflanzenextrakt (in Reformhäusern erhältlich), sodann Feigen infolge ihres Kalkgehaltes, Ekra-Weizenkeimlinge infolge ihres Vitamin D-Gehaltes, sowie alle Beerenfrüchte. Auch die Fruchtnußcrème ist diesbezüglich sehr zu empfehlen und für Kleinkinder die Komplexnahrung, wie auch das Hafermark. Auf jeden Fall ist die Rachitis eine Krankheit, die längere Zeit benötigt, bis sie restlos verschwunden ist. Jedoch mit einer konsequenten Durchführung der ernährungstherapeutischen Behandlung kann Rachitis unbedingt vollständig geheilt werden. Sehr gut kann man den Heilprozeß unterstützen mit den zwei biochemischen Zellnährsalzen nach Dr. Schüßler, Calc. phosph. D 6 und Silicea D 12.

Barfußlaufen

Als Herkules mit Anthäus, dem Sohne Gäas (Mutter der Erde), einen Ringkampf ausführte, bemerkte er, wie der Kampf immer zu seinen Gunsten schwenkte, wenn er Anthäus von der Erde emporhob. Wie er ihn jedoch mit den nackten Füßen die Erde wieder berühren ließ, schien die verbrauchte Kraft des Sohnes der Mutter Erde neu ersetzt zu werden und er vermochte ihn erst zu besiegen, als er ihn von der Berührung mit der Erde trennte.

Wie in vielen mythologischen Erzählungen, mag auch hierin eine große Wahrheit versteckt sein. Was mag nun dieser Erzählung für eine Erkenntnis oder Beobachtung zu Grunde liegen? Kann das Berühren der Erde mit den unbeschuhten Füßen, das Barfußgehen, für unsern Körper eine Kraftspende sein? Jeder, der dies tut, weiß sicherlich die beste Antwort auf diese Frage zu geben.

Sebastian Kneipp, der geniale Heilkünstler, hat vor einem halben Jahrhundert das Bar-