

# Rainer Matejka

## Ausleitende Therapieverfahren - Studienausgabe

Extrait du livre

[Ausleitende Therapieverfahren - Studienausgabe](#)

de [Rainer Matejka](#)

Éditeur : Elsevier Urban&Fischer Verlag



<http://www.editions-narayana.fr/b22094>

Sur notre [librairie en ligne](#) vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne

Tel. +33 9 7044 6488

Email [info@editions-narayana.fr](mailto:info@editions-narayana.fr)

<http://www.editions-narayana.fr>



# 9

## Ausleitung über die Haut

<b>9.1</b>	<b>Anatomie und Physiologie der Haut .....</b>	<b>88</b>
	<b>Durchblutungsfördernde und schweißtreibende Maßnahmen .....</b>	<b>89</b>
9.21	Ansteigendes Warmbad .....	89
9.22	Luftbad .....	89
9.23	Trockenbürsten .....	89
9.24	Die Sauna .....	90
	<b>Einzelne Verfahren der Hydrotherapie .....</b>	<b>92</b>
9.31	Prießnitz-Wickel .....	92
9.32	Schroth-Kur .....	94
9.33	Kneipp-Güsse .....	96
9.34	Felke-Therapie .....	98
9.35	Bäder .....	100
9.36	Wadenwickel .....	101
	<b>Aschner-Verfahren .....</b>	<b>102</b>
	<b>Schröpfen .....</b>	<b>102</b>
9.51	Geschichte des Schröpfens .....	102
9.52	Grundlagen .....	103
9.53	Trockenes Schröpfen .....	106
9.54	Saugglockenmassage .....	108
9.55	Blutiges Schröpfen .....	108
	<b>Cantharidenpflaster .....</b>	<b>110</b>
9.61	Geschichte des Cantharidenpflasters .....	110
9.62	Wirkweise .....	111
9.63	Indikationen und Kontraindikationen .....	111
9.64	Durchführung .....	112
	<b>Baunscheidtverfahren .....</b>	<b>113</b>
9.71	Geschichte des Baunscheidtverfahrens .....	113
9.72	Wirkweise .....	114
9.73	Indikationen und Kontraindikationen .....	114
9.74	Durchführung .....	115
	<b>Historische ausleitende Verfahren .....</b>	<b>116</b>
9.81	Fontanellentherapie .....	116
9.82	Haarseiltherapie .....	117

## 9.1 Anatomie und Physiologie der Haut

Mit rund 2 m<sup>2</sup> Oberfläche und einem Gesamtgewicht von ca. 15 kg stellt die Haut das größte und schwerste Organ dar. Ihre Aufgaben gehen über die einer Schutzhülle bei weitem hinaus. Über die **Perspiratio insensibilis**, die unsichtbare Hautatmung, scheidet der Organismus pausenlos Stoffwechselprodukte bis hin zu hochtoxischen Substanzen aus. Ohne funktionierenden **Hautstoffwechsel** ist daher der Stoffwechsel des Gesamtorganismus beeinträchtigt. Die Gefahr der Retention ausleitungspflichtiger Stoffwechselprodukte steigt und mit dieser die Gefahr chronisch-degenerativer Erkrankungen, etwa allergischer oder rheumatischer Krankungsbilder.

Die **Toxinausscheidung** erfolgt durch Schweiß- und Talgdrüsen. **Schweißdrüsen** finden sich über die gesamte Körperoberfläche verteilt. Im Regelfall verdunstet der Körper 0,5-1 l **Schweiß** pro Tag. Im Bedarfsfall kann sich diese Menge jedoch bis auf 5 Liter steigern. Aufgrund dieser Fähigkeit wird die Haut umgangssprachlich auch als „dritte Niere“ bezeichnet. Über den Schweiß können nach neueren Untersuchungen bis zu 800 verschiedene **Substanzen ausgeschieden** werden. Hierunter fallen flüchtige Fettsäureanteile, Harnsäurebestandteile, verschiedene weitere Säuren wie z.B. Essig- und Milchsäure bis hin zu toxischen Stoffwechselprodukten. Selbst im Tabak enthaltene Teerstoffe wie Enanthrene können über die Haut ausgeschieden werden.

Die im Haarbalgbereich sitzenden **Talgdrüsen** sondern vor allem **Endprodukte** aus dem Pharmakastoffwechsel, Schwermetalle und Substanzen der intestinalen Autointoxikation aus. Verlegungen der Talgdrüsenausführungsgänge äußern sich in papulo-pustulösen Erscheinungen wie z.B. der Akne. Von daher erscheint die üblicherweise praktizierte lokale bzw. antibiotische Therapie aus humoralmedizinischer Sicht lediglich als symptomatischer Behandlungsversuch, der die eigentlichen Ursachen außer Acht lässt.

**Schwitzen** steigert die **Ausleitungskapazität** der Haut. Die alte Empfehlung von Hippokrates, jeder Mensch solle einmal täglich im Freien bis zum Schwitzen arbeiten, unterstreicht, dass schon vor Jahrtausenden der Wert des Schwitzens erkannt wurde. Hieraus lassen sich zweierlei Schlussfolgerungen ableiten: **Ständiges spontanes** Schwitzen, z.B. nachts oder auch ohne körperliche Betätigung, deutet auf einen erhöhten Ausleitungsbedarf des Organismus über die Haut hin. Zum Zweiten stellt das **Anregen des Schwitzens** durch unterschiedliche Maßnahmen eine wichtige naturheilkundliche Therapie zur **Verbesserung der Gesamtstoffwechselfunktionen** dar. Bei Menschen, die nicht schwitzen können, ist dieser wichtige Ausleitungsweg blockiert und die Gefahr steigt, dass sich chronische Erkrankungen, wie z.B. rheumatische Symptome, verstärken.

An der **Unfähigkeit zu schwitzen** sind externe **Faktoren** schuld, wie z.B. die übermäßige Verwendung von Deodoranzien, die Haut gerbende Substanzen oder das Sonnenlicht. Ein dosiertes sich Aussetzen der **UV-Strahlung** ist sicherlich nicht von vornherein gesundheitsschädlich. Übermäßiges Sonnenbaden führt jedoch zu vorzeitiger Degeneration der Haut und vermindert die Funktion der Hautanhangsgebilde. Kurzwelliges UV-B-Licht schädigt die oberste Hautschicht und begünstigt zudem das Auftreten von Melanomen. Das längerwellige UV-A-Licht, häufig als angeblich harmlos dargestellt, schädigt das Unterhautfettgewebe und mindert ebenso wie eine übermäßige Einwirkung von UV-C-Strahlung die Elastizität und Ernährung des Unterhautfettgewebes. Die Haut wird faltig und bekommt ein pergamentartiges Aussehen (aktinische Elastose). Jahrelang zur Schau getragene Fitness durch Bräune führt somit vorzeitig zu lederartiger Faltenhaut und bewirkt, dass der Betroffene einen vorgealterten Eindruck macht.

Nachfolgend aufgeführte erfahrungsheilkundliche Verfahren vermögen die **Ausleitungskapazität der Haut zu steigern bzw. benutzen** sich der **Haut**, um auf diese Weise **Toxine** unmittelbar aus dem Organismus **auszuleiten**.

## 9.2 Durchblutungsfördernde und schweißtreibende Maßnahmen

Die Durchführung erfolgt 1 x **täglich**, bis eine deutliche Befindensbesserung eingetreten ist. Dies dürfte nach 2-3 Tagen erfolgt sein.

### 9.2.1 Ansteigendes Warmbad

#### Wirkweise

Als einfache physikalische Maßnahme zur **Anregung der Diaphorese** hat sich das ansteigende Warmbad bei gleichzeitigem Trinken eines erhitzen Getränks bewährt. Vor allem Lindenblütentee unterstützt den **schweißtreibenden Effekt**.

#### Indikationen und Kontraindikationen

- Besonders geeignete **Indikationen** sind akute und chronische Infekte, chronisch-rheumatische Erkrankungen oder eine „Frierneigung“.
- Relative **Kontraindikationen** stellen kardiovaskuläre Erkrankungen und eine erhöhte Thrombosegefahr dar, weil infolge der Wärmezufuhr durch Gefäßweitstellung eine Verlangsamung der Blutfließgeschwindigkeit eintritt und zusätzlich eine erhöhte kardiopulmonale Belastung durch reaktive Frequenzbeschleunigung eintritt.

#### Durchführung

- Eine Badewanne wird halb gefüllt mit einer indifferenten Wassertemperatur von 33-35 °C. Als Zusätze sind besonders Rosmarinöl (durchblutungsanregend, Ionisierend) und Fichtennadelöl (abwehrsteigernd) sinnvoll. Dann steigt der Patient in die Wanne.
- Bis die Wanne gefüllt ist, erfolgt ein langsamer Zulauf von **heißem Wasser**. Die Wassertemperatur sollte dann **38-40 °C** erreicht haben. Dort verweilt der Patient dann noch für 10-20 Minuten.
- Das Bad kann evtl. mit einer kurzen Kneipp'schen Kaltabschreckung beendet werden. Anschließend empfehlen sich Abtrocknen und **Nachschwitzen** im Bett. Letzterer Effekt kann durch Trinken von **schweißtreibenden Tees** (2-4 Tassen Lindenblütentee) noch gesteigert werden.

### 9.2.2 Luftbad

#### Wirkweise

Dieses alte, klassische Naturheilverfahren wurde einst in den Licht- und Luftbädern der Naturheilvereine praktiziert. Die Luft stellt den mildesten **Temperaturreiz** dar. Dadurch werden Atmung und Hautdurchblutung angeregt. Demzufolge ist das Luftbad eine besonders sanfte Abhärtungsmaßnahme, vor allem bei asthenischer Konstitution (> 5.3).

#### Indikationen

Besonders geeignete **Indikationen** sind eine chronische Infektanfälligkeit, vegetative Dystonie, Hypotonie, Hypertonie oder Wetterfühligkeit.

#### Durchführung

- Bei geöffnetem Fenster oder im Freien setzt sich der Patient **unbekleidet der Luft** für 1-2, später evtl. bis zu 5 Minuten aus. Je kälter die Lufttemperatur ist, desto stärker ist dabei der Reizeffekt.
- Ein gleichzeitiges Durchführen von (Atem-) **Gymnastik** verstärkt die Sauerstoffaufnahme und CO<sub>2</sub>-Abatmung und wirkt somit entsäuernd. Die Übungen werden **täglich** über mehrere Wochen, sinnvoller Weise morgens nach dem Aufstehen bzw. abends vor dem Zubettgehen durchgeführt.

### 9.2.3 Trockenbürsten

#### Wirkweise

Beim Trockenbürsten erfolgt eine Anregung der **Hautdurchblutung** und damit Aktivierung der **Schweißsekretion** durch den mechanischen Reiz.



Rainer Matejka

## Ausleitende Therapieverfahren - Studienausgabe

Methoden und Praxis

296 pages, broché

publication 2017



Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain

[www.editions-narayana.fr](http://www.editions-narayana.fr)