

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

7. Oeffentliche Gesundheitspflege

besonders für Schwächliche und Kranke so vorzügliches Brotes ist unser Gesinnungsgenosse Herr Gustav Simons in Soest (Westfalen) seit Jahren thätig. Herr Propfe erwarb das Patent dieser Brotbereitung von dem russischen Erfinder, verbesserte es und ließ sich diese Verbesserung neu patentieren, dieses Patent wurde dann von Herrn Simons für das ganze Deutsche Reich, ausschließlich Hamburg, das in den Händen Propfe's blieb, erworben. In einem weiteren Artikel werden wir die bedeutungsvollen gesundheitlichen und volkswirtschaftlichen Ziele, welche Herr Simons durch seine Brotreform erstrebt, eingehend darlegen.

Oeffentliche Gesundheitspflege.

Ueber die Licht- und Schattenseiten der Wasserkur, wie sie zumeist angewandt wird, sind von einem auf diesem Gebiete erfahrenen Arzte sehr bemerkenswerte Mitteilungen veröffentlicht worden, denen Folgendes entnommen sei. Dem wichtigen Satze: Schwache Reize fachen die Lebensthätigkeit an, mittelstarke fördern, starke hemmen und sehr starke vernichten sie — trägt die heutige Wasserheilkunde nicht genügend Rechnung, aus welchem Grunde zahlreiche Patienten der laienhaften Methode, wie sie z. B. von Pfarrer Kneipp angepriesen wird, zuschwören. Zunächst ist die Verstärkung der thermischen Reize der Wasserbehandlung durch die mechanischen des Reibens und des Druckes bedenklich. Diese allgemein übliche Verquickung von Hydrotherapie und Massage ist für viele Nervenleiden entschieden unzutraglich. Vor allen Dingen soll man zu Anfang den Reiz lieber zu schwach als zu stark wählen. Die schwachen Reize, welche die Lebensthätigkeit nur anfachen sollen, wie dies bei erschöpften, heruntergekommenen, blutarmen Patienten erforderlich ist, bestehen in der Körperwaschung mit temperiertem, oder — wenn dies nicht unangenehm empfunden wird, mit kaltem Wasser, welchem unter Umständen Essig oder Branntwein zugesetzt wird. Als schwache Reize sind auch die lauen, mit geeigneten Zusätzen (Kochsalz, Fichtenertract u. dergl.) versehenen Bäder zu bezeichnen. Am häufigsten kommen mittelstarke, also die Lebensthätigkeit fördernde Reize zur Anwendung. Diesem Zwecke entspricht am besten das mehr oder weniger temperierte Halbbad, da es auf die ganze Hautfläche einwirkt und so durch Auflösung starker Reflexe eine kräftige Reaktion veranlaßt. Je nach der Individualität des Patienten liege die Temperatur des Halbbades innerhalb 15 und 30° C. und die Einwirkungsdauer betrage nicht mehr als 3 Minuten. Das Frottieren in und nach dem Bade unterbleibe, dagegen kann man unbedenklich während des Bades Rückengüsse, aber ohne Fallhöhe, geben. Teilbäder, z. B. Sitzbäder, die erheblich kühler genommen werden können, sind am Plage, wenn es sich darum handelt, auf die Blutverteilung einzuwirken. Duschen sind, als zu stark reizend, gänzlich zu vermeiden. Das gleiche Verdammungsurteil trifft die sog. kalte Abreibung — „vom Bett weg“ — wie die gewöhnliche Verordnung lautet. Dieselbe verursacht einen übermäßigen Frottierreiz während ein Teil des Körpers warm gerieben wird, bleiben andere Teile kalt; häufig stellt sich die Reaktion nicht ein, und Erkältung ist dann die Folge. Auch die Ganzeinpackung ist nicht zu empfehlen, während Teileinpackungen für Hals, Brust, Rumpf, Füße günstig wirken, wenn die Dauer derselben nicht das Stadium überschreitet, in welchem sich der Kranke unbehaglich zu fühlen beginnt. Der sog. Prieknitz-Umschlag hat sich als er-

regendes Heilmittel längst bewährt, doch soll man ihn ebenfalls nicht länger als drei Stunden aufliegen lassen. Im übrigen ist der Grundsatz festzuhalten, daß jede Wärmeentziehung nur bei warmem, niemals bei fröstelndem Körper stattfinden soll. Man lasse also im letzteren Falle eine Vorwärmung desselben vorausgehen. Die Vorwärmung bedingt durch Wärmestauung eine Art künstlichen Fiebers und gleich diesem einen erhöhten Stoffverbrauch, eine Verbrennung krankheitserregender Reizstoffe, bezw. die Entfernung derselben durch die flüssigen Ausscheidungen. Die nachfolgende energische Abkühlung übt dann eine außerordentlich nervenstärkende Wirkung aus. Nebenbei mag auch auf den anscheinend sehr günstigen Einfluß der immer beliebter werdenden Sonnenbäder hingewiesen werden. Auch die von Parver Kneipp mit Vorliebe benutzten Kaltwassergüsse auf Kniee und Schenkel, Brust und Rücken sind in geeigneten Fällen von ausgezeichnetem Erfolge; sie stellen so recht die mittelstarken Reize dar, welche von den Kranken gut vertragen und nach kurzer Gewöhnung gern genommen werden. Auch bieten sie eine Reihe wertvoller Vorteile; einmal kann man ganz kaltes Wasser anwenden, ferner erfordern sie kein geschultes Badepersonal, so daß der Patient auch zu Hause eine wirksame Wasserkur durchmachen kann, und drittens gewähren sie die Möglichkeit erwünschter Abwechslung in den Kurprozeduren. Sehr wirksam endlich ist auch das Barfußgehen im nassen Grase, sowie das Wassertreten in der Wanne. Schließlich mag noch die Warnung vor Uebertreibung Platz finden. Als Grundsatz muß gelten, jede Reaktion erst vollständig ablaufen zu lassen, bevor eine neue eingeleitet wird. Bei Behandlung chronischer Krankheiten, auf die sich das oben Gesagte ausschließlich bezieht, wechselt man mit den Kurprozeduren und schaltet häufig ganze Kurpausen ein. Die obigen Ausführungen in diesem Artikel über Gesundheitspflege mögen zur Vorsicht mahnen und vor der oft gedankenlosen Anwendung des Wassers wie es in Naturheilvereinen geschieht, verbessernd entgegen treten. Die Mutteranstalt dieser verbesserten Methode ist Huters Heil-Bad in Detmold, es sollen Zweiganstalten gegründet werden.

Naturwissenschaftlicher Verein in Hamburg.

In der Sitzung am 22. Februar sprach Herr Dr. C. Schäffer über die geistigen Fähigkeiten der Ameisen. Da es nicht möglich ist, an dieser Stelle auf die zahlreichen vom Vortragenden für die Beurteilung des Ameisenlebens herangezogenen Beobachtungen und Experimente einzugehen, sollen hier nur einige leitende Gedanken des Vortrags skizziert werden. Um einen festen Standpunkt für die Beurteilung der aufgeworfenen Fragen zu gewinnen, ist zunächst eine Analyse unserer eigenen Thätigkeiten erforderlich. Diese lassen sich einteilen in Reflexbewegungen, automatische Bewegungen (z. B. Instinkte) und sog. willkürliche Bewegungen oder Intelligenzhandlungen. Nach näherer Betrachtung dieser Gruppen ergaben sich folgende Fragen: Sind bei den Ameisen Erinnerungsbilder und Assoziationen derselben nachzuweisen? Werden also ihre Thätigkeiten wenigstens zum Teil durch Erfahrung beeinflusst? Im Falle der Bejahung, sind diese Thätigkeiten den willkürlichen Handlungen des Menschen an die Seite zu stellen? Oder lassen sich alle beobachteten Bewegungen erklären als automatische Akte, speziell Instinkte? Oder endlich genügt gar die Annahme von Reflexbewegungen zur Erklärung aller Beobachtungsthatfachen? Die Antworten der verschiedenen Autoren sind sehr ver-