

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Ueber Verhütung von Krankheiten [mit Werbeanzeigen]

[urn:nbn:de:bsz:31-309787](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-309787)

schuell zu haben sein; dann muß die erste Hilfe eintreten. Völlig verkehrt ist es, wie man früher oft empfahl, den Bewußtlosen zwecks Entfernung des in den Körper (den Magen!) gedrunge- nenen Wassers auf den Kopf zu stellen. Zunächst reinige man mit Finger und Taschentuch den Mund völlig von dem eingedrungenen Schlamm; sodann erfasse man unter Benützung des Taschentuches die Zunge, ziehe sie vor und binde sie fest. (Mit Tuch oder Bindfaden über dem Kinn.) Das ist durchaus nötig, damit die zurückfallende schlaffe Zunge bei der später einzuleitenden künstlichen Atmung den Eingang zur Luftröhre nicht versperre. Will man in die Lunge gedrunge- nes Wasser sicher entfernen, so lege man den Verunglückten mit herabhängendem Kopfe und mit herabhängenden Beinen übers Knie und übe einen sanften Druck in die Kreuz- beinegend aus. Sodann mache man die nötigen Anwendungen, einen Ohnmächtigen wiederzu- beleben. Ist die Atmung unterbrochen, so leite man die künstliche Atmung ein. Am bekanntesten

und für den Laien am leichtesten auszuführen ist die Silvestersche Methode. Man lege den völlig entkleideten Körper flach auf die Erde und schiebe unter sein Kreuz ein Kissen (zu- sammengerolltes Kleidungsstück.) Sodann kniet man hinter das Kopfende, faßt die Unterarme dicht unter den Ellenbogen und führt die Arme ausgestreckt langsam über den Kopf. Dann macht man die gleiche Bewegung umgekehrt und drückt die Arme seitlich gegen Brustkasten. Dadurch wird der Brustkorb entsprechend der natürlichen Atmung erweitert und verengert. Die Bewegungen sollen im Tempo der natür- lichen Atmung gemacht werden. Vorteilhaft ist es, die künstliche Atmung durch Reiben des Körpers (Hand, Tücher, Bürste!) zu unterstützen. Tritt die natürliche Atmung wieder ein, so packe man den Kranken in wollene Decken und bringe ihn ins Bett. Belebende Getränke sind ihm erst dann zu verabreichen, wenn er gut schlucken kann, d. h. also, wenn das Bewußtsein völlig zurückgekehrt ist.

Ueber Verhütung von Krankheiten.

Von Dr. med. Jakob Pawlogky in St. Gallen.

Krankheiten zu verhüten ist viel leichter, als bereits ausgebrochene Erkrankungen zu heilen — das ist eine altbekannte Beobachtungs- und Erfahrungstatsache; diese Wahrheit kann man nicht oft genug wiederholen und nicht tief genug beherzigen.

Die Menschen wären sicher nicht so oft krank, auch der Durchschnitt des menschlichen Lebens- alters wäre viel höher, wenn jeder von uns stets daran denken und sich auch wirklich Mühe geben würde, den verschiedenen Schädigungen der Gesundheit aus dem Wege zu gehen und damit auch manchen Krankheiten vorzubeugen. In einer lakonisch-drahtischen Sentenz hat ein- mal ein Mediziner gesagt: „Der Mensch wäre nie krank, wenn er sich nicht selber krank ge- macht hätte“ (durch ein unvernünftiges Leben, ist hier natürlich gemeint).

Wie verhütet man Krankheiten im allge- meinen? Wie gestaltet man vernünftig das Leben, um stets gesund und kräftig zu bleiben? Wie weicht man dem frühzeitigen Altern, der

vorzeitigen Erschöpfung der Kräfte aus? Wie erreicht man ein hohes Alter und bleibt dabei auch in alten Tagen stets rüstig und gesund?

Die erste allgemeine Beantwortung dieser Fragen in großen Zügen lautet: Durch strikte Befolgung und Beachtung aller Regeln der Hygiene, aller Vorschriften der Gesundheitslehre kannst du diese Ziele am sichersten erreichen. Geordnetes, normales, hygienisches Leben, Aus- weichen von notorischen, bekannten Schädigungen des Organismus in Form der Gifte (Meiden von Tabak und Alkohol), Hüten vor Erkältungen, Anfällen usw., richtiges Verhalten im Essen (ein- fache, gesunde, nahrhafte Kost), Arbeiten (keine Ueberlastung oder Ueberarbeitung usw.), aus- reichender Schlaf, zweckmäßige, den Jahreszeiten und sonstigen klimatischen Verhältnissen angepaßte Kleidung, Körperübungen (Gymnastik, Sport usw.), viel frische Luft, Sonne, Bäder, allge- meine Sauberkeit, keine geschlechtlichen Ausschwei- fungen — dies alles sind, genau befolgt und mit Vernunft in jedem Falle angewendet, die

Kälberer's Salbe

von überraschender Wirksamkeit gegen Hautkrankheiten, Ekzema, Flechten, Finnen, rote Flecken, Jucken, Ausschläge verschiedener Art, krampfaderige Wunden, Rot- u. Wundwerden der Kinder. Der

Topf Fr. 2.— in allen Apotheken. Sendungen in der ganzen Schweiz franko gegen Nachnahme. P 149 K

— Hauptniederlage: Apotheke Kälberer, Genf. —

heiligen Gebote des hygienischen Lebens, der einzig richtige goldene Schlüssel zur Erhaltung von Kraft und Gesundheit. Denn Beweise dafür fehlen auch nicht. Man sehe sich die Bauern auf dem Lande oder die Völker mit primitiver Kultur an, die natürlicher, einfacher und gesunder als die Städter leben und dadurch allen diesen Geboten, die auch von der Natur selber abgeleitet sind, genauer Rechnung tragen: diese einfach lebenden Menschen sind stets kräftig und gesund, erkranken viel seltener, erreichen auch ein höheres Alter als die Bewohner der Stadt.

Nun bildet dies ein Kapitel für sich, und zwar ein Kapitel der allgemeinen Hygiene, die ich einmal in einem anderen Artikel hier besprechen werde. Hinzufügen möchte ich nur, daß es das einzig richtige wäre, wenn bereits in der Volksschule den Kindern die Grundlage der Hygiene

Der beste Sport,

aber auch der gesündeste, Ihnen am meisten nützende und daher billigste Gartenarbeit, d. h. die Beseitigung aller Arbeiten, wie sie das Säen und Pflanzen, die Pflege des Gemüses, der Blumen und Stauden mit sich bringt. Alles was Sie dabei an Gemüse- und Blumensamereien, Knollengewächsen, Blumenzwiebeln, Gartengeräten und unterrichtenden Büchern benötigen, erhalten Sie in ausgesucht bester Beschaffenheit von dem Samenhaus **Pape & Bergmann** Quodlinburg. Es empfiehlt sich, das **neue reichbilderte Hauptverzeichnis M. K. 12** sofort anzufordern. Dieses stattliche Buch enthält wertvolle, für jeden Gartenfreund sehr wichtige Ratschläge und wird kostenlos zugesandt.

Vertrauliches, allerbestes, christliches Haus!

Billige böhmische Bettfedern

vom Gänsezüchter!



Wenzel fremuth

1 Kg. gr. Halbschleisfedern 3.— Fr., halb w., geschlossene 4.— Fr., weiße, flaum. 5.— Fr., 6.— u. 7.— Fr., Herrschattschleis Halbf. Fr. 8.—, 9.—, 10.— u. 11.— Fr., ungeschlossene, feine 5.50, 7.—, 8.— u. 9.— Fr., Daunen, gr., feine 8.—, 9.— u. 12.— Fr., w. 15.— Fr., hochfein 20.— u. 24.— Fr. versendet gegen Nachn. zollfrei

Wenzel Fremuth, Deschenitz 902/5 (Böhmen)

Nichtpassendes tausche um oder Geld zurück. Ausführliche Preisliste gratis.

nicht nur gelehrt, sondern durch Beispiele angelehrt, anezogen würde; dann würde durch die menschliche Gewöhnung eine Grundlage geschaffen für das ganze Leben, nach dem Sprichwort: „Jung gewohnt, alt getan.“

Das eigentliche Thema dieses Artikels besteht in der Besprechung von Maßregeln zur Verhütung von bestimmten Krankheiten durch spezifische Mittel und Methoden, die für jede Krankheit besonders angepaßt sind und jede Krankheit im Keime zu ersticken vermögen. Es kommen natürlich hier nur solche Krankheiten in Betracht, die in den europäischen Ländern öfter den Menschen befallen. Denn gegen eine seltener bei uns erscheinende Krankheit, wie z. B. gegen Pest, Ausatz, Schlafkrankheit usw. spezifische Mittel anzuwenden, wird keinem Menschen einfallen. Ganze Generationen von Menschen

Wer über die Krebskrankheit

ihre Entstehung, ihr Wesen und ihre Verhütung näheres erfahren will, und sich ein klares Bild darüber schaffen möchte, bestelle sofort aus dem Verlage: **Friedr. Stadler in Konstanz** die Broschüre von **Dr. med. Jakob Pawlotzky:**

„Das Wesen und die Behandlung der Krebskrankheit“

Preis 60 Pfennig

verleben jetzt ihre Zeit, ohne überhaupt diese Krankheiten gekannt zu haben.

Die spezifischen Vorbeugungsmittel gegen Krankheiten sind der Natur selber entnommen und bestehen aus vom Organismus gebildeten Schutz- und Heilstoffen, die die Natur selber anwendet, um den Menschen entweder vor Krankheiten zu beschützen oder bereits ausgebrochene Krankheit zu heilen.

Viele dieser Schutzstoffe gegen Erkrankung sind auch zugleich Heilmittel für eine bereits bestehende Krankheit.

Zu den bekanntesten und überall anerkannten Schutzstoff-Methoden gehört die Pocken-Impfung mit Kalb-Vaccine nach Jenner. Viele Millionen Menschen sind seither geimpft und dadurch vor Erkrankung an schwarzen Pocken beschützt worden. Das Diphtherie-Serum von Behring und Roux gehört auch in diese Kategorie, obwohl dieses Serum meistens als Heilmittel gegen bereits ausgebrochene Diphtherie-Krankheit, und sehr selten als Vorbeugungsmittel, von den Ärzten angewendet wird.

Während des Krieges hat man im deutschen Heer (wie auch in anderen) die Soldaten gegen Typhus und auch andere Erkrankungen vorbeugend geimpft. Auch gegen Starrkrampf besitzen wir bereits ein Schutz-Serum, das allerdings als Heil-Serum bei schon weit entwickeltem Starrkrampf sich bis jetzt als unwirksam erwiesen hat, weil die Gifte bereits im Organismus „verankert“ sind.

Eine einmalige Erkrankung, ein Ueberstehen von Scharlach, Masern usw. schützt bekanntlich den Menschen sein ganzes Leben lang vor einer zweiten Ansteckung durch diese Krankheiten. Also auch eine Art Schutz durch natürliche, im Blute verbleibende Abwehrstoffe.

Zu einer anderen Kategorie von Mitteln gehört die Maßnahme gegen Erkrankung an Kropf. In vielen Kantonen der Schweiz werden den Schulkindern regelmäßig und systematisch Jodtabletten gegeben, und durch Erfahrung ist es festgestellt, daß diese Methode, die rein chemischer Natur ist, tatsächlich vor dem Kropf schützt. Auch der Bevölkerung wird das Jod im Kochsalz in kleinen Mengen zugeführt, auch mit derselben Absicht. Dies wird bereits seit Jahren in der Schweiz von Schulärzten und Behörden getätigt.

Gegen eine der schlimmsten und sehr verbreiteten Krankheit, nämlich gegen Krebs, haben wir

leider bis jetzt keine Schutz- oder Heilmittel gehabt. Und wenn man sich erinnert, daß der Krebs in seiner Verbreitung an zweiter Stelle nach der Tuberkulose steht und in der kleinen Schweiz allein jährlich ca. 5000 Personen an Krebs sterben, so wird jedem klar, welch' furchtbare Geißel der Menschheit diese Seuche ist; das Volk war bis jetzt vor dieser Krankheit gar nicht geschützt, ihr sozusagen preisgegeben. (In Deutschland sterben an Krebs jährlich ca. 80000 Menschen.)

Auch die Befolgung der allgemeinen Regeln der Hygiene hat erfahrungswise bis jetzt keinen eigentlichen Schutz gegen Krebserkrankung gegeben, was eigentlich bei vielen anderen Krankheiten der Fall ist. So z. B. ist bekannt, daß die Tuberkulose in den Wohnungs- und Ernährungsverhältnissen begründet ist. In den armen Vierteln jeder Stadt, wo gesundheitswidrige Wohnungen sind und Armut, Not und Sorge herrschen, ist auch die Schwindsucht viel verbreiteter, als in den wohlhabenden Kreisen der Bevölkerung. Dagegen ist die Krebskrankheit gleichmäßig verbreitet bei Armen und Reichen, befällt die armen Menschen in den Hütten wie die Reichen in den Palästen, befällt ebenso oft die Bauern auf dem Lande wie die Städter in den Stein-Kasernen. Daraus ersieht man ohne weiteres, wie gut und wichtig es wäre, einmal ein Verhütungsmittel gegen Krebskrankheit zu erhalten. Nun jetzt endlich haben wir die Hoffnung, bald ein wirksames Schutzmittel gegen Krebs zu erhalten, und zwar im Serum „Carcin“, welches, einmal in der Woche als Tablette geschluckt, vor Krebserkrankung vollkommen bewahren wird.

Carcin wird ebenso aus dem Organismus der weißen Mäuse gewonnen, wie das Diphtherie-Serum aus dem Organismus von Pferden gewonnen wird. Das Carcin wird bereits seit Jahren in den großen Kliniken als Heilmittel gegen bereits ausgebrochene Krebskrankheit probiert und hat sich bereits als wirksam und spezifisch erwiesen. Sobald diese Serie der Proben am Krankenbett auch weiterhin das Carcin als Heilmittel gegen Krebs bestätigen wird, dann ist es auch als Schutzmittel von Gesunden ohne weiteres zu gebrauchen. Denn Carcin ist an und für sich absolut unschädlich, ungiftig, und kann das ganze Leben lang ohne Nachteil geschluckt werden, wie man z. B. regelmäßig das Jod zu sich nimmt, um gegen Kropf geschützt und gefeit zu sein.