Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 30 (1920)

Heft: 10

Artikel: Passive Bewegung als Heilfaktor

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037835

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: 13.12.2025

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. 10.

30. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

Oktober 1920.

Inhalt: Passibe Bewegung als Heilfaktor. — Nachahmenswertes aus Schweden. — Der Bund junger Stauffacherinnen. — Sollen wir körperlich Minderwärtigen, insbesondere Lungengefährdeten, die Ehe verbieten? — Jugendgerichte. — Korresondenzen und Heilungen: Danksagungen.

Passive Bewegung

als Heilfaktor.

Von S. Ch.

Bu den Anwendungsformen der natürlichen Heilweise, gehört außer Licht, Luft, Wasser, Diät und Ruhe auch die Bewegung. Die Anwendung dieses Mittels zur Heilung von Krankheiten verschiedener Art ist fast so alt wie das Menschengeschlecht; sie beruht auf dem instinktiven Selbsterhaltungsbetrieb der Geschöpfe. Diesem Instinkt zufolge haben die alten Bölker die Bewegung als Heilfaktor benützt, und wir Nachkommen längst verssunktener Geschlechter haben neuerdings die Beswegung in diesem Sinne als Heilfaktor auszgebaut.

Wissenschaftlich betrachtet läßt sich die Bewegung als Heilmittel verschiedentlich anwenden.
Im Grunde genommen zerfällt sie in zwei Arten; die aktive Bewegung und die passive. Für diejenigen Personen die in Krankheitsfällen noch gut auf den Beinen sind, deren Körper noch nicht allzu sehr geschwächt ist, empfiehlt sich unbedingt die aktive Bewegung, wie sie die alten als "Gynnastit" überliesert haben. Hierunter ist nicht nur das Bewegen tes Körpers bei turnerischen Uebungen zu versstehen, sondern jede Bewegung, die auf Aftivität, das heißt auf Selbstbetätigung beruht.

Um wichtigsten ift hier die speziell auf die Beseitigung forperlicher Leiden gerichtete Beilaymnastif. Die verschiedenen Formen biefer Beilgymnaftit beruben alle mehr ober weniger auf der aftiven Bewegung. Dort wo eine folde sich durch Schwächezustände verbietet, oder sonstige Berhältniffe diefelbe nicht als anwendbar ericheinen laffen, da muß die paf= five Bewegung an ihre Stelle treten. Darunter versteht man zunächst solche, welche vom Urzt ohne Willen und Zutun des Patienten an diesem vorgenommen wird. Wir haben hier, je nach bem Site bes Leibens, die verschiedenften Uebungen, wie Streden und Beugen, Muswärts= und Ginwärtsrollen usw. Die Stärfe ber Bewegungen fann fehr verschieden fein. In ber Regel beginnt man mit leichteren, um nicht zu große Schmerzen zu verurfachen, und geht allmählich zu rascheren und energischeren über, wenn eine Gewöhnung eingetreten ift.

Außer diesen, durch eine fremde Person ausgeführten passiven Bewegungen an unserem Körper gibt es aber auch noch solche, welche

ohne birefte Gingriffe stattfinden fonnen. gut wie wir uns braugen im Freien aktive Bewegungen verschaffen können, ist auch die Möglichkeit vorhanden, daß wir uns bewegen laffen, das beißt uns irgend einem Bewegungsmittel anvertrauen. Um angenehmften und beilsamsten ift es benn auch für hilflose Rrante, wenn sie nicht nur die frische Luft untätig genießen, sondern fich in derselben "bewegen" laffen. Dies fann felbst bei ben ichwächsten Rranten mit bem größten Erfolg angewendet werben. Man läßt biefelben in einer Ganfte oder in einem Tragsessel in milber Luft bei Sonnenschein spazieren tragen. Auf febr fanfte Beise geschieht die passive Bewegung auch bei ruhigem Waffer in einem Rahn, auf welchem man, wenn bas Wetter gunftig ift, fleine Fahrten unternimmt. Für fräftigere Patienten bient das Ausfahren in einem Wagen ober auf einem Segelichiff. Stärkere Erschütterungen laffen fich in einem gewöhnlichen Bauernwagen auf holperigem Landwege erzielen, ein Mittel, welches feinerzeit Priegnit auf bem Gräfenberge vielfach angewendet hat.

Aber auch ohne Rahn, Rutich- oder Bauernwagen fann man dem schwächsten Kranken wohltätige Bewegung machen. Hierzu eignet fich der Schauckelftuhl und die Bangematte. Lettere, beren Erfindung von Astlepiades berftammen foll, beruhigt und fordert ben Schlaf. Um dieses unschuldige Mittel auch im Zimmer anwenden zu fonnen, mußte man es freilich machen wie die Bauchos in den füdameritanischen Steppen, die in ihren Blochausern an der Dede des Gemachs Stricke befestigen, an welchen ber betreffende Schaufelapparat hängt. Beffer ift allerdings die im Freien zwischen ichattigen Bäumen ausgespannte Sängematte. Außerbem hat man noch die Apparate für schwedische Beilannnaftif, burch welche die verschiedenften Arten paffiver Bewegung ermöglicht werben.

Alle die hier erwähnten Arten ber paffiven Bewegung, namentlich in frischer Luft vorgenommen, sind nicht nur portrefflich, um die Merven zu beruhigen beziehungsweise Schlaf zu erzeugen. Sie sind auch gewichtige Silfsheilmittel in den verschiedenften Rrantheitsfällen, ausgenommen dort, wo es sich um birette Berletzungen gemiffer Körperteile handelt, bei Wunden, Entzündungen und bergleichen. Dagegen darf man behaupten, daß es bei rheumatischen Schmerzen und auch bei Gicht faum etwas Befferes gibt als die paffive Bewegung in frischer Luft. Besonders gute Erfolge bat fie auch bei Abmagerung, Schwindsucht, Wafferfucht, Epilepfie und Geiftestrantheiten. Magenleiden, Darmleiden und Diarrhoe wendet man die leichten, fanfteren paffiven Bewegungen an, mahrend bei Berftopfung die verichiedenen Urten derfelben in verstärfter Form oft äußerst wirksam sind. Freilich ist auch bier betreffs Umfang und Dauer in jedem Fall sachverständiger Rat einzuholen.

Unersetlich sind die passiven Bewegungen für Refonvalefgenten, welche aftive Bewegungen noch nicht ausführen können, als Uebergang zu letzteren. In den Lungenheilstätten hat man jum Beifpiel an ben Betten der Genesenden große Bälle von eima einem halben Meier Durchmeffer aufgehängt. Die Balle find mit Luft gefüllt und dienen dazu, als Uebergang von der passiven zur aktiven Bewegung eine Bermittlung zu schaffen. Die Rekonvalefzenten steigen aus ben Betten oder neigen sich aus denselben, üben an dem Ball durch Stofen ihre Kräfte, und der Ball antwortet durch den Rückftoß. Als Regel muß gelten, daß folche anregende Bewegungen für Genesende und Rrante stets mit Rücksicht auf den Rraftegustand ausgeführt werden; ebenso follen fie nicht unmittelbar nach bem Effen, fondern vorher stattfinden. Außer Refonvalefgenten find

berartige Bewegungen namentlich aber auch nervösen und geschwächten Personen zu empfehlen. Mögen die Vorrichtungen für die passive Bewegung in einem Kahn, einem Kutschwagen, der Schaufel oder in sonstigen fünstlichen Upparaten für Vibrationstherapie bestehen, immer wird dieselbe, individuell angewender, als Heilfaktor wirken. (Kneipp-Blätter.)



Nachahmenswertes aus Schweden.

Bon Oberlehrer Sugg, in München.

In Stockholm fand ich in einer Boltsschule ein an der Wand hängendes Plakat mit einer gedruckten Warnung vor dem Branntweingenuß und dessen Folgen. Dieselbe lautet in deutscher Uebersetzung folgendermaßen:

Warnung vor Branntweingenuß und Trunfenheit. Branntwein und andere berauschende Getränke sind der Menschheit gefährlichste Feinde.

- 1. Der Rausch erniedrigt den Menschen zu einem unvernünftigen Tiere; der Mensch, wenn er berauscht ist, ist mehr oder weniger seines Verstandes und seiner Besinnung beraubt, besgeht im Rausche strafbare und abscheuliche Handlungen wie Mord, Totschlag, Raub, Brandstiftung, Diebstahl usw. Von größeren oder geringeren Gesetzesübertretungen, welche bei den gerichtlichen Behörden abgeurteilt werden, sind die meisten im berauschten Zustande begangen worden; der Rausch mildert nicht die Strafe.
- 2. In sämtlichen Gesellschaftsklassen wird teiner so oft von einer gewaltsamen Todesart getroffen wie Trunkenbolde. In berauschtem Zustande ist der Tod durch Schlägereien, Ertrinken, Ueberfahren, Erfrieren usw. häusig

vorkommend. Selbstmörder gehören in der Mehrzahl der Trinferklasse an; zufällige Kranksheiten und Schäden, die für den Enthaltsamen zum großen Teil glücklich ablausen, nehmen bei denjenigen, die den berauschenden Getränken ergeben sind, ost einen tödlichen Ausgang.

- 3. Früher oder später wird die förperliche Gesundheit der Trinker geschwächt, und ihre Arbeitskraft vermindert sich. Je öfter der Rausch sich wiederholt, desto zeitiger treten Erscheinungen auf, die zum Vergiftungszustande gehören, wie allgemeine Schwäche, Zittern, Lähmung, Fallsucht usw., alle zu einem frühzeitigen Tode führend.
- 4. Bei fortgesetzem Säuferleben werden die Seelenkräfte sämtlich schwächer, die Lust zur Arbeit und Beschäftigung nimmt ab, das Denkvermögen wird schlapper, ebenso der Wille schwach, zuletzt ist der Trinker auch in nicht trunkenem Zustande nicht mehr fähig, sich selbst zu bestimmen; er wird oft ein willenloses Werkzeng für seine Umgebung.
- 5. Der Berstand wird gestört; Gemütsfrankheit tritt teils als Delirium auf ein
 grauenerregender, wahnsinniger Zustand, wobei die Trinker sich einbilden, sie seien von
 einer höllisch lärmenden Gesellschaft umgeben
 teils unter anderen Formen von Berrücktheit, die größtenteils zum Einsperren ins
 Frrenhaus zwingen.
- 6. Der Trinker wird gleichgültig gegen Religion und Gottesfurcht, nicht selten Berrächter und Lästerer Gottes.
- 7. Die Säuferei führt zu Armut und Elend; der Arbeitsverdienst wird auf den Schanftisch gelegt; Gattin und Kinder bekommen Hunger, frieren und gehen in Lumpen gehüllt. Das Ende ist gewöhnlich das Armenhaus, der Bettelstab; der Trinker selbst fällt der allgemeinen Berachtung anheim.