Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 16 (1906)

Heft: 8

Artikel: Alkohol und soziales Elend [Fortsetzung und Schluss]

Autor: Forel

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038049

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: 27.10.2025

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

Sauter's Annalen

für Gesundheitspflege

Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

herausgegeben

unter Mitwirfung von Merzten, Praktifern und geheilten Aranten.

Hr. 8.

16. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

August 1906.

Inhalt: Alfohol und soziales Elend (Schluß). — Wie wird man alt? (Schluß). — Fort mit dem Korsett. — Korrespondenzen und Heilungen: Nervenschmerzen, Kopfschmerzen; Gebärmutterblutungen, weißer Fluß; Magenleiden; Darm-Scheidensistel; eiternde Bunde; Bandwurm; Kolapo; Stomachicum Paracelsus; Herzkrankheit; Muskelrheumatismus; Brustkrebs; Hüftschmerz. — Kleine Mitteilung: Birnen und Aepfel in Wolle. — Anzeigen: Billa Paracelsia.

Alkohol und foziales Elend.

Bortrag von Prof. Dr. Forel.

Gehalten in der Versammlung eines Abstinenzvereines in Zürich.

(Fortsetzung und Schluß).

Betrachten wir nun die Folgen der Trinksgewohnheit im Licht dessen was wir gesagt haben, und vergleichen wir dieselben mit der von uns bei Abstinenzgewohnheiten beobachteten.

Gute Bedürfniffe.

- 1. Die Reinlichkeit wird, das nuß jeder zugeben, durch den Alkoholgenuß beeinträchtigt, durch die Abstinenz erhöht.
- 2. Die Hänslichkeit wird im höchsten Grade durch die Trinksitten und das Wirtshausleben, ebenso das Familienleben, zerstört, während die Abstinenz überall da, wo die Borbedingungen dazu existiren, dieselbe eminent fördert. Es ist wahrhaft nicht nötig ein Wort mehr darüber zu verlieren.
- 3. Alle geistigen Leistungen, von den einsfachsten bis zu den höchsten, werden durch Altoholgenuß sowie durch alle Narkosen ges

hemmt oder gelähmt, durch die Nüchternheit dagegen gefördert. Wer noch daran zweiseln möchte, trotz allen Lehren der täglichen Ersfahrung, der wolle die prachtvollen Studien von Prof. Kräpelin in Heidelberg, über Einswirkung des Alkohols auf die einzelnen elemenstaren psychischen Tätigkeiten, studieren. Auch die Muskelarbeitsfähigkeit wird durch den Alkoholgenuß, wenn auch im minderen Grade, beeinträchtigt. Alle diese Dinge sind experimenstell hundertsach erwiesen worden, und der Absstinent ist caeteris paridus stets körperlich und geistig leistungsfähiger als selbst der mäßige Trinker.

- 4. Aesthetik. Der Trinksumpf ist das Grab des Schönen und öffnet Tür und Tor zur Disharmonie der Orgie. In seinen mildesten Formen lähmt er freilich nur bis zu einem gewissen Grade die ästhetische Empfindungs- und Schaffensfreude, wie er es für alle anderen Geistestätigkeiten tut.
- 5. Ethik. Noch mehr womöglich als die Aesthetik, wird das ethische Gesühl vom Alkohol ertötet. Die bekannte Zahl der 70—80 Prozent der Verbrechen gegen Personen welche von Alkoholikern oder Berauschten begangen

werden (deutsche Statistik von Baer; Statistik von Otto Lang), sprechen von selbst. Die Rohheit, die tierartige Brutalität und die Rücksichtslosigkeit, welche der Alkohol im mensche lichen Gehirn erzeugt, sind sprichwörtlich.

Die Arbeitsfähigkeit und die Arbeitslust werden durch den Alkohol allseits beeinträchtigt. Der Alkohol ist einer der größten Feinde der guten ziviksfatorischen Bedürfnisse. Mit vollem Recht sagte somit Herr Lang daß die Trinkssitten in hohem Maße, die "verfluchte Bedürfnislosigkeit" steigern. Jeder Beobachter kann dies in den Wohnräumen einer Trinkerfamilie sehen, weil es dort kraß hervortritt. Zwischen den Abstinenten und dem sogenannten mäßigen Trinker, dem Wirtshaustrinker aller Stusen, ist der Kontrast weniger frappant, weil er nur ein allmähliger ist.

Schlechte Bedürfniffe.

- 1. Faulheit und förperliche Verweichlichung werden durch die Trinksitten
 befördert, durch die Abstinenz bekämpft. Der Alkohol tötet die Langeweile. Die Langeweile
 ist aber, neben der Not, die Mutter der Arbeit. Der Abstinent hat einen guten Magen,
 kann nicht lange im Wirtshaus kleben, kommt
 infolgedessen vielmehr zu körperlicher und
 geistiger Uebung und verweichlicht viel weniger.
- 2. Kurbedürfnisse. Die Statistik von Dr. Drysdale über die Zahl der Krankheitswochen für die gleiche Zeitperiode bei Abstinenten und Nichtabstinenten in Krankenkassenvereinen, ersgiebt $7^{1/2}$ Wochen für die Abstinenten und $24^{1/2}$ dis $27^{1/2}$ Wochen für die Nichtsabstinenten (Mäßigen). Sapienti sat.
- 3. Die Steigerung egoistischer, tierischer Triebe, speziell auch des Geschlechtstriebes in seinen unnatürlichen und schmutzigsten Bersirrungen ist eine so zweifellose Folge des Alkoholgenusses, daß auch hier lange Beweiss

führungen überflüssig sind. Darüber könnte der Frrenarzt viele traurige Details erzählen die hier nicht am Platze sind.

- 4. Das Vertun von Zeit und Kraft in Nichtstun wird von den Trinksitten gefördert, während allerdings der äußere Putz und manche Aeußerlichkeiten von ihm unabhängig sind. Das Kartenspielen ist immerhin stark mit dem Wirsstisch verbunden und auch das Hazardspiel nicht ganz ohne Zusammenhang mit ihm.
- 5. Der Raffeeflatsch gehört eigentlich nicht jum Alfohol, dafür aber ber Bierwitz, ber fast noch schlimmer ift, und sicher ift es, bag das Wirtshausleben oberflächliches Geschwätz und Geschreibsel im höchsten Grabe fördert. Was aber noch schlimmer ist und worauf Berr A. Blocher mit vollem Recht aufmerkfam macht, ift, daß ber Beschmack für eine höhere, feinere Literatur, für ben Benug unferer flaffischen Autoren, an die Bertiefung in die höchsten Probleme der Naturwissenschaften und anderer Wiffenschaften am Wirtstisch erftirbt und durch den Geschmack am albernen Tages= geschwätz der Winkelblätter ersetzt wird, das freilich einem alfoholifirten Gehirn weniger Mühe zum Auffassen gibt. Wir fonnen uns nicht versagen bier ein anonymes Gedicht, unterschrieben mit A. zu gitiren, bas in ber Mr. 20 des "Deutschen Gut-Templers" vom 29. Oftober 1893 erschienen ift.

Das Bolt der Trinker und Dichter.

Wenn des Tages Arbeit ist mühsam vollbracht Bom Bolke "Der Denker und Dichter", Dann treibt es sie fort zum Fasse mit Macht, Das den Geist erhellt und das Feuer entsacht, Das Mut gibt und rote Gesichter.

Er ist ein stets durstiger, trinfender Stamm, Der Deutsche. "Die Denker und Dichter", Sie ziehen sich allabendlich voll wie ein Schwamm Im "Löwen", im "Bären", im "Roß" u. im "Lamm", In der "Tonne", in der "Tanne", im "Trichter". Hier sitzet am Stammtisch zusammengepreßt Gine Sammlung der "Denker und Dichter"; Sie schwatzen und lachen und kleben so fest, Sie trinken die "Ganzen", die "Halben", den "Rest", Bis am Morgen erlöschen die Lichter.

D'rum breht um das Eine tagaus und tagein Sich stets ihr "Dichten und Denken", Eins vereinigt sie alle, ob groß oder klein, Das baprische Bier ist's, der Schnaps und der Wein In den Klubs, den Kneipen und Schänken!

Wir hätten uns nicht erlaubt dieses Gedicht zu erwähnen, wenn es nicht in einem deutschen Blatte, offenbar von einem Deutschen verfaßt, erschienen wäre. Uebrigens paßt der Inhalt für Belgien, die Schweizer und fast alle Völker des europäischen Kontinents ebenso gut.

6. Endlich schafft die Trinksitte die Alkoholssucht selbst, wird sich selbst zum sklavischen Bedürfnis, zu dem sozialen Zwang der uns alle heutzutage in seinen schunkigen Schlingen gefesselt hat. Von diesen Schlingen möchte die Abstinenzbewegung das Bolk befreien.

Die Bilang der Trinffitten, wie aus ber vorhergehenden Analyse hervorgeht, bedeutet einen großen Teil des sozialen Elendes. Die Gewohnheit des Alfoholgenuffes arbeitet beftändig wie ein nagender Wurm an dem ötonomischen, forperlichen, geistigen, afthetischen und moralischen Bankrott ber menschlichen Gesellschaft. Von welchem Standpunkt aus man ihn betrachten möge, zeigt fich ber 2016hol in letzter Instanz als der gleiche soziale Berberber. Er schwächt den Willen, verhindert bas Bolf sich aufzuraffen, sich auszubilben, sich zu erheben. Er verdirbt bas Behirn, totet dadurch die Freiheit und verhindert, hemmt fo die soziale Reform, da er beständig an den Wurzeln aller Reformen frift. Er unterhält die Prostitution, die Unwissenheit, die Robbeit, die Anechtung, die Abhängigkeit aller Schwachen. Schauen sie boch genau überall in das Innere ber Familien, die Rolle, die bas Bier, ber

Wein, ber Schnaps spielen; machen Sie bie Runde durch die Rneipen, die alle Stragen unserer Städte füllen; untersuchen Sie in welchem Maße ber Gewerbeunterhalt aller unserer Arbeiter und Gewerbetreibenden vom Alfoholfapital, von den Bierbrauern, Weinhändlern, abhängig ift. Warum schöpfen so viele Menschen, sogar ber Staat aus biefer traurigen Erwerbsquelle? Einfach, weil man damit am schnellsten und mühelosesten Beld verdient, und warum benn biefes? Weil man babei auf bie Schwäche feiner Mitmenschen und auf die Bethörung ihres Gehirnes und ihrer Sinne burch ben Alfohol fpefulirt. Burde man den Alfohol genießen können wie Brot, Fleisch, Gemuse ober Limonade, so murbe ber Genuß bald Sättigung berbeirufen und würde nicht zum llebergenuß führen. Der Wirt wird bem Befättigten, refp. Salbbetrunkenen, immer mehr und immer ichlechtere Ware einschenken, um ihn um feinen guten Berdienft prellen gut fönnen. Deshalb macht man nicht so gute Geschäfte mit Nahrungsmitteln. Deshalb fieht man die Berren Bierbrauer und Weinhändler ichlechte Sypothefen auf Säuser übernehmen unter ber Bedingung, daß ber Wirt, bem bas haus gehört, seinen Bedarf an Bier und an Wein von ihm bezieht. Deshalb sieht man, wie für Altoholwirtschaften hohe Mieten begahlt werden, die für fein anderes Gewerbe bezahlt würden. Alle diese Binsen bezahlt ber Trinfer mit Geld und Gesundheit. Mit einem allgemeinen, mäßigen Genuß des Alfohols, ware unfere gange beutige Trinksitte, die gange Rendite der Alfoholerzeugung und des Alfoholverkaufs unmöglich. Die ganze Geschichte würde sofort Bankrott machen. Aus bem Uebermaß, aus dem blinden Trinken und sich betrinken, nachdem das Unterscheidungsvermögen zwischen besseren und schlechteren Qualitäten Alfohols burch die Wirfung ber erften Gläser verloren gegangen ist, also nur aus dem Saufteusel kann der soziale Bamphr, genannt Alkoholkapital, seine hohen Zinsen bezahlen. Er mißbraucht seine Macht überall, hält die Zeitungen im Zaum, hält die Wahrsheit aus dem Munde des Geprellten zurück, beeinflußt die Politik in allen unseren Dörfern und Städten und macht überall den Abstinenten das Leben sauer, ja verschließt ihnen geradezu eine große Zahl von Erwerbszweigen.

Erst ein nüchternes Volk wird wirklich fre¹ werden. Ein solches wird aber viel leichter die übrigen notwendigen, sozialen, materiellen wie ethischen Reformen sich aneignen.

(Hygiea).

Wie wird man alt?

(Schluß)

Gine Sauptquelle des Siechtums find ichlechte Gewohnheiten und auch ich litt in früheren Jahren unter zwei berartigen. Früher noch mehr als jett war eine ber wichtigften Borbildungen jum Bruder Studio, trinfen und rauchen lernte, und wer bas nicht fonnte, galt als Schwächling: "Wer niemals einen Rausch gehabt, der ist fein braver Mann." Sat man's einmal gelernt, jo ift man Stlave ber Bewohnheit. Als mich Not zwang, nach ben Bedingungen ber Gesundheit zu forschen, stieß ich natürlich auch bald darauf, daß beides meiner Befundheit nicht förderlich sei, allein ich hatte bereits meine Bersuche mit dem Wollregime begonnen und durfte nicht die Ginficht in beffen Birtungen durch so einschneidende Vornahmen, wie Enthalten von Rauchen und Trinfen, stören, es bieg also abwarten.

Den Angriff auf die Gewohnheit des Trinkens machte ich zugleich mit der Ginführung bes Fasttags vor etwa 10 Jahren. Meine Absicht war nicht und ist jett noch nicht völlige Enthaltsamfeit, sondern nur Bruch mit bem gewohnheitsmäßigen täglichen, regelmäßigen Trinfen. Gelegentlicher Alfoholgenuß am rechten Plat zu rechter Zeit und in rechtem Mag verursacht in der Regel bei fonft gefunden Leuten feinen Schaben, bagegen nuß mit ber Gewohnheit gebrochen werden. Ich begann mit Ginführung eines Trinkfast= taas, bann wurde ber Mittagstrunf ichafft, und feit einigen Jahren habe ich meine Selbständigfeit gegenüber bem Trinken vollständig gewonnen; ich fann ebensogut mich wochenlang des Altoholgenuffes, ja auch des Trinkens überhaupt gänglich enthalten, aber auch ebensogut einmal, wenn es die Gefelligfeit wünschenswert macht, ein paar Glafer von bem ober jenem trinfen; benn man mag fagen, was man will, völlige Enthaltsamfeit bricht der Lebensfreude ein Bein und Lebensfreude ift ein gutes Stud Gefundheit, und zwar nicht blog förperlicher, sondern auch geiftiger. Auch bas hat bie Boltspraxis länaft herausgefunden: Der "stille Suff" ift ber gefährlichfte für Leib, Seele, Beift und Charafter. Wer zu Sang und heiterer Rebe fich - wie der Schwabe fagt - durch etwas "Bappelwaffer" anregt, hat nichts zu be= fürchten, wenn er baraus feine tägliche Leier macht. Doch bavon ein andermal mehr.

Um spätestens, d. h. erst vor zwei Jahren, bin ich der Gewohnheit des Rauchens zu Leibe gegangen, und davon soll etwas aussführlicher geredet werden. Schon mehrere Jahre zuvor war mir die Vermutung aufgestiegen, daß meine regelmäßigen Herbst- und Winterstaurhe, die ich trotz Wollregime und sonstigen Abhärtungsmaßregeln jedes Jahr bekam, von nichts anderem herrühren als vom Nauchen, aber erst vor zwei Jahren schritt ich zur Tat.