

Hygiene der Arbeit

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege :
Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf**

Band (Jahr): **6 (1896)**

Heft 11

PDF erstellt am: **21.07.2024**

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.

die Reise aufgeschoben werden, da der Herr eine ganz bösartige Halsentzündung bekommen hatte. Während die beiden Freunde noch im Gasthof bleiben, kamen Reisende, die ein paar Tage vordem daselbst logiert, von dort aus eine Hochgebirgstour unternommen und bitten den Arzt, sogleich einen Theilnehmer der Partie zu besuchen, den sie unterwegs hatten unterbringen müssen, weil er schwer erkrankt war. Der Arzt macht sich sofort auf den Weg und findet — einen Toten. Der Unglückliche war unterwegs von Diphtheritis befallen worden. Er hatte in demselben Zimmer gewohnt, in welchem nach ihm die zwei erkrankten Gäste logierten. Daselbst herrschte peinliche Sauberkeit; aber die wollene Bettdecke war nur lose mit einem Keinenbezug versehen, der sich sehr leicht herunterschob. Zwei Personen waren angesteckt und hätten bei nicht genügend angewandeter Vorsicht das Schicksal dessen theilen können, von dem sie die Ansteckung hatten.

(Gesundheit.)

Hygiene der Arbeit.

Im Hörsaal der Berliner Gewerbe-Ausstellung sprach der Heidelberger Psychologe Professor Dr. Kräpelin über: „Hygiene der Arbeit“. Die Arbeit, so führte er aus, trägt ein Doppelantlitz: Fluch und Segen liegt in ihr verschlossen. An uns muß es sein, ihr den Stachel zu nehmen, welcher in der Schädigung des Körpers durch die Ermüdung liegt, die das Ergebnis jeder körperlichen und geistigen Anstrengung ist. Bei dem Prozeß der Ermüdung laufen zwei verschiedene Vorgänge neben einander her. Ein Verbrauch von Arbeitskraft, welcher jeder Leistung im Gehirn und im Muskel entspricht, und die Anhäufung von giftigen

Zerfallsprodukten im Körper, welche durch die Arbeit selbst erzeugt werden. Eine Schädigung wird demnach in dem Augenblicke eintreten, wo entweder die Arbeitskraft durch Zufuhr von Nahrung nicht mehr ersetzt wird, oder die Schnelligkeit des Blutstromes nicht mehr ausreicht, jene giftigen Stoffe aus den Geweben auszuwaschen. Das sicherste Zeichen der Ermüdung ist ein fortwährend sich steigendes Sinken der Arbeitsleistung, sowohl was ihre Menge, als auch was ihre Beschaffenheit anbetrifft. Abnahme der Aufmerksamkeit, eine gewisse Verflachung der Gedanken kennzeichnen die geistige Ermüdung, Verlust der Bewegungen an Sicherheit und Feinheit die körperliche. Der eigenen Wahrnehmung kündigt sich die Ermüdung sehr deutlich durch das Gefühl der Müdigkeit und Abspannung an, welche allmählig zum Schlafe drängt. Der Schlaf ist also, ähnlich dem Schmerz, ein gewisses Schutzmittel, indem er Körper und Geist von übermäßiger Inanspruchnahme bewahrt. Lebhaftige Gemüthseregungen, letzte große Kraft-Anstrengungen sind indes im Stande, uns das Warnungssignal des eintretenden Schlafbedürfnisses überhören zu lassen. Hier besteht also wohl Ermüdung, aber keine Müdigkeit — ein Beweis, daß diese beiden Begriffe keineswegs gleichbedeutend sind. Die Größe der Ermüdung hängt einerseits von der Art und Dauer der Arbeit, andererseits von den besonderen Eigenschaften des Arbeitenden ab. Beim Lernen sinnloser Memorirstücke kommt sie bedeutend schneller zu Stande, als z. B. beim Rechnen. Kinder sind unverhältnißmäßig stärker ermüdbar als Erwachsene. Ein Mittel, welches die Ermüdung wirksam bekämpfen soll, muß das Uebel an der Wurzel fassen. Alle künstlichen Reizmittel, welche das Gehirn auf eine kurze Zeit anzuspannen vermögen, sind deshalb zu verwerfen. Dies gilt nicht weniger vom Morphinum und Cocain, als vom Alkohol.

Das natürlichste und weitaus wirksamste Mittel im Kampfe gegen die Ermüdung ist die Ruhe, wie sie uns der Schlaf bietet. Die Wichtigkeit genügender Dauer und Tiefe desselben liegt daher auf der Hand. Ein ebenso wichtiger Umstand für das frühere oder spätere Eintreten der Ermüdung ist auch die Uebung, welche Körper und Geist für eine bestimmte Arbeit geradezu formen kann. Während der Schlaf die schädlichen Folgen der Ermüdung aufhebt, beschränkt die Uebung die Entstehungsbedingungen derselben. Diese Erwägungen lassen sich leicht zu bestimmten praktischen Geboten verdichten! Menge und Eintheilung der Arbeit, besondere Berücksichtigung der persönlichen Fähigkeiten und Kräfte des Arbeitenden, Pausen, Ruhetage, Ferien, zweckmäßige Eintheilung der Mahlzeiten, genügende Dauer des Schlafes sind Punkte, welche nicht außer acht gelassen werden dürfen. Absolute Enthaltensamkeit aller geistiger Getränke wird die Widerstandskraft des Organismus allen Schädigungen gegenüber stählen.

(Unser Hausarzt.)

Dr. P. C. Maglioni.

Ein Freund aus Buenos-Ayres schickt uns ein Circular, in welchem der berühmte Dr. Maglioni seinen Klienten die Mittheilung macht, daß er, nach vielen praktischen Studien und Erfahrungen mit der Homöopathie und der Elektro-Homöopathie, sich entschlossen hat, sich mit Vorliebe diesen beiden medizinischen Systemen zu widmen, deren große und wirksame Heilkraft er thatsächlich erprobt hat. In seinem Rundschreiben spricht sich der erfahrene Arzt folgendermaßen aus:

„Nach mehr als zehnjährigen theoretischen und praktischen Studien über die verschiedenen

Heilmethoden, welche ich in Buenos-Ayres, Montevideo und Europa gemacht, bin ich zur Ueberzeugung gekommen, daß die größte Wirksamkeit der Heilmittel sich in der Homöopathie und Elektro-Homöopathie (die letztere von der ersteren abstammend) findet, sowie auch in der Hydrotherapie, welche eine Ergänzung und ein kräftiges Hilfsmittel der beiden andern bildet.“

„Diese drei Kurssysteme welche, je nach den Umständen, jedes für sich allein oder auch unter sich vereinigt, angewendet werden können, werden von nun an mein therapeutisches Arsenal konstituieren, ohne jedoch die Chirurgie auszuschließen, welche sich sehr gut diesen genannten Heilmethoden anpaßt, und welcher ich einen guten Theil meiner professionellen Laufbahn gewidmet habe, sowohl während meiner Thätigkeit in den Kliniken von Paris und London, sowie auch während meiner siebenjährigen Praxis als Chirurg im « Hospital de Mercedes » in Buenos-Ayres“.

„Was die Allopathie anbetrifft, so werde ich wohl sehr selten mich derselben bedienen und im vorliegenden Falle wird die Ursache wohl darin zu finden sein, daß jedes menschliche System, folglich auch die von mir angenommene gemischte Heilmethode, unvollkommen ist; aber nicht etwa weil ich glaube, daß in irgend einem Krankheitsfalle die Allopathie meine Heilmethode ersetzen könne.“

Dr. Maglioni war Chirurg im « Hospital de Mercedes » in Buenos-Ayres.

Dem chirurgischen Kliniker fällt es sehr schwer sich die Homöopathie anzueignen, wenn er nicht von vorneherein seine Berufs-Laufbahn mit diesem System begonnen hat, denn die Homöopathie vermindert einerseits die Zahl der chirurgischen Operationen, andererseits erleichtert und beschleunigt sie die Heilung auch nach schon erfolgter Operation.

Der Chirurg hat volles Vertrauen zu seiner Kunst und zu seiner persönlichen Geschicklichkeit,