Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 29 (1972)
Heft: 11

Artikel: Die Schlenz-Kur
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970741

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: 05.07.2025

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

Es ist begreiflich, wenn Sebastian Kneipp, der breitschultrige Mann mit der hünenhaften Gestalt, zu kaltem Wasser Zuflucht nahm, um zur Bekämpfung verschiedener Krankheiten erfolgreiche Reaktionen erzielen zu können. Ebenso begreiflich ist es aber auch, wenn sich eine Frau heissen Wasseranwendungen zuwendet, um ihre erkrankten Kinder erfolgreich behandeln zu können. Es galt also, weniger starken Naturen Hilfe darzureichen, und das ist Frau Maria Schlenz aus Innsbruck gelungen. Was Sebastian Kneipp für kräftige Menschen durch Kaltwasseranwendungen erreichte, das brachte Frau Maria Schlenz mit heissem Wasser bei jenen zustande, die nicht über starke Reserven verfügten, deren vorhandene Kräfte also der Schonung bedurften. Alle diese sind Frau Maria Schlenz heute noch dankbar, weil sie ein Heilsystem entdeckte, das besonders Schwächlichen zugute kommt. Durch heisse Wasseranwendungen suchte sie die Blutzirkulation anzuregen und dadurch den darniederliegenden Körperfunktionen zu helfen. Dies führte einesteils zur Ausscheidung der Stoffwechselgifte, andernteils gelangte dadurch vermehrt Blut in die kranken Körperpartien, ein Vorteil, der nicht zu unterschätzen ist, denn wo Blut hinkommt, kommt auch Leben hin.

Kälte oder Wärme?

Selbst das beste Heilmittel nützt nichts, wenn es nicht zu jenem Körperteil hingelangt, der seiner bedarf. Ob man nun mit Kälte oder Wärme die erwünschte Reaktion erreicht, hängt ganz vom Typ des Menschen ab. Es kommt auf dessen Konstitution und die Reaktionsfähigkeit an. Bei kranken Menschen gibt es nichts Schlimmeres, als ein Zustand, in dem nichts geschieht, weil alles stoppt und stille steht, sich verkrampft und untätig bleibt, oft sowohl geistig wir physisch. Nun wirkt sich aber eine Anwendung mit Wasser in kalter oder heisser Form wie eine unblutige Revolution im Zellenstaatswesen des Körpers aus, weshalb man damit oft einen Zusammenbruch verhindern kann. Eine Neuausgabe des Buches: «Die Schlenz-Kur» trägt daher zu Recht den Untertitel «Wie kann man unheilbar scheinende Krankheiten mit Erfolg behandeln?»

Auch auf dem medizinischen Gebiet musste in der Regel jede neu erforschte Wahrheit Spiessruten laufen, bis sie durchgedrungen war. Als daher Maria Schlenz ihre persönlichen Erfahrungen mit dem sogenannten Überwärmungsbad der breiten Öffentlichkeit zugute kommen lassen wollte, wurden auch ihre Bestrebungen heftig bekämpft. Um so erfreulicher ist es daher, dass der bekannte Prof. Zabel es unbekümmert wagte, zu den Erfahrungen und Erfolgen dieser einfachen Frau zu stehen. Ja, er ging sogar noch weiter, denn er half ihr bei der Herausgabe ihres Buches «Die Schlenz-Kur» und leistete daran einen wesentlichen Beitrag. Auch Dr. W. Devrient, den ich persönlich kannte, und der zeitweise auch bei Dr. Keller in Cademario assistierte, empfahl seinen Arztkollegen, betreffs physikalischer Anwendungen vor allem der Schlenz-Kur mehr Beachtung zu schenken.

Zusätzliche Hilfeleistung

Zu den bekannten Heilwirkungen des Überwärmungsbades, wie die Ärzte heute die Schlenz-Kur nennen, gesellt sich noch eine weitere, äusserst begrüssenswerte Feststellung hinzu. Es handelt sich dabei um eine vermehrte Heilaussicht, von der Maria Schlenz allerdings noch nichts wissen konnte, gewiss wäre sie aber höchst erfreut gewesen, wenn sie auch diese hilfreiche Auswirkung noch hätte miterleben können. Es hat sich nämlich herausgestellt, dass das Überwärmungsbad, wenn es richtig durchgeführt wird, auch eine der besten und erfolgreichsten Heilmethoden im Kampfe gegen den Krebs darstellt. Amerikanische und deutsche Autoren stellten fest, dass die Krebszelle viel empfindlicher ist, wenn sie der Hitze preisgegeben wird, als dies bei der ge-

sunden Zelle der Fall ist. Diese erhöhte Empfindlichkeit hat zur Folge, dass man die Krebszelle durch Überhitzung töten kann, bevor die gesunde Zelle dadurch Schaden erleidet. Wenn man daher bei einem Krebskranken besonders im Anfangsstadium die Schlenz-Kur durchführt, und zwar mit maximaler Höhe, dann ist es möglich, wie dies die Erfahrung zeigte, dass durch diese Therapie die Krebszellen vernichtet werden können, ohne dass gesunde Zellen dadurch geschädigt werden. Darum erweist sich eine solche Kur als besonders vorteilhaft, denn leider werden bei Röntgen- und Radiumbestrahlungen auch die gesunden Zellen in Mitleidenschaft gezogen. Jeden Patienten, der auf Krebs verdächtig ist, sollte man nicht nur vorbeugend mit guten Naturmitteln, wie Petasites, Alfavena, rohem Randensaft und dergleichen mehr behandeln, sondern unbedingt auch das Überwärmungsbad regelmässig anwenden. Das erwähnte Schlenz-Buch gibt bekannt, wie man dieses Bad zu Hause durchführen kann. Da, wo ein Schlenz-Institut besteht, ist es jedoch vorteilhafter, sich unter erfahrene, fachmännische Behandlung zu begeben.

Allgemeiner Überblick

Aus allen Hinweisen geht hervor, dass das Überwärmungsbad in vielen Krankheitsfällen gute Hilfe leistet. Wir behandeln damit erfolgreich Stoffwechsel- und Kreislaufstörungen nebst Infektionskrankheiten. Dass auch die Krebstherapie durch diese Behandlungsmethode bereichert wird, haben wir soeben mit Genugtuung erfahren. Prof. Lampert, der im zweiten Weltkrieg 113 Kranke, die vom Fleckfieber befallen waren, ohne einen einzigen Todesfall durchgebracht hat, bestätigt ebenfalls, wie wunderbar lebensrettend das Überwärmungsbad wirken kann. – Es ist indes empfehlenswert, die Schlenz-Kur, bevor man sie das erstemal bei sich zu Hause im Bad durchführt, unter fachmännischer Leitung zu lernen oder doch zum mindesten das erwähnte Schlenz-Buch genau durchzustudieren. Maria Schlenz hat dieses Buch seinerzeit verfasst. Heute steht es uns in einer Neubearbeitung durch ihren Sohn, Dr. med. Joseph Schlenz, zur Verfügung. Bei jeder Naturheilanwendung hängt der Erfolg wesentlich von der genauen Durchführung ab. Es ist daher, wie bereits empfohlen, vorteilhaft, sich erstmals in das Buch zu vertiefen, um den genauen Vorgang der Kur kennenzulernen. Wer sich daher das Buch verschaffen will, wende sich an den Verlag Gerhard Kaffke in Bergen Enkheim b. Frankfurt/Main, wo es zu DM 22.80 erhältlich ist. Für Bezüger aus der Schweiz werden wir zum Preis von Fr. 26.90 einige Exemplare auf Lager legen.

Basen und Säuren in der Ernährung

Ein Leser unserer Zeitschrift bat mich anfangs des Jahres, zum Problem der Basen und Säuren in unserer Ernährung Stellung zu nehmen, ist er doch der Ansicht, dass die früheren Anschauungen mit dem heutigen Erfahrungsgut nicht mehr übereinstimmen würden. – Nun, ich erinnere mich noch lebhaft an meinen seinerzeitigen Aufenthalt in Dresden, wo ich das Labor des Dr.-Lahmann-Sanatoriums im «Weissen Hirschen» besuchte. Das war in der Mitte der zwanziger Jahre und Dr. Ragnar Berg war damals Vorsteher und Leiter dieses Labors. Bei ihm erhielt ich die besten Erklärungen über Vitamine und Säuren, die es zu jener Zeit gab, und die zum grossen Teil noch heute Gültigkeit haben. Dr. Ragnar Berg belehrte seine Schüler, dass etwas, das geschmacklich sauer reagiert, nicht unbedingt auch vom Standpunkt der chemischen Bewertung aus einen Säureüberschuss haben muss. So konnten wir beispielsweise feststellen, dass die meisten sauer schmeckenden Früchte, wie Johannisbeeren, Stachelbeeren und andere sogar einen Basenüberschuss aufweisen. Nur die Preiselbeeren zeigten als einzige einen Säureüberschuss an, obwohl sie geschmacklich auf der Zunge nicht etwa am sauersten schmecken.