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: 41 (1933)

Heft: 6

Artikel: Hunger und Appetit

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-973715

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

dings auch sogar ein paar Wochen. Dazu gibt es Leute, die ihn bei jeder Gelegenheit immer wieder bekommen.

Der Hexenschuss ist vielleicht die am häufigsten vorkommende Form des akuten Muskelrheumatismus; er kann allerdings auch infolge der Zerreissung von einzelnen Fasern des Lendenmuskels auftreten, wie solche bei ungewohnten Muskelanstrengungen, zum Beispiel bei raschem Bücken, bei schwerem Heben usw., entstehen können.

Das Volk hat beim Hexenschuss von jeher die Wärme angewendet, und diese ist in der Tat auch als Hauptmittel, ob sie nun Anwendung findet als Trockenhitze in Form von Sand-, Kleie-, Heublumen- oder Hafersäckchen oder in Form eines Guttaperchawärmesackes oder einer Blechflasche, die mit Wollstoff umhüllt ist und in der sich das siedendheiss eingefüllte Wasser sehr lange warm hält. Denselben Zweck verfolgen die verschiedenen Arten der Termophore. Sehr wohltuend wirkt bei Hexenschuss auch die feuchte Wärme vermittels Kompressen, die eine bis zwei Stunden liegen gelassen werden. Von besonders raschem Erfolg begleitet ist eine sachgemässe, kräftige Massage der Lendengegend, wobei die Muskulatur tüchtig gestrichen, geknetet und gewalkt wird, und zwar ein- oder mehrmals am Tage. Die Massage ist zwar anfangs recht schmerzhaft, aber sie wirkt glänzend. Lässt es sich machen, und ist der Kranke nicht gar zu unbehilflich, so empfehlen sich heisse Bäder und anschliessend daran ein tüchtiges Schwitzen durch Trinken von heissem Lindenblütentee und gleichzeitiges Einnehmen von Salizyl oder Aspirin. Ein nicht immer anwendbares Volksmittel ist es, sich die Sonne auf die schmerzhafte Stelle brennen zu lassen oder ein Sonnenbad zu nehmen. In Bade- und Kuranstalten werden Heissluftbäder, Fango- und Schlammpackungen, Faradisation und ganz besonders die elektrische Durchwärmung mit Hochfrequenzströmen (Diathermie) usw. mit gutem Erfolg angewendet; auch Kochsalzinjektionen in den erkrankten Muskel.

Häufig auftretender Hexenschuss sollte daran denken lassen, dass man vielleicht doch in seinen Lebensgewohnheiten irgendwelchen Fehler begeht, dass man beispielsweise zu viel Fleisch isst oder zu viel alkoholische Getränke zu sich nimmt, dass man vielleicht zu viel sitzt und zu wenig Bewegung macht usw.

Vorteilhaft ist es immerhin auch, sich gegen Temperaturwechsel etwas abzuhärten, und das geschieht am besten dadurch, dass man jeden Abend vor dem Schlafengehen im Zimmer ein kurzes Luftbad nimmt; nur muss man damit im Sommer beginnen und nicht im Winter. Der Hexenschuss ist zwar ein unangenehmes und schmerzhaftes, aber glücklicherweise doch fast immer ein ungefährliches Leiden.

Hunger und Appetit.

Wenn nach des Dichters Wort Hunger und Liebe das Getriebe der Welt erhalten, so zeigen Versuche mit Tieren, dass dem Hunger noch ein Vorrang gegenüber der Liebe einzuräumen ist. Lässt man ein hungriges Tier zwischen der Nahrung und dem Geschlechtspartner wählen, so entscheidet es sich in der Regel für die Nahrung. Um die Stärke, mit welcher der Hunger den Willen des Menschen bestimmt, deutlich zu erkennen, darf man nicht vom wohlsituierten

Kulturmenschen ausgehen, sondern muss das Verhalten von Personen studieren, die sich in möglichst unsicherer Ernährungslage befinden. Der Kulturmensch lernt eigentlich brennenden Heisshunger gar nicht mehr kennen, er isst schon, wenn er nur Appetit verspürt.

Der Hunger unterscheidet sich vom Appetit dadurch, dass er als stärkerer Trieb nicht wählerisch ist, während der Appetit bei geringerer Triebstärke stets Wahltendenzen zeigt. Unser Appetit ist immer in spezifischer Weise auf bestimmte Speisen gerichtet. Wir können Verlangen nach Fleisch, nach irgend etwas Süssem oder einer bestimmten Süsspeise haben. Innerhalb der verschiedenen Speisearten eines Menus (Suppen, Fischgänge, Fleischgänge usw.) gibt es eine gewisse Vertretbarkeit. Wenn wir verschiedene Gänge essen, so tritt bei jedem einzelnen eine Teilsättigung ein, unser Verlangen nach diesem Gang ist befriedigt, aber wir bleiben für die nächsten noch aufnahmefähig. Schliesslich wird ein Punkt erreicht, wo auch bei genialster Zusammenstellung des Menus eine weitere Nahrungsaufnahme unmöglich ist.

Im Tierversuch lässt sich die Parallele zu diesem Sättigungsvorgang beim Menschen konstruieren. Wenn man ein hungriges Huhn vor einen Haufen Gerste setzt, die ein sehr beliebtes Futter ist, so wird das Tier eine sehr beträchtliche Menge davon vertilgen und vor dem Rest unbeweglich stehen bleiben. Bietet man ihm dann eine andere Körnersorte, etwa Weizen, an, so fängt es sofort an, wieder mit grosser Gier zu fressen, um nach einiger Zeit erneut vor dem Rest von Weizen ruhig zu verharren. Nun lassen wir als weitere Gänge Brotstücke, dann Käsestücke und schliesslich Fleischstücke folgen: jedesmal beginnt das Huhn von neuem zu picken, bis zum Schluss der Kropf bis zum Platzen gefüllt ist. Nunmehr ist unüberschreitbare Vollsättigung eingetreten.

Mensch und Tier stellen um so weniger Ansprüche an die Nahrung bezüglich ihres Wohlgeschmacks und ihres Nährwerts, je hungriger sie sind. Man kann bei jedem Tier experimentell die Beliebtheit der von ihm aufgenommenen Futtersorten ermitteln und diese in eine wohlgeordnete Reihe bringen; es zeigt sich dann, dass man das Tier um so mehr nach der negativen Seite seiner Speisekarte treiben kann, je hungriger es ist. Man kann auf diese Weise geradezu versuchsmässig den Hungergrad bestimmen, den ein Tier erreicht hat. Bei stärkstem Hunger verschlingt ein Tier auch gänzlich unverdauliche Dinge. Dasselbe beobachten wir beim Menschen. Bei Hungerkatastrophen überwindet der Mensch nicht nur den normalen Speiseabscheu, wie sie sich etwa gegenüber Pferde-, Katzen- und Hundefleisch äussert, sondern es kommt so weit, dass Baumrinde, Stroh, Gras, Leder und Erde genossen werden.

Der normale Speiseabscheu hat keine vernünftigen Gründe; er entwickelte sich vielmehr in historischen Zeiten aus magisch-religiösen Vorstellungen und wurde so traditionell. Auf dem Wege der Suggestion wird er von Generation zu Generation übertragen; Kinder kommen von sich aus nicht auf diese Form des Speiseabscheus. Wohl gibt es auch bei ihnen eine ursprüngliche Abneigung gegen gewisse Speisen, doch hängt diese mit den geschmacklichen Charakteren der abgelehnten Speisen zusammen. So haben jüngere Kinder im allgemeinen eine gewisse Abneigung gegen alle Speisen mit sehr ausgesprochenem Geschmack, wie z. B. gegen Fische, sowie

gegen sauer und bitter schmeckende Gerichte. Abgesehen von derartigen generell beobachteten Ablehnungen bei Kindern gibt es auch noch individuell bedingte Speiseabneigungen. Man trifft Kinder, die auch ohne Beeinflussung von seiten der Erwachsenen mehr zu einer vegetarischen Ernährung neigen, und andere, die einer mehr fleischlichen Ernährung den Vorzug geben. Es scheint, als ob Vegetarier und Fleisch bevorzugende Kinder verschiedenen Körperbautypen angehören. Die Ernährungsweise hängt also wohl mit der Körperkonstitution zusammen. Deshalb ist es ratsam, der Geschmacksrichtung Rechnung zu tragen und Kindern nicht mit Gewalt eine bestimmte Ernährungsweise aufzuzwingen. Bei schlecht essenden Kindern dürfte es sich nicht selten um einzige Kinder handeln; in kinderreichen Familien animieren sich die Kinder gegenseitig zum Essen. Eine ähnliche Erscheinung ist auch beim Tier zu beobachten. Ein völlig sattes Huhn nimmt noch eine grosse Menge Futter zu sich, wenn hungrige Hühner hinzukommen und zu fressen beginnen.

Allerlei zur Statistik des Blutes.

Einem erwachsenen gesunden Mann von Durchschnittsgrösse fliessen etwa 6 Liter Blut durch die Adern. In diesem Blute sind 30 Billionen Blutkörperchen enthalten. Wenn man diese aneinanderreiht, so entsteht ein Band von 240'000 km Länge, allerdings in fast unsichtbarer Breite. Die weissen Blutkörperchen dagegen sind wesentlich seltener. Je Kubikmillimeter Blut nur 6000—8000 gegen 5 Millionen rote Blutkörperchen. Daneben gibt es in dieser Menge Blut noch etwa ¼ Million Blutplättchen, die bei der Blutgerinnung eine grosse Rolle spielen.

Der süssliche Geschmack des Blutes geht zurück auf seinen Gehalt an Traubenzucker. Er beträgt bei einem gesunden Erwachsenen von Durchschnittsgrösse 30—70 gr, also etwa 2—5 Esslöffel voll. Bei Zuckerkranken ist der Gehalt des Blutes an Zucker erheblich vermehrt und kann statt durchschnittlich 50 gr pro erwachsener Mensch 125—400 gr betragen. Frauen haben im allgemeinen bis zu 10 % weniger rote Blutkörperchen, und auch sonst ist entsprechend der Anteil an Blutbestandteilen geringer.

Schweizerischer Samariterbund - Alliance Suisse des Samaritains.

Mitteilungen des Verbandssekretariates — Communications du Secrétariat général.

Freiwillige Beiträge für die Hilfskasse.

XVII.

Vom 21. April bis 21. Mai 1933 sind uns folgende Beiträge zugekommen, wofür wir den Spendern herzlich danken:

Contributions volontaires en faveur de la Caisse de secours.

XVII.

Du 21 avril au 21 mai 1933 les contributions suivantes nous sont parvenues, dont nous remercions sincèrement les donateurs:

Ertrag der Sammlung bei der Kantonalen Zürcher Samariter-Landsgemeinde am 21. Mai, in Horgen, Fr. 650.— (aufgerundet), wovon die eine Hälfte zu Gunsten der Innen-Ausschmückung der Zimmer des Alters- und Armenheimes in Horgen und die andere Hälfte zu Gunsten unserer Hilfskasse . Fr. 325.—