

Sonnenlicht und Gesundheit

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege :
Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf**

Band (Jahr): **4 (1894)**

Heft 5

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Sind wir nicht Wanderer durch diese Welt und für etwas Besseres bestimmt?

Leset meine Bücher: „Meine Wasserkur“, die in 5 Jahren 50 Auflagen erlebt hat; „So sollt Ihr leben“, ist auch in der 40. Auflage erschienen und sie wird jetzt bald zu Ende gehen.

Es wird schon manche Mutter gedacht haben: „so kann man doch nicht mit Kindern umgehen“; hört meine Worte und härtet Eure Kinder ab!

Man ist zu tyrannisch mit der Natur umgegangen, wenn man eine 1/4 Stunde im kalten Bade geseßen ist; unsere Natur soll zart behandelt werden und außer schuldlosen Kräutern kein Mittel genommen werden, man hat leider heutzutage schon zu viele Gifte.

Nun so wünsche ich nur so viel, daß Ihr es gut aufgenommen habt, wenn ich auch etwas derb in meinen Worten war, die Wahrheit muß doch gesagt werden!

Ich wünsche Allen gute Nacht!

Sonnenlicht und Gesundheit.

Die sanitären und therapeutischen Vorzüge der Wirkungen des Sonnenlichtes sind in neuerer und neuester Zeit mehr und mehr erschlossen worden. Man anerkennt jetzt die vorteilhaften Einflüsse der Kräfte des Lichtes, der Wärme und Elektrizität für die Gesundheit.

Bergegenwärtigen wir uns zunächst die Wirkungen des Sonnenlichtes auf Desinfektion. Ueber das, was zu diesem Zwecke geschehen kann und muß, hat man in neuester Zeit klare Vorstellungen erlangt. Wir wissen auf Grund neuester Forschungen, daß das Sonnenlicht einen mächtigen Einfluß ausübt auf die Zerstörung schädlicher Bakterien, und daß wahrscheinlich auch die sog. Selbstreinigung der Flüsse auf

einer Zerstörung von Bakterien durch Einwirkung des Lichtes beruht.

Im Gleichen wirkt das Sonnenlicht auch als Desinfektionsmittel für feste Stoffe. Verschiedene Beobachter haben festgestellt, daß infizierte Stoffe, Waaren oft unschädliche Eigenschaften erlangen durch Einwirkung von Licht und Luft. Sternberg hat nachgewiesen, daß der Cholerabacillus durch diese Einflüsse rasch vernichtet wird. Licht und Luft müssen auch aus diesen Gründen als die besten Freunde unserer Gesundheit gelten.

Indirekt hat das Sonnenlicht einen großen Einfluß auf die Gesundheit und dieser besteht in der Kontrolle der Reinlichkeit. Reinlichkeit ist sich Selbstzweck, ein Zweck, der aber nicht allenthalben befolgt werden kann, insbesondere, wenn Umstände die Unreinlichkeit verbergen oder verdunkeln. Bei der Errichtung und Einrichtung von Wohnhäusern soll daher darauf Bedacht genommen werden, daß solche Räume, welche der Unreinlichkeit am meisten ausgesetzt sind, auch am meisten Licht empfangen. Es ist sonderbar, daß in dieser Beziehung gerade das Gegenteil stattfindet. Kaminsteine, Kehrriechkästen, Wasserflosets werden gewöhnlich in die dunkelsten Ecken verwiesen. Selbst bei der besten Abfuhrreinrichtung können für die Gesundheit Nachteile erwachsen, wenn die Klosets dunkel gehalten und dadurch die Unreinlichkeit begünstigt wird. Rücksichten der Reinlichkeit, Gesundheit und Schicklichkeit fordern, daß diese Orte das nöthige Licht erhalten.

(Gesundheit.)

Korrespondenzen.

Die Namen der Geheilten werden nur mit deren Erlaubniß veröffentlicht.

Zürich IV W, Rothstraße 2, 16. März 1894.

Sehr geehrter Herr Direktor!

Seit meinem letztjährigen Bericht sind bei mir in Behandlung gekommen: