

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 Reizausschaltung und das Einschlafen. Aber die Verhältnisse 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 wirken die einschläfernden Reize als Hemmungen, die das Gehirn zur Aufnahme anderer Reize ungeeignet machen und so durch Reizausschaltung Schlaf erzeugen. Bestimmte Teile des Gehirns scheinen besonders befähigt zu sein, solche über das ganze Gehirn sich ausbreitende und daher schlafbewirkende Hemmungen hervorzurufen. Bei einer schweren, in der Mehrzahl der Fälle tödlich verlaufenden epidemischen Hirnerkrankung, die im Jahre 1916/17 in Wien auftrat und deren auffallendstes Merkmal eine anhaltende Schlaffsucht war, hat v. Economo regelmäßig an einer ganz bestimmten Stelle des Gehirns frankhafte Veränderungen gefunden. Dies führte ihn zu der Vorstellung, daß dort ein besonderes „Schlafsteuerungszentrum“ gelegen sei, das auf irgend eine Weise, vermutlich durch von dort ausstrahlende Hemmungen, für den Eintritt und die Regulation des Schlafes eine wichtige Rolle spielt. In der Tat gelingt es, wie Versuche des Zürcher Physiologen Hefz gezeigt haben, durch künstliche Reizung jener Gehirnteile im Tierexperiment Schlaf hervorzurufen. Daz man durch Einwirkung

elektrischer Ströme Schlaf erzeugen könne, ist schon früher behauptet worden. Aber das waren Zustände von Betäubung, die mit dem wirklichen Schlaf nichts zu tun hatten, wie es überhaupt ein Unfug ist, jede irgendwie herbeigeführte Bewegungs- oder Bewußtlosigkeit als Schlaf zu bezeichnen. Ganz anders in Versuchen von Hefz. 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 nahm sich das Tier alsbald genau wie normalerweise vor Beginn des natürlichen Schlafes. Es hörte auf zu spielen, gähnte, die Augen bekamen den bezeichnenden schlaftrigen Ausdruck, dann legte es sich behaglich hin und schief ein.

Hier mündet wieder einmal die theoretische Forschung in die Praxis. Gewiß wird sich niemand Drähte in sein Gehirn einführen lassen, um schlafen zu können; aber es gibt auch drahtlose Wellen und andere elektrische Einwirkungen. Wenn wir erst einmal das Schlafsteuerungszentrum zu steuern gelernt haben, dann werden wir vielleicht noch nicht das Problem des Schlafes, wohl aber das für viele so quälende Problem der Schlaflosigkeit aus der Welt geschafft haben.

Schafender.

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

Blühende Linden.

Von Marguerite Schedler.

Müde von des Tages Arbeit lenke ich meine Schritte heimwärts. Den Kopf voll wirbelnder, 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.