Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 26 (1916)

Heft: 8

Artikel: Hut ab! : Eine hygienische Betrachtung

Autor: Thraenhart, Gotthilf

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038082

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: 27.11.2025

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

sei es vor, sei es nach Ausbruch einer Geistesfrankheit entstanden sind und welche in direkter Beziehung zu derselben stehen, so daß die Heilung der chirurgischen Krankheit die Heilung der Geistesstörung zur Folge hat."

Dr. Rouby hat in der Tat chirurgische Fresinnige, wie er sie nennt, behandelt, bei welchen er infolge der Operation des chirurgischen Leidens eine sofortige und komplete Heilung des Fresinns erzielt hat. Die Heilung eines Geschwürs am Gebärmuttermund, einer Bersengerung der Harnröhre, eines Abszessense infolge Knochenfraß am Fuß mit erfolgter Ausstoßung eines nekrotischen Knochenstückes, eines Karsbunkels an der Stirn, das sind, unter anderen, einige Fälle, welche die sofortige und endgültige Heilung von Geisteskrankheiten bewirkt haben. Diese geheilten Kranken sind tatsächlich viele Jahre lang gesund geblieben.

Durch welchen Mechanismus in solchen Fällen sich die Heilung vollzieht, das ist freilich bis jetzt ein Geheimnis geblieben, welches vielleicht spätere Nachforschungen noch aufklären werden.



Hut ab! Gine hygienische Betrachtung.

Bon Dr. Gotthilf Thraenhart, Freiburg i. Br.

(Rachdruck verboten.)

Heißer Kopf und kalte Füße! Dies Universals leiden der bewegungslosen Leute sucht man immer nur einseitig zu vertreiben und zu verhüten durch Erwärmung der Füße; man gehe dem Uebel doch mal am andern Ende zu Leibe, ins dem man den Kopf kühl hält. Hut ab! Ein erfrischendes Luftbad genommen, wo und wann immer die Gelegenheit sich bietet, auf der Schattenseite der Straße oder im herrlichen Baumschatten, bei trübem Wetter oder nach ers

quickendem Gewitterregen. Die viel verbreitete Erkältungsfurcht ist ganz töricht und nur künstelich anerzogen. Die Natur selbst hat schon für genügende Erwärmung des Kopfes durch geswaltigen Blutzufluß gesorgt, indem sie ihn von innen her mit vier Fünsteilen der ganzen Körperswärme heizt; und diese Wärme wird vom Geshirn wie in einem Blutschwamm festgehalten. Außerdem ist ja der Kopf noch mit einer ansgeborenen Pelzhülle mit Haaren versehen.

Freilich nimmt der dichte und volle Haarwuchs, dieser natürliche Schutz und Schmuck bes Menschen, bei ben zivilisierten Raffen immer mehr ab und brobt mit ber Beit gang zu ber= schwinden, wenigstens bei ben Mannern. Daran ift jum großen Teil bas fortwährenbe Huttragen schuld. Durch zwei verschiedene Ginfluffe schädigt der hut den haarwuchs. Erftens ichafft er bem Ropf eine stickige, feuchtheiße Atmosphäre, die das Durchdringen der batterientotenden Lichtstrahlen und eine reinigende Lüftung verhindert. Undrerfeits übt ber Sut, ba er nur infolge von Reibung und Festbruden auf dem Ropfe hält, einen zweiten schädlichen Ginfluß aus, indem er die Arterien und Benen aufammenbrückt, den Rreislauf bes Blutes und infolge beffen die Ernährung ber haarerzeugen= ben Organe hemmt. Bei den Frauen ift der But meift viel leichter, ruht auf einem diden Baargeflecht und wird nicht fest auf ben Ropf gedrückt.

Ein klassischer Ausspruch über den ursächlichen Zusammenhang von gewohnheitsmäßiger Kopsbedeckung und Kahllöpfigkeit findet sich schon bei dem altgriechischen Geschichtsschreiber Herodot, welcher im zwölften Kapitel seines dritten Buches von einem Besuche der Umsgegend von Pelusium, wo Jahrzehnte vorher eine Schlacht zwischen Persern und Aegyptern stattgefunden, ohne daß die Leichen der Gefallenen beerdigt wurden, folgendes berichtet: "Die Schäbel ber Perser sind mürbe, weil dieser Stamm bei Lebzeiten von Anfang an bedeckten Hauptes geht; die Schäbel der Aegypter dagegen sind steinhart, weil dieses Bolf von Kindesbeinen an baarhäuptig gewöhnt." Wie weit in Wirklichkeit der Haarwuchs mit dem knöchernen Unterboden und der Zustand des letzteren mit der Kräftigung und Abhärtung von Haut, Muskeln und Nerven des ganzen Kopses zusammenhängt, sei dahingestellt; aber jedenfalls nuß jahrhundertelange Gewöhnung in guter oder schlechter Hinsicht von Einfluß sein.

Die Kahlköpfigkeit unter Männern nimmt heutzutage unbestreitbar bedeutend zu. Man zähle mal in Versammlungen, Theatern, Konserten, Restaurationen die gelichteten Schädel: 60 Prozent ungefähr beträgt fast stets deren Zahl. Ist es doch sogar vielsach Mode, in Binnenräumen, in Wirtschaften den Hut aufzubehalten. Wenn diese Leute es wenigstens so machten, wie die Couleurstudenten, die bei jedem Zutrinken — und das kommt nicht selten vor — das weisheitsschwangere Haupt lüften, und auch während des Essens ihren schneidig gescheitelten "Dachs" ganz unbedeckt allen prossanen Blicken auszusetzen geruhen.

Wie das viele Tragen einer dichten, festen Kopfbedeckung den Haarboden schädigt, erkennt man namentlich beim Militär. Welch kläglichen Anblick bietet z. B. ein "Liebesmahl" im Ofsizierskasino: diese herrlichen, kraftstrotzenden Männergestalten mit den schönen, wettergesbräunten Gesichtern und — den mehr oder minder kahlen Schädeln!

Ganz unhygienisch ist es auch, daß der Jurist im Gerichtszimmer, gerade wenn er warm wird und sich "ins Feuer redet", offiziell bedeckt bleiben muß.

Bon den mit gelichtetem Schädel "bedachten" Personen behalten viele deshalb gerne den Hut auf, weil dadurch ihr Mangel an Ueberfluß nicht sichtbar wird. Den gleichen Grund hat meistens das Tragen einer Berrücke. Bußte boch selbst ein Julius Casar es durchzusetzen, daß er auf Senatsbeschluß seine Glatze mit einem Lorbeerkranze verbergen durfte.

Richts bagegen einwenden kann man, wenn bei Hantierungen, welche viel Schmutz und Staub erzeugen, das Ropfhaar vor Verschmutzung in acht genommen wird. Deshalb trägt der Anstreicher bei der Arbeit eine Papiermütze, der Bildhauer sein Barett, der Schornsteinfeger die Rappe oder den Zylinderhut.

"Werbet wie die Kindlein!" Sobald das Kindchen soweit gediehen ist, daß es seine Glieder frei bewegen kann, duldet es nichts mehr auf dem Kopfe, sondern reißt alles herunter, was aber meistens als Unart bezeichnet wird, während es die berechtigte Aeußerung gesunden Naturtriebes ist. Auch später machen es die Kinder beim Spielen am liebsten noch ebenso, bis sie sich schließlich der hergebrachten Unsitte der Großen fügen.

Licht und Luft sollen recht viel und oft den Haarboden befruchten. Licht wirkt haarwuchsfördernd. Es ist eine bekannte Tatsache, daß Rasieren und Haarschneiden im Sommer öfter notwendig ist als im Winter, und daß es viel leichter ist, sich in den südlichen Zonen einen Bollbart zuzulegen als in den nördlichen. Die Fabrikanten von Haarwuchsmitteln empfehlen in ihren Gebrauchsanweisungen stets aufs angelegentlichste die Licht- und Luftkur, weil sie sehr wohl wissen, daß sie die Grundbedingung für kräftigen Haarwuchs bildet.

Daher "Hut ab" so oft wie möglich! Wer sehr verweichlicht ist, oder an Kopfschweiß leidet, gewöhne sich allmählich daran und härte seine Kopfhaut so ab, daß sie jede Witterung unbeschadet erträgt, wie es mit der Gesichtshaut der Fall ist. Das wird nicht nur seinem Haarwuchssehr förderlich, sondern auch seinem ganzen

Wohlbefinden höchst dienlich sein. Selbst in der Sonne kann jeder ohne Hut unter dem Schirme wandern. Solche Kopfluftbäder bilden einen unersetzlichen Hochgenuß. Aus vollster leberzeugung ruft die Hygiene in freier Bariation:

Mit dem Hute in der Hand Kommt man ins Gesundheitsland!



Ein gefährliches Reptil.

Bon Reftor Fr. Müller in Bonn.

Mit dem eingetretenen Sochsommer und der Beerenreife, eine icone Beit für unfere Jugend, bie bann tagtäglich in frohlichen Schaaren in Wald und Beide hinauszieht, die kleinen Früchte ju fammeln, entweder jum eigenen Gebrauche ober, - wie es zumeist geschieht - zum lohnenden Berkaufe. Wer wollte ben Rindern die Freude an diefer ebenfo gefunden wie gewinnbringenden Beschäftigung, ber fie zudem auch meift noch in Begleitung Erwachsener obliegen, trüben ober verleiden! Richtsbestoweniger ift es die Pflicht der dazu berufenen Personen, vornehmlich ber Eltern, Lehrer und aller Naturfreunde, fie auf einen Feind aufmertfam gu machen, der ebenso verstedt und beimtückisch, wie gefährlich, die Gesundheit, ja das leben ber ahnungslos unter Rräutern und Beerenftanden Dahinwandelnden bedroht. Es ist dies die Rreugotter, auch Biper oder Höllennatter genannt, gludlicherweise die einzige aiftige Schlange unferes Landes.

Es wäre wünschenswert, daß unsere Schulfinder im Anschauungsunterricht, sowie in naturgeschichtlichen Belehrungen eingehender mit dieser Biper bekannt gemacht würden, als es wohl für gewöhnlich der Fall ist, und daß sie durch Präparate in Alkohol und gute Abbildungen eine sichere Kenntnis von deren Gestalt, ihren hervorragenosten Merkmalen, Eigentümlichkeiten und dergleichen erhielten. Bielleicht würden sich dann die noch so ziemlich häusig vorkommenden Unglücksfälle durch den Biß der Kreuzotter vermindern. In nachstehenden Zeilen wollen wir diesem Gegenstande in gedrängter Kürze nähertreten.

Die Kreuzotter (Pelias berus) bewohnt ganz Mittel-Europa, fommt in Wald und Weld, auf Wiesen und Mooren, auf 2000 Meter hohen Bergen vor. Gie wird bis 70 Zentimeter lang und ift fo eigenartig gezeichnet, bag fie von unseren anderen Schlangen, namentlich von ber gang unschuldigen grauen Ringelnatter, leicht unterschieden werden fann. Wiewohl ihre Farbung nach Alter, Jahreszeit und bergleichen in etwas wechselt, immer jedoch trägt sie auf ihrem Rücken einen zickzackförmigen schwarzen Streifen, von bem fie, weil fie ihn oben auf bem Rücken, dem Rreuze trägt, ihren Ramen hat. Der Ropf ift nach hinten verbreitert und beutlich vom engen Salfe abgeschnürt. Unterleibe hat sie breite Ringe. Im Dberkiefer fiten zwei Giftzähne, welche bohl find und neben einer Giftbrufe fteben. Beim Beigen ftrömt das Gift aus der Giftblase burch die hohlen Bahne und gelangt unmittelbar in bie Bismunde. Lettere gleicht zwei Radelstichen und blutet faum. Rleinere Tiere, wie Mäuse, Frosche und andere finken nach dem Big gewöhnlich sofort sterbend nieder.

Menschen werden in der Regel nur dann gebissen, wenn sie barfuß gehend das Tier treten oder beim Beeren-, Pilz- und Blumenpflücken die Hand dem Reptil nähern. Es ist daher sehr gefährlich, im Walde und an solchen Orten, welche die Krenzotter besonders liebt, barfuß zu gehen. Helle, sonnige Stellen, trockene Lichtungen im Walde, Raine und Sandplätze sollte man möglichst meiden, denn die Biper liebt es, unter Steinen und Burzeln sich auf-