

Das Diät-Sanatorium Berxen-Vilsen, Bez. Bremen

liegt in ländlicher Ruhe und Frische im stadtlosen Kreise Hoya, bekannt durch seine landwirtschaftlichen Produkte. Hervorgegangen aus einem alten Vollmeierhofe, den S.-R. Dr. Elsaesser 1904/5 für Sanatoriumszwecke kaufte und durch Um- und Neubauten herrichtete, wurde es nach dem Kriege von Dr. Schwinge von den Schlacken der Gefangenenlagerzeit befreit und steht jetzt seiner Bestimmung wieder offen, ein Genesungsaufenthaltort für an chronischen Krankheiten jeder Art und an Entwicklungsstörungen Leidende zu sein. Ausgeschlossen sind ansteckende Krankheiten und Geisteskrankheiten.

Angelehnt an einen 40 Mg. großen Eichen- und Buchenwaldpark mit reichverzweigten Schluchten, die sonnige Plätze und Schutz gegen Winde gewährleisten, liegt es frei zur Sonne, nur in der Nachbarschaft einiger Bauerngehöfte, am Rand eines ins alte Wesertal auslaufenden Geestrückens. Die Kleinbahnstation Berxen verbindet mit den Hauptstrecken Bremen—Köln und Bremen—Hannover.

Das Diät-Sanatorium soll, mit allen Annehmlichkeiten der Hygiene ausgestattet, dem Mittelstande einen angenehmen Aufenthaltsort zum Erholen und Kräftesammeln bieten, auf Grund der Forschungen der Gesundheitslehre und der Ernährungslehre.

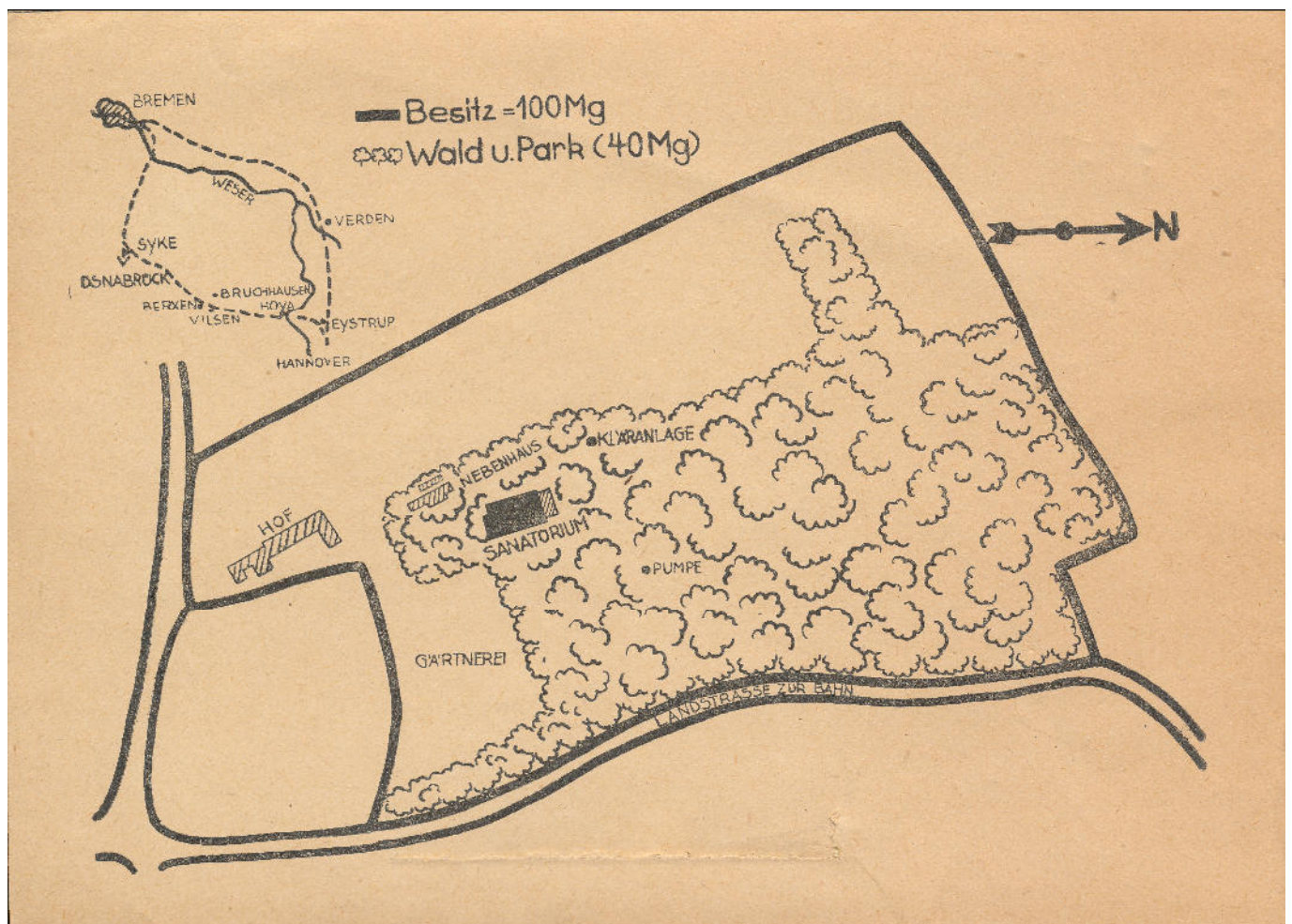
Da es ein Aufenthalt des Behagens, Naturgenießens und der Einkehr zur Erhöhung des Heilbestrebens des Körpers sein soll, wird auf große gesellschaftliche Aufmachung wenig Wert gelegt.

Die Zimmer sind hygienisch als Einzelzimmer und auch einige mit Doppelbetten hergerichtet; Räume für gemütliche Zusammenkünfte sind vorhanden.

Heilanzeigen:

Neuralgien, Schwächezustände des Nervensystems, Stoffwechselerkrankungen, chron. Krankheiten der Brust- u. Bauchorgane, besonders der Kreislauforgane, chron. Erkrankungen der Bewegungsorgane, der Muskeln u. Gelenke.

— Eigene Landwirtschaft, Gärtnerei, Geflügelhof —



„Es gelingt nachzuweisen, dass die synthetischen Funktionen des Organismus durch bestimmte Ernährungsformen gesteigert oder gehemmt werden können. Es liegt auf der Hand, dass diesen Versuchen schon aus methodischen Gründen eine grosse Bedeutung zukommt, da wir, ohne weitere Eingriffe an dem Organismus vorzunehmen, lediglich durch die Änderung des Ernährungsregimes bestimmte Leistungen der Zelle abzuändern imstande sind.“

Diese Worte des Hallenser Physiologen Prof. Gelhorn besagen, daß die medizinische Wissenschaft anfängt, das Gebiet der Ernährungsfragen intensiver zu bearbeiten, welches bislang ein Stiefkind der Therapie gewesen war.

Als wissenschaftliches Forschungsgebiet ist die Ernährung wohl erst seit dem großen Kriege aufgetaucht. Die Folgen der Unterernährung und der einseitigen Ernährung waren so kraß, daß sie nicht übersehen werden konnten; die auftauchenden Fragen riefen ein derartiges Interesse hervor, die Arbeiten häuften sich so, daß nunmehr bereits ein gewaltiges Material vorliegt. Die Pionierarbeit der Forscher vor dem Kriege, die schwer und undankbar war, soll dabei nicht vergessen sein. Die Fortschritte des Naturerkennens — Kolloidchemie, Vitamine und Fermente, physikalische Chemie — haben dazu beigetragen, die Ernährungsfrage über die bis dahin allein maßgebende Erfahrung und physiologische Forschung über Organwirkung zu vertiefen, so daß wir nunmehr bei Zelltätigkeit, Ionen- und Elektrolytenwirkung angelangt sind, also sozusagen bei der Wurzel der für die Ernährungsfragen grundlegenden Dinge.

Schon Hippokrates sagt: „dass der Arzt zuerst die natürliche Beschaffenheit des ganzen Menschen kennen und beurteilen müsse; er muss wissen, aus welchen Grundelementen er zusammengesetzt ist und auch unterscheiden, von welchen Grundelementen ein Vorherrschen besteht. Sodann muss er aber auch die Wirkung aller Speisen und Getränke kennen, deren wir uns bedienen, jeder einzelnen Speise und jedes einzelnen Getränkes, und zwar ihre natürliche Wirkungsweise als auch diejenige, welche durch menschliches Bemühen und menschliche Kunstfertigkeit erlangt wird.“

Wir sind jetzt so weit, diese Forderung des Hippokrates so vertiefen zu können, daß wir seinen theoretischen und durch Erfahrung gestützten Überlegungen zu einem großen Teile wissenschaftlich begründete Unterlagen zu geben vermögen. Ohne solche war die ganze Ernährungsfrage unsicher, der Theorie und Mode unterworfen. Alle Vorschriften der großen Gesetzgeber bezüglich der Ernährung waren auf Erfahrungstatsachen aufgebaut und verloren teilweise ihre Richtigkeit bei einer Übertragung auf andere Gegenden, zum Teil haben sie aber auch jetzt noch und allgemein Bedeutung, wie z. B. das Fasten.

Den Menschen anatomisch und physiologisch genau zu kennen ist die eine Forderung an den Arzt, der sich mit der Gesundheit des Menschen befaßt. Die andere betrifft die Ernährung. Früher und zum Teil auch jetzt noch beschränkte sich die ärztliche Beschäftigung hiermit darauf, das gegebene Nahrungsmittel als unabänderlich anzusehen, ebenso die Bereitungsweise, und nur in die Zusammensetzung bzw. Ausschaltung einiger Nahrungsmittel einzugreifen. Das hat sich geändert. Man hat erkannt, daß gleiche Nahrungsmittel nicht kongruent zu sein brauchen, wie etwa gleiche Medikamente aus verschiedenen Apotheken bezogen. Roggen z. B. ist in seinem Eiweiß und besonders seinen Mineralbestandteilen schon in Deutschland sehr schwankend nach seinem Herkunftsorte. Das Produkt aus dem Roggen einer bestimmten Erzeugungsstelle ist wieder sehr verschieden, wenn man z. B. die Brotverschiedenheit bei den Bäckern einer Gegend trotz Verwendung gleichen Mehles betrachtet. Beim Fleische läßt sich dasselbe feststellen, entsprechend der verschiedenen Fütterung. Beim Gemüse ist gleiches zu beobachten; die Unterschiede im Wasser nicht zu vergessen.

Die Kenntnis der Nahrungsmittel muß also mit der Beobachtung der Produktionsstelle beginnen. Hier vorgenommene Änderungen wirken sich aus im Produkt. Abweichung der Konstitution und der Neigung zu Krankheiten in bestimmten Gegenden haben wahrscheinlich hierin einen Grund.

„Der Mensch ist das Produkt der Gegend, in der er geboren ist, aufwächst und lebt.“

Über die Beeinflussung der Nahrungsmittel durch die Herrichtung zu Speisen hat man sich auch erst neuerdings Gedanken gemacht, nachdem dies Gebiet bis dahin allein Personen überlassen geblieben war, die ihr Werk nur mit den Augen, dem Gaumen und der Nase prüften. Nirgendwo wird mit weniger Wissen und Überlegung gearbeitet als in der Küche.

Auch hier nur einige Andeutungen. Die Nahrungsmittel sind entweder solche, die tot sind, oder die ruhendes Leben haben, oder die im Leben gestört sind, also absterben müssen, wie Tier und Pflanze. Bei letzteren muß man berücksichtigen, daß der Zelltod nicht plötzlich, sondern allmählich eintritt, daß sich daher noch weiter Umsatzprodukte bilden, ja auch Zersetzungsprodukte, deren Wirksamkeit zu beachten ist. Dies ist auch bei der Rohkost zu berücksichtigen, bei welcher die Frische der Nahrungsmittel von großer Bedeutung ist. Wieder etwas anderes ist es bei der Zubereitung durch Anwendung der Hitze. Hier ist der Hitzeegrad wichtig, da besonders die Eiweißkörper auf die verschiedenen Hitzegrade verschieden antworten. Umlagerungen und Sprengungen kommen vor. Z. B. das Freiwerden von Schwefel durch Kochen des Eies. Man kann sagen, daß das gekochte Nahrungsmittel wohl in der Zahl und auch der Menge der Elemente dem Rohprodukt entspricht — wenn nichts fortgegossen wird —, daß aber biologisch etwas ganz anderes, oft unerwünschtes und nicht vermutetes als Resultat entstanden ist.

Wie wirkt nun das rohe Nahrungsmittel, wie das gekochte, auf den gesunden, wie auf den kranken Menschen? Läßt sich durch überlegtes Mischen und Veränderung der Mengenverhältnisse, durch Beachten des Säure-Basenverhältnisses, der Vitamine, der gebundenen Mineralstoffe, eine Einwirkung auf den Menschen erreichen? Diese Fragen sind bei der Ernährung zu beachten.

Ebenso wie die Nahrungsmittel nach Herkunft, Alter und Zubereitung für gesunde und kranke Menschen verschieden gehandhabt werden können, kann man auch noch unterscheiden betreffs des Alters und Geschlechts der Menschen.

Alle Wirkungen der Nahrungsmittel nach der schädigenden und fördernden Richtung hin sind, von akuten Vergiftungen abgesehen, Wirkungen kleiner und kleinster Mengen, evtl. mit bezug auf das Gesetz vom Minimum, und hängen ab von der Dauer der Einwirkung. Wie die unbeabsichtigte Wirkung sich erst nach längerer Zeit, Monate und Jahre, bemerkbar macht, so hat auch die gewollte Wirkung Zeit nötig und wird sich erst nach Verlauf einiger Wochen bemerkbar machen. Eine Kurdauer von weniger als 4 Wochen ist daher ziemlich zwecklos.

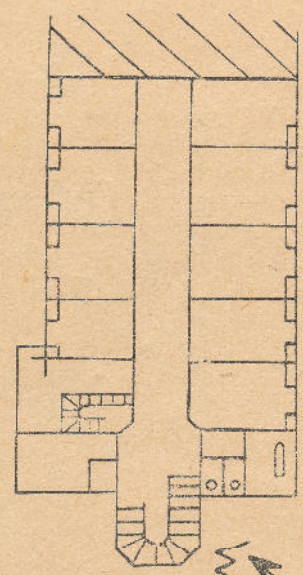
Wo läßt sich nun zur Zeit eine derartige Ernährungskur durchführen? Meines Erachtens ist erforderlich, daß der Arzt die Nahrungsmittel bereits bei ihrer Erzeugung beobachten kann, daß also sowohl der landwirtschaftliche wie der gärtnerische Betrieb ebenso unter verständnisvoller ärztlicher Aufsicht steht, wie der Küchenbetrieb. Das glaube ich hier durchführen zu können.

Es darf nun nicht befürchtet werden, daß die ärztliche Behandlung einseitig ist. Sie ist nicht auf einseitige Rohkost oder vegetarische Kost, Fasten oder ähnliche Kuren eingestellt, nicht auf einseitige Sektentherapie. Das ganze Rüstzeug der Therapie kann Verwendung finden, wenn auch die physikalische- Licht-Lufttherapie, Bäder, Massage, Gymnastik, bevorzugt werden.

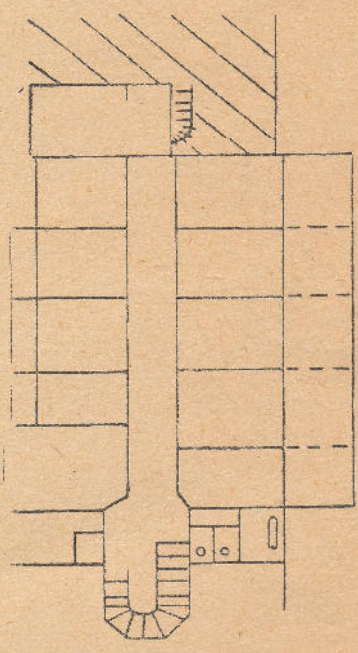
D. Schwinge.

1. Stock	Zimmer und Verpflegung	8.00—9.00	Mk.
2. Stock	"	6.50—7.50	Mk.
Servieren auf dem Zimmer (nur Ausnahmen 50%)		Zuschlag	
Aufnahmuntersuchung		10.---	Mk.
Kurmittel a) wöchentlich		6.00	Mk.
" b)		8.00	Mk.
Nachbefunde, Allteste, Röntgenuntersuchung extra			

II. Stock



I. Stock

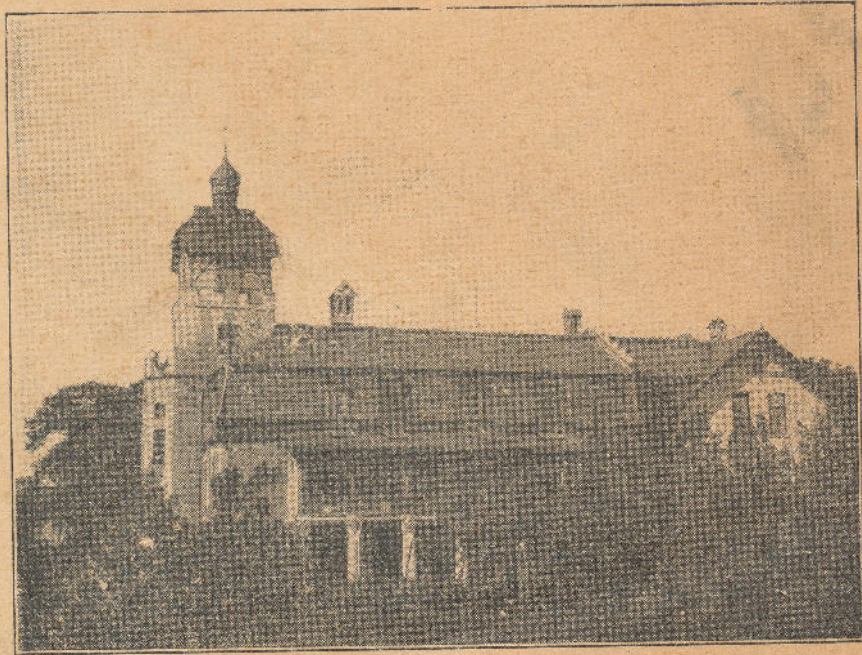


Kurmittel:

- a) Wasserheilverfahren, Massage, Gymnastik, Terrainkuren (Oertel);
- b) medicin. Bäder, künstliche Sonne, Elektrotherapie, Diathermie.

Badewäsche und Decken für Liegekuren sind mitzubringen oder gegen Leihgebühr zu erhalten.





Drucksache

Diät-Sanatorium
Berxen-Vilsen

Bez. Bremen
Telephon Vilsen Nr. 4