Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 28 (1918)

Heft: 5

Artikel: Die Tabak-Vergiftung [Fortsetzung und Schluss]

Autor: Bunge, G.v.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038008

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: 14.12.2025

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

Sauter's Annalen für Gesundheitspflege

Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgegeben unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Mr. 5.

28. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

Mai 1918.

Inhalt: Die Tabaf-Bergiftung (Fortsetzung und Schluß). — Zweckmäßige Ernährung (Fortsetzung und Schluß). — Biologische Wirkung des Pslanzendustes. — Die arzueiliche Bedeutung der Lindenblüte in frühern Jahrhunderten. — Korrespondenzen und Heilungen: Aster-vorsall; Magenerweiterung; Keuchhusten. — Berschiedenes: Gewürze sind schällich, ebenso Essignäure.

Die Tabak-Pergiftung.

Bon Dr. med. et phil. G. b. Bunge, Professor ber physiologischen Chemie in Basel.

(Fortsetzung und Schluß)

Als Folge des Rauchens werden ferner besobachtet: Entzündungen des Rachens und des Kehlkopfes, Magens und Darmbeschwerden, Berstauungsstörungen der verschiedensten Art, Appetitslosigkeit, Diarrhöe, Obstipation, Brechreiz.

Schließlich gehören Nervenstörungen aller Art zu den häufigsten Folgen der chronischen Nikotinvergiftung: allgemeine Nervosität, leichte Erregbarkeit, Aengstlichkeit, Neigung zur Schwersmut, Schwindelanfälle, Kopfdruck, Ohrensausen, Schlassossischen, Zittern, Augenstimmern, Gebächtnisschwäche und Abnahme anderer geistiger Fähigkeiten, Neuralgien, Entzündung der Sehnerven mit Abnahme des Sehvermögens bis zur völligen Erblindung.

Auf eine genauere Beweisführung für den Zusammenhang aller genannten Leiden mit der chronischen Nikotinvergiftung kann ich hier natürslich nicht eingehen. Der Beweis ist zum Teil

statistisch geführt worden, zum Teil dadurch, daß nach Beseitigung der Ursache — bes Rauchens — auch die Wirkung, die sogenannten Symptome ichwanden ober doch wenigstens abgeschwächt murben. Es ist die Rombination des "Experimentum crucis" 1) mit der ftatisti= ichen Methode, welche die betreffenden Merzte ju ber lleberzeugung führt, daß man es nicht nur mit einem post hoc, sondern auch mit einem propter hoc2) zu tun hat. Gine wertvolle, wenn auch noch lange nicht vollständige Busammenstellung ber fehr umfangreichen Literatur über alle diese Fragen hat in neuester Beit Professor v. Frankl-Hochwart geliefert. Im besten Ginklange mit diesen Erfahrungen ber Merzte fteben die Ergebniffe der zahlreichen Bersuche an dronisch mit Tabat vergifteten Tieren. Auf dem letten Rongreg der deutschen Nervenärzte zu Frankfurt im Oftober 1911 tamen diese Fragen zur Sprache. Die Aerzte schienen über ben genannten Raufalzusanimenhang einig gu fein; es murbe fein Widerfpruch laut.

Nichtsbestoweniger muß ich zugeben, daß in

¹⁾ Experimentum crucis = Experiment des Kreuzes, d. h. der Leiden der Tage der Entaltung. (Redaktion.)

²⁾ Port hoc = nach dem - propter hoc = wegen dessen. (Redastion.)

vielen der genannten Fragen der Zusammenhang noch nicht mit befriedigender Exaktheit nachgewiesen ist. Aber auch wenn man alles Zweiselhafte streicht, so bleibt doch noch so viel übrig, daß man die chronische Nikotinvergistung für eine der Ursachen schwerer chronischer Krankheiten und für eine Duelle der Degeneration erklären muß.

Und nun die wirtschaftliche Seite ber Frage. Man bente an die endlosen fruchtbarften ganderstrecken in allen Himmelsrichtungen, von der Tropenwelt bis jur Grenze des Kornbaues, die der Produttion des Giftes dienen. Tabatpflanze gebeiht nur auf dem humusreichsten Boden und erschöpft ihn in hohem Grade; fie erfordert viel Arbeit, Sorgfalt und Bflege. Der Boden ber Giftpflanze wird gedüngt mit bem Material, bas man ben Felbern entzieht, auf denen unsere Nahrung produziert wird. Man bente an all die fostlichen Früchte, die diese Landstreden ertragen könnten, an die große Mannigfaltigfeit, die reiche Abwechslung, die sie auf unsere Tafel bringen würden. Man bente an die vielen Arbeitsfräfte, die auf die Produttion und Berteilung bes Giftes gerichtet find. Man bente vor allem an die Sunderttaufende der Arbeiter und Arbeiterinnen, die in den Tabakfabriken ihre Gesundheit untergraben. 1)

Schließlich vergesse man auch nicht die ästhestische oder vielmehr unästhetische Seite der Frage. Man denke an die stinkenden Kleider und Wohnstuben der Raucher. Man denke an die engen Familienwohnungen armer Leute, wo der Vater raucht und die ganze Familie, selbst der

Säugling die giftige Luft beständig einatmen muß. Man bente an die öffentlichen Lotale, wo auch des Nichtrauchers Gesundheit geschädigt wird. Biele Berfonen muffen die Lofale meiben. Bersonen, die burch gemeinsame Interessen berbunden find, werden auseinandergeriffen. Die Bahnverwaltung fieht sich gezwungen, die gesamte Menschheit in zwei Rlaffen zu trennen, in die Bergifteten und die Giftfreien, die in engen Räumen nebeneinander nicht leben fönnen. Und nun dente man an das etelhafte bestänbige Speien infolge ber Rauchgewohnheit. 1) Fällt einem im Raucher Abteil das Billet aus ber Band, so tann man es nicht mehr aufheben. Unterdrückt ein wohlerzogener Mann das Speien. so vergiftet er sich umsomehr. Deffnet man bas Fenster, so fliegt einem die Afche von der Bigarre in die Augen. Und schließlich: wozu bas alles?! Was ist der eigentliche Grund der gangen, efelhaften Rauchstlaverei? Ginfach bie gedankenlose Rachahnungssucht.

Die rauchenden Knaben meinen, die Zigarette in ihrem Gelbschnabel sei ein Zeichen der Männlichkeit. Vielleicht ist sie noch eine Erinnerung an die Zeit, wo sie nur zufrieden waren, solange sie den Schnusser im Munde hatten.

Der Tabak wird wie der Alkohol zur Bestänbung der langen Weile mißbraucht; er versleitet zum Müßiggang, und "Müßiggang ist aller Laster Ansang". Die Italiener sagen: "Il diavolo tenta l'uomo; l'uomo ozioso tenta il diavolo." Der Teusel versührt die Menschen; der müßige Mensch versührt den Teusel. Rauchen macht die Menschen blasiert, frivol, interesselos. Man wende mir nicht ein, daß dieser und jener geistig und sittlich hochsstehende Mann ein starker Raucher sei. Das wäre dieselbe Logik, wie wenn man sagen wollte:

¹⁾ Die wirtschaftliche Frage ist boch nicht so düster; ber Boden giebt doch einen reichen Ertrag, die Menschen, die denselben bebauen, leben davon, der Staat gewinnt Millionen dabei, wie die Fabriken überhaupt, werden auch die Tabakfabriken sür das Wohl der Arbeiter und Arbeiterinnen, denen diese Arbeit die Existenz versichert, besser eingerichtet. Für die Gesundheit giebt es noch viel schlimmere Fabriken als die Tabakfabriken. (Redaktion.)

¹⁾ Ohne sich deshalb zu vergiften, spucken die Raucher im Eisenbahnwagen überhaupt nicht mehr, weil es verboten ist. (Redaktion.)

der Luftballon hat kein Gewicht, denn er steigt doch nach oben. Es gibt auch auf geistigem Gebiete Kräfte, die auswärts, und Kräfte, die abwärts treiben. Auf ihr Verhältnis kommt es au.

Es genügt nicht, bloß den Mißbrauch des Tabaks zu bekämpfen und den mäßigen Genuß zu empfehlen. Der mäßige Genuß ist die Quelle der Unmäßigkeit. Und solange der mäßige Genuß nicht aufhört, wird auch der unmäßige mit seinen Folgen, Krankheit, Entartung, nie und nimmer aufhören.

Der mäßige Tabakgenuß ist für die meisten Raucher eine beständige Tantalusqual, 1) der unmäßige ist für viele die Quelle langjähriger qualvoller Leiden und trägt mit bei zur allgemeinen Degeneration und zum Untergang unserer Rasse.

Wem also das Wohl der kommenden Generationen und die Erhaltung der edelsten Menschenrassen nicht gleichgültig ist, der soll an seinem Teil dazu beitragen, den Tabak gänzlich aus unserer Gesellschaft zu verbannen, und zwar vor allem durch das eigene Beispiel der völligen Enthaltung.

Was mich persönlich betrifft, so habe ich mir dreimal das Ranchen angewöhnt und dreimal wieder abgewöhnt und jetzt schon seit 26 Jahren nicht mehr geraucht. Ich habe also dreimal das Experimentum crucis gemacht und fann es bezeugen: man entbehrt nichts beim Aufgeben dieses Giftes. Im Gegenteil, man gewinnt an Freuden. Der Tabak stumpft alle Sinne ab, insbesondere den Geschmacks- und Geruchssinn. Wan sindet daher nach Aufgabe dieses Genusses reichlichen Ersat in anderen Sinnesfreuden.

Die Raucher, welche das nicht einsehen wollen und meinen, die Nikotinvergiftung sei ein unersetzbarer Lebensgenuß, pflegen zu sagen: Lieber ein furzes und genußreiches als ein langes, asketisches Leben. Sie vergessen aber folgendes. Berfürztes Leben bedeutet in der Regel verslängerte Krankheit. Berlängerte Krankheit bes deutet verminderte Genußfähigkeit und somit auch verminderten Genuß.

Auf Kosten der Genußfähigkeit sich Genüsse verschaffen zu wollen, ist das Verkehrteste, was ein Mensch erstreben kann.

(Beitschrift für eine natur- und vernunftgemäße Lebensweise.)



Iwedemäßige Ernährung.

(Fortsetzung und Schluß)

Die Nahrung sollte also in der Beise zu= sammengesett werden, daß die nährsalzreichen Burzelgewächse, Gemufe, Salate und Früchte an erfter Stelle fteben. Un zweiter Stelle follen Körnerfrüchte, gutes hartes Brot, Vollfornbrot oder Roggenbrot, Reis, Mais, Mehlspeisen usw. fommen, und erst an letter Stelle das tierische Eiweiß, von welchem die Milch und Milchprodutte am wichtigften find. Korpulente Menschen sollten hauptfächlich solche Nahrung mablen, welche feinen großen Warmeeinheitenwert befitt, mahrend den mageren Leuten falorienreiche Nahrung zu empfehlen ift. Die Ansicht, daß die Nahrung uns fehr bald nach ber Nahrungsaufnahme Rraft und Energie gu geben imftande fei, ift irrtumlich, benn bie Nahrung muß durch beschwerliche Berdauungsarbeit in Brenn- und Rorpererfatmaterial umgewandelt werden. Berdauungsarbeit verträgt fich nicht mit Beistesarbeit ober Musfelarbeit. Ein verdauendes Tier ruht, ein arbeitendes Tier verdaut nicht. Daher leiden die Tiere in der Freiheit auch faum je an Darmfäulnis wie ber Mensch. Der Grund bes häufigen Nahrungsbedürfnisses liegt in ber

¹⁾ Wenn dem fo ware, bann würden fie boch nicht rauchen; er ist vielmehr ein wirklicher Genuß. (Red.)