

Zeitschrift:	Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf
Herausgeber:	Sauter'sches Institut Genf
Band:	25 (1915)
Heft:	4
Artikel:	Notwendigkeit der reinen Luft für die Kinder
Autor:	Imfeld
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-1037854

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: 13.02.2026

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

Eigenart keine Rechnung getragen wird. Sie finden aber mit ihrem teilweise voll berechtigten Begehren bei den Staatsbürgern mehr Widerstand als Entgegnen, was teilweise zu begreifen ist.

Rechte schließen auch immer Pflichten in sich ein.

Mit dem Stimmrecht wird der Jüngling dem Staat auch tributpflichtig durch den Militärdienst, in dessen Erfüllung der Mann dem Vaterland für eine Reihe von Jahren zur Disposition stehen muß. Hindert irgend ein erhebliches Gebrechen ihn an der Erfüllung dieser Pflicht, so muß er derselben in Form einer jährlich sich wiederholenden Geldsteuer dem Staat dennoch dienstbar sein.

Wenn das Bestreben der Frauen darauf ausgeht, in allen Dingen rechtlich dem Manne gleichgestellt zu werden, so ist es ganz selbstverständlich, daß sie wie der Mann, zum Nutzen des Staates, zu dessen Gedeihen, auch ernste und unerlässliche Pflichten übernehmen muß.

(Schluß folgt.)

(Schweizer Frauen-Zeitung.)

Notwendigkeit der reinen Lust für die Kinder.

Dr. Imfeld.

Wenn die reine Lust für erwachsene Personen die zum Leben notwendigste Nahrung ist, wie schon ein Philosoph des Altertums mit den Worten aer pabulum vitae ausdrückte, so gilt das noch viel mehr für die Kinder, die ja wachsen und sich entwickeln müssen und die vor allen Ursachen von Lustverunreinigungen geschützt werden müssen, da dieselben das Blut vergiften.

Alle hygienischen Gesetze und Schutzmaßregeln, welche dahinzielen, die Sterblichkeit der Kinder zu vermindern, haben selbstverständlich ihre große Wichtigkeit, aber ihre Wirkung würde jedenfalls in hohem Grade von ihrem Werte verlieren, wenn man sich nicht gleichzeitig bemühen würde, den Müttern auch die besten hygienischen Ratschläge zu geben, die den Zweck zu verfolgen haben, die zarten, im Wachstum begriffenen Pflanzen, welche die kleinen Kinder sind, vor dem Hinwelken zu bewahren, wovon sie durch die Lust der großen Städte und namentlich im Innern der Wohnungen, bedroht sind.

Zu jeder Jahreszeit muß für die Kinder das Problem einer reinen und gesunden Lust in Betracht gezogen und möglichst gut gelöst werden, Im Winter ist für die Kinder der Städte, die nicht in freier Landluft spazieren können und welche die meiste Zeit in der Wohnung eingeschlossen bleiben, die Lösung dieser Aufgabe eine sehr schwierige, denn in den Wohnungen ist der Luftkubus der Profession der Eltern, ihrem Vermögen und der schwer zu tragenden Steuer entsprechend, womit in einigen Ländern die Fenster und die Wohnräume belastet sind.

Daraus entsteht freilich in den großen Städten die Notwendigkeit der Überwachung und Abschaffung ungesunder Wohnungen, sowie das Bedürfnis Arbeiterwohnungen zu bauen, die, bei billigstem Preise, den Gesetzen der Hygiene bestmöglichst genügen können.

Ferner ist es in den Städten notwendig, große freie Plätze und Gärten zu haben, wo Kinder, und selbstverständlich auch Erwachsene, sich ein wenig tummeln und im Freien sitzen und spazieren können, sobald ein Sonnenstrahl, dazu seine Erlaubniß geben will. Freilich, wo diese freien Plätze und Gärten angelegt werden, können keine Mietskasernen gebaut werden; der Fiskus wird dabei pekuniär verlieren, aber die

Stadt wird diesen Verlust durch die bessere Gesundheit ihrer Einwohner und der heranwachsenden Jugend doppelt und mehrfach decken.

Da Spiele und körperliche Bewegung in freier Luft für Erwachsene und Kinder, ganz besonders aber für die letzteren, eine Notwendigkeit und eine sehr große Wohltat sind, so sollten die städtischen Behörden, ausschließlich für Kinder, besondere große Gärten mit grünen Rasen- und mit Sandplätzen anlegen, wo Kinder unter der bloßen Ueberwachung ihrer Angehörigen, und unbehelligt von Zudrang von Erwachsenen, ganz nach Vergnügen springen und rennen können und mit dem Sand die schönsten Schlösser bauen, oder sich in demselben nach Lust herumwälzen können, wofern nicht allzu schöne und zu feine Kleider sie daran hindern.

Das Ideal von gesunden Städten sind heutzutage die sogenannten Gartenstädte, die man schon mehreren Orts angelegt hat und die gewiß eine größere Zukunft vor sich haben.

Im Sommer, da ist es schon viel leichter, aus den Stadtmauern zu kommen und in der freien Natur bessere Luft zu genießen. Was die Kinder der ärmeren Klassen anbetrifft, so wird es auch diesen, so viel als tunlich, ermöglicht, sich in der kräftigenden Bergluft zu erholen, was durch die Hilfe der Ferienkolonien zu Stande kommt; reiche Kinder hingegen haben den Vorteil mit ihren Eltern und Angehörigen die reinere Luft des Landes, der Berge und des Meeres aufzusuchen.

Die Bergluft ist den Kindern ganz besonders zuträglich. Eine mäßige Höhenluft, im Mittel etwa 1000 Meter, vermehrt die Zahl der roten Blutkörperchen, eine solche Bergluft ist daher stärkend und belebend, enthält wenig Staub und ist reich an Sauerstoff und Ozon; da man überdies annimmt, daß die Bergspitzen die Elektrizität an sich ziehen, so befänden sich damit die kindlichen Organismen gewissermaßen

in einem elektrischem Bad. — Gar zu hohe Bergluft wäre dagegen nicht zu empfehlen, da die starke Verdünnung der Luft nicht allen Lungen genügen kann, das Blut dann zu wenig Sauerstoff bekommt und leicht die Bergblutarmut entstehen kann. Eine mäßige Höhenluft kann und wird das Blut bereichern, eine allzuhohe Luft und ein sehr verminderter Luftdruck würde leicht die entgegengesetzte Wirkung herbeiführen; die Höhengrenze, die in Bezug auf die Gesundheit nicht überschritten werden soll, ist übrigens nicht leicht zu bestimmen, sie hängt zu sehr von der individuellen Konstitution und dem individuellen Gesundheitszustand ab, herzleidende oder zu Blutungen disponirte Personen ertragen höhere Luftregionen nicht.

Das Land bietet den Kindern ebenfalls eine Luft, reich an Sauerstoff und Ozon, welche überdies durch ihren Kontakt mit der Vegetation reich an Elektrizität ist.

Am Meer finden die Kinder in seiner Atmosphäre eine Luft, die sich durch große Beweglichkeit, Lebendigkeit und Reinheit auszeichnet. Dasselbe wäre annähernd von der Luft der Seen zu sagen, beide sind gänzlich frei von Staub; die Luft des Meeres aber enthält viele gasförmige Salze, namentlich Jod- und Bromsalze, welche der marinischen Vegetation entstammen und für den kindlichen Organismus, bei gewissen Krankheitsanlagen, wie besonders Strofulose und Tuberkulose, von bedeutendem Nutzen sein können. Der Meeressand, der die Sonne trinkt und auf welchem die Kinder spielen, schließlich auch die Meer- und Seebäder, haben selbstverständlich auch ihren Nutzen für die Gesundheit der Kinder, doch das gehört eigentlich nicht hierher; wir wollen ja nur betonen, daß die Meeresluft von hoher Wichtigkeit ist zur Anregung der Lebensflammen der jugendlichen Organismen.

Reine Luft hat für die Kinder den Vorzug

vor allen Heilmitteln der Apotheke; ihnen die reine Luft entziehen bedeutet so viel als ihre Widerstandskraft abschwächen und ihre Krankheitsanlagen begünstigen.

Korrespondenzen und Heilungen.

Zufällig in alten *Annalen* blätternd, finde ich Berichte von Ärzten über Heilungsfälle mit unseren homöopathischen Mitteln, welche von sehr großem Interesse sind und welche ich unseren geneigten Lesern mitteilen will, da es auch für sie sehr interessant sein kann, zur Abwechslung einmal zu erfahren, wie auch schon vor 19 und 20 Jahren unsere Mittel mit den glänzendsten Erfolgen angewendet wurden. Freilich könnte man noch weiter zurückgreifen, da schon früher die Elektro-Homöopathie ihre großen Siege über die Allopathie feierte, doch wollen wir uns diesmal mit den vor ungefähr zwanzig Jahren von elektro-homöopathischen Ärzten und tüchtigen Praktikanten erlangten Erfolge begnügen. Da zu jener Zeit noch die alte Benennung der Mittel bestand, so halte ich es für angezeigt, diese alten Namen beizubehalten, um ja nichts an dem Originaltext der Briefe zu ändern; unsere Leser werden ohne Anstand beim Lesen diese alten Namen durch die gegenwärtigen ersetzen.

Dr. Imfeld.

Berlin, 28. November 1895.

Geehrtester Herr Sauter.

Schon seit Jahren mit den Prinzipien Ihrer Elektro-Homöopathie vertraut und dieselbe auch praktisch ausübend, erlaube ich mir, einen Fall

aus meiner Praxis mitzuteilen, bei welchem sich Ihre elektro-homöopathischen Mittel aufs glänzendste und mit bestem Erfolge bewährten, nachdem eine über ein Jahr ausgeführte allopathische Behandlung seitens berühmter Ärzte nicht den geringsten Erfolg gebracht hatte. Ich bitte Sie um Veröffentlichung dieses Falles in Ihren „Annalen“, als neuen Beweis für den oft wunderbaren Erfolg und die günstige Wirkung Ihrer leider noch so sehr verkannten und auch angefeindeten elektro-homöopathischen Heilmittel.

Exzellenz von X., eine hochbetagte Dame, litt seit Jahren an einer Krankheit, die nach wiederholten vorgenommenen Untersuchungen seitens verschiedener und berühmter Ärzte als Carcinoma hepatis (Leberkrebs) diagnostiziert wurde.

Die Patientin wurde lange Zeit mit allen möglichen allopathischen Mitteln behandelt, doch das Leiden besserte sich nicht im Geringsten, sondern verschlimmerte sich von Tag zu Tag immer mehr; es war bereits ein hochgradig fachektaischer Zustand eingetreten, sodaß, zumal bei dem hohen Alter der Patientin, das Schlimmste in kurzer Zeit zu befürchten war.

Bei der gänzlichen Erfolglosigkeit der vorher gegangenen allopathischen Behandlung, sollten nun noch Ihre elektro-homöopathischen Heilmittel angewandt werden. Bei meinem ersten Besuch fand ich die Kranke sehr erschöpft, außer Stande, das Bett zu verlassen. Bei der Untersuchung waren deutliche Knoten auf der Leber durch die Bauchdecke zu fühlen und hatte auch ich, nach dem Stande der Krankheit, wenig Hoffnung auf Erfolg, beziehungsweise auf Wiederherstellung der Patientin.

Doch schon nach verhältnismäßig kurzer Zeit besserte sich der Zustand der Patientin ganz merklich; der Kräfteverfall begann sich zu heben, Appetit und Verdauung besserten sich ganz