Verschiedenes

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf**

Band (Jahr): **21 (1911)**

Heft 8

PDF erstellt am: **31.05.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Sie verordneten ihr Angioitique 3, Arthritique, Lymphatipue 1, Organique 7 und Organique 9 in erster Verdünnung zu nehmen, Nerveux und Lymphatique 4 trocken, Kolayo vor den zwei Hauptmahlzeiten, und einmal täglich eine Einreibung des ganzen Rückgrates vornehmen zu lassen mit einer alkoholischen Lösung von Lymphatique 5, Organique 5 und Blauem Fluid.

Meine Tochter ist nun, Dank Ihrer Hilfe, wieder hergestellt. Seit Ende Oktober hat sie ihre Tätigkeit als Lehrerin wieder aufgenommen; im Anfange fühlte sie sich nach ihrem Tagewerk ziemlich ermüdet, was gewiß nicht verwundern mußte, aber es ging gleich von Woche zu Woche besser und jetzt ist von einer Ermüdung keine Rede mehr. Die Periode ist seit Beginn der Kur wieder ohne Schmerzen eingetreten. Meine Tochter fühlt sich wieder wie neugeboren, sie fühlt wieder die junge Lebenskraft in sich und den vollen Lebensmut. Sie ist glücklich und dankbar für diesen glänzenden und schnellen Erfolg.

Auch ich bin Ihnen aufrichtig dankbar und bitte Sie unsere freundlichen Grüße entgegenzunehmen.

Frau **Amalie Schmid.**

Verschiedenes

Wie vermeidet man den Schreibkrampf?

Mit dieser Frage beschäftigt sich ein französischer Arzt in einem interessanten Aufsatz, den er in der „Nature" veröffentlicht hat. Es scheint, daß der Schreibkrampf immer häufiger wird. Die Untersuchungen über die Entstehung dieser Krankheit haben gezeigt, daß bei der physischen Uebermüdung und Ueberanstrengung der Handmuskeln auch der physische Zustand des Schreibenden eine wesentliche Rolle spielt. Die Hast, die rasch dahingleitenden Gedanken schriftlich zu fixieren, treibt den Schreibenden dazu, die Bewegungen der Hand immer mehr zu beschleunigen, und damit verändert er die Bedingungen, unter denen die Muskeln beim Schreiben ihren Dienst versehen. Jeder Mensch bringt je nach seiner Handschrift eine bestimmte Muskelgruppe der Hand in eine bestimmte Tätigkeitsform; die Art, die Feder zu halten, die Handschrift, die Form des Arbeitstisches, die Haltung des Unterarmes, all das ist von wesentlichem Einfluß daran, welche Handknöchel und Armmuskeln angestrengt werden. Um nun das Schreiben weniger anstrengend zu machen, kommt alles darauf an, die Arbeit unter den verschiedenen Muskeln soviel als möglich zu verteilen und zu wechseln, damit jeder Anstrengung auch eine Ruhepause folgt. Daß dies nicht geschieht, das ist die Ursache des Schreibkrampfes. Und daraus erklärt sich auch, daß alle Mittel gegen den Schreibkrampf, Massage, Elektrizität usw., nie dauernde Abhilfe schaffen. „Wenig, langsam, rund, groß, steil", das sind die fünf Worte, die jeder im Auge haben soll, den sein Beruf dazu zwingt, täglich längere Zeit zu schreiben. Wer unter dem Schreibkrampf zu leiden hat, soll wenig schreiben, d. h. nach einer Weile eine kleine Pause machen, um den Muskeln Erholung zu gönnen. Das rasche Schreiben wird oft zum Anlaß des Krampfes, weil die hastigen Bewegungen gewaltsame Muskelkontraktionen herbeiführen. Mit dem Worte „rund" ist gemeint, daß man scharfe Ecken in der Schrift soviel als möglich vermeiden soll. In allen eckigen Schriften zeigen die Schriftzeichen eine viel genauere und größere Aehnlichkeit als in den anderen; das heißt, daß die Muskelbewegung stets die gleiche bleibt. Groß schreiben soll man deshalb, weil die Muskeln um so mehr ausruhen, je größer die Buchstaben sind.

Die naturgemäße Erziehung der Kinder. Die Natur fordert, daß die Kinder Kinder seien. Wenn wir diese Ordnung umstoßen wollen, bringen wir vorzeitige Früchte hervor, wir werden junge Gelehrte und alte Kinder haben. So lange wie möglich lasse man die Kleinen spielen und sich unschuldiger Dinge freuen und sage nicht: „Wie kindisch! Beschäftige dich mit ernstern Dingen!“ Die Kindheit hat eine ihr eigene Weise, zu sehen, zu denken, zu empfinden; nichts ist törichter, als den Kindern unsere Gedanken aufzuzwingen. Wozu auch die Vernunft im kindlichen Alter? Die Vernunft ist der Zügel der Kraft und das Kind hat diesen Zügel noch nicht nötig. Behandelt eure Kinder ihrem Alter gemäß, laßt sie erkennen, daß sie schwach sind und ihr stark seid, lehrt die Kinder, sich der Notwendigkeit zu fügen, unter der jedes erschaffene Wesen sich beugen muß. Auf diese Weise werdet ihr das Kind geduldig, gleichmütig, ergeben, friedlich machen, selbst wenn es nicht erreicht, was es gewollt. Es liegt in der menschlichen Natur der Zug, die Notwendigkeit der Dinge geduldig zu ertragen, aber nicht die Willkür anderer.

Inhalt von Nr. 7 der Annalen.

Die Arteriosclerosis (Arterienverkalkung), Fortsetzung und Schluß. — Schwimmen als gesundester Sport. — Erweckt in den Kindern Verständnis für die Natur (Fortsetzung und Schluß). — Der gesundheitliche Wert der Waldluft. — Korrespondenzen und Heilungen: Magenkrankheit; tuberkulöses Schwämmchen; Geschwulst an der Brust; Leistenbruch; Hämorrhoiden; Flechten-Ausschlag; Flechten an den Händen, Magen- und Milzbeschwerden. — Verschiedenes: Die Aufbewahrung von Eis im Krankenzimmer.

Zu bez. durch alle Apotheken und Mineralwasser-Handlungen

Prosp. kostenlos durch „Fürstl. Wildung. Mineralquellen A. G.“

Bad Wildungen

Jeder Arzt, jeder Laie, der Bad Wildungen besuchte, weiß, daß der Ruf dieses Bades an der Wirkung seiner beiden altberühmten Hauptquellen beruht, und zwar der

Helenenquelle

bei Nierenleiden, Harngries, Gicht und Stein

Der Versand dieser beiden Quellen zur Haustrinkkur beträgt pro Jahr über 1½ **Millionen Flaschen,** das ist mehr als 9/10 des Gesamtversandes der 8 Wildunger Quellen.

Man achte genau auf die Namen „Helenen- und Georg Victorquelle“, da Ersatz weder durch andere Quellen, noch durch künstliches, sogenanntes Wildunger Salz möglich ist.

Georg Victorquelle

bei Blasenkatarrh u. Frauenleiden