Ueber die Bedeutung des Schmerzes [Fortsetzung und Schluss]

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): **30 (1920)**

Heft 4

PDF erstellt am: **24.05.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

die Art und Weise, wie sie dargestellt und dargeboten wurde, ihnen nicht erlaubte, Ernst mit ihr zu machen. Doch ungeachtet aller Warnungen verharrte Mattei in seinem Geheimnis. Glücklicherweise hörte jedoch das Geheimnis bald auf, eines zu sein. Mattei sollte uns unbewußt selber dazu verhelfen, die Wahrheit zu entdecken. Diesem unfreiwillig gegebenen Fingerzeig ist Sauter, der Gründer unserer neuen Methode, konsequent nachgegangen und hatte das große Verdienst, uns mit seinen komplexen Spezifika zu bereichern. Diese sind vernunftgemäß zusammengesetzt und deren genaue Zusammensetzung wurde bekanntgegeben. Die einzelnen Stoffe sind in ihnen zweckmäßig zusammengestellt und so durch Gärung innig vermischt, daß jedes neu entstehende Heilmittel ein neues, beständiges, gleichartiges Ganzes darstellt, das sozusagen die Heilwirkung eines jeden Bestandteiles im Potential der Anzahl dieser Bestandteile besitzt.

Seit den grundlegenden Arbeiten von Professor Bürgi am Physiologischen Institut in Bern hat diese Anschauung über Wirkungsvermehrung der Heilmittel durch gleichzeitige Anwendung eines andern im gleichen Sinne wirkenden Mittels (Chinin und Antipirin z. B.) die exakt wissenschaftliche Bestätigung erhalten.

Uebrigens wußte man schon, daß gewisse Arzneistoffe ihre bestimmte Wirkung der sehr speziellen Zusammensetzung verschiedener Grundstoffe verdanken und der Art, derzufolge diese miteinander verbunden sind. So hat man aus dem Opium gegen zwanzig Alkaloiden gewinnen können; doch keines unter diesen, einzeln genommen, vermag die gleichen physiologischen Wirkungen auszulösen wie das Opium in natura. Desgleichen sind die Wirkungen des Digitalins oder Ergotins nicht vollständig derjenigen des Fingerhutes oder des Mutterkorns vergleichbar.

Mit Recht oder Unrecht — wir wollen es nicht erörtern — hat Sauter für seine Sternmittel im großen und ganzen die gleichen Bezeichnungen der Elektro-Homöopathie beibehalten.

Der Name „Elektro-Homöopathie" ist nun in der ganzen zivilisierten Welt durch die mit ihr erzielten Heilerfolge bekannt, und es liegt meiner Ansicht nach kein Grund vor, diesen Namen ändern zu wollen, obgleich von vegetabilischer Elektrizität nicht mehr die Rede sein kann, nicht mehr die Rede sein braucht.

Eines bleibt jedoch sicher: nämlich, daß jene Unrecht behalten, die aus vorgefaßtem Urteil mit den zusammengesetzten Mitteln der Elektro-Homöopathie nicht wenigstens einen Versuch machen wollen.

Ueber die Bedeutung des Schmerzes.

(Fortsetzung und Schluß.)

Es kommt nun gar sehr darauf an, daß man auch zu verstehen sucht, was einem der Schmerz sagt; das heißt, es kommt darauf an, alles auszufinden und zu vermeiden, was einem im geringsten Schmerzen verursacht. Tut man dies nicht, dann kann es kommen, daß man sich entweder an den Schmerz gewöhnt oder daß der Schmerz mit der Zeit nachläßt und ausbleibt, daß also das Warnungssignal nicht mehr abgegeben wird. Und dies ist in der Tat heute das Gewöhnliche. Wir leben heute alle in unnatürlichen Verhältnissen, die uns eigentlich und ursprünglich Schmerzen verursachen oder verursacht haben; aber wir achten nicht darauf oder haben nicht darauf geachtet und sterben infolgedessen fast alle eines unnatürlichen, frühzeitigen Todes. Nur ein einziges Beispiel. Jeder Raucher weiß es oder kann sich noch erinnern, daß ihm das Rauchen der ersten Zigarre Schmerzen verursacht hat. Aber er

rauchte weiter; bei der zweiten Zigarre wurden die Schmerzen geringer, bei der dritten noch geringer, bei der vierten blieben sie schon fort. „Man gewöhnt sich daran." Ja, man gewöhnt sich an alles. Deshalb aber ist das Gift noch nicht etwas Heilsames. Und der Körper stößt seine Warnungsrufe nur dann aus, wenn er fühlt, daß sie beachtet werden.

Die meisten Menschen übersehen heute die ersten sich meldenden Schmerzen und sündigen weiter. Sie haben sich sogar an den Schmerz gewöhnt und achten nicht mehr darauf. Die Vergiftung und Zerstörung des Körpers nimmt deswegen ihren Fortgang, bis endlich das Todeszucken das letzte Signal abgibt, — aber dann ist es zu spät...

Ich sage also, es kommt darauf an, so gewissenhaft als möglich zu sein in der Beseitigung alles dessen, was nur im geringsten Schmerzen hervorruft. Hierauf muß ganz besonders in der Erziehung Rücksicht genommen werden. Denn beim Kinde ist der Körper noch nicht stumm geworden vermöge der Macht der Gewöhnung und Anpassung, sondern redet noch eine deutliche Sprache. So lange das Kind noch unselbständig ist, ist es Sache der Eltern, jener Sprache Gehör zu schenken und alles zu vermeiden, was dem Kinde körperliches Unbehagen oder gar Schmerz bereitet, zugleich aber auch das Kind daran zu gewöhnen, keinen Schmerz zu ignorieren, mag er noch so gering sein, sondern immer die Ursache des Schmerzes zu suchen und zu beseitigen. Auf diese Weise können wir wieder zu Menschengeschlechtern kommen, welche noch Schmerzen empfinden können und deshalb nur noch wenig Schmerzen haben. Dies wird nach allem Vorhergegangenen nun nicht mehr unerhört klingen. Es ist ja keine Frage, daß wir heute so häufig an so schweren Krankheiten leiden, weil wir die ersten Warnungsrufe des Körpers überhört haben oder nicht hören wollten. Der Schmerz ist nicht etwa etwas Erstrebenswertes, sondern etwas Hassenswertes; aber wenn er nicht vorhanden ist, frägt es sich sehr, aus welchem Grunde er nicht vorhanden ist, ob deswegen, weil keine Belastung oder Behinderung des Körpers vorliegt, oder ob deswegen, weil die Behinderung so lange erfolgt ist, daß der Körper gar nicht mehr darauf reagiert. Wehe uns, wenn letzteres der Fall ist!

(Prof. Dr. Jägers Monatsblatt, Zeitschrift f. Gesundheitspflege u. Lebenslehre.)

Die Hygiene des Schlafes.

Von Dr. med. Julian Marcuse, Mannheim.

Zu den vornehmsten Bedingungen menschlicher Wohlfahrt gehört der Schlaf, der in der gesamten organischen Welt den Ausgleich zwischen Verbrauch und Wiederersatz der zum Leben notwendigen Spannkräfte bildet. Mit der gewaltigen Bedeutung desselben für Gesundheit und Wohlbefinden steht aber die Erkenntnis weiter Volkskreise durchaus nicht im Einklang, und wie in allen übrigen Lebenstätigkeiten und Aeußerungen findet auch hier eine große Menge von Mißbräuchen statt, die das Palladium des menschlichen Organismus, die Widerstandskraft, herabsetzen und damit Tür und Tor äußern und innern Unbilden öffnen.

Wieviel Stunden soll der Mensch schlafen, wann soll er schlafen, wie und wo soll er schlafen? Diese drei Kardinalfragen einer hygienischen Gestaltung des Ruhestandes des Körpers wollen wir uns näher zu erläutern suchen. Das Wieviel wird in Büchern wie im Leben meist mit einer bestimmten Zahl, nämlich mit acht Stunden, beantwortet; allein ebenso wenig wie es irgendwo in der Natur ein allgemein gültiges