

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

Herausgeber: Elektro-Homöopathisches Institut Genf

Band: 11 (1901)

Heft: 9

Artikel: Ueber klimatische Kuren

Autor: Senator, H.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1038525>

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: 12.01.2026

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 Mitwirkung von Ärzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 9.

11. Jahrgang der deutschen Ausgabe. September 1901.

Inhalt: Ueber klimatische Kuren (Schluß). — Eine Plauderei über die Verdauung; die Vergiftung des Magens. — Gartenarbeit ist gesund. — Korrespondenzen und Heilungen: Lebertranpulver; Verbrennung (2 Fälle); Nervenschwäche; Herzkrankheit; Blasenausschlag; Rhachitis; Gesichtsneuralgie. — Anzeigen: Villa Paracelsia; Sauter's Laboratorien, Einladung zur General-Versammlung der Herren Aktionäre.

Ueber klimatische Kuren.

Von Prof. Dr. H. Senator.

Geh. Medizinal-Rat, Direktor der III. medizinischen
Universitätsklinik und Poliklinik in Berlin.

(Fortsetzung und Schluß)

Zu allen diesen so mannigfaltigen Faktoren, die ja durchaus nicht etwas Unwandelbares, sondern vielfachem Wechsel Unterworfenes sind, und die, wie aus dem Vorstehenden erhellt, in der verschiedensten Weise mit einander in Wechselwirkung treten können, sich unterstützend oder abschwächend, kommen nun noch mancherlei in ihren Wirkungen zum Teil unberechenbare, örtlich beschränkte Bedingungen hinzu, welche das Klima beeinflussen, so die Bodenbeschaffenheit, das Vorhandensein unterirdischer Quellen, die Verschiedenheit der Anpflanzungen, genug, allerhand Momente, welche eine scharfe Abgrenzung einzelner Ortschaften in klimatischer und gar in klimatherapeutischer Hinsicht sehr erschweren, um so mehr, als ja auch in einer und derselben Gegend die klimatischen Verhältnisse wechseln, z. B. nach der Jahreszeit. Nach alledem ist es begreiflich, daß die verschiedenen

Klimaformen keineswegs scharf von einander unterschieden sind, sondern vielfache Uebergänge bieten, wodurch eine scharfe Abgrenzung und eine durchaus befriedigende, durchgreifende Einteilung der Klima unmöglich wird.

Man kann aber gewisse Klimaformen als Typen herausheben, die dadurch zu Stande kommen, daß die einzelnen das Klima bedingenden Faktoren in ihrer Gesamtheit oder zum überwiegend größten Teil sich summieren, in demselben Sinne das eine Mal nach der einen, das andere Mal nach der anderen Richtung wirken und so gewisse Extreme bilden, als die äußersten entgegengesetzten Glieder einer Reihe, in welcher die anderen weniger scharf ausgeprägten Klimaformen in allmählichem, unmerklichem Uebergang zu einander sich einfügen. Solche extrem ausgeprägte Klimatypen sind auf der einen Seite: das Hochgebirgsklima, auf der anderen das Klima der feuchtwarmen Niederung oder Tiefebene. An jenes schließt sich das mittlere Höhen- oder subalpine Klima und auf der anderen Seite an das feuchtwarme Niederungsklima das See-

klima mit seinen verschiedenen, durch die geographische Lage und andere Umstände bedingten Abstufungen von feuchtwarmem Insel- oder Küstenklima, durch das mittelfeucht und trockenwarme bis zum trockenföhren Seeclima, endlich das Klima der trocknen warmen Ebenen oder Wüstenklima. Dazwischen liegt eine Reihe von Dertlichkeiten, denen nur die allgemein günstigen Wirkungen frischer Wald- oder Gebirgsluft ohne stärker hervortretende Besonderheit zukommt, die also durch ihr Klima nur allgemeine sanitäre Wirkungen ausüben, die sogenannten Sommerfrischen. —

So wenig wie die einzelnen Klimaformen sich streng von einander scheiden lassen, ebenso wenig lassen sich strenge Indikationen in dem Sinne aufstellen, daß für eine bestimmte Krankheit nur ein ganz bestimmtes Klima und kein anderes angezeigt sei. Vielmehr gilt hier dasselbe, wie für die Wasserbehandlung und Bädertherapie, daß man nämlich mit verschiedenen Mitteln, also auch mit verschiedenen klimatischen Faktoren dasselbe und im gleichen Klima Verschiedenes erreichen kann, je nachdem die einzelnen Faktoren und die neben dem Klima aus der betreffenden Dertlichkeit sich bietenden Hilfsmittel ausgenutzt werden.

Zu dieser Beziehung ist ganz besonders die Anstaltstherapie hervorzuheben, welche mit Recht in der neueren Zeit eine immer größere Beachtung und Wertschätzung gewinnt, weil sie allein im Stande ist, alle für die Behandlung von Krankheiten, namentlich chronischer Krankheiten, irgendwie gebotenen Mittel und Methoden und ganz besonders soweit sie in das Gebiet der Ernährungstherapie im weitesten Sinne mit allen ihren hygienisch-diätetischen, physikalischen und mechanischen Hilfsmitteln fallen, in der wünschenswerten Vollkommenheit zur Anwendung zu bringen. Es ist klar, daß solche zur Behandlung chronischer Krankheiten

bestimmte Anstalten, sofern sie, was ja das allererste Erfordernis ist, nach Lage und Einrichtung im Allgemeinen sich unter günstigen sanitären Verhältnissen befinden, von einzelnen Besonderheiten abgesehen, auch im Allgemeinen gleich günstige Erfolge erzielen können, mögen sie im Hochgebirge oder in einem subalpinen Klima oder an der See gelegen sein. Denn einmal werden gewisse für die Krankenbehandlung notwendige oder wünschenswerte Bedingungen von verschiedenen Klimaformen erfüllt und dann kann das, was etwa das besondere Klima zu viel oder zu wenig bietet, in einer zweckmäßig geleiteten Anstalt durch anderweitige Einrichtungen und Maßnahmen ersetzt und ausgeglichen werden.

Bevor wir nun auf die einzelnen Klimaformen, ihre Eigenschaften und Wirkungen auf den Organismus und namentlich auf ihre therapeutische Ausnutzung eingehen, muß darauf hingewiesen werden, daß, wie bei den Badekuren so auch bei den klimatischen Kuren neben den dem Klima selbst zukommenden Wirkungen eine Reihe von Umständen mitspielt, welche an und für sich schon einen günstigen Einfluß ausüben können, wie die Entfernung vom Hause und den gewohnten Lebensverhältnissen und mancherlei andere äußere Umstände.

1. Das Hochgebirgsklima, schon durch die Vegetation, das allmähliche Verschwinden des Getreides und der Obstbäume und höher hinauf auch der Laubhölzer charakterisiert, liegt, soweit es klimatotherapeutisch in Frage kommt, in Mitteleuropa zwischen 900 - 2000 Meter über dem Meere. Mit seiner reinen, dünnen, ziemlich trockenen, füheren und durchsichtigeren Luft bei starker Sonnenstrahlung und deshalb erheblichem Temperaturunterschied zwischen Sonne und Schatten, Tag und Nacht, und deshalb leichter mit der Tageszeit wechselnder Windbildung, mit im Winter verhältnismäßig ge-

ringen Schwankungen der Temperatur, des Feuchtigkeitsgrades der Luft und deshalb größerer Beständigkeit der Witterung, wirkt es den Stoffwechsel anregend und steigernd, die Leistungsfähigkeit der Muskeln und des Nervensystems erhöhend, mit einem Worte den Organismus erfrischend, kräftigend und abhärtend.

Die ärztliche Erfahrung spricht unzweifelhaft dafür, daß ein längerer kürmässiger Aufenthalt im Hochgebirge mit Ausnützung aller durch dasselbe gebotenen Vorteile eine Verbesserung der Ernährung und Blutbildung, eine Hebung des gesamten Stoffwechsels herbeiführt.

Aber damit dieser Zweck mit Ausnützung aller Vorteile des Hochgebirgsklimas erreicht werden kann, bedarf es einiger Widerstands- und Anpassungsfähigkeit namentlich von Seiten des Circulations- und Respirationsapparates. Das Hochgebirge paßt deshalb nicht bei Klappefehlern und Degenerationszuständen des Herzens und der Gefäße, bei frischentzündlichen Zuständen und bei weit vorgeschrittener Verstärkung der Lungen, sowie bei Emphysem. Es paßt ferner nicht bei übergroßer Empfindlichkeit und Erregbarkeit des Nervensystems (reizbarer nervöser Schwäche), bei welcher die anregende Wirkung des Klimas zu stark empfunden wird, so daß eine Gewöhnung an die veränderten Verhältnisse nicht zu Stande kommt, sondern im Gegenteil die Aufregung gesteigert wird, nervöse Unruhe, Schlaflosigkeit, Beängstigungen, Herzklöpfen usw. eintreten oder zunehmen.

Ganz besonders ist die Widerstands- und Anpassungsfähigkeit zu berücksichtigen, wenn es sich um eine Überwinterung im Hochgebirge handelt. Eine solche sollte immer nur bei hinreichendem Kräftezustande und auch dann nur im Anschluß an einen Herbst-, oder Sommer- und Herbstaufenthalt stattfinden und

niemals anders, als in eigens dazu eingerichteten Anstalten oder in Hotels, die unter ärztlicher Überwachung stehen. Für kürzere Kuren sind eben die Zeit des Hochsummers und Herbstanfangs die geeignetsten, und auch hierbei wird es bei zarten Constitutionen geraten sein, nicht zu schnell die höchstgelegenen Orte aufzusuchen, sondern langsamer, mit Pausen von Tagen oder gar Wochen, die erst in niedrigeren, dann in allmählich höher ansteigenden Zwischenstationen zugebracht werden, vorzudringen.

Angezeigt ist das Hochgebirgsklima erstens bei den meisten Zuständen von Anämie und Chlorose, bei Verdauungsschwäche, nervöser Überanstrengung und Eröpfung, sodann wegen der erhöhten Anforderungen, die es an und für sich schon an die Muskelthätigkeit stellt und wegen der Gelegenheit zu ausgiebigen und selbst anstrengenden Körperbewegungen, ganz besonders bei Fettleibigkeit, wenn der Herzmuskel nicht unter der Fettanhäufung zu sehr gelitten hat. Es wirkt ferner wegen seiner dünnen, trockenen Luft wohlthätig bei chronischen Bronchialkatarrhen mit starker Sekretion und bei verschleppten Lungen- und Brustfellentzündungen.

Ganz besonders ist in neuerer Zeit die Lungenentzündung Gegenstand einer kürmässigen Behandlung im Hochgebirgsklima geworden. In der That bietet dasselbe ja, abgesehen davon, daß durch die Reinheit der Luft die Gefahr einer immer neuen Aufnahme von Tuberkelbazillen ausgeschlossen ist, wegen der vorher genannten Eigenschaften, d. h. wegen der neben der allgemeinen Hebung der Ernährung stattfindenden besonderen Uebung und Stärkung des Herzens und der Atmungsorgane, alle diejenigen Bedingungen, welche nach den jetzt herrschenden Anschauungen zur Bekämpfung

jener Krankheit notwendig sind und welche darauf abzielen, einmal den Körper im Ganzen durch kräftigere Ernährung und Übung widerstandsfähiger zu machen und dann die Lungen, insbesondere durch reichlichere Zufuhr gesunden Blutes, zur Ausheilung der erkrankten Partien zu befähigen.

Ist nun schon die Reise in das Hochgebirge mehr oder weniger anstrengend und mit einem gewissen Kräfteaufwand verbunden, so ist für die Kur daselbst ein gewisser Vorrat von Kraft vollends notwendig, denn die erste Voraussetzung einer solchen Kur ist, daß der Kranke von den mehr erwähnten Vorteilen, und von allen Hilfsmitteln, die der Aufenthalt im Hochgebirge bietet, auch wirklich Gebrauch machen kann, daß er die reichlicher gebotene Gelegenheit, im Freien sich aufzuhalten und zu bewegen, kleinere und allmählich größere Aufhöhen zu ersteigen, benutzen und daß er die dem zunehmenden Appetit und dem gesteigerten Stoffwechsel entsprechende reichlichere Nahrung genießen und verdauen kann. Hiernach wird es einleuchtend, daß für derartige Kuren am besten geeignet sind Tuberkulöse im Beginn des Leidens oder auch nur der Tuberkulöse Verdächtige, nicht aber solche, die auf's Aeußerste entkräftet und mit schweren Verdauungsstörungen behaftet sind und kontinuierliches hohes Fieber haben. Leichte und vorübergehende Fiebersteigerungen sind, wenn die sonstigen Bedingungen für die Kur günstig liegen, kein zwingender Gegengrund, ebenso wenig, wie eine einmalige, oder in größeren Zwischenräumen auftretende Lungenblutung. Nur bei allgemeiner Neigung zu Blutungen (habituellem Nasenblutungen z. B.) ist es geraten, das Hochgebirgsklima zu vermeiden, ebenso bei Komplikation mit Gehlkopfaffektionen, auch wenn diese selbst noch nicht ausgesprochen tuberkulöser Natur sind.

Es gibt selbstverständlich eine Menge Orte, auch bewohnte Orte mit Hochgebirgsklima in allen Erdteilen, aber für therapeutische Zwecke kommen nur solche in Betracht, welche nicht nur die allgemein notwendigen Lebensbedingungen darbieten, sondern welche auch die für kranke Menschen notwendigen Bedürfnisse zu befriedigen gestatten, welche mit allen für eine Kur notwendigen Einrichtungen versehen sind und namentlich auch Kuranstalten besitzen. Bei uns in Europa sind es hauptsächlich die Schweizer und Tiroler Alpen, in welchen sich Kurorte mit Hochgebirgsklima vertreten finden, von denen ich die bekanntesten hier folgen lasse. Es sind in der Schweiz: Andermatt, Arosa, Les Avants, Lenjins, Beatenberg, Gauz nebst Rocher de Naye oberhalb Montreux am Genfer See, Churwalden, Davos-Platz und Dörfli, Engelberg, Felsenegg, Fettan, Flims, Gais, Gurnigel, Heiligenschwendi, Klosters, Le Prese, St. Moritz, Maloja, Mürren, Parpan, Pontresina, Rigi (Kaltbad, Klösterli, Kulm, Scheidegg), Seewis, Sils Maria, Silvaplana, Sinestra, Villars, Weissenstein, Wiesen, Zuoz. In Süddeutschland und Tirol: Brennerbad, Cortina, Gossensaß, Höhenschwand, Igels, Madonna di Campiglio, Menzenschwand, Schluchsee, Semmering, Tollach. In Ungarn: Neu-Schmels.

Zu diesen kommen noch zahlreiche andere, nicht weniger günstig gelegene Orte, die sich für die vorher bezeichneten Krankheitsformen, auch für beginnende Lungentuberkulose und noch besser für nur der Tuberkulöse Verdächtige zum Aufenthalt eignen, wenn die Patienten einer dauernden Überwachung nicht bedürfen, aber nach einem ärztlich festgestellten Verhaltungsplan leben. Diese Orte zählen nicht mehr zu den eigentlichen Kurplätzen, weshalb auf ihre Aufzählung verzichtet werden kann.

2. Es schließen sich ferner an die zahl-

reichen Kurorte mit subalpinem Klima in einer Meereshöhe von etwa 300—900 Meter. Diejenigen Orte unter ihnen, welche am höchsten gelegen sind, stehen natürlich dem eigentlichen Hochgebirgsklima wenig oder gar nicht nach, bei einer Reihe anderer Orte sind durch die Verschiedenheit der Lage und der Vegetation, des Windschutzes und der Windrichtung, der Temperaturverhältnisse Bedingungen gegeben, durch welche sie weniger different als die Hochgebirgsorte wirken, aber auch eine mannigfaltigere Verwendung finden können.

Namentlich die Vegetation, das Auftreten von Laub- und Nadelwaldungen, zeichnet dieses Klima vor dem Hochgebirge aus. Der Feuchtigkeitsgehalt der Luft ist dadurch größer, die Sonnenstrahlung weniger intensiv, ebenso die Temperaturunterschiede zwischen Sonne und Schatten bei im Uebrigen hohen Ozongehalt und großer Reinheit der Luft. Die Wirkung auf das Nervensystem ist deshalb weniger erregend und der Stoffwechsel kann je nach der verschiedenen Ausnutzung der Terrainverhältnisse und je nach den Ernährungsbedingungen in verschiedenem Sinne beeinflußt werden. Aus diesen Gründen ist die Zahl der Patienten, die sich für das subalpine Klima eignen, eine weit größere, der Kreis der Indikationen ein weiterer. Die hierher gehörigen zahlreichen Kurplätze bilden den geeigneten Sommeraufenthalt für den größten Teil chronischer Erkrankungszustände, bei welchen Hebung der Ernährung, des Stoffwechsels und der Kräfte nötig ist, bei denen aber stärkere Anregungen nicht gut extragen werden und welchen das Maß von Anstrengung und Widerstand, wie es eine erfolgreiche Kur im Hochgebirge erfordert, nicht zugemutet werden kann, Phthisiker insbesondere, welche über die allerersten Krankheitsanfänge hinaus sind, aber nicht im Stadium der Colliquationen sich befinden,

Skrophulöse, Anämische oder andere Patienten, die bei richtiger Ausnutzung der örtlichen Verhältnisse hier denselben Erfolg erreichen können, wie im Hochgebirge, von welchem ja, wie gesagt, das subalpine Klima durch keine scharfe Grenze getrennt ist. Endlich Herzkränke, ohne oder mit geringen Compensationsstörungen, die, ohne starke Kletterpartien zu machen, sich allmählich und vorsichtig im Steigen üben sollen.

Zu Allgemeinen wird man bei der Auswahl nach dem Grundsatz zu verfahren haben, daß die feuchteren Orte sich weniger für Rheumatismen, für Nierenkrankheiten, für Catarrhe mit starker Absonderung, die trockenen weniger für Zustände mit Reizhusten und für Kehlkopfleiden sich eignen.

Aus der übergroßen Zahl der hierher gehörigen Orte seien hier als besonders wichtig nur diejenigen genannt, in welchen sich besondere für Behandlung der Lungentuberkulose bestimmte Anstalten befinden. nämlich: Altenbrak am Harz, Andreasberg, Badenweiler, Blankenhain in Thüringen, Sankt Blasien, Falkenstein, Görbersdorf, Meran, Rieboldsgrün, Reichenhall.

Von den niedrigen, d. h. etwa 300—400 Meter über dem Meere gelegenen Orten dieser Gruppe, führt nun ein allmäßlicher Übergang zu den tiefer gelegenen Orten des Binnenlandes mit indifferen tem Klima welches in Bezug auf Temperatur, Druck und Feuchtigkeitsgrad der Atmosphäre nichts Außergewöhnliches hat, aber durch Staubfreiheit und Reinheit der Luft, durch landschaftliche Reize und die Gelegenheit, Wald- und Bergesluft ausgiebig zu genießen, Vorzüge vor dem Stadtaufenthalt haben und deshalb mehr zur Erholung und Kräftigung im Allgemeinen aufgesucht werden, als zur Erfüllung besonderer Heilanzeigen, wenn anders nicht, wie es bei vielen Orten dieses Klimas der Fall ist, sie noch besondere

Hilfsquellen, Mineralwässer zu Trink- und Badekuren, diätetische Kuranstalten und dergl. besitzen. Viele mit den verschiedensten Quellen versehene Orte gehören hierher und außerdem eine große Menge in den niederen Gebirgsregionen gelegene Orte, die man als „Sommerfrischen“ bezeichnet. Ihre Zahl ist groß und fortwährend noch im Steigen begriffen, von einer Aufzählung derselben können wir um so mehr absehen, als bei ihrer Auswahl, sofern nicht, wie eben erwähnt, besondere Indikationen zu erfüllen sind, nur auf die früher genannten allgemeinen und zum Teil äußerlichen Verhältnisse Rücksicht zu nehmen ist. —

Eine Plauderei über die Verdauung.

Von Dr. P. A. De Forest.

Die Vergiftung des Magens.

Das Verhältnis zwischen einem vergifteten Zustand des Verdauungskanals und der Krankheit ist seit kurzem zu einem Gegenstand des tieferen Studiums und Erforschens gemacht. Man hat lange Zeit geglaubt, daß Krankheiten, wie Cholera, Typhus, Malaria usw. ausschließlich durch den Verdauungskanal empfangen würden: aber jetzt weiß man, daß nicht nur diese, sondern noch eine Anzahl anderer Krankheiten ihre Entstehung den Giften verdanken, welche sich im Verdauungskanal bilden, wodurch das Wachsen der Bakterien verursacht wird.

Diese lebendigen Organismen werden nach der Bodenbeschaffenheit, welcher sie zu ihrem üppigen Wachstum bedürfen, in zwei Klassen geteilt. Einige wachsen auf totem Material, wie Käse, Fleisch, Milch oder auf irgend einem Gegenstand, in welchem das Zellenleben aufgehört hat. Andere zeigen wieder eine Vorliebe für lebendige Gewebe, welche sich in der

Temperatur des Körpers oder etwas niedriger, entwickeln. Zu dieser Klasse gehören die krankheitserregenden Keime, welche besondere Krankheiten, auf die ich bereits hingewiesen habe, erzeugen, und die aus der Nahrung und aus verbrauchten Zellen, welche in dem Verdauungskanal gefunden werden, chemische Gifte von eiweißhaltiger Beschaffenheit hervorrufen. Diese letzte Klasse verursacht eine Reihe von Krankheitssymptomen, wie Kopfschmerz, Benommenheit, Erregbarkeit, Nervosität und alle hin und her ziehende neuralgische Schmerzen, Schwäche, Abnahme der Verstandeskräfte usw.

Bouchard, Admetz, Hayhem, Winter, Briegler, Vaughan, Kellogg und noch viele andere haben sorgfältige Beobachtungen angestellt, um die Theorie zu beweisen, daß „Selbstvergiftung“ jetzt als die Hauptwirkung in der Erzeugung von vielen Krankheiten angesehen wird.

Das Genießen von Reizmitteln, wie gewürzte Fleischspeisen, sowie alle Gewürze, Alkohol und andere Gifte, reizen die zarten Darm- und Magenwände, wodurch die Schleimdrüsen veranlaßt werden, eine erhöhte Menge von Schleim abzusondern, um die Schleimhaut zu schützen. Eine Zeitlang ist die vermehrte Absondierung der Verdauungsfäste die Folge, und wie in allen Fällen der Überreizung, tritt eine Reaktion ein, deren Folge eine verminderte Thätigkeit oder Abmagerung ist. Dieser Zustand verursacht wiederum eine Erkrankung des Verdauungskanals.

Der Magensaft und die Galle hindern, so lange der Magen gesund ist, jegliche Fäulnis oder Gärung. Es ist nahezu unmöglich, die Aufnahme von Keimen zu verhindern, denn sie finden sich überall vor, außerhalb des Körpers, sowie in zahlreicher Menge im Munde, Halse und in den Gedärmen, sogar bei einem gesunden Menschen. Die Frage ist vielmehr, wie wir die Erkrankung verhüten, indem wir die Schleim-