Zeitschrift: Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege:

Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

Herausgeber: Elektro-Homöopathisches Institut Genf

Band: 6 (1896)

Heft: 6

Artikel: Wesen und Grundlage der Gesundheit

Autor: Simoni, Georg

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038454

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: 18.10.2025

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

Annalen der Elektro-Homöopathie

und Gesundheitspflege Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

herausgegeben

unter Mitwirfung von Merzten, Praftifern und geheilten Aranten.

Mr. 6.

6. Jahrgang.

Juni 1896.

Inhalt: Wesen und Grundlage der Krankheit. — Gesichtsmassage. — Elektro-homoopathische Aphorismen. — Korrespondenzen und Heilungen: Blutvergiftung; aus dem Spital für krebskranke Frauen in St. Petersburg; Resselausschlag; Jichias und Coxalgie; Mandelentzündung; Schuppenslechte; Insluenza; Lumbago, nervöse Herzschwäche. — Verschiedenes: Schweizerische Landesausstellung in Genf; Erhstreit.

Wesen und Grundlage der Gesundheit.

Von Dr. Georg Simoni. *)

Ein Erfahrungsfatz fagt, daß man die Besundheit erft zu schäten wiffe, nachdem man fie verloren hat. Aber selbst dies trifft heutzutage in vielen Fällen nicht zu. Unzählige Menschen ermangeln der Gesundheit, ohne sich beffen deutlich bewußt zu fein. Sie haben die echte und rechte Gefundheit, jenen Zustand, ber auf Erden jedem Lebewesen ein Stück Paradies zu zanbern vermag, nie fennen, somit auch nie ichätzen gelernt. Rommen ihnen gefunde Naturmenschen mit ihrer Leistungsfähigkeit unter die Augen, so feben sie dieselben wie fremde Beschöpfe an, mit derem Geschlechte fie gemäß ihrer Organisation feine Gemeinschaft haben, mit benen daher auch fein Bergleich zuläffig ift. Die sonft in allem so anmagende Rulturwelt ergibt sich ohne Sträuben einer bemüthigen Entjagung auf fraftstrotende Gesundheitsfülle. Als Gesundheitsverluft, nämlich Krankheit, werden nur Zuftande angesehen, welche mit physischer Schmerzempfin= dung oder totaler Gebrauchsunfähigfeit einzelner Organe verbunden sind. Allgemeine Lebens-

schwäche oder jegliche andere Gesundheitsstörungen

Wer nun nicht willens ift, sich dieser Tugend zu befleißen, den strengen, aber doch wahrhaft wohlwollenden Anforderungen der Natur freiswillig Gehör zu schenken, der möge auch die Folgen: Gesundheitsstörungen aller Art, Unstüchtigkeit, Schwäche, Lebensunlust, Schmerzen, frühzeitiges Altern und vorzeitigen Tod ergeben hinnehmen oder aber sich durch Kurversuche besliediger Art täuschen und täuschen lassen. Gesholsen wird ihm doch nicht. Ginen Ablaß für Sünden wirder die Natur gibt es nicht. Daß alle Versuche, solche Sünden auf andere Weise

in ihrem Beginne werden nicht als Arankheit, als Gefährdung von Leben, Lebensglück und Leistungsfähigkeit beachtet und den Leuten fällt es nicht ein, solche Zustände durch Verbesserung der Lebensweise zu verbessern. Ja, eine wahre Verbesserung derselben erscheint ihnen als abschreckende Verschlechterung, da sie die Entsagung mancher gewohnter, die geschwächten Organe reizender, doch deren Kräfte aufzehrender Genüsse und das Emporrassen von entnervender Gemächlichkeit bedingt. Sehr tressend sagt J. Nousseau: Die Gesundheitspslege ist nicht so sehr eine Wissenschaft, als eine Tugend".

^{*)} Aus des Verfassers empfehlenswertem Buche: "So werdet Ihr alt!"

zu tilgen, als durch die Befolgung einer naturgemäßen, gefundheitsdienlichen Lebensweise, vergeblich find, beweisen uns jene Stände, benen alle Mittel der Beilfunft, als: gelehrte Merzte, teuere Arzneien, ausgefuchte Nährmittel, Beilquellen u. f. w. vollauf zu Gebote ftehen. Die burchschnittliche Lebensdauer dieser bevorzugten Stände ift nicht größer, als die jener Stände, welche unter ben ungunftigften Berhältniffen ihr Leben verbringen. Ebenso ist das allgemeine Wohlbefinden dort fein größeres, als hier, und gewisse lebensbedrobende Krankbeiten raffen deren Mitglieder ebenso rettungslos dahin wie jene Personen, welche aller Hilfe und aller Pflege entbehren. Wenn sich unter den wohlhabenden Ständen Berfonen von vorzüglicher Gefundheit finden, so ist dies nicht die Folge eines befonderen, gemächlichen, genugergebenden Bohllebens, sondern die Frucht einer naturgemäßen, schlichten und ftrengen Lebensweise, den Berlockungen gegenteiliger Gelegenheiten zum Trote. Und wenn irgend ein Kurverfahren wirklichen Erfolg hat, so ist dieser nicht irgend welchen Runftmitteln, deren der Aermere entbehren muß gu banten, sondern einer naturgemäßen Grund= lage bes Berfahrens, und biese Grundlage ift, wie schon gesagt worden, eine allgemeine, von Natur aus gebotene.

Das Wesen der Gesundheit beruht auf dem geregelten Stoffwechsel. Störungen im Stoffwechsel sind Krankheit, gleichviel, ob sie sich unangenehm fühlbar machen, oder nicht. Der gesunde Naturmensch hat für solche Störungen ein seines Gefühl und er sucht sie schnell zu beheben, wenn es auch oft ohne bewußte Erstenntniß geschieht. Der Kulturmensch aber wird meist der Gefahr für sein Wohl erst gewahr, wenn die Zerrüttung seiner Gesundheit einen bedenklichen Grad erreicht hat, und dann sehlt ihm der leitende Instinkt für die zwecknäßigen Mittel zur Abhilse. Es ist daher nötig, daß

er sich wenigstens mit den leicht kennbaren sicheren Zeichen vertraut mache, durch welche sich die Beschaffenheit des Stoffwechsels kund gibt, sowie, daß er die Bedingungen eines gezregelten Stoffwechsels kenne und beachte.

Die nächste Bedingung eines normalen Stoffswechsels ist: 1) Das geordnete Kreisen gesunden Blutes; 2) Die Thätigkeit aller Organe ihrer Bestimmung gemäß. Diese beiden Bedingungen stehen gegenseitig in engster Wechselbeziehung. Ohne gesunden Blutkreislauf vermögen die Orsgane ihrer Aufgabe nicht zur Genüge gerecht zu werden, und wenn deren Thätigkeit eine mangelhafte ist, wird auch die Bildung und der Kreislauf des Blutes nachtheilig beeinflußt.

Unter gesundem Blute ist jene Beschaffenheit desselben zu verstehen, welche die zur Ernährung aller Körpertheile nöthigen Bestandtheile in ersforderlicher Menge und Mischung enthält.

Man unterscheidet im Blute einen fluffigen Theil, das Blutmaffer, Serum ober Plasma, und festere Theile, die Blutforperchen, von denen ein Theil und zwar der größere, von rother, ein kleiner Theil von weißer Farbe ist. Diese Bestandtheile finden sich in gesundem Blute in einem bestimmten Verhällnisse, das jedoch fleinen Schwankungen ausgesett ist, die sich als Unpaffung an die nicht zu jeder Stunde fich gleichbleibenden Bedürfnisse und Bustande bes Drganismus darftellen. Auch ungewöhnlichen Unforderungen desselben vermag sich die Blutbildung bis zu einem gewiffen Mage anzupassen. So lange dies der Fall ist, bleiben abnormale Ginfluffe ohne Nachtheile für den Befundheitszustand, wenn auch mit der ersprieß lichen Ausgleichung eine vorschnelle Abnützung der Lebensfraft verbunden sein fann. Entspricht aber die Blutbildung nicht den Erforderniffen des Körpers zur Inftandhaltung aller seiner Theile, so ift Schwächung und Entartung einzelner, mehrerer oder aller Organe die Folge.

Je nachdem, welche Organe vorwiegend gesschädigt sind, treten als Folgewirkung entweder Stockungen des Blutumlaufes oder gesteigerte Entmischung des Blutes auf. Stockungen des Blutumlaufes fönnen aber auch bei guter Blutsbeschaffenheit eintreten und wirken ebenso bei längerer Dauer auf die Leistungsfähigkeit der Organe und die Blutmischung zurück. Jedoch ist es viel leichter, bei guter Blutbeschaffenheit zufällige (d. h. durch äußere Ursachen bewirkte) Stockungen zu beheben, als wenn es der Lebenssquelle, dem Blute, an dem ersorderlichen Kräftesgehalte mangelt.

Die Blutbildung geht durch Umwandlung des Chylus, der sich aus dem verdauten Speisebrei bildet, unter Butritt von Sauerstoff vor sich. Durch das Blut werden dem Körper aber nicht nur Ernährungsstoffe zugeführt, sondern auch die durch den Lebensprozeß zu Schlacken, zu unbrauchbaren Abfällen gewordenen Stoffe wieder mitgenommen und an die verschiedenen Ausscheidungsorgane abgegeben. Wenn das Blut fehlerhaft zusammengesett ist und nicht regel= mäßig und fräftig genug seine Bahnen burchströmt, so wird nicht nur der Körper mangel= haft ernährt, sondern auch noch durch Zurückbleiben von Abfallsstoffen geschädigt, indem diese nicht vollständig vom Blute aufgenommen und nicht schnell genug zu den Ausscheidungs: organen gelangen. Diese wieder sind in Folge ber mangelhaften Ernährung geschwächt und vermögen daher auch ihrer Aufgabe schon aus Diesem Grunde (es walten in der Regel noch andere schädliche Ginflüsse vor) nicht vollkommen zu entsprechen. Es verbleiben somit unbrauchbare Stoffe im Körper und lagern sich entweder an einzelnen Körperstellen ab, bewirfen in günstigeren Fällen keine weiteren merkbaren Schäden, geben aber bei weniger günftiger Ablagerung Anlag zu neuen hemnissen des Stoffwechsels. Es werden entweder einzelne Organe

besonders benachtheiligt, die Fremdstoffe hemmen mechanisch die Blutzirkulation, oder gehen in chemische Zersetzung über, rufen an einzelnen Stellen bedenkliche Erscheinungen hervor oder wirken auf das gesammte Blut vergiftend.

Wie tausendsach verschieden komplizirt und vielfach auch für den ersahrensten Fachmann räthselhaft die sich entwickelnden Krankheitssformen sein mögen, es liegt ihre Wurzel allemal in Fehlern der Blutbildung und des Blutskreislauses. Somit besteht der Kernpunkt aller Gesundheitspflege in gesunden wie in kranken Tagen darin, die Blutbildung und den Blutskreislauf, damit zusammenhängend den gesammsten Stoffwechsel durch naturgemäße Mittel (weil es durch andere gar nicht thunlich ist), möglichst günstig zu beeinflussen, beziehungsweise den Körper vor Einflüssen zu wahren, welche auf den Stoffwechsel ungünstig einwirken.

Gesichtsmassage.

Bon Ottomar Richter, Berlin.

Berschönere dein Angesicht! Dieser Aufforderung begegnen wir jetzt oft in den öffentlichen Blättern.

Bu allen Zeiten ist man unter rohen Naturvölkern, wie unter Kulturvölkern bemüht gewesen, Mängel des Teints und der Gesichtsbildung zu verdecken und dem Gesichte besondere Reize zu verleihen. Bon einer eigentlichen Gesichtsverschönerung konnte dabei keine Rede sein; im Gegentheil wurde dadurch meist der Teint verdorben, mitunter sogar das Gesicht verunstaltet und häusig genug die Gesundheit noch obendrein arg geschädigt. Wirken doch die Giste und die mineralischen Stoffe, welche zur Bereitung der Berschönerungsmittel verwandt wurden und die zum heutigen Tage vielsach verwandt werden, auf die Haut ge-