

Für Leib und Seele

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift**

Band (Jahr): **12 (1908-1909)**

Heft 6

PDF erstellt am: **17.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-665849>

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.

unterbringe. So wird die Erziehung immer mehr aus der Familie herausgedrängt. Die Mütter finden es bequemer und einträglicher, dem Verdienste nachzugehen und die Erziehung ihrer Kinder der Öffentlichkeit zu überlassen. Und doch könnten sie am einen wie am andern Orte ihren Kindern und sich selbst keinen größeren Dienst erweisen, als wenn sie die Erziehung ihrer Kleinen selbst leiten würden. Erst dann, wenn sie mit den Kindern leben und spielen, könnten sie das Seelenleben derselben kennen und sie ganz verstehen lernen. Wie darf umgekehrt erwartet werden, das Kind bekomme Familiensinn, wenn es nur den allerkleinsten Teil der Tageszeit im Familienverbande verbringen kann?

(Fortsetzung folgt.)

Für Leib und Seele.

Herzstörungen durch fehlerhafte Haltung.

Auf dem letzten Kongresse für innere Medizin fand ein Vortrag des Dozenten Dr. Herz viel Beachtung, der auf eine bis jetzt wenig berücksichtigte und doch so außerordentlich verbreitete Ursache der Herzerkrankungen hinwies. Dr. Herz ging davon aus, daß beim kranken Herzen der Raummangel eine Rolle spiele, nicht die Schwäche des Herzens bildet den Kernpunkt der Krankheit, sondern es kann nur deswegen nicht seine Funktion erfüllen, weil ihm der genügende Raum fehlt. Das ist hauptsächlich dann der Fall, wenn durch fehlerhafte Körperhaltung beim Schreiben oder Zeichnen die Brusthöhle so verkleinert wird, daß das Herz einer Pressung durch die Rippen ausgesetzt ist. Daher rühren die zahlreichen Herzbeschwerden bei allen Bureauarbeitern, bei Schriftstellern, Journalisten, Advokaten, Architekten usw. Unter den Ärzten sind es die Zahnärzte, deren Herz durch die gebückte Haltung leidet. Die Schuster werden ungleich häufiger als andere kleingewerbliche Arbeiter durch Herzleiden arbeitsunfähig. Bei den Genossenschaftskrankenkassen in Wien wurden bei den Schuhmachern nahezu um die Hälfte mehr Herzranke gefunden, als der Mitgliederzahl entsprach. Zweifellos begünstigt die gebückte Körperhaltung die venöse Rückstauung und damit das Eintreten von schweren Herzaffektionen, besonders dann, wenn das Herz an und für sich nicht gesund ist. Auch Erkrankungen des Magens und des Darmes können durch Hochstand des Zwerchfelles das Herz bedrängen und in letzter Linie zu wirklicher Schädigung des Herzmuskels führen. Bei allen diesen gefährdeten Bureauarbeitern sollte daher der Schreibtisch stets so eingerichtet sein, daß eine aufrechte Körperhaltung möglich ist; der Kranke soll dann auch während des Gehens eine solche einhalten. Weitere Heilmittel sind die Gymnastik, auch Atemgymnastik und die Massage zur Kräftigung der Muskeln, die dazu bestimmt sind, den Brustkorb in einer zweckmäßigen Lage festzuhalten. Dadurch gelingt es oft, die Beschwerden zu beseitigen.

Sprüche aus dem „Buch der Glücklichen“

von Buzri Dschumbur.

Die schönste Handlung des Verständigen ist diejenige, welche andere vom Bösen abhält.