

## **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

## Ueber Atmatrie (Atemungs- und Luftheilkunde).

Von Dr. med. N. Kühner (Frankfurt a. M.)

(Schluß.)

Eine gleiche Anziehungskraft wie die Bewegungsspiele im Freien, übt das mit landschaftlichen Reizen, großartigen Natureindrücken verbundene Bergsteigen. Daß dieses eine der anstrengendsten Körperbewegungen ist, welche es ermöglicht, auf die Kräftigung der Atemmuskeln, Erweiterung des Brustraumes sowie weiterhin auf den Herzmuskel einzuwirken, größere Sauerstoffaufnahme mit allen ihren Folgeerscheinungen zu bewirken, hat Dertel experimentell nachgewiesen. Nirgends ist der chemische Einfluß der Luft sowie der mechanische so innig und günstig verbunden, als beim Bergsteigen. Alle Nachteile, welche wie oben für das oberflächliche Atmen geltend gemacht, werden durch das Bergsteigen am vorteilhaftesten beglichen und besondere, fast durch keine andere Methode zu erreichende Vorteile geschaffen. Bei phthisischer Veranlagung, bei allen mit Lungentuberkulose im Zusammenhang stehenden Erkrankungen muß in deren Anfangsstadien das Bergsteigen als ein allgewaltiges Mittel gelten. Es kommt hierbei nicht nur die Steigerung des Atmens an sich in Betracht, sondern auch die mechanische Wirkung, indem die Luft unter stärkerem Druck in die Luftröhrenäste hineingepreßt wird, sowie endlich die Ausatmung in verdünnte Luft. Wir müssen uns versagen, auf alle diese günstigen Wirkungen des Bergsteigens bei den verschiedensten Erkrankungen der Atmungsorgane und des Herzens hier näher einzugehen, zumal diese Betrachtung für das allgemeine Verständnis sehr erschwert würde. Es sei hier nur noch einer atmatriischen Übung gedacht, bestehend in langandauernden Ausatmungen.

Langandauernde Ausatmungen und deren Wirkung werden durch die Steigerung der Atmung im allgemeinen vermittelt. Es wird wohl Niemand auf den Gedanken kommen, einförmige, selbständige Ausatmungen als Schutz- oder Heilmittel anzuwenden. Dagegen verdient der gesundheitsfördernde Einfluß gewisser, methodisch vorzunehmender, mit eigenartigen Bewegungen des Mundes oder der Kehlkopfmuskulatur verbundener Ausatmungen, wie sie namentlich beim Singen, Reden, Declamieren, Vorlesen, Spielen von Blasinstrumenten stattfindet, allgemeine Beachtung. Burq<sup>1)</sup> berichtet über derartige Heilungen bei Schwindsucht. B. Niemeyer<sup>2)</sup> erwähnt viele eigene Beobachtungen, in denen der Berufswechsel und die damit verbundenen methodischen Ausatmungen bei Lungenkranken oder Veranlagung hierzu wunderbare Erfolge zeigten und berichtet von einem Schwindfüchtigen, der als wirksamste Form der Atemübungen, wahrscheinlich weil er nicht singfähig war, das Pfeifen schätzen lernte. Selbst Dertel<sup>3)</sup> anerkennt den Einfluß, den wir durch Singen auf schlecht entwickelte Lungen, schmale Brust, Ernährungsstörungen in den Lungen und katarrhalische Zustände ausüben können, als ganz bedeutend, bei diesen Störungen meist von gutem Erfolg begleitet, und stellt es auf Grund vielseitiger Erfahrungen, die über den heilsamen Einfluß des Singens auf Atmung und Blutumlauf sowie speciell auf die Kräftigung

<sup>1)</sup> Ueber den Wert der Atemgymnastik bei Schwindsucht, insbesondere den wohlthätigen Einfluß des lauten Hrragens, Singens, Spielens von Blasinstrumenten oder gewissen Tiesatmens einerseits, und über den schädlichen Einfluß stummen und stillen Verhaltens anderseits. Paris 1870.

<sup>2)</sup> Die Lunge. 2. Aufl. Leipzig. F. F. Weber.

<sup>3)</sup> „Respirationstherapie“ in Ziemkens Handbuch der allgemeinen Therapie.