Zeitschrift: Pädagogische Blätter: Organ des Vereins kathol. Lehrer und

Schulmänner der Schweiz

Herausgeber: Verein kathol. Lehrer und Schulmänner der Schweiz

Band: 21 (1914)

Heft: 31

Artikel: Orientierung über den Alkohol [Fortsetzung]

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-535900

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: 15.12.2025

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

einer Klasse darf nicht zu groß sein, am günstigsten erweist sich die Einsführung des ungeteilten Vormittagsunterrichtes. In der schulfreien Zeit ist dem Lehrer viel Aufenthalt in frischer Luft, das Betreiben von Sport, von Gartenbau usw. zu empfehlen.

Dr. A. Sänger bezeichnet ale häufigste Berufetrantheit der Lehrer die Neurasthenie, die nach großen förperlichen und geistigen Unstrengungen atut auftreten tann, die in ihrer chronischen Form gang besonders durch Die Lehrtätigkeit hervorgerufen wird und die endlich auch auf Bererbung Es follten baber nur absolut widerstandsfähige Leute beruhen tann. Lehrer werden. Auch Brof. Bibeg in Wien konftatiert als Erfahrungstatfache, daß die Reurafthenie im Lehrerftand unverhältnismäßig häufig Die Urfache darin fieht Bibcg nicht in der intellektuellen vorfommt. Betätigung, fondern in Affetten, welde die Bemutafphare in Mitleiden= schaft ziehen. Gine gemiße Monotomie der Tätigfeit fann auch ale Miturfache der Reurasthenie angesehen werden. Die tägliche Arbeit bes Lehrers ift bagu angetan, bas Nerveninftem in fouftanter Unfpannung ju erhalten. Vielfach muß ber in feinen Pflichtenfreis gefeffellte Beamte auch noch feine freie Beit, die der Entspannung auf irgend welche Beife gewidmet fein follte, durch materielle Rot gezwungen, in derfelben Beife verwenden. Die Symtome unterscheiden fich nicht von der Reurasthenie anderer Berufe, hervorzuheben mare hochstene, daß die Sohe der Be-Schwerden auf die Frühftunden fällt und gegen Abend abklingt. Ronsequenzen der Reurasthenie machen sich sowohl bei den Rindern wie bei den Lehrern bemerkhar und führen nicht felten gu vollständiger Ur-Bur Berhutung fame einerseits eine durchgreifende beiteunfähigkeit. Reform des Standes in dem Sinne inbetracht, daß die Individualität der Lehrpersonen weniger eingeschränft und ihre materielle Lage gehoben würde, andererseits konnte auch durch fleine Berhinderungen, wie ftufenweise Berringerung der Stundenzahl mit vorrudenden Dienstjahren, Berminderung der Stundengahl bei Lehrern, deren Jach vielfaches Rorrigieren bedingt, Ginführung größerer Paufen zwischen ben Stunden, die Lehrerneurasthenie wirksam befämpft werden. Dr. H-r.

Brientierung über den Alkohol.

III. Rugen die geistigen Getranke?

1. Die geistigen Getränke enthalten, mit Ausnahme des Bieres, keine Nährstoffe; auch das Bier ist wenig nahrhaft. Ein Liter Bier enthält nicht mehr Nährwert als ein Brötchen zu 5 Rp. Da zudem der in den verschiedenen geistigen Getränken enthaltene Alkohol auch einen ganz bestimmten schädlichen Einfluß auf die Organe ausübt, so sind die geistigen Getränke als Nahrungsmittel verwerslich.

2. Stärken die geiftigen Getrante? Sie gleichen der Beitsche, fie regen fünftlich auf, aber fie feten nachträglich die Leiftungefahigkeit herab und zwar sowohl die korperliche als die geistige; denn die Abspannung folgt auf dem Guß. Comit gibt der Altohol feine Rraft, wie noch oft fälschlich angenommen wird.

Daher wird der Alfohol immer mehr verdrängt von den Soldaten, den Schüten, den Bergsteigern, Radfahrern usw. Der Altohol ichwächt

bis jum Umfallen.

3. Daß die geiftigen Getrante marmen, ift nur icheinbar. jo? Sie bewirken allerdings durch die Erweiterung der houtgefage und ben Blutzufluß zu benselben, daß die haut fich rotet und man anfanglich fich wärmer fühlt. "Und doch ift dies nur ein angenehmer Trug; benn maffenhaft entweicht jett von der hochtemperierten Körperfläche die Barme in die falte Umgebung; die unmäßige Barmeabgabe überfteigt die Warmebildung."

Beil der Alfohol nicht erwärmt, erfrieren die Berauschten fo leicht

und üben die Rordpolfahrer (Ranfen) Abftineng.

4. Sechshundert hollandische Merzte unterzeichneten die Ertlarung: "Alfohol unterstütt feineswegs die Berdauung, fondern hindert im Ge-

genteil Diefelbe."

Befanntlich mögen die Trinker nicht effen; auch der mößige Alfoholgenuß nütt dem Befunden jum Effen nichts; er erzeugt hochftens einen Scheinappetit, wobei der Magendrujenapparat infolge anormaler Absonderung des Magensaftes mit der Zeit eine Schwächung erleidet. Um besten ift es, jum Gffen nichts zu trinken, damit der Magenfaft nicht verdünnt und geschwächt wird.

Mergtliche Berordnung nehmen wir in allen Fällen, wo es fich um

Altohol handelt, aus.

5. Alkohol löscht gewöhnlich den Durft nicht, sondern erzeugt ihn um fo mehr, je mehr man bavon genießt, wie jedermann erfahren fann.

Waffer, Mild, Raffee, Tee, Spphon, Fruchtfäfte, besonders auch

Obft u. a. find beffere durftftillende Mittel.

6. Der Altohol ift tein gründlicher Sorgenbrecher. Er tann momentan betäuben, aber nachher machen die Sorgen um fo mehr auf, und dazu kommt noch das Alkoholunwohlfein. Wer ift glücklicher, der freie Rüchterne, der nie die Folgen des Alkoholismus fühlt, oder der Alfoholiter, der im Stlavenjoch feiner Leidenschaft feufzt?

7. Rütt denn der Altohol gar nichts und niemanden? Doch, er nütt dem Wirt, dem Abvotat, dem Richter, dem Argt, dem Apotheter (Fortsetzung folgt.)

und dem Totengraber!