

Terms and Conditions

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

Behandlung

der

allgemeinen Nervenschwäche (Neurasthenie)*.

Von Dr. Carl Neumann.

Die Behandlung der Nervenschwäche wird man in eine allgemeine, den gesamten Nervenapparat beeinflussende und in eine symptomatische, d. h. die hervorragenden Symptome des jedesmaligen Leidens berücksichtigende einteilen müssen. Im Voraus sei hier betont, daß, um zu dem erwünschten Ziele der Heilung zu gelangen, aller und jeder Arzneigebrauch überflüssig und es nur nötig ist, dieselben Mittel in geeigneter Weise und Form anzuwenden, durch welche sich der Mensch überhaupt gesund erhalten kann. Zu solchen Mitteln gehören Vermeidung der die Nervenschwäche direkt fördernden Ursachen. Die Nahrung, die reine Luft der freien Natur, die Wärme, die Ruhe und Bewegung, das Wasser, gewisse, der gesunden Natur des Menschen entsprechende Gewohnheiten und eine gewisse Ruhe des Gemütes.

Wir haben oben gesehen, daß gewisse Berufsarten, mit welchen eine körperliche oder eine geistige fortwährende Erregung in einem besonders hohen Grade verbunden ist, das Nervensystem derart nachteilig beeinflussen, daß eine allgemeine Schwäche des letzteren die unmittelbare Folge davon ist. Es ist selbstverständlich, daß die Heilung solcher Neurastheniker nun und nimmer mehr möglich sein kann, ohne daß sie ihre Berufstätigkeit zugleich aufgeben, und daß Annoncen, welche die Ankündigung besonderer Kurmethoden enthalten, welchen zufolge die Heilung ohne Berufsstörung versprochen wird, entschieden nur als Schwindel-Annoncen zu betrachten sind. Es ist überhaupt klar, daß jede Ursache zu einem Leiden erst beseitigt werden muß, ehe man zur Kur des letzteren schreiten kann. Ist also die unmittelbare erste und wichtigste Ursache zur allgemeinen Nervenschwäche gehoben, so suche man zunächst durch eine geeignete Nahrung zur Erzeugung gesunden Blutes beizutragen, wodurch dem gesamten Organismus gesunder Ersatz des verbrauchten Materials und dem Nervensysteme neue und frische Kraft zugeführt wird. Die Nahrungsmittel, welche dies vermögen, dürfen daher nur nahrhaft, leichtverdaulich und reizlos sein, d. h. dem Verdauungssysteme, welches ja auch stets als ein in einem gewissen Grade geschwächter Organismus zu betrachten ist, keinerlei Beschwerden verursachen, auf dasselbe sonach keine ungewöhnlichen, widernatürlichen Reize ausüben. Es müssen also vermieden werden: Fleisch, wenigstens große Quantitäten, stark gewürzte Speisen, Erbsen, Linsen und Bohnen, wegen ihrer blähenden Eigenschaften; ferner Chokolade, Kaffee, Thee, Bier, Wein, kurz alle aufregenden Getränke; ferner die verschiedenen Naschereien, wie sie in den Conditoreien grade von den verzärtelten und geschwächten Naturen vorwiegend gern genossen werden, dann die pikanten Sachen wie: Wurst, Raviar, Käse, eingesalzene, eingepöckelte Eßwaren u. s. f. Man vergesse eben nicht, daß man es hier immer mit einer geschwächten Ernährung zu thun hat, welche selbst manche Speise nicht gestattet, welche einem gesunden Magen niemals Nachteil bringen würde. Leider versteht man unter einer sogenannten „kräftigen Kost“ grade die oben genannten Speisen, namentlich recht viel Fleisch, womöglich in

* Dieser Aufsatz bildet den selbstständigen Abschluß zu den im früheren „Naturarzt des Central-Verbandes“ erschienenen vier Abschnitten über die Nervenschwäche.