

4. Das 19. Jahrhundert - Vor-, Früh- und Hochindustrialisierung -

4.1. Die Wandlung der Gesellschaft im 19. Jahrhundert

Der Prozess der Industrialisierung mit seinen unterschiedlichen Phasen umfasste in Deutschland mit den Jahren der Vor-, Früh- und der Hochindustrialisierung das gesamte 19. Jahrhundert und fand mit dem Ausbruch des Ersten Weltkriegs 1914, dessen Ende gleichzeitig das Ende des Deutschen Kaiserreiches war, seinen historischen Abschluss.¹¹⁰ In diesem Jahrhundert des Übergangs vom Feudalismus zum Kapitalismus vollzogen sich weit reichende Umgestaltungen von Gesellschaft und Wirtschaft, die im Wesentlichen von der Bevölkerungsentwicklung als einem Basisprozess des sozialen Wandels bestimmt wurden. In vielen deutschen Ländern kam es bis 1840 zu einer Zunahme der Einwohnerzahlen, in wachstumsintensiven Regionen sogar zu einer Zunahme von 80 – 120 %.¹¹¹ Nach Wehler erwies sich die Aufnahmekapazität der deutschen Gesellschaft aber nur bis in die 1830er Jahre soeben noch als ausreichend. Mit dem Anwachsen der Bevölkerung wuchs auch die Anzahl der alten Menschen und damit ihr Anteil an der Gesamtbevölkerung.¹¹²

Durch die Verbreitung von Industriebetrieben wandelten sich die Städte zu industriellen Zentren, in denen die Lebens- und Arbeitsbedingungen der Menschen durch beengte und unhygienische Wohnverhältnisse, durch lange Arbeitszeiten, schlechte Entlohnung und unzureichende soziale Absicherung gekennzeichnet waren. Auch Formen der Altersversorgung begannen nur sehr langsam sich durchzusetzen.¹¹³

Neben dem gesellschaftlichen Wandel, dem weiteren Vordringen des Bürgertums und der Entstehung der neuen Klasse des Industrieproletariats, das sich vor allem seit den 1860er Jahren herausbildete, war diese Epoche auch gekennzeichnet durch die Weiterentwicklung der Naturwissenschaften, wo sich neben den technischen Veränderungen auch ein zunehmender medizinischer Fortschritt beobachten ließ.¹¹⁴ Man kann sagen, dass sich innerhalb dieser wachsenden Bevölkerung sozialhistorische und soziokulturelle Prozesse mit starken politischen Folgewirkungen und weit reichenden Aus-

¹¹⁰ Wehler HU. Deutsche Gesellschaftsgeschichte. Bd. 2: Von der Reformära bis zur industriellen und politischen "deutschen Doppelrevolution" 1815 - 1845/49. München, 1996:503.

¹¹¹ Ebd.:548.

¹¹² Ebd.: 549.

¹¹³ Boch R. Staat und Wirtschaft im 19. Jahrhundert. München, 2004:47.

¹¹⁴ Ebd.

wirkungen auf das in dieser Zeit vorherrschende Altersbild vollzogen.¹¹⁵

Zum Ende des 19. Jahrhunderts hin hatten sich im Deutschen Reich eine prosperierende Wirtschaft und ein beginnendes sozialstaatliches System entwickelt. Für die Jahre von 1895 – 1913 sprechen Historiker auch von einer wirtschaftlichen Hochkonjunktur. Es entwickelten sich gerade in den Städten neuartige Lebensbedingungen und Verhaltensweisen, die einhergingen mit einer Verbesserung der Lebensqualität.¹¹⁶

4.2. Die Entwicklung der Medizin

Parallel zu den oben geschilderten gesellschaftlichen Veränderungen und den Fortschritten der Naturwissenschaften wie der Chemie und der Physik zu empirischen Experimentalwissenschaften¹¹⁷ vollzog sich die Entwicklung der Medizin zu einer Disziplin, in die zunehmend naturwissenschaftliche Methoden Einzug fanden. So stellten die Wiederentdeckung der klinischen Beobachtung und die physikalische Diagnostik Entwicklungsschritte hin zu einer naturwissenschaftlichen Medizin dar.¹¹⁸

Doch gerade auch in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts kam es zu sehr großen Fortschritten in der Grundlagenforschung wie der mikroskopischen Anatomie, der Physiologie, der Pathologie und der Pharmakologie, die im weiteren Verlauf der Epoche noch weiter ausgebaut wurden. Schon in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts begann die Suche nach den Erregern von Infektionskrankheiten (Contagium vivens); die grundlegenden bakteriologischen Entdeckungen geschahen erst zum Ende des Jahrhunderts.¹¹⁹

Diese große Erweiterung medizinischen Wissens nun führte im Gegensatz zum ganzheitlichen Konzept der Aufklärung zu einer Entwicklung der Medizin in unterschiedliche Fachgebiete, die im Wesentlichen durch die Unterteilung in chirurgische und nicht-operative klinische Spezialfächer bestimmt war.¹²⁰

Neben den diagnostischen und therapeutisch-operativen Möglichkeiten kam zum Ende dieser Epoche aber auch der sich entwickelnden Pharmakotherapie in der Therapie von Krankheiten eine bedeutende Rolle zu. So konnten beispielsweise ab 1831 das Chlo-

¹¹⁵ Wehler HU. Deutsche Gesellschaftsgeschichte. Bd. 3: Von der "Deutschen Doppelrevolution" bis zum Beginn des Ersten Weltkrieges. München, 1995:518.

¹¹⁶ Boch 2004:49.

¹¹⁷ Eckart W. Geschichte der Medizin. Berlin/Heidelberg, 1990:204.

¹¹⁸ Ackerknecht 1992:103.

¹¹⁹ Ebd.:111.

¹²⁰ Eckart 1990:235.

roform oder ab 1853 die Azetylsalizylsäure dargestellt bzw. produziert werden¹²¹, Therapiemöglichkeiten, die in der Folge zu einer steten Zunahme der Medikalisierung der Bevölkerung führten.¹²²

4.2.1. Gesundheit und Krankheit

Auch zu Beginn des 19. Jahrhunderts wurde die Gesundheit als derjenige Zustand begriffen, der dem natürlichen Zustand des Menschen ohne jede Einschränkung und ohne jeden Mangel entsprach. Krankheit dagegen wurde als widernatürlicher Zustand angesehen, der nicht die eigentliche Natur des Menschen war.¹²³

Die Vorstellungen zu Gesundheit und vorsorgenden Maßnahmen veränderten sich im Laufe dieser Epoche in nachdrücklicher Weise, die traditionellen Behandlungsmaßnahmen und auch die romantischen Gesundheitskonzepte¹²⁴ wurden mehr und mehr von einer spezialisierten Hygienewissenschaft abgelöst. Bergdolt drückt es so aus, dass am Ende des Jahrhunderts „...die Hygiene zur Technik und die Diätetik zur Diät“ reduziert worden war und dass es noch schwieriger wurde, „moralphilosophische, pädagogische und spirituelle Aspekte“ der Gesundheit mit den in Mode kommenden naturwissenschaftlichen Paradigmen zu vereinen.¹²⁵

Einer der wesentlichen Begründer dieses Paradigmenwechsels war Rudolf Virchow, der Gesundheit und Krankheit über den Zustand der Körperzellen definierte und ferner den Gesundheitsbegriff eng mit Normwerten verband, was in der Konsequenz dazu führte, Gesundheit zu definieren als „Das Sich-im-statistischen-Mittel-Befinden aller Einzelparame-ter“.¹²⁶

Um die Mitte des 19. Jahrhunderts lässt sich überhaupt ein neuer Aspekt in der öffentlichen Diskussion medizinischer Fragen beobachten. Seit dem Beginn der Neuzeit und der fortschreitenden Etablierung der protestantischen Ethik hatte die Gesundheit als Voraussetzung für Arbeitsfähigkeit und Leistungsbereitschaft eine immense Aufwertung erfahren. Dieser Gesundheitsbegriff wurde aufrechterhalten und erlangte zu Beginn des Jahrhunderts zunächst die Bedeutung bürgerlicher Tüchtigkeit.¹²⁷

¹²¹ Ebd.:217.

¹²² Eckart 1990:206.

¹²³ Oeggel G, Röschlauf A. Aufgaben der Hygiene. Hygiea 1805; 2: 308-311.

¹²⁴ Gesundheit als Gleichgewicht zwischen Selbstbestimmung des Lebens von innen und Bestimmbarkeit von außen (siehe Bergdolt 1999:302.).

¹²⁵ Bergdolt 1999:303.

¹²⁶ Zitiert nach Ebd.

¹²⁷ Zens 1993 (<http://www.zens.at/veroeffentlichungen/veroeffentlichungen.html>, 21.4.04).

Doch das Postulat der Gesundheit wurde im Zuge dieser Entwicklung auf breite Bevölkerungsschichten ausgedehnt, wobei neben der Aufgabe der medizinischen Volksaufklärung nun auch die Durchsetzung bestimmter Hygienestandards in den Fokus rückte.¹²⁸

So wurde der Gesundheitsbegriff von nun an zunehmend in einem sozial-politischen Zusammenhang gesehen und die Gesundheit an sich wurde ein Thema der Sozialpolitik. Das Wohlergehen der Menschen sah man durch „natürliche“ bzw. unverschuldete Krankheiten wie etwa Seuchen aber auch durch selbstverschuldete Leiden gefährdet. Dieser neue Gesundheitsbegriff lieferte wiederum je nach Ausprägung die Grundlage für die jeweilige Legitimation von Präventionsforderungen und Präventionsleistungen.
129

So setzte sich Ende der 40er Jahre des 19. Jahrhunderts die allmähliche Vorstellung durch, dass die Gesundheit ein Naturrecht sei, dessen Realisierung in der Hand des Staates liege, eine Vorstellung, die sich schon innerhalb weniger Jahrzehnte dahingehend wandelte, dass Gesundheit, die eben staatlicher Planung zu verdanken war, nun in der Tendenz nicht mehr ein Recht der Einzelnen darstellte, sondern als öffentliches und soziales Gut betrachtet wurde, der Begriff der „Volksgesundheit“ begann sich zu etablieren.¹³⁰

4.2.2. Die medizinische Definition des Alters

Die Fortschritte und die sich vollziehende Spezialisierung innerhalb der Medizin hatten auch Auswirkungen auf die Definition der Lebensphase des Alters. Im 19. Jahrhundert erfuhr die Wahrnehmung des Alters zwei grundlegende Wandlungen. Nachdem sich schon zu den Zeiten der Aufklärung die Kindheit als eigene Lebensphase herausgebildet hatte und auch als eine solche nun wahrgenommen wurde, hatte man mit Beginn des 19. Jahrhunderts in den Sozial- und Humanwissenschaften auf internationaler Ebene begonnen, den menschlichen Lebenslauf als Untersuchungsgegenstand zu betrachten, das chronologische Alter als sozial relevante Kategorie zu definieren und die einzelnen Lebensphasen voneinander abzugrenzen.¹³¹

¹²⁸ Loetz 1993:17.

¹²⁹ Bergdolt 1999:301.

¹³⁰ Schmiedebach HP. Gesundheit und Prävention in Anhängigkeit vom Gesellschaftsbegriff im 19. Jahrhundert. In: Stöckel S, Walter U, eds. Prävention im 20. Jahrhundert. Weinheim und München, 2002:26.

¹³¹ Ehmer 1990:73.

Nachdem schon in der Aufklärung das Alter als eigener Lebensabschnitt wahrgenommen worden war, erfolgte die eigentliche Definition des Alters als einer eigenen Lebensphase durch die Medizin. In der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts erschienen eine Reihe physiologischer Versuche zur Periodisierung des menschlichen Lebens und etwa um die Mitte des Jahrhunderts setzte die systematische Beschäftigung mit einzelnen Lebensphasen ein. Im Zuge der Spezialisierung der medizinischen Fachgebiete entstand die Pädiatrie als erstes altersspezifisches Teilgebiet der Medizin. Von ihr ging dann ein starker Einfluss auf weitere altersspezifische Spezialisierungen aus.¹³² Im Gegensatz zur Beschäftigung mit dem Verhältnis von Gesundheit und Krankheit im Alter in der Zeit der Aufklärung handelte es sich hier aber nicht um naturphilosophische Überlegungen oder praktische Anweisungen, sondern um empirische Forschung über Alterskrankheiten.¹³³ Das Alter wurde medizinisch definiert. Der französische Arzt Charcot entwickelte den Gedanken der Degeneration und Schwächung der Zellen bestimmter Organe und Gefäße. Er definierte das Alter als eine „generelle Modifikation des physiologischen Systems“, welche spezielle Krankheiten hervorrufen könne oder Krankheiten, die auch in anderen Lebensphasen aufträten, einen besonderen Charakter verleihen würde.¹³⁴

In Bezug auf das Alter und das Altern war es über die gesamte Periode hinweg bis zum Beginn des 20. Jahrhunderts das hauptsächliche Anliegen der Medizin, die Alterserscheinungen, die als Alterskrankheiten gewertet wurden, zu beschreiben, d.h. der Ansatz der Erfassung, Erklärung und Therapie war ein rein biologischen Ansatz. Das Ergebnis der Beschäftigung der Medizin mit dem Alter war die allgemeine Definition des Alters als Krankheit. Der Begriff der „Altersschwäche“ wurde in diesen Jahrzehnten zum zentralen gesellschaftlichen Konzept, um das Alter als pathologischen Zustand in Verbindung mit Arbeitsunfähigkeit und dem Verlust an sozialer Autonomie zu bestimmen. Man ging außerdem davon aus, dass Geschlechtsunterschiede an Bedeutung verlören und dass Männer und Frauen mit zunehmendem Alter einem „neutralen Typus“ zustrebten.¹³⁵

¹³² Ehmer 1990:74.

¹³³ Die erste systematische Studie über Alterskrankheiten führte der französische Arzt Charcot in den 60er Jahren durch. Er untersuchte etwa 2500 Frauen, die in der zentralen Pariser Versorgungsanstalt Salpêtrière untergebracht waren, und verglich dabei gesunde ältere Frauen mit geistig und körperlich Erkrankten aller Altersstufen. (Faust V. Wie wird man 100? Was wir von der Langlebigkeit der Hochbetagten lernen könnten? Psychohygiene. Zur Psychologie des Alltags. Ohne Jahresangabe. http://www.psychosoziale-gesundheit.net/psychohygiene/pdf/faust3_hochbetagte.pdf(12.2.06): 6.)

¹³⁴ Ehmer 1990:74.

¹³⁵ Ebd.

Der Beginn des Abfalls der intellektuellen Kapazität und der schöpferischen Leistungsfähigkeit wurde nach einem Höhepunkt der Ausprägung dieser Fähigkeiten zwischen dem 30. und dem 45. Lebensjahr angenommen, wobei der geistige Verfall im höheren Alter eine weitere der Eigenschaften war, die die medizinische Definition dem Alter zuschrieb.¹³⁶

Erst 1909 wurde von dem amerikanischen Mediziner Ignatz L. Nascher der Begriff der „Geriatric“ geprägt, der Lehre von den Krankheiten des Alterns, der nun neben den rein biologischen auch soziale Einflüsse auf Alterskrankheiten mit berücksichtigte.¹³⁷

4.2.3. Gesundheitsförderung und Prävention

Trotz der Anfänge einer öffentlichen Gesundheitspflege im ausgehenden 18. Jahrhundert wurde zu Mitte des 19. Jahrhunderts mit den durch die Industrialisierung bestimmten Lebensbedingungen der Menschen die Notwendigkeit einer strukturell gut entwickelten und leistungsfähigen öffentlichen Gesundheitspflege immer deutlicher.¹³⁸ Zwar hatten auch nach Frank immer wieder Ärzte die Beteiligung des Staates an gesundheitsfördernden Maßnahmen verlangt, wie z.B. Andreas Röschlauf, ein Mitherausgeber der Zeitschrift „Hygiea“, der hier die Konzeption einer Gesundheitspflege entwarf, bei der er eindeutig zwischen

- der individuellen Pflege der Gesundheit = private Gesundheitspflege
- und
- den Maßnahmen der Regierung = öffentliche Gesundheitspflege¹³⁹
- unterschied.

Die individuelle Gesundheitspflege, die die Bereiche Diätetik und Hygiene sowie die Kunst, das menschliche Leben zu verlängern, umfasste, sollte die Menschen dahin führen, ihre Lebensweise so zu gestalten, dass sie der eigenen Gesundheit nicht schade, sondern dieser Gesundheit förderlich wäre. Doch das, was die Einzelnen nicht schafften, sollte durch gemeinsame Kräfte erreicht werden. So sollte es eine Selbstverständlichkeit sein, dass es „in kultivierten“ Staaten die Regierungen wären, die auch für die Gesundheit der Bevölkerung die Verantwortung übernehmen sollten.¹⁴⁰

Röschlauf und sein Mitherausgeber Georg Oeggel unterschieden damit schon zu Beginn

¹³⁶ Ehmer 1990:75.

¹³⁷ Lehr U. Psychologie des Alterns. Bd. 3. Heidelberg, 1977:24.

¹³⁸ Henner G. Quellen zur Geschichte der Gesundheitspädagogik. Würzburg, 1998:37.

¹³⁹ Oeggel G, Röschlauf A., 1805;1:6.

¹⁴⁰ Ebd.:7.

des 19. Jahrhunderts die beiden Bereiche der Prävention, die wir heutzutage als Verhaltens- und Verhältnisprävention bezeichnen.

Doch der eigentliche Beginn der Ära von Prävention und Gesundheitsförderung als Handlungsfelder der Gesundheitspolitik wird allgemein hin um das Ende der sechziger Jahre gesetzt, als die Gedanken der Medizinalreformbewegung von 1848 wieder von Ärzten aufgenommen wurden und der Gedanke der öffentlichen Gesundheitspflege weiter propagiert wurde.¹⁴¹

Sämtliche in dieser Zeit bis zum Ende des Deutschen Reiches entwickelten Modelle von Gesundheit und Prävention, nämlich zum einen das der Reduzierung der gesundheitsschädlichen Faktoren in der Lebensumwelt und in der Arbeitswelt, zum anderen das der Bestrebungen, durch sozialtechnologische Intervention den gesunden Menschen als Arbeits- und Sozialressource zu erhalten oder zu schaffen oder letztendlich das Modell der sich entwickelnden Lebensreformbewegung mit der an die Einzelnen gerichtete Forderung zu einer gesunden Umstellung der Lebensweise, setzten Gesundheit und Prävention in einen politischen, gesellschaftlichen oder kulturellen Rahmen und sahen beide nicht unter individuellen oder subjektiven Prämissen.¹⁴² Gerade auch durch den Einfluss Darwins hatte sich die Überzeugung durchgesetzt, dass das Wohlergehen der Gemeinschaft Vorrang hatte vor individuellen Interessen und individuellem Wohlergehen, so dass Gesundheitsförderung und Prävention eingebunden waren in das Bemühen, durch die Gesundheit des Volkes dessen Arbeitskraft zu erhöhen.¹⁴³

4.3. Gesellschaft und Alter

Gleichzeitig mit der Definition der Altersphase begann im 19. Jahrhundert die Wahrnehmung des Alters im Kontext der Urbanisierung als kollektives soziales Problem durch die bürgerliche Gesellschaft.¹⁴⁴

Die stete Zunahme der Zahl alter Menschen unter den Bedingungen einer kumulativen Verjüngung der großstädtischen Bevölkerung wurde auch begleitet von einer allmähli

¹⁴¹ Labisch 1991:13.

¹⁴² Schmiedebach 2002:35.

¹⁴³ Bergdolt 1999:306.

¹⁴⁴ Ehmer 1990:73.

chen Zunahme gerontophober Tendenzen.¹⁴⁵ Wehler spricht davon, dass das unerwartete anhaltende quantitative Wachstum der Anzahl der alten Menschen vor allem in den engen städtischen Unterschichtquartieren dem „Altwerden und Altsein eine neue Dimension“ verlieh.¹⁴⁶ Mit dem Abschluss der Phase der Vorindustrialisierung und dem Beginn der eigentlichen Industrialisierung mit der Frühindustrialisierung dann setzte ab ca. 1850 letztendlich eine Zunahme und Stabilisierung negativer Altersbilder ein, der die in der Tendenz positive Bewertung des Alters in der Aufklärung wich. Die in dieser vorherigen Periode erneut zu hohem Ansehen gelangte „Erfahrung“ der alten Menschen verlor durch den Prozess der technischen Neuerungen, durch die einsetzende gesellschaftliche Umstrukturierung und den Fokus der Produktivität der Einzelnen immer weiter an Bedeutung. Durch diese Entwertung erfuhr das Alter ein sinkendes Prestige und damit verbunden auch einen Verlust an sozialer Macht. Ab Mitte des Jahrhunderts entsprach das vorherrschende Alternsmodell endgültig wieder einem Verlust- oder Defizitmodell mit den Stereotypen von Krankheit, Armut und der Unfähigkeit zur eigenen Existenzsicherung. Diese Wirkung war umso stärker, da zugleich im Laufe des 19. Jahrhunderts die bürgerlichen Werte der Unabhängigkeit, Gesundheit, Selbstdisziplin und Körperkontrolle gesellschaftlichen Einfluss gewonnen hatten. Es entwickelten sich, forciert aus dem angelsächsischen Raum, extrem diskriminierende Wahrnehmungen der über 60-Jährigen als nutzlose und vollständig entbehrliche Mitglieder der Gesellschaft.¹⁴⁷

Darüber hinaus lösten sich auch durch Prozesse wie Binnenwanderung und hohe Ummobilität in den Städten die überlieferten Familienstrukturen auf und das Alter wurde aus dem familialen Kontext gerissen. Die Menschen verlebten ihr Alter nicht mehr länger in der familiären Gemeinschaft und deren Versorgung, sondern waren oft allein auf sich und ihre schwindende Arbeitskraft gestellt, wobei hier die klassenspezifische Lage zu gravierenden Unterschieden führte.¹⁴⁸ Unter dem Druck sozialer Notwendigkeiten sowie sozialer Konflikte und Bewegungen war es dann der Staat, der gezwungenermaßen begann, die Versorgungsleistungen der schwindenden, wenn oft auch nur instrumentellen, Verwandtschaftsbeziehungen für die alten Menschen zu übernehmen.

¹⁴⁵ Das Kaiserreich vor 1914 wies eine auffällig junge Gesellschaft auf, in der 1/3 der Bevölkerung jünger war als 16 Jahre. Gerade auch diese Struktur der Bevölkerung war Ursache für Generationskonflikte. (vgl. Wehler 1995:3).

¹⁴⁶ Wehler 1995:3:501.

¹⁴⁷ Ehmer 1990:76.

Ehmer schildert hier das erstmalige Auftreten von Euthanasiegedanken in Bezug auf alte Menschen, die von dem angelsächsischen Arzt William Olsen ins Leben gerufen worden waren.

¹⁴⁸ Ebd.

Kombiniert mit der generellen Ausdifferenzierung der einzelnen Lebensphasen wurde die Versorgung der alten Menschen allmählich aus der Versorgung in den Armenhäusern ausgegliedert und es entstanden die ersten speziellen Einrichtungen für die alten Menschen, die Altenheime. Es entwickelte sich eine verschärfte Problematik der Altersversorgung, die erst allmählich und auf lange Sicht durch die Sozialversicherung gelöst wurde.¹⁴⁹

4.4. Entwicklung der Zeitschriften

Die erste Hälfte des 19. Jahrhunderts war die Zeit des Beginns der Massenpresse. Es wurden von nun an Zeitungen herausgegeben, die mit einem für ein breiteres Publikum erschwinglichen Verkaufspreis angeboten wurden. Die niedrigere Preiskalkulation wurde möglich durch die Einführung von Werbung in umfangreichen Anzeigenteilen der Zeitungen. Diese Idee, die zuerst um 1836 in Frankreich entstand, wurde sehr bald von den anderen mitteleuropäischen Ländern übernommen.¹⁵⁰

Aus den moralischen Wochenschriften und Kalendern des 18. Jahrhunderts heraus entwickelte sich die Kategorie der Familienzeitschrift, einer meist illustrierten Unterhaltungszeitschrift, die in erster Linie für den bürgerlichen Mittelstand bestimmt war und auch hauptsächlich vom Bürgertum gelesen wurde. Die erfolgreichsten dieser Familienzeitschriften waren die von verschiedenen Verlagen in unterschiedlichen Teilen Deutschlands herausgegebenen und unter verschiedenen Untertiteln laufenden Varianten einer Zeitschrift mit dem Titel „Der Hausfreund“ und in noch weit höherem Maße „Die Gartenlaube“, die von 1853 bis in das Jahr 1944 erschien und die beispielsweise im Jahre 1870 eine Auflagenstärke von 270.000 Exemplaren erreichte. Diese Anzahl wurde von keiner anderen Familienzeitschrift erreicht.¹⁵¹

Auch Zeitschriften auf dem populärwissenschaftlich-medizinischen Gebiet und auf dem Gebiet der Gesundheitspflege, die ihre Anfänge in der Endphase der Aufklärung hatten, nahmen im Verlauf der Phase der Industrialisierung sowohl in der Anzahl der unterschiedlichen Publikationen als auch in deren Auflagenzahl stark zu.¹⁵²

¹⁴⁹ Ebd.

¹⁵⁰ Barth 1975:25.

¹⁵¹ Zimmermann M. Die Gartenlaube als Dokument ihrer Zeit. München, 1967:12.

Für Tageszeitungen wird auf gleicher Seite für das Jahr 1870 eine Höchstauflagenstärke von 20.000 angegeben.

¹⁵² Rehm 1997, (<http://www.ib.hu-berlin.de/~wumsta/infopub/textbook/umfeld/rehm.html>, 31.3.05).

4.4.1. Beiträge zu den Themen „Alter“ und/oder „Gesundheit“ in „Der Hausfreund“¹⁵³

In den Jahren von 1826 – 1841 erschien in Hagen die Familienzeitschrift „Der Hausfreund – ein belehrendes und unterhaltendes Wochenblatt“, von dem noch die Jahrgänge 1834 sowie 1836 – 1839 erhalten und einsehbar sind. Schon der Untertitel belegt, dass dieses Blatt sich neben der Unterhaltung in Anknüpfung an das sittlich-aufklärerische Selbstverständnis der moralischen Wochenschriften auch die Belehrung seiner Leserschaft zum Ziel gesetzt hatte.

1834: Der Mensch und seine Lebensjahre¹⁵⁴

Es wird eine Geschichte vorgetragen, die erklärt, wie der Mensch zur Anzahl seiner Lebensjahre gekommen ist. Bei der Verteilung der Länge des Lebens waren dem Menschen ursprünglich 30 Jahre zugedacht worden. Das war dem Menschen zu kurz, Esel, Hund und Affe dagegen fanden ihr Leben nicht so lebenswert, dass sie die ihnen zugedachten Jahre ausschöpfen wollten. So nahm Gott eine Umverteilung vor und der Mensch bekam von jedem dieser Tiere noch einige Jahre. Jetzt lebt er die eigenen 30 Jahre wie der König der Schöpfung, von 30 bis 50 dann mit viel Mühen und Plagen, das seien die Eselsjahre, von 50 – 70 lebt er die Hundejahre, hütet seinen Schatz und traut niemandem, ab 70 verliert er seine Vernunft, geht mit gekrümmtem Rücken und wird ein Spiel der Kinder und Toren, das seien dann die Affenjahre.

Schon aus der Überschrift wird ersichtlich, mit welchem Thema dieser Beitrag sich befasst¹⁵⁵, nämlich mit den Lebensjahren des Menschen. In diesem frühen Text von „Der Hausfreund“ zeigt sich die in der Aufklärung häufig anzutreffende Tendenz der Verschlüsselung und indirekten Darbietung von Inhalten und Aussagen, um Verhältnisse des Lebens in einfachen Bildern darzustellen.¹⁵⁶ In Form einer kurzen, lehrhaften allegorischen Erzählung, in diesem Fall einer Mischform aus Parabel und Fabel¹⁵⁷, wird in diesem Beitrag eine allgemeine Vorstellung von den einzelnen Lebensphasen durch einen Vergleich aus einem anderen Vorstellungsbereich verdeutlicht. Dabei findet sich in dieser Parabel sehr eindeutig die Vorstellung von der steigenden und fallenden Lebenskurve wieder. Bis zum 30. Lebensjahr entwickelt sich der Mensch hin zum Höhepunkt seines Seins, dann beginnen für ihn die Jahre der

¹⁵³ Die drei Zeitschriften: „Berlin oder der preußische Hausfreund : eine patriotische Zeitschrift für gebildete Leser jedes Standes“. - Berlin : Dieterici 1.1806, 1- 26, „Der brandenburgische Hausfreund für den Bürger und Landmann“ Berlin, 1824 sowie „Der deutsche Hausfreund : Wochenschrift für Belehrung und Unterhaltung in mannichfaltiger Form“. - Augsburg : Geiger 5.1842 - 6.1843 wiesen in den noch greifbaren Ausgaben keine Beiträge auf zum Thema „Alter“ und/oder „Gesundheit“ auf.

¹⁵⁴ „Der Hausfreund“ 1834;24:96.

¹⁵⁵ Nach Brinker kann das Textthema auch in einem bestimmten Textsegment wie schon in der Überschrift oder später dann in einem bestimmten Satz realisiert sein. Brinker 1985:143.

¹⁵⁶ Cases C, Kollmann F. Stichworte zur deutschen Literatur. Wien, Frankfurt, Zürich, 1969:172.

¹⁵⁷ Parabel und Fabel unterscheiden sich dadurch, dass die Akteure in einer Parabel Menschen, die in einer Fabel Tiere sind; bei beiden ist die Deutung des verschlüsselten Sachverhalts vom Leser zu leisten. (ebd.)

Mühe und des Misstrauens und letztendlich verliert er seinen Verstand und wird zum Gespött der Jüngeren. Abbau und Verlust körperlicher als auch geistiger Fähigkeiten bei gleichzeitigem Verlust von Achtung und Würde im Alter scheinen unabänderlich. Hier finden sich keine Elemente mehr wieder aus der Achtung und der Würde des Alters, sondern der Weg führt hin zu dem sich im Verlauf des Jahrhunderts entwickelnden defizitären Altersbild.

1836: Für und gegen das Trinken – Wodurch erlangt man ein hohes Alter?¹⁵⁸

Hier wird als ein Argument für das häufigere Trinken von Alkohol die Geschichte eines 93-Jährigen erzählt, der in den letzten 20 Jahren insgesamt über 35.000 Flaschen Wein getrunken haben soll und sich trotz alledem bei bester Gesundheit befinde. Trotz dieses Beispiels wird der Schluss gezogen, dass dieser Fall ein Ausnahmefall sei und übermäßiger Alkoholkonsum eher dazu führe, kein sehr hohes Alter zu erlangen.

Auch diese Überschrift macht deutlich worum es in diesem Text gehen wird. Es ist primär kein Text, der sich mit Möglichkeiten zur Erlangung eines hohen Alters auseinandersetzt, sondern Hauptgegenstand dieses Beitrags ist der steigende Alkoholkonsum, der mit der Industrialisierung gerade unter den Arbeitern ein Problem wurde.¹⁵⁹ Als Stilmittel bedient der Autor sich des Mittels der Ironie und des mit einem Augenzwinkern erhobenen pädagogisch Zeigefingers. Es wird zwar angeführt, man „habe die Geschichte dieses Mannes gehört“, aber schon aus dem Gebrauch des Konjunktivs wird klar, dass der Autor selber an dem Wahrheitsgehalt der von ihm wiedergegebenen Geschichte zweifelt¹⁶⁰ und es so für einen Fehler hält, das hohe Alter auf diesen Alkoholkonsum zurückzuführen und dieses angebliche Mittel dann auf alle zu übertragen. Als Aussicht für einen moderaten Umgang mit dem Alkohol wird im Sinne einer Antithese dann ein langes Leben in Aussicht gestellt.

Trotz der sich entwickelnden Vorherrschaft eines Defizitmodells des Alters soll diese kleine Geschichte die Leser dazu bringen, ihren Umgang mit dem Alkohol, dessen schädigende Wirkung bekannt ist, zu überdenken, nicht nur, um den momentanen Gesundheitszustand zu verbessern, sondern in der Perspektive, um ein langes Leben zu erreichen, das lange Leben sozusagen als Belohnung für den momentanen Verzicht. Die Zielgruppe dieses Beitrages ist ganz eindeutig nicht allein die Gruppe der älteren Menschen. Vielmehr sollen auch diejenigen angesprochen werden, die schon im jungen Alter mit übermäßigem Trinken begonnen haben und sich der schädlichen Wirkung die-

¹⁵⁸ „Der Hausfreund“ 1836;22:89.

¹⁵⁹ Boch 2004:47ff.

ses Verhaltens in Hinblick auf die eigene Lebensperspektive nicht bewusst sind. Auch der Beginn und der Einfluss der sich etablierenden öffentlichen Gesundheitspflege lässt sich hier erkennen, in welcher der Kampf gegen den weit verbreiteten Alkoholmissbrauch ein zentrales Anliegen sein wird.¹⁶¹

Das Interessante an diesem Artikel ist die Tatsache, dass hier das hohe Alter als „Belohnung“ für ein gesundheitsbewusstes Leben in Aussicht gestellt ist, d.h. die sich langsam entwickelnde negative Sicht auf das Alter mit all ihren gerontophoben Tendenzen spielt hier – im Gegensatz zu dem obigen, zwei Jahre zuvor veröffentlichten Text - noch keine Rolle. Das Alter erscheint als erstrebenswerte Lebensphase.

1837: Die Kunst, das menschliche Leben zu verlängern¹⁶²

Der Wunsch, ein hohes Alter zu erreichen bestehe immer und bei allen Menschen, auch bei denen, die Entbehrungen und Schmerzen zu erleiden hätten; Hufelands Arbeit treffe deshalb das Interesse aller Menschen. Die Kunst alt zu werden, könne jeder in jedem Stand erlernen. Ohnehin käme ein hohes Alter öfter in den mittleren und ärmeren Klassen vor durch deren Lebensweise mit Arbeitsamkeit und Mäßigkeit, den ersten Bedingungen zur Erreichung eines hohen Alters.¹⁶³ Auch beim Bestehen von Nahrungssorgen wäre ein hohes Alter nicht selten. Auch diejenigen Menschen, die ein außergewöhnlich hohes Alter erreicht hätten, wären arm gewesen. Auch sei die Sterblichkeit umso geringer, je mehr für den öffentlichen Unterricht gesorgt werde. Auf der anderen Seite gebe es keinen 80-Jährigen, in dessen Familie nicht Beispiele von hohem Alter aufgetreten seien. Insgesamt würden Frauen älter werden als Männer, Beispiele des höchsten Alters träten jedoch nur bei Männern auf, die verheiratet gewesen waren.

Anschließend werden die speziellen Mittel zur Erreichung eines hohen Alters folgendermaßen beschrieben:

-stete angemessene Übung ohne Überspannung der körperlichen und geistigen Kräfte

- Abhärtung gegen natürliche Reize¹⁶⁴

- gesunde Nahrung

- Reinlichkeit

- Befriedigung naturgemäßer Bedürfnisse aber nie vorher und über das Maß.

Jeder Verständige könne diese Mittel von selbst anwenden, ihre Wirksamkeit würden sie aber nur in der Kombination aller Mittel entfachen.

Der Artikel wird mit zwei Empfehlungen aus dem Mittelalter geschlossen, deren Wirksamkeit auch zu jener Zeit als erwiesen angesehen wird.

¹⁶⁰ Brinker 1985:53.

¹⁶¹ Vgl. Schmiedebach 2002.

¹⁶² „Der Hausfreund“ 1837;47:87

¹⁶³ Diese Behauptung wird durch Beispiel aus Paris belegt, wo in Stadtteilen, in denen mit hohem Einkommen und ohne Gewerbe wohnen die Sterblichkeit am höchsten ist.

¹⁶⁴ Hier wendet sich der Verfasser gegen die aus der Mitte des 18. Jahrhunderts stammende Erregungstheorie des Schotten John Brown, die besagte, dass das gesamte Leben auf Erregung beruhe. Brown hatte zur Erhaltung der Gesundheit den Genuss „starker Speisen und heftig reizender Getränke“ empfohlen und ging davon aus, dass im hohen Alter starke Reize notwendig seien, um eine angemessene Erregung entstehen zu lassen. (vgl. Brown J. John Browns System der Heilkunde. Kopenhagen, 1796.)

- *Einreibungen mit Öl (z.B. nach durchgeführter Gymnastik)*
- *innerer Gebrauch von Honig.*

Dieser Beitrag aus dem Jahr 1837 bedient sich für seine Überschrift des Titels von Hufelands 1797 erschienenem Werk¹⁶⁵, versteht sich also nicht als eine späte Besprechung dieses Buches, sondern als eigenständiger redaktioneller Beitrag. Schon aus der Überschrift wird der Inhalt des folgenden Beitrags ohne zusätzlich notwendige Deutung ersichtlich. Der Text an sich ist ein im Indikativ verfasster Informations- und Aufklärungstext, der seine implizite Botschaft durch die Darstellung recherchierter Fakten übermitteln will.¹⁶⁶

Wie schon die Arbeit Hufelands, so richtet sich auch dieser Text nicht an Leser und Leserinnen einer bestimmten Altergruppe und schließt auch keine Altersstufe als Zielgruppe aus. Auch richtet er sich ganz ausdrücklich an die Mitglieder aller, auch der unteren gesellschaftlichen Schichten („...kann jeder in jedem Stand lernen...“).

Es wird versucht, das Thema des Erreichens eines hohen Lebensalters aus verschiedenen Perspektiven heraus zu diskutieren und es wird so nach Erklärungen für dieses Phänomen gesucht. Dabei sind es die Aspekte der familiären Disposition, der Lebensweise in Bezug zur Standeszugehörigkeit und des Geschlechtes, die in diese Diskussion einbezogen werden. Hier machen sich die Einflüsse der sich entwickelnden Epidemiologie bemerkbar und es zeigen sich Ansätze des Zugrundelegens und der Zuhilfenahme epidemiologischer Daten, indem über eine Untersuchung über die Sterblichkeitsverteilung in unterschiedlichen Pariser Stadtgebieten berichtet wird.¹⁶⁷ Bemerkenswert an diesem Artikel ist der Versuch, die Erkenntnis zu vermitteln, dass jeder, aber auch wirklich jeder, es erlernen kann, ein hohes Alter zu erreichen. Das Alter wird also nicht mehr nur als gottgegeben betrachtet, sondern hier wurde erkannt, dass es (abgesehen von den Einflüssen der angeborenen Veranlagung) in der Verantwortung und in der Macht des Einzelnen aber auch in der Verantwortung der Gesellschaft liegt, die Grundsteine für ein langes Leben zu legen, denn wie es heißt ist „die Lebenserwartung dort länger, wo die Menschen in den jungen Jahren unterrichtet worden sind“,¹⁶⁸ d.h. wo vielleicht schon in den Schulen gesundheitliche Aufklärung stattgefunden hat, wo die Menschen aber auch Lesen gelernt haben und damit Zugang zu Informationen wie z.B. den obigen Artikel haben.

¹⁶⁵ Vgl. Hufeland 1805

¹⁶⁶ Brinker 1985:113.

¹⁶⁷ Vgl. Ehmer 1990

¹⁶⁸ Wie oben bereits dargelegt.

Es geht in diesem Text wortwörtlich um Informationen zum Erreichen eines hohen Alters und nicht primär um die momentane Gesundheit „...der Wunsch, ein hohes Alter zu erreichen bestehe [...] auch bei denen die [...] Schmerzen zu erleiden hätten“¹⁶⁹, d.h. die Länge des Lebens wird über die eigentliche Lebensqualität gestellt.

Auch hier finden sich noch keine Aussagen, die auf ein zu Grunde liegendes negatives Altersbild schließen lassen, sondern vielmehr die Tendenz einer erstrebenswerten langen Ausdehnung der Altersphase.

4.4.2 Beiträge zu den Themen „Alter“ und/oder „Gesundheit“ in „Die Gartenlaube“

Das Zeitalter der Massenpresse wurde in Deutschland u.a. durch die Familienzeitschriften eröffnet. Die „Gartenlaube“ zählt zu den Vertretern der für das 19. Jahrhundert spezifischen Presse, dem klassischen Familienblatt, das neben Romanen und Erzählungen auch Reportagen und Aufsätze beispielsweise zu politisch-patriotischen, pädagogischen aber auch zu medizinischen und sozialhygienischen Fragestellungen veröffentlichte und somit sowohl einen unterhaltenden als auch einen belehrenden Inhalt hatte. Die Gartenlaube wurde das erfolgreichste Blatt dieser Art mit einer zeitweiligen Weltrekordauflage von mehr als 380.000 Exemplaren.¹⁷⁰ Der Herausgeber der „Gartenlaube“, Ernst Keil, hatte den Anspruch, mit seinem Druckerzeugnis auch breite Volksschichten zu erreichen und bildend auf sie einzuwirken. Er bewegte sich damit im Rahmen der sich im 19. Jahrhundert entwickelnden Pädagogik, die Reformen in Fragen der Erziehung und Familie für notwendig hielt.¹⁷¹ Der Allgemeinbildung und der immer wichtiger werdenden Wissenschaft zuliebe, hatten auch technische und naturwissenschaftliche Artikel ihren festen Platz. Mit dem Tod des Verlegers 1878 und die Übernahme durch einen anderen Verlag wandelte sich auch die politische Gesinnung der Zeitschrift von einer liberal-nationalistischen hin zu einer konservativen Einstellung. Das Blatt erschien in wöchentlicher Form und wurde trotz Keils Anspruch hauptsächlich von Mitgliedern der bürgerlichen Mittelschicht gelesen.¹⁷²

Folgender Artikel ist der einzige gesundheitsbezogene Artikel in den noch verfügbaren Ausgaben der Zeitschrift „Die Gartenlaube“ zwischen 1853 und 1900, der sich nicht explizit an die jüngere Bevölkerungsgruppe wendet.

¹⁶⁹ Wie oben bereits dargelegt.

¹⁷⁰ Wehler 1989;2:1283.

¹⁷¹ Haug 1991:89.

¹⁷² Rehm 1997, ohne Seitenangabe.

1866: Diätetisches Rezept für Fettleibige¹⁷³

In diesem Artikel wird auf die Gefahren der allgemeinen Fettleibigkeit für die Gesundheit auch schon in jungen Jahren eingegangen, und zwischen Fettleibigkeit und Zunahme des Körpergewichts ab ca. dem 50. Lebensjahr unterschieden. Diese Art der Gewichtszunahme wird als natürlicher Vorgang betrachtet, dem keinerlei schädliche Wirkung beigemessen wird. Liegt jedoch eine Fettleibigkeit vor, so wird zur Verhütung von Erkrankungen wie z.B. dem Schlaganfall ohne Altersbeschränkung eine fett- und zuckerarme Diät empfohlen, bei der die Ernährung aus Brot, fettarmem Aufschnitt, fettarmen Fleischsorten und Brühe sowie Gemüse und Obst bestehen sollte.

Hier liegt ein Text mit einem Informations- als auch einem Appellteil vor. Im ersteren wird das Lesepublikum sachlich über die Gefahren der Fettleibigkeit informiert, im zweiten Teil dann werden die Gefährdeten unter den Lesern und Leserinnen aufgefordert, ihr Essverhalten zu ändern und die veröffentlichte Diät zu befolgen. Dieser Text, der sich nicht ausdrücklich auch an die alten Menschen wendet, soll dennoch in die Analyse mit einbezogen werden, da durch ihn exemplarisch der Verlust des ganzheitlich-romantischen Konzeptes von Gesundheit deutlich wird. Anstatt zu versuchen, das bei Fettleibigkeit nicht mehr bestehende Gleichgewicht im Körper wiederherzustellen, wird zu einer spezifischen Diät bei der Nahrungsaufnahme geraten, hier ist. wie o. a.¹⁷⁴, die Diätetik im wahrsten Sinne des Wortes zu einer Diät geworden.¹⁷⁵

Im Jahre 1900 wird dem Lesepublikum das Gedicht „Pfungsterinnerung“ von Fritz Döring vorgestellt¹⁷⁶, ein sehr wehmütiges Gedicht, das vom Vergehen der Zeit handelt und das von einer Abbildung zweier einsam auf einer Bank sitzender alter Menschen begleitet wird.

Der nächste Artikel, der ausdrücklich präventive und gesundheitsfördernde Maßnahmen auch für das Alter erwähnt, erscheint erst wieder im Jahre 1902.

¹⁷³ „Die Gartenlaube“ 1866;14:151.

¹⁷⁴ Bergdolt 1999:303.

¹⁷⁵ Die schichtspezifischen Unterschiede im Bereich der Ernährung veränderten sich im 19. Jahrhundert. Zum Ideal des Bürgertums wuchs der schlanke, produktive Körper heran. Dagegen zeigten die unteren oder vom Abstieg bedrohten Schichten ein zunehmendes Konsumverhalten, wobei nur für sehr wenige Menschen der gesundheitliche Aspekt der Speisen tatsächlich im Vordergrund stand, da aufgrund der herrschenden sozialen Missstände die Versorgung mit Nahrungsmitteln Vorrang hatte.

Gerade im Bürgertum entwickeln sich in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts zunehmend Essstörungen wie die oben angesprochene Fettleibigkeit oder auch ein anorektische Erscheinungsbilder. (Siehe Bergdolt 1999:310 ff.)

¹⁷⁶ „Die Gartenlaube“ 1900;21:357.

1902: Bewegung als Heilmittel¹⁷⁷

Im ersten Teil des Artikels beschreibt der Autor allgemein die günstige Wirkung von Bewegung auf bestimmte Krankheitsbilder wie z.B. Muskelschwäche nach Unfällen oder bei rheumatischen Erkrankungen. Im zweiten Teil geht er dann auf die Heilsamkeit von Bewegung und maßvoller und gesunder Ernährung, „einer vernünftigen gemischten Kost“ auf das Befinden von alten Menschen ein. Er schildert die Geschichte eines Londoner Arztes, der die ersten körperlichen Altersbeschwerden mit ca. 50 Jahren an sich bemerkte und der daraufhin begann, sich maßvoller zu ernähren und viel Bewegung an der frischen Luft zu betreiben. So gelang es ihm, seine körperliche Leistungsfähigkeit in einem Maße zu steigern, dass er mit 75 Jahren leistungsfähiger war als mit 50 Jahren. Als zweites Beispiel führt der Autor einen alten Mann an, der an extremen Atembeschwerden aufgrund einer Gefäßverkalkung litt und der auch durch gezielte Ernährung und Bewegungsübungen seinen Zustand wesentlich verbessern und später ohne Anstrengung lange Vorträge halten konnte. Gezielte Bewegung gepaart mit maßvollem Verhalten beim Essen und Trinken seien diejenigen Mittel, nicht nur die hauptsächlich mit dem Alter gepaarten Erscheinungen wie Gefäßverkalkung und Fettsucht zu vermeiden und zu heilen, sondern allgemein die Mittel, die körperliche Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter zu erhalten und auch noch im hohen Alter zu verbessern.

Wir haben hier einen Artikel vorliegen, der sich in seinem ersten Teil in Form eines informativen Textes¹⁷⁸ an die Leser und Leserinnen jeder Altersklasse wendet.

Sprachliche Auffälligkeiten oder Besonderheiten lässt dieser Textteil nicht erkennen.

Im zweiten Part dann, der sich primär an die älteren Menschen richtet, wird die Form von beispielhaften Tatsachenberichten zur Darlegung medizinischer Fakten und Erkenntnisse gewählt. Anhand dieser (womöglich fiktiven) und sehr anschaulich geschilderten Berichte bemüht sich der Autor um ein größeres Interesse auf Seiten des angesprochenen Lesepublikums sowie um eine größere Glaubwürdigkeit der von ihm vermittelten Inhalte, die natürlich implizit auch einen appellativen Charakter aufweisen, in dem sie die angesprochenen Leser zu einer Nachahmung des geschilderten und sich äußerst positiv auswirkenden Verhaltens auffordern. Nachdem über Jahrzehnte hinweg kein einziger Artikel erschienen war, der sich mit den Möglichkeiten der Gesundheits- und Leistungssteigerung im Alter befasste, liegt hier nun wieder ein Beitrag vor, der in sehr anschaulicher Weise die Chancen schildert, die aus einem gesundheitsbewussten Verhalten auch im Alter noch erwachsen.

Obwohl in der Überschrift die „Bewegung“ als Heilmittel angepriesen wird, so wird doch gerade im zweiten Teil auf den engen Zusammenhang zwischen gezielter Bewegung und gezielter und mäßiger Ernährung hingewiesen und damit auf die Tatsache, dass es

¹⁷⁷ „Die Gartenlaube“ 1902;2:35.

¹⁷⁸ Brinker 1985:113 ff.

nicht eine Maßnahme alleine ist, durch die die Gesundheit im Alter positiv beeinflusst werden kann.

1903: Über das Alter¹⁷⁹

Das Fortschreiten des Alters sei mit zunehmendem körperlichen Verfall verbunden. Und dennoch stehe dieser Altersschwäche die Altersweisheit gegenüber und es könne von sowohl geistigen als auch historisch bedeutenden Werken und Taten berichtet werden, die Menschen im hohen Alter vollbracht hätten. Die positiven Aspekte des Alters seien ganz ohne Zweifel die Erfahrung und auch die Gelassenheit. Die Jugend auf der einen Seite sollte die Errungenschaften der jetzt Alten wertschätzen und diese Alten auf der anderen Seite sollten das Loslösen von starren Mustern und von krampfhaftem Festhalten an alten Werten üben und lernen. Nur in dieser Art des Zusammenwirkens sei ein Fortbestand der Kultur überhaupt erst möglich.

Bei diesem Artikel handelt es sich sozusagen um den Versuch einer Standortbestimmung des Alters innerhalb der Gesellschaft, was allerdings aus der Überschrift nicht unmittelbar hervorgeht. Die Überschrift „Über das Alter“ sagt noch nichts über den Hauptaspekt aus, unter dem das Alter hier betrachtet wird.

Der Verfasser stellt den negativen Aspekten der für ihn zugrunde liegenden körperlichen Altersschwäche positive geistige Aspekte gegenüber und versucht so gleichermaßen, einen Ausgleich zwischen den positiven und negativen Seiten dieser Lebensphase herzustellen. Er setzt Alter gleich mit ...*Weisheit, Erfahrung, Gelassenheit, Errungenschaften*, denen nur die negativen Elemente *starre Muster und krampfhaftes Festhalten* gegenüberstehen. Die negative Konnotation dieser Elemente macht sich hier aber nicht an Substantiven fest, sondern an den beigefügten Adjektiven, d.h. nicht die alten Menschen selbst werden mit negativen Eigenschaften belegt, sondern die Verhaltensweisen, die sie an den Tag legen, sind negativ, nämlich *starr* und *krampfhaft*. Im Resümee überwiegen die geschilderten positiven Attribute, die negativen erscheinen nicht endgültig, sondern durchaus positiv beeinflussbar zu sein.

Es folgt im Text die indirekte Ansprache sowohl der Jungen als auch der Alten mit der Aufforderung, die gewohnten Verhaltensmuster im Sinne des gesellschaftlichen Zusammenlebens zu überwinden. Durch diese indirekte Ansprache beider so unterschiedlich akzeptierter Bevölkerungsgruppen gelingt es dem Autor, trotz aller Verschiedenheit eine gemeinsame Ebene für beide Gruppen herzustellen; es liegt in der Macht beider, durch Änderung des eigenen Verhaltens ein ausgeglicheneres Zusammenleben zu ermöglichen. Beiden Gruppen wird somit nicht die alleinige Schuld an bestehenden

¹⁷⁹ „Die Gartenlaube“ 1903;39:665.

Spannungen und negativen Zuschreibungen zugewiesen, sondern der Autor versucht, durch wechselseitige Ansprache ein Ausgleich der Generationen herbeizuführen.

1906: Noch nicht zu spät! Ein hygienisches Trostwort für Ältere.¹⁸⁰

Der Autor beschreibt zu Beginn den Augenblick, in dem die Menschen merken, dass sie zu altern beginnen, oft auch durch die Schwere der Arbeit aber auch durch eine unvernünftige Lebensweise verfrüht altern, dass ihre Kräfte und die körperliche Elastizität nachlassen und sie beginnen, „den Kopf hängen zu lassen“. Doch der Verfasser sieht keinen Grund für eine derartige Hoffnungslosigkeit. Er verweist auf die allgemein bekannten Mittel, das Leben zu verlängern und ein hohes und glückliches Alter zu erreichen und er schreibt, dass man für diese Mittel kein „schweres Geld“ benötige, sondern ganz einfach nur Willenskraft, denn diese Mittel wären „mäßige Lebensweise, Mäßigkeit im Essen und Trinken, Aufenthalt im Freien, Leibesübungen und Ruhe des Gemüts, was durch Selbstdisziplin in schwierigen Lebenslagen erreicht werden kann.“ Weiter widmet sich der Autor der Frage, ob mit der Anwendung der geschilderten Mittel auch noch im Alter begonnen werden kann, d.h. ob diese Mittel in der Lage sind, einen älter gewordenen Körper wieder zu verjüngen. Anhand einiger historischer Beispiele belegt er dann genau dies und rät zudem, diese Lebensweise dann bis zum Ende des Lebens beizubehalten.

Schon aus der Überschrift wird deutlich, dass dieser Beitrag sich in erster Linie an die älteren Menschen wendet und es wird weiterhin deutlich, dass es seine Intention ist, diesen Menschen Mut zu machen und ihnen damit in ihrer Situation auch Trost zuzusprechen. Auffallend an diesem Artikel ist die emotionale Hinwendung des Verfassers zu seiner lesenden Zielgruppe, die sich äußert in Ausdrücken wie „Schwere der Arbeit“, „Trostwort“, „Hoffnungslosigkeit“, „den Kopf hängen lassen“, allesamt Ausdrücke, die darauf hinweisen, dass der Autor sich bemüht, neben den nach außen hin sichtbaren Zeichen des Alters auch den emotionalen Zustand, in dem der alte Mensch sich befindet, zu erfassen und zu berücksichtigen und die dem gesamten Artikel, auch unter der Berücksichtigung einer u. U. leicht geänderten Konnotation, einen fast liebevollen Tonfall verleihen. Wie schon in dem oben beschriebenen Artikel aus dem Jahr 1902 sieht auch dieser Autor Möglichkeiten, im Alter noch positiv auf die Gesundheit und damit sowohl auf die Länge des Lebens einwirken, als auch sein Leben glücklicher erleben zu können. Es ist nicht die reine Verlängerung des Lebens, die hier ein Zielparameter des Autors ist, sondern gleichzeitig eine Steigerung der Lebensqualität, die sich dann wiederum positiv auf die Psyche des Einzelnen auswirkt. Der ausdrückliche Hinweis auf die Tatsache, dass man für die empfohlenen Maßnahmen kein „schweres Geld“ benötige, verdeutlicht, dass hier nicht nur die Bevölkerungsschichten angesprochen werden, die finanziell in der Lage sind, auch mit Kosten verbundene Maßnahmen für

¹⁸⁰ „Die Gartenlaube“ 1906;25:548.

sich in Anspruch zu nehmen, der Verfasser versucht hingegen explizit auch diejenigen zu erreichen, die vielleicht meinten, sich gesundheitsfördernde Maßnahmen nicht leisten zu können.

Die Mittel an sich hält der Verfasser eigentlich für allgemein bekannt und er verweist auf die auch von Hufeland propagierten Maßregeln, die das gesamte Verhalten und nicht nur Einzelaspekte berücksichtigen.

Und dennoch weist dieser Text einen neuen Tenor auf. Es ist nicht mehr, wie im Beitrag im „Hausfreund“ von 1837 vom *verständigen Lernen* die Rede, es sind jetzt vielmehr die „Willenskraft“ und die „Selbstdisziplin“, die den Menschen zum Erreichen von Glück und Gesundheit abverlangt werden.

1909: Unsere Lebensdauer¹⁸¹

Im diesem Artikel wird dem Leser die Frage nach dem längstmöglichen Alter eines Menschen dargelegt. Der Autor geht davon aus, dass das Leben eines Individuums umso länger ist, umso länger und schwieriger die Aufzucht der Nachkommen ist. Bei den zivilisierten Menschen sieht er darüber hinaus die Tatsache gegeben, dass durch die Übertragung der erworbenen Kulturgüter auf die Nachkommen die Ansprüche an die individuelle Lebenszeit noch erhöht werden. Er sieht es als gegeben an, dass alle Menschen mit einer Lebenskraft für 100 Jahre ausgestattet sind, die dann aber durch Krankheiten, Unglücksfälle, Überanstrengung oder Missbrauch dieser Kräfte vorzeitig verbraucht wird. Um seine Kräfte möglichst sinnvoll und sparsam zu verwalten, rät er zum einen, die Ratschläge Hufelands zu befolgen, d.h. ein einfaches, vernünftiges und arbeitsames Leben zu führen, zum anderen aber auch seinen eigenen individuellen Weg zu finden, mit den vorhandenen Kräften umzugehen.

Wie schon die Überschrift sagt, ist die Frage der Länge des menschlichen Lebens Inhalt dieses Aufsatzes, wobei der Autor durch den Gebrauch des Pronomens „unsere“ schon zu Beginn zum Ausdruck bringen will, dass er sich nicht aus den Betrachtungen ausschließt, sondern auch Gegenstand der folgenden Überlegungen ist.

In Anlehnung an die Theorie von der Lebenskraft geht er davon aus, dass jedem Menschen eine Lebenskraft für eine Lebensdauer von 100 Jahren zur Verfügung steht. Er sieht die Verantwortung für den Umgang mit dieser Lebenskraft und damit Lebensdauer einzig auf der individuellen Ebene, um die Kräfte durch Vernunft und Arbeitsamkeit zu sparen.

Der Autor versucht aber auch eine Antwort auf die Frage zu finden, warum es denn gerade ca. 100 Jahre sind, für welche die Lebenskraft eines Menschen reicht. Die Begründung sieht er hier zum einen in der beim Menschen langen und schwierigen Auf-

¹⁸¹ „Die Gartenlaube“ 1909:25:533.

zucht der Jungen, zum anderen aber in der Tatsache begründet, dass die zivilisierten Menschen auch ihre Kulturgüter an die nächste Generation übertragen. Er unterscheidet hier ganz deutlich zwischen den für ihn zivilisierten Menschen und den un-zivilisierten¹⁸², denen er aufgrund ihres für ihn nicht sichtbaren kulturellen Hintergrundes eine kürzere Lebensspanne zuspricht.

Ein entscheidender Punkt seiner Interpretation liegt aber auch in der Tatsache, dass er zwar Wert auf einen individuellen Umgang mit der zur Verfügung stehenden Lebenszeit legt, dass er die Dauer dieser Lebenszeit mit dem Vorteil dieser Dauer für die Menschheit an sich (Aufzucht der Jungen) aber auch mit dem Vorteil für ein Volk (Übertragung der Kulturgüter) verbindet.¹⁸³

4.5. Der Diskurs „Gesundheitsförderung und Prävention im Alter“ im 19. Jahrhundert

Wenn man das 19. Jahrhundert mit den Phasen der Vor-, der Früh- und der Hochindustrialisierung betrachtet, so bildet dieses Jahrhundert eine sehr lange und sehr komplexe Epoche.

Die sich in diesem Zeitraum jeweils unterschiedlich vollziehende gesellschaftspolitisch-wirtschaftliche Entwicklung spiegelt sich auch in der Thematisierung der Themen „Alter“ und/oder „Gesundheit“ in den Artikeln der Familienzeitschriften wider, obwohl es prozentual gesehen nur eine sehr geringe Anzahl von Artikeln ist, die sich diesem Themenbereichen überhaupt widmet. So beschränken sich die gesundheitsbezogenen Themenschwerpunkte in „Die Gartenlaube“ im Wesentlichen auf die Themen „Pflege der Schönheit der Jugend“ sowie „Pflege des jungen weiblichen Körpers“.

4.5.1. Der Diskurs in den Jahren 1800 – 1850

Gerade die Jahre der Vorindustrialisierung und der beginnenden Frühindustrialisierung stellen in Bezug auf das herrschende Alterbild eine Umbruchphase dar zwischen der

¹⁸² z.B. den Bewohner der deutschen Kolonien, über deren Leben in der „Gartenlaube“ jener Jahre häufig berichtet wird.

¹⁸³ Hier versucht der Autor ganz ausdrücklich die Frage der menschlichen Lebensdauer als Antwort auf die folgende These Darwins zu diskutieren: »Jedes Wesen, das während seiner natürlichen Lebensdauer mehrere Eier oder Samen hervorbringt, muß in einer gewissen Zeit seines Lebens oder in einer bestimmten Jahreszeit vernichtet werden, weil sonst seine Zahl nach dem Prinzip der geometrischen Vermehrung so groß werden würde, daß kein Land das Erzeugte zu ernähren imstande wäre.« (Nach Charles Darwin: The origin of species by means of natural selection. 1920:137).

sich in der Aufklärung entwickelten positiven und einer negativer Sicht auf das Alter. Dieser Charakter des Umbruchs findet sich auch in den Artikeln zu „Alter“ und/oder „Gesundheit“ und damit zur Gesundheitsvorsorge im Alter wieder, die nicht einem Altersbild folgen, sondern unterschiedliche Perspektiven einnehmen.

Zum einen erscheint 1834 ein Beitrag, der auf der Grundlage der Vorstellung von der steigenden und fallenden Lebenskurve den Abbau und Verlust der körperlichen und auch der geistigen Fähigkeiten im Alter als natürlichen Entwicklungsprozess betrachtet, der auf dem sozialen Feld gleichzeitig den Verlust von Achtung und Würde bedeutet. Dieses Altersbild, das keine Möglichkeiten zur Erneuerung der körperlichen und geistigen Ressourcen bietet, reduziert naturgemäß den Wunsch, die Spanne des Lebens möglichst lang zu halten und liefert darüber hinaus auch keine Ansatzpunkte für ein sinnvolles Ansetzen gesundheitsfördernder Maßnahmen im Alter. Hier wird schon ein erneutes Vordringen eines Defizitmodells des Alters mit den Vorstellungen von Abbau und Verlust deutlich, das zur Mitte des Jahrhunderts hin dann wieder das allgemeine Altersbild bestimmen wird.

Zum anderen erscheinen aber gerade auch in den 30er Jahren zwei Artikel, die den Wunsch, das menschliche Leben zu verlängern bzw. ein hohes Alter zu erreichen, schon in ihren Überschriften tragen. Hier ist das Alter noch ein erstrebenswerter Zustand und eine Belohnung für ein gesundheitsbewusstes Leben und für Verzicht in den jüngeren Jahren. Dementsprechend werden jene gesundheitsfördernden Maßnahmen empfohlen, die schon von Hufeland zum Erreichen eines hohen und gesunden Alters empfohlen wurden und obwohl sich diese Maßnahmen nicht ausschließlich an die Älteren wenden, beziehen sie diese Gruppe in ihre Empfehlungen mit ein, sehen also noch im Alter die Möglichkeit zur Verbesserung der Gesundheit.

Als ein weiteres Ergebnis zeigt sich, dass auch die Familienzeitschrift „Der Hausfreund“ in diesen Jahren bei ihren Empfehlungen zu Gesundheitsförderung und Prävention ihre Auffassung über die Verantwortung des Staates in Bezug auf die Gesundheit seiner Bevölkerung an die Leser weitergibt und im Besonderen auf die Pflicht zur Erziehung und Bildung hinweist, da sich beide positiv auf das Gesundheitsverhalten der Menschen auswirken. Aber auch die individuelle Verantwortung für Gesundheit wird betont und ebenfalls die Möglichkeit, auch als Angehöriger einer unteren Schicht sein Leben in einer gesundheitsfördernden Weise führen zu können. So basieren die in dieser Phase der Vorindustrialisierung verbreiteten Empfehlungen für ein gesundheitsförderndes Verhalten auch im Alter zwar auf den Gesundheitsvorstellungen der Aufklärung, werden

aber durch die sich entwickelte Epidemiologie und Sozialhygiene beeinflusst und untermauert.

Der Widerspruch zwischen einem verbreiteten positiven und einem verbreiteten negativen Alterbild zeigt für diese Jahre sehr deutlich, dass sich das Alterbild und damit die Rolle der alten Menschen und in deren Folge auch die Vorstellung von den Möglichkeiten einer Gesundheitsvorsorge für das Alter und im Alter sowie der Wunsch nach einer Verlängerung der Altersphase in einer Phase des Umbruchs befinden.

4.5.2. Der Diskurs in den Jahren 1850 – Ende 19. Jahrhundert

Wie oben dargelegt, finden seit Mitte des 19. Jahrhunderts eine enorme Weiterentwicklung des medizinischen Fortschritts einhergehend mit einer medizinischen Spezialisierung sowie ein tief greifender sozioökonomischer Strukturwandel mit wachsenden Spannungen zwischen sozialökonomischem Fortschritt und politischem Beharren sowie ein Wandel in der Bevölkerungsentwicklung statt, der begleitet ist von der Etablierung des sich entwickelnden negativen Altersbildes mit Interpretation des Alters als Krankheit bis hin zur Ausbildung von gerontophoben Tendenzen.

In den untersuchten Ausgaben der Familienzeitschrift „Die Gartenlaube“ findet sich in diesen Jahren kein einziger Beitrag, der die Möglichkeiten von gesundheitsfördernden Maßnahmen zum Erreichen eines möglichst hohen Alters oder von entsprechenden möglichen Maßnahmen in der Lebensphase des Alters thematisiert.

Der Artikel „Diät für Fettleibige“ erwähnt kurz die Fettleibigkeit im Alter, sieht in dieser Fettleibigkeit aber einen natürlichen Vorgang im Verlauf des Alterungsprozesses.

Im Zuge der oben beschriebenen gesellschaftlichen Entwicklung mit resultierendem negativen und defizitären Alterbild erscheint es schlüssig und dem Geist der Zeit entsprechend, dass sich kein Beitrag findet, der Ratschläge erteilt zur Erlangung eines möglichst langen Lebens oder der sich auch nur ansatzweise mit Problemen des Alters befasst oder sich an die Zielgruppe der alten Menschen wendet. Und so werden auch Alterserscheinungen nicht thematisiert, die ja als Alterskrankheiten gewertet werden und somit auch den Empfehlungen zu einer speziellen Medikalisierung hätten zugeführt werden können. Alt zu sein ist in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts gleichbedeutend mit nicht leistungsfähig gemäß bürgerlicher Normwerte zu sein und keine gesellschaftliche Akzeptanz zu haben.

Auch wenn „Die Gartenlaube“ für sich in Anspruch nimmt, ein Blatt für die gesamte Familie zu sein, so sind es doch die jüngeren Leser und Leserinnen, an die ihre Beiträge zu den Themen gesunde Lebensweise und Körperpflege sich wenden.

4.5.3. Der Diskurs von Anfang 20. Jahrhundert – 1914

Mit der Verbesserung der wirtschaftlichen Situation an der Schwelle zum 20. Jahrhundert und in den Jahren bis zum Ersten Weltkrieg erfährt auch das bestehende Altersbild einen erneuten Wandel und die ausschließlich negative Sicht des Alters beginnt einer differenzierten Betrachtung Platz machen. So erscheinen in der Zeitschrift „Die Gartenlaube“ in den Jahren von 1902 – 1909 vier Beiträge, die sich ausführlich und unter verschiedenen Aspekten mit dem Alter auseinandersetzen.

Zwei dieser Beiträge in diesen Jahren stellen so etwas wie eine Standortbestimmung der Lebensphase des Alters sowohl aus soziologischer als auch aus philosophischer Sicht dar. Nach den Jahren der gerontophoben Tendenzen wird nun versucht, die Rolle der alten Menschen innerhalb der Gesellschaft neu zu definieren, das Alter als solches und die Länge des Lebens zu erklären. Aufbauend auf der Theorie von der Lebenskraft wird zwar auf die zum Ende des Lebens hin einsetzende körperliche Altersschwäche verwiesen, dieser negative Aspekt wird zur gleichen Zeit aber aufgehoben durch die Erwähnung der mit dem Alter verbundenen positiven Aspekte, so dass hier ein Ausgleich geschaffen wird zwischen den beiden Polen „negativ“ und „positiv“.

In dieser Atmosphäre einer differenzierten Betrachtungsweise und der zumindest tendenziellen Überwindung der negativen Altersattribute kommt auch der Gesundheit im Alter und damit den gesundheitsfördernden Maßnahmen wieder ein neuer Stellenwert zu.

So thematisieren die beiden anderen Beiträge der genannten Kategorien dieser Jahre auch gesundheits- und leistungsfördernde Maßnahmen im Alter und wenden sich dabei zumindest in Teilen der Beiträge direkt an die Zielgruppe der älteren Leser, es findet eine direkte Ansprache statt.

Gemeinsam ist diesen Beiträgen, dass beide die Möglichkeiten betonen, auch in der Lebensphase des Alters noch positiv auf die Gesundheit einwirken und so zu einer Verbesserung der Gesundheit, zu einer Steigerung der Leistungsfähigkeit und damit zu einer Verlängerung des Lebens beitragen zu können. Integrale Bestandteile der Betrachtung des Alters sind dabei aber auch die emotionale Befindlichkeit der alten

Menschen sowie deren Lebensqualität. Nicht nur die reine Verlängerung des Lebens ist hier Zielparameter der einzelnen Artikel, sondern gleichermaßen die Steigerung der Qualität des Lebens für die Einzelnen.

Obwohl die Jahre von 1895 bis 1914 als Jahre der Hochkonjunktur bezeichnet werden, so hat sich jedoch gerade in dieser Periode ein extremer Gegensatz zwischen privilegierten und besitzlosen Alten entwickelt. Die Zeitschriftenbeiträge versuchen hier, so etwas wie eine Brücke zwischen den einzelnen Schichten zu schlagen. Die Möglichkeit der Entwicklung und der Förderung der Gesundheit auch noch im Alter wird ausdrücklich auch für diejenigen postuliert, die für diese Maßnahmen nur geringe oder gar keine finanziellen Mittel zur Verfügung haben.

Verzichtet wird hingegen in dieser Zeitschrift auf jegliche Erwähnung einer Verpflichtung des Staates für die Gesundheit seiner Bürger. Gesundheit ist zwar für jeden, auch im Alter, noch machbar, wird aber vollständig in der individuellen Verantwortung gesehen. Erwähnung hingegen findet die Verpflichtung des Einzelnen für seine Gesundheit.

Insgesamt spiegelt der Diskurs in den Beiträgen der Familienzeitschrift „Die Gartenlaube“ zum Themenbereich „Alter und/oder Gesundheit“ die in den einzelnen Phasen dieser Epoche herrschenden wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Verhältnisse wieder, die eine direkte Auswirkung auf Empfehlungen zu Gesundheitsförderung und Prävention im Alter liefern.