

[Impressum]

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers**

Band (Jahr): **14 (1943)**

Heft 5

PDF erstellt am: **22.07.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

FACHBLATT FÜR SCHWEIZER. ANSTALTSWESEN

REVUE SUISSE DES ETABLISSEMENTS HOSPITALIERS

Offizielles Fach-Organ folgender Verbände: - Publication officielle des Associations suivantes:

**VSA,
SHVS,
SZB,
VAZ,**

Verein für Schweizer. Anstaltswesen - Association Suisse des Etabliss. hospitaliers - (Gegr. 1844)
Schweizerischer Hilfsverband für Schwererziehbare
Schweizerischer Zentralverein für das Blindenwesen
Vereinigung der Anstaltsvorsteher des Kts. Zürich

Redaktion: Emil Gossauer, Regensdorferstr. 115, Zürich 10 - Höngg, Tel. 67584

Mitarbeiter: SHVS: Dr. P. Moor, Bodmerweg 713, Meilen; SZB: H. Bannwart, Sekretär d. Zentralstelle des SZB, St. Leonhardstr. 32, St. Gallen; VAZ: G. Fausch, Vorsteher, Pestalozzistiftung Schlieren Techn. Teil: Franz F. Otth, Zürich 8, Enzenbühlstr. 66, Tel. 43442

Verlag:

Franz F. Otth, Zürich 8, Enzenbühlstrasse 66, Telephon 43442, Postcheckkonto VIII 19593; Mitteilungen betr. Inserate, Abonnements, Anstaltsnachrichten, Neue Projekte, Adressänderungen, sowie alle Zahlungen an den Verlag. Abonnement pro Jahr/par an: Fr. 7.—, Ausland Fr. 10.—

Zürich, Mai 1943 - No. 5 - Laufende No. 135 - 14. Jahrgang - Erscheint monatlich - Revue mensuelle

Ueber Ernährungsfragen und verwandte Probleme der Leib-Seele-Hygiene von Dr. med. Heinrich Meng, Lektor für psychische Hygiene an der Universität Basel

Die Hygiene umfaßt die körperliche und seelische Gesundheitspflege. Es hat sich bewährt, daß Vertreter der „Körperhygiene“ sich über Fragen der „seelischen Hygiene“ äußern, wie das u. a. von Gonzenbach und Kibkalt taten. Auch das Umgekehrte, daß der Psychohygieniker zu Fragen der Leibeshygiene, z. B. der Ernährung, Stellung nimmt, ist notwendig, wie das in letzter Zeit vor allem Boß getan hat. Der Autor obigen Beitrages äußert sich in ihm vor allem auf Grund seiner Erfahrungen, als er noch ärztlich tätig war, verbunden mit denen als Psychologe in den letzten Jahren. Hoffen wir, daß er damit die Zusammenarbeit der Aerzte und Psychologen auf dem Gebiete der Leib/Seele-Hygiene fördert.

Die Redaktion.

Die Schönheit eines Menschen ist mitbeeinflusst von seinem Ernährungszustand. Zehrende Krankheit und Hunger verändern Gesichtsausdruck und Körperform, es tritt eine Erschlaffung der Hautdecke ein, die flüssigen Bestandteile des Gewebes unter der Haut verringern sich und die Spannkraft, die ein gesunder Körper bei Bewegung und Gefühlsausdruck aufweist, schwindet. Bei Erkrankungen mit übermäßigem Ansatz von Fett oder Bindegewebe wird der Körper verunstaltet, z. B. bei einzelnen Formen von Schilddrüsenleiden mit mangelhafter Funktion dieser Drüse. Die Nahrung, die ein Kranker zu sich nimmt oder zu Heilzwecken bekommt, wird je nach dem Grad seiner Erkrankung mehr oder weniger gut ausgenützt, darüber entscheiden z. B. Zustand und Leistungsfähigkeit der Verdauungsorgane, die Drüsen mit äußerer und innerer Absonderung, das Nervensystem und die seelische Verfassung des Kranken, also seine Einstellung, seine Lust und Unlust, Nahrung aufzunehmen.

Wenn jemand zu dick oder zu mager ist, taucht die Frage auf, ob diese Entstellung Ausdruck einer falschen Ernährung oder einer innern Erkrankung ist. Im erstern Fall wird eine Regelung der Diät neben einer Ordnung von Be-

wegung und Ruhe genügen, um einen Normalzustand herbeizuführen, im andern Fall muß meist etwas noch dazu geschehen, um das krankhaft arbeitende Organ oder Organsystem in Bau und Funktion zu regulieren. Die Medizin der Gegenwart hat zeigen können, daß bei jeder Erkrankung äußerliche Schädigungen und die innere Eigenart des Individuums eine Rolle spielen, so daß man annehmen darf, daß bei den allermeisten zu dicken und magern Menschen Veranlagung und falsches Verhalten in Bewegung und Ernährung zusammenwirken. Man nennt die Formen von Fettsucht und von Magerkeit, bei denen äußere Verhältnisse, vor allem Qualität und Quantität der Nahrung den Hauptauschlag zur Entstellung geben, exogene Formen der Fettsucht und Magerkeit.

Das normale Gewicht des erwachsenen Menschen ist etwa gleich der Zahl von Kilogrammen, die die Körperhöhe in Zentimetern beträgt, abzüglich 100 cm. Geringe Schwankungen nach oben und unten, je nach Veranlagung und Typ, zählen noch zur Norm. Man spricht bei Erwachsenen auch dann von Fettsucht, wenn die am Nabel gefaßte Falte eine Fettschicht von über 3 cm ergibt, oder wenn der bei der Einatmung gemessene Bauchumfang den Brustumfang übertrifft. Die Gründe, weshalb jemand zuviel Fett ansetzt, sind verschieden, aber neben gewissen physiologischen Bereitschaften, die mit Lebensalter und Funktion der innern Drüsen zusammenhängen, spielt die Gewohnheit in der Nahrungsaufnahme eine führende Rolle. Viele Erwachsene verhalten sich in der Ernährung so, wie sie es als Kind gewohnt waren, so daß Fehler, die man damals gemacht hat, zum Verhängnis werden. Das Kind braucht selbstverständlich zum Wachstum eine in Art und Maß andere Kost als der Erwachsene. Amerikanische Forscher haben eine größere Zahl von Personen