Zeitschrift: Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege:

Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

Herausgeber: Elektro-Homöopathisches Institut Genf

Band: 6 (1896)

Heft: 11

Artikel: Etwas über das Athmen [Schluss]

Autor: Haug, Rudolf

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038464

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 Mergten, Praftifern und geheilten Granten.

Mr. 11.

6. Jahrgang.

Movember 1896.

Inhalt: Etwas über das Athmen. — Wann soll man baden. — Der schlimmste Feind der Gesundheit. — Hygiene der Arbeit. — Dr. L. E. Maglioni. — Aepsel und Nüsse. — Elektro-homöopathische Aphorismen : eine verhinderte Operation. — Korrespondenzen und Heilungen: Ausschlag, Asthma, Menstruationsbeschwerden. — Thier-heilfunde: Hemiplegie; chronischer Rothsauf; Diarrhöe; Ausschlagsieber; Lungenentzündung (2 Fälle); Darmentzündung. — Verschiedenes: Villa Paracelsia.

Etwas über das Athmen.

Bon Dr. Rudolf Saug.

(Schluß.)

In erster Linie muß rangiren die Bedeutssamkeit einer hygienischen Methode für den Gessammtorganismus und Hand in Hand damit wird gehen die rein lokale, der Einfluß auf das normale Funktionniren des Gehörorganes, als eines integrirenden Bestandtheiles eines gessunden, vollsinnigen Organismus: nur bei völlig freier, normaler Nasenathmung, ergo Athmung überhaupt, wird ein gesundes Gehörorgan vorshanden sein. Deshalb war es nothwendig, die beiden Momente in ihrem Berührungspunkte zu erörtern.

Was nun die Verwirklichung dieser verschiedenen Forderungen, ihre Umsetzung in der That anbelangt, so weiß ich recht wohl, daß sie zum großen Theile pia desideria (fromme Wünsche) bleiben werden, wenigstens auf lang absehbare Zeit.

Jedoch es ließe sich alles erreichen, aber nur auf dem einzigen Wege der Jugendbelehrung. Bei uns, den Aelteren und Alten werden die guten und wahrhaft gutgemeinten Rathschläge dann und wann einmal festhalten und da würde dann auch in der Familie darauf gehalten, aber im großen und ganzen sind die Alten zu gleichgiltig, um so oder so von ihren Gewohnheiten, mit denen sie aufgewachsen und ja auch oft alt geworden sind, abzugehen.

Die Jugend aber, die mit den neuen Gestanken aufwächst und verwächst, die nichts ans deres weiß, wird das alles als selbstverständlich sinden und üben, was wir als neumodisch, revolutionär anschreien und hassen. Es wird sich, um ein Beispiel zu gebrauchen, der Uebergang genau so vollziehen, wie beim Uebergang von der Kreuzers zur Markwährung: unsere Kinder wissen einsach von dem Kreuzer nichts mehr.

Das fann aber nur erreicht werden durch Eingreifen seitens der Regierungen, der Staatsund Städteverwaltungen, durch Einwirkung auf die Lehrkräfte: die Bolksschul- und Mittelschullehrer müssen in ihrer Art hygienisch vorgebilwerden, ja schon bei Kindergärtnerinnen muß der Anfang gemacht werden.

Von der Schule aus muß dieser Samen gesäet werden, und wenn dann Hand in Hand damit geht ein gutes freies Verständniß und wohlwollendes Entgegenkommen im Familienfreise, dann werden bei unseren Urenkeln sich vielleicht die Segnungen einer guten und hysgienischen Prophylaze einstellen können, bis dahin aber mag noch manche Welle von der Quelle des Vater Rheins bis in's Meer wandern!

Und weiter wird es aber auch der Arzt, speziell der Hausarzt sein, der als treuer und beständiger Berather, als bester Kenner der sanistären und auch hereditären Verhältnisse der Familien einen gewaltigen und segensreichen Einsluß wird ausüben können, indem er mit allem Nachdruck darauf hinarbeitet, diesen einssachen hygienischen Grundsätzen mehr und mehr Bürgerrecht zu verschaffen.

(Wörishofer Blätter.)

Wann foll man baden ?

"Aller Anfang ist schwer", — das gilt auch von dem Studium der Natur und der Natursgesetze, wie es seit einer Neihe von Jahren wieder einmal mit Begeisterung getrieben wird. Und je mehr Jahre dieses Naturstudiums verssließen, desto mehr werden wir inne, daß unsere Naturkenntniß, daß das Erkennen der geheimen Triebs, Wachsthumss und Werdefräfte der Nastur noch sehr in den Anfängen liegt.

Solche Gedanken kommen mir, wenn ich an das Baden denke. Im Alterthum war das Baden allgemein, später kam es in Verfall. Vor noch nicht 150 Jahren wurden Knaben, welche der Lockung des Bades nicht widerstehen konneten, mit Ruthenstreichen bestraft. Heute haben wir in vielen Städten schon große Volksbades anstalten. Aber große Frethümer kommen beim Baden noch vor. Es ist natürlich, daß im Frühsiahr die Kirschen blühen. Aber es ist nicht natürlich, wenn es im Winter wittert. Und Beilschen, die im Februar erblühen, pslegen zu ersfrieren. Das Baden ist gut. Aber ist das Baden etwas, was immer, überall und unter

allen Umständen gut ist? Ist das Baden zu dieser oder jener Zeit vielleicht weniger natürlich und gesundheitsfördernd? Und wann ist es am natürlichsten, wann ist es das eigentlich Nastürliche?

Die Erfahrung hat mir als einem fleißig Badenden und Schwimmenden die Frage schon seit geraumer Zeit beantwortet. Aber lange Zeit war es bloße Gefühlssache. Ich konnte mir nicht Rechenschaft geben, ich wurde mir der Gründe nicht bewußt. Erst allmälig, als das Gefühl immer wieder auf's Neue sprach, suchte ich mir Rechenschaft zu geben, überlegte, forschte und fand.

Das natürlichste Bad ist das Regenbad. Die Pflanze, welche feine willfürliche Bewegung bat, fennt nur das Regenbad. Die meiften Thiere pflegen in das Waffer nur mit den Füßen zu geben. Im Uebrigen fennen auch sie nur das Regenbad. Was vom Thiere gilt, gilt hier auch vom Menschen. Auch für den Menschen wäre das natürlichste Bad das Regenbad. "Der Regen läßt den Menschen wachsen", fagt der Bolts= mund. Aber unter den heutigen Rulturverhält= nissen, das heißt Rleiderverhältnissen, hat das Regenbad für den Menschen mehr Nachteile im Gefolge als Bortheile. Un die Stelle des Regenbades tritt das Flußbad, Seebad und das Wasserleitungsbad. Wenn nun dieses letztere Bad ein Erfatz ist für das Regenbad, dann liegt der Gedanke nahe, daß jenes fünstliche Wafferbad am wünschenswerthesten nur dann genommen werben nuß, wenn das Regenbad genommen werden fann, das beißt, wenn es requet.

Und so verhält es sich in der That. Wenn es regnet, verlangt der Körper instinktmäßig nach einem Bade. Die Natur ladet ihn ein zu dem großen Bade. Der Regen macht das Wasser weich und schmiegsam; diese Beobachtung kann Jeder, der darauf achtet, leicht mas