

Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 28 (1918)

Heft: 2

Rubrik: Hahnemann als Hygieniker

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: 14.02.2026

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

will nichts weniger als die freie Bildung des zweifelos für die Lebewelt wichtigsten Stoffes, des Kohlenstoffes, gefunden haben und zwar durch Einwirkung von Radiumemanation auf gewisse chemische Elemente, wie Silicium, Titanium, Zirkonium, Blei und Thorium. Was mag uns alles, wenn diese Versuche Bestätigung finden, die weitere Forschung über die strahlende Energie noch an Überraschungen bescheren! Wir vermögen es nicht auszudenken.

Aus unserer Betrachtung geht nun auf alle Fälle praktisch hervor: eine Heilquelle besitzt ihre Vollwertigkeit allein am Quellsort, dort sind noch ihre flüchtigen — und wir dürfen wohl sagen wahrscheinlich wertvollsten — Bestandteile vorhanden. Ja hier, wo flüssiger und flüchtiger Stoff energisch frei wird, mag selbst eine Geburtsstätte von Neuem vorliegen. Wer je einmal den wunderbaren Duft einer Heilquelle richtig empfunden hat, wird es auch verstehen, wenn wir die Heilkraft eines Quellwassers hauptsächlich seiner Ursprungsstätte zuschreiben.

Ohne Zweifel finden wir auch darum als ein besonders geschätztes Heilmittel die Trinkkur an der Quelle und darum auch wohl die Bevorzugung der Quelle selbst zur Badegelegenheit.

Die Nutzung der Quellsstelle zur Einatmung ihrer Duftwirkungen lässt sich gewiss bei vielen Heilwässern noch weiter ausbauen. Besonders bei den Warmwässern sollte in dieser Richtung weit mehr getan werden. In dem weltberühmten Gastein zum Beispiel, jener wertvollen Perle unter Deutschlands Heilbädern, könnte, wie ich mich im letzten Sommer an Ort und Stelle überzeugen konnte, in dieser Beziehung ganz Hervorragendes geleistet werden. In den warmen, von strahlenden Wässern durchrieselten Berg gehören Wandergänge und Stollenbauten! Solche Naturdunstbäder lassen sich gewiss vorerst noch lange nicht vom künstlich er-

zeugten Schwitzbad ersetzen. — Ebenso kann aber auch jedes warme oder kalte Naturheilwasser, vorderhand jedes künstlich gebraute Mineralwasser, selbst dann, wenn es strahlend gemacht wird, in den Schatten stellen! Denn in den natürlichen Heilquellen mögen noch manche, uns heute gar nicht bekannte, kraftspendende Eigenschaften verborgen sein. Das ist besonders aus der Tatsache der wunderbaren Heilerfolge von Wässern zu folgern, für die die Naturwissenschaft noch gar keine Anhaltspunkte bieten. Für die Naturforschung, das ist mir sicher, wird die Stelle, wo „ein Quell, der Sieche heilt und kräftigt, der Greise wieder jüngt“, entspringt, noch lange ein Born sein für neue Erkenntnis in den gewaltigen Bereichen der belebten und der unbelebten Natur!

(Dr. Gustav Jaeger's Monatsblatt für Lebenskunde und Gesundheitspflege.)

Hahnemann als Hygieniker.

Den „Homöopathischen Monatsblättern“ entnehmen wir einen Teil des nachfolgenden Briefes von Altmeister Hahnemann an einen Studenten vom 13. März 1813:

„ — — Geistesanstrengung und Studiren ist an sich eine der unnatürlichsten Beschäftigungen für junge Personen, deren Körper noch nicht völlig ausgebildet ist, vorzüglich für die mit seinem Gefühl begabten. (Dies hätte mir selbst beinahe das Leben gekostet in meinem 15ten bis 20sten Jahre.) Strenges Studiren und tiefes Nachsinnen verbraucht ohnehin eine größere Portion Lebenskraft, als das Dreschen in der Scheune, dies ist Kleinigkeit gegen jenes. Wie soll nun der Körper, der zur Vollendung des Wachstums so viel Kräfte herbeischaffen müssen (dies ist das erste, notwendigste, und unverweigerlichste Streben des Organismus) diese

Kräfte nicht nur durch Studiren sich entziehen lassen, sondern auch die zur Verdauung so nothwendigen, beim Studiren unterbleibenden Anstrengungen der Muskelkräfte, ohne gehörigen Genuss der freien Lust, entbehren können, ohne daß gewaltige Zerrüttungen der ganzen Existenz, oder doch frankhafte Affektionen der Theile erfolgen sollen, welche beim Studiren am meisten angegriffen werden — Gehirn, Nerven, Augen!

Hätte ich selbst dieß in Jahren Jahren so deutlich eingesehen, als ich es jetzt weiß, so würde ich viel weiter in meinen Kenntnissen gekommen seyn, als ich es bin, und der Welt weit größere Dienste haben leisten können, als ich konnte.

Die Ausbildung des Körpers und seiner Kräfte geht aller Ausbildung des Geistes weit vor. Nur soviel vermag der Geist, als die Organe des Organismus, deren er sich zur Thätigkeit bedienen soll, kräftig von der Integrität des Körpers unterstützt werden. Welches große Werk kann vollendet werden, wenn die Instrumente dazu schwächlich und unzureichend sind? Nur in einem starken, festen Körper kann der Geist erstarken, und auf die Dauer wichtige Thaten unternehmen und ausführen. Conrad Gesner's unsterbliche naturhistorische Werke würden nicht erschienen seyn, er würde nichts haben ausführen können, hätte er nicht noch zur rechten Zeit wahrgenommen, daß sein schwächlicher Körper das Studienleben mit Körperunthätigkeit und Sitzen auf der Stube verbunden, kaum noch kurze Zeit aushalten und dem Tode und der Auflösung widerstehen könnte. Sogleich ergriff er einen entgegengesetzten, Körper übenden und stärkenden Lebensplan und siehe! nun ward er robust und konnte die großen Werke ausführen, über die wir jetzt noch erstaunen. Er würde sogar alt geworden seyn, wenn ihn die levantische Pest nicht hinweggerafft hätte.

Auf diese Thatsachen gründen sich diese folgenden Verordnungen, nach wenigen Worten Vorrede. Je munterer, kräftiger und fester das Körperbefinden ist, desto leichter und vollkommener gehen die Geistesarbeiten von statten, und alle die Zeit, die man auf Leibesübungen verwendet, wird reichlich eingebracht durch die nachfolgende Kräftigkeit und die Aufgelegtheit des Geistes, wo man dann in einer halben Stunde mehr erreichen kann, als bei Stubensitz in einem halben Tage. Dieß bleibt mühsame Krüppelei, jenes ist freier, leichter Schwung der Seele.

Eine Stunde nach dem Mittagessen, und eher nicht, dürfen sie ein Buch anrühren. Abends um 8 Uhr sei alles Lesen und Schreiben vorbei, dann muß das Blut allmählich wieder in ruhigen Kreislauf durch alle Glieder kommen, und ablassen, wozu es vorher beim Denken gezwungen ward, nach dem Kopfe im Uebermaße zu dringen. Der Puls muß ruhig werden, bis Sie um 10 Uhr sich zu Bett legen. Diese zwei Stunden kann ein freundschaftliches Gespräch, was nicht anstrengt, ausfüllen. Abends müssen sie kein Fleisch, bloß etwas und wenig Weißbrot essen, und lieber zu zeitig, nur nicht zu spät, etwa um 6, 7 Uhr. Die Mittagsmahlzeit sei kräftig und nahrhaft, fast ohne Gewürze, wenig gesalzen. Schweinefleisch darf nicht oft, Kalbfleisch muß sehr selten vorkommen. Kein Thee, kein Kaffee, kein Wein; aber Bier was wenig Hopfen hat, oder Weißbier zum Getränke.

Sie müssen täglich eine volle Stunde ganz ins Freie hinauspazieren, das Wetter mag seyn, welches es wolle. Reiten ist lange nicht so gut für Sie, Fahren gibt keine Bewegung, keine Muskelanstrengung, die Ihnen doch so nöthig ist. Sie wählen sich das beste Wetter des jedesmaligen Tages; und ist es gar nicht gut, so müssen sie auch im schlechtesten gehen. Wechselung der Kleider und der Stiefeln, oder

Ueberschuhe verhüten allen Nachtheil. — Haben Sie Gelegenheit sechten zu lernen, so müssen Sie noch überdies täglich eine halbe Stunde sechten, der Bewegung des oberen Körpers und der Stärkung der Arme wegen — denn Sie müssen mit beiden Armen sechten lernen. Ist dies nicht, so müssen sie die trockne, uninteressante Beschäftigung wählen, täglich eine halbe Stunde Holz zu sägen. — — —



Unsere Haustiere in ihrem Einfluß auf unsere Krankheiten.

Von Dr. Imfeld.



Ein bekannter französischer Tierarzt, M. Gabriel Biard, hatte schon vor mehreren Jahren, in einer besonderen Schrift, die Wohlthaten hervorgehoben, welche aus dem Verkehr mit unseren Haustieren uns zuteil werden können.

Es war, wenn ich nicht irre, auch Biard, der zuerst der Behandlung des franken Menschen durch gesunde Tiere den Namen Zootherapie gab. — Das Wort Zootherapie ist aber auch schon in einem ganz entgegengesetzten Sinn gebraucht worden, nämlich im Sinne der therapeutischen Behandlung der franken Tiere. Wir wollen uns aber hierüber nicht in eine philologische Diskussion einlassen.

Die Zootherapie im Sinne von Biard soll eine heilsame Waffe sein, wovon wir keinen genügenden Gebrauch machen.

Dr. Hochstetten hat den therapeutischen Einfluß gewisser Tiere mit demjenigen des Blitzableiters verglichen, welcher die Elektrizität aus den Wolken heranzieht. Er hat Hirte sich von harinäcker Ischias (Hüftweh) dadurch heilen sehen, daß sie ihre Hüftgegend und ihre Beine in oft wiederholte und langdauernde innige

Berührung mit einem starken und gesunden Hunde brachten. Wohl viele haben schon gehört von dem Volksmittel gegen Gehirnhautentzündung, welches darin bestand eine eben gelötete und in ihrer Mitte geöffnete Taube auf den Kopf des franken Kindes zu legen.

So ist auch der Hund als Mittel gegen viele Leiden benutzt worden, so z. B. gegen Zahnschmerzen, Fallsucht, Gicht, Leibscherzen &c.

Oft hat man z. B. kleine Hunde auf den Leib von Leuten gelegt, die an heftigen Leibscherzen litten, um durch die von dem Tiere ausströmende Wärme die Schmerzen zu lindern, was auch ebenso gut, vielleicht noch besser erreicht wird als durch warme Kompressen.

Man hat auch Hunde benutzt, um Wunden zu lecken, und zwar in der Absicht dadurch ihre Heilung herbeizuführen; ein Heilmittel, das wir nicht gar zu unbedingt empfehlen möchten. Im sechszehnten Jahrhundert war man auf die Idee gekommen, daß man die Krankheiten der Menschen auf die Hunde übertragen könnte, beziehungsweise daß der Hund die Krankheit auf seine Rechnung nehmen würde. Cardanus zitiert den Fall einer epileptischen Magd, welche, nachdem sie mehrere Nächte hindurch mit ihrem Hund geschlafen hatte, von ihrer Fallsucht geheilt worden war; der Hund soll aber seinerseits epileptisch geworden sein.

Pauillini schreibt von einer Witwe, welche, von der Fallsucht befallen, nachdem sie im Bett einen jungen Hund auf ihren Leib gelegt und 24 Stunden auf denselben gehalten hatte, von ihrer Krankheit geheilt wurde; der Hund aber starb darauf. P. Boval und der Engländer Fludd haben behauptet und durch Beispiele festgestellt, daß es kein besseres Mittel gäbe um gichtische und rheumatische Schmerzen zu lindern und zu heilen, als dasjenige einen jungen, kräftigen Hund im Bette der Kranken liegen und schlafen zu lassen.