Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 20 (1910)

Heft: 3

Artikel: Wenn der Winter weicht und die Sonne kommt

Autor: Gotthilf, Otto

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038104

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: 12.12.2025

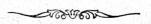
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

einigermaßen die Analysen der Mineralwasser fennt, der weiß welch eine Menge von verschiedenen Substanzen sich darin gelöst besinden, und doch verordnen alle orthodogen Homöospathen, wo es immer angeht, Mineralwassersturen. Ja selbst die Luft, die wir einathmen, ist aus verschiedenen Elementarstoffen zusammengesetzt. Die absolute Unität der Heilmittel besteht einsach nicht. Selbst Metalle werden nur in chemischer Verbindung als Metallsalze verordnet, und zwar in Verreibung mit Milchzucker, der schon an und für sich eine Complexität darstellt.

Unser förperlicher Organismus ift fehr fompliziert, alle benfelben treffende Rrantheiten find in hobem Grade fompliziert, und ihr Symptomencomplex verlangt deshalb auch ein Mittelcompley "Compleya complexis curantur". Die Richtigfeit dieses Pringips hat sich in der Proxis aufs Bestimmteste erwiesen und als gut bewährt und alles Rritifieren bagegen ftogt biefe Erfahrung nicht um. Außerdem wirfen unfere Mittelcomplere nicht nur auf die Sy mp tome, fondern auch noch gang besonders auf bas Blut und bie Lymphe, und barauf grundet fich die Bafis ber Behandlung und der Beilung der Rrantheiten, und wenn diefer Zweck erreicht wird, was hat es benn noch für eine Bedeutung, fich zu fragen, welches Mittel, oder wie viele ber in ber Busammensetzung befindlichen Mittel ben Rranten gefund gemacht haben? Der Kranke verlangt gefund ju werben, auf welchem Wege es geschieht, bas ift für ihn Nebenfache; lieber ift es ihm jedenfalls, wenn er auf praftifchem Wege gefund wird, als wenn er auf ftreng wiffenschaft= lichem Wege frank bleibt. Wir halten es mit bem Ausspruch bes Dr. Stift: "In ber Bragis entscheibet nur ber Er: folg." Die complere Sauter'iche Homöopathie, beren Birtfamfeit, beziehungeweise beren energie volleres Zusammenwirken der einzelnen Agentien durch den der Natur entlehnten Borgang der Gährung, welche wiederum eine Kraft, ein dynamisches
Agens frei macht, vermehrt wird, weist praktisch größere Erfolge auf, als die reine Homöopathie mit ihrer sogen. Unit ät der Mittel und
darauf gründet sich ihr Borzug. Das theoretische Kritisieren derselben stößt diese praktische
Tatsache nicht um.

Der Schluß der "Nachschrift" in der "Leipzig. pop. Zeitschr. für Homvopathie" lautet: "Wir "würden es daher nur freudig begrüßen, wenn "Herr Past or Felke sich entschließen könnte, "seine Arzneimittelkenntnis nach Hahnemanns "Vorschrift zu verwerten, d. h. immer nur ein "Mitel zu verordnen, wobei die Anwendung "von Wechselmitteln nicht ausgeschlossen sein "soll, obschon auch diese Verordnungsweise stets "ein Notbehelf bleibt."

Wir hingegen schließen diesen Artikel, indem wir im Gegenteil es freudig begrüßen, daß Pastor Felke die Richtigkeit des Prinzips "Complexa complexis curantur" anerstannt hat, und durch die Anwendung von complexen Heilmitteln sich der Sauter'schen Methode nähert, oder zum mindesten in seine Fußstapfen tritt. —



Wenn der Winter weicht und die Sonne kommt.

Bon Dr. Otto Gotthilf.

(Nachdruck verboten.)

Allmählich bekommt man den Winter mit den stets geschlossenen Fenstern, der ständigen Stubengefangenschaft und der häßlichen Heizungsluft ganz gewaltig satt. Deshalb möchte man, wenn endlich der Winter weicht und die Sonne etwas freundlicher lacht, das Fener im Ofen am liebsten gleich für immer ausgehen lassen. Dieser hygienisch verhängnisvolle Fehler wird in der Tat von vielen begangen. Deshalb nehmen die Frühjahrstatarrhe so gewaltig übershand. Katarrhe sind aber nicht nur lästig, sondern auch gefährlich dadurch, daß sie den Körper besonders disponieren, d. h. sehr empfänglich für andere Erfrankungen machen.

Auch der Erdboden wird meist erst nach Wochen von der Frühlingssonne erwärmt; denn viel Eis und Kälte hat er im Winter in sich aufgenommen. Ebenso bleiben die am Boden befindlichen Luftschichten noch lange Zeit recht falt. Daher lasse man sich nach einem Spaziersgang im lachenden Sonnenscheine nicht durch das förperliche Wärmegefühl verleiten, längere Zeit im Freien zu sitzen. Jedenfalls muß man die Füße auf Fußbänke stellen, damit sie mit dem kalten Boden nicht direkt in Berührung kommen.

Besondere Vorsicht ist in dieser wetterwendischen Jahreszeit bei der Bekleidung nötig.
Man lege nicht gleich alle Unterkleider ab,
wenn einige schöne warme Tage eingetreten
sind. Das wird man sonst meist an seiner Gesundheit büßen müssen. Sehr sorgfältig soll
die Bekleidung der kleinen Kinder der Witterung angepaßt sein, damit sie bei Witterungsumschlag nicht zu dick, aber auch ja nicht zu
leicht ausfällt. Manchmal wird bei Kindern
nach einer ganz falschen Abhärtungstheorie versahren, indem selbst bei kalter Witterung Beine
und Arme unbekleidet bleiben. Das ist bei dem
schroffen Wechsel des wetterlaunischen Frühjahrs
entschieden nicht richtig.

Kinder und Erwachsene sollen in dieser Jahreszeit sich namentlich davor hüten, durchenäßte Kleidungsstücke noch anzubehalten, sobald sie sich nicht mehr in Bewegung befinden. Denn nasse Kleider entziehen dem Körper sehr viel

Wärme und sind daher oft die Ursache von Erfältungsfrantheiten.

Beitig zu Bett und zeitig heraus, Macht Gesundheit, Wohlftand und Beisheit aus.

Wenn der Winter weicht und die Tage länger werden, ist es gar nicht mehr zu entschuldigen, daß man abends beim fünstlichen, die Augen angreisenden Lichte bis in die Nacht hinein sitzen und dafür morgens beim hellen Sonnensschein im Bett liegen bleibt. Gerade die Morgensluft ist am erquickendsten und erfrischendsten, ein Spaziergang in derselben am zuträglichsten. "Frühes Bögelein — helles Aengelein", sagen die Finnländer in sinniger Weise. Hebel wieder meint:

"Frue ufftoh isch de Gliedere g'jund, Es macht e frische, frohe Muet, Un d'Suppe schmedt ein'm no so guet."

Wer im Studierzimmer ober Bureau, auf ber Unitsftube ober im Laden faft ben gangen Tag zubringen muß, sollte die herrliche, würzige Luft jedes Frühlingsmorgens dazu benuten, eine Stunde vor der Arbeitszeit bei frisch-fröhlichem Marschieren die Lunge voll Lebensluft zu pumpen, und zwar bei jeder Witterung. Die verdrödele man die Morgenftunden mit Toilette, Lefture neuer Zeitungen u. bal.: lefen fann man abends beim Lampenlicht, Spazierengeben aber in dunkler Abendzeit ist nicht so angenehm. Auch inbezug auf Die geiftige Arbeitszeit ift Frühaufstehen von größtem Borteil; da hat wahrlich "Morgenftunde Gold im Munde". Es ift doch flar, daß wir am Nachmittag und Abend nicht so frisch und leistungsfähig find wie am Morgen, weil des gangen Tages Erlebniffe, Gindrücke, Mühen und Sorgen auf uns laften.

Hieland sagt: "Wir haben früh weit mehr Weichheit, Biegsamkeit, Kräfte und Säfte — genug, mehr den Charakter der Jugend, hinsgegen abends mehr Trockenheit, Sprödigkeit, Erschöpfung, also den Charakter des Alters.

Früh ist der menschliche Geist in seiner größten Reinheit, Energie und Frische; dies ist der Zeitpunft neuer Geistesschöpfung, neuer Begriffe und großer Gedanken. Nie genießt der Mensch das Gefühl seines eigenen Daseins so rein und vollkommen, als an einem schönen Frühlingsmorgen." Der Sprachsorscher Jakob Grimm sagte in seinem 75sten Lebensjahre in einer Nede "Ueber das Alter: "Für den Greis wird jeder Frühjahrsspaziergang zum Lustwandel. Auf allen Schritten, die solch ein Lustwandelnder tut, bei jedem Atemzug aus der reinen Lust schöpft er neue Lebenskraft und Erholung."

Nach dem mehr oder weniger unzuträglichen Binnenleben im Winter ist gerade im Frühjahr der Morgenspaziergang von höchstem gesundheitlichem Werk: er schafft frisches Geblüte und fröhlich Gemüte!



Über Schukpocken-Impfung und Impfzwang.

(Von Matthäus Schmidtbauer.)

(Fortsetzung)

Tausende werden geimpft, ohne daß Pockenspusteln erscheinen und dessenungeachtet trat das Impfgift ins Blut über und nach vorstehendem Experimente sollen ebenso auch diese gegen die Blattern immun sein, trotz heute von den Impfärzten solche pustellose Geimpfte mit "ohne Erfolg" geimpft bezeichnet werden, welche Ausrede man ärztlicherseits auch bei dem an Blattern erfrankten und wiedergeimpften Epidemiearzt Dr. Fritz in Wien anwendete, vielleicht damit diese Verlegenheit abzuschwächen?

Diese Bustelbildung besagt somit sehr wenig - beweist aber um so weniger ben

Wert ber Impfung. Diesen Wert vermag nur gang allein die Erfahrung zu erbringen. Vernehmen wir deshalb wieder Männer ber Wissenschaft, wie sich diese in dieser Hinsicht aussprechen. Abermals rufen wir den schon oben gitierten Lorinser an und beffen Urteil uns hundert und mehr Stimmen anderer aufwiegt. In bem bezeichneten gleichen Artifel schreibt er: "Vor allem ift zu bemerken, daß wenn nicht einmal die schon überstandene Blatternfrankheit vor einer zweiten ober fogar vor einer britten Erfranfung an Blattern ichütt, dies um so weniger durch die Impfung mahr= scheinlich ift. Ferner ift zu bemerken, bag bei Blatternepidemien aus der Gesamtbevölkerung, also felbst mit Ginschluß ber vielen ungeimpften Rinder, immer mehr Beimpfte als Ungeimpfte an Blattern erfranten; fo erfrantten 3. B. in Berlin mahrend ber großen Bockenseuche im Jahre 1871 = 14,287 Geimpfte und nur 2733 Ungeimpfte an Blattern und im hiefigen (Wien) Pockenhause murden in ben Sahren 1880 bis 1884 im ganzen 2800 Geimpfte und nur 1516 Ungeimpfte an Blattern behandelt. Alle biefe Ermägungen, befonders aber die Erfahrung, daß in Blatternepidemien fehr viele mit Erfolg geimpfte Rinber icon in den erften Jahren nach ber Impfung an Blattern tatfächlich erfrankten und gar oft auch ftarben, haben mich zu bem Befenntniffe gebrängt : Daß die Baccine feine Schuttraft gewährt." Go alfo idhreibt einer ber erfahrenften Pockenärzte, der langjährige Direktor des Wiener Bockenhauses Dr. Lorinser.

Bernehmen wir weitere Belege für die gänzsliche Wertlosigkeit der Impfung. So sagt das englische Blaubuch über die indischen Sanitätsmaßregeln unumwunden: "Trotz der seit einigen Jahren sehr eifrigen Handhabung der Impsgesetze, von Seite der Impsbeamten (4261 Personen!) betrugen die Pockensterbefälle im