Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 25 (1915)

Heft: 7

Artikel: Verhütung von Augenschwäche und Augenleiden

Autor: Thraenhart

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037862

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: 13.07.2025

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

zukommen ist, wird jene Gabe dem Arzte von großem Nutzen sein. Manchem ist sie gegeben; allen wäre sie zu wünschen.

Hier einschlägig ist das Kapitel von der Blickdiagnose, d. h. der Erkennung auf den ersten Blick — dieser vielverfehmten ärztlichen Erkenntnisart. Ihre Möglichkeit, Berechtigung und die Befähigung zu ihr dürfte nicht geleugnet oder so geringschätzig abgetan werden, als sie in der Tat und in der Regel ihrer oberflächlichen, unwissenschaftlichen, speziell unnaturwissenschaftlichen Unexaktheit wegen, als Usance rohesten Empirikertums in Verruf steht, mit Kopfschütteln und Entrüstungszeichen behandelt und abgelehnt wird. Ohne die Berechtigung jener Erkenntnisform als Ersatz für eine sorgfältige, auf gründlicher, objektiver Untersuchung beruhende propagieren zu wollen, halten wir es für verfehlt, ebenso wie die Möglichkeit jener Erkennungswerte und die Fähigkeit manchen Arztes für sie ihre Zulässigkeit abzusprechen. Allerdings ist sie nur unter Nachprüfung mittels genauer Exploration angängig. Diese darf und wird der ernste, gewissenhafte Arzt nie unterlassen und durch jene sich nie verführen lassen. Es ist deshalb kaum eine Gefahr zu befürchten, da eine solche nur für den ohnedies Leichtsinnigen bestehen mag; vielmehr ist die Uebung und Pflege der Blickdiagnose und der Begabung hiezu als schätzenswerter ärztlicher Beigabe zu begrüßen.

Eine weitere Gabe, die der Therapeut haben soll, ist ein Direktions-, ein Organisations- und Dispositionstalent, das ihn instandsetzt, dem Patienten, seinen Angehörigen und Pflegepersonen die nötigen vielseitigen Anordnungen und Anregungen zu geben und deren Ausführung zu überwachen.

Außer den positiven intellektuellen Eigenschaften, die der Arzt haben soll und deren Gegenteile sich damit von selbst als Mängel bedeutende Minderwerte verstehen, sind noch in negativer Hinsicht einige Momente hervorzuheben, deren der Arzt entraten soll. Obwohl er seinen Patienten gegenüber mit einer auf das Bewußtsein bestmöglicher Pflichterfüllung gründbaren Sicherheit auftreten soll, möge er sich nicht in der Weisheit scheinbar dichten Mantel hüllen, der in Wahrheit doch vielfach verdammt fadenscheinig ist. Und so sehr er von seinem Patienten Vertrauen fordern muß, soll er, namentlich Außenstehenden gegenüber, nicht eine starre Heilsautorität für sich beanspruchen, strotzend in der Plethora seines „profunden" Wissens, sich nicht in stets und breit herausgekehrter Korrektheit, Doktrinarität und Schulmeisterlichkeit gefallen, nicht einen philosophus in scena des Krankenzimmers machen oder gar eine Justitiarpose annehmen, da ihm die Rolle eines Richters am wenigsten zukommt, soweit es sich nicht um die Erkrankung selbst handelt.

Was schließlich der Arzt neben all seinem Kennen und Können mit als Unerläßlichstes benötigt zur Erfüllung seiner vielseitigen Aufgaben und in den Seelenkämpfen, die keinem Arzte von tieferem Gemüte erspart bleiben, — das ist ein besonnener Kopf bei aller Energie und aller Warmherzigkeit, die dem Kranken so wohl und not tut.

Damit kommen wir auf die moralischen Qualitäten, die dem Arzte vonnöten sind.

(Schluß folgt.)

(Zeitschrift für eine natur- und vernunftgemäße Lebensweise.)

Verhütung von Augenschwäche und Augenleiden.

Von Dr. **Thraenhart**, Freiburg i. Br.

(Nachdruck verboten.)

Das Auge ist das Wichtigste aller Sinnesorgane, mit dessen Verlust nicht nur die

reichste Quelle von Belehrung und Genuß versiegt, sondern meist auch Erwerbsunfähigkeit eintritt. Der Blinde ist weit unglücklicher und verlassener als der Taube. Erschreckend groß ist namentlich die Zahl derer, denen Augenschwäche ebensowohl die Erfüllung ihrer Berufspflichten erschwert, als auch den Lebensgenuß beeinträchtigt. Dies brauchte aber durchaus nicht der Fall zu sein, denn Unkenntnis und Vernachlässigung dessen, was zur Erhaltung eines gesunden Gesichtssinns nötig ist, muß als eine überaus häufige Ursache der Augenleiden angesehen werden. Es ist in den Augenkliniken immer wieder bewiesen, daß fast die Hälfte aller Erblindungen zu vermeiden gewesen wäre, wenn die Kenntnis von der richtigen Behandlung des gesunden und kranken Auges mehr verbreitet wäre. Deshalb möge jedermann die folgenden praktischen Regeln der Augenhygiene wohl beachten.

Sehr grelles, das Auge direkt treffendes Licht ist schädlich, die Netzhaut wird verletzt, wahrscheinlich durch Verbrennung, der Geschädigte sieht stets einen dunkeln Fleck. Dies tritt besonders ein beim Blick in sehr starke Bogenlampen oder beim Beobachten einer Sonnenfinsternis ohne jeden Schutz (berußte Gläser) und hat schon öfter teilweise oder gänzliche Erblindung hervorgerufen. Ebenso schädlich ist das Blenden mit einem Spiegel; vor solchen verhängnisvollen Scherzen kann nicht dringend genug gewarnt werden. Die Sonne soll auch nicht den Gegenstand bescheinen, auf welche das Auge bei der Arbeit ruht; man darf also nicht in einem sonnenbeschienenen Buche lesen. Nur das diffuse Tageslicht soll die Arbeit treffen. Im Zimmer wähle man den Arbeitsplatz so, daß sich die Fenster links befinden. Dasselbe gilt bei der künstlichen Beleuchtung von der Lampe. Auch diese soll das Auge selbst nicht bestrahlen, was man durch undurchsichtige (blaue oder grüne) Lampenschirme erreicht. Sehr ungünstig sind oft die Lampen in den Bureaus angebracht, da sie sich so dicht an oder über den Köpfen der Schreibenden befinden, daß sie dieselben fortwährend mit einer Glut heißer austrocknender Strahlen überschütten; die Folgen sind dann heißer Kopf, kalte Füße, Kopfschmerzen, brennende Augen und bald sich einstellende Augenschwäche. —

Wohl sollen unsere Augen vor der direkten Einwirkung der Lichtquelle geschützt sein, aber unsere Arbeit, z. B. Buch oder Näherei muß stets gut beleuchtet sein. Man darf bei der Arbeit sich nicht zu weit von Fenster oder Lampe entfernt halten und darf nie in der Abenddämmerung die Augen überanstrengen, was dauernde üble Folgen haben kann. —

Die Reinlichkeit der Luft, in welcher wir uns aufhalten, ist für das empfindliche Sehorgan mindestens von derselben Wichtigkeit wie für den Gesamtorganismus. Der Aufenthalt in schlecht ventilierten Räumen ist schädlich. Die mit Staub oder Tabakrauch beladene Luft ruft Reizung besonders an den Schleimhäuten des Auges hervor (Rötung Entzündung). —

Auch die Reinlichkeit und Hautpflege des ganzen Körpers ist von Einfluß auf das Sehorgan. Jedem Augenarzt ist bekannt, daß eine Reihe von sogenannten skrofulösen Augenerkrankungen bei Kindern schon dadurch ohne jede weitere Behandlung heilt, daß man die Kinder täglich sorgfältig am ganzen Körper wäscht. Dabei ist besonders auf etwaige Kopfausschläge oder eitrigen Nasenschleim zu achten, der leicht mit den Fingern der Kleinen in Berührung kommt und dann auf die Augen übertragen wird. Man soll überhaupt möglichst vermeiden, mit den Fingern an den Augen zu wischen, denn es können dadurch sowohl In-

fektionsstoffe als auch Sandkörnchen und Schmutzteilchen von der Hand ins Auge hineingerieben werden.

In der Kleidung müssen wir alles vermeiden, was Störungen in der Blutzirkulation zur Folge hat. So wirkt besonders die Einengung des Halses durch Tragen zu enger Kragen schädigend infolge des behinderten Blutabflusses von Gehirn und Augen. Die Kopfbedeckung darf nicht so warm sein, weil dadurch Blutanhäufung im Kopf und Gesicht hervorgerufen wird. Schleier sollen möglichst ganz in Wegfall kommen, mindestens die engmaschigen oder mit Tupfen versehenen, welche das Sehen beeinträchtigen.

Ebenso wie für den Körper im allgemeinen, soll auch für das Auge Ruhe und Arbeit mit einander wechseln. Wirkliche vollständige Ruhe haben die Augen nur, wenn wir sie schließen, aber es bildet schon immerhin eine große Erholung, wenn Nahesehen abwechselt mit Fernsehen. Also möge man z. B. eine stundenlange Arbeit am Schreibtisch immer mal unterbrechen durch Hinausschauen zum (möglichst offenen) Fenster. Sehr wohltuend wirkt das Wandern durch grüne Wiesen oder im kühlen schattigen Wald. Entsteht Brennen oder Hitze in den Augen, so tauche man das ganze Gesicht wiederholt in einen Napf mit kühlem Wasser. Je größere Anforderungen die Berufsarbeit an die Augen stellt, desto mehr muß man sie in der Ruhezeit schonen, darf also nicht „zur Erholung" lesen oder Zeitschriften betrachten.

Bei der Verhütung von Augenschwäche und Augenleiden ist auch das Lebensalter in Betracht zu ziehen: beim Kinde sind andere Vorbeugungsmaßregeln nötig als beim Manne, wieder teilweise andere beim Greise.

Die Augen des ganz jungen Erdenbürgers blicken zum Lichte hin, um es gebrauchen zu lernen; daher sollen weder Bettchen noch Fenster mit Vorhängen geschützt werden. Jedoch dem direkten Sonnenlicht oder einer brennenden Lampe dürfen die Augen nicht ausgesetzt werden. Ganz falsch ist es, dem verlangenden Kinde eine brennende Kerze zum Auspusten dicht vors Gesicht zu halten. Vorsichtig sei man auch beim Ausfahren des Kindes ins Freie; am empfehlenswertesten hierzu sind Kinderwagen mit umklappbarem Verdeck, das je nach Stellung der Sonne entweder den Vorder- oder Hinterteil des Wagens beschattet. Die grelle weiße Farbe der Zierbettdecke bildet oft eine rechte Qual für die Kleinen; wenn die Sonnenstrahlen darauf fallen, blendet sie bedeutend. Man nehme durchsichtige oder durchbrochene Deckchen mit blauer Unterlage. Beim Baden dürfen die Augen des Kindchens nie mit demselben Schwamm gewaschen werden, mit welchem die andern Körperteile gereinigt worden sind. Vor dem fünften oder sechsten Lebensjahre sollen die Augen nicht durch feine Handarbeiten (Ausstechen, Ausnähen) oder durch Erlernen des Lesens und Schreibens angestrengt werden. Eingehende Belehrung, gewissenhafte Ueberwachung und nötigenfalls strenge Bestrafung wende man an bei den so verhängnisvollen Spielereien mit Zündhütchen, Pulver, Feuerwerkskörpern, dem Werfen mit Steinen, dem Schießen mit spitzen Pfeilen oder gar mit Flobertgewehren, wodurch schon viele Kinder und Erwachsene ihr Augenlicht verloren haben und fürs ganze Leben unglücklich geworden sind. Für kleine Kinder gilt das alte Sprichwort:

Messer, Gabel, Schere, Licht,
Nehmen kleine Kinder nicht.

Ein sehr dummer Spaß ist auch das Zuhalten der Augen eines Andern von rückwärts, weil dabei durch den starken Druck schon schwere Augenleiden entstanden sind.

Schulkinder müssen besonders vermeiden: Fehlerhafte Körperhaltung beim Arbeiten, zu starke Annäherung der Augen an den Arbeitsgegenstand. Beim Lesen, Schreiben, Nähen und dergl. ist ein Abstand von mindestens 1/3 Meter einzuhalten. Die Arbeit darf nicht zu lange fortgesetzt werden; der Gegenstand muß so gut beleuchtet sein, daß die Augen sich nicht besonders anzustrengen brauchen. Dies sind die erprobtesten Vorbeugungsmaßregeln gegen die leider so viel verbreitete Kurzsichtigkeit. Wer von Kindheit an zur Befolgung derselben stets angehalten wird, setzt sie gewohnheitsgemäß auch im späteren Alter zu seinem Besten fort: Jung gewohnt — alt getan. Besonders wichtig ist dies für diejenigen, welche viel Nahearbeit verrichten müssen, denn diese erzeugt hauptsächlich Kurzsichtigkeit.

Auf eine beginnende Kurzsichtigkeit ist namentlich bei der Berufswahl stets Rücksicht zu nehmen, was um so leichter ist, als dies Leiden gewöhnlich schon im 12. bis 14. Lebensjahr anfängt. Bei Bestimmung des Berufes sollte überhaupt die Beschaffenheit der Augen weit mehr beachtet werden. Wer kurzsichtige, schwache oder zu Entzündungen geneigte Augen hat, der vergegenwärtige sich genau die Anforderungen, die der zu wählende Beruf an seine Sehkraft stellt und die verschiedenen Schädigungen, denen seine Augen dabei ausgesetzt sind.

Ist einmal das 20. Lebensjahr zurückgelegt, so verringert sich die Gefahr, die aus der Nahearbeit entspringt. Um sich aber möglichst lange seine volle Sehkraft zu erhalten, muß man doch die oben angegebenen hygienischen Regeln beachten: Rauch und Staub möglichst meiden, zwischen der Arbeit den Augen genügend Ruhe und Erholung gönnen, den Arbeitsgegenstand hell beleuchten, aber die Augen selbst beschatten, nicht lesen in der Dämmerung, beim Fahren oder im Bett. Wenn man später beginnt, weitsichtig zu werden, so lasse man sich recht bald ein passendes Glas verordnen, denn ein langes Hinausschieben kann zu schweren Störungen führen. Treten solche ein, dann gehe man ungesäumt zum Augenarzt, da im höheren Lebensalter an Star gedacht werden muß.

Nach dem Sprichwort läßt man demjenigen die größte Liebe und Fürsorge zuteil werden, den man hegt und pflegt „wie seinen Augapfel". Leider wird die Voraussetzung dieses Wortes noch nicht von Allen genügend beherzigt. Und doch ist gerade die ungeschwächte Erhaltung des Augenlichtes, dieser „edlen Himmelsgabe" (Schiller), der lohnendste Erfolg der hygienischen Fürsorge. Der Altmeister der Augenheilkunde, Albrecht von Gräfe, sagt: „Das Auge ist das Organ, welches für die Nahrung unsres Geistes, für die Begründung unsrer Weltanschauung und für die Beziehungen der Menschen unter sich einen Einfluß übt, über dessen Umfang sich der in ungeschmälertem Besitz Stehende kaum volle Rechenschaft zu geben vermag. Redner haben das Auge gepriesen, Dichter haben es besungen, aber der volle Wert desselben ist versenkt in das dumpfe Sehnen derer, die es einst besessen und dann verloren haben.

Klinische Mitteilungen.

I. 2 Fälle von chronischer Gebärmutter- und Eierstocksentzündung.

a.) Frau M. R. aus F. im Breisgau litt an chronischer Gebärmutter- und Eierstocksent-