

Kinderheilstätte Friedrich-Franz-Hospiz, Ostseebad Müritz

## Kinderhospize an der Ostsee

Dr. med. J. Finckh, Ostseebad Mrendsee.

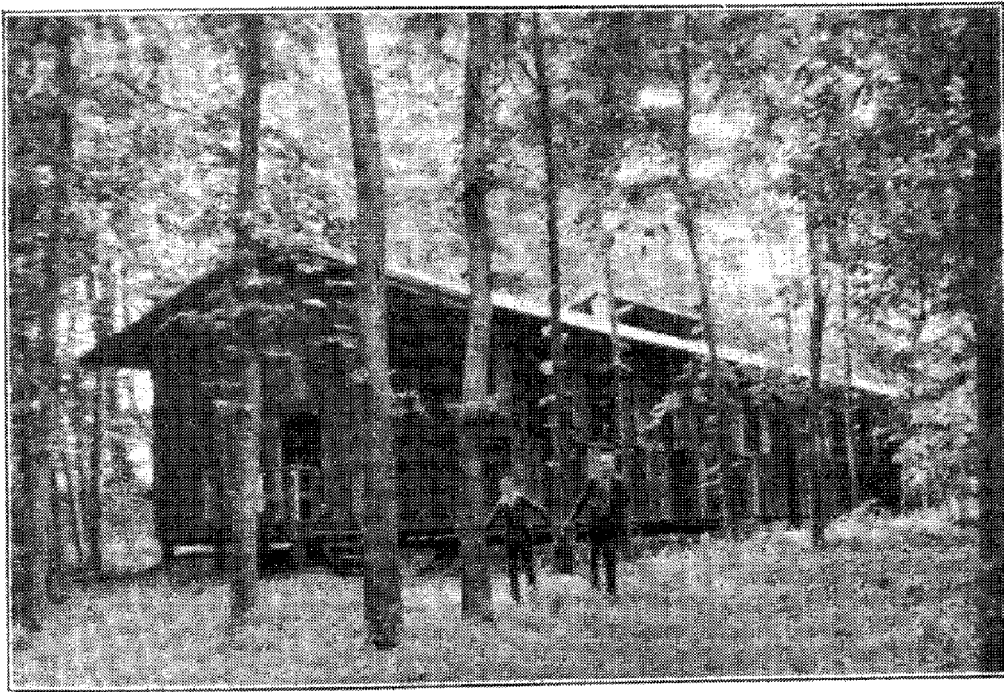
Die Mecklenburger haben an ihrer Ostseeküste ein kostbares Gut, das von ihnen leider immer noch viel zu wenig gewürdigt wird. Die Gründe mögen in der Unkenntnis dieses Wertes, aber auch in der alten Wahrheit liegen, daß man das nicht so sehr zu schätzen pflegt, was man sozusagen vor seiner Haustüre findet: Denn zumeist sind es Kinder aus dem tieferen Binnenlande, ja seit einigen Jahren in zunehmendem Maße aus Süddeutschland, die zu ihrer Erholung an die See geschickt werden. An dieser Vernachlässigung mag auch die Vorstellung beteiligt sein, daß sozusagen ganz Mecklenburg Küstenland sei und die Segnungen des Küstenklimas sich dem ganzen Lande mitteilen. Dies ist aber nachweislich falsch. Wenn man, um nur ein Beispiel anzuführen, von hier nach dem etwa zwölf Kilometer entfernten Doberan fährt, so ist der Unterschied des Klimas, der Windbewegung, Sonnenstrahlung und Luftfeuchtigkeit, sowie der Vegetation schon greifbar deutlich festzustellen. Auch die Meinung ist falsch, daß ein Erholungsort an der See nach Wert und Bedeutung dasselbe

wie ein Landaufenthalt sei, und daß das Geheimnis der Wirkung in beiden Fällen in der Veränderung des Orts, der Lebensweise, in der Ruhe, der nervlichen Ausspannung, der andersartigen Ernährung usw. liege. Das alles trifft natürlich für die Küste wie für das Binnenland zu, ist aber, was jene angeht, entschieden noch nicht die Hauptsache. Das Wesentliche des Strandklimas ist vielmehr derart, daß es ihm durchaus den Charakter nicht nur einer Erholungsstation und des Vergnügungsortes, sondern in erster Linie eines Kurortes verleiht. Die Frischwindigkeit des Strandklimas, die stark wassergesättigte, von Staub und Bakterien freie Luft, die Ausgeglichenheit der Temperaturen, die ganz erhebliche Strahlenwirkung der Sonne, das Meer und nicht zuletzt die dem Strand vorgelagerten Dünenwälder, die die vorhandenen klimatischen Reize in vorteilhaftester Weise zu dosieren gestatten, sind Eigenschaften, die nur der Küstenzone eigen sind. Sie sind es so sehr, daß sogar schon bei Landwind, sowie hinter den Dünenwäldern andere klimatische Bedingungen wie unmittelbar

am Strande vorliegen. Freilich, Salzgehalt der Luft trifft man nur unmittelbar am Strande und nur insoweit, als das Salzwasser der Schaumspitzer sich in feinsten Tröpfchen der Luft mitteilt. Was man weiter landeinwärts für die kräftige und salzhaltige Seeluft anspricht, das sind außer der Frische der Luft bestimmte Geruchswahrnehmungen, die von dem sich zersekenden Seetang ausgehen, und Berührungsempfindungen, die von feinen, vom Winde aufgeweichten Sandkörnern herrühren.

Zu den Vorurteilen, die zu bekämpfen sind, gehört auch die Ueberzeugung, daß zu einem genuß- und erfolgreichen Seeaufenthalt unbedingt notwendig die Freibäder in der See gehören. Alte und erfahrene Heimleiter versichern aber immer wieder, und nicht ganz mit Unrecht, daß sie bei ihren Kindern die besten Kuren eigentlich im Winter machen. Das gibt doch zu denken und fordert zu der Frage auf, was bei einer Seekur das Wesentliche ist und wie man sich physiologisch ihre Wirkung vorstellen soll. Wir wollen einmal folgende Ueberlegung anstellen: Gesund nennen wir ein Kind, das sich normal entwickelt, ißt, verdaut und schläft und das sich gesund erhält. Die erste Forderung wird erfüllt durch den normalen Ablauf der Stoffwechselvorgänge, bei der zweiten spielen sich Prozesse im Körper ab, die für unsere Sinne viel weniger deutlich und unmittelbar erkenntlich sind, als bei der ersten. Ich will von diesen Prozessen nur eine wesentliche Gruppe herausgreifen. Ueberall in der Luft, die wir täglich und stündlich einatmen, finden sich, je nach dem Orte, viele oder wenige Keime, von denen eine große Anzahl für unsere Gesundheit nicht harmlos sind, weil sie krankheitserregend wirken können, und ebenso gelangen zahlreiche Keime mit dem Schluckakt in den Verdauungskanal. Sind nun die eingeführten Keime nicht zu zahlreich und ist der Organismus gesund, so wird dieser mit ihnen bald fertig. Entweder sie finden in ihm gar nicht die günstigen Lebensbedingungen zu ihrer Fortentwicklung oder aber ihre giftigen, krankmachenden Stoffwechselprodukte werden sofort vom Körper unschädlich gemacht. Dieser ist in der Lage, sofort die er-

forderlichen Schutzstoffe als Gegengifte zu erzeugen und die Eindringlinge mit Hilfe der weißen Blutkörperchen fortzuschaffen. Man kann auch sagen, daß ein solcher Organismus seine normale Fähigkeit, auf eindringende Gefahren und Schädlichkeiten zu reagieren, in vollem Umfang erhalten hat: er bleibt gesund. Was tut nun das Seeklima am menschlichen Körper? Auch ein doppeltes, sofern wir nur die Wirkung ins Auge fassen. Es bedeutet für den kindlichen Körper einen mächtigen Reizfaktor in Hinsicht auf den Stoffwechsel, der erheblich angeregt wird und somit aufbauende Wirkung erfährt. Und zwar ist man heute geneigt, anzunehmen, daß dies in der Hauptsache das Ergebnis der, besonders in der kühlen Luft wirksamen chemischen Strahlen der Sonne sei, die durch Vernichtung von Zellen unter der Haut ein mächtiges Aufbaubestreiben hervorrufen und den Stoffwechsel anregen. Es werden massenhaft Aufbauzellen gebildet, die nicht dem wertlosen Fett, sondern dem Muskelansatz und bei Jugendlichen dem Körperwachstum zugute kommen und zwar am meisten in der sonnigsten Zeit des Jahres, im Frühling und Vorsommer, weshalb diese Zeiten für Kuren besonders geeignet sind. Daß nun diese körperliche Ertüchtigung auch dem Krankheitschutz in hervorragender Weise zugute kommt, ist eine sich von selbst ergebende Folgerung. Diese Wirkung des Seeklimas ist somit eine anregende in Bezug auf den Zerfall wie die Anlagerung von Zellmaterial. Damit ist der normalerweise einsekende starke Appetit an der See hinreichend verständlich gemacht. Diese Anregung macht sich ferner auch hinsichtlich des Blutumlaufs, der Muskeltätigkeit und der Nerven geltend. Ihr Ergebnis ist ein erhöhter Bewegungsdrang und eine starke gemüthliche Steigerung, beides vereinigt in dem Triebe, sich intensiv auszuleben, in der Zunahme der Lebensfreude, aber auch der nervösen Erregbarkeit. Kinder also, die nervenschwach sind, werden an der See der Gefahr der Uebererregung leicht ausgesetzt sein, um so mehr, als den Kindern an sich schon ein starkes Bedürfnis nach Bewegung eigen ist. Eine besondere Berücksichtigung verlangen die



Jugendlager Bastorf bei Arendsee

Bäder in der offenen See. Diese ist charakterisiert durch den bei uns etwa  $1\frac{1}{2}$ —2% betragenden Salzgehalt, die Bewegtheit und den starken Lichtreflex an der Oberfläche des Wassers, wozu als Stimmungswert das Bewußtsein kommt, in dem unendlichen Meer sich tummeln zu dürfen, ferner die lachende Sonne und das Spiel der Farben- und Lichtreflexe des Wassers. Da der Salzgehalt das Wasser schwerer macht, wird die Körperbewegung in der See, besonders das Schwimmen, erleichtert und das Lustgefühl erhöht. Der starken Anregung des Stoffwechsels durch die Einwirkung des Salzwassers auf die gesamte Körperoberfläche folgt naturgemäß ein starker körperlicher Verbrauch und daher Ermüdung, die wieder ausgiebige Ruhe nach dem Bad verlangt. Nur wird die Ermüdung nicht immer bewußt, weil sie durch das starke Lustgefühl der erhöhten Lebensfreude, den so häufigen Begleiter vermehrten Bewegungsdranges, überdeckt wird.

Wir haben bisher wesentlich anregende oder gar erregende Reizfaktoren kennen gelernt. Zu ihnen wäre noch der Wind, das Geräusch der Brandung, die Lichtreflexe vom Wasser zu zählen. Ihnen gegenüber treten besonders für Kinder die beruhigenden Momente an Umfang und Bedeutung zurück. Das sind die landschaftlichen Werte der Waldesstille, der beruhigende, ja monotone Eindruck

der endlosen Wasserfläche, das fortwährend sich wiederholende Spiel der Wellen und endlich der zu stundenlangem Hindämmern einladende Sand am Strande.

Dieser Überblick über die Eigenart der See und ihren Einfluß auf den menschlichen Körper erleichtert uns das Verständnis für die Aufgaben und Ziele unserer Kinderheilstätte. Wenn wir die Wirkung der See als einen energischen Aufruf aller Lebensenergien ansehen, so können wir jetzt ganz gut erkennen, daß rekonvaleszente, schwächliche, blutarmer, anfällige Kinder bei richtiger Leitung und genügender Dauer einer Kur ganz wesentliche Vorteile für ihre Gesundheit davontragen können. Aber auch die Kinder mit ihren ewigen Erkältungen und sonstigen Erkrankungen, die mit Bucherungen der Schleimhäute und Drüsen Behafteten kommen auf ihre Rechnung, denn hier zeigt sich neben allem anderen auch der segensreiche Einfluß der großen Luftfeuchtigkeit und ihre Freiheit von Staub und Keimen. Das Gleiche gilt von skrophulösen und tuberkulösen Leiden aller Art. Ich erwähne endlich, indes nicht als das bedeutungsloseste Wirkungsbereich, die Nervosität, die entweder als selbständiges Leiden oder im Verein mit den genannten so häufig ist.

Welche Aufgabe hat nun das Heim an diesen Kindern zu erfüllen? Die Kur darf nicht schematisch festgelegt oder plan-

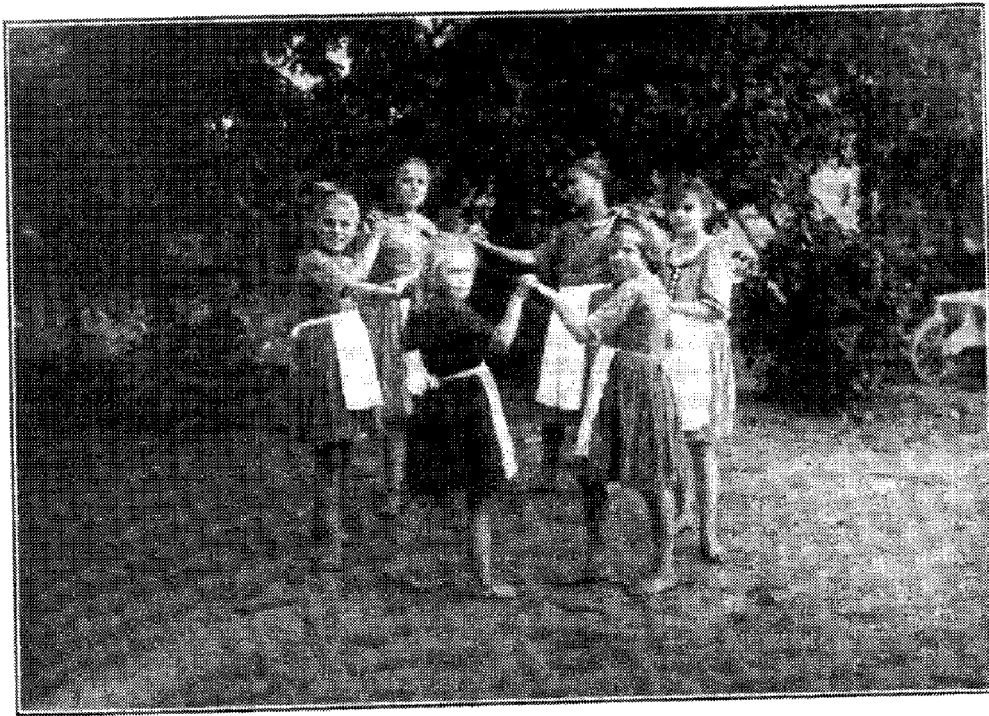
los durchgeführt werden, sondern individuell nach den Bedürfnissen des einzelnen Kindes und seines Leidens, da der hemmungslose Gebrauch der möglichen Reizmittel sicher schaden würde. Das Ergebnis wäre eine Überreizung und Erschöpfung mit allen ihren Begleiterscheinungen und eine endlose Folge von Erkältungen und sonstigen Erkrankungen. Wenn grundsätzlich z. B. ein ununterbrochener Aufenthalt im Freien erforderlich ist, so ist dabei nicht zu vergessen, daß die See, wie man sagt, zehrt und angreift, und daher ist ein sehr ausgiebiges Maß von Ruhe unentbehrlich, eine kürzere Liegepause vor Tisch, eine ausgiebige nachher und die Bemessung der nächtlichen Schlafenszeit auf wenigstens zehn Stunden erforderlich. Wenn man ferner den wohlthätigen Einfluß der Sonne und des Windes hervorhebt, so sind dabei die Vielen zu berücksichtigen, deren Augen durch die intensive Strahlung und den Wind gereizt werden, die für Sonnenbrand empfänglich sind, die den Wind nicht ertragen können, weil er sie aufregt, die in der kühlfeuchten Luft leicht frieren usw., und der Aufenthalt am Strande ist immer wieder durch diejenigen im Walde zu ersetzen, um die Reize zu mildern und zu wechseln. Der Bewegungsdrang der Kinder, so wohlthätig an sich er ist, bringt die starke Gefahr der Überreizung und der Verabgabung von Kräften und von Säften mit sich, die dann durch eine noch so zweckmäßige Ernährung und Ruhigstellung nicht mehr aufgeholt werden kann: die Kinder verlieren an Gewicht, Appetit und Schlaf. Die Ernährung ferner muß ganz besonders kräftig, ausgiebig und bekömmlich sein. Acht tägige Wiegungen geben über den Gang der Gewichtskurve Auskunft und regelmäßige Körpermessungen über die Aufbauprozesse im Organismus.

Ein ernstes Wort ist noch über das Baden der Kinder in der offenen See zu sagen. Das Bad stellt wohl den kräftigsten Körperreiz dar und ist darum mit besonderer Aufmerksamkeit zu kontrollieren. Zweifellos ist es ein Unfug, wenn man es schon in den ersten Tagen nach der Ankunft gestattet. Sie dienen der allmählichen Anpassung an das See-

klima. Dieses macht sich besonders stark bei Kränklichen und Schwachen sowie Blutarmen durch große Müdigkeit, viel Schlafbedürfnis, geringen Appetit, allerlei nervöse Beschwerden und recht häufig durch starke Betonung von Krankheitserscheinungen geltend, durch vermehrte Drüschwellungen, erhöhte Sekretion der Schleimhäute, asthmatische Anfälle, vermehrte nervöse Reizbarkeit als Antwort auf die veränderten und recht starken Reize des Seeklimas. Das ist eine ganz physiologische Wirkung. Daß also ein hemmungsloser Gebrauch der Kurfaktoren, besonders der Bäder, nur schadet, liegt wohl auf der Hand. In der sogenannten Akklimatisationsperiode ist daher starke Zurückhaltung, vor allem viel Ruhe nötig. Nach vier bis acht Tagen folgt bei gutem und windstillem Wetter das Freibaden, das sich aber nicht auf Viertelstunden, sondern auf Minuten erstreckt, und nicht beliebig oft hintereinander, ja zunächst nicht einmal jeden Tag wiederholt wird. Erst nach erfolgter Angewöhnung können tägliche, allmählich bis auf 10 Minuten ausgedehnte Bäder gestattet werden, aber auch wieder nur für die kräftigeren und widerstandsfähigeren unter den Kindern. Bei trübem oder windigem Wetter wird der Wald ausgiebigst zu Spaziergängen und Spielen ausgenützt, und nur an ausgesprochenen Regentagen bleibt als letzter Zufluchtsort das schützende Dach des Heimes. Gerade dann aber feiert die Geschicklichkeit der Hortleiterin ihre höchsten Triumphe. Jetzt gilt es, den Kindern möglichst das zu ersetzen, was ihnen bei gutem Wetter Wald und Strand in so verschwenderischer Fülle bietet, Anregung und Abwechslung. Sie muß geradezu unerschöpflich sein in der Erfindung von Spielen, Aufführungen, Gesangsübungen, Einzelbeschäftigung und kleinen Festen, die die Erfindungsgabe und Phantasie der Kinder anregen und ohne viele Kosten ihren Zweck erfüllen.

Diese Darstellung ist weit von einer Vollständigkeit entfernt, zeichnet aber doch ausreichend die Aufgabe und Tätigkeit eines Kinderheims an der Ostsee. Sie ist unerfüllbar, wenn das Heim zu groß ist und die Leiterin nicht von einem Stabe zahlreicher und ausgezeichnet für





Kinderspiele im Feodorahcim, Gehlsdorf

ihre Aufgabe geschulter Hilfskräfte unterstützt wird. Man muß nach all diesem die Mitwirkung eines fachmäßig geschulten Arztes für ganz selbstverständlich halten, und doch sind wir gerade hier an einem wundren Punkte der Heimbewegung angelangt. In der Kostenberechnung fällt der Posten für Inanspruchnahme des Arztes als obersten Leiters vielfach noch ganz weg, er wird nur in unvorhergesehenen Krankheitsfällen gerufen und am liebsten daher gar nicht im Hause gesehen. Und doch ist es ganz unmöglich, daß auch die beste Leiterin die Arbeit des Arztes mit verrichtet, nämlich für jedes Kind das notwendige Vorgehen anzugeben, zu kontrollieren und zu modifizieren. So kommt es, daß so oft nur ein Teil von dem erreicht wird, was erwartet und geleistet werden könnte. Auch eine vorgängige Untersuchung durch den Schul- oder Hausarzt kann, wie man nunmehr leicht begreift, die Tätigkeit des Kurarztes nicht ersetzen.

Hinsichtlich der notwendigen Dauer einer erfolgreichen Kur scheint da und dort eine gewisse Korrektur der Ansichten Platz zu greifen, indem anstatt der obligaten vier Wochen jetzt wenigstens sechs vorgesehen werden. Die Franzosen, die schon vor Jahrzehnten ihre Kinder an die See geschickt haben und daher eine längere Praxis und Erfahrung als wir haben, halten ebenso viele Monate für erforderlich, als wir Wochen in Rech-

nung nehmen, nämlich im Durchschnitt 6—8 Monate, womit natürlich nicht gesagt ist, daß dies für jeden einzelnen Fall die minimale Voraussetzung für einen vollen Kurerfolg sei. Sie erreichen einen solchen, die schwersten Fälle eingerechnet, in ca. 70 %. Wenn nun auch unsere wirtschaftlichen Verhältnisse in der Regel eine derartige Ausdehnung der Kur verbieten, so wird die grundsätzliche Richtigkeit der französischen Ansicht doch durch die Tatsache bewiesen, daß in nicht so seltenen Fällen der Arzt dringend die ein- bis mehrmalige Wiederholung der Kur anraten muß, wenn annähernd der erstrebte Zweck erreicht werden soll. Worin besteht denn derselbe? Gewiß nicht lediglich in dem Plus von 6 bis 8 Pfund an Gewicht und in dem bekannten braunen Lack auf der Haut. Es soll den Kindern nicht nur hier gut gehen, sondern vor allem zu Hause, wenn die Pflichten von Schule und Haus wieder an sie herantreten, wenn sie nicht mehr so sorgfältig vor jeder Infektion, jeder Erkältung, jeder Witterungsumbill und jeder Anstrengung ihrer körperlichen und nervischen Kräfte bewahrt werden können. Da soll sich dann zeigen, ob ihr Körper widerstandsfähig und das Nervensystem elastisch und ausdauernd geworden ist. Sie sollen gesund bleiben auch dann, wenn die Art der Ernährung und das Ausmaß an Ruhe und Erholung

nicht mehr dem im Hospiz erreichten Ideal gleichkommt.

Die Höhe des erzielten Erfolges zeigt sich meist noch nicht während der Kur selbst, sondern einige Zeit nach der Rückkehr in die häuslichen Verhältnisse als sogen. Spätreaktion. Man kann sich von den Gründen dieser eigenartigen Erscheinung annähernd ein Bild machen. Die im Seeklima gebotenen Körperreize, die, wie wir nun wissen, zehrend auf den Körper wirken, fallen in ihrer unmittelbaren täglichen Wiederholung nach der Rückkehr nach Hause fort. In der See hatte ihrem fortwährenden Einfluß allem Anschein nach auch die ausgiebigste Ruhe und beste Ernährung doch nicht ganz das Gleichgewicht halten können. Wenn nun die erzielte körperliche Anregung in gemilderter Form zu Hause nachwirkt, der täglich erneute zehrende Reiz aber in Fortfall kommt, so ist verständlich, daß alsdann erst der volle Erfolg zur Auswirkung kommt. Dann ist in Wirklichkeit die See das geworden, was sie in den Herzen unserer kleinen Patienten schon längst war, das Paradies der Kinder.

Als die günstigste Jahreszeit für die Kinderheime gilt durchgängig die Hochsommerzeit. Maßgebend dafür ist einmal die Ferienordnung, die die Ferien auf die

Zeit der größten Sommerhitze festlegt, sodann die Überschätzung der Badegelegenheit. Man vergißt dabei oder weiß es nicht, daß das Bad in der offenen See ein zweischneidiges Schwert ist. Es ist zu bedauern, daß Frühsummer und Herbst nicht sehr viel mehr ausgenützt werden. Wenn auch in diesen Monaten die Temperaturen tiefer als im Hochsummer liegen, so wird dieser Nachteil doch mehr als ausgeglichen durch die Stabilität der Schönwetterlage gerade in dieser Zeit, wodurch der dauernde Aufenthalt im Freien entschieden besser garantiert ist. Aber auch Spätherbst und Winter eignen sich bei guter Einrichtung des Heims unbedingt zu Kuren, da das Freibad, oft als schädlich sich auswirkend, wegfällt und Ruhebehandlung sehr viel leichter durchgeführt werden kann. Was die Witterung angeht, so ist es eine Tatsache, daß als Ergebnis der starken Wärmeausstrahlung der großen Wasserfläche der Winter an der See immer viel milder als im Binnenlande ist, die Temperaturen ausgeglichener sind und der Schnee selten länger als 24 Stunden liegen bleibt. In jedem Falle sprechen die vorliegenden Erfahrungen entschieden dafür, daß erfolgreiche Kuren auch in dieser Zeit durchführbar sind.



Wenn der Hahn kräht auf dem Mist  
Ändert sich das Wetter, oder bleibt wie es ist

Nach einem Original-Holzchnitt

Otto Bartelt