

Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf
Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf
Band: 31 (1921)
Heft: 1

Artikel: Geheilte Berühmtheiten
Autor: Fröhlich, Hans
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1037741>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 30.01.2025

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

Das ist es, was so viel schwüles Schweigen erzeugt: Die lüstern lockende Geschlechtsempfindung im Innern, mit der man ringt, und das böse Gewissen, die trübe Erinnerung an vieles, was nicht gut war.

Aber soll das weiter und immer so bleiben? Sollen wir ruhig danebenstehen, wenn starke und mannhafte Geschlechter in Geschlechtsirrtum ihre Kraft verlieren? Wenn wir sehen, daß junge Menschen durch krankhafte Erregungen zur Erschöpfung getrieben werden?

(Die Lebenskunst.)

Geheilte Berühmtheiten.

Von Dr. Hans Fröhlich.

(Nachdruck verboten).

Als der 19-jährige Goethe in Leipzig studierte, erwachte er Nachts im August 1768 durch einen heftigen Blutsturz. Mehrere Tage schwebte er zwischen Leben und Tod. Nach Ansicht der Aerzte war er als schwer Schwindsüchtiger unwiderruflich dem Tode geweiht. Schließlich erholte er sich soweit, daß er in sein Vaterhaus nach Frankfurt gebracht werden konnte. Bis zum nächsten Frühjahr lebte er nur seiner Gesundheit und konnte dann auch wirklich die Straßburger Universität besuchen, obgleich er „sich noch immer sehr leidend fühlte, aber sein jugendlicher Mut war wieder hergestellt“, wie er selbst in „Dichtung und Wahrheit“ erzählt. Und dieser Schwindsüchtigschikandiat wurde 83 Jahre alt!

Napoleon I. war in seinem 24. Lebensjahre, zur Zeit der Belagerung von Toulon (1793), schwer brustleidend und schwindsüchtig, so daß er als ein dem Tode Verfallener galt.

Von der berühmten, jetzt über 60-jährigen französischen Bühnenkünstlerin Sarah Bernhard

glaubte man vor 30 und 40 Jahren allgemein, daß sie an Schwindsucht und „Ausziehung“ litte. Es wurde gesagt, daß ihre Kleider, wenn die Künstlerin darin steckt, nicht voller und weiter aussehen als wenn sie am Haken hängen; zur Hängematte sollte ihr ein Spinnewebe genügen. Aber gerade diese Ausziehungsgestalt kann Schwindsüchtigsängstlichen als Vorbild dienen, weil sie sich durch heldenhafte Lungengymnastik und furchtloses Freiluftatmen allmählich so kräftigte, daß sie noch im hohen Alter ihren Beruf ausübte. Als sie in Genua wegen plötzlichen Blutsturzes hatte abtreten müssen, erschien sie schon am zweiten Tage wieder auf der Bühne.

Dr. Brehmer, welcher den ständigen Aufenthalt in reiner freier Luft als das einzige Heilmittel gegen Schwindsucht erkannte und praktisch durchführte in dem von ihm gegründeten ersten Schwindsüchtigsanatorium Görbersdorf, war selbst stark tuberculös. Aber sein Leiden besserte sich so sehr, daß er den anstrengenden und schweren Beruf des Leiters dieser bald weltberühmt gewordenen Anstalt bis zu seinem 63. Lebensjahre zum Segen der leidenden Menschheit ausübte.

Ebenso verhält es sich mit Dr. Dettweiler (geb. 1837), dem wir die Lungenheilstätte Falkenstein im Taunus verdanken, und der sie noch als 67-Jähriger mit bewunderungswürdiger Aufopferung leitete.

Auf einer Reise im Jahre 1895 zeichnete der Präsident der französischen Republik in Lyon einen 103 Jahre alten Invaliden der „großen Armee“ besonders aus. Dieser Ueberhundertjährige, war mit 23 Jahren nach der Schlacht bei Waterloo als erwiesener Schwindsüchtiger aus dem Militärdienst entlassen worden.

In Paris gehörten der Académie de Médecine fünf Professoren an, — und wahrlich nicht die unbedeutendsten, — die stark tuber-

fulös waren. Nur einer von Ihnen darf ohne Indiskretion genannt werden, denn er hat selbst in einer Vorlesung seines Leidens Erwähnung getan, nämlich Prof. Dr. Péan. Noch kurz nach seiner Bewerbung um das Protektorat über die Pariser Krankenhäuser wurde er von seinen Kollegen für unheilbar, für unrettbar, dem baldigen Tode verfallen, erklärt. Aber doch erholte er sich wieder und hat sein schweres, verantwortliches Amt bis 14 Tage vor seinem Tode verwaltet. Er starb 68-jährig am 30. Januar 1898.

Also Mut ihr Schwindsuchtskandidaten! Hygienische Lebensweise kann Wunder wirken! In einer Statistik von Dr. Haufe, dem Direktor des Sanatoriums für Lungenfranke in St. Blasien, wurden die Ergebnisse einer Umfrage über die in 10 Jahren dort behandelten Kranken veröffentlicht. Von diesen können 201 wieder ihre Arbeit vollkommen verrichten, obgleich sie noch bisweilen ein wenig husten. 72 Personen können als ganz geheilt betrachtet werden, da sie schon seit 3 bis 6 Jahren nicht die geringsten Beschwerden mehr haben. Unter diesen befinden sich 6 Offiziere, die seit mehreren Jahren ihren schweren Dienst bei Wind und Wetter ununterbrochen verrichten, obgleich sie vorher an ausgesprochenster Schwindsucht litten.

Gerade die frische reine Luft bildet für alle Brustschwache, Lungenlahme und Schwindsuchtskandidaten das eigentliche Lebenselixier, die allernotwendigste Lungen Speise. Nur häufige Lungen-Luftbäder können die Lunge von dem Uebel rein waschen. „Zur Schwindsucht Disponierte“ dürfen nicht von vornherein wie Todeskandidaten behandelt und in Stübengefangenschaft gehalten werden. Im Gegenteil. Zunächst müssen sie einen Beruf ergreifen, der ihnen gestattet, sich fast stets draußen in frischer Luft aufzuhalten, also — je nach der Vor-

bildung — den eines Landwirtes, Baumeisters, Forstmannes, Gärtners, Landbriefträgers, Bahnwärters, Kutschers, Ausläufers, Milchmannes usw. Ist dies aber versäumt oder treten erst später Lungenbeschwerden auf, dann wechsle man sofort den Beruf und ändere ihn zu einem gesundheitsfördernden um. Dr. Weber, Chefarzt des deutschen Hospitals in London, eine Autorität auf diesem Gebiete, sagt: „Ich habe wiederholt Gelegenheit gehabt zu sehen, wie schwindsüchtige Bäcker, welche an Stelle ihrer Lehrlinge längere Zeit hindurch täglich mehrere Stunden selbst die Brotkarren durch die Straßen fuhren, dadurch vollständig wieder gesunden und kräftige, blühende Menschen wurden.“ Sanitätsrat Dr. Paul Niemeyer erzählt von einem 40-jährigen Schuhmacher, der sich von seiner Schwindsucht dadurch kurierte, daß er Landwirt wurde; und in seinem Werke „Grundzüge einer Radikalkur der Schwindsucht“ bringt er Bild und Beschreibung eines stark abgekehrten Handwerkers, welcher, zum Eisenbahndienst übergegangen, sich als Wärter auf einer Brücke, zu der er einen weiten Weg von daheim hatte, noch Jahrzehnte lang bei bestem Wohlsein erhielt. Ich kenne einen Schuhmacher, der hochgradig schwindsüchtig war, deshalb seinen Beruf aufgeben mußte und nun seit 15 Jahren tagtäglich bei Frost Hitze, Wind und Wetter von morgens 7 bis abends 8 Uhr mit dem Milchkarren von Haus zu Haus fährt. Jetzt sieht er frisch und munter aus und fühlt sich wohl und gesund wie nie zuvor. Ein Freund von mir, der wegen hochgradiger Schwindsucht nicht zum Militär genommen wurde und seine Studien längere Zeit unterbrechen mußte, zog dann in einen Schwarzwaldort und trieb dort eifrig „Freiluftkur“. Seit 20 Jahren steigt er täglich bei jedem Wetter zwei Stunden lang auf die Berge, wenn er Zeit hat den ganzen Tag,

und ist jetzt einer der ausdauerndsten Touristen, gesunden Leibes und fröhlichen Gemütes!

Also fort mit der unheilvollen Verzärtelung und Verweichlichung in Stubengefangenschaft! Immer hinaus in die heilsame frische Außenluft! Diese allein kann, wie obige Beispiele beweisen, Tuberkulose zum Stillstand bringen, Lungenleidende heilen und Brustschwache kräftigen.

Diätetik in Versen.

Im folgenden geben wir einen Auszug aus der fast 200 Jahre alten „Diätetik in Versen“ von dem damaligen Professor Dr. Triller. Es sind goldene Gesundheitslehren, die heute und über 200 Jahren noch denselben Wert haben, wie ehemals vor 200 Jahren.

Als Arzt gebraucht' ich keine Kunst,
Ein hohes Alter zu erlangen;
Allein Gemütsruh und Diät
Macht, daß die Uhr stets gut gegangen,
Und noch bis dato richtig geht.

Denkt man sein Alter hoch zu bringen,
So halt' man Maß in allen Dingen;
In Essen, Schlafen, Liebe, Wein
Und Arbeit muß man mäßig sein.
So hat Hippokrates geschrieben,
Und die Erfahrung macht es wahr;
Er selbst suchte es auszuüben
Und lebte hundert und neun Jahr.

Man speise mit vergnügtem Herzen,
Und lasse Fröhlichkeit und Scherzen,
Den Speisen Salz und Würze sein,
Die ihnen Schmach und Kraft verleihn.
Wer mit verfinstertem Gesichte,
Verdruß und Unmut Tafel hält,
Hat auch das lieblichste Gerichte
Durch seine Schuld sich selbst vergällt.

Man soll des Abends nicht studieren,
Noch wichtige Betrachtung führen,
Zumal wenn man vorher gespeist,
Weil es den sanften Schlaf entreißt.
Es stellen die gelesenen Sachen
In schwerem Traun sich wieder dar,
Daß man hernach früh beim Erwachen
Noch müder ist, als erst man war.

Nicht gleich in ersten Frühlingstagen
Soll man zu leichte Kleider tragen,
Zumal wenn Wetter, Luft und Wind
Noch kühle, scharf und stürmisch sind.
Es werden Fluß und andre Fieber
Durch diesen Wechsel oft erregt,
Drum rat' ich, daß alsdann man lieber
Noch etwas dicke Kleidung trägt.

Der sanfte Schlaf kann unserm Leben
Nach Mühe und Arbeit Stärke geben
Und uns ein Lebensbalsam sein,
Ihm neue Kräfte zu verleihn.
Allein es schwächt auch unsre Glieder,
Setzt die Gesundheit in Gefahr,
Und schlägt die Lebenskräfte nieder,
Wenn er zu lange Meister war.

Was man vom Mittagsschlaf der Alten,
Und ob er ihnen nützt, zu halten,
Sei kürzlich auch allhier gedacht:
Sie schlafen wenig in der Nacht,
Drum ist es ihnen wohl zu gönnen,
Daß sie, wenn etwas sie gespeist,
Drauf mäßig Ruhe halten können.
Denn sie erquicket Leib und Geist.
Hingegen ist von jungen Leuten
Nicht Ziel und Maß zu überschreiten,
Der Schlaf zu Mittag schadet mehr,
Als daß er ihnen dienlich wär.
Sie werden an den Gliedern träge,
Sind zum Studieren ungeschickt,
Die Jugendkraft, die frisch und rege,
Wird matt, und endlich unterdrückt.