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: 09.01.2026

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

einer Klasse darf nicht zu groß sein, am günstigsten erweist sich die Einführung 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 als häufigste Berufskrankheit der Lehrer die Neurasthenie, die nach großen körperlichen und geistigen Anstrengungen akut auftreten kann, die in ihrer chronischen Form ganz besonders durch die Lehrtätigkeit hervorgerufen wird und die endlich auch auf Vererbung beruhen kann. Es sollten daher nur absolut widerstandsfähige Leute Lehrer werden. Auch Prof. Pibcz in Wien konstatiert als Erfahrungstatsache, daß die Neurasthenie im Lehrerstand unverhältnismäßig häufig vorkommt. Die Ursache darin sieht Pibcz nicht in der intellektuellen Betätigung, sondern in Affekten, welche die Gemütssphäre in Mitleidenschaft ziehen. Eine gewisse Monotomie der Tätigkeit kann auch als Mitursache der Neurasthenie angesehen werden. Die tägliche Arbeit des Lehrers ist dazu angetan, das Nervensystem in konstanter Anspannung zu erhalten. Vielfach muß der in seinen Pflichtenkreis gefesselte Beamte auch noch seine freie Zeit, die der Entspannung auf irgend welche Weise gewidmet sein sollte, durch materielle Not gezwungen, in derselben Weise verwenden. Die Symtome unterscheiden sich nicht von der Neurasthenie anderer Berufe, hervorzuheben wäre höchstens, daß die Höhe der Beschwerden auf die Frühstunden fällt und gegen Abend abklingt. Die Konsequenzen der Neurasthenie machen sich sowohl bei den Kindern wie bei den Lehrern bemerkbar und führen nicht selten zu vollständiger Arbeitsunfähigkeit. Zur Verhütung käme einerseits eine durchgreifende Reform des Standes in dem Sinne inbetracht, daß die Individualität der Lehrpersonen weniger eingeschränkt und ihre materielle Lage gehoben würde, andererseits könnte auch durch kleine Verhinderungen, wie stufenweise Verringerung der Stundenzahl mit vorrückenden Dienstjahren, Verminderung der Stundenzahl bei Lehrern, deren Fach vielfaches Korrigieren bedingt, Einführung größerer Pausen zwischen den Stunden, die Lehrerneurasthenie wirksam bekämpft werden. Dr. H—r.

Orientierung über den Alkohol.

III. Nützen die geistigen Getränke?

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 verwerflich.

2. Stärken die geistigen Getränke? Sie gleichen der Peitsche, sie regen künstlich auf, aber sie setzen nachträglich die Leistungsfähigkeit herab uud zwar sowohl die körperliche als die geistige; denn die Abspannung folgt auf dem Fuß. Somit gibt der Alkohol keine Kraft, wie noch oft fälschlich angenommen wird.

Daher wird der Alkohol immer mehr verdrängt von den Soldaten, den Schützen, den Bergsteigern, Radfahrern usw. Der Alkohol schwächt bis zum Umfallen.

3. Daß die geistigen Getränke wärmen, ist nur scheinbar. Wie so? Sie bewirken allerdings durch die Erweiterung der Hautgefäße und den Blutzufluß zu denselben, daß die Haut sich rötet und man anfänglich sich wärmer fühlt. „Und doch ist dies nur ein angenehmer Trug; denn massenhaft entweicht jetzt von der hochtemperierten Körperfläche die Wärme in die kalte Umgebung; die unmäßige Wärmeabgabe übersteigt die Wärmebildung."

Weil der Alkohol nicht erwärmt, erfrieren die Berauschten so leicht und üben die Nordpolfahrer (Nansen) Abstinenz.

4. Sechshundert holländische Aerzte unterzeichneten die Erklärung: „Alkohol unterstützt keineswegs die Verdauung, sondern hindert im Gegenteil dieselbe."

Bekanntlich mögen die Trinker nicht essen; auch der mäßige Alkoholgenuß nützt dem Gesunden zum Essen nichts; er erzeugt höchstens einen Scheinappetit, wobei der Magendrüsenapparat infolge anormaler Absonderung des Magensaftes mit der Zeit eine Schwächung erleidet. Am besten ist es, zum Essen nichts zu trinken, damit der Magensaft nicht verdünnt und geschwächt wird.

Aerztliche Verordnung nehmen wir in allen Fällen, wo es sich um Alkohol handelt, aus.

5. Alkohol löscht gewöhnlich den Durst nicht, sondern erzeugt ihn um so mehr, je mehr man davon genießt, wie jedermann erfahren kann.

Wasser, Milch, Kaffee, Tee, Syphon, Fruchtsäfte, besonders auch Obst u. a. sind bessere durststillende Mittel.

6. Der Alkohol ist kein gründlicher Sorgenbrecher. Er kann momentan betäuben, aber nachher wachen die Sorgen um so mehr auf, und dazu kommt noch das Alkoholunwohlsein. Wer ist glücklicher, der freie Nüchterne, der nie die Folgen des Alkoholismus fühlt, oder der Alkoholiker, der im Sklavenjoch seiner Leidenschaft seufzt?

7. Nützt denn der Alkohol gar nichts und niemanden? Doch, er nützt dem Wirt, dem Advokat, dem Richter, dem Arzt, dem Apotheker und dem Totengräber!

(Fortsetzung folgt.)