

wie man der Rauchsucht der Jugendlichen vorbeugen und das Rauchs-laster der Erwachsenen behandeln soll. Besonders begrüßenswert ist Prof. Rasemanns Hinweis auf die Zusammenhänge des Rauchens mit dem Fleisch-, Alkohol- und Kochsalzgenuß. Damit berührt der Verfasser auch die volkswirtschaftliche Bedeutung unserer Laster, eine Sache von größter Wichtigkeit in unserer Zeit. Die Schrift dieses ausgezeichneten, freimütigen Gelehrten mit dem warmen Herzenston eines wohlmeinenden Volksfreundes und eines Arztes von hohem Pflichtgefühl und wahrem Standesbewußtsein wendet sich natürlich nicht nur an den engeren Kreis der Ärzte, sondern an den Menschen schlechthin.



## Wie schützen wir unsere Augen?

Es gibt eine ganze Reihe von Augenerkrankungen, die sich bei einiger Achtsamkeit vermeiden lassen. Die häufigsten Erkrankungen des Auges sind die Bindehaut- und Lidentzündungen. Durch sachgemäße Pflege des äußeren Auges könnten gerade derartige Entzündungen im weitgehenden Maße verhindert werden. Vor allem ist sorgfältiges Waschen mit reinem Wasser notwendig mindestens einmal am Tage, und zwar morgens. Sonst übt die Absonderung von Schleim und Tränen, die zu festen Borken verkrustet, dauernde Reize auf die Schleimhäute aus. Ferner sollte man nach Möglichkeit den Aufenthalt in rauchigen Räumen vermeiden. Der Rauch reizt ebenfalls die Bindehäute der Augen. Die Bindehautentzündung kann chronisch werden, wenn die Schädigung des Auges häufig eintritt. Daraus können sich leicht noch ernstere Komplikationen ergeben: Hornhautentzündung und Geschwüre.

Chronische Entzündungen der Bindehäute und der Lidränder können auch auf Brechungsfehler des Auges zurückzuführen sein. Es handelt sich hier z. B. um Übersichtigkeit, Verkrümmungen der Hornhaut u. a.

Besonders heftige Bindehautentzündungen entstehen dann, wenn Eitererreger in das Auge gelangen. In der Hauptsache werden die Eiterbazillen durch Handtuch, Schwamm, Waschwasser übertragen, wenn die Augen damit in Berührung kommen. Es kann nicht nachdrücklich genug die größte Sauberkeit gefordert werden. Vor allem sollten Kranke, die mit eitrigen Geschwüren, Entzündungen oder mit Katarakten behaftet sind, ihr eigenes Waschzeug benutzen.

Solche Menschen sollten auch nicht in die öffentlichen Bäder gehen. Sie stecken nur die andern Badenden an. Durch bessere Reinigung, Desinfektion, häufigen Wechsel des Badewassers hat man die Ansteckungs-gefahr sehr vermindert.