Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 9 (1952)
Heft: 11

Artikel: Verbrennung mit Höhensonne
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969082

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: 12.07.2025

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

Gipfelstürmer oder Beschauer?

Sei also kein Gipfelstürmer noch ein Kilometerfresser, denn was hast du schon davon, wenn du darob keine Pflanzen mehr siehst? Wenn du nicht gewahr wirst, wie es allenthalben blüht und grünt, selbst in trostlosen Steinwüsten und Geröllhalden! Wo ein wenig Erde liegt, hat sich auch schon ein Sämchen eingefunden und kämpft sich mit Zähigkeit durch, indem er seine Würzelchen tief in den lebenerhaltenden Humus steckt, um sich davon zu ernähren. Mit etwas Beschaulichkeit und innerer Ruhe siehst du Wunder auf Wunder. Zwischen den Felsen, in jeder Ritze keimt ein kleines Leben, das deine Aufmerksamkeit erregt und deine Bewunderung weckt. Nie dachtest du, dass der Schöpfer solch reiche Mannigfaltigkeit geschaffen hat, die hinaufreicht bis zu den Gipfeln der Berge! Nicht mehr wirst du daran vorbeistürmen, um nichts davon zu kennen und nichts davon verwerten zu können! Ja, wer im Sommer und im ausklingenden Herbst seine Augen offen hat für die Schönheit und Mannigfaltigkeit der Natur, wird auch darob nicht seufzen oder gar murren, wenn der Winter mit seiner Schneedecke alles Grünende und Blühende zudeckt, um es in tiefem Schlafe ausruhen zu lassen. Wer wachsam ist, hat eingeheimst, was er konnte, und was er kannte, und im kommenden Jahr wird er noch aufmerksamer sein, denn was er mit sich nimmt ins Tal, wird ihm auch den Winter erleichtern.

Verbrennung mit Höhensonne

Nicht nur mit Röntgenstrahlen können bei zu starker Anwendung Schädigungen vorkommen, schon oft berichteten Patienten auch über Verbrennungen mit künstlicher Höhensonne. Die Erfahrungen haben gezeigt, dass man mit Höhensonnenbestrahlung sehr vorsichtig umgehen muss. Wer glaubt, durch zu starke Anwendungen einen raschern Erfolg erzielen zu können, kann sich schwer täuschen. Wer mit der Höhensonne umzugehen hat, sollte nie bloss schematisch und gewohnheitsgemäss bestrahlen, denn nicht jeder Mensch ist gleich empfindlich gegen Höhensonne. Die beste Höhensonnenbestrahlung ist selbstverständlich die natürliche. Aber nicht immer können wir uns in die Höhe begeben, um uns dort von den natürlichen Sonnenstrahlen heilen zu lassen, wenn uns irgend ein Uebel befallen hat, das solches erfordert. Meistens müssen wir hierauf verzichten und glauben dann eben von der künstlichen Höhensonne abhängig zu sein. Wenn man ganz vorsichtig ist, dann kann man auch mit künstlicher Höhensonnenbestrahlung gute Wirkungen erzielen. Man muss mit ganz kleinen Dosierungen beginnen, die Bestrahlungsdauer darf nur kurz sein, und die Distanz muss so eingehalten werden, dass auf keinen Fall Verbrennungen vorkommen können. Es darf mit der Zeit höchstens eine ganz leichte Rötung eintreten. Richtiges Bestrahlen erfordert Erfahrung und ein geschicktes Sicheinfühlen in das Naturell des Patienten. Man muss die Sensibilität kennen. Brünette Menschen ertragen etwas mehr als blonde, was ja auch bei der natürlichen Höhensonne der Fall ist. Wenn brünette Menschen, wozu hauptsächlich die südlichen oder romanischen Typen gehören, die mehr an die Sonne gewöhnt sind, in die Berge gehen, dann werden sie rasch braun und werden sich nicht schnell verbrennen. Der blonde, germanische Typ dagegen rötet sich schnell und ist daher auch eher Verbrennungen ausgesetzt. Selbst durch die natürliche Höhensonne können für ihn unliebsame Komplikationen entstehen und noch gefährlicher kann sich die zu starke Bestrahlung mit der künstlichen Höhensonne für ihn auswirken. Immer und immer wieder kommen bei der Dosierung Fehler vor, so dass man alsdann mehr schadet als nützt.

Oft halten es Aerzte für nötig, bei Ekzemen Höhensonnenbestrahlung anzuwenden, wiewohl diese nicht immer gegeben ist. Man sollte vorsichtig prüfen, ob solche auch wirklich angebracht ist und dann auf alle Fälle jegliche Verbrennung zu vermeiden suchen. Immer und immer wieder muss hiebei vor zu starken Anwendungen gewarnt werden. Die äussere Behandlung ist ohnedies sekundär, während die innere die Hauptsache bildet. Sehr gute Erfahrungen erzielt man äusserlich durch Betupfen mit Molkenkonzentrat und durch nachheriges Bepudern mit Calciumkomplex-Pulver. Hie und da kann man mit etwas Fettstoff nachhelfen und Bioforce-Crème oder Johannisöl anwenden. Innerlich ist Viola tricolor, also Stiefmütterchen-Extrakt das Gegebene zusammen mit Calcium-Komplex, Galeopsis und zur notwendigen Beeinflussung der Niere auch noch mit Nierentropfen.

Auf solch einfache Art und Weise können Ekzeme bei Beachtung der richtigen Diät, salzarmer und eiweissarmer Ernährung mit Naturkost, ohne jegliche Schädigung ursächlich richtig behandelt werden, und die Bestrahlung mit Höhensonne, wie auch andere Bestrahlungen, erübrigt sich dabei vollkommen. Wer also nicht selbst sehr geschickt ist, oder wer keine zuverlässigen Angestellten besitzt, die fähig sind, die Patienten individuell zu behandeln, lässt sich besser mit künstlicher Bestrahlung nicht ein, statt dadurch Schädigungen zu verursachen. Ueber eine solch unliebsame Erfahrung berichtete Frau F. aus H. im August dieses Jahres. Ihr Mann war vom Arzt bestrahlt worden, worauf er arge Schmerzen und einen dick geschwollenen Fuss erhielt. Als er sich wieder beim Arzt einstellte, war ein Assistenz-Arzt dort, der ohne weiteres zugab, dass das Bein verbrannt sei. Er stellte ein Zeugnis über Arbeitsunfähigkeit aus wegen Verbrennung durch Höhensonne. So berichtete Frau F., und es ist zu begrüssen, dass der Assistenz-Arzt soviel Mut hatte, um zu den Tatsachen zu stehen, was doch gegen seine scheinbaren Berufsinteressen gehen mochte. Solche Aerzte sollten wir noch viele haben, denn auf solche können wir uns verlassen. Schade nur, dass die Schulmedizin die guten Naturmittel nicht kennt und nicht verwenden kann, wennschon bereits da und dort wenigstens in Ernährungsfragen die richtige Einstellung Fuss zu fassen beginnt.

„Bärendreck" gegen Geschwürbildung oder andere Anwendungen?

Die «Bärendreck»-Behandlung macht zur Zeit grosse Schule und ist direkt Mode geworden. Bei diesem «Bärendreck» handelt es sich bekanntlich um eingedickten Süssholzsaft. Schon früher war es bekannt, dass «Bärendreck» bei Geschwürbehandlung wirklich gut ist. Dieses Wissensgut ist dann längere Zeit für die Allgemeinheit vergessen worden, um nun plötzlich von irgend jemandem neu entdeckt und angewandt zu werden, und zwar sind es diesmal die Anhänger der Schulmedizin, die zu diesem einfachen Mittel gegriffen haben. Nur verschreiben sie es leider wie üblich, viel zu stark, was oft bei Empfindlichen den erwarteten Erfolg in einen Misserfolg umschlagen lässt, so dass diese dann in Zukunft davon abstehen mit der gepriesenen Kur weiterzufahren. Schade, dass das Vertrauen, das da die Aerzte in ein einfaches Naturprodukt legen, durch ihre eigene Methode der Ueberdosierung wieder illusorisch wird! Eine Dosis von 60 g pro Tag ist entschieden zuviel. Sie sollte mindestens auf 20 bis 30 g herabgesetzt werden, damit sie den gewünschten Erfolg auch bei den weniger robusten Patienten erzielen kann. Dass an dem Misserfolg wirklich etwas liegt, möchten folgende Zeilen beweisen. Ein Patient aus Arlesheim schrieb:

«Vor einer Woche vernahm ich, dass sich zur Heilung von solchen Geschwüren, (es handelte sich hiebei um ein Zwölffingerdarmgeschwür) «Bärendreck» sehr gut eignen soll. Ich habe mit der Kur also begonnen und zwar täglich mit ca. 60 g. Nach ungefähr zwei Tagen verschwanden die bisherigen Schmerzen fast vollständig. Vier Tage später zeigten sich nun jedoch plötzlich andere Schmerzen, die meinem Empfinden nach auf einen entzündeten Magen schliessen lassen. Die Magen- und Darmgegend