

Soldaten, sie alle trinken nichts oder außerordentlich wenig. Den Wettkämpfern ist es z. B. streng verboten, während ihrer Übungen (des Trainings) geistige Getränke auch nur in kleinen Mengen zu sich zu nehmen. Die Mehrzahl der großen Gelehrten, Forscher usw. ist ganz enthaltsam. Sie halten es nicht für falsch, zu trinken, sondern für schädlich und töricht. — Auch die Ärzte haben es fast ganz aufgegeben, Wein usw. als Stärkungsmittel für Kranke, Kinder usw. zu verordnen, wie es früher vielfach geschah. Man sieht, die körperlich und geistig Tüchtigsten sind dem Trinken abgeneigt.

Umgekehrt sind die Mehrzahl der Unglücklichen, die man in den Nerven- und Irrenanstalten findet, alte Trinker. Ein großer Teil der Selbstmörder, der im Leben Gescheiterten, sind Säufer gewesen.

In Deutschland wird jährlich ungeheuer viel Geld für dieses verheerende Gift, die geistigen Getränke, ausgegeben:

für Schnaps	520	Millionen	Mark	jährlich	bär,
„ Bier	2270	„	„	„	„
„ Wein	360	„	„	„	„ !

Das sind zusammen 3150 Millionen Mark für Spiritus zum Trinken. Das ist in barem Gelde doppelt so viel, als uns Heer und Flotte zusammen kosten!

Nimmt man dazu noch die ungeheuren Kosten, die durch Arbeitsverlust, Krankheit, Unfälle usw. infolge von Trunkenheit entstehen, so steigt die Summe, welche die geistigen Getränke jährlich dem Deutschen Reiche kosten, etwa auf das Zehnfache!

Diese mittelbare Schädigung beruht auf bestimmten Besonderheiten der Alkoholwirkung. Von Wasser, Milch, Limonade usw. können wir nie zu viel auf einmal trinken, weil der Magen sie einfach nicht mehr annimmt. Dagegen wirkt der Alkohol nach kurzer Zeit durststeigernd; er reizt die Nieren und vermehrt die Harnabsonderung. So können unmäßige Mengen geistiger Getränke genossen werden.

Organe, die besonders durch dauernde Alkoholwirkung geschädigt werden, sind das Herz und die Gefäße; jenes wird überanstrengt und schließlich zur Vergrößerung gebracht, während der Zustand des Herzmuskels selbst unter der Alkoholeinwirkung verschlechtert wird. Erheblich werden auf die Dauer die Blutgefäße, und zwar besonders die Schlagadern, in schädlicher Weise verändert. Sie verlieren näm-