Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 34 (1977)
Heft: 10

Artikel: Trockene Flechten
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553761

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: 15.07.2025

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

auch Wollfett, das aus der Schafwolle gewonnen wird. Irgendein solches Fett dient also als Grundlage und ihm fügt man Kräuterextrakte sowie reine, ätherische Oele bei. Je nach deren Art werden diese eine mehr oder weniger spezifische Wirkung zur Geltung bringen.
Für die fettfreie Hautpflege eignen sich fast alle schleimhaltigen Pflanzen. An erster Stelle von diesen steht die Wallwurz, bekannt auch als Symphytum. Auch Schleimstoffe aus Moosen wie Garagenmoos eignen sich. Ja sogar der Schleim von Quittenkernen ist früher mit Erfolg zum Erlangen einer weichen, elastischen Haut verwendet worden. Damals gebrauchte man auch Milch, vor allem Buttermilch als Schönheitsmittel zur Pflege der Haut. Dies soll das Geheimnis gewesen sein, dem die Königin Marie-Antoinette ihre feine Haut verdankte. So wenigstens wird dies berichtet.

Frühzeitiges Altern der Haut

Gegen das frühzeitige Altern der Haut konnte sich die Wallwurztinktur oder das verstärkte Symphosan als bewährt auszeichnen. Der darin enthaltene Pflanzenschleim hält die Haut sehr elastisch. Wirksam erweist sich daher die Durchführung einer täglichen Massage der Gesichtshaut mit diesen beiden Präparaten. Wer sich jeden Tag duscht, sollte die Zeit und Mühe nicht scheuen, den Körper mit einem dieser schleimigen Hautpflegemittel regelmässig zu massieren, denn dadurch wird sie länger elastisch und jung bleiben. Anders dagegen verhält sich die Haut, wenn man sie mit allerlei fragwürdiger Kosmetik, mit Puder und Schminke verdorben hat. Auf diese Weise wird sie allzufrüh alt und runzelig. Will man gegen diesen Nachteil günstig vorgehen, dann muss man sich in erster Linie einige Zeit mit Packungen oder Gesichtsmasken behelfen, indem man dazu Mandel- oder Weizenkleie gebraucht. Dadurch besteht die Möglichkeit, wieder etwas Leben und Elastizität in die Haut bringen zu können. Fügt man einer solchen Anwendung noch einige Tropfen Arnikatinktur bei, wird dadurch der Erfolg beschleunigt. Wenn die Talgdrüsen ganz schlecht arbeiten, kann man mit Johannisöl oder Creme Bioforce etwas nachhelfen, was allerdings sparsam geschehen soll. Noch besondere Erwähnung verdient die Ringelblume, da sie als Heilpflanze auch besonders gut auf die Haut einwirkt. Ein Absud der frischen Pflanze wie auch die Beigabe von Frischpflanzentinktur ins Waschwasser zeitigt vorzüglichen Erfolg.

Natürliches Vorgehen

Die Grundregel für eine erfolgreiche Hautpflege besteht in natürlichem, einfachem Vorgehen, denn dies hilft der Haut am besten. Auf sozusagen allen Gebieten ist es verhängnisvoll zu denken, viel helfe viel. Ist es nicht zum Sprichwort geworden, dass «Schmieren und Salben allenthalben hilft»? Wie wir es aber soeben beleuchtet haben, bewährt sich doch immer die homöopathische Regel weit besser, denn kleine Reize regen an, grosse können indes zerstören. Merken wir uns dies daher in Zukunft auch für die Pflege unserer Haut, und wir werden erfreulichere Erfolge erzielen.

Trockene Flechten

Oft sind es die Milchschorfkinder, die in späteren Jahren vor allem unter trockener oder schuppender Flechte zu leiden haben. Eine der zähesten unter den trockenen Flechtenarten ist die Psoriasis. Vom rein medizinischen Standpunkt aus gesehen, ist diese sehr schwer zu heilen, ja, oft gelingt dies überhaupt nicht. Es ist üblich, gegen sie mit Teer- und Schwefelsalbe vorzugehen. Für kurze Zeit kann diese Behandlungsweise eine Besserung, wenn nicht sogar eine Heilung vortäuschen. Aber es handelt sich dabei, wie gesagt, nur um eine Täuschung, da die Krankheit nach kurzer Zeit in weit schlimmerer Form erneut wieder in Erscheinung treten wird.

Noch weit schlimmere Neben- und Nachwirkungen als durch die Teer- und Schwefelsalbe erzeugte die Quecksilbersalbe, die früher ebenfalls noch verwendet wurde.

Vorteilhafte Behandlung

Neben der Einnahme von Pflanzenmitteln und salzarmer Diät muss man bei allen trockenen, schuppenden Flechten noch dafür besorgt sein, dass man die Haut mit heilwirkenden Oelen oder Cremen behandelt. Dies ist dringliche Notwendigkeit, weil bei all diesen Ekzemen die eigene Fettproduktion durch die Talgdrüsen sehr schlecht oder gar nicht arbeitet. Aus diesem Grunde muss ein Fettkörper dazu beitragen, diesen Mangel auszugleichen, insofern sich dies überhaupt bewerkstelligen lässt. Am allerbesten bewährte sich zu diesem Zwecke das echte, naturreine Johannisöl. Sollte dies nicht zur Verfügung stehen, dann findet es in einer Wollfettcreme gebührenden Ersatz. Sehr oft hat in solchen Fällen die Bioforce-Creme zum Erfolg geführt. Vorteilhaft ist es allerdings, diese im Wechsel mit Johannisöl zu verwenden, insofern man sich solches verschaffen kann. Zur heilsamen Behandlung gehört unbedingt zusätzlich noch das Betupfen der kranken Stellen mit Molkosan, was sich als sehr hilfreich erweist, weil dieses Milchsäurepräparat erstens einmal das unausstehliche Beissen vorübergehend beruhigt oder gar behebt, während der zweite Vorteil darin besteht, dass die Milchsäure verschiedene Bakterien, die sich in der Regel in der kranken Haut einnisten, zu töten vermag. Haben sich nach falscher Behandlung entzündete Stellen, vor allem Wundränder gebildet, dann ist das Betupfen mit Echinaforce sehr wirksam.

Diätetische Richtlinien

Neben den trockenen Flechtenarten gibt es auch solche, die fliessen. Man bezeichnete diese früher als Salzfluss, was aus allen alten Naturheilbüchern hervorgeht. Demnach brachte man damals durch diese Bezeichnung die erwähnte Krankheitserscheinung mit dem Salz in Beziehung. Die moderne Ernährungstherapie wies nun ebenfalls darauf hin, dass das Salz als Mitursache der Erkrankung eine wesentliche Rolle spielt. Es ist daher angebracht und unbedingt notwendig, eine kochsalzfreie Diät durchzuführen, insofern man eine völlige Heilung erzielen möchte. Wenn man glaubt, ohne Salz nicht auskommen zu können, dann sollte man statt dessen als Ersatz zu Trocomare greifen, um damit zu würzen, was indes ebenfalls sehr mässig zu geschehen hat. Da sich Hauterkrankungen sehr lästig auswirken, sollte sich der Kranke bemühen, vernünftige Ratschläge zu befolgen, denn auch der Gaumen kann sich neuen Forderungen anpassen, besonders wenn sie zur Behebung der Schwierigkeiten günstig mithelfen. – Das geschieht auch durch eine fett- und eiweissarme Diät, da sich erfahrungsgemäss auch eine solche bewährt. Allerdings muss zusätzlich eine vitalstoffreiche Ernährung mit viel Rohkost erfolgen. Eines der besten, diätetischen Heilmittel ist der Meerrettich. Man fügt diesen der Salatsauce oder dem Quark bei.

Innere Mittel

Die inneren Mittel kommen weniger stark zur Geltung. Erfahrungsgemäss unterstützen zwar Viola tricolor nebst Urticalcin und Nephrosolid die heilsame Wirkung. Im übrigen aber ist viel Geduld erforderlich, um eine trockene Flechte zu heilen. Das weist unwillkürlich auf genügend Zeit hin, aber auch auf einen folgerichtigen, regelmässigen Einsatz aller gegebenen Ratschläge. Sehr hartnäckige Fälle lassen sich auch mit einer strengen Karottensaftkur günstig beeinflussen, da sich dadurch angesammelte Giftstoffe ausscheiden können, wodurch der Heilungsprozess wesentlich gefördert wird. Aber auch eine solche Kur verlangt Zeit, Geduld und Konsequenz.

Schnellwirkende Mittel dienen in der Regel nur vorübergehender Beseitigung der äusseren Erscheinungen, haben jedoch keine Heilung zur Folge. Man sollte nie vergessen, dass bei starker Empfindlichkeit die gesamte Lebensweise eine grosse

Rolle pielt, weshalb man sie unbedingt dem Therapieplan anpassen sollte. Vor allem sollte man einer guten Nieren- und Lebertätigkeit sorgfältige Beachtung schenken, weshalb auch diese der Unterstützung bedürfen, was hauptsächlich mit der Diätfrage erreicht werden kann. Selbst nach völliger Heilung sollte man sich von Therpenen, ätherischen Oelen, Bodenwichse sowie vor modernen Wasch- und Putzmitteln hüten, können diese doch als auslösende Ursache der Erkrankung wirken, was besonders bei vorliegender Sensibilität nicht selten der Fall ist. Es heisst also auch in der Hinsicht den entsprechenden Forderungen zu gehorchen.

Schlankheitskuren

Es ist gar nicht so einfach bei Uebergewicht oder gar Fettsucht unter den vielen, angepriesenen Schlankheitskuren und den empfohlenen Diätmassnahmen, die richtige Wahl zu treffen. Selbst wenn man sich bei körperlicher Unstimmigkeit gerne bemüht, entsprechende Aenderungen vorzunehmen, geschieht dies doch stets mit der leisen Erwartung, auf einen befriedigenden Erfolg rechnen zu dürfen. In erster Linie sollten sich Hilfesuchende einmal fragen, wie es um ihre Ernährungsgewohnheiten bestellt ist. Eine grosse Anzahl unter ihnen mag feststellen, dass das regelmässige Nahrungsquantum zu gross ist. Oft isst ein Uebergewichtiger sogar um die Hälfte zuviel. Wer dies nun bei sich feststellen kann, darf meist damit rechnen, dass eine Schlankheitskur, wenn er sie gewissenhaft und folgerichtig durchführt, guten Erfolg zeitigen wird. Es gibt in solchem Falle eine einfache Regel, die zum gewünschten Ziele führen kann. Sie lautet: weniger essen, vor allem die Stärke einschränken. Wer gewohnt ist, hastig zu essen und flüchtig zu kauen, muss sich unbedingt umstellen, indem er sich die nötige Zeit zu langsamem Essen, gründlichem Durchspeicheln und gutem Kauen einräumt.

Andere Ursachen

Nicht bei allen Uebergewichtigen liegt die Ursache des Leidens beim zu grossen Nahrungsquantum oder bei verkehrter Essenstechnik. Ein Grossteil unter ihnen mag einer Funktionsstörung der endokrinen Drüsen unterliegen. Daran beteiligt kann vor allem die Schilddrüse sein, bei den Frauen ferner die Eierstöcke und beim männlichen Geschlecht eine Unterfunktion der Keimdrüsen. In solchen Fällen hilft eine Diät nur teilweise, obwohl sie dennoch für den allgemeinen Gesundheitszustand von Nutzen sein mag. Auch das Fasten bringt unter den erwähnten Umständen nicht den vollen Erfolg, wobei zusätzlich noch zu beachten ist, dass bei Menschen mit den erwähnten Krankheitsursachen das Fasten an sich meist schwer erträglich ist.

Heilsame Hilfeleistung

Was unter den erwähnten Umständen indes dienlich sein könnte, das ist eine kräftige Nachhilfe mit pflanzlichen Medikamenten, und zwar sollten diese Jod enthalten, insofern der Kranke das Jod ohne Störung erträgt. Nicht allen mag in solchem Falle bekannt sein, dass die Brunnenkresse sehr heilsam sein kann. Diese Pflanze wirkt milde und zeitigt bei regelmässiger, längerer Einnahme einen befriedigenden Erfolg. Bedeutend stärker und rascher wirken Meerpflanzen wie Kelp, da sie wesentlich mehr pflanzliches Jod enthalten. Man kann durch diese Einnahme zusätzlich noch jene lästige Müdigkeit bekämpfen, die in der Regel wetterbedingt ist und nicht einer natürlichen Müdigkeit entspringt. Die Einnahme des Mittels in Form von Kelpasantabletten muss allerdings dem Naturell und der Sensibilität des Patienten entsprechen. Morgens und mittags schwankt die Einnahme zwischen 1 bis 3 Tabletten, wobei darauf zu achten ist, dass die Anzahl der Tabletten von deren störungsfreier Einnahme abhängt, was bedingt, dass man weniger einnehmen darf, sobald sich eine Störung