

Die Uebertreibungen der Abkinnern.

Von Privatdozent Dr. med. et. phil. M. Kauffmann-Halle a. S.

Unter diesem Titel hat Dr. Sternberg im Verlag von Curt Rabich (M. Stubers Verlag), W i t t e n b e r g, eine 88 Seiten lange Arbeit veröffentlicht. Die Schrift ist, wie man sehr bald merkt, sehr polemisch gehalten. Besonders haben es dem Verfasser die Berliner Privatdozenten angedreht, deren Ansichten er in stark persönlicher Weise zu bekämpfen sucht, dagegen fähigt er sich wohlwollend, einen Ordinarius anzugreifen. Manches der von ihm geäußerten Worte scheint er bloß dem Titel nach zu kennen. An die geistlichen seiner Vater ficht der Autor in verschiedener Hinsicht die größten Anforderungen; er kann z. B. wohl kaum verlangen, daß ein Mediziner noch stiefend Griechisch liest, besonders wenn dieses in lauter großen Buchstaben gedruckt ist. Eine elegantische wissenschaftliche Begründung seines Standpunktes hat uns der Verfasser nur unvollständig gegeben, und doch wäre so viel Beweismaterial herbeizujagen gewesen. So hätte beispielsweise eine einfache Kalorienberechnung von Bier, Wein usw. schon manche Irrtümer aufgeklärt. Es ist schade, daß der Autor eine an sich richtige Idee in einer so wenig wissenschaftlichen Weise verfochten hat. Die Art, wie er schreibt, ist selber geeignet, dem gesunden Kern, der in seinen Darlegungen liegt, Vorschub zu tun. Der etwas gefällige Ton läßt zu sehr ein Vorurteil ab lesen erwarten.

Aus diesen Gründen kann ich daher auf die Einzelheiten des Buches nicht eingehen, begnüge aber die Gelegenheit, um meine eigenen gesundheitswissenschaftlichen Ansichten über das genannte Thema darzulegen. Die gesundheitswissenschaftliche Wirkung von großen Alkoholengehaltigen ist bekannt und braucht hier nicht näher erörtert zu werden. Wie aber jede gute Bewegung durch Uebertreibung eher schadet als nützt, so hat auch die ischematische Bekämpfung aller alkoholischen Getränke zu Auswüchsen geführt, die der Sache der Mäßigkeitsbewegung nur Schaden müssen. Es werden allerlei wenig wissenschaftliche Gründe zur Rechtfertigung der vollständigen Abkinnern von geistigen Getränken angeführt, so wird ihnen z. B. jeglicher Nährwert abgesprochen. Ich las in einer Trinkerzeitschrift Klugblätter, in denen der Alkohol einfach als Gift bezeichnet wurde. Man repräsentiert 1 Gr. Alkohol 7 Kalorien; diese Zahl übertrifft also den Kalorienwert von 1 Gr. Stärke oder Eiweiß (4,1 *).

Man kann wohl mit Recht behaupten, daß z. B. 1 Liter Bier nahezu den Nährwert von 2/3 Liter Milch repräsentiert. 30 Gr. Alkohol gleich 210 Kalorien, 30 Gr. Kohlenhydrat gleich 120 Kalorien, 1 Liter Bier gleich 330 Kalorien, 1 Liter Milch gleich 600-650 Kalorien. Stärkere Biere sind selbstverständlich entsprechend nährhaltiger (400 bis 600 Kalorien).

Tatsächlich ist deshalb das Bier als Nahrungsmittel nicht einfach zu vernachlässigen, wie fanatische Temperenzler behaupten, wird doch besonders das malkudereiche Bier neuerdings öfters als leicht verdauliches Kräftigungsmittel empfohlen, und nicht umsonst sind ja doch wohl die Biertrinker häufig etwas wohl genährt. Bier ist daher ein ausgesprochenes Nahrungsmittel für ischmüchtige Personen, für Blutmarme, Nervöse. Es eignet sich ausgezeichnet als Zusage bei Mastitiden usw.

Allen auch in anderer Weise kann die rätschlichste Verdamnung jeglichen Alkoholgenusses, die fast marxistischezerische Warnung von den Gefahren auch kleinster Alkoholengehaltigen Unheil stiften. Angestrichelte Gemüter, Nervositäten werden durch solche Schwarzmalerei oft ganz ohne Grund veranlaßt, auch kleine Mengen von Bier und Wein ihre Gift zu nehmen. Ich möchte hier einen Fall anführen, der sojungen als Typus für viele andere gelten kann. Ein Beamter, der infolge von Uebertreibung verübt geworden ist, geht zum Arzt. Dieser bezieht seine Nervosität auf das einige Glas Bier, das er abends trinkt, und verbietet ihm jeden Alkoholgenuss. Der Mann hatte nun aber unter der parteilichen Wirkung des Alkohols immer noch solchen Mühen und war in Gesellschaft gegangen. Jetzt sollte ihm das gemühte Schlafmittel, er hätte keinen Anlaß mehr, die Gesellschaft von seinen Freunden zu besuchen, und wurde in seiner Absojolenheit immer mehr zum Euphorioner, vor allen Dingen aber mußte er seinen Organismus mit Schlafmitteln förmlich überladen. Es wurde nun bei diesem Patienten die eigentliche Ursache der Nervosität

*) Veder ist eine exakte quantitative Alkoholbestimmung zurzeit noch nicht ausgearbeitet, denn die übliche Bestimmungsmethode vermittels Destillation ist nicht eine einbeutige Bestimmung von Alkohol, sondern kann auch auf Äther, ätherische Öle usw. bezogen werden.

die Ueberanstrengung, beistigt und es wurde ihm ferner geraten, abends wieder sein Bier in einer Gesellschaft lustiger Freunde zu trinken; bei dieser nachgehenden Lebensweise wurde ebengenannter Mann bald wieder gesund und arbeitsfähig.

Ich habe oft den Eindruck gewonnen, daß ähnlich wie durch die rätschlichste Uebertreibung der Schädlichkeit der Dosis, so durch das Gebot der strengen Abkinnern geradezu Zwangsvorstellungen bei manchen Leuten ausgeflößt werden, Selbstanklagen. Ich habe Patienten gesehen, die aus Besorgnis, daß sie früher mit 1-2 Glas Bier täglich sich unheilbar vergiftet haben, erst recht trauern. Für solche bedenkliche Zeichen der Zeit ist nur die struppellose Agitation auch gegen mäßigen Alkoholgenuss verantwortlich zu machen.

Es liegen sich hier noch andere Gesichtspunkte anführen. Betrachtet man abstinente Menschen des Nördens, so kann man nicht immer behaupten, daß es gerade die gesundesten Exemplare wären. Ich habe unter Vegetariern und Temperenzlern eine Menge von nervösen, verärgerten Menschen angetroffen, doch soll hier nicht Ursache mit Wirkung verwechselt werden. Es scheint mir nur, daß die ischmüchtigen Wirkungen des Alkohols sich besonders bei etwas ischmüchtigen Organismen äußern. Es gibt aber eine ganze Reihe von kräftigen, Rationellen, die bei mäßigem Alkoholgenuss gesund bleiben und alt werden. Was also bei dem einen ischmüchtigt ist, kann bei dem anderen sogar vordringlich erscheinen.

Der Alkohol ist, wie ja Sternberg treffend ausführt, ein Mittel, um den Appetit zu reizen, die Stimmung zu verbessern und dadurch auch geistig anzuregen. Es wurde schon die Ansicht ausgesprochen, daß ein leichtes Gift (Alkohol, Koffein, Alkohol) die Fantasiefähigkeit begünstigt, daß also sojungen ein leichter Raufsch das innere Leben des Menschen anregt. Wie kommt es denn, daß phantasiebegabte, geistreiche und wichtige Menschen wenig zur Abkinnern neigen, während ruhige gewöhnliche Arbeiter sich am wohlsten bei vollständiger Abkinnern befinden? Man hat behauptet, daß ein Mensch mit einer reichen Gedankenwelt zuweisen kleiner Dosen Alkohols bedürfe, um sich von seinen vielen Ideen sojungen zeitweise zu befreien, um eine wohlthätige Erholung herbeizuführen. Merkwürdig ist nun, daß das weiblische Geschlecht im Allgemeinen ohne Alkohol auskommen kann. Dies hat man dadurch zu erklären versucht, daß das Weib, weil es überhaupt über eine gleichmäßige Lebensweise verfügt, weil es von Natur schon viel mehr Empfängnisweisen ist, eines Reizmittels nicht bedürfe, während der Mann durch sein Denken seine physiologische Euphorie liest, durch seine Reflexionen zwischen sich sich hervorruft (daher das Wort „Das Denken macht unglücklich“), und der vonummer und Sorgen bejogte ein Leise braucht. Dagegen kommt das Weib, von dem gesagt wird, das es der Aufmerksamkeit voll Ergebung gegenüber steht, viel weniger aus seinem Gleichgewicht; geschlecht ist aber, so fesseln ihm zur Umberung seines Kummers reichlich Tränen zur Verfügung. Es ist wohl nicht möglich, daß das ischmüchtige Geschlecht, nachdem es nun dem Manne im öffentlichen Leben in manchen seiner Berufe Konkurrenz macht, auch mehr zu Reizmitteln, wie Alkohol und Tabak, greift. Ich habe bei Mitgliedern von Baukreuzvereinen gefunden, daß sie, nachdem sie dem Bier entlag hatten, auffallend viel Schokolade zu sich nahmen; nun sind ja süße Speisen für viele Menschen auch eine Art Reizmittel, besonders für die Frauen, es darf allerdings nicht im Innern dieser süßen Sachen sich ein alkoholreicher Sirup befinden! Dieser Sirup ist ja sicher ein harmloser, aber es wäre zu beklagen, wenn Morphium (Narkosen) und andere ischmüchtigen Gifte als Kompensation benutzt würden.

Wenn nun die Alkoholgenussfähigkeit unter der Wirkung des Alkohols verändert wird, wenn die Verknüpfung der Vorstellungen eine mehr äußerliche, oft spurhafte ist, so darf daraus nicht geschlossen werden, daß der Alkohol die Gedankenfähigkeit ischmüchtigt; denn unsere ischen Einfälle sind eben die, welche aus dem Reizgen des Bewußtlichen hervorgehen. Es ist auch die Frage aufzuwerfen, ob der Mensch nicht oft solcher Süßbude bedarf, in denen er nicht so konstant denkt, wie sonst, in denen er die Leiden dieses Jammersalls vergißt, in denen er aber zu einem energischen Entschluß fähig ist. Hat mich doch auch einmal eine Autorität gesagt: „Wir Kennenstände, die wir so viel Gland, die wir die dunkelsten Seiten des Lebens kennen müssen, wir brauchen zuweisen Bergeffenheit, um nicht all dem Gland, das wir sehen müssen, zu erliegen.“

Meine Ausführungen möchte ich dahin zusammenfassen, daß die Bekämpfung des Alkoholmissbrauchs in jeder Form von ärztlichen und nationalökonomischen Standpunkt aus sehr zu begrüßen ist; aber diese Bewegung muß eine gesunde sein, sie soll nicht zu einem Verbot jeglicher alkoholischer Genussmittel werden, denn es lassen sich eine Reihe von Momenten anführen, auch z. B. der

Gesichtspunkt der vererbten Gewöhnung für die Ansicht, daß kleine Mengen von Bier und Wein für den Menschen nicht ischmüchtigt, sondern sogar nützlich sind.

Vermischtes.

Das Kurhaus in Pyrmont vollständig niedergebrannt.

(2 1/2 Millionen Schaden.)

Pyrmont, 1. August. Heute in den frühen Morgenstunden ist das Kurhaus vollständig abgebrannt. Der Schaden wird auf 2 1/2 Millionen Mark geschätzt. Die Kurgäste, die im Kurhaus wohnten, konnten nur mit knapper Not ihre Leben retten. Das neben dem Kurhaus gelegene Badehaus gilt auch als verloren. Aber können vorläufig nicht verabschiedet werden.

Dynamitexplosion.

Dhili (Abessinien), 1. Aug. Eine Dynamitexplosion zerstörte in Diredah das Zollhaus und viele europäische Häuser. Zahlreiche Personen, besonders viele Eingeborene, sind getötet worden. Nach einer weiteren Meldung sind außer dem Zollhaus 50 europäische Wohnhäuser in die Luft geflogen. 30 Abessinier und 8 Armenter wurden getötet, ein großer Teil der Stadt ist zerstört.

Trockenheit in Indien.

London, 1. Aug. Aus Indien verlaufen fortgesetzt sehr ungünstige Nachrichten von anhaltender Trockenheit. Die Ernten zahlreicher Provinzen, besonders in Pendsab, sind durch den Sonnenbrand und Trockenheit zerstört. Die Regierung wird unverzüglich Maßnahmen treffen, um der notleidenden Bevölkerung Hilfe zu bringen.

Selbstmord im Gefängnis.

Bohum, 1. Aug. Der Arbeiter Montag, der seinerzeit seine Geliebte ermordet hat und sich demnachst vor dem Schwurgericht verantworten sollte, hat gestern im Amtszerschnittgefängnis, wo er in Unterjüngerschaft war, seinem Leben durch Erhängen ein Ende gemacht.

Spende Kaiser Franz Joseph.

Kaiser Franz Joseph hat, wie aus Wien e depechiert wird, für die vom Brandunglück in Konstantinopel Betroffenen 20 000 K o n e n genehmigt. Die österreichisch-ungarische Regierung gab für den gleichen Zweck 6000 Kronen.

Korruption in der Neapoter Quarantänestation.

Gerabzu empfindende Dinge bringt, dem „E. M.“ zufolge, nach den eingetroffenen amerikanischen Kabelberichten eine von dem Neapoter Gouverneur angeordnete Untersuchung der Zustände in der Neapoter Quarantänestation zutage. Arturo D e n n e s, ein früherer Angestellter, besahmer in einer Untersuchung, daß sich in der medizinischen Bibliothek fast allmählich die tollsten Ergüsse

Mit Fruchtstäben und

Mondamin

verjort die Hausfrau den Nachtisch mit allerlei kalten, erfrischenden Klammeris. Jeder Fruchtstift mit Wasser verdünnt kann mit Mondamin ischnell gekocht, gestürzt und mit frischer Milch oder Schlagmilch serviert werden. Auch mit Zitronen- oder Apfelsinenjast lassen sich köstliche Klammeris bereiten. Erprobte Rezepte hierfür auf den Mondamin-Paketeten à 80, 80 u. 15 Pf.

Der Himmel im August.

Die Sonne durchwandert in diesem Monat die Sternbilder der Zwillinge und des Krebses und neigt sich bereits merklich dem Äquator zu, von dem sie am 31. August nur noch 9 Grad entfernt ist. Sie durchzieht während der nächsten vier Wochen fast 10 Breitengrade und verringert damit gleichzeitig die Dauer ihrer Sichtbarkeit. Während das Tagesgesicht am 1. August um 4 1/2 Uhr morgens aufsteht, erhebt es sich am Schlusse des Monats erst um 5 1/2 Uhr früh, und der Sonnenuntergang verfrüht sich sogar infolge der Zeitgleichung um eine volle Stunde, von 8 Uhr auf 7 Uhr abends. Die Mittagshöhe des Sonnenballes beträgt, berechnet für die geographische Lage der Berliner Sternwarte, am 1. August noch 55 3/4 Grad; sie nimmt bis zum 31. bis zu 46 1/2 Grad ab.

Die Planeten bieten in diesem letzten Sommermonat eine Fülle des Interessanten. Merkur erreicht am 13. August seine größte ischmüchtige Konjunktation, kann aber mit bloßem Auge nicht beobachtet werden. Sein Durchmesser nimmt jedoch, da er sich der Erde nähert, fast um die Hälfte bis auf 10 1/2 u. Venus, die in diesem Monat, durch den Löwen eifend, aus der rechlückigen in die rückläufige Bewegung übergeht, erreicht am 11. August ihren größten Glanz. Dabei nimmt ihre beleuchtete Teil von 0,34 bis auf 0,08, also auf weniger als ein Zehntel ihrer Oberfläche ab, während gleichzeitig ihr Durchmesser von 34" auf 54" zunimmt. Es ergibt sich somit, daß die Venus um so größer und heller wird, je mehr ihre beleuchtete Sichel zusammenschrumpft. Das hängt aber mit ihrer gleichzeitigen Annäherung an die Erde zusammen. Während wir bei dieser Erdnähe Venus voll beleuchtet sehen können, wird sie nicht möglich ist, weil Venus dann zwischen Sonne und Erde steht und uns einen Teil ihrer Nachtseite auswendet, so hätten wir den herrlichen Anblick einer strahlenden kleinen Kugel, die weit mehr einem Mond denn einem Geirten ähneln würde. Die Sichelgestalt der Venus ist natürlich nur mit optischer Fernsinnung zu erkennen. Kurz nach ihrem größten Glanze verfinstert sie, die steht abends nach eine gute Stunde am Westhimmel sichtbar, in dem Lichtglanz der Sonne, um im September wieder am Morgenhimmel aufzutauchen. Mars, der rechlückig durch den Widder bis in den Sterg zieht, geht

jetzt bereits in den späten Abendstunden auf und wird von Tag zu Tag heller und besser sichtbar, da er sich seiner im November stattfindenden Opposition nähert, wobei er der Erde auch am nächsten steht. Er fällt namentlich in den späteren Nachtstunden durch sein ruhiges und auffallend rotes Licht am Westhimmel auf. Nicht weit von ihm steht Saturn mit dem Mars am 17. August um 5 Uhr früh in eine neue Begegnung kommt. Mars geht hier nicht nur südlich von Saturn in den ganz geringen Abstand nördlich. Da auch der Mond nur wenig westlich von der beiden Planeten steht, so bietet sich dem Beobachter dieser Konstellation ein sehr bemerkenswertes Schauspiel am Himmel dar, das sich an der Grenze zwischen Widder und Stier nahe den Plejaden und Spaden ereignet. Jupiter, der in der Reihenfolge nach dem Sonnenabstande eigentlich der Saturn zu nennen wäre, ist zunächst noch über zwei Stunden am Abendhimmel zu sehen; in vier Wochen verschwindet er jedoch schon bald nach dem Eintritt der Dunkelheit unter dem Horizont des Westhimmels, da die Sonne ihm jetzt ischnell näher rückt. Sein Durchmesser nimmt ab; er entfernt sich von uns und wird einige Monate durch die Nähe der Sonnenstrahlen unsichtbar bleiben. Uranus kann, rückläufig durch den Schützen ziehend, im Fernrohr während der ganzen Nacht beobachtet werden; Neptun, der rechlückig durch die Zwillinge zieht, steht dagegen der Sonne noch zu nahe, um selbst mit starken Fernrohren aufgefunden zu werden.

Der Mond zeigt am 1. August im Mitternacht sein erstes Viertel; Vollmond ist am 10. und letzte Viertel am 17., gerade jenem Tage, an dem die Konjunktation mit Mars und Saturn stattfindet; am 24. August erneuert der Mond sein Licht, um am 31. zum zweiten Male in diesem Monat das erste Viertel zu zeigen.

Der Fixsternhimmel ist im August ischnell wieder etwas günstiger zu beobachten, da nach und nach die Nächte wieder länger werden und auch die Dunkelheit früher eintritt. Vor allem sieht man jetzt wieder seit längerer Zeit einmal deutlich die Milchstraße, diesen größten Kreis, der sich rings um das ganze Firmament hinzieht. Ihre sommerliche Hälfte steigt im Süden zwischen dem Schützen und dem Skorpion in zwei getrennten Zügen empor, sie durchschneidet den Widder, mit der anderen Hälfte den Opplidus und zieht durch den Schwan nordwärts bis zum Perseus und zur Kassiopeja. Tief unten

in nördlicher Kulmination steht abends nach Einbruch der Dunkelheit das Bild des Fuhrmanns; aber nur der helle Hauptstern Capella durchdringt die ischte Dämmerung. Gegen Mitternacht steigt Capella im Nordosten schon zu größerer Höhe empor, während in die untere Kulmination allmählich der Große Wä eintrückt. Ostlich von Capella, schon ziemlich hoch über dem Horizont, steht Vega, dessen heller Stern Wigel, der etwas oberhalb von den übrigen hellen Sternen dieses Bildes zu finden ist, wegen seines abet der Tage erfolgenden Lichtwechsels bekannt ist. Noch höher dem Zenit zu finden man die indromedea und das sich an diese unmittelbar anschließende Regulus-Winkel. Weinhum im Zenit kulminieren abends Vega, der weisse helle Hauptstern im Bilde der Leier und Deneb im Schwan. Altair, der Hauptstern des Adlers, scheidet mit Vega und Deneb ein gleichförmiges Dreieck von großer Ausdehnung, dessen Sidelipie Altair darstellt. Ostlich vom Adler fällt die eng zusammengebrängte charakteristische Konstellation des Delphinus auf. Verfolgt man den Südhimmel über den Adler hinaus bis zur Grenze der Sichtbarkeit, so trifft man auf die ischmüchtigen Tierkreisbilder des Schützen und des Steinbocks, an die sich in nordöstlicher Richtung der unterhalb des Regulus stehende Wallermann anschließt. Westlich vom Schützen, noch in der Milchstraße, steht der Skorpion, dessen heller, auffallend rotleuchtender Hauptstern Antares an klaren Abenden trotz seiner starken ischmüchtigen Abweichung als ein ischöner Stern erster Größe siraht. Neben die Waage gelangt man zur Jungfrau, deren heller Hauptstern Spika abends bald nach Sonnenuntergang im Südwesten aufsteht, um aber auch selbst kurz darauf unter dem Horizont zu verschwinden. Noch früher geht das Bild des Löwen unter, in das Ende August die Sonne bereits eintritt. Nördlich von Vega und Jungfrau breitet sich abends, bereits westlich vom Meridian stehend, die ausgebotene Konstellation des Bootes aus. Der helle Stern im Bootes, Arcturus, scheidet sich wie Antares durch seine rechlückige Farbe aus. An den Bootes scheidet sich im Osten das halbfrörmige Bild der nördlichen Krone an. Gemma heißt der in der Mitte stehende Hauptstern. Den Raum zwischen der Krone und der Leier nehmen die zahlreichen, regellos angeordneten Objekte des Hertules ein, die meist direkt und dierter Größenklasse sind.

