

Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf
Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf
Band: 31 (1921)
Heft: 7

Artikel: Willensbehandlung der Nervösen
Autor: Bohn, Wolfgang
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1037780>

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>

Zum Putzen der Zähne wähle man eine nicht zu scharfe Zahnbürste und führe dieselbe nicht nur horizontal, sondern auch senkrecht vom Zahnfleisch zur Krone der Zähne, damit die Borsten die Zwischenräume gut reinigen können. Nach dem Gebrauch ist die Zahnbürste abzutrocknen und hängend aufzubewahren.

Trotz des Bürstens setzen sich an den Zähnen allmählich meist dunkle Massen an; deshalb wird noch das Abschleuern mit einem feinen Pulver nötig. Zweckmäßige Zahnpulver sind: Schlemmkreide, kohlensaure Magnesia und besonders der niedergeschlagene kohlensaure Kalk, dem Pfefferminzöl zugesetzt wird. Nach gründlichem Bürsten der Zähne mit Zahnpulver findet ein nochmaliges Ausspülen mit Mundwasser statt.

Wann muß man die Zähne reinigen?

Möglichst nach jeder Mahlzeit, mindestens aber morgens und abends. Ganz besonders abends vor dem Schlafengehen ist eine gründliche Zahnreinigung durchaus nötig, weil in der vielstündigen Ruhezeit die Speisereste ungestört in Fäulnis übergehen und auch andere Krankheitserreger in der Mundhöhle sich vermehren können. Personen mit hohlen Zähnen haben eine häufigere und gründlichere Reinigung vorzunehmen als solche mit einem ganz unverletzten Gebiß.

Was verdirbt die Zähne hauptsächlich?

Das Zerbeißen sehr harter Gegenstände (z. B. Nüsse), der schnelle Temperaturwechsel heißer und kalter Speisen oder Getränke.

Jedes Jahr einmal lasse man vom Zahnarzt die Zähne untersuchen und von dem etwa angelegten Zahnstein befreien. Die vielfach angepriesenen Mittel zur Auflösung des Zahnsteins darf man nicht anwenden, denn was den Zahnstein auflöst, löst auch die Zähne auf.

Willensbehandlung der Nervösen.

Von Dr. med. Wolfgang Bohn.

Unter dem Begriff „nervös“ wird landläufig eine Anzahl verschiedener Krankheitszustände zusammengefaßt, die nach Ursprung und Heilungsmöglichkeit fast gar keine Gemeinsamkeiten haben, bei denen nur die Tatsache in die Augen fällt, daß für eine Reihe krankhafter Lebensäußerungen, die mehr auf dem seelischen als auf dem körperlichen Gebiete liegen, eigentlich faßbare, körperliche Veränderungen völlig fehlen. Zwar bei der Erschöpfungskrankheit, Neurasthenie, liegen die Krankheitszeichen: Schlaflosigkeit, Schwindelgefühl, Kopfschmerzen, ziemlich deutlich im Bereich des körperlichen Lebens, und die Ursache, Erschöpfung, bedingt eine in erster Linie körperliche Behandlung: Ruhe, Ernährung, Wasserbehandlung. Eine andere Gruppe, die epileptischen Erkrankungen, zeigt durch die ab und zu auftretenden Anfälle körperlicher Krampfzustände und durch ihren Beginn, der häufig in die Zeit der größten körperlichen Veränderungen, in die Entwicklungsjahre fällt, ihre Eigenheit als Erkrankung der Stoffwechsellätigkeit. Für eine dritte Gruppe, die des jugendlichen Irreseins und der seelischen Erkrankung bei Leiden der Kropfdrüse, ist die körperliche Ursache auch offensichtlich. Aber am großen Heere nervöser Menschen lassen sich selbst beim besten Willen keine körperlichen Veränderungen wahrnehmen, die irgendwie mit ihren Leiden in Zusammenhang zu bringen wären. Ja einzelnen ist ihre blühende, gesunde Außenseite geradezu eine beständige Qual; denn sie „fühlen sich krank, und niemand will ihnen glauben“.

All die mannigfaltigen, wechselnden oder beständigen Beschwerden der eigentlichen Nervösen haben ihren Ursprung einzig und allein im

Seelischen. Selbst wo nebenher ein körperlicher Fehler besteht, wird er vom Seelischen aus so beeinflusst, daß er nur wie eine Baustelle der Seele des Nervösen erscheint. Da es aber im Seelischen keine Chirurgie gibt, kein Amputieren und Ueberstreichen, keine Einschläferungsmittel und Salben, so fordert eine wirklich nervöse Erkrankung die Aufdeckung der Ursache und die Heilung von Grund aus. Oft genug ist dazu eine rechte Willenswendung nötig, zu der der Kranke hinzuleiten ist. Die ärztliche Tätigkeit begegnet sich mit der des Seelsorgers und des Erziehers, und wo der Arzt nicht beides ist, müssen Arzt und Erzieher oder Seelsorger Hand in Hand an die Arbeit gehen.

Eine nervöse Erkrankung ist immer der Ausdruck eines seelischen Konfliktes, eines Kampfes zwischen zwei Gewalten, in dem die Seele allein nicht die Entscheidung findet. Sie ergreift die Flucht in die Krankheit und drückt sich um den Entschluß herum. Einfache Fälle treten uns auf Schritt und Tritt entgegen. Es gibt Menschen, die vor jedem entscheidenden Schritte ihres Lebens krank werden. Der Schulkopfschmerz der Kinder ist oft eine solche Erkrankung. Ein Mensch steht vor der Ehe, die aber seinen Wünschen nicht entspricht. Plötzlich meldet sich bei ihm eine Krankheit, die ihm den unangenehmen Schritt unmöglich macht oder doch Aufschub gewährt. Ein dritter macht kein Examen, immer hindert ihn irgend eine Krankheit daran. Der Konflikt zwischen Mut, Pflichtgefühl und angeborener Todesangst gehört zu den wichtigsten Ursachen des Kriegszitterns. Die vielen Fälle von nervösem Bettnässen bei Kriegsteilnehmern stellen solche Fluchtversuche in die Krankheit dar. Und von diesem ganzen Zusammenhange weiß der Kranke durchschnittlich nichts; er würde ihn, bewußt, empört abweisen. Denn der Zusammenhang liegt im Unbewußten, dort wo die Seele als Bildnerin des Lebens wirkt.

Fehlerhafte Einstellungen gegen die Außenwelt sind häufig nur Masken, die einen tiefen Konflikt verdecken. Der Mensch, der in übertriebener Weise gegen jede Autorität ankämpft, mancher Umstürzler und Gotteshasser kämpft im Grunde nur gegen die fehlerhafte Erziehungsweise des vielleicht lange verstorbenen tyrannischen Vaters, der ihm als das Urbild der Autorität noch vor-schwebt. Dieser unbewußte Zusammenhang ist stärker als alle Belehrungen des Lebens, wie ja überhaupt das unbewußte Leben im allgemeinen das stärkere ist. Das Denken ist oft nur der Anwalt des Begehrens.

(Fortsetzung folgt.)

Köln-Bayenthal, den 19. Juni 1921
Goltsteinstraße 49.

„Wenn Sauter'sche Mittel nicht mehr helfen.“

Heute bin ich in der Lage, zwei recht interessante Fälle aus meiner Praxis zu schildern, wo die Sternmittel anfangs wirkungslos waren. Sie werden manchem Praktiker einen Fingerzeig sein, bei ähnlichen Fällen ebenso zu verfahren. Sie beweisen aber auch, daß man einen Mißerfolg nicht immer auf die Heilmittel werfen soll, und kann, sondern man soll bestrebt sein, mit aller Energie nach der Ursache suchen. Dies macht den Menschen zum wirklichen Heilpraktiker. Seine Erfolge sind dann keine Zufallstreffer mehr.

Der erste Fall betraf ein Fräulein, welches alle Mittel vergeblich gegen einen lästigen Gesichtsaus Schlag versucht hatte. Es hatte auch von meinen Erfolgen gehört und hoffte zuversichtlich, von mir geheilt zu werden. Die Mittel waren in der 3. Verdünnung zu nehmen; daneben wurde die rote Salbe gebraucht. Die 3. Verdünnung, sowie die 2., 1., 4. und 5. Verdün-