

Werk und Unterricht (Teil 1)

Aus den Jahren 1902 bis 1907 sind durch Zufall einige aus einem Schreibheft herausgerissene Seiten mit Aufzeichnungen erhalten geblieben, die Hedwig Andersen sich über den Unterricht an ihren Patienten gemacht hat. Sie mögen dieses Kapitel einleiten; denn es dürfte kein eindrücklicheres Zeugnis als diese Stunden-Notizen für die ersten Arbeitsjahre geben:

Was für Menschen mit welchen Beschwerden suchten die Hilfe der beiden Frauen; mit welchen Mitteln arbeiteten sie damals; und was war ihnen wichtig. Hedwig Andersen wurde auf der Basis der Koflerschen Atemübungen zur Atemtherapeutin (in Zusammenarbeit mit Ärzten) und später zur Sprechlehrerin, während Clara Schlawffhorst immer Gesangslehrerin war und blieb (das hier wiedergegebene Plakat der ersten Berliner Jahre weist beide in ihren spezifischen Arbeitsrichtungen aus).

Das Wenige und die Einfachheit des Angebotenen in den Aufzeichnungen und die dennoch so großen Wirkungen, die davon ausgingen, mag manchen erstaunen. Wir Heutigen sollten uns bei der Mannigfaltigkeit des Überkommenen immer wieder auf die einfachsten Grundgedanken besinnen, die vor 80 Jahren schon notiert wurden: daß es auf die sanfte Beeinflussung der Ausatmung ankommt; daß die Einatmung ohne Willkür mit der vereinten Kraft der Atemmuskulatur zu geschehen habe; und daß das Atemgeschehen und alle unsere Bewegungen zum dreiteiligen Rhythmus zurückzuführen seien. Eine Eldinger Schülerin bestätigte dies 1981 nach ihren ersten Unterrichtsversuchen, indem sie schrieb: „Es ist erstaunlich, wie wenig nötig ist, daß ein Mensch anfängt zu strahlen und sein verbissenes Gesicht plötzlich losläßt. Unsere Arbeit ist so unendlich wertvoll.“

[Plakat: Berlin, ca. 1900]

Aufzeichnungen von Hedwig Andersen

(Fragmente auf 17 losen Blättern, 1902-1907)

Frl. M. H. aus Braunschweig, 26 Jahre alt. Durch falsches Singen sehr nervös und unglücklich geworden.

d. 27. Jan. 1902 - 1. Stunde nur untersucht und erklärt. Atmung für gewöhnlich anscheinend ziemlich natürlich. Scheint Verständnis und Interesse zu haben und logisch denken zu können.

d. 29. Jan. - 2. Stunde. Mit Übungen im Liegen angefangen, war ziemlich natürlich in der Einatmung, zog sich aber bei der Ausatmung zu sehr zusammen, besonders Flanken und Magengegend. Klagte, daß sie sich immer hat bemühen müssen, die Luft zu halten beim Singen, es ihr aber nie gelungen ist. Daß sie das Gefühl von Beengung und Belastung stets und besonders beim Singen hätte. Wie ein Brett vorm Magen und auf der Brust. Hat nach dem Singen nie etwas essen können. Ist in letzter Zeit sehr abgemagert und blaß geworden. Begriff nun sehr schnell die Ausatmung ohne mitzuhelfen, fand sich wohler und glücklicher dabei. Ich übte Komprimieren an den Lippen mit ihr; es gelang etwas. Gemessen Hals oben 33 ½, unten 38. Brust oben 82-85, Mitte 81-85 (hier am meisten abgemagert), Taille 68-70. Arm rechts 25, links 24 ½.

d. 1. Febr. - 3. Stunde. Kam sehr vergnügt, die „Bretter“ wären fort. Empfindet den Druck des Leibchens schon sehr unangenehm. Atmung viel besser, auch mehr Ausdehnung. Ließ noch Übung I und Übung III (nach Kofler; Anmerkung der Redaktion) machen. Heute gar keine Hindernisse.

d. 5. Febr. - 4. Stunde und 8. Febr. - 5. Stunde geht gut vorwärts, freut sich über jedes bißchen Loslassen, dehnt sich mächtig aus, hat sich bereits Brustgürtel gekauft.

d. 19. Febr. - 6. Stunde. Im Stehen. Sehr krampfhaft im Leib, zieht ihn mit Gewalt ein beim Ausatmen. Hat es bei ihrer Lehrerin so machen müssen, obgleich es ihr stets namenlos schwer war. Ist glücklich, daß alle diese Anstrengungen fortfallen.

d. 22. Febr. - 7. Stunde. Kann nun den Druck des Kleidpasses nicht aushalten, wird sich gleich Reformkleid anschaffen, sieht schon munter in den Augen aus, fühlt sich wohl, kann tüchtig essen, geht gut vorwärts.

d. 26. Febr. - 8. Stunde. Kann immer noch nicht fassen, daß sie sich so wenig anstrengen soll, fällt natürlich noch oft in die alte Gewohnheit des Pressens. Ausatmen auf f, s, sch.

d. 1. März - 9. Stunde. Preßt wieder zu sehr auf f, s, atmet noch zu heftig ein. Wurde wieder loser, lachte viel, was aber noch krampfhaft bei ihr ist. Sollte Flüsterübung auf e machen, konnte nicht. Hat nie flüstern können.

d. 5. März - 10. Stunde. Sprachübungen gemacht wieder mit zuviel Druck von der Brust gegen den Kehlkopf. Ich ließ sie viel loser und leiser sprechen, was ihr viel bequemer war. Sagte, sie hätte stets beim Sprechen Druck und Schmerzen im Halse gefühlt.

d. 8. März - 11. Stunde. Fühlt noch Ohnmacht in der Magengegend, kann aber nicht mehr drücken. Übt sehr gut und gewissenhaft, kann bereits flüstern, wird immer loser, ist auch im Kreuz immer loser geworden. Sprachübungen sehr gut. Farbe viel besser.

d. 12. März - 12. Stunde. versuchte heute tönend auszuatmen auf n. War sehr erstaunt, daß sie nicht mit der Zunge drücken sollte. Ebenso beim l, fand es viel bequemer so mit schlaffer Zunge, hat den Kiefer schon bedeutend loser, freut sich, daß wieder eine Anstrengung weniger nötig wäre.

d. 15. März - 13. Stunde. Fühlt selbst, daß der Leib ganz unten noch nicht los ist. Übt aber immer fleißig und mit ganz guter Idee. R, W durchgenommen.

d. 22. März 1902 gemessen: Hals oben 34, unten 39 cm. Brust oben 83-87 ½, Mitte 83 ½-88, Taille 69-74 ½ cm. Arm rechts 25, links 24 ½ cm.

d. 15. Juli 1902 wieder gemessen: Hals oben 34, unten 38 cm, Brust oben 84-88 ½, Mitte 84-87, Taille 71-76 cm, Arm rechts 25, links 24 ½. Fing an zu singen, hat nur noch immer eine Stunde bei mir nebenbei gehabt. Hat noch viel durchgemacht, sah lange sehr elend aus. März 1903 großes Geschwür im Munde am Gaumen. Fuhr nach Hause, kurierte es aus. Hat sehr viel mit Nervenzuständen zu tun. Alles krampfhaft veranlagt, und bei jedem Loswerden stellen sich heftige Krisen ein. Im März 1904 ist ihr wieder alles zu eng von ihren Kleidern, besonders im Schultergürtel und Oberarmen.

... versuche mit ihr Ausatemübung f, s, dann tönend n und w, erklärte ihr die

Stimmbandtätigkeit und die Notwendigkeit, beim Sprechen gut auszuatmen. Sie sagte, daß sie sehr viel hätte niesen müssen.

d. 12., vierte Stunde. Erzählte heute, daß sie gestern abend, wahrscheinlich infolge von lebhaftem Sprechen, Asthma bekommen, sogleich Übungen gemacht hätte, worauf das Asthma sofort weg gewesen. Später noch einmal Asthma und wieder durch Übungen beseitigt. Trotzdem hat sie dummerweise zur Nacht noch „Rauch gemacht“, um ganz sicher zu sein, daß sie heute wohl ist, weil sie allerlei vorhat zu heute. In der Stunde alle Konsonanten ausgeatmet. Flüsterüb. auf a und e, tönend werden Kieferbewegungen geübt, „Anna nahm Ananas“. Kiefer beim Sprechen sehr fest zu, Stimmbänder wahrscheinlich auch.

d. 14., fünfte Stunde. Viel sprechen lassen, wenig Resonanz vorhanden. Asthma wieder besser.

d. 17., sechste Stunde. Klagte wieder über Asthmabeschwerden, atmete auch sehr schwer und mit großer Gewalt in den Flanken ein. Arbeitete sehr viel mit Atem-, Körper- und Sprechübungen, wobei die Stimme oft verschleimt klang. Es löste sich also Schleim aus den Bronchien, der aber sehr schwer herauszubringen ist. Geh-Übungen, Treppensteigen geübt. Der ganze Körper ist steif, und krampfhaft beanlagt. In den sechs Wochen wird nichts zu erreichen sein.

d. 21., siebente Stunde. Erzählte heute, daß das Asthma neulich immer schlimmer geworden sei, bis sie es nicht mehr aushalten konnte und Rauch gemacht, nachmittags um 3 Uhr. Hat aber nicht viel geholfen. Abends zum Schlafen nochmals Rauch gemacht, worauf am anderen Tag soviel Schleim sich gelöst hat wie noch nie, und das Asthmagefühl vollkommen fort. Glaubte, sich erkältet zu haben, weil auch „Schnupfen“ vorhanden war, alles dieses aber ganz schnell wieder vorübergegangen, so daß es ganz anders wie sonst und auch kein Bronchialkatarrh daraus geworden, wie sie schon fürchtete. Ich überzeugte sie endlich, daß es keine Erkältung wäre, sondern Folge unseres Arbeitens, worüber sie sehr erstaunt war.

d. 24., achte Stunde. Viel ruhiger in den Flanken, der ganze Körper fühlt sich weicher und gelöster an. Wir machten viel Stimmübungen, wobei sich immer etwas Schleim löst. Sie sagte, daß sich jetzt des Morgens immer viel Schleim löste, was sonst nie der Fall gewesen wäre.

d. 28., neunte Stunde. Asthma ganz weg, dagegen sagte sie, sie wäre des Nachts aufgewacht über Hustenkitzel und hätte wohl zwei Stunden husten müssen, wobei viel Schleim herausgekommen wäre. Ist doch sehr erstaunt, wo der viele Schleim herkommt, da sie doch erst ganz fest überzeugt war, daß bei ihr kein Schleim vorhanden sei. Machen jetzt fortwährend Sprechübungen.

d. 3. März, zehnte Stunde. Fühlt sich trotz ungünstigen Wetters immer frisch und wohl. Ist unwohl gewesen, wobei, entgegen der sonstigen Gewohnheit, gar keine Asthmabeschwerden eingetreten.

d. 5. März, elfte Stunde. Hat manchmal scheinbaren Schnupfen gehabt, der aber sofort wieder weg war. Ist jetzt aber schon eher zu überzeugen, daß dies keine Erkältung, sondern Folge des Arbeitens ist, und sicher nur von den Sprechübungen herrührt. Sagt ja nicht viel von sich, fragt aber immer mehr voll Interesse nach allem, wundert sich, daß die Sache nicht mehr bekannt ist und daß die Ärzte sich so wenig darum kümmern. Meint, wir müßten ein großes Sanatorium haben, die Asthmatischen würden uns zuströmen von allen Seiten. Muß sich doch

also sehr gebessert fühlen. Spricht auch immer von einer Dame in Germersheim, die auch gerne kommen möchte, ob ich glaube, daß ich der helfen könnte. Ich kann natürlich nichts versprechen, sondern sage, daß es auf einen Versuch ankommt. Sie scheint also auch nach Hause geschrieben zu haben, daß es ihr zu helfen scheint.

d. 7. März, zwölfte Stunde

d. 10. März, dreizehnte Stunde. Brachte wieder Blumen, fühlt sich immer wohler. Wollte übrigens schon diese Woche abfahren statt in der nächsten, worüber ich sehr entsetzt, sagte nun aber, es wäre nur so ein aufsteigender Gedanke gewesen, weil sie keine Nachricht von zu Hause gehabt und sich auch mit ihrer Schwester, bei der sie wohnt, etwas erzürnt hätte. Bleibt nun aber doch bis zum Schluß. Machen hauptsächlich Sprechübungen.

d. 12. März, vierzehnte Stunde. Sagte, sie hätte sich wieder mal so eng gefühlt und Rauch gemacht, aber nur ganz wenig, und da wäre es auch sofort besser geworden. Wenn ich sie bloß überzeugen könnte, daß die Rauchmacherei nicht nötig ist, sondern daß es jetzt ihr viel mehr nützen würde, wenn sie sich durch Übungen frei machen würde.

d. 14. März, letzte Stunde. Beim Arzt gewesen und nochmal messen lassen und untersuchen. Hals oben 31, unten 36,6. Brust oben 80,3-77,5, Mitte 81,2-78,6. Taille 71,5-68. Tasterzirkel 18-16 Mitte, links 12-11 $\frac{1}{4}$, rechts 11,8-11,2. Lungenspitze rechts 7 $\frac{1}{2}$, links 7. Bronchialkatarrh fast fort, nur an einigen Stellen und ganz wenig piepsen zu hören. Lungen ...

Frl. H... R... war mehrere Wochen in der Privatklinik v. Eulenburg, kam dann zurück in ihre Wohnung Augsburgener Straße, wo sie sich weiter erholen soll. Hat längst große Sehnsucht nach Atemgymnastik, weil sie fühlt, daß dies das einzige ist, was ihr immer Kraft und Widerstandsfähigkeit gibt. Fühlt sich matter und elender, je länger sie daliegt, ohne daß eigentlich etwas für ihr Vorwärtskommen gethan wird. Da die Mutter bei ihr ist, die sehr ängstlich ist, wird mit den Atemübungen immer noch nicht begonnen, trotzdem ich auch finde, daß es höchste Zeit ist, um ihr vorwärts zu helfen. d. 20. Jan. kam ihre Schwester Else zu mir, um mich zu bitten, mit ihr zu Eul. zu gehen, um mit ihm Rücksprache zu nehmen wegen des Beginns der Atemübungen.

d. 23. Jan. gingen wir zu Eul., der erklärte, daß er sie erst noch mal untersuchen müsse, um zu sehen, ob es an der Zeit wäre zu atmen.

d. 25. Besuch bei R. gemacht, Eulenburg hat nichts dagegen, die Mutter aber hat Angst, da H. am Tage vorher wieder einen Herzanfall gehabt hat. Ich werde noch ein paar Tage vergehen lassen, dann frage ich nichts mehr nach der unvernünftigen Frau, sondern fange an. Kann das Kind nicht so hindämmern lassen, bis es zu spät ist.

d. 28. Jan. Heute die ersten Atemübungen mit H. gemacht. Sie wurde nach 5 Minuten müde, worauf wir aufhörten. Nur Ausatmung auf f, s, einmal tönend auf n gemacht. Ganz kraftlos. Muß viel Widerstandsübungen machen.

d. 29. Jan. Fühlte sich recht wohl, konnte schon ein paar Minuten länger aushalten.

d. 30. Jan. H. heute etwas deprimiert, hat in der Nacht Herzzustände gehabt, aber diesmal nervöse, wie sie sie gar nicht kennt.

d. 31. Jan. Heute war ich mit Clärchen dort, H. hat heftige Ohrenschermerzen gehabt des Nachts

und jetzt etwas Ausfluß aus einem Ohr. Die Mutter meint, Influenza mit Ohrkatarrh! Clärchen hat Gehübungen und Aufstehen mit ihr gemacht, und ihr An- und Abspannung erklärt. Es wird jetzt wohl noch mehreres Kranke bei H. zum Ausbruch kommen!

H. heute sehr frisch und wohl aussehend, was aber vor Aufsein schien, da sie eben vorher Besuch gehabt hatte. Beim Atmen wurde sie bald müde, ging dann ein bißchen auf und ab; ich ließ sie ein wenig die Arme heben, wobei ihr gleich schlecht wurde, sie legte sich hin und bekam etwas Zittern, zum Unglück kam die Mutter herein, wobei sie sich sofort beherrschte. Als ich wegging, war ihr wohler.

d. 5. Febr. H. gestern ausgefahren; ist ihr gut bekommen. Schief etwas, als ich kam. War in vorzüglicher Verfassung, folgte ausgezeichnet. Hatte heftige Thätigkeit in Leib und Zwerchfellgegend. Ich machte ihr klar, daß beim Einatmen Anspannung nur im Zwerchfell, daher nicht fühlbar, alles andere abgespannt. Darauf viel natürlichere Einatmung. Arbeitet 1/4 Stunde sehr gut. Sah frisch und natürlich aus.

d. 7. Febr. Kam gegen Abend hin und massierte leicht ihren Nacken, über den sie sehr klagt. Alles steinhart. Nach der Massage einige Widerstandsbewegungen mit dem Kopf, wonach sie den Kopf leichter bewegen und drehen konnte. Dann noch ein paar Atemübungen. Fühlte sich wohl.

d. 9. Febr. Bekam ich Absage, da H. unwohl. Darauf nicht mehr angefangen, weil die Alte doch zu verrückt ist.

F... Spandau, ? Jahre alt, Gewicht d. 30.1.04 118 Pfd. Lungenkrank. Hat mehrmals Blutung, auch einmal Blutsturz gehabt, rechter Lungenflügel obere Lappen z.T. zerstört. Sieht sehr elend und besonders deprimiert aus, ist sich über seinen Zustand ganz klar und daher sehr verzagt.

d. 30. November bei Fr. Frenzel gemessen: Lungenspitze rechts 4 cm, 1.6 ½, Hals oben 32 ½ unten 33 ½, Brust oben 80-83 ½ cm, unten 74 ½-77. Mit dem Tasterzirkel 1. 13 rechts 12 Mitte 16. Kehlkopfbreite 5,2, Oberarm r. 23 1. 22 ½, Körpergröße 165 cm. Danach erste Stunde bei mir. Atmung natürlich jammervoll. Überall steif, Leib unbeweglich, nur obere Brust keuchend und ganz kurzatmig in schnellen kleinen Stößen. Bei tieferer At. zieht er den ganzen Brustkorb krampfhaft in die Höhe. Ausatmen fast unmöglich. Alle Gelenke steif. Körper hundemager, Appetit unregelmäßig. Brachte ihm zunächst die Idee bei, daß der Leib sich auch ausdehnen müßte bei der Einatmung. Probierte das gleich im Sitzen, sagte ganz erstaunt, dann fühle ich aber nichts hier, wobei er auf die kranke Lunge zeigte. Im Liegen probiert, aber nur seitwärts nach links gedreht, da er auf dem Rücken liegend husten muß. Den rechten Arm über den Kopf gelegt. Im Liegen war eine Spur Leibtätigkeit vorhanden. Animierte ihn, mehr Tätigkeit da zu haben, erklärte ihm den Atemprozeß. Ist nervös, ohne es zu wissen. Kann kaum 2 Worte in einem Atem sprechen, so steif sind Lungen. Dann bleibt die Atmung förmlich stecken.

d. 3. Dez., zweite Stunde. Hat sich sehr bemüht, an Leibtätigkeit zu denken, kann aber natürlich noch nicht durchführen. Atmete entschieden etwas mehr aus und hatte auch kleinen Ruhemoment nach der Ausatmung. Leibtätigkeit zwar größer, aber noch äußerlich. Schadet aber nicht, wenn er nur erst von der Hochatmung abkommt. Fühlt bei dieser Atmung keinerlei Beschwerden oder Schmerzen. Hat besser geschlafen, d.h. ohne zu husten. Probierte Üb. I

und II, beide mit sehr vorsichtiger Einatmung, I ging leichter. Kam allmählich immer etwas mehr Luft heraus. Machte ihm klar, daß Ausatmen die Hauptsache wäre, schien sehr erstaunt darüber. Ließ ihn im Stehen Üb. VIII, Armheben nach oben und nach den Seiten machen, was er ohne Husten oder sonstige Unbequemlichkeiten konnte. Dabei kam schon ein ganz Teil Atmung heraus. Verreist für 14 Tage.

d. 14.5.07. Soll vor einiger Zeit gestorben sein. kam zu spät zu mir.

Frau E. K. aus Gernersheim in Bayern kommt am 1. Februar 1906 nach Berlin, um ihres Asthmaleidens wegen Atemgymnastik zu lernen. Hat am 3. Febr. erste Stunde. Kann eigentlich nicht schlecht atmen, d.h. atmet ziemlich tief aus und ein, aber mit Gewalt, und zieht beim Sprechen die Luft mit großer Kraft durch den Mund. Erklärte ihr die Atemtätigkeit und versuchte ihr deutlich zu machen, daß man dabei keine Anstrengung fühlen dürfe. Im Liegen Üb. III gemacht und ihr aufgetragen, auf die Nasenatmung zu achten beim Sprechen.

d. 7. Febr., zweite Stunde. Im Stehen geatmet, Üb. VI II. Es wurde ihr etwas klar, daß weder beim Ein- noch Ausatmen eine Anstrengung fühlbar sein müßte. Zieht sich beim Ausatmen furchtbar in den Flanken zusammen. Hat schon von anderen Menschen allerlei vom Atmen gehört und verschiedene Übungen mit großer Anstrengung gemacht. Auch den Leib zu sehr herausgestoßen beim Einatmen. Nachmittag zu Dr. Frenzel, gemessen und untersucht. Hals oben 31,4, unten 32,2, Brust oben 78-80,2, Mitte 77-80, Taille 69,4-70,1. Tasterzirkel Mitte 17 $\frac{1}{4}$ -19 $\frac{1}{2}$, rechts 11 $\frac{1}{2}$ -12, links 11 $\frac{1}{2}$ -12. Lungenspitze r. 7 l. 7 $\frac{1}{2}$. Arm r. 24 l. 22 $\frac{1}{2}$. Kehlkopf-Zungenbein 0,7. Kehlkopf-Brustbein 4,5, Kehlkopfbreite 5,6.

Hat auf der linken Seite des Kehlkopfs kleine Drüse sitzen, wodurch der Kehlkopf schief aussieht. Ursache des Asthmas ist chronischer Bronchialkatarrh, der noch vorhanden. Ziemlich starkes Emphysem, Lungengrenze 8. Rippe.

d. 10. Febr., dritte Stunde. Erklärte, daß sie heut in der Bahn zum ersten Mal wieder Asthma hatte. Übte gleich mit ihr im Stehen, Klopfübungen und Üb. 7, die ihr wohlthat. Wunderte sich, daß sie so gut atmen könne, da sie vorher doch so arg Asthma gehabt hatte. Ich ...

... grenze rechts unten nur noch 7. Rippe. Emphysem hat sich also vom obern Rand der 8. Rippe bis zum untern Rand der 7. Rippe zurückgebildet. Für 6 Wochen immerhin eine beträchtliche Besserung. Sie selbst war sehr froh über den Erfolg, da ihr doch bisher noch nie etwas geholfen hat von all den Kuren, die sie schon probiert. Doktor Frenzel war auch erstaunt, sagte auch, daß er eine ganz bedeutende Besserung fände. Zugleich war auch Miss K. da, deren Bronchitis auch innerhalb 4 Wochen bedeutend gebessert ist. Nachm. nun noch mit Frau K. die Hauptübungen durch und zeigte ihr auch noch Einatmungsbewegungen mit Ausatmungstätigkeit und umgekehrt. Sie bedankte sich herzlich und tausendmal, als sie ging.

d. 14.5.07 hat mir geschrieben, daß ihr Asthma stetig besser geworden und daß sie im Juni 1906 (zum ersten Mal seit 12 Jahren) keinen Heuschnupfen gehabt.

Fräulein H. K. aus Danzig, 28 Jahre alt.

d. 8. Jan. 1902, erste Stunde. Wiegt 87 Pfund. Hals oben am Kinn 29 cm, unten 36, Brust oben

(über Hemd und Wollhemd gemessen): 72 bis 74 ½, Mitte 71-74, Taille 59-63, Arme 21 cm. Sehr nervenkrank, Mutter an Schwindsucht gestorben. Hat selbst Spitzkatarrh und zweimal Lungenentzündung gehabt, doch sollen Lungen im Moment ganz gesund sein. Total blutarm. Hat alle Nervenzustände, die es gibt, Gedanken vergehen ihr, vergißt alles, bekommt plötzlich steifes Bein, oder Arm. Magen ist gesenkt, hat so weiche Wände, daß sie nichts Hartes essen darf, um nicht die Magenwand zu durchstoßen. Ließ sie nur im Liegen auf f, s, sch ausatmen, was die Einatmung sehr anregte und sie nicht anstrengte. Zuletzt ließ ich bei tiefer Einatmung einen Moment anhalten, was sie so müde machte, daß sie glaubte, schlafen zu können. Ich ließ sie liegen, sie schlief aber nicht ganz fest ein.

d. 11., zweite Stunde. Da sie so mager ist, daß sie vom Liegen Schmerzen bekommt, ließ ich sie im Sitzen atmen. Ihre Atmung ist nicht gerade unnatürlich (trägt schon lange kein Korsett), aber sehr schwach und unzulänglich. Schläft nachts fast garnicht, habe ihr gesagt, sie soll sich durch Atemübungen einschläfern.

d. 14. Jan., 3. Stunde. Befindet sich ganz munter. Machte Geh- und Stehübungen und Widerstandsübungen mit ihr, die ihre Atmung sehr anregten. Bekam durch Heben auf den Fußspitzen warme Füße. Klagte sehr über kalte Füße und Frieren.

d. 17. Jan. Klagt über Schmerzen im Gesicht und Kopf linksseitig, wo sie früher Eiterungen und Operation in Kieferhöhle gehabt. Massierte sie ganz leicht, war ihr angenehm.

d. 21. Jan. Erzählte, daß Kopf- und Gesichtsschmerzen ganz fortgeblieben; versuchte Armbewegungen mit ihr, bekam aber gleich Schmerzen in den Oberarmen. Atmen im Stehen versucht, sehr schwach, ließ sie vorbeugen und langsam aufrichten, was sehr anregte.

d. 22. Jan. War aufgeregt, sprach nur von der Katastrophe in Lüneburg, wobei sie teils vor Aufregung, teils vom schlechten Einatmen durch den Mund ganz stockheiser wurde.

d. 24. Jan. War sehr mobil, sagte, sie könne essen, ohne zu würgen, und wäre gestern im Theater gewesen, ohne Kopfschmerzen zu bekommen.

d. 27. Jan. Klagte über Frost, weil draußen ziemlich kühl, ich ließ sie Hebungen auf Fußspitzen und Kniebeugung machen, worauf Füße wärmer wurden. Dann Körperbewegungen, Armheben, dann Widerstandsübungen mit den Händen und Massage und Reiben der Finger, worauf diese auch warm wurden. Dann Hinlegen, kleine Atemzüge, und Behandlung der Zwerchfellgegend, aber nur über der Unterkleidung. Sagte, daß sie in letzter Zeit öfter in der Gegend geschwollen wäre und Schmerzen hätte, auch schlecht geschlafen. Die Behandlung that ihr sehr wohl, sie wurde warm und behaglich. Sagte auch, daß ihre Verdauung in letzter Zeit nicht sehr gut wäre, Appetit aber gut, sie ißt soviel, wie seit langem nicht. Stand aber nach 15 Minuten auf und mußte aufs Klosett. Ihr Leibchen ist ihr bereits um 3 cm zu eng geworden; hat sich wiegen lassen, wiegt jetzt 96 1/2 Pfd., rechnet aber auf Kleider circa 6 Pfd., also ungefähr 5 Pfd. Gewichtszunahme.

d. 30. Jan. Kam trotz scharfen kalten Ostwindes sehr frisch und ohne zu frieren, mit warmen Füßen an. War sehr vergnügt, hat die letzten Nächte prachtvoll geschlafen, stets gut gegessen, alles bei sich behalten, keine Schmerzen gehabt, fühlt sich ausgezeichnet momentan. Hat auch schon etwas mehr Kraft. Und das Leibchen ganz ausgezogen, weil es zu eng wird. Sprachübungen gemacht, die sie sehr zum Atmen anregten.

d. 3. Febr. 1902. Andauernd besser, Schwäche in den Knien. Massierte dieselben. Ich legte sie

zu Bett und gab ihr noch eine Tasse Griessuppe zu trinken, die sie auch bei sich behielt. Lag ganz ruhig und schlief auch ein Weilchen. Stand dann auf, trank noch eine Tasse Griessuppe und ging nach Hause. Hatte großen Hunger, aß gleich Mittag, das sie auch bei sich behielt. Von jetzt ab Magen vorläufig wieder in Ordnung, kann alles essen und muß nicht würgen. Kopfschmerzen sind auch wieder besser, nur ab und zu heftige Stiche.

d. 17. Febr. Ziemlich mobil, etwas steifen Hals, links vom Hinterkopf abwärts viel Nervenknötchen; massierte sie etwas. Hat oft Hunger. Fühlt sich viel müde, wenig Lust zum Gehen, möchte viel schlafen. Endlich scheint der Krampf los zu werden.

d. 20. Febr. Hat schlecht geschlafen, daher ziemlich matt. Massierte sie am Halse und ließ sie dann liegen. Sah etwas verstört aus.

d. 1. März. Ist bei Eulenburg gewesen, der ihr zunächst Mastkur im Liegen verordnet hat, muß nun vorläufig aufhören, mit ihr zu arbeiten.

Hat mit Frl. Parmentor weiter geatmet, ist dann später abgereist, hat sich ihren Wohltätern gegenüber ziemlich dumm betragen, ist jetzt verheiratet! mit Herrn v. T., ihrem früheren Principal!!!

Frl. K. R., 16 Jahre alt.

d. 6. März 07 von Dr. Frenzel gemessen. Hals oben 32, unten (schwer zu messen, weil zu kurz) 34,2. Brust oben 85-88,2, Mitte 89,5-94, unten 77,5-82. Arm links 29, rechts 29,2. Tasterzirkel Mitte 15 $\frac{3}{4}$ -18, l. 11-12, r. 11-12. Kehlkopfbreite zu kurz, läßt sich nicht messen. Kehlkopf-Brustbein 6,1, Lungenspitze r. 6,6, l. 6,5. Lunge gesund. Stimmbänder schließen, sind aber etwas gerötet. Neigt zu Erkältungen, hat alle Augenblicke Luftröhrenkatarrh. Ist entschieden blutarm mit Neigung zur Verfettung. Bekam bereits nach 14tägigem Arbeiten sehr heftigen Schnupfen, der aber anders als sonst auftrat und verlief. Reiste Ostern nach Berlin.