Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 12 (1904)

Heft: 3

Artikel: Wie kann Bleichsucht geheilt werden?

Autor: Ringier, E.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-545329

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

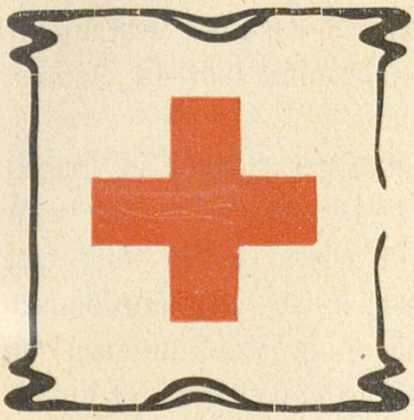
Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Nr. 3. — XII. Jahrgang. 1. Februar 1904.



Das Rote Kreuz

Offizielles Organ und Eigentum
des schweiz. Zentralvereins vom Roten Kreuz, des schweiz. Militärsanitätsvereins und des schweizerischen Samariterbundes.

Erscheint am 1. und 15. jeden Monats.

Belletristische Beilage: „Am häuslichen Herd", Illustr. Monatsschrift für Unterhaltung und Belehrung.

Insertionspreis:
(per einspaltige Petitzeile)
Für die Schweiz . . . . . 30 Cts.
Für das Ausland . . . . . 40 Cts.
Reklamen: 1 Fr. per Redaktionszeile.

Abonnement:
Für die Schweiz . . . . jährlich 3 Fr.
Für das Ausland . . . jährlich 4 Fr.
Preis der einzelnen Nummer
30 Cts.

Redaktion: Hr. Dr. W. Sahli, Zentralsekretär für freiwill. Sanitätsdienst, Bern. **Administration:** Hr. Louis Cramer, Plattenstraße 28, Zürich (Abonnemente, Reklamationen). **Kommissionsverlag:** Hr. Fr. Semminger, Buchhandlung, Bern. **Annoncenteil:** Genossenschafts-Buchdruckerei Bern.

Inhalt: Wie kann Bleichsucht geheilt werden? (Von Dr. E. Ringier.) — Schweizerischer Zentralverein vom Roten Kreuz. — Der Zentralvorstand des schweizerischen Militärsanitätsvereins an die Sektionen. — Die Fliegen als Träger der Infektion. (Von Dr. Sobotta.) — Büchertisch. — Vermischtes. — Pro memoria.

Wie kann Bleichsucht geheilt werden?

Von Dr. E. Ringier, Arzt in Kirchdorf.

Um diese in unserm blutarmen, bleichsüchtigen Zeitalter gewiß zeitgemäße Frage richtig zu beantworten, ist eine genaue Kenntnis des Wesens, der Ursachen und der Erscheinungen dieser weitverbreiteten Krankheit unerläßlich.

Das eigentümliche Merkmal der Bleichsucht (Chlorose) ist eine Abnahme des Blutfarbstoffs, während die Zahl der roten Blutkörperchen nur in schweren Fällen erheblich abzunehmen pflegt. Das Blut der Bleichsüchtigen hat dementsprechend eine blaßrote, fleischwasserähnliche Farbe und ein geringeres spezifisches Gewicht als das normale.

Im Gegensatze zur Bleichsucht, welche eine selbständige Krankheit darstellt, versteht man unter Blutarmut (Anæmie) eine Verminderung der normalen Blutmenge, verursacht durch die verschiedensten krankhaften Störungen des menschlichen Organismus (namentlich durch starke Blutverluste) und darum nur die Rolle eines sekundären Krankheitssymptoms spielend.

Bekanntlich ist die Bleichsucht fast ausschließlich eine Krankheit des weiblichen Geschlechts, während Männer nur sehr selten davon befallen werden. In nördlichen Ländern (Deutschland, England, Rußland) kommt sie weit häufiger vor als in südlichen (Frankreich, Italien, Spanien). Die meisten Erkrankungen fallen in das Alter von 14 bis 24 Jahren und sind ungleich häufiger bei Ledigen als bei Verheirateten; doch kommt es nicht so selten vor, daß junge Frauen auch noch längere Zeit nach

der Verheiratung bleichsüchtig werden. Nach dem fünfunddreißigsten Lebensjahre wird Bleichsucht sehr selten beobachtet, während das Kindesalter (vor 14 Jahren) davon nicht ganz verschont bleibt.

Die eigentliche Grundursache des Leidens ist noch zur Stunde in Dunkel gehüllt. Dagegen kennen wir eine ganze Reihe von Gelegenheitsursachen für die Entwicklung der Bleichsucht, neben denen freilich in vielen Fällen noch eine besondere individuelle, nicht selten auch eine erbliche Veranlagung angenommen werden muß. Es handelt sich dann meistens um schwächliche Konstitutionen mit ausgesprochener Empfänglichkeit für alle Arten von gesundheitsschädlichen Einflüssen.

Als eine der häufigsten Ursachen der Bleichsucht ist mangelhafte Ernährung und unzweckmäßige Lebensweise geltend zu machen. Lehrt doch die tägliche Erfahrung, daß ärmliche Verhältnisse, Fabrikbeschäftigung, dumpfe, feuchte, schlecht ventilierte Wohn- und Schlafräume, sitzende Lebensweise und angestrengte Arbeit bei ungenügender oder unzweckmäßiger Kost in hohem Grade die Entwickelung des Leidens begünstigen.

Wenn aber erwiesenermaßen die Bleichsucht auch bei jungen Damen aus den wohlhabenden Ständen vielfach vorkommt, bei denen die Nahrungs-, Wohnungs- und sonstigen Lebensverhältnisse nicht wohl als ursächliches Moment in Betracht fallen können, so muß in diesen Fällen in erster Linie eine verfehlte Erziehungsmethode, übermäßige geistige Anstrengung in Schule und Haus, unpassende, die Phantasie überreizende Lektüre, oft auch übermäßiges Tanzen und ein ungesundes Jagen nach Zerstreuungen und Vergnügungen, dabei aber gewöhnlich Mangel an genügendem Schlaf und an einer geregelten Zeiteinteilung Schuld gegeben werden.

Daß mitunter auch seelische Leiden, wie Heimweh, Kummer und Sorgen, Liebesgram u. s. w. bei der Entstehung der Bleichsucht eine Rolle spielen, ist eine bekannte Tatsache.

Wie läßt es sich aber erklären, daß die Krankheit vielfach auch auf dem Lande unter den Bauerntöchtern zu finden ist, die sich doch täglich in der frischen Luft bewegen, geistig und körperlich nicht übermäßig angestrengt werden und an eine kräftige, gesunde Landkost gewöhnt sind? Diese Frage hat sich mir wiederholt aufgedrängt und ich kann sie aus jahrelanger Erfahrung nur dahin beantworten, daß in diesen Fällen in der Regel erbliche Anlage und konstitutionelle Verhältnisse als einzige ursächliche Momente herangezogen werden können.

Als eine weitere Gelegenheitsursache für die Entstehung der Bleichsucht wäre hier noch die Tatsache zu erwähnen, daß die meisten unserer jungen Mädchen vom Lande, welche entweder zur Erlernung der französischen Sprache oder um des Broterwerbes willen ins „Welschland" gehen, daselbst oft schon nach kurzer Zeit bleichsüchtig und zur Rückkehr in die Heimat genötigt werden. Ob hierfür nur der Klima- und Kostwechsel, oder nicht vielleicht in viel höherem Grade das etwas engherzige Ausnützungssystem gar mancher welscher Meisterleute und Herrschaften bei oft recht schmaler Kost und sanitarisch ungenügenden Schlaf- und Arbeitsräumen verantwortlich zu machen sei, wollen wir dahingestellt sein lassen.

Unter den Symptomen (Krankheitserscheinungen) der Bleichsucht ist eine fahle, grau-grünliche Blässe der Haut mit bleicher Färbung der Lippen, des Zahnfleisches und der Augenlider-Bindehaut das auffallendste, was schon der Name „Bleichsucht“ oder «Chlorose» (grünliche Blässe) andeutet. Die Ohrmuscheln sind besonders bleich und nehmen oft ein wachsartiges Aussehen an. Auch die Finger werden allmälich blaß und erscheinen dann auffallend schlank.

Eine Ausnahme in Bezug auf die eben geschilderte blasse Hautfärbung machen jene Fälle, die unter dem Namen „blühende Bleichsucht“ bekannt sind und wobei das Gesicht der Kranken im Gegenteil ein auffallend rotes und blühendes Aussehen annimmt. Man hat sich da bei der diagnostischen Beurteilung vor leicht möglichen Täuschungen zu hüten.

Während so das allgemeine Aussehen der Bleichsüchtigen mit der Zeit einen überaus zarten, kränklichen Anstrich bekommt, wozu die Abnahme und Erschlaffung der Muskulatur das ihrige beiträgt, beobachtet man bei bleichsüchtigen Frauenzimmern in der Regel keine Abmagerung, sondern im Gegenteil nicht selten eine ziemlich bedeutende Fettleibigkeit, zu der sich im vorgerückten Stadium der Krankheit öfter teigige Anschwellungen der Augenlider und Fußknöchel gesellen.

Ein weiteres Merkmal der Bleichsucht sind mehr oder weniger heftige Atembeschwerden bei jeder körperlichen Anstrengung, namentlich bei raschem Gehen und Treppensteigen, sowie Klagen über leichte Ermüdbarkeit und über beständige Schwere in den Schultern und Beinen und in allen Gliedern. Gewöhnlich sind diese Beschwerden mit Herzklopfen verbunden, das nicht nur bei größern Anstrengungen, sondern in hartnäckigen Fällen auch in der Ruhelage auftritt und leicht einen Herzklappenfehler vortäuschen kann.

An der allgemeinen Abnahme der Muskelkraft pflegt sich besonders auch die Muskulatur des Darmes zu beteiligen, weshalb die meisten Bleichsüchtigen an hartnäckiger Stuhlverstopfung leiden.

Fast immer sind mit der Bleichsucht auch Magen- und Verdauungsstörungen verbunden, in Form von Magenschmerzen und Magenkrämpfen, abnormen Gelüsten (nach Essig, Kreide, Kalk, Bleistiften!), Eckel vor Fleischspeisen, oft sogar Erbrechen.

Hand in Hand mit den eben geschilderten krankhaften Erscheinungen gehen gewöhnlich Störungen der Perioden, Verminderung oder monatelanges Ausbleiben derselben, selten erhöhte Schmerzhaftigkeit. Hieran schließen sich dann meistens nervöse (hysterische oder neurasthenische) Zustände: gereizte Stimmung, Launenhaftigkeit, Klagen über Kopfschmerzen, Ohrensausen, Flimmern vor den Augen, Neigung zu Ohnmachten.

Es liegt in der Natur der Sache, daß ein den ganzen Organismus in so intensiver Weise beeinflussendes Leiden wie die Bleichsucht nicht nur leicht zu Rückfällen neigt, sondern auch in der Regel einen sehr langwierigen und schleppenden Verlauf nimmt. Und wenn auch nach Monaten oder gar Jahren meistens eine Heilung zu stande kommt und das Leben selbst nur in den allerseltensten Fällen direkt gefährdet ist, so kann doch nicht geleugnet werden, daß wir es bei der Be-

kämpfung der Bleichsucht mit einem recht hartnäckigen, heimtückischen und oft genug aller unserer Angriffe und Verteidigungsmaßregeln spottenden Gegner zu tun haben.

Dies führt uns zur Beantwortung unserer ursprünglichen und wichtigsten Frage: Wie kann Bleichsucht geheilt werden?

Wir haben schon bei Besprechung der Ursachen dieser Krankheit angedeutet, daß bis zur Stunde die Grundursache der Bleichsucht, resp. der Abnahme des Blutfarbstoffes der roten Blutkörperchen, gar nicht bekannt und noch gänzlich in Dunkel gehüllt sei, woraus sich von selbst ergibt, daß die Behandlung das Uebel nicht bei der Wurzel anzufassen vermag, sondern vielmehr nur eine symptomatische, jedem einzelnen Falle angepaßte und gegen dessen Gelegenheitsursachen gerichtete sein kann.

Wo in einer Familie die Bleichsucht wiederholt vorgekommen, also gewissermaßen erblich ist, da kann mit den richtigen Vorbeugungsmaßregeln viel Unheil verhütet werden durch Vermeidung von übermäßiger geistiger Anstrengung der jungen Mädchen in Haus und Schule, durch Sorge für ausgiebigen Schlaf und genügende Nachtruhe, durch fleißigen Aufenthalt im Freien unter leichten körperlichen Uebungen und Spielen: ferner durch eine vernünftige Einschränkung allzuhäufiger gesellschaftlicher Vergnügungen (Tanzen!), sowie auch eine vorsichtige Auswahl der Lektüre und des Gespielinnenkreises.

Ein großes Gewicht ist auf eine kräftige, aber einfache und gesunde Ernährung zu legen. Mit dem heillosen, fast nicht auszurottenden Mißbrauch alkoholischer Getränke bei der Behandlung blutarmer und bleichsüchtiger Mädchen sollte endlich einmal gründlich aufgeräumt werden! Enthält ja doch erwiesenermaßen der Wein (auch der im Volksmunde so vielfach als „stärkend und blutbildend" verherrlichte rote) gar keine oder wenigstens nur äußerst geringe Nährstoffe, dafür aber eine ganze Reihe von schädlichen, das Herz und die Nerven heftig erregenden Bestandteilen. Fort also mit dem Alkohol in jeglicher Form und unter jeglicher Etiquette, wenn es sich um die Behandlung der Bleichsucht handelt! Das beste und stärkendste Getränk für Kinder und bleichsüchtige Mädchen ist und bleibt die Milch.

Ja, Milch! Aber darunter verstehe ich nicht etwa jene Brühe von mehr oder weniger schwarzem oder grau-braunem Milchkaffee, wie sie von Tausenden unserer zartesten Jungfrauen zu Stadt und Land mit Vorliebe getrunken wird, angeblich weil ihnen pure, bloße Milch „grusam zuwider", ja förmlich zum Eckel ist —, wobei nicht selten die schwache Mutter oder der gar zu käsereifreundlich gesinnte Vater das liebe Töchterchen in seiner unsinnigen Abneigung gegen diese herrlichste der Gottesgaben noch recht bestärken zu müssen glaubt!

Ueber die Ernährungsweise der Bleichsüchtigen merke man sich noch folgende Punkte:

Bei der absoluten Appetitlosigkeit der meisten Kranken und ihrem Abscheu vor gewissen Speisen darf es nicht an unermüdlich geduldigem Zuspruch der nächsten Umgebung fehlen. Als Regel muß dabei die Vorschrift gelten, recht oft, aber wenig aufs Mal zu essen.

Die Nahrung muß vor allen Dingen eine leicht verdauliche sein und darf niemals die bestehende Neigung zu Stuhlverstopfung unterstützen. Aus diesem Grunde empfiehlt es sich, der Milch jeweilen Wasser oder Kamillenthee zuzusetzen. Wo es irgend angeht, soll Fleisch in allen Arten gegeben werden. Sehr nahrhaft ist Geflügel (Hühner und Hähnchen), Rind- und Kalbfleisch (gebraten). Als eine kräftige und wirklich nahrhafte Fleischbrühe ist nur solche zu verwenden, welche durch Aufkochen von fein zerhacktem Fleisch mit Zusatz von etwas Salz und kaltem Wasser in einer luftdicht verschlossenen Flasche hergestellt worden ist. Auch Schleim- und Mehlsuppen eignen sich gut für Bleichsüchtige.

Dem Fleische stehen an Nährwert am nächsten die Eier, die in allen Zubereitungsarten zu verwenden sind (roh, weichgesotten, als Rühreier, Spiegeleier u. s. w.). Von Gemüsearten eignen sich junge grüne Erbsen, Spinat, Blumenkohl, Kohlrabi. Obst ist am besten in gekochtem Zustande zu genießen und kann, wie Brot, reichlich gegessen werden. Kaffee und Thee möchten wir am liebsten ganz vom Speisezettel Bleichsüchtiger gestrichen sehen. Von den modernen künstlichen Nährpräparaten wären wohl in erster Linie Sanatogen und Roborim zu empfehlen.

In Betreff der Kleidung bleichsüchtiger Mädchen kann nicht eindringlich genug vor allem und jeglichem Schnüren des Korsetts und vor unnötigem Festbinden der Röcke gewarnt werden, da beides die Lungen- und Herztätigkeit und die Funktionen der Unterleibsorgane störend beeinflußt. Da außerdem Bleichsüchtige sehr leicht frieren, bedürfen sie gewöhnlich etwas wärmerer, im übrigen aber einer möglichst einfachen und bequemen Kleidung — ohne ängstliche Rücksichtnahme auf die gerade herrschende Mode.

Ist die Bleichsucht bereits entwickelt, dann hat sich die Behandlung ausschließlich nach den vorherrschenden krankhaften Erscheinungen zu richten.

Als ein Haupterfordernis für die Bekämpfung der großen Mattigkeit und Müdigkeit ist von Anfang an viel Schlaf und ausgiebige Ruhe zu empfehlen. Bleichsüchtige sollen deshalb abends frühe, jedenfalls niemals nach 9 Uhr, zu Bette gehen und mindestens 10 Stunden schlafen. Wo es die Verhältnisse gestatten, mag auch über Tag ein erquickendes Schlafstündchen eingeschaltet werden, dann aber nicht etwa auf einem harten Sopha und in beengenden Kleidern, sondern ausgezogen im Bette. In sehr schweren Fällen empfiehlt es sich, die Kranken für die erste Zeit gänzliche Bettruhe beobachten zu lassen; denn Ruhe und gründliche Langeweile sind einem geschwächten Organismus eine Zeitlang sehr dienlich. Daß dabei möglichst auf ein geräumiges, sonniges, gut gelüftetes und im Winter gehörig heizbares Schlafzimmer Bedacht zu nehmen ist, liegt auf der Hand.

Wenn dann nach einiger Zeit die Kranke sich soweit erholt hat, daß sie ohne Nachteil das Bett wieder verlassen darf, so kann sie auch wieder leichtere Beschäftigungen und nicht anstrengende Spaziergänge in die nächste Umgebung unternehmen, woran sich bald einmal leichte Turnübungen, kalte Abreibungen, Spiele im Freien und kleine häusliche Verrichtungen anschließen. Nur vor vielem Nähen und Stricken und vor anstrengenden Handarbeiten ist zu warnen. Ebenso ist das Tanzen noch für längere Zeit gänzlich verboten.

Der persönliche Verkehr mit Bleichsüchtigen, die sich in einem Zustand andauernder krankhafter Reizbarkeit und Launenhaftigkeit befinden und ebenso sehr einer festen, konsequenten Leitung, als taktvoll schonender Rücksichtnahme bedürfen, stellt an ihre nächste Umgebung recht hohe Anforderungen und setzt ihre Geduld bisweilen auf eine harte Probe.

Früher erblickte man vielfach in der Verheiratung bleichsüchtiger Frauenzimmer das beste und sicherste Mittel zur Heilung ihrer zahlreichen Gebrechen. Seitdem man aber aus Erfahrung weiß, daß auch verheiratete Frauen hin und wieder von der Bleichsucht heimgesucht oder während der Ehe nie ganz von derselben befreit werden, ist man mit der Empfehlung dieses Heilmittels etwas vorsichtiger und zurückhaltender geworden.

Sehr zweckmäßig, aber leider nicht immer durchführbar ist für alle Formen von Bleichsucht eine Luftveränderung, d. h. ein längerer Aufenthalt auf dem Lande in staubfreier, waldreicher Gegend, am besten im Gebirge, wo erwiesenermaßen die Zahl der roten Blutkörperchen und der Gehalt an Blutfarbstoff wesentlich gesteigert wird. Ueber die Wahl (passende Höhenlage) des Ortes muß jeweilen der Arzt entscheiden.

Unter den Medikamenten stehen bei der Behandlung der Bleichsucht die Eisenpräparate obenan, über deren treffliche Wirksamkeit unter den berühmtesten medizinischen Autoritäten volle Uebereinstimmung herrscht. Selbstverständlich bleibt es aber auch hier ausschließlich Sache des Arztes, das richtige, für den jeweiligen Fall geeignetste Eisenpräparat (Pillen, Tropfen, Pulver, Mineralwasser und ungezählte künstlich zusammengesetzte Drogen) auszuwählen und zu verordnen.

Selbstverständlich wird aber auch die beste medikamentöse Behandlung ihre Wirkung versagen, wenn nicht auf die allgemeine Lebensweise der Patientin genügend Rücksicht genommen wird. Man vergesse nie, daß eine genaue Vorschrift der Diät, ein richtiges Verhältnis zwischen Ruhe und Tätigkeit, sowie eine rationelle Regelung der gesamten Lebensweise den wichtigsten Faktor bei der Behandlung der Bleichsucht ausmacht.

Schweizerischer Zentralverein vom Roten Kreuz.

Die Direktion hat in ihrer Sitzung vom 18. Januar 1904, die in Olten stattfand, die Geschäftsleitung bestellt aus den Herren: Haggenmacher, Präsident; Dr. Reiß, Vizepräsident; Jean de Montmollin, Kassier, und Dr. W. Sahli, Sekretär. — Als Präsident der Transportkommission wurde ernannt Hr. Oberst Isler, Oberinstruktor der Sanität in Basel, als Präsident der Spitalkommission Hr. Oberst Kohler, Armeekorpsarzt I in Lausanne, als Präsident der Sammelkommission Hr. Major Conrad Pestalozzi in Zürich und als Präsident der Mobilmachungskommission Hr. Oberstleutenant W. Sahli, Chef des Hülfs-