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

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 28 (1918)

Heft: 8

Artikel: Der Krieg und unsere Gesundheit

Autor: Körner

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038016

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

Fieber Aconit in dritter oder fünfter Verdünnung geben. Nach unserem Sauter'schen System wird man gegen das Fieber Febrifuge 1 anwenden; gegen die Kopfschmerzen, Nervenschmerzen und die Schlaflosigkeit das Nerveux; gegen Verdauungsstörungen das Lymphatique 1; gegen Husten, Katarrh des Rachens und der Luftröhren die Pectoral; gegen Schwächezustände das Lymphatique 4; das Lymphatique 3 und Organique 9 gegen die Blutvergiftung ꝛc.; unmöglich ist es hier genau anzugeben welche Mittel, zu was für Zeit und in welcher Dosis sie während des Verlaufes der Krankheit Anwendung finden sollen; die Wahl der im gegebenen Augenblick auzuwendenden Mittel hängt von den Symptonen ab, welche zu bekämpfen sind. — Bis zum Nachlassen des Fiebers soll der Kranke eine absolute Diät beobachten, nachher wird man ihm Milch, Eier und Fleischbrühe geben und, wenn der Appetit anfängt sich rege zu machen, dann wird man auch etwas Fleisch und andere nahrhafte aber leichtverdauliche Mittel verabreichen können. Zum trinken eignen sich Lindenblüten- und Kamillentee; gegen den starken Durst beim Fieber auch Zitronenlimonade und Fruchtsäfte.

Im Falle von Komplikationen, sollen dieselben selbstverständlich noch sorgfältig behandelt werden.

Der Kranke soll nicht vor dem 7. Krankheitstage aufstehen, auch nicht bei leichtem Fall; seine Rekonvaleszenz wird nur dann beginnen, wenn er anfängt sich gesund zu fühlen und an Kräften wieder zunimmt. Bei Influenza, oder spanischer Grippe soll übrigens kein Kranker es unterlassen den Arzt zur Behandlung zuzuziehen.

Eine vom ersten Anfang an richtig erkannte und richtig behandelte Influenza, wird, ohne Komplikationen, normal und leicht verlaufen und mit ihrer Heilung enden.

Der Krieg und unsere Gesundheit*).

Von Dr. Körner.

Der Arzt kommt, je länger der Krieg dauert, mehr und mehr in die Lage, sich über die Wirkungen desselben auf unsere Gesundheit klar zu werden. Wenn man die Laien allein hört, so müßte man denken, unser ganzes Geschlecht wäre am Aussterben, wenn wir nicht bald wieder zu den Fleischtöpfen der früheren Zeit zurückkehren könnten. Begreiflich sind diese Klagen, denn es werden uns in dieser Zeit viele Beschränkungen auferlegt, und auf manche lieb gewordene Gewohnheit mußten wir verzichten lernen. Da ist die Ueberzeugung verständlich: was dir unangenehm ist, muß dir auch schädlich sein. Und doch ist das in unserem Falle grundfalsch. Nicht bloß Aerzte, die der sogenannten Naturheilmethode nahestehen, sondern auch eine Reihe von Universitätsprofessoren sind zu der Ueberzeugung gekommen, daß die gegenwärtige knappe Ernährungsweise in vieler Beziehung gesunder sei als die frühere, allzu üppige.

Ich will versuchen, auf Grund meiner Erfahrungen ein möglichst unparteiisches Urteil über die wichtige Ernährungsfrage abzugeben.

Es ist die Frage, ob wir überhaupt von einer richtigen Unterernährung sprechen können, von einer Ernährung, die den Verbrauch des Körpers nicht deckt. Verschiedene Erscheinungen können wir allerdings beobachten, die auf einen wirklichen Mangel hindeuten. Hierher möchte ich allerdings nicht das Hungergefühl rechnen, das die meisten Leute empfinden. Sie haben es eben früher nicht kennen gelernt, weil der

*) Was Dr. Körner hier uns mitteilt, bezieht sich freilich auf die jetzigen Verhältnisse in Deutschland, es läßt sich aber auch auf die Verhältnisse in andern Ländern anpassen und ist in wissenschaftlicher Hinsicht überhaupt von sehr großem Interesse. (Die Redaktion.)

Magen beständig, sei es durch reichliche, sei es durch zu schwere Kost überfüttert war. Dagegen gibt die hochgradige Abmagerung, welche die meisten Menschen immerhin aufzuweisen haben, zu denken. Man kann dabei eine interessante Tatsache feststellen. In sehr vielen Fällen hält der wohlgenährte Körper längere Zeit mit Hartnäckigkeit sein Gewicht fest, um dann ganz plötzlich abzufallen, und zwar in sehr erheblichem Maße; die Haut wird schlaff und welk, so daß diese Menschen einen geradezu beängstigenden Anblick bieten. Trotzdem, wenn man der Sache auf den Grund geht, fühlen sie sich wohl und leistungsfähig. Allmählich weicht auch das schlechte Aussehen zwar nicht einer größeren Körperfülle, aber einer besseren Beschaffenheit der Haut und dem allgemeinen Eindruck der Gesundheit. Der Grund ist leicht einzusehen. In der ersten Zeit der Abmagerung ist die Haut tatsächlich zu weit, daher das faltige, schlaffe, kranke Aussehen; mit der Zeit aber gewinnt sie ihre normale Spannung wieder, ein Zeichen, daß auch die hochgradige Abmagerung an und für sich noch keine schlechte Aussichten gibt. Also auch hier möchte ich nicht von einer eigentlichen Unterernährung in dem Sinne reden, daß der Körper zu seinem Weiterbestehen zu wenig Nahrung bekäme. Es heißt eben auch hier, wie in dem Sprichwort: „Mit vielem kommt man aus, mit wenigem hält man Haus". Was vom Haushalt im bürgerlichen Leben gilt, das gilt auch von der Oekonomie unseres Organismus.

(Fortsetzung folgt.)

(Dr. Gustav Jaeger's Monatsblatt für Lebenskunde und Gesundheitspflege.)

Ein diebessicherer Geldschrank.

Dr. **Gustav Kraft.**

(Aus dem Französischen übersetzt.)

Kein Geldschrank mehr kann heut zu Tage der Begierde des Diebes Widerstand leisten.

Mit Hilfe des Lötrohres und des Oxy-Acetylen-Gases ist der härteste Stahl bald durchbohrt.

Aber ein diebessicherer Geldschrank besteht dennoch und Jedermann hat den seinigen; dieser ist unser „Gehirnschädel".

Freilich, als im Dezember 1895 die X-Strahlen entdeckt wurden, da schien die Unverletzlichkeit unserer Gehirnschale Gefahr zu laufen. Doch bald legte sich diese Furcht und die Ruhe kehrte wieder zurück, in alle Herzen und in Jedermanns Bewußtsein. Die photographische Platte kann wohl das Skelett des lebenden Menschen wieder geben, aber nicht seine Gedanken. Das Gehirn bleibt unverletzlich.

Wie geschützt und sicher wohnt doch der menschliche Gedanke!

Sehen wir uns das ein wenig näher an.

Das Gehirn besteht nicht aus einem einzigen Organ, sondern aus einem Bundesstaat von verschiedenen Organen, wovon jedes seine ihm angehörende Tätigkeit und seine genau begrenzte Souveränität besitzt.

Die knöcherne Schale welche das Gehirn umschließt und es auf so wunderbare Weise beschützt, ist nicht von vorneherein starr und undehnbar; sie richtet sich nach den Erfordernissen der obwaltenden Umstände. In der Kindheit, und bis zum erwachsenen Alter, ist der Schädel im Dienste des Gehirns, welches sich völlig frei entwickelt.

Zwischen dem knöchernen Schädel und dem Gehirn befinden sich drei dasselbe beschützende Membranen, welche die Gehirnhäute (Meningen) genannt werden. Sie stehen zum Gehirn,