

Das menschliche Leben wird länger

Autor(en): **Schweisheimer, W.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes**

Band (Jahr): **54 (1946)**

Heft 44

PDF erstellt am: **21.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-557176>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Geistige und charakterliche Veränderung der Epileptiker

Neben den typischen körperlichen Erscheinungen der Epilepsie, die sich in mehr oder weniger schweren und häufigen Anfällen, Absenzen (Bewusstseinsverluste) oder in Dämmerzuständen oder ähnlichen sogenannten Äquivalenzen äussern, finden sich fast regelmässig Veränderungen des Intellektes. Ein sehr hoher Prozentsatz der Epileptiker weist schon eine angeborene Geistesschwäche auf mit allen Stadien von der leichten Debilität bis zur vollkommenen Idiotie. Neben dieser Schwäche des Verstandes kommt aber bei den Fall-süchtigen fast immer eine zunehmende Verblödung (Demenz) vor, die wie die angeborenen Intelligenzdefekte sich nur wenig von den andern Arten des Schwachsinnens unterscheidet; sie zeigt ebenfalls alle möglichen Veränderungen des Gedächtnisses, der Merkfähigkeit, der Urteilskraft, der Assoziationsbereitschaft und der andern psychischen Funktionen. Charakteristisch für die epileptische Veränderung ist die geringe Ablenkbarkeit, die Neigung, haften zu bleiben, die sich in Perseverationen, Unständlichkeit und Weitschweifigkeit im Ausdruck und Denken äussert.

Neben diesen geistigen Veränderungen, die nicht als besonders eigentümlich für die Epilepsie genannt werden können, finden sich dagegen typische Erscheinungen des Charakters, die oft so ausgesprochen sind, dass sie auch ohne körperliche oder geistige Symptome die Diagnose der Epilepsie stellen lassen, ja, dass man von epileptischem Charakter sprechen kann.

Was am Epileptiker zuerst auffällt, das ist seine immer mehr oder weniger ausgesprochene Langsamkeit, die nicht nur körperlich und geistig, sondern vor allem in den seelischen Veränderungen zu erkennen ist. Sie äussert sich in einer charakteristischen Klebrigkeit, im Hängenbleiben an Menschen, Dingen und Gedanken. Sie bewirkt auch,

dass der Epileptiker wie kaum ein nicht Geisteskranker sich selbst in den Mittelpunkt des Interesses stellt und alles andere mit sich selbst in Beziehung bringt; sie führt auch zu einer bigotten Frömmigkeit, die alle eigene Bosheit und Tücke hinter der Bibel und frommen Sprüchen versteckt. Und dazu hat leider der Epileptiker sehr oft guten Grund, da sein Charakter in einer überwältigend grossen Anzahl eine schwere Veränderung durchmacht im Sinne einer seelischen Verrohung. Es zeigen sich, bald früher, bald später, hochgradige Empfindlichkeit, schwere Eifersucht, Rachsucht und vor allem ein stark übertriebenes Gerechtigkeitsgefühl, eine unbeherrschte Affektivität, die sich in Ueberschwänglichkeit und jähulic ernden Zornausbrüchen manifestiert. Ein weiteres typisches Verhalten liegt ferner darin, dass diese charakterlichen Veränderungen eine sehr starke Tendenz zu Schwankungen aufweisen, die zu schweren Verstimmungen führen, die durchaus unbeeinflussbar sind und oft bei einer allgemeinen Besserung der Erkrankung als letzter Rest übrig bleiben und der Behandlung trotzen.

Alle Erscheinungen der Epilepsie, sowohl der körperlichen, als auch die zunehmende Verblödung und die Charakterschwierigkeiten lassen sich durch eine systematische Behandlung weitgehend bessern und grösstenteils zum Verschwinden bringen; sie treten aber bei Aussetzen der Medizin, die jahrelang, ja oft sogar jahrzehntelang fortgesetzt werden muss, wieder so stark in Erscheinung, dass zuweilen nicht wieder gutzumachende Rückschläge auftreten. Eine Wirkung der Medizin im Sinne einer Verblödung oder charakterlichen Veränderung ist nie beobachtet worden; wenn es trotz Medikation nicht zum Stillstand oder Rückgang der epileptischen Symptome kommt, trägt daran die Krankheit selbst die Schuld, die unbehandelt äusserst selten spontan ausheilt. Dass eine möglichst frühzeitige und fachkundige Behandlung im Interesse des Patienten und seiner Umwelt eingeleitet werden sollte, ist wohl selbstverständlich im Hinblick auf die schon so rasch eintretende geistige Verblödung und das Auftreten der schwerwiegenden Charakterveränderungen.

Dr. Opprecht, Anst. f. Epil. Zch.

Das menschliche Leben wird länger

Von Dr. W. Schweisheimer, New Rochelle, N. Y.

In der sagenhaften «guten alten Zeit», da waren, so erzählt man, die Menschen besser, bräuer, gesünder, leistungsfähiger und langlebiger. Solche Dinge kann man ungestraft behaupten, weil sie schwer kontrollierbar sind. Es wird sich beispielsweise die Richtigkeit oder Unrichtigkeit der Behauptung schwer nachweisen lassen, Methusalem sei 1000 Jahre alt geworden, oder Noah 600, oder Enoch 350, oder Moses nur 120 Jahre. (Neuere wissenschaftliche Forschungen schreiben diese Behauptungen Uebersetzungsfehlern zu.)

Sobald die Dinge aber kontrollierbar sind, sobald ziffernmässige exakte Unterlagen gegeben werden, ist der Ausblick ein ganz anderer. Statistische Aufzeichnungen lassen deutlich erkennen, dass das menschliche Leben im Durchschnitt länger geworden ist, und zweifellos hat diese Aufwärtsbewegung noch nicht ihren Höhepunkt erreicht. Es seien zunächst die Vereinigten Staaten von Amerika betrachtet, weil sie eine sehr genaue Gesundheitsstatistik haben, von Kriegsverlusten nicht so heimgesucht wurden wie die Mehrzahl der europäischen Länder und weil ihre Zahlen von einer Menschengruppe von mehr als 130 Millionen gewonnen sind.

Lebenserwartung bei Geburt: 63 Jahre.

In den Vereinigten Staaten erreichten die Menschen zu Beginn des 19. Jahrhunderts (1821) ein Durchschnittsalter von 35 Jahren, am Ende des Jahrhunderts bereits von 45 Jahren, und im Jahr 1921 betrug das Durchschnittsalter 58 Jahre. Im Zeitraum eines Jahrhunderts hat hier die Durchschnittsdauer des menschlichen Lebens also um 23 Jahre zugenommen. Zahlen aus noch früherer Zeit haben keinen Anspruch auf Genauigkeit; darnach hätte sich die durchschnittliche Lebensdauer in Amerika seit dem 16. Jahrhundert mehr als verdoppelt.

Wenn man die Lebenserwartung bei der Geburt betrachtet, so betrug diese bei der weissen Bevölkerung Amerikas bei Männern im Jahr 1900 rund 48 Jahre (bei Frauen, die stets eine günstigere Lebenserwartung haben, 51 Jahre). Heute ist die Lebenserwartung bei der Geburt bei Knaben über 63 Jahre, bei Frauen über 68 Jahre, und diese hohen Ziffern wurden in steter gleichmässiger Aufwärtsbewegung erreicht. Sie bedeuten, dass seit Beginn unseres Jahrhunderts die durchschnittliche Lebenserwartung beim männlichen Geschlecht um 15 Jahre, beim weiblichen Geschlecht um 17 Jahre zugenommen hat. Das ist ein gewaltiger Fortschritt, und er muss sich im ganzen sozialen Gefüge aufs stärkste fühlbar machen.

Aehnlich liegen die Verhältnisse in den anderen Ländern der Erde, soweit nicht durch unnatürliche Eingriffe wie Krieg, Hungersnot die normale Entwicklung unterbrochen worden ist. Für die grosse Mehrheit der Menschen ist es nicht wichtig, dass der einzelne ein abnorm hohes Alter erreichen kann, dass er Aussicht hat, ein moderner Methusalem zu werden, sondern das wichtige ist die Durchschnittsziffer für die Gesamtheit der Menschen.

Die Zahlen über europäische Länder vor dem zweiten Weltkrieg liessen die Verlängerung des menschlichen Lebens deutlich erkennen. Am günstigsten war damals Dänemark daran: ein neugeborener Knabe hatte dort eine Lebenserwartung von 62 Jahren im Durchschnitt, am ungünstigsten war die Ziffer in Bulgarien mit der mittleren Lebenserwartung eines männlichen Neugeborenen von 45,9 Jahren. Die Schweiz hatte eine mittlere Lebenserwartung für männliche Neugeborene von 60,7 Jahren, gut waren auch die Ziffern für die Niederlande, Schweden, Norwegen, Deutschland und Ungarn. Die niedrigsten Ziffern hatten ausser Bulgarien noch Polen und Finnland. Sehr hohe Lebenserwartung durften die Neugeborenen in Neuseeland und Australien verzeichnen. Die Rekordziffer der geringsten Lebensdauer traf auf ein aussereuropäisches Land: Japan, mit einer mittleren Lebenserwartung von 44,8 Jahren für den männlichen Neugeborenen.

Es wird von grossem praktischem Interesse sein, zu verfolgen, wie die Ziffer der durchschnittlichen Lebensdauer in den einzelnen Ländern sich während des Krieges entwickelt hat; darüber sind erst unzureichende Zahlenangaben vorhanden.

Ursachen der Lebensverlängerung.

Als Hauptursache der durchschnittlichen Lebensverlängerung ist die Besserung der Hygiene zu betrachten. Wachsende Erkenntnisse in der Wohnungs- und Abfallhygiene haben die Gefahren von Seuchen erheblich vermindert. Epidemien selbst lassen sich besser bekämpfen. Klügere Ernährung und wachsende Fürsorge für alle Bevölkerungskreise sind weitere Hilfsmittel. Die Gefahren für die Frau, die mit der Mutterschaft zusammenhängen, sind geringer geworden. Die Säuglingskrankheiten, die früher die Sterblichkeitsstatistik so ungünstig beeinflussten, liessen sich durch tieferes Eindringen in die Gesetze gesunder Ernährung ausserordentlich herabmindern.

Dazu kommen die grossen Fortschritte, die die Medizin in den letzten Jahrzehnten auf verschiedenen Gebieten gemacht hat, mit Serumbehandlung und technischen Fortschritten in der Chirurgie und den neuen chemischen Mitteln, einschliesslich Sulfapreparate und Penicillin. Das klarste Beispiel, wie ein grundlegender Fortschritt in der Medizin die Lebensdauer beeinflusst, ist durch die Entdeckung des Insulins als Mittel bei Zuckerkrankheit gegeben.

Nur eine genaue Statistik lässt erkennen, was ein solcher Fortschritt der Heilmethoden bedeutet. Zuckerkrankheit war stets nicht übertrieben gefährlich, wenn sie erst in höherem Alter zur Entwicklung gelangte, aber von enormer Gefahr für Kinder und jugendliche Personen. Nach amerikanischen Statistiken starben von zuckerkranken Kindern in der Zeit von

1898—1914	98 Prozent, dagegen
1922—1931	7 Prozent!

und inzwischen ist die Sterblichkeitsziffer weiter gesunken. Eine solche Statistik sieht sich wie ein Wunder an, und in der Tat war hier ein Wunder geschehen: die Entdeckung des Insulins im Jahre 1921 durch die kanadischen Gelehrten Banting und Best (die dafür den Nobelpreis bekamen). Im ersten Jahrzehnt hat sich die Sterblichkeit der zuckerkranken Kinder bereits von 98 auf 7 Prozent gesenkt gehabt! Für den Arzt von heute, der noch die insulinlose Zeit mitgemacht hat und voller Verzweiflung damals hilflos dieser kindertötenden Krankheit gegenüberstand, bedeutet die Einführung des Insulins das grösste und hilfreichste Wunder, das er erlebt hat. Und die Lebensversicherungsgesellschaften haben es sofort gelernt, das Risiko eines Zuckerkranken (Diabetikers) mit völlig geänderten Augen zu betrachten, seit Insulin den Schlüssel zur Lebensverlängerung geliefert hat.

Es ist in dieser Hinsicht von geringer Bedeutung, wenn wir hören, dass Herzkrankheiten, Arteriosklerose und andere Alterskrankheiten heute häufiger sind als früher. Natürlich müssen die Alterskrankheiten zunehmen, wenn das Leben länger wird! — und das zweite ist gerade, was wir wollen! Auch die moderne Medizin und Hygiene haben kein Kraut gegen den Tod gefunden. Wer wäre vertrauensvoll genug, zu erwarten, dass so etwas jemals geschehen wird. Was wir aber anstreben, sind zwei Dinge: erstens das durchschnittliche Leben so zu verlängern, wie es dem normalen Altersablauf entspricht, und zweitens die Gesundheit des einzelnen während des verlängerten Lebens so zu gestalten, dass er sich frisch, leistungsfähig und wohl fühlt.

Im vergangenen Jahrhundert wäre ein Mann vielleicht mit 18 Jahren von der Cholera dahingerafft worden, oder mit 28 Jahren durch Tuberkulose, oder schon mit acht Monaten durch eine Darmerkrankung des Säuglings. Heute hat er eine viel grössere Wahrscheinlichkeit, über diese Jahrgänge hinwegzuleben und ein hohes Alter zu erreichen. Dass er dann mit 68 Jahren vielleicht eine Arteriosklerose hat oder dass in hohem Alter eine Krebsgeschwulst ihn befällt, ist wohl verständlich. Das Ziel der modernen Medizin ist es, auch diese im Alter häufigeren Krankheiten günstig zu beeinflussen.

Leistungsfähigkeit bei Lebensverlängerung.

Menschen, die alt an Jahren sind, brauchen deshalb noch nicht gealtert und leistungsunfähig zu sein. Jemand erwähnte in Gegenwart des französischen Komponisten Auber, dass dieser Musiker eben 80 Jahre alt geworden sei. Auber erhob sofort Widerspruch gegen diese Behauptung: er sei nicht 80 und fühle sich auch nicht so — er sei erst viermal 20, und nur so alt fühle er sich.

An der medizinischen Fakultät der amerikanischen Harvard-Universität wurden jüngst Untersuchungen angestellt, wie die durchschnittliche Lebensverlängerung auf die Arbeitsfähigkeit der älteren Arbeiter einwirke. Heute sind ja viel mehr ältere Arbeiter tätig — nicht etwa nur im Zusammenhang mit Kriegsverhältnissen, wo stets ein Mangel an jungen Arbeitskräften besteht, sondern auch mit der steten Zunahme des Lebensalters, die die Menschen länger arbeiten lässt als früher.

Die Verlängerung des durchschnittlichen Lebens macht sich auch auf dem Gebiet der Ehe geltend. Wenn ein junges Paar heute seine Ehe beginnt, so hat es gerade die doppelte Aussicht, zusammen das Fest der Goldenen Hochzeit zu feiern als das Brautpaar, das vor fünfzig Jahren in den Stand der Ehe trat. Um den gleichen Prozentsatz ungefähr hat sich auch die Aussicht erhöht, die Silberne Hochzeit zusammen zu feiern. Die Verlängerung der Ehe dauert bringt nicht nur Glück und Vorteile persönlicher Art mit sich, sie ist auch vorteilhaft von allgemein sozialem und wirtschaftlichem Standpunkt aus. Die vereinsamte Periode des Witwen- und Witwertums wird hinausgeschoben. Wirtschaftliche Belastung durch Verwaisung von Kindern — wie sie nicht selten den Gemeinschaften dann zur Last fallen —, werden durch längere Ehe dauer seltener.

Persönliche Lebensverlängerung.

Sehr lehrreich ist eine Geschichte von dem alten John Rockefeller, die zur Zeit seines 80. Geburtstages durch die Zeitungen ging. Ob sie wahr oder erfunden ist: der Kern der Erzählung gibt in prägnanter Weise zu erkennen, worauf es bei der Erreichung hohen Alters ankommt. Rockefeller war bekannt durch seine grosse körperliche und geistige Frische auch im hohen Alter. So etwas kann nach Ansicht der Amerikaner nicht von selbst kommen, und so wurde behauptet, ein amerikanischer Arzt habe dem reichen Rockefeller ein Lebenselixier gegeben — gegen eine Million Dollar.

Neutralité

La neutralité de la Croix-Rouge n'est pas, comme celle de l'Etat, une attitude négative par nature; elle est au contraire active, prête à porter le même secours de tous côtés. Nous n'entendons pas par là une égalité arithmétique de traitement entre les deux parties, mais une disposition rigoureusement égale à offrir de l'aide, dans le cadre de la Croix-Rouge, ou à répondre, dans la mesure du possible, à une demande de secours. Le Comité international se place avant tout dans un rapport absolument égal entre l'une et l'autre. Il se trouve dans une position analogue à celle du soldat sanitaire qui, sur le front ou à l'hôpital, ne doit pas choisir parmi les blessés, mais veut et doit servir chacun, même l'ennemi, de façon identique. Max Huber.

Rockefeller hörte von dem Gerücht und hatte Humor genug, zu bestätigen, dass ihm tatsächlich ein Wundermittel verschrieben worden sei, dessen Gebrauch er seine jugendliche Altersfrische zu verdanken habe. Bei einem Gastmahl liess er jedem Gast eine Art Scheck mit seiner eigenen Unterschrift zum Geschenk aushändigen. Der Scheck lautete auf 100 Jahre Lebenszeit und trug auf seiner Rückseite das Rezept zu dem Wundermittel, das Rockefeller jung erhielt. Das Rezept lautete:

1. Setze kein Fett an, Schlantheit ist Gesundheit.
2. Treibe regelmässig Leibesübungen.
3. Einatmungsluft beim Schlafen muss rein und frisch sein.
4. Trinke täglich viel Wasser.
5. Aerger dich nicht und vermeide jede Aufregung.

In diesen fünf Punkten sind in der Tat die Hinweise auf eine richtige Lebensführung gegeben. Schlanke Menschen haben eine dreimal grössere Aussicht, das 70. Lebensjahr zu erreichen als dicke. Weit mehr Menschen sind allzufrüh an Ueberessen gestorben als an Unterernährung. Regelmässige Körperbewegungen, Leibesübungen und Sport halten sämtliche Organe des Körpers elastisch.

Ein gesunder, hinreichender Schlaf ist das beste Mittel zur Lebensverlängerung, und er wird um so gesünder sein, je frischere Luft durch das geöffnete Fenster in die Atmungsorgane gelangt. Auf den reichlichen Genuss von viel Wasser legen namentlich die amerikanischen Aerzte grossen Wert. Das Wasser gelangt von Magen und Darm aus ins Blut und spült alle Organe gründlich durch, befreit sie von überflüssigen und zum Teil giftigen Stoffwechselresten. In diesem Zusammenhang ist auch die Anregung des Darmes durch richtige Ernährung zu erwähnen, die gleichfalls den Körper von giftigen Reststoffen des Stoffwechsels befreit. Reichliche Wasserzufuhr gibt auch dem Blutkreislauf beim gesunden Menschen einen erwünschten Antrieb.

Am schwersten zu erfüllen ist die letzte Regel, aber sie ist vielleicht die bedeutungsvollste: sich nämlich nicht zu ärgern und nicht aufzuregen. Menschen, die im Berufsleben stehen, haben es besonders schwer, diesem Vorschlag nachzukommen. Drum kann man auch nicht sagen, dass ein Dollarmillionär wie Rockefeller es besonders leicht hatte, diese Regel zu befolgen. Es besteht kein Zweifel, dass die Gelegenheit zu Aerger und Aufregung sich reichen Menschen mindestens so oft bietet wie weniger vermöglichen. Die innerliche Einstellung trägt das meiste zur Erlangung der notwendigen Seelenruhe bei. Sicherlich hilft Selbsterziehung, auf diesem Gebiet zu erlangen, was einem anfänglich fehlte.

Derartige Ratschläge mögen manchen Leuten zu einfach erscheinen. Sie würden es vorziehen, das Heil für ihr Alter von einer Verjüngungsoperation oder ähnlichen Radikalkuren zu erwarten — wie der Schlankeitssuchende am liebsten unbeschränkt essen möchte und nur eines Tages einige Pillen einnehmen, die alles wieder in Ordnung bringen. Wunderkuren zur Lebensverlängerung in diesem Sinne gibt es aber nicht.

Wer lange leben will, muss schon frühzeitig mit seinem Streben darnach beginnen — ja eigentlich schon bei der Auswahl seiner Eltern. Denn es hat sich gezeigt, dass langes Leben der Eltern und sonstigen Vorfahren die günstigste Voraussetzung für das Altwerden der Kinder und Enkel ist. Vererbung der Langlebigkeit ist ein wichtiger Punkt bei der Verlängerung des individuellen Lebens. Aber auch da, wo diese Voraussetzung nicht gegeben ist, lässt sich durch richtige Lebensführung der Grund zu langem Leben legen.

(Aus: «Im Dienste der Gesundheits», herausgegeben von der Basler Lebensversicherungs-Gesellschaft.)