

Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatschrift des Sauter'schen Institutes in Genf
Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf
Band: 25 (1915)
Heft: 4

Artikel: Der Schreibkrampf
Autor: Labhart, H.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1037853>

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: 05.04.2026

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

Das einzige Mittel hierzu ist der offene, ehrliche Zweikampf, sei es mit physischen Waffen, sei es mit geistigen. Mit Recht gilt es von jeher in gebildeten Kreisen als eine Gemeinheit, wenn ein Haufen einen einzelnen Gegner niederschreit, statt ihn im ehrlichen Wortzweikampf mit Gründen zu schlagen, und für eine Gemeinheit, wenn ein Haufen einen einzelnen Gegner zu Boden prügelt. Es widerspricht der Sittlichkeit, wenn ein so blindes, rein zufälliges Moment, wie die Ueberlegenheit der Zahl, im Konfliktfall den Ausschlag gibt und zwar deshalb, weil die Sittlichkeit verlangt, daß beim Kampf die Güte der Sache oder der Person entscheidet, denn nur so weicht das Schlechte dem Guten; andernfalls hängt es nur vom Zufall ab, daß eben so gut auch das Schlechte, weil es im Augenblick die Zahl für sich hat, die Oberhand gewinnt.

Liest man die Verhandlungen vor den Schwurgerichten, so entrollt sich in den meisten Gegenden Deutschlands das traurige Bild einer niedrigen Sittlichkeit unsers Volkes in diesem Stück. Statt des ehrlichen, offenen, höchstens blaue Male hinterlassenden Zweikampfes herrscht fast überall die gemeine Sitte der planlosen Massenschlägereien und des Mißbrauchs der Ueberzahl mit der naturgemäßen Konsequenz, daß tödliche Waffen gebraucht werden. Wäre das blos beim Auswurf der Bevölkerung der Fall, so könnte man es zwar beklagen, aber begreiflich finden; das Unbegreifliche und Beschämende ist jedoch, daß diese Vorkommnisse auf dem Boden des soliden Kerns der Bevölkerung, des Bauern-, Handwerker- und Arbeiterstandes, ja selbst in studentischen Kreisen beobachtet werden.

(Schluß folgt.)

(Dr. Gustav Jägers Monatsblatt für Lebenskunde und Gesundheitspflege.)

Der Schreibkrampf.

Von G. Labhart.

Es gibt wohl kaum eine andere der verschiedenen sog. Berufskrankheiten, die störender in die Tätigkeit und die Existenzfrage der davon Betroffenen eingreifen könnte, als der Schreibkrampf. Obwohl er gerade in den letzten Jahren unseres schreibpflichtigen und schreibsüchtigen Zeitalters so häufig auftritt, ist sein Wesen der großen Menge noch ziemlich unbekannt, und es existieren über die Möglichkeit und die Art der Heilung so viele widersprechende Ansichten, daß es manchen willkommen sein dürfte, sie nach den Erfahrungen eines davon Betroffenen kennen zu lernen und über die Art, wie der Schreibkrampf zu verhüten und zu heilen ist, eine Begleitung zu erhalten. Ich hoffe damit manchem, der Anlage dazu oder schon das Uebel selbst hat, einen Dienst leisten zu können, ist es mir doch in lebhafter Erinnerung, wie eifrig ich selbst im Anfange meiner Krankheit so viel als möglich darüber zu erfahren suchte und wie ich fast vergeblich in medizinischen und andern Schriften nach Ratschlägen fahndete.

Ich darf nach den gemachten (leider eben zum größten Teil an mir selbst gemachten) Erfahrungen behaupten, daß mancher einen Anfang von Schreibkrampf hat, ohne sich dessen bewußt zu sein, so daß sich sein Zustand naturgemäß rasch verschlimmern muß, während einige Winke, zu rechter Zeit erhalten und befolgt, dem Uebel Einhalt tun könnten. Jeder, der bei angestrenzter geistiger Arbeit viel zu schreiben hat, kann davon befallen werden. Wer deshalb bedenkt, wie diese Krankheit den Leidenden bei scheinbarer Gesundheit doch für seinen Beruf unfähig machen und in die mißlichste Lage versetzen kann, wer bedenkt, wie lange Zeit

und wie große Kosten die Heilung in den meisten Fällen erfordert und daß diese Heilung für die meisten eine Existenzfrage ist, der wird es sich angelegen sein lassen, das Wesen des Leidens und seine Symptome kennen zu lernen.

Dieses Leiden äußert sich in der Hauptsache in krankhaften Zuckungen und starken Zusammenziehungen der Muskeln, in erster Linie der Fingermuskeln, dann auch der Handmuskeln und sehr oft auch solcher des Armes. Die Krankheit beschränkt sich nicht nur auf viel Schreibende, wie der Name andeuten könnte, sondern alle solche Personen können davon befallen werden, die viel mit feinerer Handarbeit (Nähen, Sticken, Zeichnen) oder Klavierspielen beschäftigt sind (der sog. Klavierspielerkrampf z. B. zeigt die gleichen Symptome). Auch allzu gleichmäßige, einseitige Handarbeit, die keine geistigen Funktionen bedingt, kann ähnliche Folgen haben, wie sich dies bei Melkern, mit einer speziellen Arbeit beschäftigten Schustern und andern Arbeitern zeigt, die in ihrer Beschäftigung gar keine Abwechslung haben. Am meisten aber sind dieser Krankheit unterworfen: Bureauangestellte, Post- und Telegraphenbeamte und überhaupt solche, die sehr viel, oft noch unter Neben Umständen, schreiben müssen. Es ist dies sehr begreiflich, denn von allen Arbeiten, die die Hand ausschließlich anstrengen, ist das Schreiben die schwierigste, weil es das harmonische Zusammenwirken mehrerer kleiner Muskeln der Finger in Verbindung mit andern der Hand und des ganzen Arms erfordert. Einige dieser Muskeln bewirken das Zusammenziehen, andere das Auseinanderstrecken der Finger, während wieder andere die Hand nach rechts oder links, auf- oder abwärts biegen.

Bei der kranken Hand nun geschieht die Tätigkeit der Muskeln zum Teil willenlos,

gegen die Absicht des Schreibenden, und die Symptome zeigen sich in mannigfacher Weise. Meistens beginnt sich der Daumen einwärts unter den Zeigefinger zu drehen, wodurch die Feder der Hand entfällt oder, wenn die Bewegung rasch geht, forargeschleudert wird. Die drei Schreibfinger werden krampfhaft zusammengepreßt, während gleichzeitig die Hand so fest auf das Papier drückt, daß die Feder ins Papier sticht oder daß die Hand plötzlich wie festgebant stillsteht und mit der größten Anstrengung nicht weiter zu bringen ist, so daß der Schreibende genötigt wird, die Feder für einige Augenblicke ganz wegzulegen. Oder das Gegenteil ist der Fall, d. h. die Feder kommt vom Papier weg, indem sie entweder durch die Drehung des Daumens gehoben wird, oder indem die ganze Hand sich aufwärts biegt, so daß man oft mitten in einem Worte merkt, daß die Feder nicht mehr auf dem Papier ruht und daß man die Schreibbewegungen nur noch in der Luft macht. In anderen Fällen kommt es vor, daß sich Zeig- oder Mittelfinger aufwärts biegen, so daß die Feder nur noch mit zwei anstatt drei Fingern gehalten wird, oder auch wieder das Gegenteil, nämlich daß sich ein oder mehrere Finger einwärts krümmen und oft die ganze Hand eine Faust bildet.

Zu dem bisher Gesagten kommt dann noch meist der Schmerz. In den ersten Stadien der Krankheit hat der Schreibende ein schwaches, kaum merkbares Gefühl von Spannung in der Hand; schreitet das Uebel vorwärts, so zeigt sich bald eine ungewöhnliche Ermüdung in Hand und Arm, namentlich im Handgelenk; die Finger beginnen leicht zu zittern, die Bildung der Schriftzüge wird immer schwieriger, indem die Hand dem Willen nicht mehr folgt, sodaß oft ein anderer Buchstabe entsteht, als zu schreiben beabsichtigt war (z. B. h statt l c., wenn durch die Unsicherheit ein Zug mehr an-

gehängt wird). Ist die Krankheit soweit vorgeschritten, so ist es dem Patienten in den meisten Fällen unmöglich, einen Punkt an den richtigen Ort zu setzen, auch wenn die Hand nicht einmal zittert. Dabei nehmen Schwäche und Krampf zu, die Spannung in den Muskeln wird schmerzhaft und dehnt sich von den Finger- und Handmuskeln auf diejenigen des Vorderarms, meistens sogar bis zur Schulter aus (ich war z. B. lange Zeit nicht im Stande, den Arm nach hinten zu biegen und die Hand auf den Rücken zu legen); der Schreibende wird dann in kurzer Zeit so müde, als ob er den ganzen Tag die schwersten Arbeiten verrichtet hätte, Finger und Handgelenk schmerzen, und Hand und Arm kommen einem, wie man sagt, bleischwer vor.

Man ist bei dieser Krankheit mehr als irgendwo geneigt, Ursache und Wirkung zu verwechseln: so betrachte ich z. B. das zu starke Drücken und krampfhaftes Festhalten der Feder nicht als einen Grund, sondern als eine Folge des Schreibkrampfs, bezw. als ein Symptom der Krankheit. Wie schon früher bemerkt, folgt die Hand dem Willen nicht mehr; der Schreibende hat darin sozusagen kein Gefühl mehr, und die Unsicherheit zwingt ihn, die Feder fester und immer fester zu halten, so daß sich hie und da ganze Rinnen in die Finger drücken. Bemerkt der Schreibende diesen Umstand, der wohl eines der sichersten Symptome ist, so nützt es ihm nichts, sich anzustrengen, die Feder leicht zu halten; denn er ist es nicht mehr im Stande. Unwillkürlich kommen der starke Druck und das krampfhaftes Halten wieder, und es bleibt ihm nichts anderes zu tun übrig, als mit dem Schreiben einfach aufzuhören. Der Kranke sehe dieses Symptom, eines der ersten, das ihm auffällt, ja nicht gleichgültig an! Denn in diesem Anfangsstadium ist die Heilung noch verhältniß-

mäßig leicht. Er glaube ja nicht, daß diese Erscheinungen nur vorübergehend seien; er würde solche Illusionen bald aufgeben und büßen müssen! Meistens ist es aber nicht Gleichgültigkeit, die die ersten Zeichen unbeachtet läßt, sondern nur Unkenntnis der heranahenden Gefahr. Wie viele könnten dem Uebel bei Zeiten steuern oder ihm vielleicht ganz Einhalt tun, wenn sie sich dessen nur bewußt wären! Aber den meisten fehlt die Kenntnis des Wesens der Krankheit oder ihrer Symptome, und da erachte ich es als eine Pflicht seiner Umgebung, seiner Nebenangestellten, Prinzipale und überhaupt aller solcher, die etwas davon kennen, ihn darauf aufmerksam zu machen und über die schweren Folgen des Uebels zu unterrichten. Ich selbst hatte z. B., bevor ich die Krankheit selbst bekam, nicht einmal den Namen „Schreibkrampf“ gehört oder je gelesen, geschweige denn eine Ahnung von der Schwere des Uebels; wäre ich darauf aufmerksam gemacht, anstatt im Dunkeln gelassen worden, so wäre die Krankheit nicht so weit gediehen, wie es der Fall war.

(Fortsetzung folgt).

(Schweiz. Kaufmännisches Centralblatt).



Zur physischen und moralischen Erziehung unserer Kinder.

* * *

(Fortsetzung.)

Aus dieser Ueberzeugung heraus sind die Landerziehungsheime, dieses jüngste Reis am Baum der Schulungs- und Bildungsinstitutionen für unsere Jugend, entstanden, die aber an dem Umstand krankten, daß sie nur Kindern von ganz gut situierten Eltern zugänglich sind. Was aber von tüchtigen und weitsichtigen Schulmännern als das erstrebenswerte Beste offen anerkannt wird, das sollte man auch zur Ver-