

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: Zur Lehre von den Wollkrisen

Strukturtyp: article

Lizenz: <https://creativecommons.org/publicdomain/mark/1.0/deed.de>

PURL: https://digibus.ub.uni-stuttgart.de/viewer/image/1580125921904_1882/125/LOG_0050/

eine genaue Vergleichung zuzulassen, allein doch harmoniren sie so merkwürdig mit den Angaben meiner Uhr, daß ich darin für mich eine machtvolle Bestätigung für meine Prüfungsmethode mit der letzteren sehe, und für den Leser mögen sie die Bedeutung haben, daß er begreift, warum ich dem Farbstoffregime eine so hohe Bedeutung beilege.

Nun möchte ich zum Schluß noch einem „Vorwurf“ entgegen-treten. Der Wollene, der seinen Kleiderkasten voll „schwarzwollener Kleider“ hat, wird vielleicht indignirt ausrufen: „Warum hast du mir das nicht früher gesagt!?“ Hierauf habe ich folgende Antwort:

1) Rom ist nicht an Einem Tage erbaut worden, und was man nicht weiß, kann man nicht sagen.

2) Die, welche jetzt als Wollene schwarze Kleider tragen, haben auch vorher sich schwarz getragen, und ihre jetzigen ganz wollenen Kleider sind, wie sie selber erfahren haben, bedeutend gesünder, als ihre früheren schwarzen halbwillenen. Sie sind mir also jedenfalls zu Dank verpflichtet, und wenn ich jetzt etwas noch Besseres auffinde — ist das eine Missethat oder eine Wohlthat?

3) Ich habe von jeher schwarze Kleider verabscheut und mich immer hell — im Sommer weiß, im Winter braun — getragen. Meine ersten Erfahrungen über das Wollregime sind in braunen Kleidern gemacht worden und ich glaube jetzt, daß bei vielen von denen, welche meine Angaben über die Vortheile des Wollregimes zwar der Hauptsache nach zugaben, aber „übertrieben“ fanden, die Ursache darin lag, daß sie „schwarze Jäger“ waren, während ich ein „brauner“ war. Erst als diesen Winter meine Mutter starb und ich anfang, mich auch „schwarz“ zu tragen, ging mir das Licht auf. — In der nächsten Nummer sprechen wir weiter darüber und bitte ich diejenigen meiner Leser, welche korrespondirende Erfahrungen haben, mir Mittheilungen zu machen.

Zur Lehre von den Wollkrisen.

Nro. 1 pag. 10 enthält den Heilungsbericht des Stations-meisters E., dem die Nachschrift angefügt ist, daß Patient einen Rückfall gehabt habe. Nach einem kurzen Aviso erhielt ich hierüber, vom 28. Nov. 1881 datirt, folgende Mittheilung:

„Theils amtliche Geschäfte, theils Geschäfte privater Natur hielten mich ab, Ihnen weitere Nachricht zukommen zu lassen, sodann wollte ich auch zuwarten, wie mein Zustand sich gestalte.

Bevor der schlagartige Anfall eintrat, hatte ich auf der Stirne eine Geschwulst, welche sehr viel Eiter ausstieß, das Flimmern, sowie das Kopfweh stellten sich wieder ein, die Verdauung war eine träge, ja geradezu gestörte, die Congestionen heftiger als je, ebenso das Singen im linken Ohr; vom Tage des Schlaganfalls an nun ist das Flimmern und auch der Kopfschmerz ausgeblieben, das Allgemeinbefinden befriedigend, nur die Verdauung und die hiemit in Verbindung

siehende Blutstockung (Hämorrhoiden) wollen nicht weichen, so daß ich eine Zeit lang meine Zuflucht wieder zu den Pillen genommen habe; die Congestionen gegen den Kopf sind sehr stark, namentlich nach dem Waschen und Essen, oder wenn ich auch nur $\frac{1}{4}$ Liter Bier trinke, oder wenn in einem Zimmer die Temperatur 12 Grade R. übersteigt. Ihrer Ansicht vom Heizen der Zimmer und der Folgen hievon auf meinen Zustand stimme ich vollständig bei, namentlich kann ich das Heizen mit Steinkohlen, zu denen wir leider verdammt sind, nicht ertragen; ich habe aber auch auf meinem Bureau bis jetzt, den 28. November, und in unserer rauhen Gegend, entweder gar nicht, oder doch nur Morgens geheizt, das Thermometer zeigte oft nur 6—7 Grad — und hiebei war es mir am wohlsten, namentlich wenn ich die Thüre ins Freie noch offen ließ; das einseitige Schwitzen ist immer noch nicht beseitigt, am Körper zwar scheint es sich etwas ausgeglichen zu haben, am Kopf jedoch ist es immer noch gleich, das Singen im Ohr zeigt sich nur noch, nachdem ich meine 18 Stunden Bureauzeit abgesehen habe, was natürlich leicht erklärlich ist; das Rauchen habe ich übrigens auch wieder bei Seite lassen müssen, da es meine Verdauungsorgane und Kopfnerven absolut nicht mehr ertragen können, der Stuhlgang kam ganz herb und zerbröckelt, der Afters war brennend heiß und das Flimmern vor den Augen und Prickeln in den Fingern kam alsbald wieder zum Vorschein.“

„Ueber die Leistungsfähigkeit im Gehen beim Wollregime kann ich Ihnen noch mittheilen, daß ich auch hierin eine kleine Probe gemacht habe, obgleich gerade kein Held in Fußtouren, machte ich doch neulich den Weg von hier nach U., man rechnet 19 km, von Mittags 12 bis 3 $\frac{1}{2}$ Uhr, ohne nur auch im Geringsten etwas von Ermüdung zu spüren; ich hätte auch den Heimweg wieder zu Fuß gemacht, wenn nicht ein ganz dichter Nebel eingetreten wäre; so viel steht jedenfalls fest, daß ich mit Lederstiefeln den Weg nicht hätte zurücklegen können.“

Auf eine Anfrage erhielt ich vom 30. März 1882 folgende Antwort:

„Schon länger hätte ich Ihnen Nachricht gegeben, wenn ich nicht erst das Frühjahr abwarten hätte wollen, um zu sehen, wie sich mein Zustand da gestaltet.“

„Was ich Ihnen über mein Allgemeinbefinden berichten kann, ist sehr erfreulich; seit dem Ihnen mitgetheilten schlagähnlichen Anfall (September v. J.) bin ich frei von Kopfweh, auch hat sich das Flimmern vor den Augen seither nicht mehr wiederholt; häufig sind noch die Hämorrhoidalblutungen, doch kann ich auch dieses Leiden als beseitigt ansehen, da es mich nicht mehr belästigt, sogar das Rauchen bringt mir keinen Nachtheil mehr, nur das einseitige Schwitzen auf der rechten Seite des Kopfs und am linken Fuß ist noch vorhanden; der Socken am besagten Fuß ist Abends naß und hat einen üblen Geruch (Krankheit ist Gestank! Jäger.), der allerdings meistens Morgens verschwunden ist, während der Socken des rechten Fußes trocken und geruchlos ist; ich nehme regelmäßig alle 8 Tage ein ziemlich warmes

Fußwasser, um die Ausdünstung zu fördern; woher mag wohl diese eigenthümliche Erscheinung kommen? Die Congestionen gegen den Kopf sind fast ganz beseitigt, ich kann also mit Recht sagen, ich verdanke dem Wollregime meine Gesundheit."

Beitrag zur Platinlampe.

Brief von M. in St.

Seit 1. Oktober 1881 bin ich nun in der Wolle und befinde mich so . . . wohl darin, daß meine Frau und meine 12jährige Tochter in Bezug auf Bett und Hemden schleunigst nachfolgten und leinene Hemden, baumwollene Hosen und Unterröcke ganz abgeschafft haben. Die Oberkleider sind noch nicht ganz rein wollen; jede Ausbesserung und Veränderung wird aber benutzt, dem Ziele näher zu kommen.

Die Wohlthat des wollenen Bettes ist unbeschreiblich, besonders für denjenigen, der wie ich früher oft stundenlang mit eiskalten Füßen liegen und das Blut zu Kopfe steigen fühlen mußte, natürlich ohne einschlafen zu können.

Mein Bett habe ich mir folgendermaßen konstruirt. Meine Sprungfedermatratze mit starkem Leinenbezug habe ich bis auf die Federn und den hölzernen Rahmen umarbeiten lassen. Als Füllung benutzte ich Schafwolle und Kopshaar und ließ das Ganze mit einem dicken blauen Fries straff überziehen. Auf diesem Polster liegt nun ein ebenfalls mit Wolle und Kopshaar gefülltes und mit blauem Fries überzogenes Keilkissen. Ueber Matratze und Keilkissen liegt ein ebenfalls dicker grauweißer Fries von mehr als 4 Meter Länge, er dient so als Laken und mit seiner doppelten Bettlänge zugleich als Deckbett, indem er auch den von Ihnen empfohlenen Fußsack bildet. Bisher habe ich über die Füße und den Unterleib ein leichtes dünnes Federbett gelegt, das allerdings in einem leinenen Schlauch steckt. Als Kopfkissen habe ich ein Federbett, das einen wollenen Schlauch und auch einen wollenen Ueberzug hat; leider ist kein wollenes Zeug dicht genug, um das Durchdringen der Federn zu hindern, und ich kam trotz aller Versuche mich nicht daran gewöhnen, ein hartes Polster von loser Wolle oder Pferdehaar unter dem Kopfe zu haben. —

Die Gemeinde der Ganzwollenen ist hier noch sehr klein: 2 Aerzte, 1 Gerichtsrath, 1 pensionirter Major, 1 junger Kaufmann und ich sind der ganze Segen. Dagegen bürgern sich die Hemden immer mehr ein.

Wenn auch 2 Aerzte hiesiger Gegend unter die Wollenen gegangen sind, so darf man daraus nicht schließen wollen, daß die Aerzte im Allgemeinen für Ihr Regime sich interessieren. So hat kürzlich der bekannte Hygieniker, Sanitätsrath Dr. Niemeyer, im hygienischen Verein in Berlin, Louisestraße 21, einen Vortrag über Hautpflege gehalten, in welchem er nach dem Referat der Berliner Börsenzeitung (1. Beil. zu Nr. 141 vom 24. März) sich geäußert hat, daß das Tragen wollenen Leibwäsche einer rationellen Hautpflege zuwiderlaufend sei. — Ob der