

**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf  
**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf  
**Band:** 14 (1904)  
**Heft:** 3  
  
**Artikel:** Die Bettruhe als Heilmittel  
**Autor:** Scholta, A.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1038392>

### **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:** 16.01.2026

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

# Sauter's Annalen

## für Gesundheitspflege

### Monatschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

herausgegeben

unter Mitwirkung von Ärzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 3.

14. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

März 1904.

**Inhalt:** Die Bettruhe als Heilmittel. — Von einigen Krankheiten der Neugeborenen und ihrer Behandlung Erythem der Neugeborenen. Gelbsucht der Neugeborenen. Die schwarze Ruhr der Neugeborenen. — Bakteriologische Trostivorte. — Korrespondenzen und Heilungen: Zuckerharnruhr, Gelenkrheumatismus; Herzbeutelwassersucht; Magenkatarrh, Herzerweiterung und Lungenemphysem; tuberkulöses Lungenleiden, Keuchhusten; Flechten. — Anzeigen: Villa Paracelsia.

#### Die Bettruhe als Heilmittel.

Von A. Scholta, Freiberg.

Ein alter Arzt sagte einst: „Das größte Heilmittel ist die Bettruhe“. Das ist richtig. Jeder in der Praxis erfahrene Arzt weiß die Bettruhe zu schätzen; er curiert bewußt oder unbewußt die meisten Krankheiten damit; nicht so der unerfahrene. Letzterem schweben zu sehr die Wirkungen gewisser Heilmittel und Anwendungsformen vor Augen, als daß er eingedenk wäre der Worte: „Die Natur heilt, der Arzt kann nur ihr Assistent sein“.

Ein solches Naturheilmittel ist die Bettruhe, die Bettwärme und Ruhe überhaupt. Das kranke Tier verkriecht sich in einen versteckten Winkel, kauert sich zusammen, um sich warm zu erhalten, und ruht, ohne etwas zu sich zu nehmen. Der Mensch sollte dasselbe tun, wenn er von einem allgemeinen Krankheitsgeföhle befallen wird. Er sollte es tun; er tut es aber nicht immer, sondern folgt seinem Willen. Er sucht „sich nicht werfen zu lassen“, oder trinkt gar ein paar Cognac oder ein Glas warmen Wein, um die Krankheit zu vertreiben. Die Nichtbefolgung des instinctiven Ruheverlangens des Organismus ist schon so manchem Kran-

ken verhängnisvoll geworden. Besonders sind es die Influenzafranken, die sich die schwersten Nervenleiden, Herzsichwäche und Entzündungen u. s. w. durch das Außerbettbleiben zugezogen haben. Und so mancher wäre nicht an der Influenza gestorben, wenn er sich rechtzeitig zu Bett gelegt hätte. Das Publicum weiß den Wert der Bettruhe nicht immer zu schätzen, weil es die Wirkungen derselben auf den Organismus nicht kennt. Deshalb ist es am Platze, einmal die Einwirkung der Bettruhe auf den kranken Organismus zu erörtern, und zu zeigen, wo und wann sie Nutzen schafft, und wo sie unter Umständen schaden kann.

Die Bettruhe bewirkt:

1. Herzruhe. Im Bette wird die Zahl der Pulschläge geringer, als außer Bett; sie fällt von 75 auf 65 in der Minute. Dadurch werden die Ruhepausen des Herzens, die zwischen der Herzzusammenziehung und Herzensausdehnung liegen, größer, so daß das Herz in diesen Pausen sich ausruhen und erholen kann. 10 Schläge pro Minute Ersparnis sind pro Tag (12 Stunden) 7200 Pulschläge, die das Herz weniger zu schlagen hat. Und das bedeutet für das Herz eine Ruhezeit von 1-4 Stunden pro Tag, ohne Nacht ge-

rechnet, da man annehmen kann, daß der Kranke in der Nacht so wie so seine 12 Stunden im Bette zubringt, wenn er sich unwohl fühlt.

Und welchen Wert hat die Bettruhe nicht für einen Herzkranken, dessen Herz überarbeitet, gedehnt und erschöpft ist, oder wenn im Verlauf schwerer fieberhafter Krankheiten sich Herzschwäche einstellt? Da hilft kein Wein, der — wie experimental bewiesen ist — das Herz noch mehr dehnt, da hilft auch oft „kein Curmachen“, sondern nur absolute Bettruhe. Wie oft sehen wir bei Blutarmen, Bleichsüchtigen, Nerven- und Muskelschwachen, sowie auch bei Radfahrenden Herzmuskelschwäche mit Dehnung des Herzmuskels eintreten! Hier hilft nur Bettruhe!

2. Gehirnruhe. Bettruhe bewirkt Gehirnruhe. Wie viele Menschen gibt es, die vor Gedankenfluß und Ideenjagd nicht schlafen, ja nicht mehr arbeiten können, denen das Gehirn sogar „dummes Zeug“ vormacht, oder die ihre Gedanken nicht auf Minuten auf einen Gegenstand concentrieren können, weil ihnen immer neue Gedanken durch den Kopf jagen und eine Art Angst erzeugen, indem sie gleich einer Peitsche den Nervösen zur Arbeit antreiben und ihm doch keine Zeit zur Arbeit lassen. Das ist eine functionelle Schwäche des Gehirns, die man, wie es in neuerer Zeit gebräuchlich, eine Insufficienz der Willensbahnen des Gehirns nennen könnte. Auch hier hilft Bettruhe im lichten, gut gelüfteten und geräuschlosen Schlafzimmer. Man spricht bereits von Herzinsufficienz (Herzmuskelschwäche), Mageninsufficienz (Magenmuskel- und Magendrüsenschwäche), Niereninsufficienz (Nierenschwäche) u. s. w.

3. Nierenruhe und Erhöhung der specifischen Nierentätigkeit. Jeder Nierenkranke gehört ins Bett. In der Bettruhe functioniert die Haut mehr als außer Bett.

Man denke nur an die allmorgendlichen, nicht schwächenden „Frühschweisse“. Haut und Nieren stehen miteinander in steter Wechselbeziehung (ebenso aber auch mit den Lungen). Scheidet die Haut mehr Schweiß ab, haben die Nieren weniger Arbeit zu leisten und ruhen somit aus, was ihnen gewiß gut tun wird, wenn man bedenkt, in welcher Weise heutzutage die Nieren in Anspruch genommen werden. In der Bettruhe kann sich auch wieder das Nierenepithel ersetzen. Das Nierenepithel ist die innerste Auskleidung der Nierencanälchen und dient, wie man annimmt, der Filtrierung oder einer noch nicht bekannten Durchseugung des Harnwassers, um es von seinem Eiweißgehalt zu befreien. Sind die Nierenepithel gelockert, so geht mit dem Urin Eiweiß fort — die Nieren sind insufficient, das ist unfähig, das Eiweiß aus dem Harnwasser zurückzubehalten. Je mehr sich der Nierenkranke bewegt, umsomehr lösen sich die Epithelien los und können sich nicht wieder erneuern. Bettruhe und Nichtarbeiten sind deshalb die notwendigsten Vorbedingungen zur Heilung acut entzündeter Nieren.

4. Ableitung auf die Haut. Gleichmäßige Durchblutung aller Gewebe. Erhöhung der Güte des Blutes. Ruhigstellung entzündeter Organe. Diese Wirkungen können wir zusammen besprechen, denn sie sind die eigentlichen Grundlagen der Behandlung von acuten und verschleppten (subacuten) Entzündungen. In der Bettwärme wird das Blut vornehmlich in die äußere Haut geleitet. Dadurch entbluten innere, entzündete und mit Blut überfüllte Organe, die Schleimhäute u. s. w. Bettruhe ist ein besseres Ableitungsmittel als zehn Beinpackungen. Will man aber dennoch auf bestimmte Organe das Blut leiten, wirken erregende Prießnitz-Packungen im Bett viel energischer, als wenn man sie abends auf den halbkühlen Körper gibt. In der Bettwärme



durchbluten alle Organe gleichmäßiger; sonst schlecht beblutete werden besser ernährt. Mit Recht steckte Vater Kneipp seine an Gliederlähmung erkrankten Patienten erst drei bis vier Wochen ins Bett, damit die gelähmten Glieder wieder gehörig (und gleichmäßig) durchbluten. Das ist physiologisch. Im Bett erhöht sich auch die Güte des Blutes, oder, wenn wir den wissenschaftlichen Ausdruck gebrauchen; im Bett wird die Alkalescenz des Blutes erhöht. Dadurch erlangt das Blut die Fähigkeit, die Krankheitserreger zu vernichten. Es wäre ja traurig um unser Leben bestellt, wenn wir bei jeder Infection Salicylsäure oder Chinin nehmen müßten, um die Krankheitserreger abzutöten. Das geschieht also besonders in der Bettruhe durch eine Erhöhung des Salzgehaltes des Blutes. Bedenken wir nun noch, daß in Bettruhe entzündete Organe ruhiggestellt werden, so haben wir in ihr das beste Entzündungswidrige Heilmittel.

Deshalb sollte ein jeder Naturarzt dem Grundsatz huldigen, Fieber- und acute Entzündungskranke ins Bett zu bringen. Ob die Entzündung (Scharlach, Masern) oder eine innere Schleimhautentzündung (entzündlicher Katarrh) oder eine Organentzündung (Lungen- und Brustfellentzündung u. s. w.) ist, ist gleichgiltig.

5. Ausscheidung von Krankheitsstoffen. In der Bettruhe werden bedeutend mehr Stoffwechsel- und Krankheitsstoffe ausgeschieden als im Umhergehen. Das ist erklärlich, denn die Hauttätigkeit ist ja erhöht. Aber nicht nur die Tätigkeit der Hautdrüsen, sondern auch die Tätigkeit aller Körperdrüsen, sowohl derer, die, wie die Nieren, der Abscheidung von Stoffwechselproducten vorstehen, wie auch jener, die Stoff zum Haushalte des Organismus in bestimmte Canäle und Höhlen absondern (Magen- und Darmdrüsen, Speicheldrüsen u. s. w.) und endlich jener, die der „inneren Secretion“

vorstehen. Gerade letztere sind es, die dem Blute Stoff zuführen, durch die das Blut entgiftet wird (Nebennieren, Milz, Schilddrüse u. s. w.). Also dient die „innere Secretion“ der Entgiftung des Blutes, sie ist die naturgemäße „innere Antisepsis“. Und wie diese wirkt, das können wir ja bei mancher tuberculösen Knochen- und Gelenkentzündung sehen. Diese heilen in der Bettruhe meist ohne Jodoform und Gypsverband. Entgiftet sich aber das Blut in der Bettruhe von selbst, so ist es eine Unterlassungssünde, wenn man an Infectionskrankheiten Leidende nicht ins Bett bringt. Unter allen Krankheiten aber spielen die von mir als kraftlose Fieber bezeichneten Krankheitsformen, Influenza, Diphtheritis, Erkältungsfieber die Hauptrolle. Sie sind es, die am meisten Bettruhe und Bettwärme erheischen. Das Influenzagift — es hat's noch niemand unterm Mikroskop gesehen, aber wir riechen und sehen es, was die Influenzafranken für schmutzigen Schamm ausscheiden, wenn man sie feucht einpackt — wird eben in der Bettruhe durch mildes Schwitzen ausgeschieden, nachdem die erhöhte Alkalescenz des Blutes die Influenzabazillen vernichtet. Das ist Naturheilung. Alle Fiebermittel und innere Antiseptics (Salicyl) aber setzen den Stoffwechsel herab, erniedrigen die Alkalescenz des Blutes und auch die innere Secretion. Ein Grund mehr, Fieberkranke lieber bloß mit Bettruhe als mit Bettruhe und Fieberarzneien zu behandeln.

6. Ruhigstellung aller sonst überarbeiteten Nerven und Muskeln. In der Bettruhe ruhen die durch körperliche und geistige Arbeit überangestregten Organe aus. Der am Tage tätige und sauer reagierende Muskel wird in der Bettruhe alkalisch, das Blut scheidet mehr Kohlensäure aus, wodurch Muskeln und Nerven auch ernährungsfähigeres Blut empfangen.

7. Erhöhte Aufsaugung von entzündlichen Ausschwüngen. In der Bettruhe geht auch der sogenannte Diffusionsproceß rascher vor sich. Dadurch werden entzündliche Ausschwüngen, z. B. Beckenexsudate, Gelenk- und Brustfellerergüsse, Lungengewebs-Infiltrationen u. s. w. rascher aufgesogen. Was wäre der Arzt ohne die Bettruhe bei den Folgen einer Unterleibs- (Becken), Bauchfell-, Brustfeller-, Lungen- und Gelenkentzündung? Hier ist die Bettruhe das naturgemäße Jod und Jodcalium des Mediciners, und zwar das durchaus unschädliche. Leider gibt es Ärzte, die dem Drange der Kranken nur zu leicht nachgeben und Wiedergenesende zu früh aus dem Bett lassen, obgleich sich noch entzündliche Ausschwüngen in inneren Organen befinden. Also hier soll der Kranke den Arzt nicht drängen.

Damit wären wir mit unserer Arbeit zum Schluß gelangt. Gibt es aber nicht Krankheiten, die die Bettruhe verbieten, wird mancher fragen? Gewiß! Nicht alle Kranken steckt man ins Bett. Ja, es gibt sogenannte Kranke mit ausgesprochenem Müdigkeitsgefühl, die dauernd nicht ins Bett gehören. Es sind dies die Kranken, die an Hysterie, Willensschwäche, der sogenannten fetten Blutarmut und an Muskelschwäche durch Untätigkeit des Körpers leiden. Hier kann höchstens zeitweilige, am besten mit Massage und Widerstandsgymnastik verbundene Bettruhecur verordnet werden.

(Zeitschrift für Erziehung und Unterricht).

## Von einigen Krankheiten der Neugeborenen und ihrer Behandlung.

Dr. Imfeld.

### Erythem der Neugeborenen.

Unter dem Namen Erythem versteht man eine mehr weniger ausgesprochene Rötung der Haut des Neugeborenen, welche oft von Geburt aus zu beobachten ist und nur dann als

frankhafter Vorgang zu betrachten ist, wenn sie einen sehr ausgesprochenen Grad erreicht. Diese dunkle Rötung der Haut des Neugeborenen kann auf verschiedene Ursachen beruhen, so z. B.: auf einer mechanischen Erweiterung der Hautgefäße nach Abnahme des Uterusdruckes, auf den Reiz der atmosphärischen Luft, auf einer Zunahme des Blutdruckes in den arteriellen Gefäßen überhaupt und in denen der Haut insbesondere mit Beginn der Lungenathmung, auf Behinderung des Rückflusses des Blutes nach dem Herzen zu, oder schließlich auf geringe Spannung und Dicke der Haut und deshalb zu geringen Druck auf die Hautgefäße.

Erreicht das Erythem einen stark ausgesprochenen (frankhaften) Grad, so sieht man, meistens am zweiten oder dritten Tage nach der Geburt, die Anfangs rosafarbene Haut eine stets dunklere Farbe annehmen und schließlich dunkelrot oder krebssrot werden; dabei fühlt sich die Haut praller an wie gewöhnlich und ist auch etwas verdickt, zur Bläschenbildung kommt es nicht. Die Mundschleimhaut ist oft ebenfalls stärker gerötet. Das Kind ist dabei unruhig, schläft schlecht, nimmt wenig Nahrung und schreit viel. Allmählig wird die Haut wieder blässer und das Kind ruhiger; im Verlauf von etwa 8 Tagen ist der Krankheitsprozeß vorüber; öfters ist er von einer leichten Abschilferung der Epidermis begleitet.

Der Prozeß ist an und für sich ziemlich unschuldiger Natur und gefahrlos, er berechtigt demnach, soferne keine anderweitigen frankhaften Komplikationen vorhanden sind, zu keiner Beunruhigung.

Freilich darf dieser einfache Krankheitsprozeß nicht mit Rotlauf oder mit Scharlach verwechselt werden. Dem Arzte bietet diese Diagnose keine Schwierigkeit. Die rasche und gleichmäßige Ausdehnung der Röte über die