Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 28 (1918)

Heft: 10

Artikel: Der Krieg und unsere Gesundheit [Fortsetzung und Schluss]

Autor: Kröner

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038025

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: 15.12.2025

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

nach der Krankheit lange Zeit hindurch noch bestehende Schwäche, Hinfälligkeit und Blutsarmut schon gesagt haben, das hat bei der spanischen Grippe noch in höherem Grade seine Geltung, als bei der gewöhnlichen Influenza.

Schließlich noch ein Wort über den Charafter dieser bosen Rrantheit. Diese so erschreckend atut, mit so rasch totender Lungen- und oft auch Gehirnentzundung verbundene fieberhafte Krantheit, hat viele Aehnlichkeit mit dem in Süditalien, namentlich im Sochsommer, in Malaria-Gegenden, auftretenden fogen. perni= ciofen Fieber, ber in 2-3 Tagen, felbft in 24 Stunden, toten fann. Die fübitalienischen, mit diefer Rrantheit vertrauten Merzte, suchen durch große Chinindosen gleich beim ersten Fieberanfall die Krantheit zu brechen und oft gelingt es ihnen auch; kommt aber der zweite Fieberanfall dennoch heftig zum Ausbruch, dann ift der Rrante fast immer verloren. Diese Beobachtung der Aehnlichkeit zwischen bem perni= ciofen Fieber und der spanischen Grippe hat uns in der schon im vorigen Artifel ausge= iprochenen Unficht bestätigt, daß, namentlich bei der letteren, gleich bei den erften Symptomen ber Erfrankung, es geboten erscheint, bem Rranten eine reichliche Dose Chinin oder eines anderweitigen Fiebermittels zu verabreichen und eine fräftige Schweifabsonderung zu beförbern. Der Erfolg beweist auch die Richtigkeit dieser Behandlung. In der Folge ift dann die Krantbeit mit ben ichon im vorhergehenden Artifel bezeichneten homoopathischen Mitteln zu behandeln, wobei Angivitique 1 in zweiter oder dritter Berdunnung und Febrifuge 1 in erfter Berdunnung, ober in starten Dosen trocken genommen, eine hervorragende Rolle zu fpielen haben. Bei bestehender Lungenentzundung gebe man dem Angioitique 1 noch Angioitique 2 hingu, ebenfalls in zweiter ober dritter Berdunnung, und 2-3 mal täglich je 3 Tropfen Gelbes Fluid. Gebe in jedem Falle Bectoral 1 und Bectoral 2, bei Schleimansammlung in den Luft= röhren und der Lunge Pectoral 3, und Pectoral 4 bei trockenem, nervosen Husten, mache warme Umschläge auf die schmerzhafte Begend mit Angioitique 2, Febrifuge 2 und Weißem Fluid und reibe fie mit Beiger Salbe ein; gegen bas Fieber reibe man die Leber- und Milgegend mit Gelber Salbe ein. Bei Gehirnhautentzunbung, die burch heftige Ropfschmerzen, welche bei Beräusch und unter bem Ginfluß bes Lichtes fich fteigern, durch heftiges Rieber und frampf= artige Zuckungen, sowie durch Umnebelung des Bewußtseins und Delirien fich fennzeichnet, gebe man Angioitique 1, Febrifuge 1 und Lymphatique 1 im britten Glas, alle fünf Minuten ein Raffeelöffel voll, und mache fortwährende fühle Umschläge auf den Kopf und den Nacken mit 25 Korn Angioitique 2, 25 Korn Organique 5 und 40-50 Tropfen Blauem Fluid auf einem halben Liter Baffer.

Wie im vorhergehenden Kapitel, so betonen wir auch hier, daß wir, in Bezug auf die Beshandlung, nur einige wenige Fingerzeige geben können; eine genaue Behandlung der Krankheit, beziehungsweise des Kranken, läßt sich nur im gegebenen praktischen Falle, von Tag zu Tag, feststellen und kann nur die Aufgabe des am Krankenbette die verschiedenen Phasen der Kranksheit beobachtenden Arztes oder erfahrenen Praktikers sein.



Der Krieg und unsere Gesundheit.

Bon Dr. Rroner.

(Fortsetzung und Schluß)

Daß natürlich Leute mit schweren Leiden der Berdauungsorgane, wie Magengeschwüren, Magen- und Darmkatarrhen usw., nicht gerade

zwedmäßig fich ernähren fonnen, ift leiber quzugeben. Aber die Sache hat auch ihre Rehrfeite. Erftens ift einmal eine Reihe Diefer Leiden auf dem Boden der Ueberernährung ermachsen, und zweitens gibt es für die meiften Krankheiten des Magens und Darms fein befferes Seilmittel, als eben eine zeitweilige Unterernährung. Weil diese Batienten bie ichweren Speisen nicht vertragen fonnen, sind fie gezwungen, zu fasten, was ihnen wieder guttut, und mas fie in normalen Beiten nicht getan hatten, weil ber Beift zwar willig, aber das Fleisch schwach ist. Arznei will jeder ichluden, wenn fie noch fo ichlecht ichmedt, aber auf einen gewohnten Benug verzichten, auch wenn er ichabet, dazu gehört ichon ein ftarfer Bille.

Nun fommt noch ein Bunkt in Betracht: Selbst wenn infolge ber jetigen burftigen Ernährung eine Angahl Menschen in ihrer Lebensbauer verfürzt wurden — was ich aber nach dem vorherigen nur in gang beschränktem Umfang gelten laffen fann -, fo wären es doch immer nur die Schwächlinge und Siechlinge, Leute mit geschwächter Konstitution, Die gefährdet erschienen, und fo beflagenswert ihr Schicksal auch für sie und ihre Angehörigen erscheint, so wenig Bedeutung hat es für die Allgemeinheit, in beren Intereffe vielmehr liegt, daß ber Rräftige überlebt, ber Schwächling ausgemerzt wird. Und heute, wo Taufende unserer Lebensfräftigften auf dem Schlachtfeld verbluten muffen, wo des einzelnen Leben nichts gilt im Bergleich zu dem großen 211= gemeinen, muffen wir uns auch babeim bon einer Ueberschätzung des Einzellebens freimachen. Das Bolt, die Raffe über alles!

Hat sich so die Schuldseite unserer Kriegsernährung als ziemlich bescheiden dargestellt, so habe ich jetzt das Bergnügen, mit einigen ganz erheblichen Posten auf der Gegenseite auswarten zu können.

Die Schulmedigin mit ihren verderblichen Lehren von einem boben Gimeigbedarf einerfeits, ber machfende Bohlftand unferes Bolfes und der zunehmende Luxus andererseits haben uns in den letten Sahren zu einer überaus reichlichen Ernährung geführt. Gin Menich, ber sich ausschließlich ober gang vorwiegend von Pflanzenfost nährt, fann sich nicht leicht überfüttern. Auch fann jeder leicht an fich felber die folgende Erfahrung machen : Sat man sich einige Beit vegetarisch ernährt, fo empfindet man auch nach einer reichlichen Mahlzeit nicht das läftige Ueberfättigungs= (Bollheits-)Gefühl, das der vorwiegend Fleischeffende nach einer quantitativ viel spärlicheren Mahlzeit oft genug empfindet. Gine Reibe von Magen- und Darmleiden find birett auf Ueberernährung zurückzuführen und schwinden oft zauberhaft, wenn der Mensch, freiwillig ober gezwungen, fich zu einer einfacheren Ernährung bekehrt. Und dann fommt das gange gestaltige Beer ber Rrantheiten, welche speziell Folge der Eiweißüberfütterung, vor allem mit Fleisch, sind, das durch den Krieg dirett gunftig beeinfluft wird. Dahin gehören Gicht, manche Formen von Rheumatismus, Leberund Nierenfrantheiten, bor allem die große Modefrantheit unferes Zeitalters, die Aberverfaltung mit ihren Folgezuständen, ben Schlaganfällen und anderen Leiden. Noch ist ja die Beit zu furz, um von einer entschiedenen Ubnahme dieser Rrantheiten sprechen zu können: daß aber Personen, welche an einem dieser Gebrechen franken ober bagu bisponiert find, fich bei ber zum Ginfachen veränderten Roft fehr viel wohler befinden, ift feine Frage und mir in meiner Praxis hundertfach bestätigt worden. Bon einer Krantheit, die hierhergebort, tann man mit aller Sicherheit behaupten, daß fie viel feltener geworden ift, die Buckerharnruhr, die ja in den meisten Fällen eine

ausgesuchte Ueberfütterungsfrantheit ift. Die Mehrzahl meiner Buckerpatienten hat die frantbafte Abscheidung im Sarn vollständig verloren, andere sind wesentlich gebessert übrigens auch wieder ein Beweis, wie fich die Schulmedizin mit ihrer Behandlung der Budertrantheit auf dem Holzwege befindet. Mit ihrer vorgeschriebenen Eiweiffütterung tann fie mohl in einer Reihe von Fällen den Patienten zuckerfrei machen, aber in der großen Mehr= zahl der Fälle nicht gefund. Es ift, wenn ich die Buckerfrantheit durch Entziehung Nahrungszuckers und der mehlhaltigen Substanzen (aus benen im Rörper Bucker gebilbet wird) befampfe, etwa fo, wie wenn ich einen von ber Berschwendung heile, daß ich ihm fein Geld mehr zukommen laffe. Doch dies nebenher. Für jett genüge die Feststellung, daß die Ruckerfranken sich bei unserer Kriegskost fast alle fehr viel beffer befinden als vorher. Eine starte Abnahme der Blinddarmentzundungen, die wohl nur die Folge ber einfacheren, mehr vegetabilen Roft feit fann, ift auch von verichiebenen Seiten gemelbet worben.

Unsere jetzige Ernährung schlägt allen Dogmen, die die Schulmedizin im Laufe der letzten 40 Jahre mit heißem Bemühen im Laboratorium ausgeklügelt hat, ins Gesicht Die Männer, die dis in die letzte Zeit die Lehre von Eiweißbedarf des Menschen — von Voit auf 105 Gramm täglich sestgesetzt — trotz der das Gegenteil beweisenden Versuche des Amerikaners Chittenden und des Dänen Hindhede, immer noch mit Zähigkeit sesthielten, sind nun wohl endgültig widerlegt.

Nun muß ich freilich bekennen, daß mir eine Reihe von Patienten aufs bitterste ihr Leid getlagt hat, wie sehr sie bei der mangelhaften Kost heruntergekommen seien. Ich muß gestehen, ich hatte in den meisten Fällen den Eindruck, daß die Klagen zum mindesten übers

trieben waren, wenn nicht ganglich ungerechtfertigt. Da ift einmal der Angftmeier, ber am liebsten jeden Tag auf die Wage steigt und für fein teures Leben gittert, wenn er einmal ein paar Bfund weniger wiegt. Da ift ferner die große Bahl berjenigen, benen es einfach nicht pagt, wenn fie lieb gewordenen Bewohnbeiten und Genüffen entfagen muffen. Und schlieglich habe ich manchen auch im Berbacht, baf er meine Sprechstunde hauptfächlich auffucht, um ein ärztliches Zeugnis zwecks Bewilligung von Zusatnahrungsmitteln zu ergattern. Die meiften, mit benen ich über unfere Rriegsernährung gesprochen habe. mußten mir jugeben, baß fie fich, im gangen betrachtet, wohler fühlten, feit fie einige überfluffige Bfund Gewicht verloren hatten.

Much an mir felber habe ich ben Segen ber verminderten Nahrung verspürt. 3ch mog annähernd 200 Pfund - in Anbetracht meiner Größe ein eben noch julaffiges Bewicht, fühlte mich auch immer gesund und arbeitsfraftig. Buzeiten und zwar feit Jahren, murbe ich aber durch eine nervose Erscheinung am Bergen beläftigt. Es waren fogenannte Extrafpftolen, d. h. in dem fonft regelmäßigen Rhythmus ber Herzschläge folgten sich manchmal zwei Schläge schnell auf einander, worauf bann bis jum nächsten Schlag eine etwas längere Pause eintrat, die stels ein gelindes Angstgefühl hervorrief. Nach allgemeiner Anficht ift ber Zustand schwer durch irgendwelche Mittel zu beeinflussen, und da ich seine Ungefährlichkeit fannte, habe ich nie besonderen Wert darauf gelegt. Um so angenehmer war ich überrascht, als mit dem Verluft von 40 Bfund Gewicht das gange läftige Leiden fpurlos von felbst verschwand und nunmehr schon feit über einem Sahr bauernd verschwunden ift. Aehnliche Beobachtungen an Batienten mit fogenannten funktionellen Bergleiden - bie

man meist, weil man nichts Besseres weiß, als nervös bezeichnet — habe ich noch mehrssach gemacht. Für das Verständnis dieser Zustände geben uns Jaegers Lehren wieder den rechten Fingerzeig. Die Diagnose "nervöses Herzleiden" ist eben in den meisten Fällen nur ein Notbehelf, während es sich tatsächlich um eine Selbstvergistung, in der Regel durch übermäßige Eiweißzusuhr, handelt, die mit knapperer Ernährung von selbst schwindet.

Die häufigsten Rlagen habe ich über unser Rriegsbrot gehört, und ich glaube, daß Batienten mit empfindlichem Magen es tatfächlich schlecht vertragen. Säufig macht es Magenichmerzen, in manchen Fällen auch Erbrechen. Aber immer handelte es sich um vorher schon geschwächte Magen, und es barf nicht verschwiegen werden, daß folche Rrante eben in früherer Zeit meift tein berbes Brot gegeffen hatten, weil das Weißbrot beffer ichmedt. So wurde ber Magen verweichlicht und war nunmehr den Anforderungen, die ein hülsereicheres Brot an die Berdauungsfraft ftellt, nicht gewachsen. Dag in manchen Fällen übrigens die Rlagen übertrieben murben in ber Hoffnung, dadurch Weißbrot bewilligt zu erhalten, barf ich auch nicht verschweigen.

Soviel über unsere Kriegsernährung. Insammenfassend möchte ich sagen, daß sie im allgemeinen viel besser ist als ihr Ruf, daß viele von ihr großen Nuten haben, daß die Zahl derer, die wirklich durch sie geschädigt werden, verhältnismäßig gering ist, daß sie zwar manche Unbequemlichkeiten mit sich bringt, die sich aber im Hindlick auf die Notwendigkeit des Durchhaltens bei einigermaßen gutem Willen leicht ertragen lassen.

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



Burück aus Kurort und Sommerfrische.

Bou Dr. Gotthilf Thraenhart, Freiburg i. Br.



(Rachbrud verboten)

Die gnädige Frau ist aus Marienbad zu= rückgefehrt. Glüchftrahlend erzählt fie ihren "Freundinnen", daß fie um 20 Bfund abgenommen hat. "Aber das war auch eine Rur: Strenge Diat, fein Mittagsichlaf, immer nur laufen, schon morgens um 6 Uhr war ich auf ben Beinen. Sett fühle ich mich aber auch fo unaussprechlich wohl und leicht, daß ich meine Rur, wenn auch in milberer Form, fortseten werbe, bamit ich nicht wieder so gräßlich zu= nehme." Wirklich führt die Gnädige diesen Borfat einige Zeit hindurch aus. Bald aber beißt es: Heute ist das Wetter zu schlecht, ich werde dafür morgen um fo länger geben." Dann wieder: "Ich habe Ropfschmerzen, ich werde mich heute mal nach dem Effen ein halbes Stündchen hinlegen." So wird nach und nach ein Bunkt nach dem andern vom Rurprogramm geftrichen, bis Madame wieder gang in ihre frühere gesundheitswidrige Lebensweise verfällt und langfam aber ficher Pfund um Pfund gunimmt. "Mein Gott, man fann ja nächstes Sahr wieder nach Marienbad gehen!"

Dies ist nur so ein beliebig gewähltes Beisspiel, welches zeigt, daß viele Menschen ihre Kurzeit so auffassen, wie manche reuigen Sünder die Beichtz, Buß- und Fasttage: sie büßen für die Sünden ihres leichten Lebens, ihrer ungessunden Lebensweise, um nachher mit beruhigtem Gewissen von neuem wieder darauf los sündigen und leben zu können. Das ist natürlich ganz falsch. Was Jahre verschuldet haben, können Wochen unmöglich wieder gut machen. Die große Mehrzahl aller Kurgäste leidet an chrosnischen, veralteten Krankheiten, welche im Bade