

Was wir Deutschen schon vor 1920 über das antirachitische Vitamin D wussten!

Weitaus die bekannteste und leider häufigste einheimische Vitaminmangelkrankheit ist die Rachitis oder Englische Krankheit.

Ein Volksleiden in des Wortes schlimmster Bedeutung, von dessen Ausbreitung zumal in den ärmeren Kreisen der Bevölkerung die wenigsten Menschen eine Ahnung haben.

Vom 3. Und 4. Lebensmonat bis etwas zum 4 Lebensjahr sucht es sich seine Opfer; aber die sog. „Spätrachitis“ kann auch noch Kinder bis zum 9. Jahre und darüber befallen.

Gegenden mit starker Sonnenbestrahlung pflegen auffallend wenig von der Rachitis heimgesucht zu werden, was ja leicht dadurch erklärlich ist, das die ultravioletten Strahlen das Vorvitamin Ergosterin zum eigentlichen antirachitischen Vitamin D „aktivieren“; daher sind die Hochalpen, die arktischen und die tropischen Gebiete, die im Ozean anliegenden Inseln, die Meeresküsten Norwegens, Englands usw. praktisch rachitisfrei.

Besonders schwer betroffen werden die Niederungen und hier wieder die Großstädte mit ihren lichtarmen Elendsvierteln.

Haupterscheinung der Krankheit ist die Störung in der Umwandlung des unfertigen, weichen in fertiges festes Knochengewebe, hervorgerufen durch die Unfähigkeit des Knochens, die im Säftestrom kreisenden Kalksalze festzuhalten und anzubauen.

Infolgedessen kommt es zu Verkümmierungen der Knochen, zu Auftreibungen der weich gebliebenen Knochenenden, was man z.B. an den Rippen als „rachitischen Rosenkranz“ bezeichnet.

Das Hinterhaupt, das auf Druck nachgiebig ist, plattet sich durch das Liegen ab, die häutigen Zwischenräume zwischen den Ecken der einzelnen Schädelknochen (die „Fontanellen“) verschließen sich nicht, das Brustbein springt zur „Hühnerbrust“ vor, der Bauch erscheint aufgetrieben.

Die Wirbelsäule verbiegt sich, das verengte und abgeplattete Becken kann später im weiblichen Geschlecht ein schweres Geburtshindernis bilden, die Gliedmaßenknochen, besonders die Beine, verbiegen sich durch die Last des Körpers.

Solche unglücklichen Kinder lernen spät gehen, verlernen es bisweilen sogar wieder; die Zahnentwicklung erleidet Störungen und noch später erzählen die Querriefen an den Zähnen sowie die etagenartigen abgestuften Schneidezähne von dem durchgemachten Leiden.

Welke und blasse Haut, schlaffe Muskulatur, Neigung zu Schweißen und Verdauungsstörungen, Blutarmut, Krampfsucht und erhöhte Anfälligkeit für Katarrhe und Ansteckungskrankheiten, zumal für die gefürchtete Tuberkulose, begleiten die Rachitis, deren frühzeitige Erkennung und Bekämpfung daher für die Volksgesundheit von größter Bedeutung ist. Eltern deren Kleinkinder bei allgemeiner Unruhe, mangelndem Appetit und schlechtem Schlaf gern den Kopf auf den Kissen reiben,

schwitzen, bei Berührungen, zumal an der Brust, schreien und von Durchfällen und Katarrhen geplagt werden, sollten daher nicht zögern, den Arzt zu befragen.

Diesem steht heute in dem reinen, durch Bestrahlung von Ergosterin gewonnenen D-Vitamin ein durchaus sicheres Mittel gegen alle Formen der Rachitis zur Verfügung; auch gegen andere Störungen im Knochenwachstum und Knochenstoffwechsel ist das reine Vitamin D, das in verschiedenen Zubereitungen im Handel ist, das Mittel der Wahl.

Unter seinem Einfluss gewinnt das knochenbildende Gewebe wieder die Fähigkeit, Kalksalze festzuhalten und anzubauen, wodurch der Knochen seine natürliche Festigkeit erlangt.

Auch die mit Störungen im Kalkstoffwechsel einhergehende Krampfbereitschaft der Kinder (Spasmophilie) und Krampfsucht der Erwachsenen (Tetanie) läßt sich durch reines D-Vitamin heilen, ebenso ist dessen Anwendung bei skrofulösen Erkrankungen, Knochentuberkulose, tuberkulösen Knochenfisteln und so weiter von Erfolg.

Die Heilung von Knochenbrüchen wird durch das Vitamin sichtlich gefördert und beschleunigt, Zahnbildung und Zahndurchbruch gebessert; ja sogar bei der entstellenden Gelenksentzündung (Arthritis deformans) hat man von der Behandlung mit reinem Vitamin D Erfolge gesehen, die man dem unmittelbaren Einfluss des Lebensstoffes auf den Kalkstoffwechsel wird, zuschreiben müssen.

Nicht selten sieht der Arzt gute Wirkungen von der Vitamin-D-Behandlung auch auf jenen ungesunden Allgemeinzustand des Kindesalters, den die Wissenschaft als „Exsudative Diathese“ bezeichnet und der sich in Neigung zu Hautausschlägen (besonders Milchschorf) und Schleimhautkatarrhen der oberen Luftwege sowie Lymphdrüenschwellungen (besonders am Halse) äußert.

Und schließlich verdient noch Erwähnung, dass nach neuesten Untersuchungen, die Vitaminbehandlung nicht nur die körperlichen Krankheitserscheinungen beeinflusst, sondern auch auf die geistige Zurückgebliebenheit rachitischer und skrofulöser Kinder aufs günstigste einwirkt.

So ist das reine D-Vitamin heute aus unserem Arzneischatz kaum noch wegzudenken und dies nun um so weniger, als seiner Verwendung, zumal im Kampfe gegen die Volkskrankheit Rachitis eine mindestens ebenso große Bedeutung als Vorbeugungs- wie als Heilmittel zukommt.

Eine solche vorbeugende Anwendung ist um so angebrachter, als ja die zu voller Entwicklung gelangende Rachitis so vielen anderen Krankheiten den Boden bereitet.

Gerade bei rachitisgefährdeten Kindern sollte daher nicht bis zum Ausbruch des Leidens gewartet werden, sondern rechtzeitig vorgebeugt werden und hiermit sind in den letzten Jahren in der Säuglingsfürsorge, in Säuglingsheimen, Kindergärten und Mütterberatungsstellen die Erfolge erzielt worden.

So hat denn auch die Reichsgesundheitsführung bestimmt, dass jeder rachitisverdächtige Säugling das reine D-Vitamin erhält, das den Müttern zu diesem Zweck kostenlos zur Verfügung gestellt wird. Dieses Verfahren ist ebenso sicher wie

natürlich und ungefährlich; wir dürfen heute ohne Übertreibung sagen, dass mit einigen Tropfen das D-Vitamins pro Tag jedes Kind mit geradezu mathematischer Sicherheit vor der Rachitis geschützt und ebenso sicher von der Rachitis geheilt werden kann.

Die Durchführung der Aktion spielt sich der Weise ab, dass das Gesundheitsamt den Müttern zu einem sogenannten „Rachitis-Termin“ eine Aufforderung übermittelt, in der die Mutter ersucht wird, mit ihrem Säugling in die Beratungsstelle des Staatlichen Gesundheitsamtes oder in die Hilfsstelle „Mutter und Kind“ der NSD (Erziehungswissenschaft) zu kommen.

Dort wird nach erfolgter ärztlicher Untersuchung eine Flasche der Vitamin-D-Lösung ausgegeben mit der Anweisung, dem Säugling davon in der täglichen Nahrung 5 Tropfen (100.000i.E) zu verabfolgen. Die Anwendung des Mittels wird dann in den Häusern durch die Fürsorgekräfte des Staates und der NSD überwacht.

Das bei alledem, sei es nun bei der Vorbeugung oder auch bei der Behandlung der Rachitis, neben der Darreichung des reinen D-Stoffes auch sonst die Schädigung ausgeschaltet und für zuträgliche Lebens- und Ernährungsbedingungen, für Sonne und frische Luft, frisches Gemüse, frisches Früchte usw.. gesorgt werden muss, ist zu selbstverständlich, als dass es hier noch besonderer Betonung bedürfte.

Dies waren Zeilen aus dem Buch, „Gesund durch Vitamine“ - Die Lebensmittel unserer Nahrung und Ihre Bedeutung für die menschliche Gesundheit und Heilkunde!
Von Dr. med. et phil. Gerhard Venzmer
Copyright 1935