Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 25 (1915)

Heft: 9

Rubrik: Ein Ausflug zu den Sonnenkindern

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: 04.12.2025

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

aber mit Sorgfalt zubereitete Hausmannskoft besitzt. Nimmt man hierzu noch die nicht eben seltene Verwendung zweiselhafter Fette, alter Saucen und Bratenreste, deren Mängel durch scharse Würzung verhüllt werden, so bedarf es teiner Erklärung, warum das Wirtshausleben gerade unter den Junggesellen eine große Anzahl mit nervösen Opspepsien (Verdauungsschwächen) und ernsteren organischen Magensleiden behaftete Versonen züchtet."

In Erfrankungsfällen hat der Chemann beffere Wartung und Pflege als der Junggefelle; auch wird er fich mehr bestreben, Besundheitsschädigungen zu meiden. Der Rampf ums Dafein wird ihm durch ausgeglichenere Gemütsstimmung weniger bitter, benn es erbeitern und erfreuen ibn in ben Mußeftunden die liebe Frau und die munteren Kinder. lleberhaupt ist der physische Einfluß der Che von großer Bedeutung, ja kann sogar bei den so verbreiteten Rervenleiden heilend wirfen. Brofessor Dr. von Schrent-Rotting fagt: "Die Ablentung der Aufmertsamteit vom eigenen Rörper auf die Obliegenheiten des Chestandes. das damit verknüpfte regelmäßige Leben, das Bewußtsein liebevoller Pflege durch die Gattin, die geordnete Häuslichkeit sind bei der Uebercinstimmung der Charaftere und gesicherter materieller Bafis zweifellos imftande, beffernd auf viele Nervenleiden einzuwirken."

Also Statistik und Erfahrung widersprechen in hygienischer Hinsicht vollkommen dem bekannten Ausspruch des Apostels Paulus: "Heiraten ist gut, Ledigbleiben aber besser."

Ein Ausflug zu den Sonnenkindern.

Mitten im urfteirischen Gebiet, in einer Gegend, die in ihrer Mattenlieblichfeit und

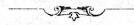
Gebirgsumrahmung an die Schweiz lebhaft erinnert, findet man die Sonnenkinder. Man fährt von Rapfenberg durch den schöngemunbenen Törlgraben zur Station Aflenz und findet hinter diesem Ort auf der Hofacter-Bobe ein hölzernes Haus, mitten auf einer weiten, besonnenen Wiese, mit dem Rücken an den Wald gelehnt, und auf dieser Wiese die Kinder, die einen so schönen Namen haben — Sonnenfinder -, die aber Blück und Beilung von ber Sonne erft erwarten und auch erhalten. Da liegen die kleinen Körper im Gras, rechts die Madel, links die Buben, und halten ihre franken Glieder ans Licht. Fürs erfte glaubt man gar nicht, bag es frante Rinder feien; alle schauen so vollwangig und zufricben ans, alle find heiter und haben frohe Augen erst wenn man sieht, wie die Schwester die Rleinen verbindet, beforgt und behandelt, gcwahrt man auch die schweren Erfrankungen an den Gliedmaßen. Es find meiftens lauter Fälle, die sozusagen "aufgegeben" waren, Fälle, die in der Klinit, im Kranfenbett nicht geheilt werden fonnen : tuberfulofe Erfrant. ungen der Arme oder Beine, und mas feine flinische Runft vermag, das vermag tie Runft und Rraft ber Sonne, die Macht des Lichtes, die Heilfraft seiner Strahlen. Alle Kinder liegen nur wenig bekleidet auf der Biese; in der reinen Luft find die Glieder alle gebräunt fodag man glaubt, fie feien direft vom Mceresftrand getommen. Sie find aber ben gangen Winter in der steirischen Sonne gelegen und diese Sonne hat selbst die schwerften Wunden geschlossen, hat steife Gelenke wieder beweglich gemacht.

Die Baracke, worin die Kinder im Winter wohnen, hat vorne eine Terrasse, darüber ein Dach, das sich wie ein Rachen aufreißt und alle Sonnenstrahlen aufsaugt. Das ganze Haus ist nach Süden orientiert und im Dezember

berricht unter dem Dache um die Mittagszeit eine Juliwärme; man bat bort icon 48 und 52 Grad Wärme gemeffen! Die Baracke ift von Professor Dr. Arnold Wittet nach einem berühmten schweizerischen Borbild angelegt. Durch die Liebenswürdigkeit des Besitzers herrn v. Allizar war es möglich, das Kinderhaus auf beffen Grund anzulegen, mo fich auch ein Sanatorium für erwachsene Lungenfranke befindet. Während sonst die klinische Behandlung armer Rinder entweder aussichtslos war oder wegen ihrer Dauer dem Landesfond große Roften verursachte, ift bier das Verfahren fürzer und erfolgreich und obwohl die Rosten böber sind (3 Kronen täglich für das Rind, statt 2 Kronen 50 Seller), ift die Gesamtkurfostensumme weit geringer. Man möchte beinahe fagen: es ift ein Bergnugen, die Rleinen in der Sonne strampeln zu seben, und selbst ber Laie gewinnt den Eindruck, wie vorteilhaft vor allem auf das Gemüt diese Freilichtbehandlung wirft, daß die Beilung gleichsam von innen heraus erfolgt. Die Schwefter, eine Dame ber biefigen Gesellschaft, die fich gang ihrem schönen Samariterdienst bingibt, zeigt uns einige Rinder, die besonders hart mitgenommen waren: bis auf einige Narben ist kaum etwas zu feben. Go werden aus verfrüppelten Rörpern brauchbare Menschen, Menschen, die arbeits= fähig und tüchtig sind, und das hat mit ihrer Rraft die Sonne getan.

In der modernen Heilwissenschaft hat sich ein starker Umschwung bemerkbar gemacht und man geht bewußt den Weg, der zurück zur Natur führt. — Aus diesem Geiste ist auch die Witteksche Sonnenkinderanlage hervorgesgangen und ihre Erfolge sind so einleuchtend, daß sie nicht nur selbst von Jahr zu Jahr wächst, sondern auch die Aufmerksamkeit und die Förderung der Gesundheitsbehörden in weitestem Maße verdient. Die Sonnenkinders

anstalt in Aflenz, die ihren Heilungen, wo es notwendig ist, später auch chirurgische Nachhilfe zuteil werden läßt, verjagt durch ihr Beispiel die vielfach auf dem Lande noch herrschende Luftaugst und Lichtfurcht und gibt ein Bild von der Zukunft der menschlichen Heilfunst überhaupt. (Grazer Tagespost.)



Ein gutes Schwarzbrot, ein Haupt= erfordernis einer guten Ernährung.

Im "Naturarzt" veröffentlicht Dr. Kuhnert, Breslau, über das Thema einen Artifel, der in seinen Hauptgedanken allgemeines Interesse hat. Er sagt:

Seit undenklichen Zeiten bestand bas Sauptnahrungsmittel der Menschheit in bem Samen von Roggen, Beigen, Gerfte, Safer, Mais und Reis. Enthalten jie doch in einem gunftigen Berhältnis alle vier Gruppen von Rahrungsstoffen, deren der menschliche wie tierische Organismus bedarf: eiweifartige Gubstanzen, Stärfemehl, Fette und Salze. Das Enischeidende aber ift der Gehalt an Mineralfalzen, fie find gemiffermaßen die Attumula= toren, die den menschlichen wie tierischen Dr= ganismus mit Energie laben, die bem Menschen und dem Tier erst den eigentlichen "Rern" verleihen.

Die äußeren Schichten ter Getreidearten enthalten in der Hauptsache die Eiweißstoffe, die Mineralsalze, ätherischen Dele und Fermente. Die inneren Schichten führen vorwiegend Stärfemehl. Dadurch nun, daß wir mit der technischen Vervollkommung unserer Mühlenindustrie dazu übergegangen sind, immer seinere Mehle, seinere Graupen, seineren Grieß, seineren Reis herzustellen, die äußeren Schichten des Getreidekorns aber in Form von Kleie