Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 34 (1926)

Heft: 8

Artikel: Atmen

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-973417

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: 09.12.2025

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

d'ivresse? Il boit les larmes, le sang, la vie de sa femme et de ses enfants.

Lamennais.

Les sauveteurs dans les mines.

Presque chaque semaine on peut lire dans les quotidiens quelque accident de mine, car hélas, si bonnes que soient les précautions prises pour éviter des malheurs à quelques centaines de mètres sous terre, le perfectionnement des installations modernes n'a pas encore permis d'éviter des surprises parfois terribles qui, trop souvent, sont mortelles pour les travailleurs.

Que ce soit un coup de grisou, un effondrement de galerie souterraine, l'invasion de l'eau, la chute d'une benne, le défaut de ventilation, qui menace les mineurs, ou telle autre cause imprévue, on peut affirmer que les accidents sont toujours possible au fond des mines et l'on sait qu'ils y sont particulièrement meurtriers.

C'est pour ces raisons que la plupart des compagnies minières organisent un personnel spécial de sauveteurs. Ces équipes volontaires possèdent un matériel approprié de protection contre les gaz, elles sont en général composées de mineurs, parfois aussi recrutées parmi les pompiers. Les membres de ces équipes sont soumis à un entraînement rigoureux en vue des services qu'ils sont tenus de rendre lorsque survient une catastrophe. Le matériel est centralisé dans des postes de secours, soit près de l'entrée des mines, soit dans quelque carrefour souterrain. Les équipes se composent en général de trois mineurs dirigés par un chef. Le poste central est confié à un chef général qui a sous ses ordres un certain nombre d'équipes. L'importance de chaque poste dépend de celle de la mine, des risques plus ou moins grands de catastrophes, ou encore de l'éloignement qui sépare la mine d'autres postes environnants.

Pour chaque équipe de secours, on entraîne un personnel trois fois plus nombreux que celui de l'équipe même, afin qu'en cas d'accident celle-ci puisse être immédiatement formée, même si une partie des hommes qui la composent se trouvent atteints dès le début par la catastrophe, ou bien s'ils sont absents de la mine.

Dans les grandes régions minières de l'Allemagne, les postes de secours sont centralisés dans un seul dépôt, ce qui permet de disposer d'un plus grande quantité de matériel; la perte de temps qui pourrait être à redouter est évitée, du fait que le transport rapide est immédiat du matériel sur les lieux sinistrés, peut être effectué par automobile.

Atmen *).

Da ich so aus vollem Herzen über das viele Essen und Trinken, die Fettsucht und den dicken Bauch gescholten habe, ist es wohl recht und billig, mich darüber zu äußern, wie man dem Unfug steuern kann, ohne sich das Leben durch die Angst vor dem Dickwerden und die Qual beständigen Entbehrens zu verbittern. Dazu gehört nur, daß man etwa alle drei bis vier Wochen ein Zehnpfennigstück opfert, um sich wiegen zu lassen; den Bauchumfang gleichzeitig mit dem Bandmaß festzustellen, kostet überhaupt kein Geld, sondern nur eine Viertelminute Zeit. Tut man das — und so wenig könnte wohl jeder für seinen Körper tun, der doch für ihn arbeitet und lebt — dann braucht es nur, falls eine Gewichtszunahme eingetreten ist, eines Fasttags, um alles wieder ins rechte

*) Aus *Natura sanat, medicus curat* — Der gesunde und kranke Mensch, gemeinverständlich dargestellt von Dr. med. Georg Groddeck. Verlag von S. Hirzel, Leipzig, 1913, geb. 7. 50.

Geleise zu bringen; Fett, das erst kurze Zeit im Körper abgelagert ist, wird bequem innerhalb von vierundzwanzig Stunden vom Organismus verbraucht. Einen Tag hungern bringt aber niemanden um, es schwächt ihn auch nicht, im Gegenteil, man fühlt sich nach dem Fasten nur frischer und leistungsfähiger. Die Mode, ab und zu vierundzwanzig Stunden nichts andres zu genießen als dreiviertel Liter Milch, ist nicht schecht, nur muß die Wage kontrolliert werden. Man darf sich auch nicht einbilden, daß es gerade Milch sein muß.

Vielleicht noch wichtiger als die Ueberwachung des Gewichts ist das Messen der Umfänge, vor allem des Bauchumfangs und der Bauchlänge, wenigstens bei der Krankenbehandlung. Günstige Gewichtsverhältnisse schließen eine übermäßige Zunahme der Umfänge nicht aus, wohl aber gibt das Dickwerden ohne Gewichtszunahme wichtige Aufschlüsse über die Lebensprozesse, die man auf einem andern Wege kaum erreichen kann. Und zum Wegschaffen des dicken Bauchs genügt das bloße Hungern und Dursten nicht, wenn es auch vielfach nicht entbehrt werden kann. Da gewinnt ein andres Hilfsmittel Bedeutung, das uns von der Natur anerschaffen ist, die Atmung. Um das verständlich zu machen, muß ich jedoch erst ein paar Worte über den Aufbau der Brust und des Bauchs sagen.

Der Brustkorb ist, wie männiglich bekannt, von den Lungen und dem Herzen ausgefüllt. Er ist rings von dem Gerüst der Rippen umschlossen, so daß er sich nur so weit ausdehnen kann, als es die Rippengelenke erlauben. Nach unten, nach der Bauchhöhle zu, ist er durch eine Querwand, einen flachen Muskel, das Zwerchfell, abgegrenzt. Unterhalb des Zwerchfells kommt dann der Bauchraum, der nur ganz oben in den Rippenbogen und unten in dem knöchernen Becken feste Wände hat, an beiden Stellen noch nicht einmal vollständig. Außerdem steigt hinten noch die knöcherne Wirbelsäule empor, die jedoch weniger als Wand denn als Halt dient. Nach vorn und nach den Seiten hin wird die Bauchhöhle nur von der Muskulatur und der Bauchhaut zusammengehalten. Hier ist also eine gewisse Ausdehnungsmöglichkeit der Gewebe vorhanden, wie nirgends sonst.

Diese Ausdehnung kann aber nur stattfinden, wenn Muskulatur und Haut des Bauchs ihre natürliche Spannkraft verloren haben und wenn der vernünftige Mensch durch unvernünftiges Hineinstopfen von Riesenmengen den Bauchinhalt unverhältnismäßig vergrößert. Das Leben selbst tut sein möglichstes, die Wände kräftig zu erhalten. Für jede Bewegung des Rumpfs, für das kraftvolle Gehn und Stehn, für das Bücken und Aufrichten und Drehn, für die Atmung, für die Entleerungen, für jede Anstrengung wird diese Muskulatur gebraucht, und es ist nicht die Schuld der Natur, wenn unsre Bildung allmählich die Rumpfbewungen ausgeschaltet hat, wenn sie uns wie Greise stehn und gehn lehrt, wenn sie uns das Bücken verbietet und jede Anstrengung ängstlich zu vermeiden rät.

Auch für die Verringerung des Bauchinhalts tut die Natur ihr Teil. Mit jedem Atemzug preßt sie nämlich durch das Herabtreten des Zwerchfells alles, was in der Bauchhöhle liegt, nach unten gegen den starren Beckengrund; sie preßt dadurch jedesmal mit großer Kraft ein gut Teil Blut und Säfte aus dem Bauch heraus, ähnlich wie der Kolben das Wasser aus einer Spritze herausdrängt, wenn er nach unten gedrückt wird. So lange die Bauchmuskulatur frisch ist, weicht sie dabei dem herabdrängenden Zwerchfell nur wenig aus, so daß tatsächlich der Inhalt der Bauchhöhle zusammengedrückt, die Flüssigkeit ausgepreßt wird.

Nur in einem einzigen Fall bringt das Leben selbst eine Ausdehnung der Bauchhöhle durch Vergrößerung des Inhalts hervor, das ist der Fall der Schwangerschaft; so wie der Mensch einmal gebaut ist, kann das Kind eben nur in dem Bauchraum, dem einzigen

Raum mit nachgiebigen Wänden, wachsen. Aber die Natur verwendet schon während der Schwangerschaft und vor allem nach der Entbindung wahrhaft genial erfundene Mittel, um die erschlafften Bauchdecken wieder straff zu spannen. Die Bewegungen des Kindes und die Wehen der letzten Monate regen die Bauchmuskulatur zur Zusammenziehung an, halten sie in Gebrauch. Die Entbindung selbst mitsamt den Nachwehen bedeutet eine beachtenswerte Uebung und Stärkung dieser Muskulatur, und schießlich bringt das Anlegen des Kindes an die Brust und das Säugen dauernd und immer von neuem Zusammenziehungen der Gebärmutter hervor, so daß der Körper von selbst wieder schlank, der Bauch straff wird, wenn er nicht in seiner Arbeit durch Maßnahmen der Menschen gestört wird.

Wie gestalten sich nun die Dinge durch das Eingreifen des Menschenverstandes? Die Hälfte der kultivierten Menschheit, die Frauen erledigen die Sache sehr einfach; sie ziehen ein Korsett an, und damit ist die Zwerchfellatmung, dieser automatische Massageapparat zum Schlankbleiben ausgeschaltet. Daß sie sich dadurch dünn erhalten, ist nichts weiter als eine Illusion; dann müßten sie es zum mindesten auch in der Nacht tragen, sonst wölbt sich der Leib in der schnürleiblosen Zeit wieder vor. Die Frauen sind ebenso dickbäuchig wie die Männer trotz des Korsetts. Der einzige Erfolg ihrer Nachhilfe ist, daß sie ihren Bauch mit Hilfe des Panzers nach unten und oben drücken, das heißt, daß sie einer Narrheit halber ein sogenanntes nervöses Herz haben, was nichts andres ist als ein vom Zwerchfell hochgetriebenes Herz, und daß sie eben dieser Narrheit wegen das wichtigste Organ, daß sie besitzen, die Gebärmutter, zwölf Stunden des Tages künstlich nach unten drücken und mit allen überflüssigen Säften des Bauchs überschwemmen.

Und dann beklagen sie sich darüber, daß dieses grausam behandelte Organ bei der Periode Schmerzen bereitet und daß sie weißen Fluß haben. Beides ist doch unter solchen Verhältnissen die natürlichste Sache der Welt, kann gar nicht anders sein. Das Korsett muß aber wohl für das weibliche Geschlecht Vorzüge besitzen, die mir als einem Manne wie so viele andere Vorzüge unverständlich sind. Wenigstens gebe ich mich nicht der Hoffnung hin, mit meinen Worten auch nur eine einzige der zahlreichen Unverstandnen zum Ablegen des Schnürleibs zu veranlassen. Vielleicht ist, was die Frauen jedem Rat auf diesem Gebiete unzugänglich macht, das Wogen des Busens, dieses sichtbare Zeichen menschlicher Unzulänglichkeit, der Unfähigkeit menschlich zu atmen, das freilich nichtsdestoweniger von Dichtern und Liebenden gepriesen wird.

Bei den Männern steht es nicht besser. Da sie durch keinen Panzer beengt sind, trinken und essen sie doppelt so viel. Solchen Mengen ist das bischen Atmen, das der moderne Mensch ausübt und das mehr dem Schnappen eines Fisches auf dem Trocknen ähnelt als der Leistung eines breiten Brustkastens, nicht gewachsen. Der Druck des Zwerchfells vermag die überflüssigen Säfte nicht mehr auszupressen, der Inhalt des Bauchraums wächst und nach und nach geben die biegsamen Wände dem Drucke nach. Das macht dem braven Mann nichts aus. Ein bischen Bauch gibt ein respektables Ansehn, und daß das bißchen immer mehr und mehr wird, hat nichts zu sagen. Man wird ein wenig schwerfälliger, schwitzt beim Anziehen der Stiefel und beim Spazierengehn, aber das bringt angenehmen Durst; daß der Schneider eine Elle mehr Zeug für die Hosen braucht, kostet nicht viel und ein weitrer Kragen für den fetten Hals ist bald besorgt. Irgendein Warnungszeichen, wie bei der Frau das Herzklopfen, tritt nicht auf. Der Bauch hat ja Freiheit nach vorn zu wachsen. Höchstens tritt aus den Bruchpforten an den Leisten ein Stück Darm heraus, weil er in dem voll-

gepfropften Bauch keinen Platz mehr hat. Das gibt Gelegenheit, von der schweren Anstrengung zu erzählen, bei der man sich einen Bruchschaden zugezogen habe; aber dafür ist ein Bruchband gut. Und so geht es fort und fort, bis eines schönen Tags ein Schlägelchen allen Freuden des Lebens ein Ende macht. Denn auf die Dauer vertragen es nicht alle Gefäße, daß dem Hirnkreislauf durch das Fett des Halses und die Schwere des Bauches immer wachsende Hindernisse geschaffen werden.

Es ist doch wohl verständiger, beizeiten ein wenig vorzusorgen. Dazu braucht man der Natur nur ihr Verfahren abzulauschen. Man muß die Zwerchfellatmung und die Bauchmuskulatur üben, den automatischen Massageapparat recht gebrauchen. Am einfachsten und ohne daß man dabei nachzudenken braucht, erreicht man das durch große körperliche Bewegung, dadurch daß man jung bleibt, daß man seinen Körper wie ein Kind braucht. Wer das nicht mehr kann — und es wird die Mehrzahl sein, die weder Zeit noch Lust dazu hat — der muß das Atmen methodisch betreiben, das heißt er muß absichtlich tief atmen und dabei die Bauchmuskulatur anspannen, den Bauch nach Möglichkeit einziehn. Das soll er aber nicht in der üblichen Faulenzermanier tun: morgens zwanzig tiefe Atemzüge und damit fertig, sondern er sollte es zur Lebensgewohnheit machen, alle halbe Stunde ein paarmal regelrecht zu atmen. Das kostet ihn nicht mehr Anstrengung und nicht mehr Zeit, als wenn er sich eine Zigarre ansteckt oder sein Taschentuch braucht. Tut er es jedesmal bei diesen Gelegenheiten, so kommt er schon auf eine leidliche Zahl.

Freilich, wenn der Bauch erst vorgewölbt ist, reicht der einfache Widerstand der Muskeln nicht aus. Dann soll man die Knie gegen den Leib drücken oder den Leib gegen die Knie und so atmen. Dadurch werden der Widerstand der Bauchwände und die Druckwirkung des Zwerchfells erheblich gesteigert. Das wirksamste ist, einen andern auf den Bauch drücken zu lassen, etwa so, daß einem jemand auf den Bauch kniet. Das verhindert die Bauchwände, dem Andrängen des Zwerchfells auszuweichen, und die ganze Gewalt der Einatmung preßt die Säfte aus den Eingeweiden des Bauches; es ist keine Seltenheit, daß nach den ersten zwanzig Atemzügen sich die Umfänge des Leibes schon um zwei Centimeter verringern. Wiederholt man es methodisch Tag für Tag durch Wochen hindurch, so sinken die Maße erstaunlich. Welche Wirkung das Zusammenfallen des ausgedehnten Bauches auf alle Lebensverhältnisse haben muß, brauche ich nicht auseinander zu setzen. Es ergibt sich aus dem, was ich vorhin über die Folgen der Leibesausdehnung gesagt habe. Ich betone nur, daß auf diese Weise sich die Umfänge auch ohne Gewichtsabnahme verkleinern lassen, ja sogar bei Zunahme des Körpergewichts, was leider so sehr wenige wissen.

Da steht es also schwarz auf weiß, in Lettern deutlich gedruckt: ich knie — nicht allen, aber sehr vielen — Kranken auf den Bauch und lasse sie unter dieser Last atmen. Ich habe es viele tausendmal getan und die Erfolge, die ich dabei erzielt habe, berechtigen mich, hier in aller Oeffentlichkeit zu erklären, daß ich niemals den geringsten Schaden davon gesehen habe, wohl aber großen Nutzen, der mich dazu zwingt, diese Methode der Atmung für eins der wirksamsten Heilmittel der gesamten ärztlichen Tätigkeit zu halten; ich bedaure nur, die Urheberschaft dieser genialen Idee nicht für mich beanspruchen zu können, sie stammt von Schweninger. Ich erkläre weiter, daß alle die über diesen wohlberechtigten, wissenschaftlich und praktisch durchaus begründeten ärztlichen Eingriff aburteilen, ohne ihn jemals angewendet zu haben, in trauriger Weise ihre Unwissenheit an den Tag legen.

Die Atemgymnastik, von der ich eben sprach und die sich in mannigfacher Form verändern

läßt, bringt mich auf die zweite Ernährungsform des Organismus, die nicht durch den Darmkanal, sondern durch die Lungen vermittelt wird, auf die Aufnahme des Sauerstoffs. Es genügt nicht, daß dem Menschen Eiweiß, Fette, Kohlehydrate, Wasser usw. zugeführt werden. Das alles ist ja nur Rohmaterial, das nutzlos daliegen würde, wenn es nicht von irgendeiner Kraft zum Aufbau und zur Feuerung der Menschenmaschine verwendet würde. Wie das Feuer im Ofen nur brennt, wenn ein Luftzug hindurchströmt, so kann der Mensch nicht leben, wenn ihn nicht fortwährend ein Strom von Sauerstoff durchflutet. Jede Arbeit, jedes Denken und Empfinden, jedes Bewegen des Fingers und der Lippen, jede geringste Lebensäußerung ist bedingt durch die Gegenwart dieses eingeatmeten Nahrungsmittels. Rein materialistisch gedacht — so soll man nicht denken, aber mitunter mag man diese Denkmethode wohl nützlich gebrauchen — ist das Leben des Menschen nichts anders als ein chemischer Prozeß, in dem der Sauerstoff die Bestandteile des Körpers zu Kohlensäure, Wasser und Ammoniak zu verbrennen sucht, um dabei Kraft und Wärme zu entwickeln. Infolgedessen ist das Bedürfnis des Organismus nach Sauerstoff groß; es wird durch Einsaugen der uns umgebenden Luft in die Lungen befriedigt.

Naive Menschen glauben immer noch, trotzdem sie es besser wissen, daß die Luft ein Nichts ist. Die Vorstellung, daß die Luft körperlich ist, daß sie ein bestimmtes Gewicht hat, daß sie ein Gemenge verschiedener Gasarten ist, gehört zu denen, die man auswendig lernt, die aber im Grunde dem Gefühl widersprechen, die unbegreiflich sind. Daß der Mensch viele Tausende von Kilogrammen Luft auf sich lasten hat, will uns ebensowenig in den Kopf wie die Existenz der Gegenfüßler; dem ursprünglichen Empfinden nach gibt es auch für die Erde wie für jede Kugel ein Oben und Unten; wir existieren auf der obern Hälfte, sonst müßten wir ja mit dem Kopf nach unten hängen: dann ist die andere Hälfte der Kugel nach unten gerichtet, und wer dorthin kommt, sollte eigentlich kopfüber in die Tiefe fallen; man muß sich immer erst wieder gewaltsam die Anziehungskraft der Erde ins Gedächtnis zurückrufen, um die Sache zu begreifen; jeder muß das, nur geht es bei dem einen augenblicklich, bei dem andern dauert es eine Zeitlang. Genau so ist es mit der Tatsache, daß die Luft, die uns umgibt, nichts Einheitliches ist, sondern ein Gemisch aus Stickstoff, Sauerstoff, Kohlensäure, Wasserdampf und einer Menge andrer Bestandteile.

Trotzdem muß sich jeder diese Tatsache recht deutlich klar zu machen suchen, damit er begreift, welch ein Wunder die Atmung ist. Wir kennen alle das Märchen vom Aschenbrödel, das mit Hilfe der Tauben in wenigen Minuten die Linsen aus der Asche sucht. Schön, das ist für uns Märchen. Nun schüttet mir jemand Sand, Zucker, Salz und Mehl zusammen, mischt es durcheinander, so gut es nur gehen mag, und verlangt von mir, ich solle in einer Sekunde den Sand aus der Mischung ausscheiden, ohne die andern Bestandteile irgendwie zu verändern. Ich gestehe offen, daß ich das nicht kann, ja nicht einmal weiß, ob es geht. Ich maße mir kein Urteil darüber an, halte es aber für schwer, und glaube, man muß schon recht viel wissen, um eine Maschine zu erfinden, die das leistet. Als ein ähnliches Gemisch kann man sich die Luft vorstellen, und aus diesem Gemisch holen sich nun die Lungen ohne jede Schwierigkeit den Sauerstoff heraus. Wir selbst mit unserm großen Verstand tun jedenfalls recht wenig dazu, wir können gar nicht viel dazu tun. Wenn wir die Luft eingesogen haben, ist unsre Arbeit fertig, alles andre tut der Organismus ohne unsern Willen und ohne daß wir es verhindern können.

Der Mechanismus der Atmung ist leicht mit dem Bilde des Blasebalgs anschaulich zu machen. Der Balg wird auseinander gezogen,

die Luft strömt in sein Innres; er wird zusammengedrückt, und die Luft strömt wieder heraus. So ungefähr ist es mit den Lungen. Der Brustkorb, dem die Lungen dicht anliegen, wird bei der Einatmung mitsamt den Lungen ausgedehnt, die Luft strömt herein, bei der Ausatmung sinken Brustkorb und Lungen zusammen und treiben die Luft wieder hinaus. Leider wird nur der Blasebalg gewöhnlich recht schlecht bedient. Wenn man bei leidlich gut gebauten jungen Leuten, etwa bei Soldaten, den Brustumfang mißt, so findet man, daß er nach der Einatmung etwa 9—11 Centimeter größer ist als bei der Ausatmung. Mißt man dieselben Leute zwanzig Jahre später, so ist der Unterschied gewöhnlich auf 4—5 Centimeter gesunken, ja vielfach ist er so gering, daß er sich mit dem Bandmaß gar nicht feststellen läßt. Das ist das Resultat zwanzigjähriger Nachlässigkeit und Gedankenlosigkeit. Ich muß es immer wieder sagen: nicht daß die Menschen krank werden, ist wunderbar, sondern daß wir nicht alle krank sind, das ist erstaunlich. Verdient haben wir es alle reichlich.

Untersucht man die eingeatmete und die ausgeatmete Luft, so stellt sich heraus, daß die ausgeatmete Luft weniger Sauerstoff enthält als die eingeatmete, aber mehr Kohlensäure und Wasserdampf. In den Lungen wird also aus der Luft Sauerstoff in den Körper hineingezogen, Wasserdampf und Kohlensäure aber vom Organismus abgegeben. Das Organ ist demnach so eingerichtet, daß es gleichzeitig den wirksamen Verbrennungsstoff aufnimmt und die Asche, Wasser und Kohlensäure ausstößt. Beides ist gleich wichtig für die Existenz des Körpers.

Nun genügt es aber nicht, daß der Sauerstoff in das Gewebe der Lungen aufgenommen ist. Er muß vielmehr ebenso wie die Nahrungsstoffe des Darmkanals auf irgendeine Weise nach allen Teilen des Körpers gebracht werden, wo immer nur Leben vorhanden ist, Arbeit geleistet wird, und da mehr oder weniger jeder Körperteil fortwährend tätig ist, muß auch fortwährend Sauerstoff zugeführt werden. Das Mittel, dessen sich der Körper bedient, um den Sauerstoff ebenso wie das Ernährungsmaterial überall dorthin zu bringen, wo sie gebraucht werden, ist der Kreislauf der Säfte, zunächst der des Blutes. Um das zu verstehen, ist eine kurze Betrachtung des Blutes notwendig.

Der Pagliano-Betrieb in Heiden.

Unter diesem Titel schreibt das „St. Galler Tagblatt" folgendes: „Die Quacksalberin im „Neubad" in Heiden ist wacker an der Arbeit. Sie verdient sehr viel Geld, denn jeder Patient muß 12, 15 und noch mehr Franken hinlegen. Und dabei ist zu bedenken, daß Tag um Tag ganze Rudel Gläubige kommen. Mit der Bahn, mit Gesellschaftsautos fahren die Leute hinauf; alle sehnen sich nach Pagliano und Salatöl, und einem jeden wird aus der Hand gelesen, was ihm fehle.

Ueber einen Besuch und eine Konsultation bei der Kurpfuscherin wird der „Schaffhauser Zeitung" von einem „Geheilten" u. a. geschrieben:

Fahren da eines Morgens per Auto zwei Männer von Schaffhausen nach Heiden zur Pagliano-Frau. Um nicht lange warten zu müssen, telephonieren sie vorher an und so wurden sie mit dem nächsten Rudel (12—15 Männer) dran genommen. Beim Eintreten in das Sprechzimmer, das staubig und schmutzig aussah, sieht man sich einer ganz gewöhnlichen, geradezu einfachen Italienerin gegenüber.

Nun geht die Wahrsagerei los. Der Rat- und Hilfesuchende sitzt der Italienerin gegenüber. 4—5 kommen vor uns dran und jeden duzte sie fröhlich: „Du Magenweh, du Herzklopfen, du Kopfweh, du bald sterbe, wenn