Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 19 (1962)
Heft: 6

Artikel: Überwindung von Ekzemveranlagung
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554534

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: 17.07.2025

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

Überwindung von Ekzemveranlagung

Wenn bei den Eltern oder Grosseltern eine besondere Neigung zu Ekzemerkrankung vorliegt, dann kann sich dies bei den Kindern infolge Erbanlage zu Milchschorf auswirken. Wird dieser nun falsch behandelt, dann mag ein Kind dadurch mangels genügender Abwehrkraft für Infektionskrankheiten erfahrungsgemäss sehr empfänglich sein. Erhält es beispielsweise einen Keuchhusten, den man entweder unterdrückt oder sonstwie falsch behandelt, so dass die Bakteriengifte nicht hinausgearbeitet werden, dann können Herzschädigungen und Asthma entstehen, die man oft nur mit grosser Mühe bessern kann.

Es ist daher wichtig, alle Arten von Ekzemen und auch den Milchschorf richtig zu behandeln, damit sie ausheilen und nicht weiteres Unheil anstiften können. Das ist der Grund, weshalb ich in meinen Büchern die Aufmerksamkeit darauf hinlenke, diese Krankheiten vormerklich durch eine entsprechende Behandlung der Leber zu bekämpfen. Eine salzarme oder sogar salzfreie Diät ist dabei am Platze, und zwar im Sinne einer Leberdiät, wie sie im Buch «Die Leber als Regulator der Gesundheit» festgelegt ist.

Beachtenswerte Ernährungsregeln und bewährte Naturmittel

Wenn man in der Wahl von Eiweiss vorsichtig ist, wird man einen rascheren Erfolg erzielen können. Bei Ekzemen ist vorwiegend das Milcheiweiss gut, und zwar in Form von Quark, Butter- und Sauermilch. Es ist vorteilhaft, diesem noch feingeriebenen Meerrettich beizufügen, da frischer Meerrettich antibiotische Stoffe enthält. Oft kommt es beim Ekzemkranken vor, dass ihm der Genuss von Vollmilch Schwierigkeiten bereitet, weshalb er diese alsdann meiden muss. Bei Milchschorf hat sich das Nusseiweiss in Form von Mandelmilch sehr gut bewährt. Auch Sojamilch dient in solchen Fällen vorzüglich. Da Eier, vor allem gekochte Eier und Eierspeisen bei Ekzemen schlechte Auswirkungen zeitigen, ist es angebracht, auch diese Ernährungsform gänzlich zu meiden. Die gleiche Forderung gilt auch für sämtliche Käsearten. Der einzige Käsestoff, der zugezogen werden darf, ist Quark und angesäuerter Weisskäse, insofern dieser keine Störungen verursacht.

Was nun zur weiteren Lösung der Ernährungsfrage bei Ekzemerkrankung beachtet werden sollte, ist eine Naturreisdiät, verbunden mit viel kalkreicher Nahrung. Es wird daher günstig sein, regelmässig Weisskrautsalat oder rohes Reformsauerkraut zu geniessen. Auch die Kohlrabiblätter besitzen einen hohen Gehalt an Kalk, sollten also nie achtlos weggeworfen, sondern stets verwertet werden.

Die Aufnahme des Nahrungsmittelkalkes kann wesentlich verbessert werden durch zusätzliches Einnehmen von Urticalcin, einem bewährten, biologischen Kalkpräparat. Die Schulmedizin sucht den Kalkbedarf bei Ekzem vorwiegend durch Calcium-Injektionen auszugleichen, was theoretisch einer richtigen Überlegung entspringt. Die gewählte Form der Behandlung ist jedoch nicht empfehlenswert, denn es ist besser, statt dessen genügend Nahrungsmittelkalk einzunehmen.

Süssigkeiten in Form von Konditoreiwaren müssen bei Ekzemen grundsätzlich gemieden werden. Die Erfahrung hat nämlich gezeigt, dass der weisse Zucker besonders beim Ekzemkranken ungünstig wirkt, so dass daraus oft sogar eine allergische Sensibilität entstehen kann. Auch Weissmehl sollte man nicht verwenden, wenn es sich auch nicht so stark auswirkt wie der weisse Zucker. Aus ernährungstherapeutischen Gründen wird es in jeder Hinsicht gut sein, stets nur Naturnahrung zu geniessen und deshalb also auch nur Vollkornprodukte einzunehmen.

Zur Unterstützung der Nierentätigkeit sollte man unbedingt einfache Nieren-

mittel, wie Nephrosolid und Nierentee, einnehmen. Zudem wird es gut sein, etwas mehr zu trinken, als man gewohnt ist, wobei es vorteilhaft sein wird, wenn man zu diesem Zweck natürliche Fruchtsäfte, vor allem Heidelbeersaft, Brombeersaft oder Grapefruitsaft verwendet. Je nach Bedürfnis kann man diese Säfte auch mit einem kohlensäurearmen oder kohlensäurefreien Mineralwasser verdünnen.

Das wichtigste Naturmittel zur Bekämpfung von Ekzemen, wie auch vom Milchschorf ist erfahrungsgemäss Viola tricolor, das wilde Stiefmütterchen. Neben diesem darf auch Urticalcin niemals fehlen. Dieses biologische Kalkpräparat wird in Pulverform auch zum Betupfen der schadhaften Stellen heilsame Dienste leisten. Dies kann ebenfalls von Molkosan und Usneasan gesagt werden, weshalb auch diese beiden Mittel zur äusseren Pflege niemals fehlen sollten. Sie werden bei Ekzemen jedoch auch, wenn eingenommen, vorteilhaft wirken. Da bei allen Ekzemen die Talgdrüsen mangelhaft arbeiten, muss man der Haut öfters Fett zuführen, was am besten durch Johannisöl und die wollfetthaltige Bioforcecreme geschehen kann.

Weitere beachtenswerte Vorteile

Wie bei den meisten Krankheiten ist es auch bei Ekzemerkrankung notwendig, seelischen Anfechtungen richtig zu begegnen, da durch diese sämtliche Krankheiten eine Verschlechterung erfahren können. Aus diesem Grunde erscheint in meinem Buch «Der kleine Doktor» auch ein Artikel, betitelt «Freue dich gesund«. Die gleiche Frage ist auch in meinem Leberbuch gebührend berücksichtigt worden, da ja vor allem die Leber gegenüber seelischen Einflüssen nicht unempfindlich ist.

Wer klar erkennt, wie er zur Bekämpfung seiner Erkrankung vorgehen muss, hat viel gewonnen, denn er wird dadurch einsehen lernen, dass es für ihn vor allem notwendig ist, das seeliche Gleichgewicht bewahren zu können. Er muss ferner entschlossen sein, eine natürliche Therapie durchzuführen, statt sich auf eine Chemo-Therapie zu verlegen. Wenn er zugleich streng und konsequent darauf achtet, eine rein natürliche Ernährungsweise einzuhalten, dann wird erfahrungsgemäss auch der Erfolg nicht ausbleiben. Unbedingtes Durchhalten der Therapie von einem halben oder einem ganzen Jahr ist zur Heilung notwendig. Da die richtige Behandlung vor allem eine Frage der Ernährung ist, kommt sie dem Patienten nicht teuer zu stehen. Meist sind die Reaktionen nur gering oder treten überhaupt nicht auf, wenn man sich geschickt einstellt.

Zusammenfassend muss man also betonen, dass bei Ekzemerkrankung die Leber die richtige Pflege und Schonung erhalten sollte. Dies gilt auch für die Niere, die unbedingt vor Kälte, und zwar vor nasser Kälte geschützt werden muss. Des weitern ist zu beachten, dass die Haut niemals in Berührung mit scharfen Reinigungs- und Waschmitteln und ebensowenig mit Bodenwichse und andern terpentinhaltigen Produkten kommt. Wenn die Niere und Leber gut arbeiten, wird dadurch auch die Haut entlastet und das lästige, oft unerträgliche Beissen wird zurückgehen. Gleichzeitig werden auch die ekzemartigen Erscheinungen verschwinden.

Wer demnach die gegebenen Ratschläge gewissenhaft beachtet, wird auch nicht ohne Erfolg blieben, während jene, die glauben, allein mit Heilmitteln auskommen zu können, sich oft jahrelang vergeblich um eine Heilung bemühen. Je hartnäckiger ein Fall ist, umso ausdauernder sollte ein Kranker durchhalten.