

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

**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 31 (1921)

**Heft:** 4

**Artikel:** Die körperliche Erziehung unserer Kinder und Jugend

**Autor:** Bergqvist, Th.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1037762>

#### 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:** 07.02.2026

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

dieser zu seinem Wissen kommt, wenn er argwöhnen muß, daß auch er vielleicht dem Helfer, von dem er Heil erhofft, ein Versuchs-Gegenstand ist, wie das Versuchs-Tier?

So tretet auch ihr, Kommilitonen, mit ein in diesen Streit für Wahrheit, Weisheit und Recht. Es wird euch selbst zur Ehre und zum Heile gereichen, eurem Volke und der Menschheit zum Segen.

Prof. Dr. Paul Förster.

## Die körperliche Erziehung unserer Kinder und Jugend.

Von Gymn.-Direktor Th. Bergqvist, Bad Wörishofen.

Seit fast zwei Dezennien hat der Verfasser in Wort und Schrift, durch praktische Kurse und Demonstrationen für Pädagogen und Erzieher die eminente Bedeutung der täglichen körperlichen Erziehung unseres heranwachsenden Geschlechtes darzulegen versucht. Leider brachte man diesem Bestreben sehr wenig Verständnis und wirkliches Interesse entgegen. Erst während des Krieges wurde dieses Interesse lebhafter, besonders infolge der Unterernährung der Jugend. Vielerorts wurden schließlich tägliche rationelle Leibesübungen in den Schulen eingeführt.

Selbst nach dem Zusammenbruch des alten Reiches konnte sich sogar der neue Reichstag der wichtigen Frage der körperlichen Erziehung nicht verschließen. Dafür spricht der Art. 120 der neuen Reichsverfassung, wo es heißt: „Die Erziehung des Nachwuchses zur leiblichen Tüchtigkeit ist oberste Pflicht und natürliches Recht der Eltern, über deren Betätigung die staatliche Gemeinschaft wacht“. Jahr und Tag sind vergangen, in der Praxis hat keine Besserung stattgefunden — aber die Zeit drängt.

\* \* \*

Es ist ein großer Irrtum, zu glauben, der Zweck der körperlichen Übungen sei das Erreichen jener außerordentlichen Geschicklichkeit, welche in der Tat nur für Menschen paßt, die für die Schaubühne bestimmt sind.

Unsere Sportbewegung befindet sich bereits auf Abwegen; das zeigt uns schon das übertriebene Fußballspiel. Die schönen alten deutschen Spiele sind in den Hintergrund gedrängt. Das Fußballspiel ist Modesache geworden und soll z. Bt. alle übrigen Spiel- und Sportarten ersetzen. Es entspricht aber nicht der allgemeinen Forderung einer Durchschnittsausbildung des ganzen Volkes. Ein schädlicher Professionalismus, der die weniger entwickelten und schwächeren Kräfte bei Seite schiebt, führt schließlich durch die vielen Schaukämpfe zur Ausartung.

Der Zweck der körperlichen Übungen ist ein viel ernsterer und nützlicherer. Er ist wesentlich ein moralischer; und wenn rationelle Leibesübungen nicht dazu beitragen, den Charakter, den Geist und die Seele des Menschen zu entwickeln, wären sie sicher nicht eine der Hauptsäulen der physischen Erziehung. Da Geist und Körper während des ganzen Lebens von einander abhängig sind, wird die Kultur beider eine Pflicht und auch ein Vorteil sein. Rationale Übungen sind für die richtige Körperpflege, was das Studium für den Geist.

Niemand wird leugnen, daß die Intelligenz sich festigt in dem Maße, wie sie geübt wird, und daß darin das Geheimnis der Kindererziehung liegt. Doch vergißt man, was der Geist durch die Gesundheit des Körpers, durch dessen Kraft und die Regelmäßigkeit seiner Funktionen gewinnt. Infolgedessen versäumt man, der Seele einen gesunden und folgsamen Körper zu sichern. Man verläßt sich zu sehr auf die freiwillige Entwicklung der Natur unseres Körpers, welche ihn instinktiv, besonders in der Kindheit, zur Bewegung und Handlung treibt, und man be-

merkt nicht, wie viel diese Entwicklung durch regelmäßige Einwirkung gewinnen würde, gleichwie der Geist durch den Unterricht geregelter Lehrstunden. Möchten so die Eltern, Erzieher und ein jeder, welchem die Pflege von Kindern anvertraut ist, beherzigen, daß der Körper wie der Geist des Kindes mit derselben Sorgfalt gebildet werden muß. Beides bedarf einer gleich verständigen und strengen Disziplin.

(Kneipp-Blätter.)  
(Schluß folgt.)

## Hässlicher Mundausschlag durch Zahnwasser.

Von Dr. Traenhart in Freiburg i. Br.

(Nachdruck verboten).

Wiederholt ist neuerdings von Aerzten berichtet worden, daß manche Mundwässer, Zahnpulver, Pasten auf empfindlicher Haut Ausschlag hervorrufen, der sich über Ober- und Unterlippe, die Mundwinkel, oft sogar das Kinn und die angrenzenden Wangenpartien erstreckt. Es entstehen abschuppende, juckende Stellen; die Haut ist gerötet, geschwollen und gespannt, so daß jede Bewegung beim Sprechen, Essen oder Lachen schmerhaft wird. Die Schuld an diesem Ausschlag tragen die ätherischen Oele, besonders das Pfefferminzöl und Nelkenöl, oder auch Arnikatinktur. Dr. Galewsky bewies dies durch folgenden Versuch. In einem Falle von Mundausschlag, welcher veranlaßt war, durch ein Zahnpulver mit Pfefferminzöl, ließ er dasselbe Zahnpulver ohne Pfefferminzöl herstellen, behandelte den Ausschlag mit milden Salben bis er ausheilte, und gab nebenbei das pfefferminzlose Zahnpulver. Nach einiger Zeit wurde versuchsweise dasselbe Zahnpulver, wieder mit Pfefferminzöl gemischt,

gegeben, und sofort brach der Ausschlag von neuem aus. Ganz zweifellos war also in diesem Falle das Pfefferminzöl die allein schuldige Ursache.

Manche Personen, namentlich Damen, leiden häufig an Mundausschlag, der sie schier zur Verzweiflung bringt, weil er sehr häßlich aussieht und trotz aller Behandlung wieder kommt. In solchem Falle lasse man das benutzte Mundwasser, Zahnpulver oder Paste weg und gebrauche zum Zahnpulzen einfache Schlemmkreide. Heilt dann der Ausschlag ab, so ist die Schädlichkeit des Mundwassers bewiesen, und man darf es nie wieder verwenden.

## Korrespondenzen und Heilungen.

Ich habe im vergangenen Winter neben einigen Masernfälle auch 3 Scharlachfälle zu behandeln gehabt. Bei allen meinen Patienten ist der Krankheitsverlauf ein so günstiger gewesen, daß ich es angebracht finde die Behandlungsweise hier kurz wiedergeben.

Die Scharlach (Scarlatina) ist eine meistens epidemisch auftretende äußerst leicht übertragbare Infektionskrankheit, welche unter dem Bild eines akuten Hautoausschlages einhergeht. Wegen des heimtückischen Charakters dieser Krankheit ist sie allgemein ziemlich gefürchtet. Die Inkubationszeit, das ist die Zeit zwischen Ansteckung und Ausbruch der Krankheit, beträgt ungefähr 4—7 Tage. Die Krankheit beginnt ziemlich plötzlich mit Hitze und Frieren, Kopfweh, Erbrechen und Halsschmerzen, zuweilen Konvulsionen. Die Temperatur steigt rasch auf 39°—40°, während der Puls zu 120—140 in der Minute schlägt, bei kleineren Kindern kann er sogar diese Zahlen