

*P. subnivalis* Brügger (aurea L.  $\times$  dubia Cr.). Gailthai, Ofternit, 2250 m (Sabornegg) 6.

*Primula digenea* Kern. Pontafel (Rottky); Kanalthal, Bad Villach (Gusmus).

*P. media* Peterm. Klagenfurt (Pacher) 4.

*Ranunculus Kernerii* Freyn. Tarvis (Bernhoffer) 12.

*Salix formosa* Willd. Pasterze (Pacher) 4.

*Salvia silvestris* L. Glandorf (Horak) 4.

*Sambucus nigra* L., var. *foliis aureo* — *reticulatis* Deutsch-Bleiberg (Maruschitz) 4.

*Sesleria sphaerocephala* Ard. f. *leucocephala* DC. Hochstadt, Sauken, Dobratsch, Hochobir (Sabornegg) 4.

*Thymus ovatus* Mill. Rapponiger Alm, Mallnitzthal (Pacher); Ranning (Kohlmayer). Um Villach (Unterkreuter); var. *subcitratus* Schreb. In Kärnten verbreitet und häufig; subsp. *montanus* W. K Mallnitz, Sagritz (Pacher).

Th. *Reinegeri* Opiz. Annabichl (Zwanziger); Rapponiger Alm, Matschiger Alm im Gailthai (Pacher); Seisera (Sabornegg); Weisensfels bei Tarvis (Unterkreuter); Hollenburger Kiegel (Zwanziger).

Th. *Kernerii* Borbás. Ferlach (Sabidussi); var. *epitrichus* Borbás. Spitalberg bei Klagenfurt (Zwanziger).

Th. *Chamedrys* Fr. Sehr verbreitet und häufig; var. *alpestris* Tausch. Mehrfach um Obervellach (Pacher); Umgebung von Villach (Unterkreuter); Ursulaberg (Meschlutschnigg); var. *effusus* Host. Pörttschach (Zifferer); var. *Kapela* Borbás. Kreuzbergl, Spitalberg, Hollenburger Kiegel, Unterbergen (Zwanziger); Söbriach, Groppenstein, Obervellach (Pacher).

Th. *Serpyllum* L. var. *Castriferrei* Borbás. Groppenstein (Pacher).

Th. *praecox* Opiz., var. *spatulatus* Opiz. Pasterze (Pacher).

Th. *lanuginosus* Mill. Zwischen Poppichl und Ehrenbichl (Zwanziger); Obervellach (Pacher).

Th. *carniolicus* Borbás. Verbreitet und häufig.

Th. *polytrichus* Kern. Umgebung von Klagenfurt (Zwanziger, Sabidussi); Obervellach (Pacher) 4.

*Veronica spicata* Koch var. *nitens* Host. Pontafel (Preißmann, Sabornegg) 4.

*V. polita* Fr. var. *grandifolia* Neill. Klagenfurt 8.

#### Bemerkenswerte Standorte.

*Asperula aristata* L. fil. Pontebba, 1000 m (Pichler) 3.

*Centaurea vochinensis* Bernh. In Waldbränden bei Tarvis (Rehinger). In den Auen der Gail bei Villach (Bredler im Herb. des Wiener Univ.-Museums) 14; Pörttschach (Petter im Herb. Rehinger) 13; Hochobir am Wege von Eisenkappel zur Schäßleralpe (Fritsch) 14.

*Galinsoga parviflora* Cav. Bei Obervellach in Maisfeldern (Pacher) 5.

*Rosa pomifera* Herrm., var. *recondita* Puget. Innerfragant, 1032 m (Pacher) 11.

Prof. A d a l b. M e i n g a s t.

**Das Bergsteigen.** Das gewiss schöne Bestreben, auch den Laien so weit als möglich Einsicht in die Mysterien der medicinischen Wissenschaft, Einsicht in seinen eigenen Körper, dessen Organe und der Functionen im gesunden und kranken Zustande zu eröffnen, überhaupt das Verallgemeinern aller Wissenschaften ist ein Streben der

modernen Zeit und in diesem Sinne veröffentlichte D. B. einen Aufsatz „Das Bergsteigen in hygienischer Beziehung“. Der Autor, welcher darin den Lesern die Vortheile der Alpentouristik in überzeugender Weise vor Augen führt und mit voller Ueberzeugung in warmen Worten diesen edelsten aller gegenwärtig betriebenen Sporte, als den für Geist, Seele und Körper am zuträglichsten mit Recht an die Spitze stellt, wird das Interesse jedes Lesers, der nebenbei sein Wissen bedeutend bereichern kann, bis zum Schlusse fesseln.

Im weiteren ergeht sich Autor über die hygienische Bedeutung des Bergsteigens speciell für Herzaffectionen.

Neben vielen beachtenswerten und allgemein einleuchtenden richtigen Momenten vertritt der Autor in Bezug auf Therapie der Herzkrankheiten doch etwas optimistische Ansichten.

Vor allem andern muß man als therapeutisches oder auch nur prophylaktisches Mittel den eigentlichen Kletter- und Gletschersport vollständig ausschließen, dazu gehört vor allem ein vollständig intacter, gesunder Herzmuskel, und der diese Bedingung nicht besitzt, kann sich und seine Gefährten auf einer Hochtour in die fatalste Lage, sogar in Lebensgefahr bringen.

Was der Autor in Beziehung auf Prophylaxis gegen Herzkrankheiten sagt, kann man demselben nur vollständig beistimmen und ist mäßige Bergtouristik als allgemein prophylaktisches Mittel für Ernährung und Kräftigung aller Organe nicht nur des Herzens und Erhaltung der Gesundheit als überhaupt das beste Mittel nie genug zu empfehlen.

Was den therapeutischen Wert des Bergsteigens anbelangt, so sind heute die Ansichten sehr verschiedene.

Das scharfsinnig erdachte und allen herkömmlichen, leider vielfach unzulänglichen Therapien der Herzkranken zuwiderlaufende Verfahren von P. Dertl, nämlich Gymnastik des Herzmuskels und der Lunge und Flüssigkeitsentziehung in Bezug auf Nahrung, war seinerzeit geradezu epochemachend und hat wirklich etwas Ueberzeugendes an sich. Wie jeder andere Muskel, wenn er zu kräftigen Contractionen gereizt wird, sich kräftigt und „hypertrophirt“, so sollte es auch der Herzmuskel werden, die Circulation im kleinen Kreislauf, der einem insuffizienten Herzen schwere Arbeit gibt, wird durch die tiefen Inspirationen der Lunge, wozu dieselbe durch das erhöhte Sauerstoffbedürfnis der beim Steigen betheiligten ganzen Muskulatur gezwungen wird, wesentlich erleichtert, ebenso die Circulation im großen Kreislauf durch die Muskelcontractionen, besonders günstig beeinflusst wird das Pfortadersystem und die Circulation in den Unterleibsorganen Leber, Milz etc.

Gleichzeitig tritt durch Schweißsekretion eine Entwässerung des Blutes ein, was, wie nicht nur der Autor angibt, den Wert hat, das Blut zu entwässern und die Sauerstoffträger die Blutkörperchen zu vermehren, sondern besonders einen mechanischen Vortheil bringt. Es wird dadurch die Masse und Gewicht des Blutes verringert, und dem Herzen ein Theil der Last, welche es fortwährend zu bewältigen hat, abgenommen.

Nun, so einleuchtend und logisch gedacht alle diese Erwägungen scheinen, so ist man heute schon von der optimistischen Meinung, die man seinerzeit für diese Behandlung hegte, bedeutend ernüchtert.

Vor allem lehrt die Erfahrung, die Praxis, jener unfehlbare Prüfstein der Theorien vielfach gerade das Gegentheil.

Das Verfahren ist überhaupt nur bei abgelaufenen Erkrankungen, sobald Compensation eingetreten ist, verwendbar.

Wenn nun diese Therapie sehr vorsichtig eingeleitet wird und das Steigen im mäßigsten Tempo mit Pausen und geradezu in homöopathischer Dosis begonnen wird und langsam aber mäßig gesteigert, so stellt sich bei manchen Patienten, bei denen die Diagnose der Herzerkrankung keine Contraindication für diese Behandlung ergab, eine stärkere compensatorische Hypertrophie des Herzens ein, welche die frühere Erscheinung der Compensation Störung für längere oder kürzere Dauer beseitigt.

Nun ist aber die Anzahl derjenigen Fälle, für welche die Terraincur eine mögliche Therapie ist, nur eine sehr geringe, ausgeschlossen sind die meisten, welche an atheromatösen Processen und Verkalkungen der großen Gefäßwände und Klappen erkrankt sind, da ihnen die zu forcierten Bewegungen des Herzens nothwendige Elasticität und Excursionsweite fehlt, ferner alle Verengerungen der Coronararterien, ferner alle Fälle, wo die Möglichkeit einer Trombenbildung vorhanden ist und viele andere, bei denen diese Therapie einfach nicht anwendbar ist, weil so stürmische Erscheinungen von Seite des Herzens auftreten, vom Herzklopfen bis zum Stillstand und daraus folgenden Ohnmachten, sogar plötzlicher Tod, und der Patient selber am besten fühlt, daß es eine Unmöglichkeit ist und ihm nur Angst bereitet und seinen Zustand jedesmal verschlimmert. Solche Herzranke vermünschen den Berg und das Steigen, es ist ihnen jedesmal eine Qual, und 2000 m zu nehmen für einen Herzranken geradezu unmöglich und die Tragweite einer solchen Therapie auf einen kranken Herzorganismus nicht vorauszusehen.

Man ist deshalb heutzutage wieder im allgemeinen zur Therapie der Ruhe zurückgekehrt, da sie fürs erste jede Gefahr ausschließt, mit ihr ebensoviel, in gewissen Fällen mehr als mit der Terraincur zu erzielen ist, ja in vielen Fällen einzig und allein anwendbar ist und dem Patienten schließlich doch nicht solche Beschwerden bereitet. Aufenthalt in frischer, ozonreicher Luft, tiefe Inspirationen, Massage, gute Ernährung ersetzen die Vortheile des Bergsteigens, ohne dessen große Nachtheile für den Patienten mit sich zu führen.

Daß übrigens Bewegungscuren gegen Hydropsie im Alterthume betrieben wurden, beweist eine Satire, mir scheint von Horaz, wo er schreibt: „Si sanus noles, hydropicus cures!“

---

## Inhalt.

Die physische und intellectuelle Natur allfälliger Planetenbewohner. Von Hans Wehr. (Fortsetzung und Schluß.) S. 129. — Das Vorkommen der Diamanten im Kimberley-District. S. 145. — Ausflug des naturhistorischen Vereines. S. 149. — Kleine Mittheilungen. S. 152. — Literaturbericht. S. 154.

---

# ZOBODAT - [www.zobodat.at](http://www.zobodat.at)

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Carinthia II](#)

Jahr/Year: 1894

Band/Volume: [84](#)

Autor(en)/Author(s): Anonym

Artikel/Article: [Das Bergsteigen 158-160](#)