Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 18 (1908)

Heft: 1

Artikel: Warnung vor gewaltsamer Abhärtung

Autor: Jäger, G.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038170

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: 28.11.2025

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

rüchtigten Elisabeth Batory, der Blutgräfin von Ungarn. (Die Praktische Hausfrau). (Fortsetzung folgt).

Warnung vor gewaltsamer Abhärtung (G. Jäger)

Unter dieser Ueberschrift läuft durch die Tageszeitungen der nachstehende, wie es scheint zuerst in der Frankfurter Zeitung von Dr. D. Dornblüth niedergelegte Bericht. (Wir entnehmen ihn dem Schwäb. Merkur vom 24. Oktober 1902)

"Auf der diesjährigen Rarlsbader Raturforicherversammlung hat in der Abteilung für Rinderheilfunde Dr. Beder über die "Ubhartung" der Rinder wertvolle Mitteilungen gemacht. Er berichtet über 60 Rinder feiner Rlientel, von denen 25 im erften Lebesjahr, 7 nach bem erften Lebensjahr und 28 gar nicht sustematisch abgehärtet waren. Er unterscheidet zwischen mild abgehärteten (täglich 2Baichung, fühles Bad oder Abreibung) und ftreng abgehärteten (falte Uebergießung ober Ralt= wasserprozedur mehr als einmal täglich) : 1. Wirkung der Abbartung auf die Disposition gu Erfältungsfrantheiten: von den nicht abgehärteten waren 31%, von ben mild abgehär= teten 38%, von den streng abgehärteten 62% ausgesprochen empfänglich für Erfältungen. Bon streng abgehärteten Sänglingen waren 73% empfänglich. 2. Wirfung auf bas Nervenfpftem. Bei milber Abhärtung breimal gunftige und viermal ungunftige, bei ftrenger Abhartung viermal günftige und achtmal ungunftige Wirtung. 3. Wirtung auf die Binche. Bon 15 abgehärteten über 2 Jahren waren 7 abnorm reizbare, nervose Rinder: unter den nicht abgehärteten war feines übertrieben lebhaft ober abnorm reigbar. 4. Ginfluß auf den allgemeinen

Gefundheitszustand und die allgemeine Rrantheitsbisposition. Bon ben nicht abgehärteten blieben 53% im ersten Lebensjahr vollkommen gefund, von den mild abgehärteten ebenfalls 53%, von den ftreng abgehärteten entwickelten sich nur 19% als gesunde Kinder, 66% machten schwere Erfrankungen durch und blieben richtige Sorgenfinder. 5. Abenoide Begetationen (Bucherungen der Rachenmandel) fanden fich bei nicht abgehärteten in 20%, bei mild abgehärteten in 30%, bei ftreng abgehärteten in 40% ber Fälle. Ferner fanden sich als Folge übertriebener Abhärtung schwere Blutarmut, Erfrankungen des Gefamtnerveninftems, wie Reurafthenie, Uppetitlofigfeit, nächtliches Schreien, pfychische Reigbarfeit, Beränderung bes Charafters u. f. m. Ferner führte die übertriebene Abhartung gu dronischen Darmerfrankungen und bewirfte ichweren Berlauf gufälliger Rrantheiten. Diefe tatsächlichen Angaben, die dem Bericht der Münchner Medizin. Wochenschrift entnommen find, geben eine treffende Allustration zu ben Bemühungen gewiffer Rreife, die Besundheit durch gewaltsame Unwendung angeblich natur= gemäßer Abhärtungsmaßregeln fördern zu wollen, anstatt die von den Merzten gelehrte Schonung, individuelle Behandlung und Kräftigung unter Bermeibung von Berweichlichung anzunehmen!"

Die Leser werden sich erinnern daß schon, im Fägerschen Monatsblatt 1902 Nr. 1 eine auswärtige Stimme gegen die Schädlichkeit der fritif- und vernunftlosen Anwendung des Wassers anführten. Mit Befriedigung verzeichnen wir auch die vorstehende als Beitrag zur Rechtsertigung des Standpunktes, den das Monatsblatt stets gegenüber der gewohnheitsmäßigen Kaltwasserwascherei eingenommen hat. Bei dem Fanatismus, mit dem dieser unnatürliche Brauch gepflegt wird, muß immer wieder darauf hinsgewiesen werden, daß der Mensch weder Fisch noch Frosch ist, noch unter die Lebewesen ges

rechnet werden kann, für die das "sich suhlen" Lebensbedürfnis ist. Wo wird es einem Fachsmann, dessen Aufgabe es ist, Pferde, Hunde oder dergleichen Tiere abzuhärten, einfallen, sich dazu regelmäßiger Kaltwaschungen oder Bäder zu bedienen? Gerade umgekehrt wird ein Schuh daraus. Nicht durch Waschen und Baden, sondern durch Schwitzen härtet man ein Lebewesen ab. Abhärtung ist nicht Bewässerung, sondern Entwässerung!

(Brof. Dr. G. Jäger's Monatsblatt).

Die Schäden des Tabak=, Tee= und Kaffeegenusses.

Bis vor kurzem ist von unsern Genusmitteln nur der Alkohol zum Gegenstand eingehender Studien über den Einfluß auf die Gesundheit gemacht worden. In letzter Zeit mehren sich die Beröffentlichungen auch über die andern Genusmittel. Am spärlichsten sind noch die über den Tabak. Deshalb ist es von Interesse, was im Münchner ärztlichen Berein Hofrat Krämer und Dr. Grasmann an experimentellen und klinischen Erfahrungen über deren Wirkungen mitgeteilt haben.

Krämer befaßte sich mit der Wirkung der drei Stoffe auf die Verdauung, besonders eingehend mit der des Tabaks. Während Kassee und Tee wenigstens noch als Zusuhrmittel von Nahrungsstoffen noch einigen reellen Wert haben und wertvolle Medikamente darstellen, ist der Tabak ganz wertlos für die Ernährung, jedenfalls ein Reizmittel und Gist, als Medikament, wie viele Versuche aus früherer Zeit beweisen, unbrauchs bar. Dabei treffen in München auf 644 Bäckersläden 590 reine Tabakgeschäfte. Rechnet man noch die übrigen Quellen dazu, wo man Tasbak erhält, so kann man sagen: es gibt mehr Gelegenheit Tabak zu kausen als Brot. Aus

Magen und Darm wirft ber Tabat vor allem als ein Rrampfgift. Magenträmpfe, namentlich aber frampfhafte Busammenziehungen bes Darmes, Rolifen und bauernde frampfartige Berengerung des Darmrohres mit gleichzeitiger Schlaffheit anderer Teile, und der charafteriftiiche, bleiftiftbunne, regenwurmformige Stuhl, das find die meift beobachteten Folgen. Auch die Magensaftabscheibung leidet unter dem Tabatge= nuß. Anfangs freilich wirkt ber Tabat faftfördernd, fpater aber vermindert fich die Saftabscheidung. Un der Zunge bilden sich durch bas Rauchen jene schwer heilbaren weißen Rleden, die man vielfach als suphilitisch ansah, die aber sicher dem Tabatreig zuzuschreiben find und beshalb besondere Bedeutung gewinnen, weil sie gelegentlich in frebsartige Bucherungen übergeben fonnen. Crämer hält bas Tabatgift für noch viel unheimlicher als den Alkohol, da sich die schlimmen Folgen viel unerwarteter einzuftellen pflegen. Besonders ichlimm feien die Zigaretten.

Raffee und Tee find ebenfalls in ihrer verberblichen Einwirtung auf den Magendarmtanal allzu wenig beachtet. Die Taffe Raffee nach bem Effen spiegle nur eine Anregung der Magentätigfeit vor. In Wirflichfeit wird zwar burch leichten Raffee die Magensaftausscheidung angeregt, und man tann ihn in vorsichtiger Weise als Magenmittel verwenden, mahrend Tee bie Abscheidung vermindert. Aber ber dauernde ftarte Raffeegenuß ichabigt felbst bie Dagenfaftproduktion. Außerdem bringt er wie ber Tee Hämorrhoidalbeschwerden und Rervenstörungen hervor, so Magenfrämpfe, Darmframpfe und andauernde Appetitlofigfeit mit Berabsetzung bes Ernährungszustandes. Gine Dame befam unftillbare Diarrhoen, bis fie ihre Gewohnheit, 6 Taffen Tee täglich zu trinken, aufgab. Erämer forbert baber bie Merzte auf, ihr Augenmert mindestens in gleich