Zeitschrift: Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege : Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

Herausgeber: Elektro-Homöopathisches Institut Genf

Band: 5 (1895)

Heft: 12

Artikel: Ueber Erkältungen

Autor: Bäumel, Adolf

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038488

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: 02.10.2025

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

der That nur eine einfache Reaktion gegen den schreienden und verderblichen Mißbrauch alkoholischer Getränke; aber diese Bewegung verfolgt noch weitere Ziele. Die Abstinenten halten es für verdienstlich, den Trunksüchtigen aufzuhelfen, indem sie ihnen das Beispiel unbedingter Nüchternheit geben. Aber sie machen auch die Beobachtung, daß diese Lebensweise mehr als ein Heilmittel oder eine tugendhafte Praxis ist: sie erblicken darin eine Quelle der Kraft und Befriedigung, eine neue Aussicht, in dem Kampf ums Dasein nicht unter die Füße getreten zu werden.

Nicht zu unterschätzen sind die positiven Stützen der Enthaltsamkeit, besonders die wichtige Rolle, welche sie im Sport und der athletischen Gymnastik spielt. Der sozialistische Tischler Gutmann sagte auf dem Baseler Kongreß: „Der Arbeiter leistet mehr und arbeitet besser, sobald er anfängt, auf Alkohol zu verzichten. Es wäre indeß wünschenswerth, wenn dies Zeugniß durch eine systematisch geführte Untersuchung bestätigt würde. Vielleicht wird der Kongreß zu Brüssel demnächst die Kurven liefern, welche den Werth der gewerblichen Arbeit, je nachdem sie unter dem Einfluß berauschender Getränke oder nicht ausgeführt wird, angeben. Das wird zugleich zur Ergänzung der schönen Experimente des physiologischen Laboratoriums in Heidelberg dienen."

Der Baseler Kongreß hat die Frage des Verhältnisses der Abstinenz zur Verbesserung der Lage der Arbeiterklasse, eine sehr weitaussehende Frage, nur gestreift. Manche Kontroversen haben sich hierüber erhoben; aber die Anhänger der Enthaltsamkeit lassen sich hierdurch nicht abschrecken; denn sie sind einverstanden über die Nothwendigkeit, den Arbeiter von der Knechtschaft der alkoholischen Getränke zu befreien, und sie arbeiten mit aller Macht an diesem Werk. Auf diesem Gebiet liegt ein gut Stück segensreicher sozialpolitischer Arbeit, die noch der Inangriffnahme harrt.

(Dtsche. Wte.)

Ueber Erkältungen.

Von Dr. Adolf Bäumel.

Nicht nur die Aerzte, auch Kranke und deren Umgebung pflegen bei jeder Erkrankung nach der Ursache derselben zu forschen und zwar nicht bloß aus Neugierde, sondern auch, um bei anderen ähnlichen Gelegenheiten der Schädlichkeit aus dem Wege gehen, dieselbe vermeiden zu können. Ob man aber jedesmal die wahre Ursache erfährt? Kaum; oft begnügt man sich mit einem Schlagworte, das zur Antwort gegeben wird, ohne weiter über den Zusammenhang der angegebenen Ursache mit der Wirkung nachzudenken.

Ein falsches Schlagwort ist das von der Erkältung, die man nahezu bei jeder Erkrankung als Ursache nennen hört, ohne daß man aufklären könnte, wie eine Erkältung diese oder jene Erkrankung hervorruft, ja ohne auch nur genau angeben zu können, unter welchen äußeren oder inneren Bedingungen eine solche zu Stande kommt. Zumeist wird angenommen, daß plötzliche Berührung eines niederer temperierten Mittels (kühler oder kalter Luft, ebensolchen Wassers ꝛc.) mit einem höher temperierten, vielleicht auch durch erhöhte Arbeitsleistung ermüdeten Körper oder Körpertheile eine Erkältung hervorrufe und je nach den begleitenden Nebenumständen verschiedene Erkrankungen bedinge. Als solche werden bezeichnet: Schnupfen, Muskelrheumatismus, Gelenkentzündung, Lungen- und Brustfellentzündung u. s. w. und doch hat die neuere medizinische Forschung für einen großen Theil dieser Krankheiten, theils mit

Sicherheit, theils mit großer Wahrscheinlichkeit ganz andere Ursachen nachgewiesen. Insbesondere kommen da jene Leiden in Betracht, die man als Infektionskrankheiten bezeichnet, bei denen kaum noch daran gezweifelt werden kann, daß die Krankheit der Einwanderung sehr kleiner (pflanzlicher oder thierischer) Schmarotzer in den menschlichen Körper ihre Entstehung verdankt und der Ausdruck der Rückwirkung des menschlichen Körpers auf die einzelnen Lebensäußerungen dieser Schmarotzer ist. Der Kreis jener Leiden, von denen wir wissen oder mit Grund vermuthen, daß sie durch eine solche Einwanderung veranlaßt sind, wird immer größer, der Einblick in die hierbei obwaltenden Verhältnisse immer klarer, und doch ist es so schwer, die Kranken oder deren Umgebung davon zu überzeugen, daß nicht eine Erkältung an ihrem augenblicklichen Leiden schuld sei, daß überhaupt die Furcht vor derselben in den meisten Fällen eine vollkommen ungerechtfertigte ist.

Das, was wir von dem schädlichen Einflusse niederer Temperaturen auf den menschlichen Körper wissen, nicht aber vermuthen oder auf Grund althergebrachter Traditionen ungeprüft hinnehmen, läßt sich in wenige Sätze zusammenfassen und erklärt sich sehr ungezwungen aus allgemein bekannten Naturgesetzen. Die Kälte kann unsere Gesundheit schädigen:

1. Dadurch, daß wir an das Mittel, in dem wir uns befinden, eine große Anzahl von Wärmeeinheiten abgeben müssen;

2. dadurch, daß bestimmte Körpertheile durch Erstarren vom Blutkreislaufe vollkommen und dauernd ausgeschlossen werden und

3. dadurch, daß, wenn durch den Einfluß niederer Temperatur an einem Theile des Körpers vorübergehend die Blutzufuhr beschränkt wird, an anderen Gebieten ein bedeutend erhöhter Zufluß stattfindet.

ad 1. Wärme ist eine Form der Kraft ebenso wie Bewegung es ist, und die Summe jener Kraft, die der Körper abgeben kann, ohne dauernde Schädigung zu erleiden, ist natürlich eine beschränkte. Der Ersatz der verloren gegangenen Kraftmenge findet zumeist durch Einverleibung von Nahrung statt, und da hiefür durch die Beschaffenheit unserer Verdauungsorgane gewisse Grenzen gesetzt sind, so ist es selbstverständlich, daß auch jeder Kräfteverlust, der gewisse Grenzen überschreitet, einen dauernden Schaden mit sich bringen kann; für jene Kraft, die in Form von Bewegung erscheint, ist das bekannt; es weiß jeder, daß eine allzu große Ermüdung schädigt, und das gleiche ist bei der Abgabe großer Wärmemengen der Fall. Die Grenzen aber, bei denen eine vorübergehende, eventuell dauernde oder gar das Leben aufhebende Gesundheitsschädigung stattfinden kann, werden um so weiter hinausgerückt sein, je besser die Ernährung und je größer der Kräftebesitz des betreffenden Körpers ist.

ad 2. Durch weitgehende Herabsetzung der Körperwärme können die flüssigen Bestandtheile zunächst jener Körpertheile, welche oberflächlich und verhältnißmäßig weit vom Mittelpunkte liegen, also die Lymphe und das Blut, erstarren, erfrieren, und der betroffene Körpertheil kann bei einiger Dauer dieses Zustandes, da ihm ernährende Körpersäfte nicht zugeführt werden, absterben. Wenn die Herabsetzung der Wärme eine sehr große ist, wenn sie sich auf einen großen Theil der Körpermasse oder auf Körpertheile von hoher Lebenswichtigkeit bezieht, kann auch das Leben des ganzen Körpers gefährdet werden.

ad 3. Auf die Thatsache, daß bei Beschränkung der Blutzufuhr an einem Theile des Körpers, zu anderen eine größere Blutmenge strömen muß, stützt sich die eigentliche Lehre von den Erkältungen. Richtig ist ja, daß, um ein sehr geläufiges Beispiel anzuführen, die Schleimhaut

der Nase blutreicher werden kann, wenn ein ungewohnter Kältereiz die entblößten Fußsohlen trifft; doch wird dieser Blutreichthum bei einem sonst gesunden Menschen von sehr vorübergehendem Charakter sein, in sehr kurzer Zeit wird die Nasenschleimhaut wieder normalen Blutgehalt und gewöhnliche Schleimabsonderung zeigen und nur bei sehr großer Brüchigkeit und Verletzbarkeit der Gewebe wird es längere Zeit in Anspruch nehmen, bis der normale Zustand wieder hergestellt ist. Zur Entstehung eines wirklichen, heftigen Schnupfens ist ein solcher Erkältungsvorgang, wie er oben beschrieben ist, keineswegs nothwendig; derselbe entsteht durch Ansteckung, und es ist ja bekannt, wie in einer Familie ein Mitglied nach dem anderen den Schnupfen bekommt, ist er einmal eingeschleppt.

Noch weniger aber, als zur Erwerbung eines richtigen Schnupfens ist eine Erkältung nothwendung zur Hervorrufung einer Mandel-, Brustfell-, Lungenentzündung und noch so mancher anderen Krankheit, als deren Ursache fälschlich die Erkältung bezeichnet wird, während für die meisten derselben die Entstehung durch das Eindringen der oben erwähnten Schmarotzer nachgewiesen ist.

Die Besprechung dieser Fragen hat nicht nur einen theoretischen und rein wissenschaftlichen Werth, sie ist auch von höchster praktischer Bedeutung für die allgemeine Gesundheit. Denn so lange noch daran geglaubt wird, daß eine Erkältung auch bei einem sonst gesunden Menschen irgend eine Erkrankung hervorbringen kann, so lange namentlich die jetzt noch sehr verbreitete Angst vor dem „Luftzuge“ besteht, so lange wird nicht jene Würdigung der frischen Luft als vornehmste Bedingung für unser Gesundbleiben und Gesundwerden und der Lüftung unserer Wohnräume Platz greifen, die im Interesse der öffentlichen Gesundheit unerläßlich ist. Der Angst vor Erkältungen haben wir es zu verdanken, wenn in Bauernstuben im Winter die Fenster verklebt werden, wenn Leute mit Krankheiten der Athmungswerkzeuge, die am ehesten der frischen Luft bedürfen, gerade in jener Jahreszeit, in der Ofenrauch und Speisendampf die Wohnräume minder bemittelter Leute erfüllen, durch Wochen nicht aus diesem Dunstkreise gelangen, wenn giftige Auswurftheile Lungenkranker und die höchst schädliche ausgeathmete Luft solcher Leute auch die Mitbewohner krank machen.

Brechen wir mit diesem Vorurtheile, und wir werden dahin gelangen, daß schon die kleinen Kinder, die jetzt so vielfach bis zum Eintritte der nächsten warmen Jahreszeit vor dem Einflusse der Außenluft ängstlich verwahrt werden, unter dem segensreichen Einflusse des täglichen Genusses frischer Luft sich kräftiger entwickeln. Wir werden dann auch nicht davor zurückschrecken, schon im Kindesalter durch eine vernünftige Abhärtung die äußere Hülle, die Haut, widerstandsfähiger gegen Temperaturreinflüsse zu machen. Wenn wir auch selbstverständlich davon absehen müssen, das Kind durch mangelhafte Bekleidung zu einer größeren Wärmeabgabe an die Außenwelt zu veranlassen, als sie dem Kräftebesitze des zarten Organismus entspricht, so können wir doch durch häufigere kühle Abreibung die Kleinen minder empfindlich machen. Die Grenzen wird dort, wo ein Arzt befragt werden kann, am besten dieser angeben können.

Daran aber müssen wir festhalten, daß frische Luft ein jeder braucht, der zarte, im Wachsthume begriffene Körper des Kindes noch mehr als der Erwachsene, der Kranke und für den ganzen Tag an Zimmer oder gar Bett Gefesselte noch weit mehr, als der Gesunde. Noch kein Mensch hat durch einen frischen Zug reiner Luft eine schwere Krankheit erworben, während durch das längere Einathmen verbrauchter Luft

mancher schon den Keim zu lebenvernichtendem Siechthume in sich aufgenommen hat.

Weg mit dem unbegründeten Köhlerglauben und wollen wir nicht besonders den Bemitleidenswertheften unter uns, jenen, die auf die beschränktesten Wohnräume angewiesen sind, auch den Genuß häufig erneuerter, frischer Luft verkümmern! (Wörishofer Blätter.)

Aus der Paracelsia.

Von Dr. Imfeld.

(Schluß.)

Ihrer Leiden müde und immer mehr vom sehnlichen Wunsche beseelt, sich einmal gründlich von ihrer traurigen Krankheit zu heilen, hatte Frau Desmarres schon im Frühjahr den Entschluß gefaßt, während des Sommers eine dreimonatliche Kur in der Paracelsia zu machen, welche Zeit ich mir als nothwendig ausbedungen hatte, um sie von ihrer Morphinomanie sicher zu befreien. Leider konnte eingetretener Umstände halber die Dame Ihren Plan nicht verwirklichen und kam anfangs September nur auf 14 Tage nach Genf in die Paracelsia, zu dem einzigen Zwecke, wie sie selbst sagte, um mir Gelegenheit zu geben sie kennen zu lernen, ihren wirkiichen Zustand durch eigene Anschauung zu beurtheilen und ihr, wenn möglich, eine Kur zu verordnen, welche sie zu Hause in Paris machen wollte. — In vierzehn Tagen konnte freilich, auch nach meiner Ueberzeugung, unmöglich von einer Kur die Rede sein und nahm ich daher die Kranke in unsere Anstalt auf, nur um mir ein klares Bild ihres physischen und moralischen Zustandes zu verschaffen und um sie dann mit meinen Rathschlägen und Verordnungen zu entlassen. Zu meiner eigenen großen Ueberraschung haben diese wenigen Tage ihres Aufenthaltes in der Paracelsia der Kranken mehr genützt als jemals zu erwarten war. Schon vom 11. Tage an war die Dosis des Morphium von 45 auf 25 Ctgr. pro 24 Stunden vermindert worden, ohne daß Patientin auch nur die geringsten Beschwerden verspürt hätte; ja sie war am 13. Tage bereit die Dosis noch mehr zu vermindern, was ich aber selbst nicht erlauben durfte, da sie am darauffolgenden Tage schon abreisen sollte.

Wodurch kam diese überraschende Thatsache zu Stande? Durch Medizinen? Freilich hatte die Kranke von unsern Sternmitteln genommen: S 1 + N, weißes Fluid tropfenweise, und diese Mittel thaten hier sichtlich gut; sie allein konnten aber in der kurzen Zeit unmöglich eine solche günstige Aenderung im Zustande der Kranken herbeiführen, die Hauptsache hatten da jedenfalls die veränderten Lebens-Bedingungen, der Klimawechsel und die vollkommen veränderte Umgebung der Kranken gethan. Sie kam aus Paris, wo sie Besitzerin eines Hôtel garni ist, also abgesehen von der Pariser-Luft und dem aufregenden Getriebe der Weltstadt, auch ihre eigenen geschäftlichen täglichen Sorgen hatte. Wie anders das Bild in der Paracelsia: reine belebende und nervenstärkende Luft, vollkommen ländliche, im höchsten Grade gemüthsberuhigende Stille; morgens in aller Frühe der herrliche Spaziergang auf der thaufrischen Wiese, mittags Ausruhen unter den schattigen Baumgruppen, abends wieder auf der Veranda der Villa die Abendkühle und die lieblichen Wohlgerüche der Blumen genießen und auch Nachts im Schlafe bei offenem Fenster die frische belebende Luft nicht entbehren, welche die Athmung erleichtert und stärkt. Luft, Licht, Ruhe der Umgebung, einfache aber gesunde und kräftige Kost, erfrischende und stärkende Douchen, das alles hatte in wenigen Tagen die Kranke wie umgewandelt und neu belebt; die Mittel hatten ihrerseits unter