

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 35 (1931-1932)
Heft: 22

Artikel: Schlafender
Autor: Hägni, Rudolf
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-672135>

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: 25.01.2026

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

die „Schlafmittel“, erleichtern die Reizaus-
schaltung und das Einschlafen. Aber die Ver-
hältnisse sind offenbar viel komplizierter.

Ein jeder weiß, daß es auch einschläfernde
Reize gibt. Schon in der ersten Kindheit dient
das Schaukeln der Wiege, das Summen eines
Liedes dazu, Schlaf zu erzeugen. Vielleicht wir-
ken die einschläfernden Reize als Hemmungen,
die das Gehirn zur Aufnahme anderer Reize
ungeeignet machen und so durch Reizauschal-
tung Schlaf erzeugen. Bestimmte Teile des Ge-
hirns scheinen besonders befähigt zu sein, solche
über das ganze Gehirn sich ausbreitende und
daher schlafbewirkende Hemmungen hervorzu-
rufen. Bei einer schweren, in der Mehrzahl der
Fälle tödlich verlaufenden epidemischen Hirn-
erkrankung, die im Jahre 1916/17 in Wien
auftrat und deren auffallendstes Merkmal eine
anhaltende Schlafsucht war, hat v. Economo
regelmäßig an einer ganz bestimmten Stelle
des Gehirns krankhafte Veränderungen gefun-
den. Dies führte ihn zu der Vorstellung, daß
dort ein besonderes „Schlafsteuerungszentrum“
gelegen sei, das auf irgend eine Weise, vermut-
lich durch von dort ausstrahlende Hemmungen,
für den Eintritt und die Regulation des Schla-
fes eine wichtige Rolle spielt. In der Tat ge-
lingt es, wie Versuche des Zürcher Physiologen
Heß gezeigt haben, durch künstliche Reizung
jener Gehirnteile im Tierexperiment Schlaf
hervorzurufen. Daß man durch Einwirkung

elektrischer Ströme Schlaf erzeugen könne, ist
schon früher behauptet worden. Aber das wa-
ren Zustände von Betäubung, die mit dem
wirklichen Schlaf nichts zu tun hatten, wie es
überhaupt ein Anflug ist, jede irgendwie her-
beigeführte Bewegungs- oder Bewußtlosigkeit
als Schlaf zu bezeichnen. Ganz anders in Ver-
suchen von Heß. Er führte bei Katzen durch die
Schädelkapsel bis zu bestimmten Stellen des
Gehirns ein paar ganz feine Reizdrähte ein,
die keinerlei Störung des Wohlbefindens oder
normalen Verhaltens bewirkten. Wurde nun
eine bestimmte Form elektrischer Ströme durch
diese Drähte dem Gehirn zugeleitet, so benahm
sich das Tier alsbald genau wie normalerweise
vor Beginn des natürlichen Schlafes. Es hörte
auf zu spielen, gähnte, die Augen bekamen den
bezeichnenden schläfrigen Ausdruck, dann legte
es sich behaglich hin und schlief ein.

Hier mündet wieder einmal die theoretische
Forschung in die Praxis. Gewiß wird sich nie-
mand Drähte in sein Gehirn einführen lassen,
um schlafen zu können; aber es gibt auch draht-
lose Wellen und andere elektrische Einwirkun-
gen. Wenn wir erst einmal das Schlafsteuer-
zentrum zu steuern gelernt haben, dann wer-
den wir vielleicht noch nicht das Problem des
Schlafes, wohl aber das für viele so quälende
Problem der Schlaflosigkeit aus der Welt ge-
schafft haben.

Schlafender.

Triff nicht näher,
Wecke den Schlummernden nicht!
Siehe, wie silbernes Lächeln
Stirne und Wangen verschönt!
Der Mund ist leise geöffnet
Wie die Blüte vor Tag,
Atem strömt aus und ein,
Leutlos wie Flaum weht im Winde. . .
Alle Schwere ist von ihm genommen,
Wie der Weih mit gebreiteten Schwingen
Schwebt im Geist er dahin,
Ein Beflügelter, ein Erlöser. . .

Rudolf Sägni.

Blühende Linden.

Von Marguerite Schedler.

Müde von des Tages Arbeit lenke ich meine
Schritte heimwärts. Den Kopf voll wirbeln-
der, quälender Gedanken, das Herz schwer von

den Sorgen des Alltags, den Blick zu Boden
gesenkt, so wandre ich durch die Straßen, bis
plötzlich eine süß duftende Wolke mich umhüllt.