ken besitzt, sondern langsam zum Ziele führt. Um ihn von Anfang bis zu Ende zu gehen, dazu gehört viel Mut und vor allem der Mut zur Schlichtheit. Schon Grillparzer sagt:

Laßt uns die Götter bitten um ein einfach Herz,
Gar leicht erträgt sich dann ein einfach Los. — —

Und ist in der Tat nicht das unruhige Herz, das uns mit seinem ungestümen Drängen zu immer neuem Wollen führt? Das eine haben wir erreicht, dem andern streben wir zu. Doch ist es nicht immer das edle Streben zum Bessern, wonach das Blut drängt, oft sind es die Begehrlichkeiten des täglichen Lebens, die uns nicht zur Ruhe kommen lassen. Es gibt so viel Schönes auf Erden, das man gern besitzen möchte, das aber, da es zu den Werten gehört, die mit Gold aufgewogen werden, für manchen in unerreichbare Fernen rückt. — Da heißt es, brennende Wünsche eindämmen, das Herz auf die Warte des Genügsamen führen, von der herab man die Torheit unnützer Begehrlichkeit sieht. Bald erlernt man dann, wie wahres Glück und wahre Menschengröße nicht mit dem Maße des Besitzes gemessen werden können. Mit jener Ruhe, die ihr Genüge im Reichtum eines abgeklärten Wesens sucht und findet, betrachtet man die vergänglichen Besitztümer der Welt. Wenn man sich zu einem bescheidenen Essen setzt und dabei den Gedanken nicht los wird, daß auf einem anderen Herde allerlei Gaumenreize zubereitet werden, dann schmeckt es nicht mehr. Und wenn man sich an Stelle eines harten Stuhles schwellende Sessel denkt, dann fängt man bald an, schlecht zu sitzen. — Noch ließen sich eine Menge solcher Beispiele anführen, die uns den Weg zeigen, auf dem die Unzufriedenheit den halben Wert unser Herz findet; aber wenn man den Mut zur Schlichtheit und Bescheidenheit hat, dann schert man sich wenig der törichten Umwelt, die noch nicht reif ist, die Werte im Menschen zu suchen, die sich nur allzu oft und allzu gern vor Prozentum und Titeln beugt.

Keine üblere Fessel gibt es auf der Welt, als die der Begehrlichkeit und der falschen Sehnsüchte; letzten Endes kommt doch nichts weiter heraus, als das Resultat, das der Wunderbursche in Amsterdam an dem reichen Herrn „Kaunitveritan“ errechnet hatte. Ein großes Haus, Reichtum und nur — ein enges Grab!

Einsicht.

Die Menschen machen einander das Leben oft noch schwerer, als es schon ist, und zwar geschieht dies nicht einmal immer aus böser Absicht, sondern ihnen fehlt nur das, was im Verhältnis zwischen Menschen so dringend notwendig ist, ihnen fehlt die Einsicht.

Dem Wortsinn nach kommt Einsicht von „Einsehen“. In die Lebens- und Denkungsweise anderer sollen wir hineinsehen, sollen uns einfühlen in die Empfindungswelt unserer Nächsten und ihre Lebensnotwendigkeiten und Nöte zu erkennen versuchen. Denn jeder muß von seinem Standpunkt aus beurteilt werden.

Einsicht ist das Verständnis dafür, daß andere volle Berechtigung haben, anders zu sein, als wir sind. Mehr noch, sie ist die Erkenntnis, daß in besonderen Fällen auf andere mehr Rücksicht genommen werden muß, als diese auf uns nehmen. Einsicht ist aber auch die Erkenntnis der Folgen unserer Handlungsweise. Hätten wir die nötige Einsicht, so gäbe es keine Kriege, die Rechtsanwälte würden wenig Geschäfte machen, und in den Ehen gäbe es dauernde Harmonie. Dann könnte seinen Geschäften jeder ruhig und unbehelligt nachgehen, und kein Konkurrent suchte dem Mitbewerber etwas am Zeuge zu flicken. Der Mitbewerber würde aber auch alles vermeiden, was den anderen herausfordern könnte. Es gäbe weniger Fehlschläge bei Unternehmungen, wenn die nötige Einsicht vorhanden wäre. Bei mehr Einsicht würden wir uns seltener krank machen und bei Krankheit den Arzt nicht gleich unfähig nennen, wenn er uns nicht über Nacht gesund zaubert. Hätten die, denen es gut geht, mehr Einsicht für die Not der anderen, so würde keinem Schwachen auch noch der letzte Halt genommen werden. Bei guter Einsicht würde es aber auch viel weniger schlechte Absichten geben, und die Gefängnisse und Zuchthäuser würden weniger gefüllt sein.

Wir kommen also zu der Einsicht, daß die Einsicht dringend notwendig ist. Woher kommt es nun, daß sie so oft fehlt? Wohl meist daher, weil wir zu wenig Erfahrungen und zu wenig Lebensübersicht haben, unsere Mitmenschen, ihrem Wesen und ihrer Handlung nach zu verstehen, und weil obendrein gar nicht einmal immer der gute Wille besteht, dies zu tun. Es täte wahrlich not, daß wir uns rechte Mühe geben, zu besseren Einsichten zu kommen, denn dadurch allein würden auch unsere Lebenseinsichten besser werden.

Ein praktischer Ingenieur.

Keine Arbeitslosigkeit mehr.

Wie aus Kopenhagen geschrieben wird, hat in einem der bekanntesten politischen Vereine der Stadt ein Ingenieur Rudolf Christiani einen Vorschlag behufs Abhilfe der wirtschaftlichen Krise vorgelegt, der in seiner Einfachheit geradezu verblüffend wirkt. Er meinte, es solle ein Gesetz angenommen werden, möglichst unter Anschluß aller politischen Parteien, das darauf hinausgeht, alle Löhne und Gehälter vom 1. April an um 25 vom Hundert herabzusetzen und gleichzeitig alle Preise um 25 vom Hundert zu senken. Allerdings müßte der Staat in diesem Falle einen Zuschuß zur Herabsetzung des Wertes der Warenläger leisten, desgleichen für den Ausfall der Miete usw.; diesen Zuschuß schätzt Christiani auf insgesamt 150 Millionen Kronen.

Bei Annahme des Vorschlages glaubt Christiani mit einem Schlage die Arbeitslosigkeit aufheben zu können; denn alle Gewerbezweige würden aufblühen. Was die 150 Millionen Kronen anlangt, so dachte sich Christiani die Sache so, daß dieser Betrag durch eine Vermögenssteuer von 10 Prozent aufgebracht würde, wohingegen die Vermögen sonst zum Entgelt für diese Schröpfung auf 6 Jahre von allen Steuern befreit werden sollten. — Gar nicht dumm!

Eine Champignonkrankheit.

(Mit Abbildung.) (Nachdruck verboten.)

Die Champignonzüchter kämpfen seit zwei bis drei Jahren mit einer Krankheit ihrer Pfleglinge. Die Champignonhüte bekommen knollige Auswüchse und Wucherungen (s. Abb.) und auch der Geschmack ist nicht der, wie man ihn sonst kennt. Man genießt auch solche Pilze deshalb nicht gern, weil man nicht weiß, ob durch die Einwirkung des Krankheitserregers nicht auch der Genuß schädlich sein könnte. Wir wissen heute, daß die Krankheit durch einen Pilz, der in dem Fleisch des Champignonpilzes wuchert, verursacht wird. Aber ein Mittel zur Bekämpfung ist bisher nicht gefunden worden und es bleibt allein Vorbeuge



übrig. Diese Vorbeuge ist aber deshalb so schwierig, weil man über die Entstehung und Wesensart des Schädigers so gut wie nichts weiß, trotzdem natürlich alles geschieht, um dieser Krankheit auf den Grund zu kommen. Nach der Ansicht der meisten liegt es am Dünger oder am Erdreich, mit dem der präparierte Dünger bei Anlage der Beete abgedeckt wird. Das letztere hat wohl die größere Wahrscheinlichkeit für sich. Es wird also angenommen, daß der Krankheitserreger bereits in dem verwendeten Erdreich steckt, und darin liegt ein wichtiger Hinweis auf die Vorbeuge. Alle Krankheitserreger sind in ihrer Ernährung, also in ihrem Vorkommen, an ein Erdreich gebunden, welches organische Bestandteile enthält, in diesem Falle alte Reste von noch nicht ganz verwestem Laub, Stroh und dergleichen. Man wird den Gefahren der Krankheit am ersten entgehen, wenn zum Abdecken der Beete nur reines mineralisches Erdreich, etwa guter Wiesenlehm, verwendet wird. Da von anderer Seite behauptet wird, daß die Krankheit mit dem Dünger eingeschleppt wird, welcher ungeeignet ist, wird auch dieser Frage Aufmerksamkeit zuzuwenden sein. Sägemehl- und Torfstreudünger sind ungeeignet, am besten gedeiht der Champignon auf richtig präpariertem Dünger, der aus Roggeneinstreu in den Pferdeställen enthalten ist. Js.

Thomas-Druckerei u. Buchhandlung G. m. b. H., Kempen-Rh.
Für die Schriftleitung verantwortlich: K. W. Engels.

Das bunte Blatt.

Beilage zum Niederrheinischen und Lobbericher Tageblatt.

Jahrgang 1928. Kempen, 7. März. Nummer 10

Unpolitische Geschichten.

In Moabit nähert sich der ehrwürdige Barmat-Prozeß seinem Ende, das heißt, dieses Nähern geht im Schneckentempo, denn vorläufig reden jetzt erst einmal noch wochenlang die Verteidiger. Ein netter kleiner Prozeß. Seine Möglichkeiten sind aber noch lange nicht erschöpft. Man kann ja noch Berufung einlegen und dann gibt es ja noch schließlich ein Reichsgericht, vielleicht kommt auch noch ein niedliches kleines Wiederaufnahmeverfahren in Frage. Wir wollen aber so optimistisch sein, zu hoffen, daß wenigstens unsere Urenkel an der Schwelle ihres Greisenalters das Enden dieses Prozesses erleben werden. Inzwischen gab es ebenfalls in Moabit schon kleine Auftakte zu einem neuen, wahrscheinlich sehr ausgedehnten und länglichen Sensationsprozeß, zum Falle Bergmann. Es war eine tumultarische Gläubigerversammlung, die da stark bewacht tagte. Herr Bergmann war wohlweislich nicht persönlich erschienen, denn er kann es wissen, ob man ihn vielleicht nicht aus purer Begeisterung über einen Tisch gezogen hätte, um seinen Hosenboden schlagkräftig zu bombardieren. Und so etwas fällt leider unter gewisse Paragraphen des Strafgesetzbuches, selbst wenn es sich bei dem leidenden Teil um einen der größten Spitzbuben der Weltgeschichte handelt.

*

Kommende Ereignisse werfen ihre Schatten voraus. So beginnt auch jetzt schon in Berlin leise das Wahlfieber zu grassieren. In Gedanken erleben wir schon das nächtliche Haschenspiel nächtlicher Klebekolonnen, die sich gegenseitig die Plakate abreißen und mit den braven Schutzpolizisten Wettlaufen machen. Die Papierfabriken arbeiten mit Hochdruck. Versammlungssäle werden bestellt und tausende von Rednern arbeiten und feilen an ihren Wahlreden. Bald wird der große Kampf entbrennen. Vorläufig aber bewegt sich das alles noch hinter den Kulissen, nicht lange mehr wird es währen, dann hat auch Berlin wieder seine Wahltage, die nicht immer ein ungemischtes Vergnügen sind.

*

Ueber die Bühnen in England und Amerika läuft gegenwärtig ein Stück, das den rätselhaften Namen „Dracula“ führt. Dieses Stück zeichnet sich vor allem andern durch seine nachhaltige Wirkung auf die Zuschauer aus. Allein in englischen Provinz-Theatern hat es bis jetzt 171 Ohnmachtsanfälle und eine größere Anzahl anderer Unzuträglichkeiten beim Publikum hervorgerufen. Sechs Schreikrämpfe von Frauen ereigneten sich an einem einzigen Abend. Besonders vorsichtig scheint der Theaterdirektor von Lewisham gewesen zu sein; denn schon in seinen Ankündigungen zu dem „herrlichen“ Stück erklärte er, daß sowohl im Parkett wie in den Rängen eine Krankenschwester für alle Fälle bereit stehe und ein Krankenwagen am Seitenausgang des Theaters halte. Trotzdem hat bis jetzt die Polizei noch keinen Anlaß gefunden, gegen das Stück einzuschreiten. Es soll jeden Tag ausverkauftes Haus haben, sowohl in Lewisham wie anderorts. Muß das ein schönes Stück sein!

*

Die unglückselige, den Ruf der französischen Archäologen so schwer schädigende Affäre von Glozel scheint nun endlich ihrem Ende entgegenzugehen. Die Debatte, die zwischen den ernstesten und unterrichtetsten Gelehrten Frankreichs und übrigens auch des Auslandes über die mysteriösen prähistorischen Funde in Glozel geführt worden ist, hat eine Heftigkeit und Dauer erreicht wie sie noch niemals irgend eine wissenschaftliche Mystifikation erzielt hat. Erst jetzt, nachdem die Pariser Prähistorische Gesellschaft durch die Einreichung einer Klage wegen Betruges „gegen Unbekannt“ anstatt des Kultusministeriums die Polizei und die Justiz mobil gemacht hat, hat sich die Situation überraschend schnell und einfach geklärt. Die Polizei hat bereits bei ihrem ersten unvermuteten Besuch in dem Hause des Bauern Fradin, auf dessen Feldern die mysteriösen Gegenstände gefunden wurden, in allerlei Verstecken Funde gemacht, die ausgereicht hätten, noch einmal die wissenschaftliche Welt in Aufregung zu versetzen. Nur waren diese Gegenstände nicht vorgeschichtlicher Art, sondern waren frisch aus der Werkstatt der Fälscher in das Haus Fradins gelangt, der sie bei der Fortsetzung seiner „Ausgrabungen“ dann wohl in nächster Zeit „gefunden“ hätte. Der letzte Akt der Komödie dürfte nun vor dem Tribunal, verschiedene Nachspiele sicherlich auf den Pariser Lustspielbühnen stattfinden.

*

Wenn der 29. Februar als Schalttag für viele sowieso schon als Unglückstag angesehen wird, so haben dazu verschiedene Schiffsreeder, und nicht nur die allein, sondern alle Alkoholinteressenten eine ganz besondere Berechtigung. Mit dem Glockenschlag 24 des 29. Februar hat man nämlich in Kanada einen weiteren Schritt zur „Trockenlegung“ des Landes getan. Zu diesem Termin wurde das Gesetz wirksam, wonach in den Grenzgebieten Kanadas gegen die Vereinigten Staaten hin ein unbedingtes Einfuhrverbot von Spirituosen für Privatpersonen gilt. Ganz abgesehen davon, daß diese „Trockenlegung“ von sehr vielen in Kanada mißvergnügt aufgenommen wird, war das Inkrafttreten dieses Gesetzes insofern kritisch, als entgegengesetzt sonstigen Gepflogenheiten nicht mehr Ladungen zugelassen wurden, wie bereits auf dem Wege sich befanden. Es waren noch zwei Dampfer mit Rum im Werte von 10 Millionen Dollar und ein Dampfer mit Whisky für 7,5 Millionen Dollar unterwegs. Von diesen drei Riesenladungen Alkohol gelang es nur dem Whisky-Dampfer als einzigen die kritische Hoheitsgrenze wenige Minuten vor dem Schlußtermin zu durchfahren. Die anderen beiden Dampfer konnten ihr Ziel nicht mehr erreichen.

Der Medizinball.

Von

Fritz Strube.

(Mit drei Abbildungen.) (Nachdruck verboten.)

Die zur körperlichen Ausbildung benötigten verschiedenen Geräte spielen heute überall eine große Rolle. Da die Ausbildung möglichst einfach vor sich gehen soll, wird angestrebt, auch nur einfache Geräte zu verwenden. Den Vorteil haben dann noch die Geräte, die eine Massenbeschäftigung zulassen und dabei jeden einzelnen wirksam



Streckwurf (mit beiden Händen zur Brust des Gegners stoßen).

durchvilden. Zu diesen einfachen und wirksamen Geräten gehört der Medizinball. Erst wenige Jahre sind es her, seit er seinen Eingang bei uns gefunden hat, aber in dieser kurzen Zeit hat er sich überall der größten Beliebtheit erfreut und ist heute in jedem Verein, in jeder Schule, ja in vielen Familien zu einem unentbehrlichen und billigen Hilfsmittel geworden. Der Name sagt seine Wirkung an: die Arbeit mit dem Ball ist wie Medizin, ersetzt die Medizin. Der Ball besteht aus einer Leder- oder Segeltuchhülle und hat einen Durchmesser von ungefähr 35 Zentimetern. Sein Gewicht beträgt 6 Pfund. Die Füllung besteht aus Rehhaaren, die als besonders elastisch bekannt sind. Man kennt die verschiedensten Bewegungen des Wurfes, des Stoßes, des Fangens, Schleuderns usw. mit diesem Ball. Durch seine Größe, Unhandlichkeit und sein Gewicht ist er eine ganz vorzügliche Widerstandsübung, die den ganzen Körper in bester Weise ausbildet, ohne bestimmte Muskelgruppen besonders zu belasten oder einseitig zu ermüden. Für Frauen und Kinder verwendet



Ballwurf durch die Beine.

man kleinere und leichtere Bälle. Durch die Vielseitigkeit seiner Bewegungsformen ist er für alle Arten der Leibesübungen als Ergänzungssport zu empfehlen, während ihn die Boxer, Werfer, Stoßer usw. sehr gern benutzen, um ihre Leistungsfähigkeit in ihrer Spezialsportart zu verbessern. Reichssportlehrer Waitzer verwendet ihn besonders gern bei seinen vielen Ausbildungskursen, im deutschen Reichsheer sind tausende von Bällen in ständiger Benutzung, an der Deutschen Hochschule für Leibesübungen ist der Medizinball eines der wichtigsten Ausbildungsgeräte. Und immer nur, weil er von jedem benutzt werden kann, weil er den ganzen Körper durcharbeitet und ausbildet, weil die Arbeit mit ihm steigernde Freude bereitet, weil er billig ist. Da der Ball die durchschnittliche Brustbreite als Durchmesser besitzt, ist sein Gebrauch besonders für die Entwicklung des Oberkörpers vorteilhaft. Am meisten wird der noch im Wachstum befindliche jugendliche Körper Nutzen daraus ziehen können. Wundervoll ist dieses Spannen und Entspannen, Einatmen und Ausatmen, Beugen und Strecken, Dehnen und Zusammenziehen beim Spiel der Glieder mit dem Ball. Immer wieder neue Bilder und Momente schafft der Ball beim fröhlichen Spiel, immer wieder muß man sich schnell den wechselnden neuen Verhältnissen anpassen. Die an- und abschwellende Bewegung, ein kurzer rascher Lauf, das spielerische Ueberwinden eines Widerstandes, ein plötzliches Abstoppen, ein hoher, erlösender Sprung, dies alles ist ein lustiges Jagen und Treiben mit dem Ball, das lieber geübt wird, als die Uebungen an den Geräten. Da die ganze Körpermuskulatur beansprucht wird, kann Einseitigkeit nie aufkommen. Und außer der Ausbildung der Muskeln, Bänder, Sehnen und Gelenke werden in besonderem Maße die Organe ausgebildet und gestärkt. Wer die Aufgabe der Organe, hauptsächlich Herz und Lunge, kennt, der weiß, welch hohe Bedeutung diesem Punkte beizumessen ist. Reizend die Kleinsten, wenn sie mit dem Ball spielen, herrliche die elastischen Gestalten der Frauen beim Wurf und Spiele, hart und kräftig die Männer bei schneller Medizinballarbei..

Umzug.

Eigentlich kommt es heute seltener vor als vor etwa zehn Jahren; aber wenn es dann sein muß, sind die begleitenden Umstände dafür auch schon schwerer zu ertragen, weil die Uebung fehlt. Zum Trost für den Einzelnen sei es aber gesagt, daß dies allen so geht, die einem — Wohnungswechsel entgegensehen.

Wenn der Möbelwagen vorfährt, soll auch alles zum Transport fertig sein. Das gibt ja nun ein Durcheinander von Zeitungspapier, alten Decken, Geschirr, Glassachen, Bildern usw. Ungefähr wie — das Beispiel ist ganz gut gewählt — der Storch im Salat, so stelzt man zwischen allem hindurch, ängstlich die Balance bewahrend, damit man keinen Schaden anrichtet.

Nun gibt es ruhige Leute und nervöse, kribblige Menschen, wo bei den einen alles mit Festigkeit und Ueberlegung geschieht, gestaltet sich das „Umzugsfest" bei den andern zur Tragödie: Eben ist z. B. ein Korb oder eine Kiste eingepackt, aber es muß unbedingt noch einmal nachgesehen werden, ob die alte Vase auch drin ist — sie fehlt — und man kann sich auch nicht erinnern, sie eingepackt zu haben. Sollte sie von einem helfenden Geist zerschlagen worden sein, und die Scherben heimlich weggebracht? Sie war ein so kostbares Stück... Also... ganz unten in der Kiste lag sie... Abgehetzt und schweißtriefend wird wieder eingepackt, und nun notiert man sorgfältig jedes Stück und hat die Absicht, den Zettel obenauf zu legen — zur Kontrolle beim Auspacken. — Man kann furchtbar leicht vergessen und dann fehlt etwas — man weiß es ganz genau — aber was fehlt, das weiß man nicht. Darum ist eben alles aufgeschrieben. So, nun ist auch diese Kiste voll und nun den Zettel obenauf. Aber — wo ist er? — Sollte man ihn in das Knüllpapier mit verwickelt haben? Und so geht das unterhaltende Spiel „Einpacken für den Umzug" weiter. — Seit Tagen gibt es nichts Warmes mehr zu Mittag — der Hund lebt von den Bettelbrocken, die er auf der Straße erwischt und die Katze hat „in der Not" schon längst den Kanarienvogel gefressen...

Müde, abgespannt, mit Tränen in den Augen, langt die Hausfrau in der neuen Wohnung an. Hier ist aber absolut noch keine Rede von Ruhe. Trepp auf, Trepp ab gehen die Packer mit den Möbeln, und bei jedem Stück muß ihnen gesagt werden, wo es hinzustellen ist.

Nach Wochen erst gibt es ein Ausruhen für arme, nervöse, geplagte Menschen. Wohl allen, die ihre köstliche Ruhe behalten, sie bewahren sich vor vielen aufregenden Stunden. — Ob aber mit, ob ohne Nerven, es sei jedem ein friedlicher Umzug beschieden, und „viel Glück" in die neue Wohnung.



Balltragen auf dem Kopf (für Kinder und als Staffel zu empfehlen).

Kropf-Länder.

„Der dicke Hals" als Nationalkrankheit.

Auf einem Pressetee, den kürzlich der preußische Wohlfahrtsminister gab, wies der Leiter der medizinischen Abteilung dieses Ministeriums, Herr Ministerialdirektor Dr. Krohne, auf eine merkwürdige Erscheinung hin. Er stellte fest, daß in manchen Gegenden Preußens, so in Schlesien, im Waldenburger Revier und auch in einem Teile Thüringens, die Schulkinder seit einigen Jahren bedenkliche Anlagen für die Kropfkrankheit zeigten. In manchen Schulen sei das bereits so schlimm, daß vierzig, sechzig und so gar achtzig Prozent der Schulkinder an dieser Veranlagung litten.

Damit würden verschiedene Teile Preußens gewissermaßen zu Kropf-Ländern werden, wenn nicht vorzeitig vorgebeugt würde. Bisher sind hauptsächlich bestimmte Gebirgsgegenden, so die Schweiz, Tirol, Steiermark und Oberbayern, als Kropf-Gegenden bekannt, in denen der Kropf seuchenartig vorkommt. In diesen Gegenden betrachtet man die Erscheinung gar nicht einmal mehr als Krankheit. Man hat sich damit abgefunden. Die Verbreitung ist dort so groß, daß man den Kropf gar nicht einmal mehr als Schönheitsfehler ansieht.

Worauf der Kropf zurückzuführen ist, ist schwer zu sagen. Man hat eine zeitlang die Anschauung vertreten, daß Wasser und Boden die Ursache der Schilddrüsenvergrößerung seien und daß insbesondere der Mangel an Jod in der Nahrung die Entwicklung dieser Krankheit günstig beeinflusse. Da man nun in den preußischen Gegenden, in denen diese Krankheit jetzt häufiger auftritt und zu einer Nationalkrankheit zu werden scheint, des Rätsels Lösung auch darin zu finden glaubt, daß der Boden im Kriege durch das Fehlen von joderzeugenden Düngemitteln jodarme Pflanzen hervorgebracht habe, hat man jetzt Versuche angestellt, um nachzuprüfen, ob die Düngemittel wirklich an der geringen Jodhaltigkeit der Bodenerzeugnisse Schuld seien. Es hat sich aber dabei herausgestellt, daß auf diese Weise keine Verstärkung des Jodgehaltes zu erzielen war, im Gegenteil, in Landstrichen, wo man keinen jodhaltigen Dünger verwandte, gediehen Pflanzen, die stärker jodhaltig waren, als in gedüngten Strichen. Es ist also immer noch rätselhaft, worauf die Kropfseuche zurückzuführen ist.

Zur Vorbeugung versucht man es in den meisten Landstrichen, wo die Krankheit einen so großen Umfang angenommen hat, damit ihre Ausdehnung zu bekämpfen, daß man den Schulkindern kleine Jodgaben verabreicht. Diese Methode hat auch die preußische Medizinalverwaltung zur Anwendung gebracht.

In den Gegenden, in denen der „dicke Hals" ein Volksübel ist, dessen Bestehen schon auf Jahrhunderte zurückreicht, hat sich natürlich auch die Sage viel damit beschäftigt. Es gehen ganz merkwürdige Versionen im Volksmunde um, wie das Uebel entstanden sei, und auch darüber, wie es geheilt werden könne. So hat man im vororigen Jahrhundert allgemein geglaubt, daß die Könige von England und Frankreich die Kraft hätten, durch bloße Berührung einen Kropf heilen zu können. Man sieht gerade in der Schweiz noch manch altes Bild, wo ein durchreisender König von Frankreich seine Wunderkraft als Kropftöter ausübt.

Der Begriff „Kropf" ist auch für andere Erscheinungen, die im Format der Schilddrüsenvergrößerung ähneln, angewandt worden. So spricht man bei den Tauben von Kröpfen. Außerdem kennt man Kropfflechten, Kropfperlen, Kropfgänse, Kropfstörche und Kropfkletten.

So wenig Einfluß die Krankheit — die Leute werden in der Regel uralt dabei — auch auf das Allgemeinbefinden hat, so ist es doch sehr angebracht, solchen „Auswüchsen" zu steuern. Ganz die „Kropf-Länder" aus der Geographie auszumerzen, wird ja doch nicht gelingen.

Verhütung von Krampfadern.

Ursachen und Heilung.

Die Krampfadern gehören zu denjenigen Erkrankungen, die trotz außerordentlich großer Verbreitung oft nicht genügende Beachtung finden. Da sie aber geeignet sind, ihren Trägern nicht nur mehr oder minder große Beschwerden zu verursachen, sondern auch die Berufstätigkeit daheim wie draußen mitunter stark zu beeinträchtigen, so erscheint es wichtig, über ihr Wesen und über die Mittel zu ihrer Verhütung einiges mitzuteilen.

Unter Krampfadern versteht man eine, durch Behinderung des Blutabflusses bedingte Stauung und Erweiterung der sogenannten Blutadern (Venen). Diese Stauung findet naturgemäß meist im Bereich der Beine statt, denn sie wird gewöhnlich hervorgerufen durch mechanischen Druck, wie ihn vor allem die Last des Körpers auf die Blutgefäße der Beine ausübt. Deswegen neigen besonders solche Menschen zur Krampfaderbildung, die, wie zum Beispiel Bäcker, Kellner, Barbiere, Musiker, Straßenbahnschaffner, Maurer usw., in ihrem Beruf zu langem Stehen gezwungen sind. Bei Frauen, die besonders häufig von Krampfadern heimgesucht werden, spielt als auslösende Ursache der Druck des kindlichen Körpers während der Schwangerschaft eine wesentliche, die Krampfaderbildung begünstigende Rolle. Weiterhin können unzweckmäßige, die Blutzirkulation absperrende, rund um das Bein gebundene Strumpfbänder ebenso wie raumbeengende Geschwülste bei Erkrankungen im Bauchraume Krampfadern erzeugen. Zu allen diesen Gelegenheitsursachen pflegt allerdings fast stets noch eine gewisse persönliche, häufig erbliche Veranlagung hinzuzukommen.

Wenn es so aus allen diesen Anlässen zur Krampfaderbildung gekommen ist, dann stellen sich meist allerlei Beschwerden: leichte Ermüdbarkeit und Spannungsgefühl, gelegentlich Anschwellung der Füße und schließlich krampfartige Schmerzen, ein, welch letzteren die Krampfadern eigentlich ihren Namen verdanken. Besteht ein solcher Zustand unbeeinflußt längere Zeit, dann können die anfänglich geringfügigen, bei fettreichen Personen bisweilen kaum sichtbaren Krampfadern zu erstaunlicher Größe sich entwickeln und für ihre Träger allerlei ernste Gefahren bedingen. Durch den Druck der stark erweiterten Krampfadern auf ihre Umgebung kommt es leicht zu einer Verdünnung der darüber liegenden Haut, die dann schon durch kleinste Schädigungen Verletzungen erleidet und zu Blutungen und Geschwürsbildungen neigt. In schweren Fällen entwickeln sich in den Krampfadern als Folge entzündlicher Prozesse meist recht gefährliche Verstopfungen, die ein langes Krankenlager verursachen können.

Eine der bekanntesten Begleiterscheinungen der Krampfadern ist die Geschwürsbildung, die sich als Unterschenkelgeschwür besonders häufig entwickelt und oft jahrelang besteht, wenn nicht geeignete ärztliche Behandlung vorgenommen wird. Sachgemäße ärztliche Behandlung ist aber heutzutage imstande, sowohl die Krampfaderbildung bei dazu neigenden Menschen weitgehend zu verhüten, wie auch schon bestehende Krampfadern zu beseitigen. Häufig werden sich diese, in jedem Falle nur auf ärztlichen Rat einzuleitenden Maßnahmen, auf die Verhütung der auslösenden Ursachen, auf das Tragen druckausgleichender, geeigneter Binden und auf ausreichende Hautpflege beschränken können. In schwereren Fällen stehen der ärztlichen Kunst heutzutage operative Verfahren verschiedenster zur Verfügung, die eine sichere Heilung gewährleisten, deren Auswahl aber in jedem einzelnen Falle dem freien Ermessen des sachverständigen Arztes überlassen bleiben muß.

Durch ein Dürerbild hypnotisiert?

Aus Nürnberg wird uns geschrieben:

Wer das berühmte Selbstbildnis Albrecht Dürers in der Alten Pinakothek in München einige Zeit aufmerksam betrachtet, dem fällt der eigentümliche, schwermütige Ausdruck der Augen des großen Malers auf. Der faszinierende Blick Dürers hat einmal eine Malerin zu einem Anschlag auf Dürers Selbstporträt veranlaßt. Man fand das Bildnis eines Morgens mit zerschnittenen Augen auf, der Verdacht fiel auf eine Künstlerin, die fast jeden Tag die Pinakothek besuchte; sie gab die Tat auch ohne Umschweife mit der Begründung zu, sie habe geradezu unter dem durchdringenden Blick der Augen gelitten und deshalb zu ihrer Beruhigung mit einem scharfen Messer einen Schnitt durch beide Augen gemacht.

Einer geschickten Hand ist es zwar bald nachher gelungen, die Spuren des Anschlages fast ganz wieder zu beseitigen, heute, wenige Wochen vor dem Einsetzen der Veranstaltungen des Nürnberger Dürerjahres, ist aber der Vorfall wieder so zeitgemäß, daß er verdient, als Beweis für die geniale Darstellungskunst des großen Meisters des ausgehenden Mittelalters der Vergessenheit entrissen

Einfache Menschen.

Das ist im Leben ein ewiger Kampf zwischen „Soll" und „Haben", daß gar mancher die Waffen streckt und auf den anständigen Lebensweg pfeift. Er kommt allmählich zu dem Resultat, das der gerade, ehrliche Weg voll Beschwerden und Mühe und Entsagung ist und eigentlich die ihm zudiktierte Bezeichnung „gerade" nicht im entferns-

MICROBOX