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

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 29 (1919)

Heft: 4

Artikel: Die gesundheitliche Seite der Abiturientenprüfung

Autor: Hamel, U.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037962

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

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

Winterkleider aus, namentlich nicht die Unterkleider, denn es kommen sicher bald wieder kältere Tage. Vermeidet ängstlich jede Gelegenheit von Erkältung oder Durchfeuchtung. Schließlich behaltet sie zu Hause beim geringsten Schnupfen oder Katarrh, schickt sie dann nicht in die Schule; sollten gar die kleinste Erhöhung der Temperatur, Kopfschmerzen, Unlust und Mattigkeit sich einstellen, legt sie sofort in's warme Bett und holt unverzüglich den Arzt.

Wenn auch im Allgemeinen die Kinder mehr wie die Erwachsenen das Opfer der Frühlingskrankheiten werden, so bleiben doch die erwachsenen Leute nicht davon verschont. Wenn sie auch weniger an Masern, Scharlach und Diphterie erkranken, so sind sie mehr den Lungenentzündungen, den Gehirnhautentzündungen und vor allem der Grippe ausgesetzt, die dann, in den schlimmsten Fällen, zu Entzündungen aller Organe des menschlichen Körpers, namentlich aber zu tödtlichen Lungen- und Gehirnhautentzündungen führt. Was die Grippe schadet, wie mörderisch sie sein kann, das hat uns die letzte Epidemie gelehrt, die im letzten Frühling (1818) ausgebrochen, sich auf die ganze Welt ausgebreitet hat und zur Zeit noch immer nicht erloschen ist. Mehr wie bei Kindern und alten Leuten, haben die Krankheit und der Tod ganz besonders bei den erwachsenen noch jungen, sonst kräftigen und gesunden Leuten ihre Ernte gehabt. Diese Epidemie von Grippe ist ebenso mörderisch gewesen wie der Weltkrieg.

Davon, sowie von Epidemieen überhaupt abgesehen, ist der Frühling in der Regel den an Lungenschwindsucht leidenden gefährlich, wie ebenso gar zu kränklichen, oder altersschwachen Leuten, die, nachdem sie den Winter über zu eingeschlossen lebten, sich dann zu früh oder zu unvorsichtig der Frühlingsluft sich aussetzen, die sie hinaus lockt in die herrliche Natur. Die Luft scheint mild und warm und dennoch ist sie zu kalt für kranke und schwache Leute und, was noch schlimm ist, das sind die Erdmiasmen und die neu auflebenden Microben. Eine kleine Erkältung, ein einfacher Schnupfen kann für einen Lungenkranken für einen zu gebrechlichen alten Mann der Ausgangspunkt sein, der zu schwerer Krankheit und zum Tode führt.

Der Frühling ist herrlich, der Frühling ist die Neugeburt der Natur, doch der Frühling ist gefährlich. Auch der Mensch sollte im Frühling, ebenso wie die Pflanzenwelt, seine Wiedergeburt feiern, leider ist aber das nicht allen gegeben; für viele wird diese Zeit der Wiedergeburt zur Zeit ihrer letzten Ruhe. Wer sich aber in Acht nimmt und kluger und vorsichtiger Weise den Kampf mit dem Frühling aufnimmt, wer das wirklich Gute, das er bietet, verständig zu nützen weiß, der wird sich doch neugestärkt und neugeboren fühlen und mit frischer Kraft den Kampf ums Dasein weiter führen.

Die gesundheitliche Seite der Abiturientenprüfung.

Von U. Hamel.

„Wer es mit seinem Gehirn gut meint, nehme folgendes an: Stets am Tage und nie nachts zu arbeiten. Stets mit der Arbeit aufzuhören, sobald sich die erste Müdigkeit einstellt. So wenig wie möglich von Reizmitteln Gebrauch zu machen. Sich nach jeder geistigen Anstrengung die nötige Erholung und Ruhe zu gönnen. Das Gehirn nicht anzustrengen, wenn man sich zu geistiger Tätigkeit nicht aufgelegt fühlt," so lehrt ein bekannter Physiologe, — wie sieht es dagegen im praktischen

Leben aus? Wie mit den meisten derartigen hygienischen Forderungen; man beherzigt sie erst, wenn man fühlt, daß man sich längst gegen sie versündigt hat. Aus dieser Erkenntnis heraus haben sich wohl die vielfachen Stimmen über Schulreform, Schülerüberbürdung und gesundheitliche Examensgefahr allmählich erhoben und sind zu dem lauten Rufe angeschwollen, der nicht mehr überhört werden kann und der nunmehr selbst aus fachmännischen Kreisen in den Worten gipfelt: Wir wünschen Abschaffung des Abiturienten-Examens, weil wir in ihm einen Schaden für den nationalen Gesundheitszustand erkennen, und die körperliche und geistige Gesundheit und Frische der Jugend höher schätzen, als den mit so großen Opfern an Nervenkraft, an Lebensmark oft erkauften, augenblicklichen Examenserfolg, der dazu noch nicht einmal eine sichere Gewähr für wirkliche Tüchtigkeit und reicheres Wissen ist; denn Examenserfolg ist von der psychischen (seelischen) Veranlagung des Menschen, seiner mehr oder weniger großen Nervosität, häufig abhängiger, als von seiner mehr oder minder bedeutenden intellektuellen Begabung selbst. Das auf den Organismus am schädlichsten wirkende Motiv ist beim Maturitas- und überhaupt jedem wichtigen, spätern Examen, die frühern kommen dabei auch in Betracht, nicht hauptsächlich die größere Arbeitslast, die vermehrtere Gehirntätigkeit, sondern die Furcht, durchzufallen. Diese mit ihren überreizenden, abspannenden, lähmenden Begleiterscheinungen hat die schlimmste Wirkung auf die jugendliche Gesundheit vor, während und nach dem Examen. Könnte sie aus der Welt geschafft werden, so wäre der gesundheitlichen Seite des Abiturienten-Examens der empfindlichste Stachel genommen und seine hygienische Gefahr bedeutend verringert.

Leider steht dieses aber nicht in der menschlichen Macht; denn obwohl die Ansprüche bei den Prüfungen selbst, als Resultat der vielen Ueberbürdungsklagen, bedeutend reduziert und gegenwärtig nichts weniger als übertrieben sind, so bleibt trotzdem die Examensfurcht bestehen und stiftet weiter ihr gesundheitliches Unheil. Unter ihrem Zwang arbeitet der Schüler nicht mehr frei, nicht mehr nur des Studiums halber, sondern die Angst vor Mißerfolg macht ihn unsicher, nervös; es ist kein ideales Lernen mehr, sondern ein entnervendes Drillen, ein Hetzen und Drängen dem die Furcht vor der möglichen Nichterreichung des staatsgültigen Abgangszeugnisses noch allerlei Uebertreibung beimischt. Unnatürlich ist der Zustand, die Verfassung der meisten Schüler vor und in der Examenszeit; am meisten leiden darunter die Schüchternen, die Gewissenhaften, die Pflichttreuen, während die oberflächlichen, kecken und leichtsinnigen Schüler weniger Gesundheitsschaden und weniger Examensangst auszustehen haben.

Es ist in unserer Zeit gewiß nicht unangebracht, über derartige pädagogische Uebelstände nachzudenken und sich auszusprechen; haben doch unsere Schulkinder in der Gegenwart weit mehr schon in den untern Klassen, über Nervosität, Ueberanstrengungsfolgen usw. zu klagen, als vor Jahren. Solche Anzeichen verminderter Volksgesundheit, zu welchen auch noch, neben andern Merkmalen geistiger Ueberarbeitung, die in den Oberklassen der deutschen Gymnasien und Realgymnasien erschreckend zunehmende Kurzsichtigkeit, man hat statistisch 30—40 pCt. konstatiert, gehört, sind ernste Mahner zur Schonung der jugendlichen Körperkraft, bei denen einem unwillkürlich die Worte Johann Peter Franks einfallen:

Schont ihrer Faser noch — schont ihrer Geisteskräfte,
Verschwendet nicht im Kind des künft'gen Mannes Säfte.

Man möchte das ja jedenfalls von leitender

Seite aus auch so machen, aber volkswirtschaftliche Gründe, die Härte des bevorstehenden Existenzkampfes, in welchem eine immer größere Anspannung aller Geisteskräfte, eine immer notwendigere, erhöhte Summe von Kenntnissen Lebensbedingung geworden ist, lassen das nicht zu. (Fortsetzung folgt.)

Basel, den 17. Nov. 1918.

Herrn Dr. Imfeld,
Sauter's elektro-homöopathischen Instituts
in Genf.

Sehr geehrter Herr Doktor,

Habe im Verlauf von Oktober und bis Mitte November meine zwei Töchter und meinen Sohn, im Alter von 15 bis 19 Jahren, an der **Grippe** krank gehabt. Dank den wunderbaren Sauter'schen Mitteln ist bei allen dreien die Krankheit, die gleich vom allerersten Beginn an sorgfältig behandelt wurde, sehr milde verlaufen.

Gegen das Fieber, welches bei allen drei Kranken nicht mehr als 2 1/2—3 Tage gedauert hat, habe ich ihnen Febrifuge 1 in starken Dosen gegeben und bin ich auch vollkommen überzeugt daß dieses Mittel ein zu starkes Ausbrechen des Fiebers verhindert — in der Tat ist dasselbe ein über 39° C gegangen — und dessen Dauern abgekürzt haben muß.

Da bei den drei Kranken der Husten eher trocken und nervös war, gab ich ihnen nur Pectoral 4. Die Basis der Kur bestand in Angioitique 1, Febrifuge 2, Lymphatique 2 und Organique 1 in erster Verdünnung und Nerveux und Febrifuge 1 trocken. Bei den Nieren und Rückenschmerzen wandte ich Weiße Salbe an, bei Leibschmerzen Gelbe Salbe und heiße Leinsamenkataplasmen; gegen die Rachenentzündung Gurgeln mit einer Lösung von Lymphatique, 5, Organique 5 und Weißem Fluid in warmen Malventee.

Im Verlaufe von 7 bis 9 Tagen waren meine drei jungen Kranken von ihrer Grippe geheilt und fühlten keine Nachwehen irgend welcher Art.

In der Annahme daß es Sie interessieren könnte, habe ich Ihnen, sehr geehrter Herr Doktor, diese durch die Sauter'schen Mittel von mir erzielten schnellen und gründlichen Heilungen der gefährlichen Grippe, mitgeteilt.

Mit vorzüglicher Hochachtung grüßt

Marie Burkart.

Montreux, den 11. Januar 1919.

Herrn Dr. Imfeld, Genf.

Hochgeehrter Herr Doktor.

Die Mittel die Sie Ende November für meinen 30jährigen Mann, gegen **Lungenentzündung** infolge **Grippe**, verordnet haben, sind wirklich von gesegneter Wirkung gewesen.

Schon seit 4 Tagen lag mein Mann mit starkem Fieber an der Grippe krank, ohne daß die gewöhnlichen, will sagen allopathischen Mittel ihm Linderung verschaffen konnten. Als da, am nachmittag des vierten Tages mein Mann sehr starke Schmerzen an der rechten Seite und am Rücken fühlte, das Fieber sich noch vermehrte, Atemnot eintrat und der Arzt Beginn von Lungenentzündung konstatierte, da riet man mir Ihnen, Herr Doktor, zu telegraphieren und Sie um Ihren Rat zu bitten.

Sie verordneten sofort Angioitque 1, Febrifuge 2, Lymphatique 2, Organique 5 und Pectoral 2 in dritter Verdünnung, morgens