Zeitschrift: Schweizer Schule

Herausgeber: Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz

Band: 12 (1926)

Heft: 9

Artikel: Krankheiten der Wirbelsäule

Autor: Studer, E.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-525688

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: 21.11.2025

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

boch nur auf seine Beise - gut und gludlich . . . ", als wir das gelesen hatten und uns bann ob diefer mütterlichen Schlaubeit verwundern wollten, da bat boch unser Lehrer nicht unterlassen, da= rauf aufmertsam zu machen, daß "bie gute ver-

ständige Mutter" hier nichts anderes lehre, als unser Bolt etwa meine, .. enn es sage: "Der Apfel fällt nicht weit vom Daume" ober "Wie der Ader, fo die Buben, wie ber Bater, fo bie Buben".

(Schluß folgt.)

Arankheiten der Wirbelsäule

Rrantheiten der Wirbelfaule fommen häufiger por, als man annimmt. Gie werden oft jahre= lang erfannt, ober doch nicht als Krantheiten ar eseben. Man meint vielfach, es handle sich nur um eine Schwäche im Ruden, ober um Glieber= fucht, ober um Rrämpfe, ober bei Rindern um "Giechter", wenn Störungen im Rudgrat auftreten. Erst zu spät erkennt der Rranke und seine Um= gebung eine allmählich entstandene Berbiegung. Der Glaube ist heutzutage noch sehr verbreitet, daß man nichts dagegen machen könne, um einen wachsenden "Budel" ober eine Berbiegung ober Ber= stoßung des Knochengerustes zu verhindern. Zu Unrecht. In vielen Fällen ift diefe Krantheit eine Folge einer andern, früher dagewesenen, welche die Ursache bildet. Go wird die Widerstandstraft der Knochen und Bänder geschwächt durch Blut= armut, Bleichsucht, burch lange Kranfenlager, burch Meberarbeitung, durch einseitige Beschäftigung, wie langdauerndes Näben und Arbeiten bei vornübergebeugter Stellung, mangelhafte Saltung beim Schreiben, insbesondere auch infolge unpaffenber Schulbante, ferner burch ichlechte Ernahrung, bei Aufwachsen ohne genügend Licht und Luft. Dadurch wird die Entwidlung der wachsenden Knochen bedeutend gehemmt. Erste Unzeichen find Müdigfeit, Kreuzschmerzen, Gefühl mangelnder Kraft im Ruden, Wohlbefinden in ungerader, schiefer oder verdrehter Lage, Bedürfnis, anlehnen zu muffen, Erleichterung, wenn ber Ruden an harte Lehnen gedrückt werben fann. Fälschlicherweise wird zur Korreftur oft ein Korsett ober ein Geradehalter ober ein tomplizierter Bandapparat angewendet. Statt das Uebel zu bessern, verschlimmern folche Silfsmittel nur, benn fie machen bie Muskeln schlaff und nehmen die noch vorhan= dene Kraft geradezu weg.

Also was machen, wenn bei einem Rleinfind, Schultind ober heranwachsenben Menschen Rudgratverbiegungen aufzutreten broben? Vor allem bedenken, daß jetzt die Zeit da ist, vorzubeugen oder einzugreifen. Im Alter, wenn die Knochen ausgewachsen und wenig elastisch sind, ist es zu spät; ebenso wenn die Berbiegungen schon ftart ausgebildet find. Bur Beilung ift vor Beseitigung bes Grundübels anzustreben. Go zum Beispiel Befämpfung der Blutarmut durch nabrhafte Roft, Rräftigungsmittel, Luftund Connenbader, Bafferanwendungen, Bewegungsübungen, Spaziergange, Maffage, Tiefatmen, Turnen, gymnastische Uebungen, Vermeibung von Ueberanstrengungen und von langdauernden Urbeiten in gebeugter und gekauerter Stellung; man vermeide ganz besonders auch die lässige, einseitige Haltung beim Schreiben in ber Schulbant und zu Sause; all diese Dinge tragen viel zur Bebung ber Widerstandsfraft bei. Wohl selten hängt bei einem Leiden, wie bei biefem, so viel vom guten Willen und bei ber Energie bes Patienten und .feiner Umgebung ab, wenn ein Erfolg gebucht werben soll. Eine fälschlich angewöhnte Körperstellung tann oft nur durch eine wahre Geduldprobe befämpft werden. Ein schwaches Rückgrat gehört zu den beschwerlichsten Dingen im Leben, benn in allen Stellungen tritt balbigst große Mübigkeit und Unbehagen ein; langes und strenges Arbeiten ift unmöglich. Für Anochen- und Muskelschwache gibt es aber den Troft, daß feine Organe fich fo leicht und rasch fräftigen und stärten laffen wie biefe. Eiferner Wille führt zum Biel. Mit ber allgemeinen Kräftigung und mit verjungter Energie fehrt Beschwerdefreiheit, Bohlbefinden und neue Lebensfreude wieder.

Dr. E. Studer.

Prattisches Mittel, Absenzen zu verhüten

Ein Knabe wohnt unmittelbar vor dem Lehrer dem Schulgottesdienste bei. Es wird dem Knaben unwohl. Wie der Lehrer das bemerkt, führt er ben Anaben aus der Rirche und gibt zugleich einem andern den Auftrag, daß er diesen Knaben in seine, des Lehrers Wohnung führe, auf daß ihm bort ein warmer Kaffee verabfolgt werde. Gelagt, getan, und nicht lange geht es, und der Knabe, dem es unwohl geworden, fommt gesund | wie ein Nagel an den Leib genagelt." (Plato).

und wohl in die Schule und wohnt froh und banterfüllt gegen den Lehrer dem Unterricht bei. -Gibt es nicht hundert ähnliche Källe, wo edle Menichen in gleicher Weise eingreifen und baburch unnötige Absenzen vermeiden könnten?

"Durch jede Leidenschaft wird die Geele gleich