

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 56 (1999)  
**Heft:** 5: Schöne Exotin Papaya

**Artikel:** Flecken auf der Haut  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557846>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 02.04.2025

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

## Flecken auf der Haut

Die Haut verfärbt sich häufig: wir sind blass vor Wut, blau vor Kälte, rot vor Zorn (und manchmal vielleicht gelb vor Neid). Hautflecken und Farbveränderungen können völlig harmlos, aber auch Anzeichen verschiedener Erkrankungen sein. Welche Hilfsmittel die Naturheilkunde und die Homöopathie bereit halten, wann man unbedingt zum Arzt muss und wann man ziemlich machtlos vis-à-vis bleibt, sagen wir Ihnen in unserem «Fleckenreport» Nr. 2.

**LEBERFLECK.** Spätestens seit dem amerikanischen Supermodel Cindy Crawford sind Leberflecke, selbst im Gesicht, wahre Schönheitsflecke. Leberflecke können mehrere Farbtöne aufweisen, von Rot über Braun bis Schwarz. Aufpassen muss man, wenn ein solcher Fleck plötzlich grösser wird, blutet oder durch das Reiben von Kleidungsstücken gereizt wird. Einen solch veränderten Fleck sollte man unbedingt dem Hautarzt vorstellen, denn nur er kann prüfen, ob das gutartige Mal bösartig geworden ist. In den meisten Fällen gibt es Entwarnung, doch ist Sorglosigkeit fehl am Platz, zumal die rechtzeitige Entfernung einer späteren Entwicklung zum Krebs vorbeugen kann. ★ Muttermal, Pigmentfleck oder medizinisch Naevus sind andere Bezeichnungen für Leberfleck.

**WEISSE FLECKEN.** Scharf begrenzte helle Hautflecken mit dunkleren Rändern nennt man Weissfleckenkrankheit, Vitiligo oder Scheckhaut. Die pigmentlosen Flecken, deren Ursache unklar ist, können am ganzen Körper vorkommen, bilden auch bei Sonneneinstrahlung keine Pigmente und sind daher äusserst sonnenbrandgefährdet. Die an sich harmlosen, nicht ansteckenden Flecken können für Betroffene manchmal sehr störend sein. Zur Behandlung, die nicht ohne Nebenwirkungen,

oft auch langwierig und ohne sicheren Erfolg ist, gehört Vitiligo in die Hand des Arztes. Viele kommen gut mit einer «Camouflage» zurecht, das ist die Angleichung der hellen an die übrigen Hautpartien, die Ihnen eine gute Kosmetikerin gerne zeigt.

**DUNKLE FLECKEN** im Gesicht können durch hormonelle Veränderungen in der Schwangerschaft oder durch die Einnahme der «Pille» entstehen. Sonnenlicht verstärkt die unschönen, aber harmlosen Verfärbungen (Chloasma). Sie verschwinden, wenn die Verursacher nicht mehr wirken. Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtfaktor oder Sunblocker verwenden. ★ Dunkle Hautflecken können auch durch vaselinehaltige Hautcremes, bestimmte Parfümstoffe (Bergamottöl), Eau de Cologne oder sogar Erfrischungstücher in Verbindung mit Sonneneinstrahlung entstehen. Verzichten Sie vor dem Sonnenbad auf Parfüms und parfümierte Kosmetika, und verwenden Sie keine Cremes auf Vaselinebasis, denn die Verfärbungen (Berloque-Dermatitis) können Monate und Jahre bestehen bleiben.

**SOMMERSPROSSEN** (Epheliden) finden alle Leute niedlich - nur die Betroffenen nicht. Doch gibt es für Sommersprossen-Träger nur einen vernünftigen Rat: Untergehen Sie nichts, machen Sie das Beste aus Ihrem Typ und tragen Sie die kleinen harmlosen Fleckchen als individuellen Schmuck. Die Neigung zu Sommersprossen ist vererbt und besteht meist beim blonden und rothaarigen Typ. Möchten Sie keine Vermehrung der Sommersprossen riskieren, benutzen Sie Sonnenmittel mit hohem Schutzfaktor.

**ALTERSFLECKEN** sind Pigmentvermehrungen auf der Haut mit zunehmendem Alter. Man unterscheidet flache *aktinische Keratosen*, die von der Sonnenbestrahlung herrühren, und *seborrhoische Keratosen*, das sind braune oder gelbliche, leicht erhöhte Flecken. Meist sind diese Erscheinungen harmlos. Allerdings sollten (wie bei Leberflecken) Verände-

rungen ein Grund sein, sie dem Arzt zu zeigen, damit sich kein Hautkrebs entwickelt.

★ De-Morgan-Flecken (auch Kirschflecken) sind rote, stecknadelkopfgrosse Pickelchen von zirka zwei Millimeter Durchmesser, die im mittleren und höheren Alter am Rumpf auftreten. Es handelt sich um bedeutungslose Verklumpungen winziger Blutgefäße. Sie können bluten, wenn sie verletzt werden.

**SONNENFLECKEN.** Alle Hautflecken, die durch intensive Sonnenstrahlung verursacht sind (Sommersprossen, dunkle Flecken, Altersflecken), sollen durch das Auftragen bzw. Einreiben des Fruchtfleisches der reifen Papaya verschwinden. Man kann auch die Kerne einer reifen Papaya trocknen, mahlen und zusammen mit Avocadomus als Paste auftragen.

**WARZEN** sind durch Viren hervorgerufene gutartige Wucherungen. Oft steckt man sich beim Barfusslaufen in Schwimmbädern und Fitnessstudios an. Der Hautarzt kann Warzen vereisen, aber probieren Sie es zuvor mit dem Aufbinden von Bananen- bzw. Papayaschale oder dem Bestreichen mit Thuya- oder Schöllkrauttinktur. Auch frischer Wolfsmilch-, Zwiebel- und Knoblauchsafte kann Warzen vernichten (selbst Eigenurin hat schon geholfen). Bei nach innen wuchernden Dornwarzen (Fusssohle) hat sich die Einnahme von Thuja D4 oder D6 bewährt.

**BLAUE FLECKEN.** Durch Druck, Stoss oder Schlag hervorgerufene schmerzende Stellen. Der blaue Fleck entsteht, wenn verletzte Äderchen unter der Haut bluten. Behandlung: in den ersten 24 Stunden ist Kälte gut, sie hält den Bluterguss so klein wie möglich. Kaltes Wasser, Eiswürfel oder kalte Umschläge mit 2 EL Arnikatinktur,  $\frac{1}{8}$  l Alkohol und  $\frac{1}{2}$  l Wasser. Nach der akuten Phase kann Wärme ausgedehnte Blutergüsse schneller zum Verschwinden bringen: warme Bäder, Moorpackungen, Schrot-packungen (aus Weizenschrot und Wasser einen dicken Brei kochen, so heiss wie möglich auflegen, mit Tüchern umwickeln und mit Plastikfolie abdichten). Hilfreich ist eine

Behandlung mit Wallwurz-/Beinwelltinktur, z.B. *Symphosan N* von A. Vogel oder Wallwurzcreme. Bewährt hat sich auch die Einnahme von je 5 Tropfen Arnika D 30 direkt nach dem Ereignis und zwei Stunden später.

**FROSTBEULEN** sind rote oder bläuliche teigige Schwellungen, die im Bereich der Beine und Zehen, der Finger, der Nase oder den Ohren auftreten. Es handelt sich nicht um Erfrierungen, sondern brennende, juckende, schmerzende Stellen, die auf einer krankhaft gesteigerten Empfindlichkeit der Hautgefäße beruhen - dadurch wird Kälte und Nässe besonders unangenehm. Frostbeulen gehören in therapeutische Behandlung, denn sie sind Anzeichen einer Gefäss- und Kreislaufstörung der Haut. Die Durchblutung lässt sich auch mit Wechselbädern (oder Umschlägen) ankurbeln: 5 Minuten in 37 °C warmem Eichenrindenbad, 5 Sekunden in kaltem Wasser.

**GERSTENKORN** (Hordoleum). Oft reift die Eiteransammlung einige Tage und leert sich dann von selbst. Beschleunigen lässt sich der Prozess durch das Auflegen von Watterondellen, getränkt mit möglichst heissem Kamillente. Vorsicht beim Entfernen des Eiters: die Erreger können verschleppt werden. Nach der Eiterentleerung nimmt man zum Ausheilen 3 mal 5 Globuli *Silicea D6*. ★ Auch bei anderen Abszessen sorgt man dafür, dass der Eiter abfließen kann, z.B. durch die Auflage von heissen Säckchen mit Leinsamen- oder Bockshornkleebrei bzw. mit zerdrückten gekochten Kartoffeln, durch Umschläge oder Bäder mit einem Kamille-Arnika-Aufguss. ★ Sind die Abszesse oder Furunkel (eitrigte Entzündungen an einem Haarbalg) gross, müssen sie innerhalb von 24 Stunden vom Arzt versorgt werden, damit der Eiter nicht nach innen durchbricht. ★ Abszesse im Gesicht nicht ausdrücken, weil die Bakterien direkt an die Hirnhäute gelangen können. ★ Im Frühstadium eines Abszesses (pochende Schmerzen, heisse rote Haut, aber noch kein Eiter) vermeidet die Einnahme von Belladonna D4 oft Schlimmeres. • IZR