Der Hausarzt:

Vom Asthma.

Von Dr. med. Käte Plume.

Asthma kannten schon die Griechen, das Wort bedeutet einfach „Keuchen". Seinem Wesen nach sind es Anfälle von hoher Atemnot mit erschwerter Ausatmung. Die zu viel eingeatmete Luft bläht die Lunge und senkt das Zwerchfell. Zweifellos liegt beim Asthmakranken eine ererbte Neigung vor, allergische Krankheiten zu bekommen (Flechten, Heufieber, Darmschleimhautentzündung) oder wenigstens die Möglichkeit, seine Lebensnerven leicht aus dem Gleichgewicht zu bringen. Unter diesen Lebensnerven versteht man die Nerven (Vagus und Sympathicus), die dem Willen nicht unterworfen sind.

Sehen wir uns nur einmal die lebensnervliche Versorgung der Lunge an: Der Sympathicus erweitert die Bronchien, und der Vagus verengt sie. Das anfallweise Ueberwiegen des Krampfes Vagus führt zur Schleimhautschwellung in den Bronchien und zum Hervorbringen eines zähen Schleimes und Anfall. Das Ziel jeder Behandlung muß sein, den die Bronchien verengernden Reizzustand zu beseitigen.

Als anfallauslösend werden Stoffe angeführt, die man Allergene nennt. Mir sind etwa 300 Allergene bekannt, die man aber in drei Untergruppen beschreiben kann: Klima-, Haus- und Nahrungsmittel-Allergene. Es gehört viel ärztliche Geduld dazu, die schädlichen Allergene herauszufinden, um so mehr, als der Asthmatiker gegen viele Stoffe überempfindlich sein kann. Oft hilft aber der Zufall oder die Beobachtungsgabe des Patienten. Hausallergene können sein: Staubfänger, Portieren, Teppiche, Bettfedern. Eine gründliche Ausräumung des Schlafzimmers von Gardinen, Bettvorlegern, ja sogar Trennung von den Federbetten hat schon Dauerasthmatikern Hilfe gebracht. Leichter gelingt es schon, zu ermitteln, welche Nahrungsmittel nicht vertragen werden (Fisch, Erdbeeren, Milch.) Bäcker und Müller sind oft überempfindlich gegen Mehlstaub. Hier hilft in den meisten Fällen nur Berufswechsel, auch bei Tierpflegern, die gegen Tierhaare überempfindlich sind.

Neben der Ausmerzung von Schädlichkeiten, die einen Anfall heraufbeschwören, ist eine gesamte Kräftigung des Körpers notwendig, um seine Abwehrbereitschaft auch den Allergenen gegenüber zu erhöhen. Das erreicht man durch umstimmende und ableitende Maßnahmen. Was im einzelnen in Frage kommt, muß der Arzt entscheiden. Als Möglichkeit ist zu nennen das künstliche Fieber (mit Bakterienlösung oder Fieberbad), Eigenblutinjektionen oder andere unspezifische Reizbehandlung, Bluttransfusionen, Kurzwellendurchflutung, Ultraschallbehandlung usw. Eine große Umstimmung vermag auch die Ernährungsbehandlung zu leisten, bei der Fasten und Rohkost die Hauptrolle spielen. In schweren Anfallszeiten erzielt man Besserung mit ausgesprochener „Sauerkost", die aber nicht über einen längeren Zeitraum gegeben werden kann. Doch es genügt ja schon manchmal, dem Asthmatiker zuerst seine gehäuften Anfälle zu nehmen. Sehr wichtig ist die Ableitung auf die Haut. Ansteigende Beinbäder und Halbbäder von 36 bis 42 Grad sind von großem Nutzen, ebenso das Asthmabad, das durch kalte Rückengießungen gekennzeichnet ist. Dadurch muß der Kranke seine verkrampfte Atmung lassen. Unter Ableitung auf den Magen und Darm versteht man in erster Hinsicht Regelung der Stuhlgangsstörungen (Blähungen und Verstopfung). Heilerde besitzt ein besonderes Bindungsvermögen für Darmgifte und Gase. Die hohe Adsorptionskraft macht sie bei Nahrungsmittelallergie genau so wertvoll wie die medizinische Kohle, darüber hinaus ist sie durch Mineralstoffgehalt ausgezeichnet, dessen Bedeutung immer mehr in den Bereich des ärztlichen Interesses rückt. Morgens und abends ein Teelöffel in Wasser genügt, nach einem Vierteljahr nur abends ein Teelöffel.

Auch beim Asthmakranken ist nach Eiterherden im Körper zu fahnden. In Frage kommen Nasenpolypen, Nasennebenhöhlen, Zähne und Mandeln. Durch Keimdrüsenbehandlung erzielte man in letzter Zeit Besserung, ja Heilung der Asthmakranken. Es ist ja auch kein Wunder, wenn gerade Hormone Einfluß auf das Asthma haben, sind sie es doch, die im Wechselspiel mit den Lebensnerven stehen. Neben den Keimdrüsenhormonen sind es die der Nebenniere, der Nebenschilddrüse und Hirnanhangsdrüse, die einen Anfall bessern. Doch der Arzt sucht die Befreiung von den Anfällen. Ein souveränes Mittel zur Beseitigung des Asthmas ist die Atemschulung. Der Kranke muß Atemgymnastik üben und dabei überwacht werden. Dann erlangt er Herrschaft über seine verkrampfte Atmung, sieht, daß es auch ohne Anfälle geht.

Der seelische Anteil an der Krankheit ist beim Asthma groß, und eine geschickte psychotherapeutische Führung vermag die Angst vor dem nächsten Anfall zu nehmen. Asthma ist heilbar. Es behört aber großes Einfühlungsvermögen des Aerztes und Mitarbeit des Patienten dazu, die Möglichkeiten zu finden, die gerade bei seinem Asthma zur Heilung führen.

Wie kann man die Grippe verhüten?

Auch in Jahren, in denen die Grippe nicht epidemisch auftritt, bleibt die Zahl grippöser Erkrankungen nicht gering. Vielfach mehren sich die Erkrankungen besonders beim Eintritt in die naßkalte Jahreszeit, um dann im späteren Winter, meist im Februar, noch einmal zuzunehmen. Aber auch in den übrigen Herbst- und Wintermonaten, vor allem bei großer Bodenfeuchtigkeit, gehört die Grippe zu den Krankheiten, die die Aerzte stark belasten. Der volksgesundheitliche Schaden, den die Grippe anrichtet, ist erheblich. Zu ihm tritt der jetzt im Kriege doppelt fühlbare wirtschaftliche Schaden durch den Ausfall zahlreicher Arbeitskräfte. Es ist daher die Aufgabe jedes Volksgenossen, mitzuhelfen, daß solche Schäden an der deutschen Wehrkraft möglichst gering bleiben.

Grippe ist ansteckend. Die Verbreitung ihrer Erreger geschieht hauptsächlich durch die „Tröpfcheninfektion" über die oberen Luftwege, wobei es hauptsächlich zu Entzündungen der Rachenhöhle, der Bronchien und auch der Lungengewebe kommen kann, aber auch auf dem Speisewege, wodurch die Grippeerkrankungen der Verdauungsorgane hervorgerufen werden. Daneben kennen wir noch weitere grippöse Erkrankungsformen, solche der Nieren, der Blase, des Gehirns oder in wieder anderen Fällen auch der Muskeln. Die Grippe ist also äußerst vielseitig.

Um so wichtiger ist es, Ansteckungen vorzubeugen. Vor allem soll man sich keinesfalls anhusten und anniesen lassen; wichtig ist auch die morgendliche und allabendliche Mund- und Zahnpflege, allgemeine Reinlichkeit, z. B. der häufige Wechsel des Taschentuches, und bei besonderer Gefährdung, d. h. bei grippösen Erkrankungen in der unmittelbaren Umgebung, die Anwendung von Desinfektionsmitteln. Es gilt insbesondere die Verschleppung von Keimen in der Familie, in Freundeskreisen, im Betrieb, an der Arbeitsstätte zu verhüten. Von Besuchen bei Grippekranken ist abzusehen. Pflegepersonen von Grippekranken brauchen Desinfektionsmittel im Waschwasser; sie müssen sich nach Verrichtung im Krankenzimmer die Hände säubern. Wäsche von Grippekranken wird man tunlichst gesondert behandeln und besonders heiß plätten. Teller und Eßbestecke von Grippekranken gehören nicht in den Abwaschtisch gemeinsam mit den anderen Eßgeräten. Kinder dürfen Räume, in denen Grippekranke liegen, nicht betreten.

Wesentlich ist, daß die Ansteckungsgefahr auch schon dann besteht, wenn die Erkrankung noch nicht voll zum Ausbruch gekommen ist. Das richtige Verhalten solcher Volksgenossen, die fürchten, mit Grippe angesteckt zu sein, ist daher von größter Wichtigkeit. Stets müssen sie dessen eingedenk sein, daß es ihre Pflicht ist, alles zu vermeiden, was der Uebertragung von Krankheitskeimen Vorschub leisten könnte.

Bezeichnend für grippöse Erkrankungen sind vor allem Kopf-, Kreuz- und Gliederschmerzen (man fühlt sich „wie zerschlagen"), häufig im Zusammenhang mit Husten und Schnupfen, ferner Nasenschwellungen und Entzündungen der Nebenhöhlen. Die Erkrankung muß schon beim Bemerken der ersten Anzeichen energisch bekämpft werden. Es kommt nicht darauf an, daß die Maßnahmen überhaupt durchgeführt werden, sondern daß dies auch im richtigen Augenblick geschieht. Besonders erfolgreich ist eine unverzügliche Schwitzkur noch am gleichen Tage, wenn die ersten Erkrankungsanzeichen auftreten. Wer es irgend kann, beginnt sie mit einem heißen Bad von anfangs etwa 37 Grad C. Durch Nachgießen von heißem Wasser kann man die Temperatur bei gesundem Herzen allmählich etwa bis auf 40 Grad C. steigern. Hernach wird der Körper gut frottiert, und dann geht es, warm eingehüllt, ins Bett. Dort deckt sich der Patient bis obenhin fest zu und hält den gewöhnlich sehr kräftigen Schweißausbruch unbedingt mindestens eine Stunde aus.

Steht kein Bad zur Verfügung, so ersetzt man es durch eine Vollpackung: Auf das Bettlaken wird eine Wollbecke gelegt, ein zweites Bettlaken wird in heißes Wasser getaucht und dann ausgewrungen, darin wird der Patient im Bett vom Hals bis zu den Füßen rasch eingewickelt und mit einer weiteren Wollbecke, darüber mit dem Federbett bedeckt. Heißer Lindenblütentee, vielleicht auch mehrere Wärmflaschen ins Bett, vor allem an die Füße — da schwitzt der Kranke bestimmt!

Bei Schnupfen wird dem Patienten wiederholt erhitzte, trockene Watte auf den Nasenrücken gelegt. Bei Schluckbeschwerden nimmt man tagsüber und während der Schwitzkur desinfizierende Tabletten, später wird mit einer Wasserstoffsuperoxydlösung gegurgelt. Erst wenn der Schweißausbruch nachläßt, frühestens aber etwa eine Stunde nach Beginn der Schwitzkur, wird der Körper scharf trocken gerieben; der Patient erhält frische Wäsche, die Wärmflaschen im Bett werden von neuem heiß gefüllt, und nun soll der Schlaf folgen. Am nächsten Morgen ist die Heftigkeit des Anfalls meist überwunden oder doch wesentlich gebessert.

Unbedingt ist die Temperatur zu messen. Solange sich Fieber zeigt, ist Bettruhe einzuhalten. Geht das Fieber nicht alsbald zurück, fühlt der Patient keine wesentliche Wirkung der ersten Abwehrmaßnahmen, so ist bald für ärztliche Hilfe zu sorgen. Auch die Maßnahmen des Arztes sind um so wirksamer, je früher sie einsetzen. Herz- und Zuckerkranke und Volksgenossen mit erhöhtem Blutdruck sollen den Arzt sofort um Rat fragen, ihnen bringt eine Schwitzkur mehr Schaden als Nutzen.

Es ist zwar richtig, daß man jetzt im Kriege nicht jeder harmlosen Erkältung gleich nachgeben soll. Wenn aber Anzeichen einer ernsten Erkrankung auftreten, so ist es falsch, sie allein „mit festem Willen" unterdrücken zu wollen. Hinter solcher „Energie" steckt häufig lediglich Bequemlichkeit. Auf diese Weise wird nichts gebessert. Verschleppte Infektionen können zu schweren und langwierigen Erkrankungen führen.

Zum „Tage der deutschen Hausmusik".

Klingender Feierabend.

„Die schönste Zeit zu Hause war der Sonntagabend. Dann hatte Mutter Zeit und setzte sich ans Klavier. Wir liebten ihr Spiel sehr und hockten still und glücklich in der Sofaecke. Später durfte mein Bruder sie begleiten, und oft mischten sich die hellen, zarten Kinderstimmen unserer Jüngsten mit dem Klang von Klavier und Geige zu fröhlichem und ernsthaftem Musizieren. Diese Stunden waren so feierlich und festlich, daß ich immer wieder daran denken muß." Der junge Soldat ist über dem Erzählen mit seinen Gedanken weit fort zu dem geliebten Zuhause gewandert und summt nun ein feine, melodische Weise von Mozart. „Das hat Mutter am letzten Urlaubsabend gespielt!"

Wie mancher mag solche glücklichen Erinnerungen von daheim mit hinaus genommen haben. Hausmusik hat einen ganz besonderen, innigen Zauber in unserer Zeit, in der solche Stunden selten geworden sind, weil die tägliche Arbeit jeden einzelnen so stark im Bann hält. Aber wenn dann einmal am Feierabend Raum für eine Weile des Besinnens bleibt, dann soll auch die Hausmusik nicht vergessen werden. Singen und Musizieren gehört ja zur Pflege der echten Häuslichkeit, deren Hüterin die Frau, die Mutter bleibt trotz Beruf und wachsender Haushaltsorgen. In festlichen Stunden, zu den Familienfeiern und den Festtagen im Jahreslauf soll Musik klingen. Daran soll die Mutter denken, wenn überlegt wird, ob das Kind nun ein Instrument spielen lernen soll. Und sie muß auch immer wieder die Ungeduld der heranwachsenden Jungen und Mädel beschwichtigen, die noch nicht einsehen können, daß vor jede Leistung die Mühe des Lernens gesetzt ist. Wenn sie ihre Kinder früh mit der Musik vertraut gemacht hat — beim Wiegenlied, beim Kinderlied für die Kleinsten fängt das an — wird ihrs leicht gelingen. Das erste gemeinsame Musizieren wird dann ein weiterer Ansporn sein. Auch Hausmusik verlangt saubere, gute Technik, für die fleißiges Ueben Voraussetzung ist. Eine Spielgemeinschaft wird sich im Famlienkreis nur selten zusammenfinden können. Aber da sind die Kameraden der Kinder, die die Mutter zu gemeinsamem Musizieren einladen sollte. Sie wird ihnen schöne und reine Erlebnisse damit schenken. Besondere Pflege sollte auch das Vierhändigspielen genießen. Manchmal wird die Mutter selbst wieder mitspielen und so neue Freude am Musizieren finden.

Eigenes Musizieren schafft erst ein inniges, persönliches Verhältnis zur Musik. Es gibt soviel wertvolle Kompositionen für Haus- und Kammermusik, daß hier auf jeden ein unerschöpflicher Reichtum wartet. Ernsthafte Beschäftigung mit den großen Meistern führt tief in ihre Schönheit ein. Auch der Anfänger sollte sich nicht durch einen verpflichtenden Namen schrecken lassen, denn gerade unsere größten Musiker haben die Hausmusik besonders geliebt und manches Werk für sie geschaffen. Man denke nur an Reger, dem in diesem Jahr der Tag der Hausmusik gewidmet ist. Und Bach hat uns in dem Notenbüchlein für seine Frau Anna Magdalena eines der schönsten Denkmäler deutscher Hausmusik geschenkt.

Aber Hausmusik verlangt ja nicht unbedingt ein Instrument. Viel wichtiger ist noch das Singen. Die Mutter liebt die alten Volkslieder und lehrt sie ihre Kinder. Und die Kinder bringen ihr aus der Schule, aus dem Dienst in der Hitlerjugend die neuen Lieder junger Komponisten mit. Manch altes Lied kann hier zu neuem Leben erweckt werden und gehört dann wieder in den Familienkreis. Lieder sind ein kostbarer Schatz unseres Volkes. Oft sind sie — wenn auch unbewußt — das letzte Bindeglied gewesen, das einen abgesprengten Volksteil im fremden Land mit der Heimat verband.

Wenn nun kleine Spielgemeinschaften sich gefunden haben und in ihrem Kreise Lied und Musik pflegen, so werden sie dabei heute immer wieder an die Soldaten denken, an die Männer, die sonst als Zuhörer dabei waren, die selbst mitgespielt haben. An ihre Stelle sollten die Verwundeten treten. Auch mit Hausmusik kann man in einem Lazarett große Freude machen. Und noch schöner ist es, wenn einzelne besonders musikliebende Verwundete in den häuslichen Kreis geladen werden und hier eine Stunde der Hausmusik miterleben dürfen.

Musik daheim.

„Das ist die beste Musik, wenn Mund und Herz zusammenklingen", sagt ein altes deutsches Sprichwort, und es ist kein Zweifel, daß diese seelische Harmonie es ist, die der deutschen Hausmusik ihren Zauber gibt. Die Musik des Laien hat mannigfache Ziele: das Eindringen in unsere reichverzweigte Musikkultur, die Festigung der musikalischen Begabung, die geistige Verbindung der Zusammenspielenden und — vor allen Dingen! — Freude, kraftspendende Erhebung aus dem Alltag. „Ohne Enthusiasmus wird nichts Rechtes in der Kunst zuwege gebracht", sagte Robert Schumann, und die Erweckung etwa eingeschlafener Begeisterung ist eine der Hauptaufgaben des auch in diesem Jahre wieder begangenen „Tages der deutschen Hausmusik". Das ist umso wichtiger, als das Hausmusizieren in den letzten Jahrzehnten immer mehr zurückging. Die oberflächliche Art der „Vergnügungen" zerriß das Familienleben und nahm damit der Hausmusik den Boden. Falsch verstanden wurde auch vielfach das Wesen der Rundfunkmusik. Sie will und soll die Hausmusik nicht ersetzen. Vielmehr will und vermag sie den musikbegabten Volksgenossen neue Anregungen zur Nacheiferung geben. Einfach einschalten und dann aus dem Zimmer laufen, womöglich geräuschvolle Arbeit vornehmen oder laute Unterhaltung bei musikalischen Sendungen zu führen, ist eine Entweihung der Musik. Vielmehr soll man wieder lernen, sich beim Hören der Rundfunkmusik zu sammeln. Nur dann wird der Rundfunk nicht ein siegreicher „Konkurrent" der Hausmusik, sondern ihr Wegweiser und Berater sein. Auch in diesem Jahre wird wieder aus einer als Mittelpunkt des Hausmusiktages gewählten deutschen Stadt geeignete Musik am 14. November gesendet werden, aus Straßburg. Diese Sendung soll gewissermaßen die künstlerische Losung geben.

---

* **„Fahrt ins Abenteuer"** (Adler-Lichtspiele, Aue, E.-G.-Platz). Es gibt Fahrten ins Blaue. Es gibt Fahrten mit und ohne Abenteuer. Es gibt aber auch Fahrten, die ruhig beginnen, dann aus der Bahn geraten, ins Abenteuer hineinschlittern und zum guten Schluß doch noch im und mit Glück enden. Der neue Berlin-Film von Jürgen v. Alten zählt zu den letzteren. Er beginnt — musikalisch gesagt — mit einem Andantino, dem nach kurzem Intermezzo ein Scherzo folgt. Aus diesem erwächst ein Allegretto, das sich zum Furioso steigert, um dann nach einem Allegro vivace in die ruhigen Bahnen eines Andante zu münden. Winnie Markus, Trude Marlen, Lucie Englisch und Hilde Sessak sind die weiblichen Rollenträger, denen als männliche Ergänzungen Hans Holt, Paul Kemp, Franz Schafheitlin und Heinz Salfner gegenüberstehen.

*

* **„Geliebter Schatz . . .!"** (Adler-Lichtspiele, Aue, Bahnhofstr.) heißt der neue Terrafilm, in dem Johannes Riemann eine Hauptrolle spielt. Unterschrieben ist der Brief, dessen zärtliche Anrede dem Film den Titel gibt, mit „Dein Püppchen". Was nützt es einem Ehemann, wenn er beteuert, dieses „Püppchen" nicht zu kennen? Weder Frau noch Schwiegermutter, noch seine besten Freunde glauben ihm die Unschuld. Heißt jedoch die Schwiegermutter Ida Wüst, dann gibt es keinen goldenen Mittelweg mehr, dann kommt der Fall ins Rollen wie eine Lawine. Als Wälzer oder Bremser dieser Lawine betätigen sich unter der Leitung von Paul Martin neben den bereits genannten Dorit Kreysler, Harald Paulsen, Ernst Waldow, Hilde Jansen, Sonja Ziemann und Ursula Herking.

Heinrich Schmidt

Vom Büchertisch

* **„Ich blas auf grünen Halmen"**, ein Kurt-Arnold-Findeisenbuch von Hans Christoph Kaergel (Wilh. Limpert-Verlag, Berlin, geb. 4,20 RM.). Wir schlagen dieses 200 Seiten starke Buch — es bringt neben einer Darstellung des Lebenslaufes des 60jährigen und einer Würdigung seiner Werke eine Auswahl der besten Schöpfungen des Dichters — auf und stellen mit freudiger Ueberraschung fest, daß das eindruckvolle Bildnis Findeisens auf der Titelseite eine Rötelzeichnung unseres Auer Meisters Ernst Hecker ist. Hier hat der Dichter dem Maler gesessen, und beide sind, wie uns versichert wird, in dieser Stunde Freunde geworden. Den lyrisch-verträumten Titel hat K. A. Findeisen selbst dem Buch gegeben, denn diese Worte sind einem seiner Gedichte entnommen, in dem es heißt: „Wenn einst die Lieder auferstehn, wird über alle Psalmen ein Volkslied wie ein Lächeln Gottes weh'n. Ich blas auf grünen Halmen und bin getrost." Aber nicht nur den Lyriker Findeisen, auch den Dramatiker und Epiker, vor allem den Musikschriftsteller, bringt uns Kaergels berufene Feder nahe. Wenn der große Schlesier den sächsischen Kameraden als den „Deutschen Dichter" würdigt, so dürfen wir darin eine Bestätigung der Tatsache erblicken, daß das Werk des 60jährigen Kurt Arnold Feindeisen nicht nur von seinen Landsleuten im engeren Sinne, sondern von allen Kennern der deutschen Dichtung gewürdigt wird.

Heinrich Schmidt