Zeitschrift: Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege : Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

Herausgeber: Elektro-Homöopathisches Institut Genf

Band: 3 (1893)

Heft: 7

Artikel: Ein Vortrag von Pfr. Kneipp [Schluss]

Autor: Kneipp

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038593

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

Man sieht aus allem Gesagten, daß die Wärmelehre noch lange nicht gründlich studirt ist, noch sehr im Argen liegt — ein Armuths- und Impotenzzeugniß für die sich groß dünkende Wissenschaft der Physik — und daß demnach die Angaben und Behauptungen der Physiker, noch Vieles zu wünschen übrig lassen und nur mit zweifelnder Vorsicht anzunehmen sind.

Aus den vorstehenden Betrachtungen ersieht man nun, daß man sich, betreffs der Kleidung, nicht auf die vorgegebene schlechte Wärmeleitung der Luft verlassen darf, und sich demgemäß verhalten muß, wenn man sich wohl befinden und sich vor Kälte, wie auch vor Hitze, schützen will.

Zum Schluß noch einige Worte über die sogenannten Regenmäntel, Gummimäntel, die auch für die Luft ganz hermetisch undurchlässig sind. Sie haben, ohne eigentlich warm zu halten, das Unangenehme und Nachtheilige, daß man unter ihnen leicht schwül hat und schwitzt, weil sie das Entweichen der Hautausdünstung hemmen, die sie nicht durchlassen, so daß man bald schweißnaß wird, indem die Ausdünstung sich nun am Körper und in den Kleidern niederschlägt. Zieht man den Mantel aus, so entweicht die angesammelte Wärme und es verdunstet die Feuchtigkeit in den Kleidern und auf der Haut, und indem das dem Körper Wärme entzieht, erkältet man sich leicht. Das zeigt deutlich, daß die in und zwischen den Kleidern befindliche Luft kein schlechter Wärmeleiter ist, da mit der Feuchtigkeit die Wärme entweicht. Aehnlich verhält es sich mit den steif gestärkten, harten Hemderbrusten, die für die Hautausdünstung, Schweiß und Wärme, ebenfalls undurchlässig sind und also, gleich wie die Gummimäntel, eigentlich gesundheitsnachtheilig sind, und gewiß viele Brust-Katarrhe und Entzündungen verursachen. Auch die appretierten und geglätteten Futterstoffe der Kleider, Sarsenet ꝛc., sind ebenfalls für den Hautdunst undurchlässig und demnach auch eigentlich ungesund.

Alle äußern und innern Kleiderstoffe sollten demnach mehr oder weniger, die innern besonders, porös sein, um die Ausdünstung des Körpers nicht einzuschließen, sondern nach und nach durch ihre Poren verdunsten zu zu lassen.

Ein Vortrag von Pfr. Kneipp.

(Schluß.)

Jetzt komme ich an die Heranwachsenden und da wirds a bisle hart hergehen; da wirds mir gehen, wie dem Schreiner, der über ein Brett hobelt und kommt an einen Ast. Ich kann versichern, daß ich das Jugendelend, wie's heutzutage gefunden werden kann, tausendfältig in diesem Jahre und im letzten Jahre erfahren habe. Ich wäre froh gewesen, wenn ich von dem ganzen Menschenelend gar nichts mehr gewußt hätte. Am allermeisten thut einem das weh, wenn man sich sagen muß, man ist selbst schuld. Mütter und Väter tragen die Schuld. Ich glaube, wir nehmen am besten zuerst das Weibervolk vor. Wenn ich so viel Geld hätte, daß ich alle Kaffeebohnen kaufen könnte und auf der Welt keine mehr gebaut werden könnten, würde ich alle Kaffeebohnen kaufen, damit die heranwachsende Jugend sich nicht versündige gegen ihre Natur. Warum würde ich so viel Geld ausgeben? Bis zum 24. Jahre wächst der Mensch, es kann 26 geben, wenn's langsam geht. Soll da eines eine andere Kost genießen, als die viel Blut und gutes Blut bringt? Von dem Blut werden alle Körpertheile gebildet. Das Blut ist der Hausvater für die ganze Natur. Wenn nun Leute einen großen Theil ihrer Kost genießen, daß es entweder gar kein Blut gibt oder nur schlechtes Blut, haben die sich nicht versündigt gegen ihre Natur? Wenn, so hat ein Arzt geschrieben, der Kaffee halb verdaut ist, dann geht er aus dem Magen, nimmt Milch und Brot mit und halbverdaut kann die Natur nichts brauchen;

also bekommt die Natur vom Kaffee nichts als einen angenehmen, wohlthuenden Reiz. Der Kaffee soll verbannt sein. Die heranwachsenden Mädchen sollen gar keinen Kaffee trinken. Wir haben ja doch einen herrlichen Ersatz in dem Malzkaffee. Das kostet bloß acht Tage Ueberwindung, bis man daran gewöhnt ist. Er hat den weiteren Vortheil, daß er nur den dritten oder vierten Theil des Bohnenkaffee's kostet. Die allererste Ursache, daß das Menschenleben soweit zurückgeht, schreibe ich dem Kaffeetrinken zu. Von dieser Nervosität hat man vor 40—50 Jahren noch nichts gewußt, aber was hat man auch vor 40—50 Jahren vom Kaffee gewußt. Ich war 16 Jahre alt, da habe ich den ersten getrunken, dann sind drei Jahre angestanden, bis ich den zweiten getrunken. Da hat man auf dem Lande von ihm noch nichts gewußt. Jetzt können wir ihn überall finden, wo die Hausfrau Lisabeth, d. h. Kaffeeliesel heißt. Ich bin überzeugt, daß die Generation noch weiter zurückgeht, wenn dies Getränke nicht vermieden wird. Zweitens, der Thee ist durchaus nicht besser. Ich möchte wissen, ob der Kaffee oder der Thee der größte Feind für unsere Natur ist. Ihr Hausväter, gebt Euren heranwachsenden Mädchen keinen Kaffee; gebt ihnen Malzkaffee, es kommt nur aufs Drangewöhnen an! Ich setzte kürzlich einem Kurgaste, der ein abgesagter Feind des Malzkaffee's zu sein vorgab, Malzkaffee vor, ohne ihn aufzuklären. „Ja, sagte er, den kann man trinken, das ist etwas anderes!" Ich komme nun zu den Männern und zu dem Bier. Ich weiß zwar, es nutzt doch nichts. Das Bier hat wenig Nährstoff. Was das Bier an Nährstoff besitzt, geht auf einen Fingernagel, so klein ist die Portion. Das Bier ist das Geld nicht werth, das man dafür bezahlt. Wenn der Arbeiter für die 24 oder 26 Pfennig statt Bier sich acht Semmel kauft oder eine Kraft- oder Getreidesuppe bereitet, so ist er gesättigt, und einer, dem Reichthümer zugekommen sind, kann sich auch nicht besser füttern, als er gefüttert ist. Man muß nicht so sehr nach dem Gaumen als nach dem Magen fragen. Zum Beispiel: Eine Person, kaum fähig, einige Schritte zu gehen, kommt aus der Schweiz und klagt, daß ihr Magen vollständig herunter sei. Ich sagte Ihr, weißer Käse sei ein vorzügliches Heilmittel. Sie ging darauf auf eine sogenannte Filiale und aß dort drei Vierteljahre nichts als weißen Käse, und kurierte sich mit der Anwendung dieses einfachen Mittels so gesund, daß sie gesagt hat, mir fehlt gar nichts mehr. Wenn man täglich drei Portionen Kraftbrod nähme, morgens, mittags und abends, und würde einen Apfel zur Portion nehmen, so wäre man so gut genährt, als wenn man einem Pferde den besten Hafer gibt. Das hat einer ein Vierteljahr lang gethan und hat 14 Pfund zugenommen. Der Magen ist eben mit der besten Kost zufrieden. Sollten Fabriksleute da sein, die ihr Brot verdienen müssen, wie jeder im Schweiße ihres Angesichts: Thut kein Bier kaufen. Die nichts haben, als was sie verdienen, können für das Geld, das sie für Bier ausgeben, sich eine gute Kost beschaffen. Zudem werden die Leute, die in Fabriksräumen oder geschlossenen Zimmern sind, wenn diese bei einseitiger Arbeit ihre Natur nicht abhärten, viel früher zu Grunde gehen. Ich habe dieses und voriges Jahr viele Fabriksleute in die Kur bekommen und weiß davon zu erzählen. Den Armen, die gar nichts haben, denen kann ich auch eine gute Kost verraten, die fast gar nichts kostet. Nehmt einen Liter Roggen oder Kerne (kostet gar nicht viel), laßt sie auf einer Platte auf dem Ofen trocknen, aber nicht verbrennen, und wenn das Korn ganz getrocknet ist, so wird's untereinander gemischt für eine Portion, mit der Kaffeemühle zwei Löffel voll gemahlen und wird in Fleischbrühe, Wasser oder Milch, was ihr habt, gekocht, und wenn ihr es einige Minuten kochen laßt, dann habt ihr eine Kost, die kann euch gar niemand besser geben, die nahrhafter und besser ist und bessere Säfte gibt, als wenn einer Rindfleisch oder Braten gegessen. Es ist leider Thatsache, daß gerade die Fabrikleute auf Reizmittel, wie Kaffee und Bier, am allerärgsten sind. Sollten unsere Zeiten besser, sollen sie geändert werden, so muß dem Einhalt gethan werden, dann erst bekommen wir glücklichen Nachwuchs. Es ist eine so allgemeine Meinung, man könne ohne Bier nicht leben, wo das Biertrinken im Gebrauch ist; und wo man Wein baut, kann man ohne Wein nicht leben. Ich sage, es gibt zweierlei Getränke: ein Gottesgetränk, das ist das Wasser und Menschengetränke. Was die Menschen sich untereinander für Getränk machen, das würde man oft Anstand nehmen, anzurühren, wenn man wüßte, aus was sie zusammengesetzt wurden. Wie oft trinke ich Bier?

Ich war im vorigen Jahre fünfmal verreist

und da habe ich jedesmal einen Halben getrunken. Das macht zusammen fünf. Wein habe ich das ganze Jahr zusammen nicht eine Flasche getrunken. Der Wein hat so wenig Nährstoff wie das Bier. Es ist bloß ein Feuer. Alkohol ist der größte Feind der menschlichen Natur. Wie wenig Brauhäuser hat es vor 50—60 Jahren gegeben und wie wenig wurde getrunken. Würde man statt Gerste Weizen bauen und Brot daraus backen, unsere Menschen würden gar nicht klagen können, daß sie nicht zu Wohlstand kämen. Wenn ich die Kinderkleidung getadelt und nur einfache Kleidung gefordert habe, wie steht's mit der Kleidung im höheren Lebensalter? Ich möchte lieber schweigen als reden. In den fünfziger Jahren kam als Mode unter dem Frauenvolke auf das Schnüren. Diese Unsitte hat dann in kurzer Zeit durch die Zeitungen Beispiele aufgestellt, daß viele eines plötzlichen Todes gestorben sind und da hat das Schnüren wieder aufgehört. Jetzt ist aber gerade wiederum diese Mode an der Tagesordnung, daß man sagen kann, während sich früher nur Fräuleins in den Städten geschnürt haben, kommt diese fürchterliche Unsitte auch aufs Land hinaus. Wenn 400 oder 500 Mütter da wären, würde ich schreien so laut ich konnte: Laßt doch diese Mode an euren Kindern nicht aufkommen. Ich kann aus Erfahrung sagen, wieviel Elend diese Leute auf sich beschwören. Die Leber halb durchschnitten fand man bei manchen Sektionen; ganze Rinnen zeigten sich in der Leber von diesem fürchterlichen Schnüren. Glaubt mir, die Menschen dürfen gegen das Naturgesetz nicht so auftreten, daß die Natur sich nicht entwickeln kann. Das geht nicht ungestraft. Ich habe viele Beispiele. Eine Gräfin wußte ich fast nicht zu trösten. Sechs Kinder hatte sie tot zur Welt gebracht. Die unglückliche Mutter hatte sich früher geschnürt. Viele tausend Kinder kommen nicht ins Leben wegen des starken Schnürens. Eine Reihe von Unterleibskrankheiten und Verdauungsstörungen hat es im Gefolge. Zum Kapitel der Verweichlichung bei Männern hat ein Franzose einen Beitrag geliefert. Der Mann war um einen Kopf größer als ich, aber wie eine Fahnenstange. Dieser Mensch trug sieben wollene Hemden übereinander auf dem Leibe, einen Katzenbalg auf dem Unterleib, einen auf dem Magen und einen dritten auf der Brust. Darüber trug er ein warmes Gilet, eine wollene Jacke und dann kamen noch ein paar Ueberzieher. In dieser interessanten Ausrüstung ist er den ganzen Tag im Bett gelegen und hatte dabei noch eine mächtige Bettflasche an der einen und eine an der andern Seite. Entweder hat er geschwitzt oder gezittert vor Frost. Wenn er nur einige Schritte gegen das Fenster gegangen ist, hat er sich schon einen Katarrh geholt. In dieser Verfassung hat er 4—5 Jahre zugebracht und war vollständig heruntergekommen. Ich gab dem Manne gleich das erste Mal einen Blitzguß — diejenigen die bei mir waren, die wissen was das heißt — und bald war der Mann wieder gesund. Jeder sollte sich bestreben, sich abzuhärten, dann lebt man gesund. So wie ich jetzt gehe, bin ich den ganzen Winter gegangen. Vor allem der Hals muß recht freigehalten werden; ich habe noch nie einen Katarrh gehabt. Es gibt noch eine Krankheit, die man auch mit Wasser kurieren kurieren soll, das ist die Influenza. Wie viele Opfer hat diese Krankheit gefordert. Wenn einer die Influenza bekommt, wie geht's zu? Die Zeichen sind: Erstens recht Kopfweh, zweitens Drücken auf der Brust, drittens eine ganze Entkräftung, viertens recht schlechtes Aussehen, fünftens kein Fünklein Appetit mehr. Man kann sagen, die Influenza ist nichts anderes als ein Katarrh von höherem Grade. Wie macht man's bei uns mit einem Influenzakranken? Er legt sich ins Bett, bekommt ein Fieber, wird glühend heiß, dann springt der Kranke aus dem Bett, wascht sich ab mit kaltem Wasser, das darf nicht länger dauern, als eine Minute, legt sich dann wieder ins Bett; nach einer Stunde macht er's genau so, und wenn er nicht mehr herauskommt, so wascht ihn jemand im Bett. So wird fortgefahren, bis das Fieber aufhört. Aber meistens bei dem ersten und zweiten Waschen kommt der Schweiß, und wenn er eine halbe Stunde heraus ist, wascht man nochmal ab, und dann nochmal. In 6—8 Stunden sind die Anwendungen vorbei und der Kranke in einem Tage wiederhergestellt; so schnell geht's. Einnehmen thut man gar nichts, oder etwas aufgelösten Thee. Die Cholera hat man voriges Jahr recht gefürchtet. Sobald die Cholera kommt, nehmt mein Buch und verfahrt nach dem, was in dem Buch geschrieben ist. Ihr werdet der Cholera entgegengehen können oder sie doch recht bald entfernen. In Hamburg wurde ein Dienstmädchen früh am Tage von der Cholera

befallen. Man wartete nicht ab, bis der Arzt kam, sondern behandelte das Mädchen nach der in meinem Buche gegebenen Andeutung. Nach einer halben Stunde war die Gefahr vorbei und nach zwei Stunden das Mädchen wieder munter. Vor drei Tagen kommt ein Herr aus Frankreich, erzählt, er habe meine Bücher gelesen, habe eine große Freude gehabt, anderen Rath zu geben und 600 Personen seien dadurch kuriert worden. Jetzt ist ihm die Obrigkeit gekommen, hat das Haus ausgesucht, und die Liste, auf welcher die 600 aufgezeichnet waren, mit Beschlag belegt. Er darf jetzt nicht mehr kurieren. Man hat's ihm verboten. Zum Schluß sprach Kneipp seine Genugthuung über den zahlreichen Besuch und die dadurch bekundete Vorliebe für das Wasser aus, sein Weinberg in Wörishofen (er habe noch 500 Gäste) sei groß und lasse allerdings für ihn die Reise nach Mannheim ein schweres Opfer werden. „Ihr müßt aber, bemerkte er noch, nicht glauben, daß ich groß thue; ich brauche gar nichts, ich bin mit dem Wenigsten zufrieden. Mir ist es bloß, um Werke der Barmherzigkeit zu üben. Sind wir nicht verpflichtet, einander zu rathen und zu helfen? Gerade, weil ich selbst lange Jahre im Elend gesteckt, weiß ich, was es ist, im Elend sein."

Klinische Mittheilungen.

von Dr. v. Scheele in Genf.

1. Der kleine Richegre, 10 Jahre alt, wird von der Mutter der Poliklinik zugeführt, weil er sich elend fühle, abmagere, schlecht esse. Patient selbst gibt an, Heimweh zu haben. Die Leute sind erst kurz hier aus Fleurier hergezogen. In der That sieht der Junge **anämisch** aus, er antwortet langsam auf die Fragen, objektiv ist weiter nichts nachzuweisen. Es wird ihm S 1 und A 3 im ersten Glase gegeben; ferner soll er täglich morgens eine kalte Ganzwaschung vornehmen. Nach 8 Tagen kommt der Junge wieder, sieht blühend aus, der Appetit sei wieder gekommen, er habe, kein Heimweh nach Fleurier mehr, und hier bereits einige gute Kameraden sich erworben.

2. Die Mutter des Jungen, Frau Richegre, 43 Jahre, will an Anfällen von **Gallensteinkolik** leiden, die in Zwischenräumen von 6—8 Wochen auftreten sollen. Ich gebe ihr S 2 und F 1 mit, die sie beim ersten Auftreten der Schmerzen nehmen soll. Nach einiger Zeit werde ich vom Jungen gerufen. Patientin liegt im Bett, hat vor etwa 24 Stunden Schmerzen verspürt, die sich aber nicht wie die andern Male gesteigert haben; sie hatte wie ich ihr gesagt F 1 und S 2 innerlich genommen. Objectiv schien sie kaum gelblich gefärbt; die ganze Lebergegend war leicht empfindlich. Ich verordnete ihr für die Nacht einen nassen Wickel um den Leib, worauf sie schlief und für die nächsten Tage Sitzbäder mit F 2 + A 2 + C 10. Die Schmerzen haben sich ganz verloren. Seither lasse die Patientin S 2 und F 1 im zweiten Glase weiternehmen.

3. Die kleine Belce, 8 Jahre alt, wird von der Mutter gebracht wegen allgemeiner **Hinfälligkeit** und **Husten,** ich gebe ihr N und P 2. Einige Tage darauf werde ich zur Familie gerufen, von 4 Kindern haben 3 die **Masern,** bei der ältesten achtjährigen hatte der Husten indeß ganz nachgelassen und nachdem das Exanthem zum Ausbruch gekommen war, fühlte sie sich besser. Ich ließ für sämmtliche Kinder eine Lösung von F 1 + S 1 + A 3 bereiten, wovon ich auch dem noch nicht ergriffenen Kinde geben ließ; diesem verordnete ich zugleich ein warmes Bad, worauf der Ausschlag sofort ausbrach, indessen kaum Temperaturerhöhung. Dies zuletzt ergriffene Kind zeigte am wenigsten Allgemeinerscheinungen. Das jüngste einjährige Kind war besonders unruhig. Nach langem Zögern — die Mutter fürchtete das Bad könne dem Kinde bei schon ausgebrochenem Ausschlage schaden — bekam auch