Offener Schreibebrief von Lizzie Hanfstengel.

No. 321. Wisse Se, Mister Edithor, daß ich in meine Freud den alte Mann hehl und hardie widder zu sehn, ganz vergesse hen, daß ich auch so zu sage noch Kinner hen, wo ich in die lange Zeit nit mehr gesehn hen? Wie mer e paar Kimmelcher gehabt hatte, do sin mich uff emol die Kids eingefalle. „Wedesweilern, hen ich gesagt, wie sin die Kids?" Do hat se gesagt: „Wie kann ich das wisse, host du se m i c h zum Uffhewe gewwe?" Sell hen ich off Kohrs nit gedahn gehabt un ich hen auch die Wedesweilern nit viel for blehme könne, daß se keinder grautschie deßwege gefühlt hat, awwer e klein wenig e diesentere Ennser hätt se mich doch gewwe könne. Ich hen zu den Philipp gesagt, ich deht nit ehnder heim gehn, bis daß ich die Kinner gesehn hät un da hen ich erscht ausgefunne, daß der Feller, der Rawwvater sich noch nit einmal nach seine Kinner erkundigt gehabt hat! Er hat gesagt: „Er hätt gedenkt, i ch hätt die Kinner mit genomme." Ich hen ihn dann ecksplehnt, daß ich die Kinner zu den Karli, was unsern verheiratther Bub is, seine Frau gebracht hätt, wo mer Bridschet heiße duht un da hat er gesagt, well, dann bräucht ich auch nit zu worrie, die hätt jedenfalls schon e Auge an se gehabt, ennihau dehte die bei diese Zeit schon längst ins Bett liege un ich sollt also bis zu den nächste Dag warte, dann deht er mit mich gehn un mir dehte die Kinner im Triumph heim nemme.

Well, es is ja schon keinder spät gewese un da hen ich denn meine mütterliche Liebe un Gefühle noch e wenig unterdrückt un sin, nachdem mer noch zum Abgewöhne e Kimmelche genomme hatte, mit den Philipp heim gange. Awwer denke Se nur nit, daß ich e ruhige Nacht gehabt hen! Ich konnte nit einschlofe un alle Minnit hen ich an die arme Buwe denke müsse, wo so lang ihrer Mutter beraubt ware. Un wenn ich emal die Auge zugemacht hen, gleich hen ich die schrecklichste Bilder gesehn. Un wann alles wahr wär komme, was ich in die Nacht gesehn hen, dann wär von all die Buwe heut noch kein Stückelche mehr iwwerig. Der Philipp, das alte Kameel, hat geschlofe wie en Bär un hot geschnohrt, als wann er e sechszölliges eichenes Bohrd dorchfäge deht. Das hat mich ganz schrecklich fühle mache un ich hen ihn so oft zurufe könne, wie ich gewollt hen, er hat mich nit geennsert, un hat in einem fort weiter geschnohrt. Well, es geht ja alles iwwer un so is die Nacht un am Morgen da hen ich gefühlt, als wann ich e sechs Wieks Wasching gedahn hätt. Ich sin gleich aus den Bett un hen den Philipp geweckt, for daß er sich reddig mache sollt, die Buwe zu hole; awwer der Kunne hat gar nit dazu gefühlt. Er hat gesagt, ich sollt nur alleins gehn, es deht ennihau zu dumm ausgucke, wenn mer zu zweit angemartscht komme dehte un dehte so en Schoh aus uns mache.

Well, ich hen kein Foß rehse wolle un da sin ich denn alleins fort gange, awwer mit sehr schwerem Herze. Ich hen doch nit wisse könne, in was for e Kandischen ich se sehn deht. Wie ich zu die Britschet ihr Haus komme sin, da is alles so ruhig un so still gewese, daß ich zu mich gesagt hen, da drinn könne dei Buwe nit sein. Mit kloppendem Herze sin ich inseit un da hat die Britschet gestanne un hot e Fehs gemacht, als ob se mich fresse wollt.

Ich hen gesagt: „Britschet, for de Lands Sehsk was is gehäppend, wo sin die Buwe?" Mitaus e Wort zu sage, hot se mich in das Bettruhm genomme un do hen se in die Better gelege un hen geschlofe wie die Katze. So schnell wie ich gekonnt hen, hen ich se iwwer gezählt, einmal, zweimal und dreimal un schuhr genug, es hat keiner gefehlt, im Gegentheil, es hot zu mich geguckt, als wann noch einer mehr da wär, awwer das is der Karlie, wo ja so zu sage auch mei Kind is. Well, da sin ich awwer doch so froh gewese, daß ich gefühlt hen, als ob ich trulioeh singe sollt oder den Stahr spenkelt Benner. „Britschet, hen ich gesagt, du bist e Pietsch, un das will ich dich auch nie nit vergesse, was du an meine Kinner gedahn hast." Do hot sie das Wort genomme: „Das is gut genug, ich will dich awwer auch ebbes sage: „Wann du widder emol jemand suche duhst oder jemand brauche duhst, for deine Kids zu watsche un for se zu kehre, dann komm nur nit mehr zu mich. Sell is das letzte mal gewese, daß ich Kehr von se genomme hen. Deine Buwe sin die nicksnutzigste un miserabligste Fellersch, wo ich in mei ganzes Lewe gesehn hen. Die duhn niemand meinde un niemand derf e Wort zu se spreche, dann sin se so frech un so hoffie, wie mer se sich nur denke kann. Ich will liewer Tschartsch von e Gäng Indiens hen, als wie von die Fellersch. Ich sin so nörwes, daß ich mich gar nit mehr kenne un wann du heut nit komme wärscht for se zu hole, dann hätt sie der Scharlie zu die Bolies nemme mlüsse." Well dos sin ja recht angenehme Sache gewese, awwer ich hen doch nicks sage wolle. Ich sin froh gewese, daß ich se widder all gefunne hen, bikahs se sin eim doch ans Herz gewachse un wann se einem noch so viel Trubel mache.

Ich hen se aufgeweckt un hen se sich dresse mache un dann sin mer heim gemartscht. Wisse Se, ich hen ecksvecktet gehabt, daß se sich freue dehte daß ich widder da wär, awwer das war nit der Kehs. Se hen Fehses gemacht un der Bennie hat sogar gesagt: Jetzt deht der alte Trubel widder los gehn. Sehn Se, Mister Edithor, das sin die Freude wo heutzutag die alte Leut an ihre Kids hen. Ach, ich könnt auch grad greine, iwwer die verdollte Lausbuwe. Mit beste Riegards

Yours
Lizzie Hanfstengel.

Höchste Noth.

Der kleine Karl kommt athemlos zum Arzt gelaufen: „Herr Doktor, Herr Doktor, Sie möchten so schnell wie möglich zu uns kommen; unser Mädchen ist die Treppe hinabgestürzt!"

„Was gebrochen?"

„Ja, die Suppenschüssel in tausend Stücke!"

Ein Aber.

Städter: Ihr seid doch der respektabelste Mann weit und breit, Lindenbauer, warum wollt Ihr Euch denn nicht zum Bürgermeister wählen lassen?

Bauer: Möcht' schon, Herr, wenn nur die verflixte Schreiberei nicht wär'.

Ein Schlauberger.

„Warum hat Ihnen denn der Doktor das Bier nicht verboten, das ist doch rein unerklärlich?"
„Ich habe ihm gesagt, daß ich überhaupt keines trinke."

Genesung.

Hygienische Winke von Dr. H. Wasmuth.

In den feinsinnigen, launigen Distichen „An meinen Arzt, Herrn Dr. Elsässer" schildert Mörike die glückselige, gerührte Stimmung des von schwerer Krankheit Genesenen:

„Siehe, da stände ich wieder auf meinen Füßen und blicke
Froh erstaunt in die Welt, die mir im Rücken schon lag.
Aber ich spreche von Dank dir nicht: Du liesest ihn besser
Mir im Auge, du fühlst ihn hier im Drucke der Hand."

Der Sieg ist gewonnen. Die Hoffnung schließt den Kranken in ihre mütterlichen Arme und führt ihn wie einen Neugeborenen wieder ins Leben.

Wie ein Kind ist der Wiedergenesene schwach und hinfällig. Seine Nerven zittern noch unter den Nachwehen der überstandenen Schmerzen. Sein Herz, an dessen Leistungsfähigkeit das Krankheitsgift und des Fiebers Gluthen große Ansprüche gestellt haben, hat noch nicht den vollen, gleichmäßigen Schlag. Darum handelt man klug und weise, wenn man vorderhand nicht lange auf seinen Füßen steht und seinen schwachen Kräften nicht viel vertraut.

Ruhe, körperlich und geistige Ruhe, ist die erste Rekonvaleszentenpflicht.

Leider predigt der Arzt zuweilen tauben Ohren. Im Zeitalter des Automobils will man auch die Krankheiten im Rennwagentempo passiren. Jeder hält sich für unentbehrlich und seine Existenz durch ein paar Tage Ruhe gleich für gefährdet. Die Nervosität treibt die Menschen noch als Rekonvaleszenten zur Arbeit. Diese Fahrlässigkeit aber wird oft der Grund zu einem Rückfall oder zu verhängnißvollen Herzfehlern, Nervenaffektion u. s. w.

Viele Menschen machen auch den Fehler, daß sie die Schwere der Krankheiten nach den Tagen messen, die sie im Bett verbringen müssen. Sobald sie sich etwas besser fühlen, hören sie nicht mehr auf die Mahnungen des Arztes, sondern verlassen das Krankenzimmer und thun gleich wieder Dienst.

„Ei, es war ja nur ein starker Schnupfen und Husten," pflegen die einen zu sagen, „ein gewöhnlicher Katarrh, gegen den kein Mensch gefeit ist!" „Mich hat's halt in den Beinen gezwickt und gepuckert!" meinen die anderen.

Aber diese katarrhalischen und rheumatischen Attacken, wenn sie mit mehr oder minder hohem Fieber einhergehen, können auch bei schnellem und scheinbar harmlosem Verlauf schweres Unheil, namentlich Herzleiden, über die Menschen bringen. Deshalb behütet der Arzt den Kranken ängstlich, sobald dieser irgendwelche verdächtige Herzsymptome zeigt und läßt ihn nicht früher aufstehen, als bis der Puls wieder seine alte Qualität erreicht hat. Hier heißt es folgen und sich leiten lassen.

Auch genesende Kinder sind oft schwer im Bett zu halten. Schier über Nacht wird das Kind, dem gestern noch der Morgen tödtlich graute, wieder zum leibhaftigen perpetuum mobile und verlangt ungestüm nach Bewegung und Spiel im Zimmer. Gebt dem Willen und Bitten der Kinder nicht nach, verehrte Mütter! Eure Weichherzigkeit kann dem Kinde zum Verderben werden.

Nach den sogenannten Kinderkrankheiten (Masern, Scharlach, Diphtherie) bleibt, wenn die bedrohlichen Erscheinungen abgeklungen sind, in der Mehrzahl der Fälle eine gewisse Herzschwäche zurück, die nur bei strikter Bettruhe sich allmählich verliert. Läßt man nun den kleinen Rekonvaleszenten zu früh aufstehen, und geräth er bei Scherz und Spiel in Erregung, so kann es leicht zu einem gefährlichen Schwächeanfall kommen.

Beim ersten Aufstehen bereite man den von schwerer Krankheit Genesenen vor, daß er sich matt und kraftlos finden werde. Jedenfalls soll der Rekonvaleszent die erste Zeit nicht zu lange aufbleiben; er kann lieber am gleichen Tage noch einmal aufstehen. Nach und nach wird es schon besser werden. Und wenn er auf ist, so soll der Kranke nichts thun, nur in der wohltemperirten Wohnung (70 Grad) etwas herumgehen, tief athmen, dem Weg der Sonne durch die Wohnung folgen, in der Sonne sich ausruhen und, sobald ihn eine Schwäche übermannt, oder es ihn fröstelt, das Lager wieder aufsuchen.

In der klassischen Novelle „Der Oberhof" läßt Immermann den Arzt folgende beherzigenswerthe Worte sprechen: „O, meine geschätzten Freunde, Sie glauben nicht, wie viele Kranke dem Arzt durch Liebe und Theilnahme der Angehörigen zugrunde gerichtet werden! Zwar in den ersten Tagen läßt man den Leidenden wohl ruhig liegen und behandelt ihn vernünftig, aber späterhin, wenn es nun heißt, er bessere sich oder er sei Rekonvaleszent, da beginnt ein wahrer Kultus des Krankenzimmers, in den Augen des gewissenhaften Arztes der schlimmste Dienst. Vergebens rufen die müden, zitternden Nerven: Laßt uns in Frieden! Umsonst sehnt sich das in Unordnung gebrachte Blut nach Stille; fruchtlos ist es, daß die letzten Kohlen der Entzündung in sich verglimmen möchten — es hilft alles nichts, besucht wird, gefragt wird nach dem Befinden, unterhalten wird, vorgelesen wird, sogenannte kleine Freuden werden bereitet, und voll Verzweiflung sieht man das Schlachtopfer der Liebe, das man gestern voll guter Hoffnung verließ, heute elend wieder."

Schon bei leichtem Unwohlsein empfinden wir die Gegenwart sonst lieber Menschen störend und lästig. Weit mehr noch leidet der durch lange Krankheit geschwächte Rekonvaleszent unter den wohlgemeinten, aber meist unerwünschten Besuchen, die ihn aufregen und anstrengen.

Freude ist ein „schöner Götterfunken", der einen hellen Schein in die matte Seele des Kranken wirft und sie stärkt und hebt. Von einem fröhlichen Herzen gehen Kräfte aus, die den Rekonvaleszenten verjüngen.

Doch wenige verstehen die Kunst, durch leichte, heitere Gespräche und zarte Aufmerksamkeiten Freude und Sonnenschein um sich zu verbreiten. Die meisten Besucher bringen nur Klatschereien mit und erschrecken den Genesenen durch vulgäre Ausrufe über sein verändertes Aussehen.

Schwache, blutarme, nervöse Rekonvaleszenten, die nach Geld nicht zu fragen brauchen, thun daher gut, wenn sie einen stillen Kurort, im Gebirge oder an der See aufsuchen, um dort in ländlicher Ruhe und heiterer Beschaulichkeit unter dem lebenserweckenden Einfluß der Sonne ganz zu gesunden. Im Winter sind Rekonvaleszenten nach schweren Krankheiten, besonders solche, die sich nach Influenza, Asthma u. s. w. nicht recht erholen wollen, in einem milden, gleichmäßigen Klima vorzüglich aufgehoben.

Das Fundament des menschlichen Lebens ist die Ernährung. Aus diesem Born quillt die Regeneration. Ein alter Arzt, Dr. H. Casper Abelius, schreibt in seinem „Medizinischen Gewissenspiegel" (Frankfurt a.M. 1720): „In der Diät besteht die ganze Gesundheit; ohne dieselbe kann keine Arznei anschlagen, wie köstlich sie auch sei; vielmehr wird allen Krankheiten Thür und Angel aufgesperrt. Durch die Diät werden die größten Krankheiten kurirt. Daher sind das — gottlose Medizi, die ihren Patienten in allem dispensiren."

Warnen möchte ich vor allem vor der üblichen Herausfütterung des durch Krankheit abgezehrten Körpers des Rekonvaleszenten.

„Wer gut nährt, heilt gut," sagt Professor von Leyden. Aber eine individuell wohldosierte Diät und eine mehr oder minder drängende Mästung sind nicht dasselbe. Letztere hemmt und stört den Genesungsprozeß.

Just in der Ernährungstherapie kommen neue Ueberzeugungen nach oben.

Kranke und Schwache glaubte man durch häufige eiweißreiche Mahlzeiten rasch zu Kräften und auf die Beine zu bringen. Namentlich das Fleisch in rohem, gesottenem und gebratenem Zustand war lange Zeit ein bevorzugtes Mittel in der Diät des erschöpften Rekonvaleszenten. Daneben wurden reichlich Eier, Bouillon, Wein verordnet. Die Vegetabilien dagegen und das Obst beschränkte man auf ein Mindestmaß.

Woher stammt denn unsere Nahrung? Sie ist entweder Pflanzenkost oder Fleischkost. Die Pflanzen wachsen nur dort, wo das Sonnenlicht hinkommt, denn sie verbrauchen die Lichtenergie, um ihren Körper aufzubauen; sie speichern sie in dieser Form auf. Somit essen wir mit den Pflanzen Lichtenergie. In den Vegetabilien ist die stärkste Nahrung, sie verleihen uns Spannkräfte, Lebensenergie aus erster, reinster Quelle, während die animalische Kost uns die Kraft erst aus Umsatzprodukten, aus zweiter Hand zukommen läßt.

Der Werth eines Nahrungsstoffes hängt nicht lediglich von seinem Eiweißgehalt ab, sondern wird vor allem durch die Energiemenge bestimmt, die er für den Lebensprozeß liefert. Die grünen Vegetabilien nun sind Energieträger, Akkumulatoren erster Ordnung. Daher gebührt den Stengel-, Blatt- und Wurzelgemüsen, den Salaten, den Feld- und Körnerfrüchten und dem Obst ein bevorzugter Platz in der Diät des Rekonvaleszenten. Die Vegetabilien beleben als Energieträger die vitale Kraft.

Das Monokl.

„Endlich bin ich so weit, daß ich's halten kann, und nu muß ich grad' heute immerfort niesen!"

Die Staatskonvention der Populisten von Mississippi war von neun Teilnehmern besucht. Hoffentlich haben die Herrschaften in ihren Reden einander Trost gespendet.

Sport und Arzt.

Eines Morgens fand ich ein Notizbuch auf dem Nachttisch eines jungen Mannes, worin ein Kurszettel über den täglichen Stand seiner Haarzahl sorgfältig notirt war. Das war kein Spaß, sondern heiliger Ernst. Auf Wunsch eines Speizalarztes für Haarkrankheiten notirte der Aermste, der an frühzeitigem Haarschwund litt, genau, wieviel Haare er Morgens auf dem Kopfkissen fand und addirte die Ausgekämmten später hinzu, um so den Rückgang seines Haarwuchses mit genauer täglicher Inventur bilanzmäßig festzustellen. Als das Jahr herum war, wußte er wieviel Haare er besessen hatte, und daß alle Salben nichts genützt hatten. Man kann sich bei allem etwas denken, also auch bei diesem jungen Kahlkopf. Wieviel Haare verliert der normale Mensch täglich, was ist die Grenze und wo fängt der krankhafte Haarverlust an? Wenn einmal ein weiblicher Mediziner, der mehr Zeit zu solchen Geduldspielen in der Medizin hat als die Männer, eine Doktorarbeit über dies Thema machen will, so stelle ich es ihr hiermit kostenlos zur Verfügung. Der Mensch, der seinen gesunden Menschenverstand aber befragt, dem wird hier eine sehr viel wichtigere Frage aufstoßen: Gibt es überhaupt bestimmte Grenzen zwischen normal und nicht normal beim menschlichen Körper, zwischen gesund und krank? Daß es Menschen gibt, die ein bißchen „komisch", „verrückt" oder „absonderlich" sind, ohne geisteskrank zu sein, weiß jeder, der die Witze über Professoren, Sonntagsjäger usw. liest oder gar die Aphorismen studirt; daß aber die Grenze zwischen körperlicher Gesundheit und Krankheit ebenso schwankend ist wie auf seelischem Gebiet, vergessen Laien regelmäßig und manchmal auch die Aerzte, wo sie vor Fragen gestellt werden, die zum ersten Mal aufkommen.

Wir brauchen nicht nach den Beweisen zu suchen, sie bieten sich in Fülle, wir müssen nur richtig denken und beobachten wollen. Freilich erklärt am Stammtisch der Rentner Mayer mit großer Sicherheit: Wenn mir die Zigarre nicht schmeckt, bin ich krank, sonst bin ich gesund. Wie? Wenn der Tabak nicht mehr schmeckt, so beweist das nur die Thatsache, daß Mayer keine Lust auf Nikotinanregung hat, sonst nichts. Müßten wir doch alle Abend krank sein, wenn wir genug haben und nicht mehr rauchen wollen. Ein absolutes Maß für Gesundheit kann es nicht geben, so eine Art Normalregel für Stadt- oder Landmenschen! Es ist eine Binsenwahrheit, daß der eine eine Extraleistung ohne fühlbare Schädigung bewältigen kann, der andere mit Schlaflosigkeit, Ermüdung, Kopfweh oder wenigstens verminderter Leistungsfähigkeit darauf reagirt. Der junge Mann kann die Nacht durchtanzen und trinken und marschirt am Morgen doch seine 6 oder 12 Meilen; der 20 Jahre ältere Herr fühlt schon am nächsten Morgen deutlich an seiner Arbeitsverminderung, wenn er eine Nacht im Eisenbahnkupee gesessen hat. Alter, Anlage, Gewöhnung, Umgebung, Lebensweise und viele andere Dinge bestimmen bei jedem Einzelnen die Grenzen seiner Gesundheit und die Grenzüberschreitungen, die er sich ohne Nachteil für die Dauer erlauben kann.

Der Kulturmensch und Staatenmensch möchte alles geregelt sehen, wie: Dieser Weg ist verboten! Fußweg, für Reiter verboten, Erzählung für Kinder von 12 bis 14 Jahren. Droschkenhalteplatz, Steuerzahlstelle, Autonummer, Halsarzt, Augenarzt, Frauenarzt, Hautarzt, Obst-, Fisch-, Fleisch-, Gemüsestand, grade und ungrade Hausnummern, gesunde und kranke Menschen. Und wenn dem Ordnungsmenschen ein neuer Sport oder eine neue Lebensgewohnheit auftaucht, so ruft er nach der Behörde, welche die Sache regeln oder verbieten oder nach dem Doktor, der seine Meinung darüber abgeben soll. Ach, und der Arzt ist gewöhnt, so vieles gefragt zu werden, was er nicht weiß, und doch stets mit einer Antwort bereit zu sein, daß er oft den lieben Leuten den Gefallen thut und über den Nutzen und Schaden einer Sache Aussprüche losläßt, die je nach der Parteistellung des Bürgers benutzt, verbreitet oder mit gegentheilige Aussprüchen vernichtet werden.

Besonders erregt es den Widerwillen des Ordnungsmenschen und Philisters, wenn körperliche Wettkämpfe mit Aufbietung aller Energie arrangirt werden. Gewiß hatte der Schah von Persien recht, als er in Paris ablehnte, ein Pferderennen mit anzusehen. „Ich weiß, daß ein Pferd schneller laufen kann als ein anderes!" Das brauchte er nicht mehr zu sehen. Auch beim Wettradeln, Rodeln, Rudern, Laufen, Skiern, Springen, Turnen, Reiten, Fahren und Auteln ist von vornherein sicher, daß die Kräfte ungleich vertheilt sind, ungewiß ist aber der Ausgang, da Zufall, Willenskraft, Einübung, Muth u. s. w. die absolute Leistung (den Rekord) steigern und die relative (den Sieg) merkwürdig gestalten können.

In den letzten Jahren haben die allermodernsten Hilfsmittel der Medizin, speziell die Röntgenphotographie, den Aerzten Instrumente in die Hände gegeben, mit denen sie feinere Veränderungen der inneren Organe, vor allem die Herzgröße messen können. Systematische Untersuchungen bei allen möglichen sportlichen, aber auch militärischen Uebungen haben nun ergeben, daß Herzvergrößerungen nach Anstrengungen sehr häufig vorkommen, ebenso starke Pulsbeschleunigungen, die viele Stunden andauern, ebenso Eiweiß in der Nierenausscheidung, ferner Veränderungen des Blutdrucks, starke Gewichtsverluste von 3 bis 5 bis 7, ja 10 Pfund in einem Tage! Gleich nach diesen Feststellungen, die ärztlich richtige Beobachtungen waren, kamen die falschen Schlüsse. Gewiß ist Eiweiß oder Zucker in der Nierenausscheidung anormal; aber eine Krankheit erst dann, wenn es dauernd auftritt, und unter Bedingungen, bei denen Normmenschen desselben Alters kein Eiweiß zeigen. Es hat sich aber herausgestellt, daß alle diese alarmirende anormalen Erscheinungen am nächsten Tage verschwunden gewesen sind, falls die Sportleute sich wieder einer Untersuchung unterzogen haben. Das Herz hatte wieder seine normale Größe, die Nierenausscheidung war eiweißfrei. (Nur bei zu häufig wiederholten Wetten oder bei Männern, die nicht mehr jung genug waren, blieben die Herzstörungen dauernd oder lange Zeit anhaltend.) Wie der Schlummer ein Uebergang vom Wachen zum Schlaf ist und die Grenze manchmal so verwischt sein kann, daß man nicht sagen kann, ob man im Augenblick nur noch halb wach oder schon halb im Träumen befangen ist, so geht Gesundheit in Ungesundheit über, so lange nur hin- und herpendelnd, bis die Wagschale plötzlich mit einem schmerzhaften Ruck hinabsinkt.

Es darf wohl einmal auch von ärztlicher Seite ausgesprochen werden, daß der Arzt ein schlechter Beurtheiler im allgemeinen in Sportfragen ist, weil sein gewohntes Gebiet ihn stets mit Leuten zusammenbringt, die schon die normalen Funktionen nicht ganz erfüllen können. Die Jugend und trainirte Männer, wie z. B. Jäger, Reiter, können aber unter sehr ungünstigen Bedingungen Strapazen ertragen, und würden, wenn sie sich auf der Tour ärztlich untersuchen ließen, Zeichen von Herzerweiterung, Eiweiß, Pulsbeschleunigung, Unregelmäßigkeit des Pulses öfters aufweisen, ohne krank zu sein. Die Natur hat bei allen Thieren dafür sorgen müssen, daß ein gewisser nicht unbedeutender Spielraum zwischen den Funktionen aufbleiben muß, der die Zeiten der Noth, des Durstes, des Hungers, der raschen Flucht, der Hitze und der Kälte, kurz der anomalen Lagen, die das Leben und der Kampf um dasselbe mit sich bringt, durchhalten läßt. So auch beim Menschen. Er muß sich früh gewöhnen, auch ohne Nahrung mal einen Tag stramm marschiren zu können, bergauf zu steigen, bergab zu trollen, kaltes Wasser und Sonnenbrand zu ertragen und wenn er jung gewöhnt ist und im Aelterwerden nicht gleich ein Bierbankdrücker wird, dann darf er von Zeit zu Zeit auch ganz außerordentliche Anforderungen an seinen Körper und seine Willensenergie stellen, die selbst den Schlaf auf ein bis zwei Stunden einschränken, die sein Herz mit allen Reservekräften mal beanspruchen, wenn auch dem sinnlosen Auspumpen aller Kräfte bei Berufschampions nicht im mindesten das Wort geredet werden soll.

Die Thatsache, daß fast stets gefahrlos, meist mit erzieherischem Nutzen die im allgemeinen ungenutzten Reservekräfte des Körpers zeitweilig herangeholt werden müssen, um wie bei den brandlosen Feuerwehrübungen im Ernstfalle parat zu sein, ist ja schon lange bekannt. Neu ist nur die Erkenntniß, daß objektiv wahrnehmbare auf den ersten Blick ernstlich krankhaft aussehende Symptome der Funktionen unseres Körpers doch noch in das Grenzgebiet der Gesundheit fallen. Wo viel Rauch ist, ist auch viel Feuer. Außergewöhnliche Ausgaben können nicht vom Wochengeld bestritten werden. Wen kann es da wundern, wenn bei außergewöhnlichen Anstrengungen auch ungewöhnliche Erscheinungen auftreten, die den Galopp und Karrieretypus auf unserem Lebenswege markiren. Ein gutes Pferd kann den ganzen Tag im Schritt und Trab bewegt werden, aber zeitweise muß auch ein gehöriger Galopp eingelegt werden, sonst lernen Herz und Muskulatur nicht alles hergeben, wenn es mal darauf ankommt. Wenn da Thier auch nachher im Schweiß gebadet flankenschlagend und mit zitternden Knien dasteht, so ist das gesund, falls nun der Trainer Ruhe im Stall kommandirt.

Also keine Beckmesserei in der Kunst und auch keine im Sport. Wer über ihn urtheilen will, muß ihn selbst kennen und wer ihn beurtheilen will, der muß auch diejenigen Gesichtspunkte berücksichtigen, unter denen er sich entwickeln soll.

Dreiundzwanzig Frauen aus Nord-Dakota haben beim Präsidenten gegen jede Champagner-Taufe des neuen, den Namen ihres Staates tragenden Schlachtschiffes Protest erhoben. Man kann daraus ersehen, wie sehr es den Damen darum zu tun ist, eine Verschwendung köstlichen Schaumweines zu verhindern.

* * *

Vorbereitungen für den Vierten: „Was haben sie den da in dem Paket?" — „O! Ich habe einiges für den Vierten eingekauft." — „Aha! Wohl Schwärmer und Raketen?" — „O Verbandgaze, Watte, Vaseline, Wundsalbe und Arnika!"