Ueber klimatische Kuren [Fortsetzung und Schluss]

Autor(en): **Senator, H.**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **30 (1920)**

Heft 6

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-1037822

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

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

Herausgegeben unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 6. 30. Jahrgang der deutschen Ausgabe. Juni 1920.

Inhalt: Ueber klimatische Kuren (Schluß). — Ueber den Einfluß des Nikotins auf die Verdauungs- und Zirkulationsorgane. — Korrespondenzen und Heilungen: chronische Gelenkentzündung, weißer Fluß, Kropf.

Ueber klimatische Kuren.

Von Prof. Dr. H. Senator,

Geh. Medizinalrat, Direktor der Dritten medizinischen Universitätsklinik und Poliklinik in Berlin.

(Fortsetzung und Schluß.)

Zu allen diesen so mannigfaltigen Faktoren, die ja durchaus nicht etwas Unwandelbares, sondern vielfachem Wechsel Unterworfenes sind, und die, wie aus dem Vorstehenden erhellt, in der verschiedensten Weise miteinander in Wechselwirkung treten können, sich unterstützend oder abschwächend, kommen nun noch mancherlei in ihren Wirkungen zum Teil unberechenbare, örtlich beschränkte Bedingungen hinzu, welche das Klima beeinflussen, so die Bodenbeschaffenheit, das Vorhandensein unterirdischer Quellen, die Verschiedenheit der Anpflanzungen, genug, allerhand Momente, welche eine scharfe Abgrenzung einzelner Ortschaften in klimatischer und gar in klimato-therapeutischer Hinsicht sehr erschweren, um so mehr, als ja auch in einer und derselben Gegend die klimatischen Verhältnisse wechseln, z. B. nach der Jahreszeit. Nach alledem ist es begreiflich, daß die verschiedenen Klimaformen keineswegs scharf voneinander unterschieden sind, sondern vielfache Uebergänge bieten, wodurch eine scharfe Abgrenzung und eine durchaus befriedigende, durchgreifende Einteilung der Klimate unmöglich wird.

Man kann aber gewisse Klimaformen als Typen herausheben, die dadurch zustande kommen, daß die einzelnen, das Klima bedingenden Faktoren in ihrer Gesamtheit oder zum überwiegend größten Teil sich summieren, in demselben Sinne das eine Mal nach der einen, das andere Mal nach der andern Richtung wirken und so gewisse Extreme bilden, als die äußersten entgegengesetzten Glieder einer Reihe, in welcher die anderen weniger scharf ausgeprägten Klimaformen in allmählichem, unmerklichem Uebergang zu einander sich einfügen. Solche extrem ausgeprägte Klimatypen sind auf der einen Seite das Hochgebirgsklima, auf der andern das Klima der feuchtwarmen Niederung oder Tiefebene. An jenes schließt sich das mittlere Höhen- oder subalpine Klima und auf der andern Seite an das feuchtwarme Niederungsklima das Seeklima mit seinen verschiedenen, durch die geographische Lage und andere Umstände bedingten Abstufungen von feuchtwarmem Insel- oder Küstenklima, durch das mittelfeuchte und trockenwarme bis zum trockenkühlen Seeklima, endlich das Klima der trockenen warmen Ebenen oder Wüstenklima.

Dazwischen liegt eine Reihe von Oertlichkeiten, denen nur die allgemein günstigen Wirkungen frischer Wald- oder Gebirgsluft ohne stärker hervortretende Besonderheit zukommt, die also durch ihr Klima nur allgemeine sanitäre Wirkungen ausüben: die sog. Sommerfrischen.

So wenig wie die einzelnen Klimaformen sich streng voneinander scheiden lassen, ebenso wenig lassen sich strenge Indikationen in dem Sinne aufstellen, daß für eine bestimmte Krankheit nur ein bestimmtes Klima und kein anderes angezeigt sei. Vielmehr gilt hier dasselbe wie für die Wasserbehandlung und Bädertherapie, daß man nämlich mit verschiedenen Mitteln, also auch mit verschiedenen klimatischen Faktoren, dasselbe und in dem gleichen Klima Verschiedenes erreichen kann, je nachdem die einzelnen Faktoren und die neben dem Klima aus der betreffenden Oertlichkeit sich bietenden Hilfsmittel ausgenutzt werden.

In dieser Beziehung ist ganz besonders die Anstaltstherapie hervorzuheben, welche mit Recht in der neuern Zeit eine immer größere Beachtung und Wertschätzung gewinnt, weil sie allein imstande ist, alle für die Behandlung von Krankheiten, namentlich chronischer Krankheiten, irgendwie gebotenen Mittel und Methoden und ganz besonders soweit sie in das Gebiet der Ernährungstherapie im weitesten Sinne mit allen ihren hygienisch-diätetischen, physikalischen und mechanischen Hilfsmitteln fallen, in der wünschenswerten Vollkommenheit zur Anwendung zu bringen. Es ist klar, daß solche zur Behandlung chronischer Krankheiten bestimmte Anstalten, sofern sie, was ja das allererste Erfordernis ist, nach Lage und Einrichtung im allgemeinen sich unter günstigen sanitären Verhältnissen befinden, von einzelnen Besonderheiten abgesehen, auch im allgemeinen gleich günstige Erfolge erzielen können, mögen sie im Hochgebirge oder in einem subalpinen Klima oder an der See gelegen sein. Denn einmal werden gewisse für die Krankenbehandlung notwendige oder wünschenswerte Bedingungen von verschiedenen Klimaformen erfüllt, und dann kann das, was etwa das besondere Klima zu viel oder zu wenig bietet, in einer zweckmäßig geleiteten Anstalt durch anderweitige Einrichtungen und Maßnahmen ersetzt und ausgeglichen werden.

Bevor wir nun auf die einzelnen Klimaformen, ihre Eigenschaften und Wirkungen auf den Organismus und namentlich auf ihre therapeutische Ausnutzung eingehen, muß darauf hingewiesen werden, daß, wie bei den Badekuren so auch bei den klimatischen Kuren neben den dem Klima selbst zukommenden Wirkungen eine Reihe von Umständen mitspielt, welche an und für sich schon einen günstigen Einfluß ausüben können, wie die Entfernung vom Hause und den gewohnten Lebensverhältnissen und mancherlei andere äußere Umstände.

1. Das Hochgebirgsklima, schon durch die Vegetation, das allmähliche Verschwinden des Getreides und der Obstbäume und höher hinauf auch der Laubhölzer charakterisiert, liegt, soweit es klimato-therapeutisch in Frage kommt, in Mitteleuropa zwischen 900 bis 2000 Meter über dem Meere. Mit seiner reinen, dünnen, ziemlich trockenen, kühleren und durchsichtigeren Luft bei starker Sonnenstrahlung und deshalb erheblichem Temperaturunterschied zwischen Sonne und Schatten, Tag und Nacht und deshalb leichter mit der Tageszeit wechselnder Windbildung, mit im Winter verhältnismäßig geringen Schwankungen der Temperatur, des Feuchtigkeitsgrades der Luft und deshalb größerer Beständigkeit der Witterung, wirkt es den Stoffwechsel anregend und steigernd, die Leistungsfähigkeit der Muskeln und des Nervensystems erhöhend, mit einem Worte, den Organismus erfrischend, kräftigend und abhärtend.

Die ärztliche Erfahrung spricht unzweifelhaft

dafür, daß ein längerer kurmäßiger Aufenthalt im Hochgebirge mit Ausnützung aller durch dasselbe gebotenen Vorteile eine Verbesserung der Ernährung und Blutbildung, eine Hebung des gesamten Stoffwechsels herbeiführt.

Aber damit dieser Zweck mit Ausnutzung aller Vorteile des Hochgebirgsklimas erreicht werden kann, bedarf es einiger Widerstands- und Anpassungsfähigkeit namentlich von seiten des Zirkulations- und Respirationsapparates. Das Hochgebirge paßt deshalb nicht bei Klappenfehlern und Degenerationszuständen des Herzens und der Gefäße, bei frisch entzündlichen Zuständen und bei weit vorgeschrittener Zerstörung der Lungen, sowie bei Emphysem. Es paßt ferner nicht bei übergroßer Empfindlichkeit und Erregbarkeit des Nervensystems (reizbarer nervöser Schwäche), bei welcher die anregende Wirkung des Klimas zu stark empfunden wird, so daß eine Gewöhnung an die veränderten Verhältnisse nicht zustande kommt, sondern im Gegenteil die Aufregung gesteigert wird, nervöse Unruhe, Schlaflosigkeit, Beängstigungen, Herzklopfen usw. eintreten oder zunehmen.

Ganz besonders ist die Widerstands- und Anpassungsfähigkeit zu berücksichtigen, wenn es sich um eine Ueberwinterung im Hochgebirge handelt. Eine solche sollte immer nur bei hinreichendem Kräftezustande und auch dann nur im Anschluß an einen Sommer- und Herbstaufenthalt stattfinden und niemals anders als in eigens dazu eingerichteten Anstalten oder in Hotels, die unter ärztlicher Ueberwachung stehen. Für kürzere Kuren ist eben die Zeit des Hochsommers und Herbstanfanges die geeignetste, und auch hierbei wird es bei zarten Konstitutionen geraten sein, nicht zu schnell die höchstgelegenen Orte aufzusuchen, sondern langsamer, mit Pausen von Tagen oder gar Wochen, die erst in niedrigeren, dann in allmählich höher ansteigenden Zwischenstationen zugebracht werden, vorzudringen.

Angezeigt ist das Hochgebirgsklima erstens bei den meisten Zuständen von Anämie und Chlorose, bei Verdauungsschwäche, nervöser Ueberanstrengung und Erschöpfung, sodann wegen der erhöhten Anforderungen, die es an und für sich schon an die Muskeltätigkeit stellt und wegen der Gelegenheit zu ausgiebigen und selbst anstrengenden Körperbewegungen, ganz besonders bei Fettleibigkeit, wenn der Herzmuskel nicht unter der Fettanhäufung zu sehr gelitten hat. Es wirkt ferner wegen seiner dünnen trockenen Luft wohltätig bei chronischen Bronchialkatarrhen mit starker Sekretion und bei verschleppten Lungen- und Brustfellentzündungen.

Ganz besonders ist in neuerer Zeit die Lungenschwindsucht Gegenstand einer kurmäßigen Behandlung im Hochgebirgsklima geworden. In der Tat bietet dasselbe ja, abgesehen davon, daß durch die Reinheit der Luft die Gefahr einer immer neuen Aufnahme von Tuberkelbazillen ausgeschlossen ist, wegen der vorher genannten Eigenschaften, d. h. wegen der neben der allgemeinen Hebung der Ernährung stattfindenden besondern Uebung und Stärkung des Herzens und der Atmungsorgane, alle diejenigen Bedingungen, welche nach den jetzt herrschenden Anschauungen zur Bekämpfung jener Krankheit notwendig sind und welche darauf abzielen, einmal den Körper im ganzen durch kräftigere Ernährung und Uebung widerstandsfähiger zu machen und dann die Lungen, insbesondere durch reichlichere Zufuhr gesunden Blutes, zur Ausheilung der erkrankten Partien zu befähigen.

Ist nun schon die Reise in das Hochgebirge mehr oder weniger anstrengend und mit einem gewissen Kräfteaufwand verbunden, so ist für die Kur daselbst ein gewisser Vorrat von Kraft vollends notwendig, denn die erste Voraussetzung einer solchen Kur ist, daß der Kranke von den mehrerwähnten Vorteilen und von allen Hilfs-

mitteln, die der Aufenthalt im Hochgebirge bietet, auch wirklich Gebrauch machen kann, daß er die reichlicher gebotene Gelegenheit, im Freien sich aufzuhalten und zu bewegen, kleinere und allmählich größere Höhen zu ersteigen, benutzen und daß er die dem zunehmenden Appetit und gesteigerten Stoffwechsel entsprechende reichlichere Nahrung genießen und verdauen kann. Hiernach wird es einleuchtend, daß für derartige Kuren am besten geeignet sind Tuberkulöse im Beginn des Leidens oder auch nur der Tuberkulose Verdächtige, nicht aber solche, die aufs äußerste entkräftet, mit schweren Verdauungsstörungen behaftet sind und kontinuierliches hohes Fieber haben. Leichte und vorübergehende Fiebersteigerungen sind, wenn die sonstigen Bedingungen für die Kur günstig liegen, kein zwingender Gegengrund, ebensowenig wie eine einmalige oder in größeren Zwischenräumen auftretende Lungenblutung. Nur bei allgemeiner Neigung zu Blutungen (z. B. habituellen Nasenblutungen) ist es geraten, das Hochgebirgsklima zu vermeiden, ebenso bei Komplikation mit Kehlkopfaffektionen, auch wenn diese selbst noch nicht ausgesprochen tuberkuloser Natur sind.

Es gibt selbstverständlich eine Menge Orte, auch bewohnte Orte, mit Hochgebirgsklima in allen Erdteilen; aber für therapeutische Zwecke kommen nur solche in Betracht, welche nicht nur die allgemein notwendigen Lebensbedingungen darbieten, sondern welche auch die für kranke Menschen notwendigen Bedürfnisse zu befriedigen gestatten, welche mit allen für eine Kur notwendigen Einrichtungen versehen sind und besonders auch Kuranstalten besitzen. Bei uns in Europa sind es hauptsächlich die Schweizer und Tiroler Alpen, in welchen sich Kurorte mit Hochgebirgsklima vertreten finden, von denen ich die bekanntesten hier folgen lasse. Es sind in der Schweiz: Andermatt, Arosa, Les Avants, Leysin, Beatenberg, Caux nebst Rochers-de-Naye oberhalb Montreux am Genfersee, Churwalden, Davos-Platz und -Dörfli, Engelberg, Felsenegg, Fettan, Flims, Gais, Gurnigel, Heiligenschwendi, Klosters, Le Prese, St. Moritz, Maloja, Mürren, Parpan, Pontresina, Rigi (Kaltbad, Klösterli, Kulm, Scheidegg), Seewis, Sils Maria, Silvaplana, Sinestra, Villars, Weißenstein, Wiesen, Zuoz. In Süddeutschland und Tirol: Brennerbad, Cortina, Gossensaß, Höhenschwand, Igels-Madonna di Campiglio, Menzenschwand, Schluchsee, Semmering, Tollach. In Ungarn: Neu-Schmecks.

Zu diesen kommen noch zahlreiche andere, nicht weniger günstig gelegene Orte, die sich für die vorher bezeichneten Krankheitsformen, auch für beginnende Lungentuberkulose und noch besser für nur der Tuberkulose Verdächtige zum Aufenthalt eignen, wenn die Patienten einer dauernden Ueberwachung nicht bedürfen, aber nach einem ärztlich festgestellten Verhaltungsplan leben. Diese Orte zählen nicht mehr zu den eigentlichen Kurplätzen, weshalb auf ihre Aufzählung verzichtet werden kann.

2. Es schließen sich ferner an die zahlreichen Kurorte mit subalpinem Klima in einer Höhe über Meer von etwa 300 bis 900 Meter. Diejenigen Orte unter ihnen, welche am höchsten gelegen sind, stehen natürlich dem eigentlichen Hochgebirgsklima wenig oder gar nicht nach, bei einer Reihe anderer Orte sind durch die Verschiedenheit der Lage und der Vegetation, des Windschutzes und der Windrichtung, der Temperaturverhältnisse Bedingungen gegeben, durch welche sie weniger different als die Hochgebirgsorte wirken, aber eine mannigfaltigere Verwendung finden können.

Namentlich die Vegetation, das Auftreten von Laub- und Nadelwaldungen, zeichnet dies Klima vor dem Hochgebirge aus. Der Feuchtigkeitsgehalt der Luft ist dadurch größer, die Sonnenstrahlung weniger intensiv, ebenso die Tempe-

raturunterschiede zwischen Sonne und Schatten bei im übrigen hohem Ozongehalt und großer Reinheit der Luft. Die Wirkung auf das Nervensystem ist deshalb weniger erregend und der Stoffwechsel kann je nach der verschiedenen Ausnutzung der Terrainverhältnisse und je nach den Ernährungsbedingungen in verschiedenem Sinne beeinflußt werden. Aus diesen Gründen ist die Zahl der Patienten, die sich für das subalpine Klima eignen, eine weit größere, der Kreis der Indikationen ein weiterer. Die hierher gehörigen zahlreichen Kurplätze bilden den geeigneten Sommeraufenthalt für den größten Teil chronischer Erkrankungszustände, bei welchen Hebung der Ernährung, des Stoffwechsels und der Kräfte nötig ist, bei denen aber stärkere Anregungen nicht gut ertragen werden und welchen das Maß von Anstrengung und Widerstand, wie es eine erfolgreiche Kur im Hochgebirge erfordert, nicht zugemutet werden kann, Phthisiker insbesonder, welche über die allerersten Krankheitsanfänge hinaus sind, aber nicht im Stadium der Kolliquationen sich befinden, Skrofulöse, Anämische oder andere Patienten, die bei richtiger Ausnützung der örtlichen Verhältnisse hier denselben Erfolg erreichen können wie im Hochgebirge, von welchem ja, wie gesagt, das subalpine Klima durch keine scharfe Grenze getrennt ist. Endlich Herzkranke, ohne oder mit geringen Kompensationsstörungen, die, ohne starke Kletterpartien zu machen, sich allmählich und vorsichtig im Steigen üben sollen.

Im allgemeinen wird man bei der Auswahl nach dem Grundsatze zu verfahren haben, daß die feuchteren Orte sich weniger für Rheumatismen, für Nierenkrankheiten, für Katarrhe mit starker Absonderung, die trockenen weniger für Zustände mit Reizhusten und für Kehlkopfleiden sich eignen.

Aus der übergroßen Zahl der hierher gehörigen Orte seien hier als besonders wichtig nur diejenigen genannt, in welchen sich besondere, für Behandlung der Lungentuberkulose bestimmte Anstalten befinden, nämlich: Altenbrak am Harz, Andreasberg, Badenweiler, Blankenhain i. Th., St. Blasien, Falkenstein, Görbersdorf, Meran, Rieboldsgrün, Reichenhall.

Von den niedrigen, d. h. etwa 300 bis 400 Meter über dem Meere gelegenen Orten dieser Gruppe, führt nun ein allmählicher Uebergang zu den tiefergelegenen Orten des Binnenlandes mit indifferentem Klima, welches in bezug auf Temperatur, Druck und Feuchtigkeitsgrad der Atmosphäre nichts Außergewöhnliches hat, aber durch Staubfreiheit und Reinheit der Luft, durch landschaftliche Reize und die Gelegenheit, Wald- und Bergluft ausgiebig zu genießen, Vorzüge vor dem Stadtaufenthalt haben und deshalb mehr zur Erholung und Kräftigung im allgemeinen aufgesucht werden, als zur Erfüllung besonderer Heilanzeigen, wenn anders nicht, wie es bei vielen Orten dieses Klimas der Fall ist, sie noch besondere Hilfsquellen, Mineralwässer zu Trink- und Badekuren, diätetische Kuranstalten und dergleichen besitzen. Viele mit den verschiedensten Quellen versehene Orte gehören hierher und außerdem eine große Menge in den niedern Gebirgsregionen gelegene Orte, die man als „Sommerfrischen" bezeichnet. Ihre Zahl ist groß und fortwährend noch im Steigen begriffen; von einer Aufzählung derselben können wir um so mehr absehen, als bei ihrer Auswahl, sofern nicht, wie eben erwähnt, besondere Indikationen zu erfüllen sind, nur auf die früher genannten allgemeinen und zum Teil äußerlichen Verhältnisse Rücksicht zu nehmen ist.

(„Zeitschrift für Krankenpflege".)