

-
- Persistenter Identifier:** 1580125921904_1882
- Titel:** Professor Dr. G. Jägers Monatsblatt : Zeitschrift für Gesundheitspflege u. Lebenslehre
- Autor:** Jaeger, Gustav
- Ort:** Stuttgart
- Datierung:** 1882
- Signatur:** XIX/218.4-2,1882
- Strukturtyp:** volume
- Lizenz:** <https://creativecommons.org/publicdomain/mark/1.0/deed.de>
- PURL:** https://digibus.ub.uni-stuttgart.de/viewer/image/1580125921904_1882/1/
- Abschnitt:** Der Strumpf
- Autor:** Jäger, Gustav
- Strukturtyp:** article
- Lizenz:** <https://creativecommons.org/publicdomain/mark/1.0/deed.de>
- PURL:** https://digibus.ub.uni-stuttgart.de/viewer/image/1580125921904_1882/16/LOG_0010/

gehenden Besprechung zu unterziehen und die Nutzenanwendung, sowohl für das Wollregime, als für Gewinnung einer richtigen Ansicht vom Wesen der Krankheit daraus zu ziehen.

Jäger.

Der Strumpf.

Schon wiederholt und von verschiedenen Seiten bin ich aufgefordert worden, mich mit diesem Stück unserer Bekleidung zu beschäftigen. Das ist jetzt geschehen und ich bin in der Lage, eine, wie ich mir schmeichle, vollständige technische Vorschrift zu geben.

Anfangs suchte ich das Fuß-Malheur des Kulturmenschen ganz allein in dem unzumuthig konstruirten Schuh, schrieb den Normalschuh vor und stellte an den Strumpf nur die allgemeine Forderung des Wollregimes: aus Wolle. Die Zehenscheidewand in den Schuhen, die von mir bloß vorgeschlagen wurde, um die verschobene große Zehe wieder in ihre natürliche Lage zu bringen, zog mir die ersten Interpellationen bezüglich des Strumpfes zu. Man meinte, hiezu sei ein Strumpf mit besonders gestricktem Daumen erforderlich. Ich erklärte das für überflüssig, da nach meiner Erfahrung bei genügender Weite des Strumpfes sich mit der größten Leichtigkeit an ihm eine der Scheidewand entsprechende Falte eindrückt.

Das nächste war, daß mir von industrieller Seite das Ansinnen gestellt wurde, den sogenannten „Dr. Starke'schen Musterstrumpf“ zum integrierenden Bestandtheil der Normalbekleidung zu machen. Derselbe besteht wie aus den öfter wiederkehrenden Zeitungsannoncen zu entnehmen ist, darin, daß entsprechend dem erheblichen Umrißunterschied zwischen rechtem und linkem Fuß, ein rechter und linker Strumpf gestrickt wird. Dieser, vom Oberstabsarzt Dr. Starke ausgehende Vorschlag, ist eine einfache Konsequenz der durch Prof. Meyer bewirkten, von der deutschen Armee angenommenen Leistreform, die darin besteht, die beiden Schuhe nicht mehr über Einen Leisten, sondern rechts und links verschieden zu machen, eine Leistform, welche ich auch für den Normalschuh acceptirt habe.

Obwohl an und für sich dieser Strumpf zweckmäßig ist, wies ich obigen Antrag doch zurück, theils weil es mir widerstrebte, fremdes Gut mir anzueignen, theils weil ich die damals allerdings noch unbestimmte Vorstellung hatte, daß sich zweifellos noch besseres finden werde.

Was mich auf den rechten Weg führte, war folgendes:

Durch die Zehenscheidewand und die ihr entsprechende Falte am Strumpf wird nicht bloß die große Zehe in ihre richtige Lage zurück verschoben, sondern auch ihre fleischliche Berührung mit der nächsten Zehe aufgehoben und ich bemerkte bald, daß letzteres einen sehr günstigen Erfolg hatte. Betrachtet man die Zehen eines gewöhnlich bekleideten Fußes, insbesondere eines an Fußschweiß leidenden, so findet man, daß von allen Hautoberflächen am schlimmsten die einander zu-

gewendeten Seitenflächen der Zehen aussehen. Hier vor allem findet sich die übelriechende Schmiere, im Volksmund Fußkäse genannt, hier vorzugsweise ist die Haut wund, die Oberhaut unnatürlich aufgeweicht, wie angeätzt oder schilferig und wenn die Zehen unnatürlich zusammengekrümmt sind, findet man denselben Zustand überall da, wo zwei Hautflächen aneinander gepreßt sind, während überall da, wo eine Hautfläche frei an den Strumpf grenzt, von der Sohlenfläche und etwaigen Hühneraugen abgesehen, die Haut ihre natürliche gesunde Beschaffenheit hat.

Ich war früher nie eigentlicher Fußschwiger, aber im Sommer wurde ich doch regelmäßig zwischen den Zehen wund. Mit Annahme des Normalschuhes mit Zehenscheidewand veränderte sich nun die Sache folgendermaßen. In der Spalte zwischen großer Zehe und ihrer Nachbarin, in welche sich die mit der Wollstrumpffalte überzogene Scheidewand legte, bekam die Haut bald eine völlig natürliche Beschaffenheit, sie wurde glatt und rein, von Fußkäseansammlung kaum eine Spur und von Wundsein natürlich ebenfalls nicht das mindeste. In den übrigen Zehenspalten trat zwar auch ein Fortschritt zum Bessern ein. Die durch den Wollschuh geschaffene bessere Ausdünstung verhinderte die starke Durchweichung der Oberhaut und das daraus entspringende Wundwerden, aber die Haut war doch nicht normal, sie war schilferig, unrein, schälte sich in ganzen Zehen und in den Winkeln bildeten sich stets käfige Ansammlungen, die zwar, weil trockener und deshalb der käfigen Gährung weniger ausgesetzt, nicht mehr so übelriechend waren wie früher, aber eben doch kein Parfüm ausströmten. Dabei belästigte mich an Stelle des früheren Brennens öfters ein lästiges Reizen, ähnlich dem von vernarbenden Wunden, während in der Spalte zwischen großer Zehe und ihrer Nachbarin mit der vollständigen Reinheit auch vollständiger Friede herrschte.

Ich schrieb diesen Unterschied dem Umstand zu, daß in der letzteren Zehenspalte nicht mehr Fleisch an Fleisch liegt, während das bei den anderen der Fall ist, und erinnerte mich jetzt auch, daß es Fußschwigern große Erleichterung bringt, wenn sie jede Zehe einzeln mit einem Lappchen umwickeln — ich hatte mir früher einfach einen Leinwandstreifen zwischen den Zehen auf und ab durchgeschlungen. — Das zusammen veranlaßte mich zur Konstruktion des „Zehenstrumpfes“, den die Besucher der württembergischen Landesgewerbeausstellung in dem das Wollregime zur Darstellung bringenden Schranke gesehen haben werden; derselbe besitzt gerade wie ein Handschuh für jede Zehe ein eigenes Futteral.

Diesen Strumpf trage ich mit ganz kurzer Unterbrechung seit Anfang August und kann nur sagen, der Erfolg ist bei mir ein absolut vollständiger. Die Haut aller meiner Zehen ist eben so schön, rein und normal, wie die der Finger meiner Hand, keine Hautabschilferung, keine übelriechenden käfigen Ansammlungen und kein Jucken mehr; auch die Verkrüppelungsstarre hat einer ganz hübschen aktiven und passiven

Geschmeidigkeit und Gelenkigkeit Platz gemacht, die an Zehen beschuhter Menschen nicht gewöhnlich ist. Die Besserung erstreckt sich entschieden nicht bloß auf die Zehen selbst, sondern auch auf die ganze Fußsohle, insbesondere den vorderen Theil. Bei größeren Märschen bekam ich früher stets eine schadhafte Stelle in der Mitte des vorderen Fußballens. Mit Einführung des Normalschuhes besserte sich dies zwar, aber ganz war es bei meiner Augusttour im vorigen Jahr noch nicht zu vermeiden gewesen trotz Einreiben des Fußes mit Talg. Bei der diesjährigen Augusttour in den Sanitätsstrümpfen konnte ich das Talgeinreiben vollständig entbehren, meine Sohle blieb ohne jeden Druckschaden, denn die doppelte Wolllage zwischen den Zehen hielt mehrere ausgiebige auch der Sohle zu gut kommende Ventilationkanäle nach oben offen.

Ich kann somit die genannten Strümpfe mit gutem Gewissen als das vollkommenste Muster jedem empfehlen, der mit seinem Pedal nicht zufrieden ist. Für die, welche nicht in der Lage sind, sie sich selbst stricken zu lassen, habe ich eine Herstellungsquelle eröffnet: H. Herion, Stuttgart, Kronenstraße 1 (s. Annoncentheil). Ich bemerke nur noch: Es gibt Füße, bei denen zwei oder sogar drei Zehen ganz oder fast ganz mit einander verwachsen sind, in diesem Fall muß bei der Bestellung besondere Angabe gemacht werden. Ferner: die Besorgniß, daß der Gebrauch solcher Zehenstrümpfe ungewöhnlich breite und deshalb unschöne Schuhe erfordere, ist nur dann zutreffend, wenn ein unnöthig plumper Faden zu dem Strumpf genommen wird. Bei der Fadenstärke, welche die von mir gebrauchten Strümpfe haben, kann man sie in jeden überhaupt nicht zu engen Schuh ohne jede Belästigung anziehen. Endlich, bezüglich der Besorgniß, es sei langweilig, lästig und mühsam Morgens jede Zehe in ihr eigenes Futteral zu bringen, bemerke ich: Es ist allerdings richtig, daß man in diesen Strumpf nicht so ohne weiteres hineinfahren kann, und namentlich anfangs macht es einige Umstände, aber ich habe jetzt die Sache gerade so gut im Griff wie das Anziehen der Handschuhe, und die einzige Minute die es — im höchsten Fall — mehr in Anspruch nimmt als das Hineinfahren in den alten Strumpfsack, halte ich nicht für den am schlechtesten angebrachten Zeitaufwand in meinem Tageslauf und der Uebel größtes ist es nicht, eine Minute früher aufstehen zu müssen als sonst.

Jäger.

Kleinere Mittheilungen.

Seifersolg des Volkregimes aus einem Brief des Herrn G., Stationsmeister in W. an den Herausgeber vom 25. September: „Seit Anfang Juli dieses Jahres bin ich im Besitze der Wollkleidung und muß konstatiren, daß die Folge dieser Neuierung alle meine Erwartungen übertroffen hat. Die Congestionen gegen den Kopf sind bedeutend besser; die ganze Blutcirculation eine regelmäßige; die Hände, welche vorher blutleer und bei der größten Hitze eiskalt waren, sind wieder normal; die Haut hat ihre Spröde verloren; die Krimmerung vor den Augen tritt äußerst selten auf und der beständig damit verbundene sehr heftige oft bis zum Unerträglichem sich steigernde Kopfschmerz ist vollständig beseitigt.