

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort . . . . .	17
-------------------	----

## Gesund sein – gesund bleiben · 19

Wie leben wir richtig? . . . . .	21	<i>Franz Friese</i>
Körperpflege . . . . .	21	
Kleidung . . . . .	28	
Unsere Wohnung . . . . .	31	
Gesundes Familienleben . . . . .	41	
Arbeit und Erholung . . . . .	46	
Gesunde Bewegung . . . . .	53	<i>Karl Ruland</i>

Wie ernähren wir uns richtig? . . . . .	63	<i>Gerhard Venzmer</i>
Unsere Nahrungsmittel . . . . .	64	
Gemischte Kost, vernünftig zubereitet . . . . .	68	
Hinweise zur gesundheitsgemäßen Ernährung . . . . .	75	
Die Genußmittel . . . . .	80	

Geschlecht und Ehe. . . . .	83	<i>Theodor Bovet</i>
Die menschliche Geschlechtlichkeit . . . . .	83	
Ehe und Ledigenstand . . . . .	84	
Die eheliche Partnerschaft . . . . .	85	
Ehe mit und ohne Kind . . . . .	89	
Die Gezeiten der Ehe . . . . .	93	
Erziehung zu Geschlechtlichkeit und Ehe. . . . .	97	

Schwangerschaft und Geburt . . . . .	101	<i>Hellmuth Merkl</i>
Körperliche Veränderungen während der Schwangerschaft . . . . .	101	
Schwangerschaftshygiene . . . . .	107	
Die Geburt . . . . .	112	

<i>Kurt Hartung</i> Das gesunde Kind . . . . .	120
Die Besonderheiten des Neugeborenen . . . . .	120
Die Ausstattung für den Säugling . . . . .	123
Die Pflege des Säuglings . . . . .	125
Die Ernährung des Säuglings . . . . .	137
Die körperliche und geistige Entwicklung des Säuglings . . . . .	144
Die Erziehung im Säuglingsalter . . . . .	150
Die Pflege im Kleinkindalter . . . . .	153
Die Ernährung des Kleinkindes . . . . .	156
Die körperliche und geistige Entwicklung des Kleinkindes . . . . .	158
Die Erziehung des Kleinkindes . . . . .	162
Die körperliche und geistige Entwicklung des Schulkindes . . . . .	165
Pflege, Kleidung und Ernährung des Schulkindes . . . . .	167
Die Erziehung im Schulkindalter . . . . .	168
Das Jugendalter . . . . .	171

*Gerhard Venzmer* **Bau und Funktion des menschlichen Körpers und seiner Organe · 177**

Zellen und Gewebe . . . . .	179
Das Oberflächengewebe . . . . .	180
Das Stützgewebe . . . . .	182
Das Muskelgewebe . . . . .	184
Das Nervengewebe . . . . .	186
Organe und Organsysteme . . . . .	188
Die Haut . . . . .	188
Knochen und Muskeln . . . . .	192
Die Organe der Verdauung . . . . .	207
Die Vorgänge des Stoffwechsels . . . . .	215
Atmung und Blutkreislauf . . . . .	219
Nervensystem und Sinnesorgane . . . . .	232
Die flüssige Ausscheidung und ihre Organe . . . . .	242
Die Organe der Fortpflanzung . . . . .	245
Hormonale Steuerung . . . . .	250

Erkrankungen einzelner Organe und Organsysteme . . . . .	257	<i>Gerhard Venzmer</i>
Erkrankungen des Herzens und der Blutgefäße . . . . .	257	
Herzinfarkt 257 – Angina pectoris 260 – Herzklappen- fehler 260 – Herzinnenhautentzündung 261 – Herz- muskelentzündung 262 – Herzmuskelentartung 262 – Reizleitungsstörungen 262 – Herzbeutelentzündung 262 – Arteriosklerose 262 – Hypertonie 263 – Hypo- tonie 264 – Krampfadern 264 – Unterschenkelge- schwür 265 – Hämorrhoiden 266 – Thrombose und Embolie 267 – Thrombophlebitis 268		
Blutkrankheiten . . . . .	268	
Perniziöse Anämie 268 – Blutarmut 269 – Leukämie 270 – Agranulozytose 272 – Bluterkrankheit 273		
Erkrankungen der Atmungsorgane . . . . .	273	
Akute Bronchitis 273 – Chronische Bronchitis 274 – Bronchialasthma 274 – Lungenemphysem 275 – Lun- genentzündung 275 – Lungentuberkulose 277 – Rip- penfellentzündung 280		
Krankheiten der Verdauungsorgane . . . . .	280	
Mundschleimhautentzündung 280 – Aphthen 281 – Mundfäule 281 – Skorbut 281 – Speicheldrüsenerkran- kungen 281 – Mandelentzündung 281 – Rachen- katarrh 281 – Akute Gastritis 282 – Chronische Gastritis 282 – Magen-Darm-Geschwür 284 – Gelb- sucht 285 – Leberzirrhose 285 – Gallenblasenent- zündung 285 – Gallensteinkrankheit 286 – Bauch- speicheldrüsenentzündung 286 – Dünndarmentzün- dung 287 – Verstopfung 287 – Wurmfortsatzentzün- dung 287 – Dickdarmkatarrh 288		
Erkrankungen der Bewegungsorgane . . . . .	289	
Muskelrheuma 289 – Akuter Gelenkrheumatismus 290 – Chronischer Gelenkrheumatismus 291 – Arthrosis deformans 291 – Osteomalazie 292 – Osteoporose 292 – Sehnscheidenentzündung 293 – Wirbelsäulenver- krümmungen 293 – Plattfuß 294 – Hallux valgus 294		



Stoffwechselkrankheiten . . . . .	295
Zuckerkrankheit 295 – Gicht 299 – Fettsucht 301	
Magersucht 303 – Vitaminmangelkrankheiten 304	
Drüsenstörungen und Hormonkrankheiten . . . . .	304
Riesenwuchs, Akromegalie 304 – Simmondssche Kachexie 304 – Wasserharnruhr 305 – Basedowsche Krankheit 306 – Myxödem 307 – Kropf 308 – Tetanie 309 – Prostatahypertrophie 310 – Addisonsche Krankheit 311	
Erkrankungen des Gehirns, Rückenmarks und Nervensystems . . . . .	311
Genuine Epilepsie 312 – Migräne 313 – Multiple Sklerose 314 – Tabes dorsalis 314 – Nervenentzündung 315 – Ischias 316 – Neuralgie 317 – Trigeminusneuralgie 317 – Fazialislähmung 317 – Bandscheibenschaden 318	
Geisteskrankheiten oder Psychosen . . . . .	318
Neurosen 319 – Vegetative Dystonie 319 – Psychosen 319 – Schizophrenie 320 – Manisch-depressives Irresein 323 – Schwachsinn 324 – Progressive Paralyse 324	
Allergische Erkrankungen . . . . .	325
Heufieber 325 – Allergie 327	
Hautkrankheiten . . . . .	329
Hautentzündung 329 – Ekzem 329 – Schuppenflechte 330 – Akne 331 – Furunkel 331 – Bartpilzflechte 333 – Frostbeulen 333 – Blasensucht 334 – Lupus 334 – Pilzflechte 335	
Erkrankungen der Nase, der Ohren und Augen . . . . .	335
Schnupfen 335 – Nasenpolypen 336 – Nebenhöhlenentzündung 336 – Gehörgangsfurunkel 336 – Mittelohrentzündung 337 – Otosklerose 338 – Altersschwerhörigkeit 338 – Bindehautentzündung 338 – Gerstenkorn 339 – Hornhautentzündung 339 – Hornhautgeschwür 339 – Regenbogenhautentzündung 339 – Grauer Star 340 – Grüner Star 340 – Netzhautablösung 341 – Brechungsfehler 342	
Erkrankungen der Harnorgane . . . . .	342
Akute Nierenentzündung 342 – Chronische Nierenentzündung 343 – Nierensteine 343 – Nierenbeckenentzündung 344 – Blasenentzündung 345 – Hodenentzündung 345 – Hodengeschwülste 345 – Neben-	

hodenentzündung 346 – Vorsteherdrüsenvergrößerung 346 – Vorsteherdrüsenentzündung 346

Erkrankungen durch Parasiten . . . . . 346

Flöhe 347 – Bettwanzen 347 – Kopfläuse 347 – Kleiderläuse 347 – Filzläuse 349 – Insektenstiche 349 – Zecken 350 – Bandwürmer 350 – Bandwurmkrankheit 351 – Spulwurmkrankheit 351 – Madenwurmbefall 352 – Trichinenkrankheit 352

Zahn-, Mund- und Kieferkrankheiten . . . . . 353 *Wilhelm Holzhauser*

Zahnkaries und ihre Folgen 355 – Entzündungen des Zahnfleisches und der Mundschleimhaut 360 – Parodontose 363 – Parodontitis 364 – Zahnstellungs- und Kieferanomalien 364 – Weitere Anomalien 366

Infektionskrankheiten . . . . . 368 *Gerhard Venzmer*

Bakterielle Infektionskrankheiten . . . . . 370

Typhus 370 – Paratyphus 371 – Bakterienruhr 372 – Wundstarrkrampf 372

Durch Kokken hervorgerufene Infektionskrankheiten 374

Knochenmarkentzündung 374 – Streptokokkeninfektionen 375 – Sepsis 375 – Wundrose 376 – Übertragbare Genickstarre 377 – Weitere Kokkenerkrankungen 378

Viruskrankheiten . . . . . 378

Papageienkrankheit 378 – Virusgrippe 379 – Hepatitis epidemica 380 – Serumhepatitis 380 – Herpes 380 – Gürtelrose 381 – Tollwut 382

Seltene Infektionskrankheiten . . . . . 384

Malaria 384 – Weilsche Krankheit 384 – Amöbenruhr 385 – Toxoplasmose 385 – Pocken 386 – Pest 388

Geschlechtskrankheiten . . . . . 388

Syphilis 388 – Tripper 391 – Weicher Schanker 392 – Vierte Geschlechtskrankheit 393

Geschwulstkrankheiten . . . . . 395

Bösartige Geschwülste . . . . . 396

Krebs 397 – Metastasen 397 – Lungenkrebs 397 – Magenkrebs 398 – Speiseröhrenkrebs 398 – Blasenkrebs 398 – Darmkrebs 398 – Bauchspeicheldrüsenkrebs 399 – Kehlkopfkrebs 399 – Luftröhrenkrebs 399 – Vorsteherdrüsenkrebs 399 – Nierenkrebs 400 – Zungenkrebs 400 – Lippenkrebs 400 – Gallenblasen-

und Gallengangskrebs 400 – Brustdrüsenkrebs 400 – Weitere Krebserkrankungen der Frau 401 – Blutkrebs 401 – Bösartige Bindegewebsgeschwulst 404 – Lymphogranulomatose 405	
Gutartige Geschwülste . . . . .	405
Fasergeschwulst und Keloid 406 – Fettgeschwulst 406 – Knorpel- und Knochengeschwülste 406 – Gefäßgeschwülste 407 – Muskelgeschwülste 407 – Gliatumoren 407 – Gehirngeschwülste 407 – Fibroepitheliale Tumoren 408 – Warzen und Papillome 408 – Adenome 408	

<i>Hellmuth Merkel</i> Erkrankungen der Frau und Mutter . . . . .	409
Komplikationen vor der Geburt . . . . .	409
Blutungen während der Schwangerschaft 409 – Eileiterschwangerschaft 410 – Vorliegen des Mutterkuchens 410 – Abort, Fehlgeburt und Frühgeburt 411 – Schwangerschaftserbrechen 411 – Störung der Wasser- und Eiweißausscheidung 411 – Schwangerschaftsunterbrechung 412	
Komplikationen nach der Geburt . . . . .	412
Blutungen 412 – Brustdrüsenentzündung 413 – Kindbettfieber 413	
Frauenkrankheiten . . . . .	414
Störungen der Monatsblutung 414 – Weißfluß 414 – Entzündliche Erkrankungen der Fortpflanzungsorgane 415 – Juckreiz 416 – Schmerzen bei der Periode 416 – Lageveränderungen der Gebärmutter 416 – Geschwülste 417 – Veränderungen der weiblichen Brust 420 – Geschlechtskrankheiten 420	

<i>Kurt Hartung</i> Erkrankungen des Neugeborenen und Säuglings . . . . .	421
Erkrankungen des Neugeborenen . . . . .	421
Kopfgeschwulst 421 – Kopfblutgeschwulst 422 – Nervenlähmungen 422 – Gehirnverletzungen 422 – Hasenscharte und Wolfsrachen 422 – Wasserkopf 423 – Angeborene Hüftgelenksverrenkung 423 – Blutschwämmchen 423 – Fehlbildungen an den Gliedmaßen 424 – Mongolismus 424 – Schilddrüsenunterfunktion 425 – Leisten-, Bauchhoden 425 – Rhesusunverträglichkeit 425 – Schwarzruhr 426 – Nässender Nabel 426 – Nabelinfektionen 426 – Hautnabel 427 – Nabelbruch 427	



Ernährungsstörungen im Säuglingsalter . . . . .	427
Durchfallerkrankungen 428 – Toxikose 428 – Ansatz- und Gedeihstörungen 428 – Verstopfung 429 – Er- brechen 430 – Magenpfortnerkrampf 430	
Hauterkrankungen des Säuglings . . . . .	430
Schälblasen 431 – Augenbindehautkatarrh 431 – Soor 431 – Hauteiterungen 431 – Gneis 431 – Milch- schorf 431	
Erkrankungen der Atmungsorgane im Säuglingsalter	432
Schnupfen 432 – Rachenkatarrh und Bronchitis 432 – Lungenentzündung 433 – Mittelohrentzündung 433	
Weitere Erkrankungen im Säuglingsalter . . . . .	433
Rachitis 434 – Kindliche Tetanie 435 – Krämpfe im Säuglingsalter 436 – Vorhautverengung 436 – Leisten- bruch 436	
Erkrankungen des Kindes und Jugendlichen . . . . .	437
Erkrankungen im Kindesalter . . . . .	437
Masern 438 – Scharlach 439 – Röteln 440 – Keuch- husten 441 – Diphtherie 441 – Windpocken 442 – Mumps 443 – Wundstarrkrampf 443 – Kinderläh- mung 444 – Mandelentzündung 445 – Vergrößerte Rachenmandeln 446 – Rheumatisches Fieber 446 – Leibschmerzen im Kindesalter 447 – Bettnässen 447 – Sehstörungen 447 – Hörstörungen 448 – Sprach- störungen 448 – Haltungsschäden 449 – Fußschä- den 449	
Erkrankungen des Jugendlichen . . . . .	450
Vorpubertäts- und Pubertätsfettsucht 450 – Fröhlich- sche Krankheit 450 – Pubertätsmagersucht 451 – Vegetative Dystonie 451 – Bronchialasthma 452 – Regulationsstörungen von Herz und Kreislauf 452 – Psychische Störungen 452	

## Krankenpflege im Haus · 453

*Maria Vogel*

Der Kranke und seine Betreuung . . . . .	455
Warum wird zu Hause gepflegt? . . . . .	455
Wer soll die Hauspflege übernehmen? . . . . .	457
Ein Tagesablauf im Krankenzimmer . . . . .	458

Die räumliche Umwelt des Kranken . . . . .	461
Das Krankenzimmer, seine Lage, Einrichtung und Reinigung . . . . .	461
Das Krankenbett . . . . .	464
Hilfsmittel am Bett . . . . .	466
Die Hausapotheke . . . . .	469
 Körperpflege . . . . .	 473
Die Reinlichkeit . . . . .	473
Ganzwaschung im Bett . . . . .	474
Das Reinigungsbad . . . . .	476
Was trägt der Kranke im Bett? . . . . .	477
Betten, Umbetten, Heben, Tragen und Führen des Kranken . . . . .	479
Pflege und Verhütung des Wundliegens . . . . .	482
Lungenentzündung und ihre Verhütung . . . . .	484
Mund- und Zahnpflege . . . . .	485
Die Haarpflege . . . . .	486
Die Ausscheidungen des Kranken . . . . .	487
 Der Arztbesuch . . . . .	 493
Vor Eintreffen des Arztes . . . . .	493
Verhalten während des Arztbesuchs . . . . .	493
Wenn der Patient ins Krankenhaus muß . . . . .	495
 Die Krankenernährung . . . . .	 496
Wenn der Arzt Diätvorschriften gibt . . . . .	496
Was soll der Kranke trinken? . . . . .	497
Hinweise für die Zubereitung der Nahrung . . . . .	498
Wie sollen Mahlzeiten hergerichtet werden? . . . . .	500
Das Auftragen, Zureichen und Füttern der Speisen . . . . .	500
Die künstliche Ernährung . . . . .	502
 Praktische Pflegemaßnahmen . . . . .	 503
Medikamente (Arzneimittel) . . . . .	503
Temperaturmessung . . . . .	509
Pulsbeobachtung . . . . .	511



Wickel, Umschläge, Packungen, Kompressen . . . . .	513
Einreibungen . . . . .	517
Massage . . . . .	517
Gymnastik . . . . .	519
Verbände . . . . .	521
Einträufelungen und Spülungen . . . . .	523
Einläufe . . . . .	525
Inhalationen . . . . .	527
Medizinische Bäder . . . . .	529
Sauna . . . . .	530
Anwendungen nach Kneipp . . . . .	532
Trockene Wärme . . . . .	534
Bestrahlungen . . . . .	535
Desinfektion . . . . .	536
Pflege und Hilfe in besonderen Fällen . . . . .	539
Pflege bei verschiedenen inneren Krankheiten . . . . .	539
Pflege von Infektionskrankheiten . . . . .	541
Schwangere und Wöchnerinnen . . . . .	543
Das kranke Kind . . . . .	545
Der alte Mensch . . . . .	547
Hilfen für Körperbehinderte . . . . .	548
Der geistig-seelisch Behinderte . . . . .	551
Der Genesende . . . . .	553
Die seelische Führung des Kranken . . . . .	554
Takt am Krankenbett . . . . .	554
Der Krankenbesuch . . . . .	556
Gesundung durch Mithilfe des Kranken . . . . .	558

**Bevor der Arzt kommt · 561**

*Walter Stoeckel*

Erste Hilfe bei Unfällen und plötzlichen Erkrankungen . . . . .	563
Unfälle, Notfälle, plötzliche Erkrankungen . . . . .	564
Maßnahmen zur Ersten Hilfe . . . . .	600

<i>Gerhard Venzmer</i>	Ärztliche Verrichtungen und Geräte . . . . .	611
	Untersuchungen am Krankenbett . . . . .	611
	Diagnostische und therapeutische Eingriffe . . . . .	613
	Laboruntersuchungen . . . . .	618
	Technik im Dienste der Medizin . . . . .	619
<i>Anni Voß</i>	Diätformen . . . . .	624
	Diät bei Magenerkrankungen . . . . .	625
	Diät bei Darmerkrankungen . . . . .	632
	Diät bei Leber- und Gallenleiden . . . . .	634
	Diät bei Nierenerkrankungen . . . . .	640
	Diät bei Gicht und Rheuma . . . . .	643
	Diät bei Herz- und Kreislaufkrankheiten . . . . .	644
	Diät bei Zuckerkrankheit (Diabetes) . . . . .	645
	Diät gegen Fettsucht. . . . .	647
	Diät bei Abmagerung und Erschöpfung . . . . .	648
	Diät bei Fieber . . . . .	649
	Hinweise für die Diätküche . . . . .	650
<i>Tonina Müschenborn</i>	Kuren. . . . .	652
	Die verschiedenen Badekuren . . . . .	653
	Weitere Kurformen . . . . .	659
	Der Patient und seine Kur . . . . .	663
	Heilweisen . . . . .	666
	Der Weg zur modernen Medizin . . . . .	666
	Heilweisen der naturwissenschaftlichen Medizin . . . . .	667
	Naturheilkunde und Homöopathie . . . . .	670
	Besondere Heilweisen . . . . .	672
	Psychotherapie . . . . .	674
	Wer heilt, hat recht . . . . .	675
<i>Franz Friese</i>	Arzt und Patient. . . . .	677
	Vertrauen zwischen Arzt und Patient . . . . .	678
	Die Arztwahl . . . . .	679

Arzt und Recht . . . . .	682
Der ideale Patient . . . . .	683

**Unsere soziale Sicherung · 685**

Sozialversicherung . . . . .	687	<i>Rudi Schock</i>
Kriegsopferversorgung . . . . .	697	
Mutterschutz . . . . .	698	
Private Krankenversicherung . . . . .	699	<i>Helmuth Köbrer</i>
Sozialhilfe . . . . .	701	<i>Alfred Rainer</i>
Die freie Wohlfahrtspflege . . . . .	703	
Der öffentliche Gesundheitsdienst . . . . .	705	
Das Müttergenesungswerk . . . . .	708	
Die Krankenversicherung in Österreich . . . . .	709	<i>Helmuth Köbrer</i>
Die Krankenversicherung in der Schweiz . . . . .	710	
Medizinische Fachausdrücke und ihre deutsche Bedeutung	712	
Register . . . . .	718	
Verzeichnis der Farbtafeln . . . . .	735	