Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 18 (1908)

Heft: 6

Rubrik: Massage und Ermüdung

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: 02.12.2025

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

unsere Frage versicherte der Mann, daß sein Hund auch eine sehr gute Nase habe. R. S. (Prof. Dr. G. Jägers Monatsblatt).

Maffage und Ermüdung.

Manche praktische medizinische Kenntnis der alten Kulturvölker ist uns verloren gegangen und mußte erst wieder entdeckt werden. Je mehr man die Geschichte der Medizin studiert, um so öfter stößt man auf solche Beispiele, von trefflichen Beobachtungen und Maßnahmen, die bei den alten Juden und Aegyptern, den Griechen und Römern existierten und deren Wert erst jett wieder vollauf gewürdigt wird.

Ein besonders draftischer Beleg ift die Daffage. Ihre Wirfung war ben griechischen Wettfämpfern durchaus vertraut. Bei den olympischen Spielen maffierten bie Ringfampfer fich gegenseitig, um die Ermüdung möglichst rafch zu beseitigen und die Leiftungsfähigfeit gu fteigern. Bei manchen wilden Bolferftammen fogar fennt man die treffliche Wirfung ber Massage. In Tahiti hatte Forster, der Begleiter von Coot, an sich selbst die treffliche Wirkung erfahren. Nach feiner Landung auf ber Infel, nach stürmischer Ueberfahrt halb tot, wurde er - bas möchte allerdings fonderbar erscheinen - von den Töchtern bes gaftfreundlichen Wirtes einer gründlichen Maffage unterzogen und fühlte sich badurch so neubelebt, daß er schreibt : er glaube, daß die Simmelsengel ju feiner Seite einbergeschritten feien.

Welch ungeheure Ausdehnung die Massage bei den Japanern seit alters hat, dürfte befannt sein. In der modernen Zeit haben nun ja auch die Wettfämpfer, wie Ringer oder Radsahrer, Wettläuser und Wettgeher stets ihre Masseure bei sich, die sie in den Ruhepausen massieren. Wie viel badurch erzielt

werden fann, das hat Zabludowski in den "Blättern für Volksgesundheitspflege" mitgesteilt. Ein junger Mann, der ein Gewicht von 1 Kilogramm in Zwischenräumen von einer Sekunde etwa 40 mal vom Tisch, auf dem der Vorderarm aufruhte, bis zur Schulter heben konnte, vermochte nach dieser Zahl selbst unter größter Anstrengung nicht weiter das Gewicht zu heben. Nachdem aber nur fünf Minuten lang sein Arm massiert worden war, konnte er mühelos im gleichen Rythmus wie vorher mehr als hundertmal das Gewicht heben.

Sehr auffällig war auch ber Unterschied im Gefühl nach bloger Ruhe und nach Ruhe und Massage. Die Methoden, nach benen die Masfage ausgeübt wird, sind dort ebenfalls besprochen und fonnen hier nicht näher beschrieben werben. Sie muffen natürlich eingeschult merben. Wichtig erscheint es, daß die preußische Militärverwaltung die Bedeutung ber Maffage gur Förderung der Leiftungsfähigkeit junger Individuen und zur Beseitigung ber Ermüdung bei größeren Strapagen älterer Leute erfannt und ber Maffage einen Platz unter ben Gegenständen bei den Fortbildungsfursen ber Sanitätsoffiziere eingeräumt hat. Die Merzte bilben bann wieder bas unterftellte Berfonal aus, und es ift zu erwarten, bag bie Dlaffage allmählich immer mehr Allgemeingut der Bevölkerung werden wird, als ein rationelles Mittel zur Auffrischung ber Rörperfräfte.

(Schweizer Frauen-Zeitung).

Korrespondenzen und Beilungen.

Klinifde Beobachtungen von Dr. Bevalot.

(Fortsetzung)

3. Schwere Gerzkrankheit. — Herr X... von B..., 54 Jahre alt, sah seine Gesundheit nach und nach abnehmen in Folge zahl-