Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 19 (1909)

Heft: 10

Rubrik: Das unerlässliche Bedürfnis des Menschen

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: 26.11.2025

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

Zehntel der Aerzte zu Jenner über und wursten nicht müde, der früheren Methode, der Inofulation, das Schlimmste nachzusagen. So schrieb beispielsweise Dr. Lettsom 1805: "Es wäre nicht halb so empörend, wenn man in den Straßen Londons ein oder zwei Dutzend Leute niederschießen würde, als jenen Mördern zu erlauben, daß sie die auswachsende Generation, die Hossinung des Staates, töten und es zeige die größte Sorglosigkeit und Ignoranz der Regierung, diese Morde zu legalisieren."

Erst im Jahre 1840 kam es zu einem förmlichen Berbot durch eine Parlamentsakte, worin viermonatliches Gefängnis als Strafe für eine vollzogene Inokulation festgesetzt wurde.

Die Wissenschaft erkannte früher in der Inokulation das Heil gegen die Blatternseuche.

— Die Wissenschaft hat sich geirrt

— sie ist nicht unfehlbar — auch heute nicht!

Dieselbe Wissenschaft hat vor etwa 100 Jahren die ungezählten Tausende Blatterntote selbst auf dem Gewissen, infolge der Jnokulation und durch die ganz unzwecknäßige Beshandlung Blatternkranker; und Blatternseuchen waren nicht etwa eine Geißel für die Menschsheit, weil es noch keine Jmpfung gab — sonsdern gerade und zum nicht mindesten Teil eine Folge der Impfung, wenn auch in einer anderen Form, als wie sie wieder die Wissenschaft von heute sanktioniert.

(Fortsetzung folgt.)

Das ünerläßlidiste Bedürfnis des Menschen.

"Und atmete lang und atmete tief "

Mit tiefem, energischem Luftholen, mit lautem Schrei begrüßt der Mensch "das himmlische Licht". Der Säugling ist Vollatmer aus In-

stinkt. Er schreit aus "vollem Halse", wirft Kopf und Schultern rückwärts, drückt die Brust heraus und stemmt sich mit den Füßen gegen die Unterlage. Das Baby atmet "mit allen Vieren".

Der Naturmensch bleibt auch über die Kinsberjahre hinaus sein Lebtag ein Tiefatmer. Mit Pfeil und Bogen jagt er durch Gebirg und Tal, fliegt auf wildem Pforde dahin oder rudert mit Kraft im Boote. Die Muskelarbeit in freier Luft weitet seine Lungen. Breit und mächtig ist seine Brust, sehnig sind seine Glieder, und in den Adern pulsiert gesundes Blut. "Erstältungen" und Lungenleiden kommen bei den wettersesten Wilden selten vor.

Dagegen berichten amerikanische Aerzte, daß die freien Söhne der Prärien, wenn sie in die sogenannten "Reservations" gebracht werden, sehr schnell an Tuberkulose zugrunde gehen. Auch die Indianerkinder, die man in die Schule bringt und die dort eine außerordentliche Pflege genießen, kommen selten über die Pubertätsjahre hinweg. Das enge Zusammenleben der sonst frei herundaufenden Nothäute und die ungewohnte moderne Rleidung sind für das frühe Sterben auzuschuldigen.

Der Kulturmensch freilich hat sich im Laufe der Jahrtausende an die Kasernierung gewöhnt. Daß jedoch der Ausenthalt des größeren Teiles des Lebens in Häusern aus Steinen und mit Fensterscheiben, daß mangelhafte Luftzusuhr und Bewegungsfreiheit die ganze Konstitution des Menschen geändert und den Grund zu einer großen Reihe von degenerierenden Krankheiten gelegt hat, wird man billigerweise nicht leugnen können.

So ist z. B. die Lungenschwindsucht, die Geißel der Aulturvölfer, eine Krankheit der — Domestikation.

Die Hygiene hat das längst erfannt; aber sie steht vielen dieser sozialen Uebelstände macht-

los gegenüber, da es sich hier im wesentlichen um eine Geldfrage handelt.

Indessen — bem Einzelnen ist es gegeben, burch eine Annäherung seiner Lebensweise an die ursprünglichen natürlichen Bedingungen gegen die schädlichen Einwirfungen der Domestifation wirksam anzukämpfen und ein hohes, gesundes Alter zu erreichen!

Die "höhere Tochter" sitzt mit eingesunkenen Schultern am Arbeitstisch. Plötzlich seuft sie tief auf. Das Mädchen hat nämlich während des Schreibens das Atmen schier vergessen. Die Lungen sind — hungrig geworden und alarmieren das Atmungszentrum. Ein tiefes, seufzendes Lustholen erfolgt unwillfürlich und wiederholt sich nach wenigen Minnten.

Die Lunge, bezw. ein Anngenflügel, gleicht etwa einer umgekehrten Düte, deren Spitze oberhalb des Schlüsselbeines liegt, nicht dort, wo sie der Laie oft hinverlegt, nämlich an die dem Zwerchfell aufsitzende Lungenbasis. Beim schwachen, unvollkommenen Atmen werden daher die mittleren und oberen Teile der Lungen nicht ordentlich aufgebläht und gründlich gelüstet, sondern bleiben untätig, werden schlaff, unclastisch und sinken zusammen. Die schrecklichen Tuberstelbazillen sinden in den verödeten Lungenspitzen leicht ein Unterkommen.

Das unwillfürliche, tiefe Luftholen, das plögliche Auffeufzen hagerer, blaffer Mädchen und Jünglinge hängt mit dem Luftmangel in den oberen Lungenpartien zusammen und ist oft der Borläufer des so gefürchteten Lungensspitzenkatarrhs.

Doch das leichte oberflächliche Atmen gefähre bet nicht nur die Lungen, sondern den Gesamts organismus.

Unser Körper ist einem Ofen vergleichbar. Als Herd dienen Magen und Darm, die das Heizmaterial, die Speisen und Getränke aufnehmen und bearbeiten. Den Luftzug, die Bentilation, unterhalten bie Lungen.

(Schweizer Frauen-Zeitung). (Fortsetzung folgt.)

Yom Sparen.

Bon Dr. Egib. v. Filet in Wien.

(Fortjetzung und Schluß.)

Damit mußte sich aber ein großer Kultursfortschritt vollziehen; sobald man Getreide in größerer Menge anpflanzte, bedurfte das Feld eines Hüters, dieser aber eines festgebanten Hauses mit Borratsrämmen und verschiedenen Bequemlichkeiten, in dem vor allem die Fenersstätte nicht fehlen durfte, weil das Fener zur Bereitung des Brotes noch viel nötiger war als zum Kochen oder Braten von Fleisch. Der Acker war gleichsam die Sparbüchse, die das in sie gesteckte Kapital an Fleiß und Arbeitsstraft mit Zinsen zurückbezahlte.

Wenn also heute das Sparen als eine der wichtigsten häuslichen Tugenden bezeichnet wird, so klingen da vergessene Töne einer uralten Kulturentwicklung mit, und es ist kein Zufall, daß man von der Hausfran zunächst diese Eigenschaft verlangt und an den Wann in dieser Hinsicht geringere Anforderungen stellt.

Aber nicht nur auf die bessere Verwertung der materiellen Güter, sondern auch auf den persönlichen Charafter übt das Sparen einen wichtigen Einfluß. Man fann geradezu behaupsten, daß cs ein Hauptmittel zur Vildung und Förderung sittlicher Kräfte darstellt. Denn der einzelne spart ja doch immer zu einem ganz bestimmten Zweck: die Frau legt von ihrem Wirtschaftsgelde zurück, um irgend ein Kleidungsstück anschaffen zu können, der Mann trachtet mehr zu erwerben, damit eine kleine Reise ermöglicht wird, selbst der kleine Junge fargt sich die Kreuzer von seinem Taschengelde ab, denn er möchte sich gerne neue Schlitts