

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kurs für Gesundheitspflege

Sunlicht-Institut für Haushaltungskunde <Mannheim>

Mannheim, [ca. 1915]

Angeborene und erworbene Nervosität

[urn:nbn:de:bsz:31-106226](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-106226)

Die Nervosität und die Gesunderhaltung des Nerven- und Geisteslebens.

Angeborene und erworbene Nervosität.

Wie oft hört man heutzutage den Ausruf „Ich bin so nervös!“, nicht nur im Salon der Weltdame, auch in der Küche der Arbeiterfrau, im Büro des vielbeschäftigten Handelsherrn wie in der Werkstatt des Arbeiters. Ja, selbst vor der Kinderstube macht er nicht Halt. Ein alter, etwas grober Schulmann hat einmal gesagt: „Wenn vor 30 Jahren ein Junge ungezogen war, so hat man ihn einmal ordentlich „übergelegt“, heutzutage nennt man das Kind „nervös“ und ruft gleich nach dem Doktor“. Etwas Wahres ist an diesem Ausspruch des alten Herrn, wenn wir auch der Meinung sind, daß die Prügelmethode der früheren Zeit nicht gerade das Richtige gewesen ist.

Woher kommt es nun, daß die Menschen so viel von ihren Nerven sprechen und so leicht geneigt sind, Störungen, die sie empfinden, als nervös zu bezeichnen? Tatsache ist, daß das Leben des Kulturmenschen von heute, vor allem in den großen Städten, das Nervensystem stärker in Anspruch nimmt als das ruhigere, beschauliche Leben in früheren Zeiten. Schon die Hast und das Getriebe des heutigen öffentlichen Verkehrs fordert auf der Straße eine angespannte Aufmerksamkeit, da sonst Lebensgefahr für den Unachtsamen entstehen kann. Das wird schon dem jüngsten Schulkind eindringlich klar gemacht. Die lauten Geräusche des Straßenlebens, die Buntheit und Mannigfaltigkeit der Reize, Farben und Formen, die auf unsere Augen einwirken, alle diese Eindrücke auf Auge und Ohr hinterlassen leicht ein Gefühl von Ueberreizung und Müdigkeit. Dazu kommt nun noch für den Erwachsenen der aufregende Lebens- und Konkurrenzkampf und die Unsicherheit der heutigen Existenz in vielen Berufen. Zudem leben die Menschen oft in schlechten Wohnungen, die ihnen nach der auf-

reibenden Tagesarbeit nicht die notwendige Erholung und Ausspannung bieten. Schon das enge Zusammenleben, nicht selten mit ganz fremden Menschen, hat etwas Quälendes. Der Hang nach angenehmeren, freundlichen Eindrücken oder auch nur nach Ablenkung führt dann viele in ihren freistunden zu nervenaufregenden Vergnügungen, die zwar Vergessen, aber keine Erholung bringen. Ganz ohne Zweifel: das heutige Leben, wie es die meisten Menschen führen, ist wohl dazu angetan, das Nervensystem zu reizen und den Menschen „nervös“ zu machen.

Nervös in diesem Sinne heißt also überreizt, und die übergroße Zahl der Reize kann mit der Zeit das Nervensystem schwächen oder gar Erkrankungen hervorrufen. Bei einem von Haus aus schon geschwächten Nervensystem wird es besonders leicht vorkommen, daß ein solcher Mensch diesen Einflüssen gegenüber allmählich versagt. Der nervengesunde Mensch hingegen wird leichter merken, wann sein Nervensystem den Ansprüchen nicht mehr gewachsen ist, er wird sich rechtzeitig Erholung und Ausspannung gönnen und wieder frisch und gestärkt an seine Arbeit zurückkehren. Der von Haus aus Nervenschwache aber kommt auch von einer Erholungszeit nicht mit einem ganz gesunden Nervensystem zurück, und so wird er schneller wieder versagen oder schließlich einer Nervenkrankheit verfallen. Wir nennen eine solche Schwäche der Nerven auch *Neuropathie*. Unter einem *Neurastheniker* verstehen wir einen Neuropathen oder einen nervösen Menschen, der sich krank fühlt und seinen Beschwerden, die er empfindet, wie überhaupt allen seinen Lebensäußerungen übergroße Beachtung schenkt. Im gewöhnlichen Sprachgebrauch wird meist kein Unterschied zwischen diesen einzelnen Bezeichnungen gemacht, und sie werden häufig nebeneinander als gleichbedeutend gebraucht.

Störungen des Gemütslebens bezeichnet man als *Psychopathie* und einen Menschen, dessen Gemütsleben vom Normalen abweicht, als *Psychopathen*. Jedermann weiß, daß es Menschen gibt, die Störungen des Gemüts leicht unterliegen. Manche z. B. sind geneigt, alles außerordentlich schwer zu nehmen; sie lassen sich schon durch den kleinsten Anlaß stark niederdrücken und quälen sich mit Selbstvorwürfen. Andere dagegen geraten außerordentlich leicht in Zorn, ja in Wut, sie verlieren in diesem Zustand jede klare Besinnung und Urteilsfähigkeit. Von diesen noch nicht als krankhaft empfundenen Stimmungsschwankungen gibt es alle Uebergänge zu schwereren Störungen, die als Geisteskrankheiten der Behandlung des Arztes bedürfen.

In unseren Erörterungen wollen wir keine besondere Unterscheidung zwischen *Neuropathie* und *Psychopathie* machen, dem aufmerksamen Leser

wird klar werden, daß in den verschiedenen angeführten Beispielen bald mehr die eine, bald die andere vom Gesunden abweichende Verhaltensweise gemeint ist.

Ist die Nervosität vererbbar?

Wir haben gesehen, daß es eine im Leben erworbene Nervosität gibt. Daneben aber kennen wir auch eine angeborene Nervenschwäche oder „neuropathische Konstitution“, und es fragt sich nun, woher hat ein Mensch von Haus aus ein empfindliches, leicht überreiztes Nervensystem?

Vor mir sitzt eine Mutter im Sprechzimmer und erzählt mir von allerhand Beobachtungen, die sie bei ihrem Jungen von 12 Jahren gemacht hat. Beobachtungen, die allerdings auf eine übermäßige nervöse Empfindlichkeit und Reizbarkeit des Kindes schließen lassen. Ich untersuche den Knaben und finde keine krankhaften körperlichen Veränderungen, dagegen fallen mir allerhand nervöse Anzeichen auf. Wenn also keine körperlichen Störungen vorliegen, woher hat das Kind diese nervösen Erscheinungen? Kann eine Vererbung die Ursache sein?

Gewiß ist dies möglich. In Familien, wo Geistes- oder Nervenkrankheiten vorgekommen sind, können die Kinder oder eines von ihnen mit einem von Haus aus schwächeren Nervensystem zur Welt kommen. Es brauchen sich bei den Nachkommen durchaus nicht wieder die gleichen Nervenkrankheiten einzustellen wie bei Eltern oder Voreltern; oft finden wir nur jene leichten Grade der Reizbarkeit, die wir Nervosität nennen. Dann wird es auf die Lebensumstände ankommen, was aus einem solchen Menschen später wird, ob sein Nervensystem erstarbt oder ob es den Anforderungen des Lebens sich nicht gewachsen zeigt.

Auch in Fällen direkter Keimschädigung bei einem der beiden Elternteile kann das Nervensystem der Nachkommen von Haus aus geschädigt sein. Solche Keimschädigung wird vor allem durch Gifte bewirkt, wie Alkohol, der im Uebermaß genossen wird, oder durch Krankheitskeime, so z. B. den Erreger der Syphilis. Sog. erbsyphilitische Kinder oder auch Kinder von Trinkern bringen sehr häufig ein schon von Geburt an krankes Nervensystem ins Leben mit. Daher finden wir unter diesen Kindern besonders viele nicht nur mit Nerven-, sondern auch mit Geistesstörungen, Epileptiker, Schwachsinnige usw., die ernsteren Anforderungen des Lebens nicht gewachsen sind und im späteren Leben der öffentlichen Fürsorge zur Last fallen. Das traurige Los solcher Menschen zeigt die Wahrheit