

Zeitschrift:	Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf
Herausgeber:	Sauter'sches Institut Genf
Band:	30 (1920)
Heft:	3
Rubrik:	Ueber die Bedeutung des Schmerzes

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: 15.02.2026

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

Fettleibigkeit ist die Herabsetzung der Wassermenge des Körpers eine der wichtigsten Aufgaben. Es genügt zu diesem Zwecke nicht, die Wasser- aufnahme in der Nahrung einzuschränken, denn diese Maßregel wird infolge quälenden Durst- gefühles beinahe undurchführbar. Deshalb sucht man vielmehr dem Patienten die in seinem Körper enthaltene Flüssigkeit durch Dampf- und Schwitzbäder zu entziehen. Aber das hat oft unangenehme Wirkungen auf das Herz des Kranken. Auch hier ist nun die Speichelabsonderung von großer Bedeutung, indem durch anhaltendes Kauen und Speien dem Körper ganz erstaunliche Wassermengen entzogen werden, was zu einer erheblichen Herabsetzung des Körpergewichts führt. Als Professor Wright in einer Woche 250 Drachmen Speichel zum Experimentieren verbrauchte, also seinem Körper größere Mengen entzog, verlor er in dieser Zeit 11 Pfund an Körpergewicht.

In gleicher Weise ist auch eine bedeutende Besserung der eigentlichen Wassersucht möglich.

Es ist ein großer Verdienst der modernen Wissenschaft, daß sie die Heilwirkung dieses Sekretes genauer erforscht hat und nun jedermann auf seine einfache natürliche Anwendung hinweist. Freilich muß daneben auch immer wieder seine hohe Bedeutung für den gesunden Organismus hervorgehoben werden. Denn der Speichel ist durchaus nötig zur Reinigung und Befeuchtung der Mundhöhle, zum Schlüpfen machen, Tränken und Lösen trockener Speisen und zur Verdauung stärkehaltiger Nahrung.

Möge man deshalb dies wichtige Sekret nicht vergessen! Leider ist häufiges Ausspeien eine bei vielen Menschen zur Gewohnheit gewordene Unart. Als Professor Frerichs seine berühmten Untersuchungen über die Verdauung anstellte und dazu täglich viel von seinem Mundsekret gebrauchte, fühlte er „konstant Druckgefühl im Magen, Appetitosigkeit und ähnliche Beschwer-

den“. Dies mögen Gesunde wie Magenleidende wohl beherzigen. Mit Recht sagt eine alte ärztliche Regel: Die Behandlung des kranken Magens soll stets mit einer Regelung der Mundverdauung anfangen.

Über die Bedeutung des Schmerzes.

I. Über den Schmerz.

Der Schmerz gehört zu den Dingen, welche die Natur zur Erhaltung einer Gattung anwendet, ohne sich um das Wohlbehagen der Individuen dieser Gattung im geringsten zu kümmern. Wir müssen ihn als ein Signal auffassen, welches bei einem Eingriff in unsern Organismus uns mahnt, auf der Hut zu sein. Deshalb haben sich unempfindliche Wesen, auf welche wir im rückläufigen Verfolg der Biologie stoßen, gegen die schmerzbegabten Tiere im Daseinskampfe nicht behaupten können. Als diesbezüglich interessantes Beispiel führt Spemanns „Mutter Erde“ aus, wie z. B. ein Hund infolge von Schmerzunempfindlichkeit zu Grunde ging. Wir können alle Schmerzen auf die zwei Grundformen des Druckschmerzes und des Temperaturschmerzes zurückführen. Letzterer zeigt bei Tieren, die Winterschlaf halten, wie er für die Erhaltung des Lebens nützlich ist. Sinkt die äußere Temperatur so weit, daß das Leben des Winterschlafers gefährdet wird, dann erwacht das Tier infolge grimmigen Schmerzes, erhöht seine Wärmebildung und gräbt sich tiefer ein. Auf diese Weise gelangen manche Tiere sukzessive bis 20 Fuß tief unter die Erdoberfläche. Die Intensität des empfundenen Schmerzes hängt stark von der Gehirnstruktur ab; über-

haupt ist der Schmerz ein Gehirnphänomen, welches vom Großhirn nur an die betreffende Stelle projiziert wird. Jeder Nervenstamm übrigens hat das Bestreben, den Schmerz an die Peripherie des Körpers zu verlegen. Daher kommt es, daß man in amputierten Gliedmaßen noch wütende Schmerzen verspürt. Ein Mann mit einem Holzfuß empfand Schmerzen bei der leisensten Berührung desselben; nachts empfand er, wenn die Decke herunterrutschte, das Kältegefühl nicht im Stumpfe, sondern im Stelzfuß. (Frankfurter Nachrichten.)

II. Der Schmerz als Warnungsruf des menschlichen Körpers.

Von H. Budor.

In früherer Zeit hielt man den körperlichen Schmerz für etwas in jeder Beziehung Unwillkommenes, dem man nichts Gutes abgewinnen könne, es sei denn, daß er den Zweck habe, den Menschen zu prüfen oder zu läutern. Die moderne Heilkunde dagegen hat es vermocht, den Schmerz in günstigerem Lichte erscheinen zu lassen, indem sie den Schmerz auffaßt als eine Sprache des Körpers, die derselbe redet, um uns zu sagen, daß er frank ist. Und hierdurch ist dem Schmerz in der Tat etwas von seiner Bitterkeit genommen. Denn wir sehen ein, wie gut es der Körper, der die Sprache des Schmerzes zu uns redet, mit uns meint, und wir sind ihm sogar dankbar für seine Mahnung und seinen Hinweis. Wir wissen nicht nur, daß wir und wo wir frank sind, sondern wir müssen nun zugleich begreifen, daß wir in unserer Lebensweise hygienische Fehler gemacht haben, die unsern Körper in eine Lage brachten, die seiner Natur nicht entspricht, und wir beeilen uns nunmehr, wenn wir klug sind und die Stimme des Körpers wohl beachten,

das Hindernis zu beseitigen, den Fehler wieder gutzumachen und dem Körper seine natürlichen Daseinsbedingungen zu schaffen. In diesem Sinne ist der Schmerz zugleich ein Warnungsruf des Körpers. Denken wir uns einmal den Fall, wie er oft das Ziel der Sehnsucht ist, daß es keine Schmerzen in der Welt gäbe, daß es uns unmöglich wäre, körperliche Schmerzen zu empfinden. Woran sollten wir es alsdann merken, daß wir und wo wir frank sind? Die Krankheit würde uns alsdann mangels anderer Symptome häufig verborgen bleiben und ein plötzlicher, früher Tod würde das Ende sein. So aber ist jedem Menschen im Schmerz ein treuer Wächter gegeben, der jede Störung seines normalen Lebens sofort signalisiert, kommende Gefahren meldet und jedem Organ, jedem Glied eine deutlich vernehmbare Sprache verleiht. Und wenn wir nur auf diese Sprache achtgeben und der an uns ergehenden Mahnung entsprechend unserem Körper eine vernünftige und naturgemäße Behandlung rechtzeitig zuteil werden lassen, können wir nicht nur die Sprache selbst, nämlich den Schmerz, sondern auch, was noch wesentlicher ist, die Krankheit beseitigen, deren Ausdruck der Schmerz ist. Nehmen wir ein Beispiel: Bei einem schweren Gewitter ist ein Eisenbahndamm weggewaschen. In wenigen Minuten wird ein Zug mit Hunderten von Menschenleben kommen und abstürzen und in Trümmer gehen. Aber kurz vor dem Eisenbahndamm steht in der Nähe der Schienenstränge ein kleines Häuschen, in dem der Wärter wohnt. Und gerade noch, ehe der Zug an die gefährliche Stelle kommt, gibt der Wärter das Signal zum Halten. Und der Zug und seine Menschenleben sind gerettet. Ähnlich beim menschlichen Körper.

Fragen wir uns, wie der Schmerz hervorgerufen wird, so lautet die Antwort: Er wird erzeugt durch Reizung der Empfindungsnerven.

Die Reizung kann mechanischer, thermischer oder chemischer Art sein. Wird ein Kind mit der Rute geschlagen, so empfindet es infolge der mechanischen Reizung Schmerz an dem geschlagenen Körperteil. Nähern wir unsere Hand dem Feuer, so ruft die thermische Reizung Schmerz hervor. Hat sich in unserem Körper irgendwo Eiter oder Fäulnis entwickelt, so empfinden wir infolge der chemischen Reize Schmerzen. Je nachdem sich die Schmerzen an diesem oder jenem Organ des Körpers bemerkbar machen, unterscheiden wir Muskelschmerzen, Gelenkschmerzen usw. Je heftiger die Schmerzen sind, desto größer ist die Gefahr, desto eher möglich ist aber auch die Heilung. Deshalb unterbleibt der Schmerz häufig dann, wenn eine Heilung nicht mehr möglich ist, und deshalb haben Sterbende gewöhnlich nicht mehr von Schmerzen zu leiden. Der Körper hat alsdann nicht mehr die Kraft, zu reagieren und dem Reiz zu antworten, er ist apathisch geworden und lässt alles über sich ergehen, ohne seine Warnungsstimme abzugeben. Und aus demselben Grunde haben sehr lebenskräftige Naturen im Falle der Krankheit sehr stark an Schmerzen zu leiden, denn der Körper reagiert sofort sehr heftig, räsoniert und schimpft über die Störung, oder bittet flehenlich, ihn zu verschonen — alles dies vermittels der Sprache der Schmerzen.

(Prof. Dr. Jägers Monatsblatt, Zeitschrift f. Gesundheitspflege u. Lebenslehre.)

Schluß folgt.

Korrespondenzen u. Heilungen.

Neuenburg (Schweiz), 1919.

Ich bin froh, Ihnen mitteilen zu können, daß ich in überraschend kurzer Zeit von meiner **chronischen Blinddarmentzündung** vollständig geheilt worden bin. Nur wenige Wochen lang hatte ich notwendig, die mir vorgeschriebene Kur zu gebrauchen, und nicht nur sind alle meine bei nahe täglich wiederkehrenden Schmerzen beseitigt,

sondern ich fühle mich wieder wohl und stark und guter Laune; habe ausgezeichneten Appetit und verdaue ebenso gut. Ich bin Ihnen wirklich herzlich dankbar und bin von der vortrefflichen Wirkung Ihrer Mittel ein für allemal überzeugt.

Genehmigen Sie usw.

U. D.

Dieser Patient litt an schubweise wiederkehrenden Schmerzen in der rechten Seite des Unterleibes, die besonders nach leichteren Anstrengungen und einige Zeit nach dem Essen auftraten, verbunden mit Nebelkeit und selbst mit Brechreiz. Die Diagnose war schon von dem behandelnden Arzt auf chronische Blinddarmentzündung gestellt worden, und da die verordneten diätetischen Maßregeln und verabreichten Darmantiseptika (Naphtholum-Benzoikum, Kohle usw.) die Beschwerden nicht beseitigt hatten, wurde zur Operation geraten. Ich bin ganz und gar nicht absoluter Gegner des operativen Eingriffs, nur sollte die Operation erst in Frage kommen, wenn alle anderen Mittel versagen, um nicht von jenen Fällen zu reden, wo eine nicht anders zu beseitigende unmittelbare Gefahr droht. In unserem Falle wäre sicherlich in Abwesenheit unserer homöopathischen Mittel die Operation angezeigt gewesen und ausgeführt worden, was wieder beweist, daß mit der Anwendung unserer Mittel zahlreiche, wenn nicht die meisten Operationen sich erübrigen würden.

Unsere Verordnung lautete:

Lösung zum Einnehmen in 150 Gramm Wasser:

3 Körner Febrifuge 2,
3 " Lymphatique 1,
3 " Organique 3,
3 " Organique 9,
1 Tropfen blaues Fluid.

Tagsüber von Stunde zu Stunde schluckweise einnehmen.

Daneben jeden Abend für die Nacht großer feuchter Umschlag auf den Unterleib mit folgender Lösung in 1 Liter Wasser:

100 Körner Lymphatique 5,
100 " Organique 5,
100 " Angioitique 2,
2 Kaffeelöffel weißes Fluid.