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

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 42 (1934)

Heft: 1

Artikel: Etwas über moderne Verjüngung

Autor: Scherz

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-545880

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: 15.07.2025

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

ces éléments inconnus est le nombre d'habitants par immeuble.

Il a donc fallu trouver un autre moyen d'appréciation et de contrôle et nous l'avons découvert dans la méthode comparative des statistiques témoins hétérogènes.

Au lieu de considérer les décès par cancer, prenons un autre phénomène qui se passe dans la même ville et qui n'a aucun rapport avec les immeubles; les naissances, par exemple. Les causes de ces naissances sont conditionnées fortuitement, différemment d'un cas à l'autre et en dehors de toute participation de l'immeuble. C'est le hasard seul qui fait naître un enfant dans une maison plutôt que dans une autre ou du moins un ensemble de circonstances multiples qui ne sont commandées par aucune règle.

Or, nous constatons que la statistique, portant sur un nombre de naissances égal à celui des décès par cancer, conduit à une répartition par immeuble qui est si voisine de celle des cancers que les courbes représentant le phénomène ont exactement la même forme et arrivent presque à se superposer».

Le sujet des «maisons à cancer» n'est cependant pas épuisé. On pourrait à la rigueur prétendre que les locaux favorisent la propagation du cancer si l'on était sûr que cette maladie est causé par un microbe ou un virus, hypothèse non encore étayée par des preuves suffisantes. Il ressort clairement des travaux que nous venons de citer qu'il est encore impossible de prouver que le cancer rôde dans certaines maison, dont les occupants seraient voués à une mort précoce, dès qu'ils en franchiraient le seuil.

(Communiqué par le Secrétariat de la Ligue des Sociétés de la Croix-Rouge, 2, Avenue Vélasquez, Paris. VIIIe).

Etwas über moderne Verjüngung.

«Wenn er nur *aussieht*, als ob er etwas könnte. Das ist leider die Anschauung recht vieler für Anstellung von Bewerbern; die Hauptsache scheint nicht mehr zu sein, dass er wirklich etwas kann, sondern es zu können *scheint*. Auf das *Aussehen* wird fast alles gegeben.» Diese Anschauung wird uns mitgeteilt vom Direktor des grössten Arbeitsnachweisbüros einer Grosstadt, der uns auch bestätigt, dass Leute über 25 Jahre selten mehr Anstellung finden.

Wenn die Verhältnisse wirklich so sind, ist es schon aus Erwerbszwecken verständlich, dass der Mensch sein Aeusserers jünger erscheinen lassen möchte. Dies mag *heute* als Grund zu Verjüngungsversuchen gelten; im allgemeinen jedoch war das Ziel der Verjüngung, sich ein jugendliches Aussehen zu verschaffen oder zu bewahren, eher dem Zweck der Eitelkeit entsprungen. In der Neuzeit hat auch der Sport, der oft allerdings nur als Modeerscheinung Eingang gefunden hat, und damit in das viel beweglichere Leben von Heute eine grosse Umwälzung gebracht. Früher machte den Sport nur junges Blut mit. Die Erkenntnis aber, dass auch ältere Leute, oder besser gesagt, dass man auch bis ins Alter hinein gesunden Sport treiben kann, bedingt eine andere Einstellung. Man will nun mitmachen, ob man kann oder nicht. Da spielt das Sport-Kostüm bereits eine grosse Rolle, das an und für sich eine gewisse Bewegung kennzeich-

net und damit dem Träger sowieso den Schein der Jugendlichkeit gibt. Denn Jugend ist Bewegung, und was sich bewegt wie die Jugend, wird eben auch als jung angesehen oder zum mindesten weniger alt eingeschätzt. Aber hier ist aber viel Schein. Man sieht aus, als ob man Skifahren könnte, wenn man im Sport-Kostüm mit Skis auf den Achseln dem Bahnhof zustrebt. Ob man dann nach einigen Versuchen sich dem nächsten Wirtshaus zuwendet und bis Zugsabgang einen Jass klopft oder in der nächsten Confiserie von den eingebildeten Strapazen ausruht, bleibt sich egal.

Früher trugen ältere Leute, besonders die Frauen, eine Kleidung, die dem betreffenden Alter entsprach. Lange steife Gewänder, in schwarzer oder dunkler Farbe; diese Matronen waren die Hüter des Anstandes, überlieferter Sitten und der Tugend. Spaziergänge im Freien, Belustigungen durch Sport irgendwelcher Art, hätten von solchen Frauen nie oder nur selten ausgeübt werden dürfen, mit Ausnahme etwa bei besondern Anlässen ein Tänzchen, eine Polonaise im engen Familienkreise. Heute ist es anders geworden. Auch die Mutter will jung sein; sie ist kaum anders gekleidet als ihre Tochter; die Kleider in hellen, lebendigen Farben, so kurz wie die ihres Sprösslings, so dass oft der Unterschied ein recht kleiner ist.

Aber auch der Herr Papa sucht sich durch Sportkleidung, durch Wegrasieren des von Silberfäden durchzogenen Schnurrbartes den Anschein des Jüngern zu geben. — So sehen wir denn unwillkürlich die heutigen Lebensverhältnisse der hastenden Zeit angepasst, man muss eben jünger sein oder doch scheinen; der Sport hat sein gut Teil hier mitgeholfen, so sehr er andererseits in hygienischer Beziehung ausserordentlich viel Gutes leistet.

Natürlich ist diese Verjüngung eben nur eine *scheinbare*. Man wird an Jahren nicht jünger, aber vielleicht geht doch unwillkürlich auf den Körper eine Beeinflussung über, die ihn anatomisch jünger erhält, und somit beiträgt, ihm eventuell ein längeres Alter zu verschaffen.

Nun gibt es aber leider eine Zeit, wo der Mensch merkt, dass gewisse Erscheinungen auftreten, die ihm zeigen, dass er älter wird. Gegen Ende der 40er Jahre fängt dies an, beim einen schneller, beim andern langsamer. Beide Geschlechter kommen in das kritische Alter, das bei der Frau nur viel deutlicher zum Ausdruck kommt.

Während wir Menschen diese Erscheinungen an uns selbst beobachten können, haben es die Tiere besser. Sie merken das Altwerden nicht. Nur wir, die rechnen gelernt haben, durch den Zivilstandsbeamten mit unserem Geburtsschein versehen sind, werden uns bewusst, dass wir älter werden. Und wenn man einmal die 50er überschritten hat, so fängt man an, immer mehr und mehr, sich mit dem Gedanken zu befassen, dass man eben älter geworden und dass man vielleicht sogar einmal sterben könnte. Merkwürdigerweise denkt man dabei an den natürlichen Tod; den *natürlichen* Tod, der eigentlich recht wenig natürlich ist, denn z. B. in der Schweiz können nur 4 Prozent sämtlicher Todesfälle wirklich auf Altersschwäche zurückgeführt werden. Bei total ca. 56,000 Todesfällen pro Jahr sterben an natürlichem Tod, an Altersschwäche, nur 2200 Menschen, an Unglücksfällen ca. 3000, an Infektionskrankheiten ca. 26,000, an Krebs 5000 und aus andern Ursachen ca. 20,000. Man wird nach und nach feige und

möchte nicht sterben und wenn man daran denken muss, so ist es unangenehm. Der Alternde hat keinen Mut mehr, zu verzichten.

Dass natürlich dieses Unbehagen drängt, dem Alter zu entweichen, zu sehen, ob man nicht länger jung bleiben und so sein Leben verlängern kann, ist es leicht verständlich, dass man nach Mitteln sucht, um dies tun zu können. Man würde sich vielleicht eher damit zufrieden geben, wenn man nicht von langlebigen Leuten gehört hätte oder vielleicht sogar mit ihnen in direktem Verkehr steht.

Lebensverjüngung und -verlängerung sind miteinander im Zusammenhang. Beides geht Hand in Hand. Wenn ich ein Mittel finden würde, das mich, wenn älter geworden, wirklich um 20 Jahre jünger macht, von 40 auf 20 hinuntersetzt, so würde ich deswegen kaum darauf verzichten wollen, diese 20 Jahre von meiner übrigen Lebensdauer abzuziehen. Nun ist es leider aber nicht möglich, den Veränderungen in unserem Körper, die sich nach und nach eingestellt haben, und die in einer allmählig zunehmenden Abnutzung und Umänderung unserer Zellen bestehen, Einhalt zu gebieten oder dieselben wieder rückgängig zu machen. Man kann ja allerdings sagen, Wasser gefriert zu Eis und kann wieder zu Wasser werden; die gleichen Verhältnisse jedoch kommen für unseren Körper nicht in Betracht, da sich ganz andere chemische, physiologische Umstellungen ergeben. Möglich ist es, durch Abhaltung von Schädigungen ein frühzeitiges Altern zu verhüten, oder wie ein Philosoph sich ausdrückte: das beste Mittel, das Leben zu verlängern, ist dasselbe nicht zu verkürzen.

Der Drang nach Jugend ist so alt wie die Menschheit, denn Jugend will meist auch sagen: Schönheit. Und wir sind einmal so eingestellt, dass wir Begriffe von schön und hässlich festgelegt haben und wir ein jugendliches Gesicht eben viel hübscher empfinden als ein runzeliges, gealtertes. Es sind ja vielleicht die Anschauungen über schön und hässlich im Laufe der Jahrhunderte verschiedene geworden, es handelt sich jedoch nur um Kleinigkeiten.

Die ältesten Bestrebungen, verlorene Jugend wieder zu gewinnen, wurden jedoch nicht für jedermann gewünscht, sondern nur für hervorragende Sterbliche. Das waren im Altertum die Könige; die wollte man jung erhalten, wenn sie wenigstens gut regiert hatten. Vielleicht hoffte man auch, dass doch noch der erwartete Erbe sich zeigen würde. Man sagt sich: Jugend muss bei Jugend gesucht werden und so kam man auf den ganz einfachen Gedanken, alte Könige zu jungen Weibern zu stecken. Man hoffte, dass von diesen jungen Leibern Jugendsäfte — wie eine Art drahtloser Strahlen — auf den alternden Körper des Herrschers überfliessen sollten. So erzählt uns ja die Bibel, wie die schöne Abisag von Sunem den alten König David zur Jugend zurückführen sollte. Aehnliches wird uns von Karl dem Grossen und andern erlauchten Herrschaften berichtet. Ueber das Resultat dieser Verjüngungskuren erfahren wir freilich nichts. Wir hören nur, dass auch bei diesen Gesalbten der Tod eintrat — Als mit solchen Methoden nichts anzufangen war, suchte man nach andern Mitteln. Besonders das Mittelalter war reich an Entdeckungen dieser Art, die von den Alchemisten und andern Hexenkünstlern empfohlen wurden. Eine grosse Zugkraft hatte lange Zeit der Stein der Weisen, eine unbekannte Materie, die bald dem Gold, bald dem Quecksilber, Meteoren usw. entnommen wurde und mit dem die Ver-

käufer glänzende Geschäfte machten. So behauptet der Alchemist Salomon Trismon in Konstantinopel, er habe sich mit 1/70 gr des Steines der Weisen, eigener Erfindung natürlich, plötzlich verjüngt. Seine runzelige Haut sei weiss und glatt geworden, seine grauen Haare schwarz und sein krummer Rücken kerzengerade. Und 90jährige Weiber habe er in blühendfrische Jugend zurückversetzt. So musste alles herhalten und Lebenselixiere tauchten in Menge auf. Merkwürdig war, dass schon damals verschiedenen menschlichen Körpersäften besondere Jugendkräfte zugemutet wurden. So z. B. der *Frauenmilch*. So schreibt ein lateinischer Schriftsteller, Marsilius Ficinus: «Oefters vertrocknet und vergehet der menschliche Baum gleich nach 70, bisweilen auch nach 60 Jahren und alsdann muss man anfangen, ihn mit junger Weibermilch zu benetzen, damit er wieder frisch werde; man muss daher ein gesundes, wohlgestaltetes, aufgewecktes und gemässigtes Frauenzimmer suchen und bei zunehmenden Monden ihre Milch trinken und gleich darauf ein wenig in Zucker eingemachten Fenchel zu sich nehmen. Der Zucker hat die Kraft, dass die Milch im Leibe nicht gerinnt oder gärt. Der Fenchel aber, weil er subtil und angenehm ist, wird die Glieder ausdehnen.» An Frauenbrüsten saugende Greise sind ein beliebtes Thema der Kunst gewesen. Die rührende Erzählung der griechischen Sage, wo die Tochter Pera ihrem Vater Zimon, der zum Hungertod verurteilt war, während längerer Zeit beim Besuch im Gefängnis ihre eigene Brust bot und ihn so ernährte, galt als Motiv für mehrere Gemälde. Aber auch in der Neuzeit wird Frauenmilch noch als Verjüngungsmittel getrunken; in chinesischen Hafenstädten wird eintreffenden Europäern Frauenmilch als Verschönerungs- und Verjüngungsmittel angeboten.

Eine ganz besondere Rolle als Verjüngungsmittel fand auch das Blut, dieser *ganz besondere Saft*, nicht nur für Mephisto und Faust, sondern für die ganze Welt. Wenn das Blut entströmt, entweicht das Leben. Mit dem Bluttrinken des getöteten Gegners wollte man dessen Kraft in sich aufnehmen. Blut wird noch heute getrunken, besonders von Metzgern, um möglichst kräftig zu werden, wie man dies etwa in Schlachthäusern beobachten kann, aber auch von blutarmen Leuten. Wir kennen ja alle die Verwendung von Blut zum Ersatz von durch Verletzungen oder bei Operationen verloren gegangenem. Diese Blutübertragung wurde auch im Mittelalter geübt, doch weil man die Technik nicht beherrschte, bot sie grosse Gefahren. Da speziell das Hammelblut Verwendung fand, schrieb ein Gelehrter in ironischer Weise, zu einer Blutübertragung brauche es drei Hammel, denjenigen, von dem das Blut genommen wird, denjenigen, der die Uebertragung macht und als dritten denjenigen, der sich dies gefallen lasse. Wir wissen heute, dass die Blutübertragung nach genauen physiologischen Vorschriften gemacht werden muss, wenn sie den Patienten nicht den Tod bringen will.

So boten auch die Bluteinspritzungen nicht die erwarteten Erfolge. Es wurde immer weiter geforscht und auch die Wissenschaft fing nun an, sich damit zu beschäftigen, die Ursachen herauszufinden, welche den Menschen den Tod bringen. So kam der berühmte Forscher *Meschnikof* in Paris in seinen Forschungen dazu, den Dickdarm als die Hauptursache unseres Todes zu betrachten. Unser Dickdarm sei zu gross, enthalte zu viele Bakterien, was wieder zu

Fäulnis führe. Dadurch entstehen giftige Körperstoffe, mit nachfolgender Schädigung von Organen, die mit zunehmendem Alter immer gefährlicher werden. Da man den Dickdarm nicht entfernen kann, suchte er die Bakterien darin zu vernichten und ihre Wirkung zu hindern. Er wollte dies durch möglichst fleischlose Nahrung und durch Trinken von *Joghurt* erreichen; diese sauernde Milch solle die Bakterien vernichten. Meschnikof hat in den letzten 18 Jahren seines Lebens sich hauptsächlich von Joghurt genährt, und als Bakteriologe alles getan, um ja nicht Bakterien mit seiner Nahrung zu verschlucken. Und trotzdem war es ihm nicht vergönnt, länger als 70 Jahre zu leben. — Welche sonderbaren Blüten aus den Anschauungen von Meschnikof hervorbringen, ergibt sich daraus, dass am Ende des letzten Jahrhunderts ein portables, künstliches Abgasventil empfohlen wurde, durch welches ständig sich die Darmgase unbemerkt entfernen können.

Wissenschaftliche Forschungen bewegten sich nun auf einem andern Gebiete. Die Tatsache, dass mit dem Aelterwerden die *Fortpflanzungsfähigkeit der Geschlechter* verschwindet, die fernere Tatsache, dass auch bei frühzeitiger Entfernung der Geschlechtsdrüsen, männlich oder weiblich, infolge von Verletzung, Krankheit, Operationen, ähnliche Veränderungen eintreten, haben es verständlich erscheinen lassen, dass man einen Zusammenhang suchte zwischen Altwerden und Geschlechtsdrüsenveränderung. Die Erfahrungstatsache der Viehzüchter, dass durch Kastrieren von Tieren dieselben einerseits ruhiger und zahmer werden, wie dies bei Hengsten der Fall ist, oder dass durch Kastration bessere Fleisch- und Fettansätze bei Rindern und Schweinen erzielt werden können, wurde verwertet. Auf allen diesen Beobachtungen fussen vor allem die Versuche des Wiener Forschers *Steinach*, der vor einigen Jahren die Welt damit in Aufregung gebracht hat. Ihm ist die Entdeckung zu verdanken, dass die Geschlechtsdrüsen, also Hoden und Eierstöcke, nicht nur etwa zur Fortpflanzung dienen, sondern dass in ihnen auch gewisse Stoffe, *Hormone*, gebildet werden, welche dem Träger den Geschlechtscharakter geben. Seine Versuche an Ratten ergaben folgendes: Alte Ratten werden, wenn kastriert, faul, schmutzig, bösartig; wenn man ihnen aber das Sekret einer Geschlechtsdrüse, die man von einem gesunden Tiere genommen hat, unter die Haut spritzte, wurden sie wieder verträglich, reinlich und lebhaft. Es ergab sich aber noch eine sehr interessante andere Erscheinung. Spritzt man kastrierten Männchen Sekret von weiblichen Drüsen ein, so nahm das Männchen nicht nur in seinem Tun weibliche Allüren an, sondern auch sein ganzes äusseres Aussehen wurde mehr weiblich. Auch das umgekehrte Verhalten traf ein, dass Weibchen mehr männlichen Charakter aufwiesen. Steinach brachte es so weit, dass er beinahe aus Männchen Weibchen machen konnte und umgekehrt. Für uns wichtig ist hier die Tatsache, dass so behandelte Tiere nicht nur jugendlicher wurden, sondern auch *eine bedeutende Verlängerung der Lebensdauer* aufwiesen, denn die so behandelten Ratten lebten durchschnittlich 9 Monate, d. h. ungefähr $^1/_3$ länger als ihre Genossen.

Lag es da nicht nahe, diese Erfahrungen sich durch Versuche am *Menschen nutzbar* zu machen? Der Krieg hat die Versuche Steinachs lange Zeit unterbrochen; sie wurden erst später wieder von ihm und seinen Schülern fortgesetzt,

und zwar beim Männchenindividuum, da in technischer Hinsicht bessere Verhältnisse sich ergaben. Die Versuche sollen, wenigstens teilweise, ergeben haben, dass durch Einspritzung von Geschlechtsdrüsensekret alternde Leute wieder ein jüngeres Aussehen erhielten. Sein Schüler *Woronoff* behandelte seine Patienten mit Sekret von Affen, aber auch mit solchen von Geissböcken; er will damit Erfolg gehabt haben. Auf einer andern Forschung beruht das Vorgehen von *Jaworsky* in Paris. Die Entdeckungen von Steinach gaben ihm den Beweis, dass nicht nur die Drüsen mit ihren Säften, sondern auch das Blut selbst, das solche Säfte zum Teil enthält, als Verjüngungsmittel brauchbar sei. So ist es ihm gelungen, einem alten Ponny, Prince genannt, das in Paris im Jardin d'Acclimatation den Besuchern wohl bekannt war und dort sein Gnadenbrot fristete, durch Einspritzung von Blut eines jungen Ponnys wieder Lebenskraft zu geben. Prince wurde wieder so lebendig, dass nach einiger Zeit die ihm zur Begleiterin gegebene Ponnystute Eglantine einen Sohn gebar. Worowsky hat nun seine Versuche an andern Tieren fortgesetzt und schliesslich auch auf den Menschen übertragen. Auch er behauptet, Erfolge zu haben.

Die Wissenschaft zeigt uns, dass die *Ausscheidungsdrüsen* unseres Körpers in enger Verbindung zueinander sind. Erkrankt eine der Drüsen, so leiden darunter auch die andern. Alle diese Drüsen werden in ihrer Tätigkeit reguliert durch einen ganz bestimmten Nerv, den sog. *sympathischen Nerv*. Er ist es, welcher die Blutzufuhr zu den Drüsen reguliert und damit auch deren Tätigkeit. Je mehr Blut zuströmt, desto stärker wird auch das Ausscheidungsvermögen dieser Drüsen sein und damit derjenigen Stoffe, die für unsern Körperhaushalt wichtig sind. *Lorenz* in Wien macht sich nun diese Tatsache zu Nutze und in Verbindung mit den Steinach'schen Entdeckungen sucht er den Sympathicus, der zu den Geschlechtsdrüsen führt, zu beeinflussen. Eine kleine Operation in der Leiste legt die grosse Schenkelarterie frei, diese wird mit einer Phenollösung bestrichen, wodurch die Nervenfaser zerstört wird, eine Regelung der Blutzufuhr findet nun nicht mehr statt; dagegen zeigt sich eine Ueberfüllung der drüsigen Elemente mit Blut, so dass eben auch auf diese Weise eine bessere Anregung auf den Gesamtstoffwechsel zu erwarten ist.

Während alle diese Versuche und Operationen bezweckten, auf den *Allgemeinzustand des Körpers* einzuwirken und ihn zu verjüngen, wurden daneben von *Laienseite* eine Unmenge von Mitteln angegeben, die Verjüngung versprachen. Es sind das vor allem aus *äusserlich* anzuwendende Medikamente, seien es Hautcrêmen, alle möglichen anderen Salben, Schönheitswässer usw. wie auch innerlich zu nehmende Produkte aus sog. wiederbelebenden Pflanzensäften. Vor kurzem spielte ein Präparat *Lucutate* eine grosse Rolle, eine konservenartige Masse, welche einen indischen Pflanzensaft enthalten sollte. Das Volk will betrogen sein. Eine Unmenge Geld wurde für dieses Mittel ausgegeben, bis dann schliesslich durch polizeiliche Publikationen auf das Wertlose dieses Schwindelmittels hingewiesen wurde, in welchem sich auch nicht eine Spur einer solchen indischen Pflanze befand. Dass auch die *Elektrizität* im heutigen Zeitalter zu Verjüngung dienen muss, ist begreiflich. *Blau-* und *Violettstrahlen*, alle möglichen elektrischen Apparate, Vier-

zellenbäder usw., auch das *Radium* müssen herhalten zu Verjüngungsmitteln, und leider geht unser Publikum vielfach ohne Ueberlegung auf den Leim. Es ist noch nicht so lange her, dass auch hier in Bern ein aus dem Auslande importierter *Radiumgürtel* angepriesen und verkauft wurde, der durch Entwicklung von Radiumstrahlen Lebenskraft und Jugend geben sollte. Wenn man diesen Gürtel schloss, verspürte man leichte, prickelnde Wärme. Die nähere Untersuchung ergab, dass es sich um nichts anderes handelte als um ein in einen recht vornehm erscheinenden Gürtel eingebautes Trockenelement, wie wir es bei jeder Taschenlampe brauchen; und dieser Schwindel kostete Fr. 75.—. Nicht dass wir die Wirkung des Radiums und anderer Strahlen abschätzig beurteilen wollten. Wir wissen, dass z. B. Bestrahlung mit Radium bei gewissen Geschwülsten, die sich in der Gebärmutter der Frau befinden, event. ein Kleinerwerden derselben bewirken können; dadurch körperlich und seelische Besserung und damit auch körperliche und seelische Lebensverjüngung und damit auch -Verlängerung. Wir wissen, dass Radium gewisse Arten von Krebsen sehr günstig beeinflussen kann und auch dadurch natürlich eine Verlängerung des Lebens gegeben wird. Doch handelt es sich hier nicht um eigentliche Lebensverjüngung und -Verlängerung bei gesunden Menschen, die einem natürlichen Aelterwerden unterworfen sind, sondern um Entfernung von Krankheitsursachen. Zu warnen ist jedenfalls vor Verwendung von elektrischen Apparaten jeder Art oder besonders auch vor Radiumapparaten oder Lösungen, wenn sie nicht ärztlich begutachtet sind und für den betreffenden Fall empfohlen wurden.

Die *moderne Verjüngung*, wie sie heute in den Tageszeitungen und in Reklameblättern aller möglichen Heilungskünstler publiziert wird, verspricht hauptsächlich dem Patienten ein jüngeres Aussehen zu geben. Die Hauptsache dabei ist jedoch der finanzielle Verdienst für den Verkäufer. Schönheitscrêmen mit allen wohlklingenden Namen, Auflegung von Radiumschlamm, Anwendung von Poudre und Schminke sind an der Tagesordnung. Massieren der sich fältelnden Gesichtshaut spielt dabei eine grosse Rolle. Dass natürlich auch das Färben der Haare benutzt wird, um ein jüngeres Aussehen sich zu geben, dürfte nicht verwunderlich sein. Ich möchte aber gleich hier bemerken, dass ja nicht etwa nur das weibliche Geschlecht diesem Sporte huldigt. Wenn zudem noch eine wunderbare Nagelpflege getrieben wird, die auch dort einen rosigen Teint hervorrufen, Liebchen, was willst du noch mehr?

Wenn wir nur kurz die Verwendung von Hautcrêmen und Massage streifen wollen, so möchte ich auch da vor planloser Anwendung warnen. Ein jugendliches Gesicht braucht dies nicht und ein älteres Gesicht wird auch nur scheinbar vielleicht etwas jugendlicher aussehen. In beiden Fällen besteht die Gefahr, dass eine so unnatürlich behandelte Haut viel rascher eben doch altert. Massage kann wohl einen gewissen Einfluss haben auf die Spannung der Haut, aber nur allein damit ist es nicht gemacht. Wer nicht seinen ganzen Körper behandelt, d. h. wer nicht vernünftige Gesundheitspflege an und für sich schon treibt, dem werden alle diese Mittelchen nur von kurzer Dauer Erfolg verschaffen.

Gibt es denn wirklich nichts, was uns wirklich jünger machen könnte, oder was unser Altwerden etwas hinausschie-

ben kann? Ich glaube doch. Aber da ist in erster Linie eine Hauptbedingung, eine richtige Körperpflege durchzuführen; eine Hautpflege vor allem, nicht durch Crêmen und alle möglichen anderen Mittel, sondern durch die sehr einfachen und billigen, die uns immer zur Verfügung stehen, durch *Luft und Wasser*. Wenn wir unserm Körper eine gewisse Widerstandsfähigkeit geben können gegen äussere Witterungseinflüsse, so werden wir schon viel erreichen, um wenigstens äusserlich unsere Jugendfrische bewahren zu können. Damit muss Hand in Hand gehen eine richtige Ernährung, nicht einseitig, weder übertriebene Fleischnahrung (wie sie übrigens heute kaum mehr eigentlich vorhanden ist für den Durchschnitt unserer Bevölkerung), aber auch nicht Vegetarianer- und Rohkostfanatismus. Sorgen wir für ein besseres Brot, das sich wieder mehr dem Brot nähert, das unsere Altvordern assen, nützen wir das aus, was in Feld und Garten wächst, ohne es zu sehr durch unsere Kochkunst zu verderben. Suchen wir eine richtige Abstufung zu treffen von Ruhe und Arbeit, lassen wir uns nicht zu sehr von der Hast der Zeit mitreissen; draussen sein in frischer Luft, nicht Stuben- und Wirtshaushökker; suchen wir schliesslich *zufrieden zu sein mit dem, was man hat*, verbittern wir einander nicht das Leben, *Leben und Leben lassen*, das wird die beste Verjüngungskur sein. Und dazu ein bisschen Lebensbejahung, nicht gleich beigeben!

Und ich will noch nicht alt sein und bin es noch nicht
Und mag es auch schneien und blasen,
Ich biete dem Schnee und dem Reif das Gesicht
Die Stürme, ich lasse sie rasen!
Zerwühlt ihr Stürme, zerwühlt mir die Locken,
Bestreut mir silbern die Haare, ihr Flocken,
Umwirbelt, umtänzelt mich toll und dicht!
Und ich will noch nicht alt sein und bin es noch nicht.

So sagt ein Dichter, das wollen wir beherzigen! *Dr. Scherz.*

Rapprochement des peuples et correspondance interscolaire.

Par *M. Albert Malche,*
professeur à l'Université de Genève, vice-président de la section genevoise de la Croix-Rouge de la Jeunesse.

Peu d'années ont suffi à la Croix-Rouge de la Jeunesse pour devenir un des groupements les plus puissants sur le plan international.

Solidement organisée dans 48 pays, comptant 12 millions de juniors, la Croix-Rouge de la Jeunesse exerce désormais dans le monde une influence considérable. Sa propagande en faveur des habitudes de santé, son action en matière d'hygiène, son œuvre prophylactique et humanitaire sont connues et appréciées dans les cinq continents.

Une de ses activités, qui se poursuit un peu plus loin du domaine public, mériterait un égal succès: nous voulons parler de la correspondance internationale d'école à école, ou mieux de classe à classe, une entreprise tout à fait originale, destinée, entre autres, à hâter le rappro-