

# Der Krieg und unsere Gesundheit

Autor(en): **Körner**

Objektyp: **Article**

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

Band (Jahr): **28 (1918)**

Heft 8

PDF erstellt am: **19.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1038016>

## **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.

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 u.; 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 anzuwendenden Mittel hängt von den Symptomen 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 regen 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. Krankheits-tage 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, franke 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 Dekonomie unseres Organismus.

(Fortsetzung folgt.)

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



## Ein diebesicherer Geldschrank.

Dr. Gustav Kraft.

(Aus dem Französischen überetzt.)

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

Mit Hilfe des Bötrohres und des Dry-Acetylen-Gases ist der härteste Stahl bald durchbohrt.

Aber ein diebesicherer 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 unverleglich.

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 undehubar; 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,