

Die Hygieine und die Krankheit

Autor(en): **Sandoz, G.**

Objektyp: **Article**

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

Band (Jahr): **13 (1903)**

Heft 7

PDF erstellt am: **09.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1038342>

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.

Annalen der Elektro-Homöopathie

und Gesundheitspflege

Monatschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

herausgegeben

unter Mitwirkung von Ärzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 7.

13. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

Juli 1903.

Inhalt: Die Hygiene und die Krankheit. — Großstadt-Ethik (Schluß). — Das kräftigste Nahrungsmittel. — Korrespondenzen und Heilungen: Epilepsie; Influenza: Brief aus Nebrigshausen; Flechtenleiden; Blutarmut, mangelhafte Regel, Nervosität, Husten, Athemnot, Rachenkatarrh; Gallenstörungen, Neigung zu Blutungen, Hämorrhoiden, Migräne; Nierenentzündung, Albuminurie; Lungenemphysem, Asthma, Husten; Blutwallungen nach dem Kopfe. — Anzeigen: Villa Paracelsia.

Die Hygiene und die Krankheit.

(Dr. G. Sandoz.)

(Aus dem Französischen übersetzt.)

Die Krankheit kann als der Ausdruck der Reaktion eines Organismus angesehen werden, dessen Funktionen eine Störung erfahren haben und der die zur Zeit bestehende Störung seines Gleichgewichtes wieder herzustellen sich bestrebt.

Dieses Bestreben des Organismus, sein gestörtes Gleichgewicht wieder herzustellen, kann durch die Hygiene mächtig unterstützt werden, und deshalb spielt dieselbe bei der Heilung von Krankheiten eine sehr wichtige Rolle. Ohne im mindesten die Anwendung der kostbaren Waffen zu vernachlässigen, welche die medizinische Kustkammer ihm zur Verfügung stellt, ist der moderne Arzt sich dessen vollständig bewußt, daß wenn er einen Kranken mit Aussicht auf Erfolg behandeln will, er denselben zunächst unter solche Bedingungen setzen muß, die geeignet sind die Natur in ihren Bemühungen die normale Tätigkeit der einzelnen Organe wieder herzustellen, zu unterstützen. Diese Bedingungen wechseln selbstverständlich je

nach dem zu behandelnden Krankheitsfall. Dennoch bestehen gewisse allgemeine Regeln, welche beobachtet werden müssen und auf welche die Aufmerksamkeit des Lesers zu lenken wir es für besonders nötig erachten.

Wir wollen der Reihe nach zunächst die Bedingungen einer geeigneten Einrichtung des Krankenzimmers und einer guten Krankenpflege in Erwägung ziehen, dann wollen wir die Wichtigkeit einer passenden Lebensordnung und Diät berücksichtigen und zuletzt noch insbesondere die Vorsichtsmaßregeln anführen, welche bei ansteckenden Krankheiten zu beobachten sind, denn die Hygiene hat am Krankenbette nicht nur die Aufgabe die Rückkehr des Kranken zur Gesundheit zu ermöglichen und zu befördern, sondern auch die die weitere Verbreitung der Krankheit in den Familien zu verhindern.

Einrichtung des Krankenzimmers. Licht und reine Luft, diese zwei unumgänglichen Bedingungen zur Erhaltung der normalen Funktionen des Organismus, sind für die Kranken von der höchsten Wichtigkeit. Ein Krankenzimmer muß so groß als möglich sein, sehr gut gelüftet und vom Tageslicht gut beleuchtet sein. Dachstuben, Kellerwohnungen, Zimmer die nur von einem engen Hof oder vom Treppenhaus

ihr Licht empfangen, sind Räumlichkeiten in welchen Personen, deren Gesundheit gefährdet ist, sich nicht aufhalten dürfen. Man wird darauf bedacht sein alle unnützen Möbel und Gegenstände vom Krankenzimmer zu entfernen, denn dadurch wird man nicht nur den Kubikinhalt der Luft im Zimmer vermehren, sondern auch die nach der Krankheit notwendige Desinfektion des Zimmers erleichtern. Handelt es sich um eine infektiöse oder kontagiöse Krankheit (Blattern, Scharlach, Masern, Typhus, Puerperalfieber, etc.) so müssen auch alle Teppiche, Bett- und Fenstervorhänge entfernt werden, mit einem Worte alle Gegenstände welche den Staub aufnehmen und zurückhalten und somit den gefährlichen Mikroben zum Schlupfwinkel dienen. Das Zimmer muß regelmäßig gelüftet werden. Während der guten Jahreszeit wird man, mit Ausnahme der heißen Tagesstunden oder besondere Vorschriften des Arztes, das Fenster offen lassen; während der kalten Jahreszeit wird man mehrere Mal des Tages die Fenster öffnen, dabei muß man aber Sorge tragen, den Kranken durch einen Luftschirm zu schützen oder ihn, währendem die reine äußere Luft in das Zimmer dringt, mit den Bettüchern sorgsam zudecken. Das Krankenzimmer muß eine mittlere Temperatur von 16 zu 18° C. haben, diese Temperatur soll im Winter gleichmäßig erhalten werden und zwar durch eine gute Heizungsanordnung; bewegliche Öfen, namentlich die jetzt so sehr gebräuchlichen Petroleumöfen sollen vermieden werden, denn sie verderben die Zimmerluft und vermindern die für den Kranken so notwendige Sauerstoffzufuhr zum Blute. Aus den nämlichen Gründen wird man für die künstliche Beleuchtung des Zimmers nur gut eingerichtete und sorgfältig gepflegte Lampen verwenden: für die Nacht wird man kleine Nachtlämpchen vorziehen, welche die Luft weniger verderben als

große Lampen die man, um das Licht zu dämpfen, herunterschraubt und nicht gehörig brennen läßt. Das Krankenzimmer muß immerwährend in einem Zustande der strengsten Reinlichkeit gehalten werden: man soll aber vermeiden auf trockne Weise zu kehren und abzustäuben, man wird dafür, namentlich wenn man es mit einer ansteckenden Krankheit zu tun hat, den Staub am Besten mit feuchten, mit einer desinficirenden Lösung leicht getränkten Lappen wegnehmen. Man kann mit solchen feuchten Tüchern nicht nur den Fußboden, sondern auch die Wände, die Möbeln und das Bettgestell abstäuben.

Was das Bett selbst anbetrifft, so soll dasselbe so gestellt sein, daß es möglichst viel Luft empfängt, ohne aber deshalb dem Luftzuge ausgesetzt zu sein. Zwischen dem Bette und dem Fußboden sollte ein freier Raum von 25 bis 30 Cm. bestehen bleiben, und das Bett soll nie unmittelbar an die Zimmerwand angelehnt, noch viel weniger in einem Alkoven aufgestellt sein.

Das Bettzeug des Kranken soll sehr sorgfältig überwacht werden. Die Leintücher müssen öfters gewechselt werden, überdies jedesmal wenn sie verunreinigt worden sind. Die Decken, Kopfkissen und Federkissen müssen sehr rein gehalten sein, sie müssen öfters der Luft ausgesetzt werden und namentlich der Sonne, welche ein ausgezeichnetes Mittel ist um die Mikroben zu tödten.

Spezielle Krankenpflege. Die Hygiene erfordert nicht nur, daß die Kranken in einem geräumigen gut beleuchteten und gut gelüfteten Zimmer untergebracht werden und ein sehr reines Bett haben, sie will auch daß dieselben einer sorgfältigen und gut verstandenen Pflege genießen.

Die Haut, welche als Regulator der Körpertemperatur und als Vorrichtung zur Ausschei-

ung der dem Organismus schädlichen Stoffe, eine sehr wichtige Rolle spielt, muß, um ihre Tätigkeit gut zu entfalten, stets im Zustande der größten Reinlichkeit gehalten werden. Abgesehen von etwa vom Arzte gegebenen besonderen Vorschriften, soll man sich ja nicht davor fürchten die Kranken zu waschen; es lassen sich im Gegenteile alle Reizzustände der Haut und das so gefürchtete Wundliegen des Kranken nur durch regelmäßige Hautpflege verhüten. In Fällen aber, wo schon die Anlage zum Wundliegen besteht, ist es ratsam die aufliegenden Körperteile mit alkoholischen Lösungen (z. B. verdünntes kölnisches Wasser, Kampferspiritus, aromatischer Essig) zu waschen.

Die Mundhöhle der Kranken erheischt eine ganz besondere Aufmerksamkeit. Diese Höhle bildet tatsächlich ein wahrer natürlicher Brütöfen, worin sich alle möglichen Infektionskeime ungestört entwickeln können, welche bei mangelnder Reinlichkeitspflege zum Ausgangspunkte von gefährlichen Komplikationen werden können. Bei Kranken, welche bei flüssiger Diät sind, fehlt im Munde der mechanische Reinigungsprozeß, welcher durch das Kauen der festen Speisen vor sich geht, und somit haben die Mikroben ganz freies Spiel.

Vom Mund aus können dann unsere mikroskopischen Feinde nach den Gehörorganen und nach den Athmungsorganen hinüber wandern und dadurch zur Entwicklung von Abszessen in den Ohren und von Entzündung in den Lungen führen. Die regelmäßigen Waschungen des Mundes sind von unwiderlegbarem Nutzen, besonders bei ansteckenden Krankheiten der Kinder; solche Waschungen müssen morgens und abends und nach jeder Mahlzeit vorgenommen werden. Man verwende dazu aromatische und antiseptische Zahnwasser*), oder auch dreipro-

pentiges Bor säurelösung, und habe dabei Sorge die Zähne, das Zahnfleisch und die Zunge recht sorgfältig zu reinigen.

Die Augen, die Nasenhöhlen, die Ohren und das Haar müssen ebenfalls immer rein gehalten werden, denn alle diese Teile sind der Einwanderung der krankmachenden Keime sehr ausgesetzt.

Im Uebrigen soll bei den Kranken die körperliche Reinlichkeit durch fleißiges Wechseln der Leibwäsche begünstigt und unterstützt werden.

So wichtig es ist für eine untadelhafte Reinlichkeit der Haut und der Bett- und Leibwäsche zu sorgen, ebenso nötig ist es regelmäßig und sorgfältig alle Ausscheidungsprodukte und alle Abfallstoffe des kranken Organismus zu entfernen. Benutzte Nachtstühle, Nachtgeschirre, Spucknapfe, verunreinigte Bett- und Leibwäsche dürfen nie in der Krankenstube bleiben, denn sie verunreinigen die Zimmerluft und machen dieselbe schädlich. Bei ansteckenden Krankheiten sind in dieser Beziehung noch ganz besondere Vorsichtsmaßregeln zu beobachten, welche wir seiner Zeit besprechen werden.

Die Rolle einer Person welche einem Kranken ihre Pflege angedeihen läßt, besteht aber nicht nur darin, daß sie auf eine strenge Reinlichkeit achtet; sie hat auch noch die Aufgabe die Wiederherstellung des Kranken zu begünstigen. Um zu diesem Zwecke zu gelangen muß sie ihm jede unnütze Anstrengung vermeiden, seine Wünsche erraten und denselben entgegenkommen und dem Arzte, der die Behandlung leitet, über Alles genaue Auskunft geben. Sie muß stets vor Augen haben, daß die Ruhe die notwendigste Bedingung ist für die Heilung der meisten Krankheiten. Sie muß Sorge tragen den Kranken nicht durch fortwährende, unnütze Fragen über seinen Zustand zu beunruhigen, ebenso nicht durch allzu häufige Messungen der Temperatur, wie auch nicht durch allzu

*) So z. B. unser Stern- Gurgel- und Zahnwasser.
(Redaktion der Annalen)

häufigen, unnötigen Wechsel seiner Lage und seines Bettes. Jedes Geräusch, jeder Lärm muß in der Umgebung des Kranken vermieden werden. So wird man z. B. in der Nacht sehr sanft auftreten und herumgehen, sich erinnernd, daß der Kranke wohl überwacht, aber sein Schlaf durchaus nicht gestört werden muß, denn der Schlaf ist der beste Faktor um die Kräfte wieder herzustellen. Man wird bestrebt sein den Kranken zu zerstreuen und ihn aufzumuntern, denn die Erhaltung einer guten Stimmung ist von sehr günstigem Einfluß. Wofern es der Arzt gestattet, wird man wenige angenehme Besuche gestatten, man wird aber nicht zu willfährig sein und nicht Jedermann den Zutritt zum Krankenzimmer gestatten. Krankenbesuche müssen kurz sein und wenig zahlreich; sobald der Kranke sich müde zeigt, müssen dieselben abgekürzt werden, denn so können Rückfälle vermieden und die Heilung befördert werden. Selbstverständlich müssen bei ansteckenden Krankheiten alle Besuche untersagt werden um die Weiterverbreitung der Krankheit zu verhüten; man muß nicht auf die Leute Rücksicht nehmen, die sich allzu tapfer stellen und angeben sich vor Nichts zu fürchten. Dieser Mut ist von den Mikrobien nicht immer in Ehren gehalten, und wenn auch die betreffenden Leute verschont bleiben, so können sie doch die gefährlichen Krankheitskeime durch ihre Kleider, welche mit dem Kranken in Berührung kommen, andern übertragen.

Diejenigen welche einen Kranken besuchen, müssen sich nicht betreff seines Zustandes ängstlich zeigen, seinen Zustand besprechen und ihm, wie das so oft geschieht, aufzählen wie andere bei derselben Krankheit durch hinzugekommene Komplikationen gefährdet wurden, auch dürfen sie nicht von Wunderkuren sprechen, welche in ähnlichen Fällen erzielt wurden. Auf diese Weise läuft man Gefahr das Zutrauen des

Kranken zu denjenigen die ihn behandeln zu schwächen, währenddem dieses Zutrauen ein kostbares Element zur Heilung bildet. Aus demselben Grunde muß man zu schweigen verstehen und keine leise Gespräche führen, die bei der leidenden Person den Verdacht oder die Gewißheit erwecken, daß es schlimmer mit ihm steht.

Der moralische Einfluß auf den körperlichen Zustand ist unleugbar. Das Zutrauen zur Behandlung, der Glaube an eine sichere Genesung unterstützen die Willenskraft, welche so notwendig ist um siegreich aus dem Kampfe hervorzugehen. Wenn auch der Glaube allein nicht immer gesund macht, so hilft er doch der Natur in ihrem Bestreben der Wiederherstellung der Gesundheit. Es ist also notwendig sich zu bestreben das Vertrauen und den Mut der Kranken stets aufrecht zu erhalten. Man muß ihnen jede moralische Aufregung ersparen, denn eine starke Gemütserschütterung kann bei einem in seinen Kräften sehr heruntergekommenen Kranken ein schlimmes Ende beschleunigen oder herbeiführen. In Gegenwart von Schwerkranken heißt es kaltblütig bleiben, um dieselben nicht durch die eigene Unruhe zu erschrecken und zu demoralisiren. Wenn ein günstiger Ausgang der Krankheit wirklich unmöglich erscheint und es absolut notwendig ist, dieselben auf ihr mögliches Ende vorzubereiten, so muß es dennoch mit allem Vorbehalt und mit dem größten Takt geschehen, denn die Natur bereitet manchmal glückliche Ueberraschungen und rettet oft noch solche die von der ärztlichen Fakultät aufgegeben waren. Die Hoffnung ist eine Stütze und eine Kraft mit der man immer zu rechnen hat; die Hoffnung hilft die Leiden zu ertragen, sie ist ein Sonnenstrahl in dem von der Krankheit verfinsterten Himmel, sie ist ein tröstender Balsam auf den man nie ohne zwingende Gründe verzichten und den Kran-

nie ohne die größte vorsorgliche Rücksicht neh-
soll. (Blätter für Hygiene).

(Fortsetzung folgt)

Großstadt-Ethik.

von

Marie Landmann, Breslau.

(Fortsetzung)

Eine besonders anmutige Art, ihr Recht zu üben, betätigen diejenigen unter unsern werthen Mitbürgern und Bürgerinnen, die aus den Fenstern ihrer Hinterstuben mit den Fusassen der Nachbarwohnungen oder der Nebenhäuser Unterhaltungen führen und Streitigkeiten ausfechten. Man kann dabei oft recht interessante Studien machen, aber wer geistig zu arbeiten hat, wird durch diese Art von Ruhestörung mehr als durch irgend eine andere zur Verzweiflung getrieben.

Die Unsitte des Klavierspielens und Singens bei offenem Fenster ist nichts dagegen, denn gegen Musik kann man sich in einem gewissen Grade abhärten, so daß man sie nicht viel störender empfindet, als das Rollen der Wagen, das Klingeln der Räder oder das Rauschen des Regens. Wenn aber Frau K. der Frau N. über den Hof hinweg die Entstehungsgeschichte ihres neuesten Kleides erzählt oder die Köchin aus dem ersten Stock ihrer Freundin im Parterre über das letzte Sonntagsvergnügen Bericht erstattet, so kann man nicht umhin, seinen Gedankengang zu unterbrechen, um dem an sich gleichgiltigen Gespräch zu folgen. Freilich wird man dabei auch zuweilen in recht intime Angelegenheiten eingeweiht. Es gibt eben bei uns, selbst unter den nicht ganz Ungebildeten, noch Viele, die nicht begreifen, wie ungeschicklich es ist, so gleichsam ohne Fenstervorhang zu leben.

Es mag sein, daß das Wohnen in unseren Mietskasernen das Gefühl dafür abstumpft. Man sollte aber doch meinen, daß gerade dies Zusammenleben mit vielen Andern ein um so strengeres Abschließen zur Notwendigkeit machte.

Am schlimmsten von allen Hinterhausgesprächen sind entschieden die Erziehungsversuche, die von oben den im Hofe spielenden Sprößlingen zu teil werden. — „Ernst! Kurt! Alfred! Wollt ihr das wohl lassen?“ „Mutter, der Hans haut mich!“ „Hans, laß das Kind in Ruhe, ich sag's dem Vater!“ Dann wieder von unten: „Papa! Mama! Anna!“ u. s. f., eine Viertelstunde lang. „Was wollt ihr denn?“ „Können wir eine Butterschnitte bekommen?“ Darauf weiteres Rufen um einen Ball, eine Puppe zc. zc., von oben neue Ermahnungen, von unten dazwischen Kreischen und Weinen. An sich ist das alles ja nichts Böses, aber wehe dem, der es aushalten muß!

Auch wird selbst ein aufrichtiger Kinderfreund etwas von gährendem Drachengift in sich verspüren, wenn gerade unter dem Fenster seines Arbeitszimmers ein stundenlanges Indianergeheul in Szene geht, oder zu der Zeit, wo er ein Mittagsschläfchen halten möchte, irgend ein süßes Ernachen oder Elschen zweihundertmal hintereinander mit unverändertem Tonfall in die Welt hinein brüllt: „Schnecke, Schnecke, Miere, zeig' mir deine Biere!“

Gewiß ist es etwas Schönes um das fröhliche Spiel und die harmlose Lust der Kinder, und sie haben ein Recht auf die ihnen notwendige freie Bewegung. Aber auch sie müssen lernen, dies Recht einzuschränken, wo es störend in die Rechte Anderer eingreift. Daß eine freundliche Bitte um Ruhe mit rohem Gelächter und der Antwort: „Der Vater hat gesagt, wir können hier tun, was wir wollen“, erwidert wird; daß die liebe Jugend im Winter durch Gleiten auf den Fahrwegen und