

Høifjelds-Sanatoriet i Gausdal : et historisk tilbageblik ved 25 aars jubilæet : prospektus for 1901 samt lægeberetning for seasonen 1900.

Contributors

Høifjelds-Sanatoriet (Gausdal, Norway)
Royal College of Surgeons of England

Publication/Creation

[Christiania] : [Wittusen & Jensen], [1900]

Persistent URL

<https://wellcomecollection.org/works/d7vb4tys>

Provider

Royal College of Surgeons

License and attribution

This material has been provided by This material has been provided by The Royal College of Surgeons of England. The original may be consulted at The Royal College of Surgeons of England. where the originals may be consulted. The copyright of this item has not been evaluated. Please refer to the original publisher/creator of this item for more information. You are free to use this item in any way that is permitted by the copyright and related rights legislation that applies to your use. See rightsstatements.org for more information.



Wellcome Collection
183 Euston Road
London NW1 2BE UK
T +44 (0)20 7611 8722
E library@wellcomecollection.org
<https://wellcomecollection.org>

2. c. 5

12

1876—1901

Høifjelds-Sanatoriet

i Gausdal

Et historisk Tilbageblik

ved

25 Aars Jubilæet

Prospektus for 1901



[1901]

part - 2501

1000000000

HØIFJELDS-SANATORIET I GAUSDAL

ET HISTORISK TILBAGEBLIK

VED

25 AARS JUBILÆET

PROSPEKTUS FOR 1901

SAMT

LÆGEBERETNING FOR SÆSONEN 1900





ET HISTORISK TILBAGEBLIK

1876—1901.

Som bekjendt feirer iaar **Høifjelds-Sanatoriet i Gausdal**, Norges første og ældste Sanatorium, sit femogtyveaars Jubilæum. Aaret 1901 er saaledes et Mærkeaar ikke alene i Høifjelds-Sanatoriets egne Annaler, men ogsaa i Sanatorieudviklingens Historie idethele herhjemme; kun sparsomt var nemlig det Kjendskab, vi før Midten af Syvtiaarene havde til de Goder, som vor imponerende Fjeldnatur og vort herlige Fjeldklima kunde yde i sanitær og kurativ Henseende, og naar vi nu ser tilbage paa den raske Udvikling, som dette Spørgsmaal i de sidste Par Decennier har faaet for vort Land, da maa vi i Sandhed være de Mænd megen Tak skyldige, der i 1876 ved Anlægget af Gausdals Sanatorium aabnede Veien for nye og indtil da lidet kjendte Baner paa det medicinsk-klimatologiske Omraade.

Det maatte derfor ligge nær og have sin store Interesse nærmere at udforske og faa paa det rene de første ledende Motiver til, at dette det første Fjeld-Sanatorium kom istand, og for at faa de bedst mulige Oplysninger herom, henvendte jeg mig derfor til D'Hrr. Amtmand Michelet, Direktør Greve og Grosserer J. Breien, da disse Mænd som bekjendt direkte og indirekte havde havt en meget væsentlig Del i Anlæggets første Tilblivelse og videre Udvikling. For de velvillige Meddelelser, jeg saaledes har faaet, bringer jeg herved disse Herrer min bedste Tak.

Til at begynde med skal jeg da først og fremst tillade mig at citere en Del af Indledningen til den *«Indbydelse»*, der Høsten 1874 udstedtes *«til Aktietegning i et paatænkt Sanatorium i Gausdal»*, da denne paa en meget karakteristisk Maade viser os, hvor fremsynte og klarttænkende de Mænd var, der dengang for 25 Aar siden gik i Spidsen og energisk lod Handling følge paa Tanke.

«Den gavnlige Indflydelse (saaledes begynder Indbydelsen), som i Almindelighed spores af et Ophold i et Høifjeldsklima, har allerede i længere Tid tiltrukket sig Opmærksomhed blandt Lægerne; Høifjeldstherapien eller Opholdet i høit beliggende Sanatorier har ikke alene i Brystsygdommenes Behandling faaet en stedse stigende Betydning; men ogsaa i de anæmiske, nervøse og dyspeptiske Tilstande har denne Behandling faaet mere og mere Indpas, hvorhos et Ophold i den rene, friske Fjeldluft har vist sig som et overmaade virksomt Rekreativsmiddel.

I Schweiz, det Land, der i naturlig Beskaffenhed nærmest ligner Norge, har denne Gren af den medicinske Therapie udviklet sig stærkest, og vi finder der Sanatorier paa forskjellige Steder allerede i Virksomhed. De Forsøg, der har været gjort i vort Land have dels været saa smaa og dels lidt af saa mange Mangler i Henseende til Comfort og medicinsk Behandling, at nogen sikrere Erfaring her endnu ikke er vundet; men at dømme efter det heldige Udfald, Høifjeldstherapien har faaet i Schweiz, kunde vi ikke tvivle paa, at de samme heldige Resultater kunde opnaaes ogsaa hos os og maaske i endnu høiere Grad; thi paa Grund af Fjeldplateauets større Udstrækning i Norge, maa Luftens Renhed, hvoraf Behandlingens heldige Udfald væsentligst afhænger, her om muligt være endnu større.

Ikke alene i vort Land har saavel blandt Læger som Publikum et stærkt Savn i denne Retning gjort sig gjældende. Ogsaa fra Broderrigerne og specielt fra Danmark er den samme Trang kommet frem i de medicinske Journaler.

Da vi saaledes have al Grund til at antage, at man ved Tilveiebringelsen af et velindrettet og tidsmæssigt Sanatorium ikke blot vil afhjælpe et Savn i den medicinske Therapie, men

ogsaa imødekomme et temmelig almindeligt udbredt Ønske inden det store Publikum, have vi besluttet herigjennem at indbyde til Dannelsen af et Aktieselskab for Istandbringelsen af et saadant Anlæg.»

Saavidt af Indbydelsen, der som sagt udgik Høsten 1874 og var undertegnet: Otto Lund. W. Boeck. E. Winge. Budde. Bidenkap. Lochmann. Carl Michelet. Andr. Kiær. Th. Peterson.

Som vi ser, var det Indbydernes Tro og Overbevisning, at Tilveiebringelsen af et velindrettet og tidsmæssigt Fjeld-Sanatorium ikke blot vilde *afhjælpe et Savn i den medicinske Therapie*, men ogsaa *imødekomme et temmelig almindeligt udbredt Ønske inden det store Publikum*, og vi faar saaledes et bestemt Indtryk af, at der dengang var ligesom to, omend noget forskjellige Idéstrømme, der mødtes, og et dobbelt Krav, der ønskedes tilfredsstillet.

Som Hovedrepræsentanter for disse to Retninger maa vi først og fremst nævne nuværende Amtmand Michelet og Prof. Lochmann.

Hr. Michelet, under disse Aar Politimester i Kristiania, havde som ivrig Jæger ofte nok havt Anledning til at skatte Fjeldluftens velgjørende Egenskaber og havde allerede ved forskellige Anledninger fremholdt det ønskelige i, at «disse Fjeldets Goder» ogsaa maatte og burde komme andre Byboere, ikke mindst Jægerne Hustruer og Børn tilgode. Oppe paa sin Sæter i Østerdalen (Messeltsæteren) havde han allerede 1872 indrettet sig saaledes, at han kunde bo der med sin Familie, ja endog Aaret efter modtage Kong Oscar deroppe paa et kortere Besøg, og under den kommende Høst og Vinter udviklede han da for Prof. Lochmann, Stadsfysikus Bidenkap og flere af sine Venner Tanken om Anlægget af «et Sanatorium, hvor Familier mod en rimelig Betaling og uden større Forberedelser kunde tage hen og nyde Høifjeldslivets staalsættende Indflydelse». Tanken fandt strax stærk Tilslutning. Først var det hans Mening at lægge Sanatoriet paa Østerdalsfjeldene, men gik han senere over til at vælge Gausdal, dertil væsentlig paavirket af Thore Bjerke, en Mand, hvis store Betydning for Sanatoriets Anlæg og Tilblivelse

vi senere skal komme tilbage til. Allerede i Begyndelsen af September 1874 tog saa Hr. Michelet i den Anledning sammen med Bidenkap og en engelsk Jagtkamerat, Mr. Murray, en Tur op til «Skeidsætrene». Pladsen for det vordende Sanatorium blev da foreløbig udseet, og dermed var in facto Begyndelsen gjort.

I Prof. Lochmann finder vi Repræsentanten for den mere rent medicinske Side af Sanatoriespørgsmaalet, og det var som selvsagt, at hos ham Michelets Plan og Tanke maatte faa en varm og udelt Tilslutning. Som Lærer i Hygiene og Pharmacologi havde han jo paa Forhaand et indgaaende Kjendskab til den vigtige Rolle, Sanatorierne i andre Lande indehavde i therapeutisk Henseende, ligesom han ogsaa havde et aabent Øie for og havde forstaaet at vurdere Betydningen af de rigtignok sparsomme, men dog glædelige Erfaringer, som enkelte af vore mere fremsynte Læger, blandt andre Distriktslæge Arentz i Opdal og Dr. Greve, allerede dengang havde indvundet med Hensyn til vort Fjeldklimats Benyttelse som kurativt Middel. Det har derfor sin store Interesse i denne Fremstilling at omtale et Møde og en Samtale, som netop i et af disse Foregangsaaer Prof. Lochmann havde om disse Spørgsmaal med Greve, dengang praktiserende Læge paa Hamar, og jeg skal i den Anledning tillade mig at citere i sin Helhed et Brev, som Direktør Greve paa min Anmodning velvillig sendte mig, angaaende hans Kjendskab til Sanatoriets første Begyndelse:

«Kjære Doktor!

En Dag i Sommeren 1873 — tror jeg det var — kom Prof. Lochmann paa en Visit til mig. Jeg boede dengang i eget Hus paa Furubakken ved Hamar og havde i 8 Aar praktiseret som Kommunalæge i Vang og Furnæs. Siddende i vor Dagligstue gik Passiaren med den aandslivlige Professor om mangt og meget og kom, som rimeligt var, snart til at dreie sig om de hygieniske Forhold der paa Landsbygden sammenlignet med Vilkaarene i de større Byer. Jeg kunde herunder fortælle om den gode Virkning, jeg i et Par Tilfælde af Rekonvalescents efter grove Plevro-

pnevmonier (Lunge- + Lungehindebetændelse) havde troet at se efter ganske korte Ophold i høitliggende Sætre. Jeg gjorde ham opmærksom paa, at Sygdom sjelden opstod i Fjeldet, uagtet Anledning til Forkjølelse maatte være hyppig nok og pegte paa den vel kjendte Sag, at sultefodret og sygt Kvæg meget snart i Fjeldet blev baade fyldigt og friskt. Jeg mente, der maatte ligge noget særligt, baade stimulerende og styrkende i Luften deroppe og troede, at det burde forsøges, om ikke Nervesvage og Rekonvalescenter i Almindelighed ogsaa fra Byerne vilde kunne drage Nytte deraf. Hertil vilde dog fordres, at større og bedre udrustede Logihuse blev opført paa et nogenlunde let tilgængeligt Sted i tilstrækkelig Høide over Havet og forsynet med saavidt Comfort, at byvante Folk kunde trives og finde sig hjemme der. Under denne Samtale kom en af mit Klientel for at konsulere mig. Det var en paa Oplandene og langt udenfor Distriktet vel kjendt Person, som var mere end nogen anden fortrolig med Sæterlivet og Fjeldvidderne, saasom han fra sin tidlige Ungdom af havde færdes der og i mange Aar drevet Handel med Kvæg og Kvægavlsprodukter fra Sætrene omkring i Hedemarkens og Kristians Amter. Han var nu alt længe en stor Gods- og Fabrikeier og en meget formaaende Mand med baade Vilje og Evne til at hjælpe frem en Sag, som han snart forstod Nytten og ogsaa Fordelen af.

«Skeidsætrene er Pladsen for et sligt Anlæg,» udbrød han og lagde til: «Der har de Kampen lige ved og Vei ikke værre, end at Karl den 15de har engang kjørt den og besteget Kampen.» Jeg forestillede denne Mand — Thore Bjerke — for Prof. Lochmann og raadede nu begge til, naar de mødtes inde i Kristiania, at tage Sagen op og for Alvor søge realiseret noget i større Skala, som kunde bringe paa det rene, om Høifjeldsluften ogsaa paa Byfolk øvede en saadan Virkning som den, jeg mente at have iagttaget hos Landsfolkene og Husdyrene deres.

Det var derfor med stor Glæde, at jeg ikke længe herefter hørte, at Spørgsmaalet om Anlæggelse af et Fjeldsanatorium allerede var taget op af Hr. Politimester Michelet, og at der inde i Hovedstaden var dannet en Komité af velvillige og formaaende Mænd, som i Løbet af forholdsvis kort Tid fik samlet et Aktiebeløb af Kr. 160,000, hvormed man gik ivei med Anlægget af *Landets første Sanatorium*. Bestyrelsen bestod til at begynde med af: Michelet som Formand sammen med Bidenkap, Breien og Thore Bjerke og noget senere — 1876 — indtraadte Lochmann istedetfor denne sidste. Til Plads valgtes «Skeidsætrene» ligeunder Kampen af samme Navn, til Arkitekt Ekmann og til praktisk Leder af Arbeidet, Thore Bjerke under Tilsyn og Kontrol af Grosserer Breien. Den første har stor Fortjeneste af Anlægget. Hans fleste Planer er ligesaa enkle og vakre som praktisk nyttige, uagtet han ikke havde noget ældre at samle Erfaring paa. Thore Bjerke har lagt stor Kraft i Ledningen og en enestaaende praktisk Dygtighed, uden hvilken det ikke skulde været muligt at bringe Anstalten i Drift med den korte Byggetid af omtrent 1 Aar. Selvfølgelig maatte der herunder blive meget Hastværksarbeide, som det senere har faldt baade vanskeligt og dyrt at faa rettet paa; men man opnaaede at «faa smiet, mens Jernet var varmt».

Det Komplex, som dannes af «Økonomibygningen» med Restauration, Saloner, Læseværelse og «Arken» med sine 100 Logirum, er endnu efter vor Tids Forhold stor-slagent og i Virkeligheden det største, som i denne Genre i disse Høider er præsteret. Det var ogsaa et meget stiligt Anlæg, — bortskjæmt desværre for «Arken»s Vedkommende, da det af praktiske Hensyn blev nødvendigt at flytte den store Glasveranda, «Over-» og «Underhuset» fra Bygningens Midte mod Syd til dens østre Endefacade. Foruden disse Bygninger fik man opført den nuværende «Fjeldstue», hvor Inspektøren Engelstad boede de tre første Aar med Familie Aaret rundt. Hertil kom en paa Gaarden «Fykse»

indkjøbt større toetages Bygning — nu «Roligheden» — som blev opsat og indrettet til Logihus med 24 Rum til Udleie. Da der ogsaa i Økonomibygningen fandtes nogle Værelser til Udleie, kunde Sanatoriet i 1876 først i Juli aabnes for et Antal af over 100 Gjæster fordelt i de saavidt færdige Rum. Som Læge fungerede Dr. Axel Lund, der havde paataget sig det ganske vanskelige Arbejde at inaugurere Høifjelds-Sanatoriet i norske Lægers og Lægfolks Interessesfære.

Der kan ingen Tvivl være om, at det store og vanskelige Bygværk, som nævnt, var drevet for hastigt frem og at meget endnu ved Aabningen var halvt eller helt ufærdigt. Der berettes grufulde Historier om utætte Vægge og Tage, Dytninger med Bomuld og Papir i Sprækker og Fuger, Dryp endog i Sengene, som gjorde Paraplyer og indre, høist originale Forbygninger nødvendige — alt sammen Ulemper, som af de fleste Gjæster blev taget gemytligt, men som hos mange ogsaa vakte Misnøie og bragte Sanatoriet selv i mindre godt Ry som *behageligt* Opholdsted.

Tilstrømningen af Gjæster var begge de første Aar uventet stor; men mange vendte skuffet hjem og det saameget mere som især 1877 var et yderst uheldigt Aar med Hensyn til Veirliget — meget Regn, Kulde og lidet Solskin. Det var under disse Forhold ikke saa underligt, at Anlægget, hvis Kapital ikke var fuldttegnet, havde paa-draget sig en større Gjæld og at det, uagtet saa godt og forstandigt styret, var kommet noget i Miskredit. I 1878 og 1879 var derfor Besøget forholdsvis sparsomt, neppe nogen Dag stort over 100, uagtet disse Somre var varme og rige paa Sol. Ved Slutten af Sæsonen 1879 maatte hele Anlægget under Auktionshammeren og gik saa over i et nyt Selskab, dog for en større Del bestaaende af de oprindelige Aktieeiere. Fra nu af begynder for Anstalten en lysere Tid med stadig større og større Fremgang.

Der er ingen Tvivl om, at hertil bidrog ikke alene

den reducerede Kapital, men endnu mere den store Dygtighed og aldrig svigtende Interesse, hvormed nu afdøde Generalkonsul P. Petersen som Formand i den nye Bestyrelse skjøttede Sanatoriets økonomiske Forhold. Havde det første Selskab i Gross. Breien havt en energisk og interesseret Direktør blev Arbeidet for P. Petersen en ren Hjertesag. Han havde klart for sig, at her var et godt og nyttigt Formaal at fremme, og han ydede selv med Opofrelse af baade Penge og sin kostbare Tid Anstalten et Tilsyn og en Kontrol, som den vel tiltrængte og som han tilslut havde Glæden af at se førte den ind i en ganske tryk Tilværelse og det uagtet snart Konkurrenter paa flere Kanter reiste sig og optog mange af dens første Gjæster og Velyndere. God Hjælp og Bistand fik han ogsaa af Gross. Breien og nuværende General Stillesen, samt af Dr. Stabell, Godseier Thv. Meyer, Baron H. Wedel-Jarlsberg og Statsraad Thorne som senere tiltrædende Direktører.

Saaledes er i faa Ord, kjære Doktor, Sanatoriets første Begyndelse, saaledes som jeg har lært den at kjende. Kuranstalten vakte snart Opmærksomhed i de andre nordiske Lande, væsentlig tror jeg, fordi den aldrig er kommet bort fra sin første Bestemmelse; men altid har været, hvad den endnu er og forhaabentlig altid vil blive, en Anstalt hvor fornemmelig syge og slidte Individer af begge Kjøen og alle Aldre kan finde Hvile, Ro og Styrke — i første Række altsaa et Kursted, i anden et Sommerhotel.

Deres

M. Greve.»

Til videre Suppleren af vigtigere Forhold og Begivenheder under Sanatoriets Anlæg og dets første Driftsaar, skal jeg af Hr. Grosserer Breiens velvillige Meddelelse videre tillade mig at citere følgende:

«I Syvtiaarenes gyldne Periode, som netop var inde (da Anlægget skulde paabegyndes), stod alle Materialier i meget høi

Pris, og medens Arbeidslønnen var meget høi, var det vanskeligt at opdrive den fornødne Arbeidskraft. For Vinteren beboeligt Hus laa ikke nærmere end 5 Kilometer, da Sætrene omkring kun for den varme Sommertid ydet meget tarveligt Beboelseshus for Arbeiderne. For at faa rettet paa dette maatte der i Kristiania forarbeides et Hus paa 3 Værelser og dette opsendtes til Logihus for Arbeiderne. Men Provianteringen var ogsaa meget besværlig paa den lange og tildels ubanede Vei, saa det vil forstaaes, at Forholdene just ikke var meget indbydende for Arbeiderne. Paa samme Tid som Tømmerprisene stod meget høit, var Tilgangen af passende Hustømmer fjernt og maatte dette transporteres mod betydelige Bakker og Stigninger. Det nærmeste Sagbrug for Produktion af nødvendige skaarne Materialier laa 40 Kilometer borte, hvorfor et Lokomobil maatte kjøbes og transporteres derop, hvilket ikke var en let Sag, da da de 10 sidste Kilometer bestod af tarvelig Sætervei, som om Sommeren kun kunde passeres med Kløv. Det samme vanskeliggjorde ogsaa Tilførselen af de fornødne Rekvisita — fra Lillehammer og — i ikke ringe Del helt fra Kristiania over den lange Mjosis. Med disse Forhold for Øie vil det ikke forundre, at det ei lykkedes, som først tænkt at faa Sanatoriet færdigt allerede Sommeren 1875, og at det var med mange Mangler, at det blev aabnet 1ste Juli 1876 for 190 faste Gjæster og 144 Besøgende under Sæsonen

Da Politimester Michelets Tid var formeget optagen i andre Gjøremaal, formaaede han for Sæsonen 1878 Generalkonsul Petersen at indtræde i Direktionen som dens Formand, medens han selv blev staaende som dens Viceformand, og var de øvrige Direktører: Dr. Stabell og Grosserer Breien. Dr. Greve blev da valgt til Sanatoriets Læge.»

Saavidt af Hr. Grosserer Breiens Fremstilling.

Følger vi nu Kurstedets videre Udvikling op igjennem Aarene, saa vil det deraf sees, at det jevnt og sikkert har søgt at holde Skridt med Tidens Krav og de stadig stigende Fordringer, idet det er undergaaet Forbedringer og Udvidelser saagodtsom paa alle Omraader.

Jeg skal da i korte Hovedtræk søge at fremstille denne Udviklingens Gang.

Sanatoriets Grundeiendomme

er stadig lidt efter lidt forøgede, og det vil af medfølgende Kartskisse kunne sees under hvilke Aar de enkelte Partier er indkjøbte.

Bygningskompleket

indehar nu over 150 monterede Værelser til Udleie, og af disse er næsten Halvdelen Ovnsværelser. «Parkstuen» blev opført i 1882, Billard og ny stor Salon i 1888 og 1891, «Gimle» i 1891, «Paalstuen» i 1897, «Sæteren» blev nedflyttet og ombygget i 1898, «Nystuen» opført i 1899. Værelsernes og Salonernes Montering er stadig bleven bedre og bedre, og under Aarene 1896—1899 blev specielt Sengeudstyret saagodtsom fornyet.

Elektrisk Lys indlagdes i Saloner og Spiselokaler 1899. Ny Staldbygning opførtes 1900. *Restaurationen* overtoges af Sanatoriet selv fra 1879.

Badeanstalten. De første 5 Aar havde Sanatoriet kun et Par primitive Baderum med kold Douche og Styrt (10—12° C.) foruden Elvebadet (ca. 15° C.); 1881 opførtes et mindre Badehus med Anledning til varme Bade, Dampbade og Furunaalsbade og 1890 blev dette forbedret, idet Varmeregister blev indlagt; 1897 blev saa denne gamle Anstalt nedrevet og erstattet med den nuværende nye fuldt tidsmæssige Badeindretning.

Kommunikationer og Veianlæg.

Indtil 1895 gik [Reisen med Jernbane til Eidsvold, derfra videre med Dampskib til Lillehammer (1 Dagsreise) og saa næste Morgen med Diligencen gennem Gausdal ca. 40 Kilometer til Sanatoriet.

Da i 1895 Jernbanen kom til Tretten Station, deltog Sanatoriet i Anlæg af ny Vei derfra op gennem Øier, og Reisen kan nu — om ønskes — med Hurtigtog fra Kristiania Kl. 7,20 Morgen tilbagelægges til Sanatoriet paa ca. 9 Timer.

Paa Sanatoriet selv er der Aar om andet anlagt flere og flere *Spadserveie*, tilsammenlagt mindst 15 Kilometer.

Telefon med Lillehammer og Tretten kom istand i 1896. Ankomst og Afgang af *Post* 2 Gange daglig etableredes 1897.

Klimatet.

Sanatoriet ligger paa det Fjeldplateau, som lukker for den vakre Gausdal, lige i Trægrænsen, 785 Meter over Havet, paa Overgangen mellem den alpine og subalpine Region, just der, hvor den tætte Naaleskov afløses af Høitjeldsnaturen. Man finder saaledes her forenet Fordelene ved begge disse karakteristiske Sider af den norske Natur. Ikke stiger man mange Meter i Høiden opover fra Sanatoriet, f. Ex. op mod Skeidkampen, før den friske Fjeldvind, den kjølige, tørre, lette Luft, Vegetationen og Naturen i sin Helhed tydelig nok fortæller, at nu har man med rent Høifjeldsklima at gjøre, og omvendt, gaar man nedover i «Parken» og i Skoven lige nedenunder Sanatoriet, føler man sig strax henflyttet til den subalpine Regions blidere, vindstille, af Høider og Trævegetation beskyttede Trakter.

I store Træk viser Klimatet efter de siden 1876 aarlig foretagne meteorologiske Observationer følgende Gjennemsnitsværdier for Sæsontiden 10de Juni til 1ste September:

Sæsonens *Middeltemperatur* ligger ved $10,5^{\circ}$ C, vekslede mellem 8° og 12° C. *Nattemperaturen* ved $5,5^{\circ}$ C, mellem 4° og 7° C; kun under første og sidste Uge af Sæsonen kan den en enkelt Gang gaa ned til eller et Par Grader under Nulpunktet. *Middagstemperaturen* ved $13,5^{\circ}$ C, mellem 12° og 15° C; i Tiden 24de Juni til 24de Juli gaar den ikke sjelden op til Temperaturer mellem 18° og 24° C. Som *rene Extremes* under disse 25 Aar kan nævnes, at Nattemperaturen den 28de August 1885 viste $-6,2^{\circ}$ C, den 31te August 1894 $-3,5^{\circ}$ C; kun én eneste Nat er der under alle disse Aar forekommet Kuldegrader under Juli, det var 10de Juli ifjor, da der noteredes $-1,1^{\circ}$ C; af enestaaende høie Temperaturer kan nævnes 28de Juni 1894 med $+25,4^{\circ}$ C og en Temperatur paa $+19,9^{\circ}$ C saa sent ude i Sæsonen som 22de August 1892.

Lufttrykket svinger omkring 690 mm., hvad der vel omtrent svarer til Sanatoriets Beliggenhed i 785 Meters Høide over Havfladen.

Vindretningen er for den første Del af Sæsonen væsentlig NV og NO; men gaar den senere udover Sommeren mere over til SO og S. Den midlere Vindstyrke 1,3 (Skala 1—6); 2—3 Stormdage forekommer som Regel.

Den *relative Fugtighed* ligger i Juni ved 65,5 pCt., i Juli ved 74,5 og i August ved 80 pCt.

Vanddamptrykket mellem 6,5 og 7,5 mm (6,5 mm i Juni, ca. 7,5 i Juli og August), hvilket omtrent svarer til, at Luften indeholder en god Theske Vand i Dampform pr. Kubikmeter.

Den samlede *Nedbør*, ca. 350 mm, falder paa 25 til 30 Dage noget ujevnt fordelt, mindst i Juni og forholdsvis mest paa Overgangen mellem Juli og August.

Hvad *Skydækket* angaar, maa Himmelen gennemgaaende betegnes som «halvklar»; paa hele Sæsonen 16—18 «klare Dage», forholdsvis flest den første Tid; 20—22 «overskyede», væsentlig den sidste Halvdel; 6—8 Taagedage kan ventes.

I klimatisk Henseende har vi egentlig to ikke lidet forskellige Perioder, en før og en efter medio Juli, og det har sin store Interesse nærmere at klargjøre sig, hvad der saaledes væsentlig karakteriserer den første Del af Sommeren i Mod-sætning til den sidste. Jeg siger Sommeren; thi om Vaar kan der for Høifjeldets Vedkommende strængt taget ikke blive Tale, idet nemlig den enkle, men dog saa vidunderlig smukke Fjeld-flora allerede ligger der fix og færdig i samme Øieblik, som Vinteren og Sneen ofte ligesom med et Trylleslag pludselig tager Afsked. Under disse Sommerens første 4—6 Uger — for Gausdals Vedkommende fra Tiden omkring 8de Juni til medio Juli — er der nu en gjærende Uro og et sprudlende Liv i den hele Natur; vi har da en Rigdom paa Lys, Nat som Dag; Solen virker stærkt, Himmelen er klarere, Nedbøren mindre, Luften tørrere, Vindretningen hyppig vexlende, og samtlige Faktorer udøver da en i høi Grad oplivende og inciterende Virkning paa alt organisk Liv. Meget naturlig gjør derfor under denne Periode

Høifjeldsklimatets stofvexeløgende og stimulerende Egenskaber sig stærkest gjældende ogsaa ligeoverfor den menneskelige Organisme, den være sig syg eller sund. Længere udover Sommeren derimod, efter medio Juli, blir da efterhaanden Nætterne mørkere, Himmelen mere overskyet, Luften blødere og fugtigere, Temperaturforholdene jevnere, Vindretningen bliver mere konstant fra S og SE, og alt bidrager saaledes til da at give Klimatet en mere sederende og beroligende Karakter.

De forskjellige klimatiske Faktorerers indgribende og stimulerende eller nedstemmende og beroligende Evne maa derfor kjendes og vurderes og praktiske Hensyn i det givne Tilfælde tages dertil, forat Kuren fuldt ud kan have den tilsigtede Nytte.

Sæsonens Varighed.

1876 og 1878 aabnedes Sanatoriet 1ste Juli, forøvrigt alle Aar til og med 1890 15de Juni; 1891 fandt Aabningen Sted allerede 6te Juni og senere samtlige Aar 10de Juni; naar undtages 1883, da Sanatoriet lukkedes 3die September og 1891 6te September, har under alle de øvrige Sæsoner Lukningen fundet Sted 31te August.

11,100 Kurgjæster

har besøgt Sanatoriet under disse 25 Sæsoner. Høieste Antal Liggedage, 11,217, falder paa Sommeren 1898; medens derimod det største Antal Kurgjæster, næsten 600, besøgte Sanatoriet 1896.

Efter Nationaliteten har af de Besøgende ca. 5700 været Norske, 3000 Svenske, 1000 Danske, 900 Finske og 500 fra andre Lande.

Det er saaledes et ganske stort Antal Gjæster her fra Norden, der under disse Aar har søgt Sanatoriet delvis for at finde Hvile og Rekreation efter Vinterens Stueliv, Anstrængelser og Selskabelighed, delvis for at søge Helsebod for Sygdomme.

Som «Syge», Kurgjæster altsaa i mere egentlig Forstand, har der nemlig været opførte 3229. Sammendrages de hos disse forekommende

Sygdomsformer og Kurresultater

i større Hovedgrupper fremgaar følgende:

Af *Asthma* ialt 60 Patienter, hvoraf 53 (89 %) med gunstigt Resultat (Helbredelse, betydelig Bedring, Bedring);

af *Blegsot* og *Blodmangel* ialt 352, hvoraf 323 (92 %) med gunstigt Resultat;

af *Sygdomme i Nervesystemet* (Nevrastheni, Migræne, Nervesmerter, Hypochondri, Hysteri, Melancoli) ialt 1350, hvoraf 1161 (86 %) med gunstigt Resultat;

af *Sygdomme i Respirationsorganerne* (Disposition for Forkjølelser, Katarrher og kroniske Bronchiter, Lungeinfiltrationer, begyndende Lungetuberkulose, Plevriter etc.) ialt 542, hvoraf 476 (88 %) med gunstigt Resultat;

af *Hjertesygdomme* ialt 93, hvoraf 74 (80 %) med gunstigt Resultat;

af *Sygdomme i Digestionsorganerne* (Dyspepsier, Mavekatarrher, habituel Obstruktion etc.) ialt 216, hvoraf 187 (87 %) med gunstigt Resultat;

af *Søvnløshed* ialt 115, hvoraf 99 (86 %) med gunstigt Resultat;

af *Rekonvalescens* og *almindelig Debilitet* ialt 574, hvoraf 550 (96 %) med gunstigt Resultat.

Det bør her bemærkes, at disse Kurresultater er byggede delvis paa Iagttagelser gjorte under selve Opholdet ved Sanatoriet; men væsentlig paa de skriftlige Meddelelser, der efter Opfordring fra Anstaltens Læge regelmæssigt Aar om andet er indløbne fra Patienterne i Løbet af Vinteren.

Indikationer og Kontraindikationer.

I 1877, Aaret efter Sanatoriets Aabning, afslutter Kurstedets daværende Læge Axel Lund en liden Opsats om Gausdals Sanatorium i Norsk Magazin for Lægevidenskaben med følgende Ord:

«Overførelsen af Bjerglufttherapien fra det ene Land til det andet vil dog medføre saa mange Modifikationer paa Grund af Forskjellen i de meteorologiske Momenter og Landets Beliggenhed og Konfiguration, at et saadant Forsøg altid vil frembringe nye Sider og Betingelser for Anvendelsen af denne Behandlingsmethode. Indikationer og Kontraindikationer maa saaledes med

Nødvendighed forandres ikke alene efter Høiden over Havet, men ogsaa efter den geografiske Beliggenhed, ligesom vistnok ogsaa den saa forskjellige Lysfordeling ikke kan være uden Indflydelse.

For imidlertid nogenlunde tilfredsstillende at kunne komme til en klarere Opfatning af disse Forhold, trænges der ikke alene en nøiagtig Observation, men ogsaa en længere Erfaring end den, et enkelt Aar kan give, og naar jeg ikkedestomindre her vover at fremlægge disse Linier, er Hensigten kun noget bestemt at præcisere den Opfatning af Kurmethodens Natur, som Opholdet paa vort Høifjeld kan medføre.»

Disse Dr. Lunds Ord viser sig at have været korrekte; møisommeligt og ofte vanskeligt har det faldt at skabe en nogenlunde sikker og vel begrundet medicinsk-klimatologisk Basis at hvile paa, og endnu er mange Gaader paa dette Omraade uløste; men Selverfaring har her som andetsteds vist sin uvurderlige Nytte, og lidt efter lidt har det saaledes under disse 25 Aar lykkedes at indvinde en klarere og klarere Forstaaelse af vort Høifjeldsklima og dets Indvirkninger paa den menneskelige Organisme saavel i syg som i sund Tilstand. Det er en Del af disse af Sanatoriets forskellige Læger gjorte Erfaringer, som jeg i det følgende vil meddele.

De fleste *nervøse Svaghedstilstande*, hvoraf en stor Del ofte gaar under Benævnelsen Nevrasthni, passer som gennemgaaende Regel udmærket for Fjeldet og — jo tidligere paa Sommeren desto bedre; for de stærkt udprægede irritative og kongestive Former, der ikke sjelden er forenet med psykisk Svækkelse, er dog neppe Sanatoriet egnet og bør Patienter med *disse* Lidelser iallefald tilraades at komme under den senere, i klimatisk Henseende mere beroligende Del af Sæsonen.

«Som generel Regel gjælder det naturligvis at færdes mest mulig i Luften under regulær, jevn Motion, medens man dog stadig maa erindre, at Hvile til bestemte Tider er den næst nødvendigste Faktor — et Memento, som aldrig kan siges ofte nok paa disse Høider, hvor den lette, forfriskende Luft og de vakre Udsigter frister og lokker til Fjeldbestigninger, hvad uøvede

— fremmede — Sanatorister i sin Iver ofte maa bøde for i Begyndelsen af sit Ophold. I den første Uge pleier jeg derfor at tilholde specielt nevrastheniske Patienter at holde sig væsentlig paa det lavere Plateau omkring Sanatoriet, hvor de smukke Spadserveie i Granskoven indbyder til meget behagelige Promenader; er man saa styrket og klimatiseret, tilraades daglige Fjeldbestigninger med passende Øgning for hver Dag.» (Dr. Torp i Lægeberetningen for 1886.) — «Hvor Nervesvækkelsen var ledsaget af Søvnløshed var det i de fleste Tilfælde først efter Hjemkomsten, at Forbedringer i Nattesøvnen indfandt sig. Det syntes dog ikke saa, at ringe Nattesøvn under Opholdet paa Sanatoriet hindrede Fjeldluften fra at øve sin styrkende og opvivende Virkning. Tvertom var det en Erfaring, som mange Gæster omtalte for mig, at de deroppe «trængte» mindre Søvn.» (Dr. Greve i Lægeberetningen for 1879.)

Den samme Erfaring angives ogsaa at være gjort ved høiere-liggende Sanatorier andetsteds, specielt i Schweiz. Efter min egen Erfaring at dømme synes de Søvnløse, der er slappe og blodfattige og som samtidig ofte lider af Hjerneanæmi, at sove bedre og længere paa Fjeldet end i Lavlandet, medens omvendt hos de med Hjernekongestion og nervøs Irritabilitet forbundne Former Søvnene oppe paa Fjeldet især i Begyndelsen af Opholdet og specielt under den første Del af Sæsonen ofte er afbrudt, urolig og drømmende.

Af de 352 Patienter, der har søgt Sanatoriet for *Blegsot og Blodmangel* har jo hele 325 eller 92 ⁰/₁₀ haft et gunstigt Resultat af sin Kur. Det er jo ogsaa nu mere end en Hypothese, at Høifjeldsluften forøger de røde Blodlegemers Antal baade hos Sunde og Syge og giver derved den hele Livsvirkksomhed en større opbyggende Kraft. Betingelserne vil dog altid være, at Fordøielsesorganerne endnu formaar at nyttiggjøre en kraftigere Kost og afgive Ballance for den ved Høifjeldsluften fremkaldte forøgede Stofvexel.

Ved de *kroniske Katarrher i Respirationsorganerne og ved Disposition for Forkjølelse* søges som bekjendt — og med Rette — Sanatoriet meget, og jeg kjender neppe nogen Kurmethode, der i

høiere Grad end et Sanatorieophold i Høifjeldet formaar at styrke og hærde Huden og Slimhinderne; Sekretionen lettes, Aandedrættet frigjøres, Kræfterne vindes snart ind og derved bliver Patienten sat istand til at gaa mere omkring, motionere mere, hvad han i aarevis ofte har maattet undlade.

Høiere Grader af Emfysem er kontraindiceret. De mere moderate Former vil derimod altid, selv om de ere komplicerede med Bronchit og Asthma, bedres under et Fjeldophold, NB!, naar Patienten blot vil iagttage størst mulig legemlig og aandelig Ro de første Dage — i frisk Luft og uden at fryse, indtil Lungerne ligesom er «tørret ud» og de saaledes har gjenvundet en Del af den tabte, ofte mangelfulde Elasticitet.

For *Tæringssyge* og idethele for alle Patienter med aaben, aktiv Tuberkulose passer Sanatoriet absolut ikke; der er paa langt nær ikke den Ro i Atmosfæren og den Jevnhed i Temperaturforholdene, som bør fordres ved en tidsmæssig Behandling af tuberkuløse Patienter, ligesom jo Stedet med dets noksaa spredt beliggende Bygninger og dets bakkede Terrain ingenlunde er egnet for denslags Patienter.

Hvad nu *Hjertesygdommene* angaar, skal jeg tillade mig at citere, hvad Dr. Henie efter 3 Aars Erfaring udtaler derom i sin Lægeberetning for 1891:

«Da jeg saavel i de to foregaaende Aar som især i Sommer havde Anledning til at iagttage endel Patienter, som frembød sygelige Ytringer fra Hjertet, kunde det være af Interesse at se meddelt, hvordan disse har befundet sig under og efter sit Høifjeldsophold, saameget mere som der jo har været og endnu er Dissens om, i hvilken Udstrækning saadanne Patienter bør forordnes Ophold i høiere Regioner, hvor det formindskede Lufttryk og den forøgede Stofvexel vel spiller den vigtigste Rolle, ligesom Bevægelser i mere eller mindre kuperet Terrain (Stigninger) kan fremkalde et forøget Muskelarbeide i Hjertet og derved en Øvelse i Hjertets Funktion kan finde Sted.

I de Tilfælde, som kom under Observation, var der funktionelle Forstyrrelser, Svækkelse og Uregelmæssighed i Hjertets Virksomhed, dels af nervøs Natur eller paa Grund af foregaaende

Sygdom (blandt andet Influenza), dels skyldtes de degenerative Processer i Muskulaturen (Fedthjerte). Hos de fleste var Virkningen af Opholdet mere eller mindre gunstig, hos flere særdeles god, kun hos en, en ældre Herre saaes ingen gavnlig Indflydelse.

Der er ved de talrige Spadsergange og ved de forskellige Stigningsforholde god Anledning til at ordne methodiske Spadser-ture (Terrainkure). Ved en nøiagtig Individualisering kan der vistnok for mange af herhen hørende Patienter være flere Betingelser for at opnaa Bedring. Det bør dog erindres, at *betydelig* Klappe-feil med Tilbøielighed til Uregelmæssighed i Kredsløbets Ligevægt ikke egner sig til at behandles under disse Forhold, ligesom ældre Personer med degenerative Forandringer (Fedthjerte) eller hvor der er senile Forandringer i Karsystemet bør fraraades at søge Anstalten. Det bør endvidere udtrykkelig fremhæves, at Patienter, hørende til denne Gruppe, ikke paa egen Haand bør foretage Udflugter eller Fjeldbestigninger, eller idethele selv ordne sit Regime, men at de fuldt ud bør stille sig under Lægens Kontrol, da der her fordres en nøiagtig Individualisering og en nøie Vurdering af hvor langt der bør gaaes i den Gymnastik for Hjertet, som finder Sted ved at færdes i det kuperede Terrain og ved at bestige Høider. For tidlige Forsøg i den Retning kan let frembringe Forværrelse i Tilstanden.»

Og Dr. Stabell skriver i sin Lægeberetning for 1892: «Bedømmelsen af, hvorvidt Hjertesygdomme hører hjemme paa Sanatoriet er forbunden med særegne Vanskeligheder. De, der lide af Angina pectoris, Hjertekrampe med smertefulde og ængstende Anfald af Hjerteklap, enten nu disse antages at bero paa Fedthjerte eller paa Forsnævring af Coronararterierne eller paa betydelige Klappefeil, bør efter min Mening ikke reise saa høit tilfjelds som til Sanatoriet. . . . Derimod tror jeg at Klappe-feil med nogenlunde tilstrækkelig Kompensation med adskillig Nytte kan opholde sig paa Sanatoriet.» Af de 93 Patienter, der for Hjertesygdomme har søgt Sanatoriet, har da ogsaa 74 — hele 80 % — har haft god Nytte af Kuren.

Høifjeldsluften maa saaledes siges at besidde en karakteristisk for Krop og Sjæl styrkende Evne og synes at have denne,

uanset Veirliget, hos alle og stærkest der, hvor Behovet er størst — alt dog forudsat, at der endnu er saadan Rest af Sundhed og Kraft, at derpaa noget idethele kan bygges op.

Kr. F. Andvord.

Af Direktionens Forhandlingsprotokol fremgaar, at følgende Herrer har fungeret som Direktører:

Stadsfysikus BIDENKAP 1876—1877.
Godseier THORE BJERKE 1876.
Amtmand MICHELET 1876—1878.
Professor LOCHMANN 1876—1877.
Grosserer JACOB BREIEN 1876—1879.
Generalconsul PETER PETERSEN 1878—1895.
Doktor FR. STABELL 1878—1879, 1891—1895
og 1897—1899.
General STILLESEN 1879—1887.
Direktør GREVE 1880—1884 og 1896—1901.
Godseier THV. MEYER 1885—1890.
Baron H. WEDEL JARLSBERG 1888—1891.
Statsraad THORNE 1892—1896.
Generalconsul PETER ARN. PETERSEN 1896—1901.
Doktor KR. F. ANDVORD 1900—1901.

Følgende har fungeret som Sanatoriets Læger:

AXEL LUND 1876—1877.
M. GREVE 1878—1883.
JENS TORP 1884—1888.
C. HENIE 1889—1891.
FR. STABELL 1892—1895.
KR. F. ANDVORD 1896—1901.

Som Sekretær har siden 1878 fungeret EMIL ENGEBRETSEN, og som Revisorer siden 1881 CARL MATHIESEN og JENS KAARSBERG HANSEN.

Af Sanatoriets Funktionærer kan desuden nævnes:

| | Inspektør | Oldfrue | Kjøkkenbestyrerinde |
|------|-----------------|--------------------------|------------------------|
| 1877 | CARL ENGELSTAD | Frk. WALLE | |
| 1878 | —>— | Frk. DUNKER | Fru NIELSEN |
| 1879 | Fuldmægtig WIIG | Frk. HANNA NISSEN | Fru ELI FLISAKER |
| 1880 | B. DAHL | —>— | —>— |
| 1881 | —>— | —>— | —>— |
| 1882 | —>— | —>— | —>— |
| 1883 | —>— | —>— | —>— |
| 1884 | —>— | —>— | —>— |
| 1885 | —>— | Frk. ALETTE BOYESEN | Frk. HELENE LIE |
| 1886 | —>— | —>— | —>— |
| 1887 | —>— | —>— | —>— |
| 1888 | —>— | Frk. MARIE LUMHOLTZ | —>— |
| 1889 | —>— | —>— | —>— |
| 1890 | —>— | —>— | Frk. JULIE OLSEN |
| 1891 | —>— | Frk. SOFIE MELLBACH | —>— |
| 1892 | —>— | —>— | —>— |
| 1893 | —>— | —>— | —>— |
| 1894 | —>— | —>— | —>— |
| 1895 | —>— | —>— | —>— |
| 1896 | CHR. HUNDER | —>— | —>— |
| 1897 | —>— | Frk. ANNA STANG PETERSEN | —>— |
| 1898 | —>— | —>— | Frk. JOHANNA DANIELSEN |
| 1899 | J. HALSTENSTAD | —>— | —>— |
| 1900 | —>— | Frk. JANNA BRUN | —>— |

Helt siden Sanatoriets Anlæg har som Vagtmand fungeret PAUL GUTTORMSEN SVEEN, der hele Tiden, Vinter som Sommer, har boet deroppe.

Dette Blik paa Sanatoriets Tilbliven og dets tilbagelagte første Kvart-Seculum kan vi ikke afslutte uden at bringe den store Skare af dets Velyndere, af hvilke en stor Del Aar efter Aar har besøgt det, en varm Tak for den Interesse og Velvilje hvormed de altid har omfattet Anstaltens Virksomhed og Trivsel. Ligeledes skylder vi Østre Gausdals Kommune Tak for godt Samarbejde i disse mange Aar, og særlig Sætereierne i Sanatoriets Naboskab, fordi de altid har vist sig hyggelige og opmærksomme mod Sanatoriets Gjester.

Christiania i Marts 1901.

I Direktionen for «Aktieselskabet Høifjelds-Sanatoriet i Gausdal»

M. Greve. Peter Arn. Petersen. Kr. F. Andvord.

PROSPEKTUS
FOR
HØIFJELDS-SANATORIET I GAUSDAL.

Høifjelds-Sanatoriet i Gausdal, anlagt i 1876, er beliggende paa Høifjeldsplateauet mellem Gudbrandsdalen og Valders, i Gausdals Prestegjeld, 785 Meter over Havet, lige i Trægrænsen, og dækkes mod Nord af den 1,126 Meter høie Skeidkamp.

Sanatoriet holdes aabent fra 10de Juni til 31te August.

Fra Kristiania gaar der **Hurtigtog** om Morgen Kl. 7,20 med Ankomst til **Tretten** Kl. 1,40.

Her indtages Middag i Hotel Losna'os, hvorefter Sanatoriets Vogne afgaar Kl. 3¹/₂. Bagagen afgaar snarest muligt efter Togets Ankomst forat kunne være fremme før Gjæsterne.

Endvidere gaar der Tog fra Kristiania Kl. 9,15 Formiddag med Ankomst til Tretten Kl. 6 Eftermiddag, hvilket Tog ved Lillestrømmen korresponderer med Hurtigtoget fra Stockholm. Ogsaa til dette Tog fremmøder Vogne.

Kjøretaxten er 4 Kroner (ned 3 Kr.). For separat Vogn til 1 à 2 Personer 10 Kr. 30 Kg. Bagage befordres frit. Overvægt beregnes efter 3 Øre pr. Kg. Afstanden mellem Tretten Jernbanestation og Sanatoriet er ca. 15 Kilometer.

De ordinære Udgifter ved Sanatoriet er:

Enkelt Værelse 25—85 Kr. pr. Maaned,

Dobbelt Værelse (to Senge) 70—140 Kr. pr. Maaned,

Salonværelse med Veranda 150 Kr. pr. Maaned,

Extraseng 20 Kr. pr. Maaned.

For kortere Tid betales pr. Døgn $1\frac{1}{2}$ —6 Kr. og for Extraseng 1 Kr.

Forudbestilt Værelse staar for **Bestillerens Regning** fra den Dag, det er bestilt. **Opholdets Varighed** ønskes angivet.

Bespisning: 90 Kr. pr. Maaned.

For kortere Ophold betales $3\frac{1}{2}$ Kr. pr. Dag, indtil Maanedsprisen er naaet.

For Reisende — Ophold 3 Dage og derunder — betales Restaurationspris:

Middag 2 Kr., Frokost 1 Kr., Aften 1 Kr.

Børn — NB. under 10 Aar — og Tjenere det halve.

Afgift (Læge, Post, Aviser, Adgang til Societetslokaler, Keglebane, Billard m. m.) 25 Kr. pr. Maaned, 1 Kr. pr. Dag.

NB. Naar der fra samme Familie eller Husstand er flere Personer, betaler den anden og efterfølgende $12\frac{1}{2}$ Kr. pr. Maaned, eller pr. Døgn 50 Øre.

Lægen er stadig tilstede. Apothek med de almindelige Medikamenter forefindes.

Postexpedition paa Sanatoriet. Post ankommer og afgaar 2 Gange daglig.

Telefonforbindelse saavel med Rigstelefonen i Lillehammer, som med Tretten, hvor der ogsaa er **Telegrafstation**.

Vaskeri for Gjæsternes Tøi, Barberstue, inden- og uden-dørs Spil, Billard, Keglebane, Læseværelse med inden og udenlandske Aviser samt et lidet Bibliothek af ældre og nyere skandinavisk Literatur.

Kart i større Maalestok over Sanatoriet og Omgivelser er tilsalgs paa Sanatoriet.

Det vigtigste Kurmiddel er selve Luften og det længere og mere intense Lys. Høifjeldsluften er tør, ozonrig, let, ren og støvfri; den virker styrkende og hærdende samt oplivende paa Hud, Slimhinder og Nerver og udøver, hvad mange Aars Erfaring har vist, en heldig Indflydelse paa Stofvexelen og Blodberedningen.

For Terrænkure er Stedet særdeles godt skikket.

Badebehandling: kolde og varme Karbad, skotsk og almindelig Douche, Furunaalsbade, Afrivninger etc. i den ny-opførte *tidsmæssige Badeanstalt*.

Ved Siden heraf bruges som gode Hjælpemidler *de vigtigste Mineralvande, passiv Gymnastik, Massage og Elektricitet*.

De Sygdomme, som Høifjeldskur særlig har vist sig gavnlig ved, er:

Svækkelse i Nervesystemet — Neurastheni,

Sygdomme i Blodberedningen,

Kroniske Sygdomme i Bryst- og Fordøielsesorganerne,

Almindelige Svækkelsestilstande, Reconvalescents.

For Tæringssyge passer ikke Sanatoriet.

For Bestilling af Værelser henvende man sig til Sanatoriets Læge:

Kr. F. Andvord, Kristiania.

Under Sæsonen er hans Adresse: «Høifjelds-Sanatoriet i Gausdal».

Prospektus udleveres i Bogladerne og ved Henvendelse til **Sanatoriets Direktion**.

Kristiania i Marts 1901.

M. Greve. Peter Arn. Petersen. Kr. F. Andvord.

ORIENTERENDE BEMÆRKNINGER.

Sanatoriet ligger paa det Fjeldplateau, som lukker for den vakre Gausdal, lige i Trægrændsen, 785 Meter over Havet, paa Overgangen mellem den alpine og subalpine Region, just der, hvor den tætte Naaleskov afløses af Høifjeldsnaturen. Man finder saaledes her forenet Fordelene ved begge disse karakteristiske Sider af den norske Natur. Ikke stiger man mange Meter i Høiden opover fra Sanatoriet, f. Ex. op mod Skeidkampen, før den friske Fjeldvind, den kølige, tørre lette Luft, Vegetationen og Naturen i sin Helhed tydelig nok fortæller, at nu har man med rent Høifjeldsklima at gjøre, og omvendt, gaar man nedover i «Parken» og i Skoven lige nedenunder Sanatoriet, føler man sig strax henflyttet til den subalpine Regions blidere, vindstille, af Høider og Trævegetation beskyttede Trakter.

Bygningskomplekset bestaar af en større Logisbygning: «Arken» med 100 Logirum i 2 Etager og Kvistetage; denne gennemskjæres efter Længden af rummelige Korridorer og har mod Øst 2 store lukkede Glasverandaer, «Over- og Underhuset». I Overhuset er Kamin; her er under gunstige Veirforhold almindeligvis Tilholdssted for Gjæsterne. Paa begge Sider af de lange Korridorer ligger Værelserne mod Syd og Nord, saa man kan vælge mellem Rum til Sol- og Skyggesiden; sidste foretrakkes særlig i varme Somre. Ved en dækket Gang, «Mellemgulvet», staar «Arken» i Forbindelse med Økonomibygningen, som indeslutter Spisesalen, der rummer ca. 200 Gjæster, 2 større Societetssaloner (Piano etc.), et Læseværelse med et lidet Bibliothek, samt inden- og udenlandske Tidsskrifter og Aviser, og endelig Billardværelse.

I samtlige Societets- og Spiselokaler er anbragt elektrisk Lys.

I umiddelbar Nærhed ligger de toetages Bygninger: «Fjeldstuen», «Roligheden», «Gimle», «Parkstuen» og «Paalstuen» med tilsammen 50 à 60 Rum, nærmest bestemt for Patienter, som særlig trænger Ro og Stilhed; disse Rum er forsynet med Ovn. Vel hundrede Skridt fra Arken ligger Villaen «Granly», og under Skeidkampen «Nystuen» og «Sæteren», begge indrettet til smaa Familieboliger.

Af andre Bygninger bemærkes den lukkede *Keglebane* samt den nye tidsmæssige *Badeanstalt*, hvor de forskjellige Badeformer kan tages uanseet Veirliget.

I alt disponerer Sanatoriet over 60 Ovnsværelser, som gjerne søges af mere svagelige Individuer; i sin Almindelighed er dog Ovnen overflødig paa Fjeldet. Med Hensyn til Værelsernes Montering forøvrigt, da er denne enkel, dog forskjellig efter Værelsernes Pris. I de fleste Rum findes saaledes Chaiselonger og Kaminstole samt Klædeskab, overalt findes gode Senge og en gennemført Renslighed.

Dagen er reguleret efter bestemte Klokkeslet. Der ringes til Opstaaen, Middag, Aftensmad og Sengetid (Kl. 10). Husordenen søges gennemført, og der findes paa hvert Rum opslaaet et Reglement.

Efter Opstaaen Kl. 7 nydes bedst et Glas Melk, en Kop Kaffe eller en Kop Havresuppe, hvorpaa man spadserer Morgentur, Patienterne helst paa Plateauet, medens stærkere Individer neppe anvender Tiden til Frokost bedre end til en hel eller delvis Bestigning af

«*Skeidkampen*», som i en jevn, senere steilere Stigning fra Sanatoriets Grund hæver sig til en Høide af 341 M. over Plateauet — 1,126 M. over Havet. Veien er inddelt i Stationer med nummererede Bænke, hvor Afstand og Stigning findes anført. Til at naa Toppen behøves fra $1\frac{1}{2}$ — $1\frac{1}{2}$ Time, alt efter Kræfterne. Paa Toppen findes en Udsigtshytte. Forat man kan finde sig tilrette i det storartede Fjeldpanorama, som Jotunheimen, Rondene, Valdresfjeldene med flere Fjeld udbreder for Blikket, er der paa det høieste Punkt anbragt en Skive med Sigte-linier og Navne paa de mest fremtrædende Toppe.

«*Præstekampen*» — 1,247 M. over Havet — er et passende Maal for en Formiddagstur; til denne Tur pleier man som oftest at slaa sig sammen flere i Følge, ialfald første Gang man begiver sig afsted. Almindeligvis bruges Rideheste paa denne Tur; saadanne udleies efter bestemt Taxt. Ofte provianterer man sig i Restaurationen til denne 4 à 5 Timers Udfærd med lette Varer, og Toget sætter sig i Bevægelse langs Skeidkampens Østside, idet man har Torsdalsvandets Sætre tilhøre. Bestigningen af Præstekampen er lidt besværligere end Skeidkampen, da den sidste Del af Veien maa tilbagelægges tilfods; men saa er da Udsigten deroppe saa meget mere omfattende; specielt viser de vakre Ronder sig her til sin Fordel.

Et andet meget søgt Udflugtssted er *Linnviksæteren* i ca. 9 Km. Afstand fra Sanatoriet. Fra et Høideplateau ligeved, «*Linnvikskampen*», 1,032 M. over Havet, hvis Bestigning ikke frembyder nogen Vanskelighed, og som kan foretages tilhest, haves en storartet Udsigt over Gudbrandsdalen, hvor denne gennemstrømmes af Losna, samt nordover til de snedækte Ronder. Veien til denne Sæter gaar som til Præstekampen langs Østsiden af Skeidkampen, dernæst i nordøstlig Retning mellem Torsdalsvandet og Sjøsetervandet, ved hvis vestlige Ende man ved de her beliggende Sætre passende hviler og nyder Synet af den smukke Fjeldsjø.

Til denne Tur medgaar 5 à 6 Timer.

Blandt andre yndede Udflugtssteder, *Bondkampen*, *Kilekampen*, i ca. 8 Km. Afstand, *Knutshulen* 5 Km., *Langlifjeld* 6 Km. og *Bjørga* 5 Km., som hver især lønner sin Mand med interessante Udsigter, vil særlig Bjørga egne sig for Eftermiddagsture; man har derfra en storartet Udsigt ned i den frugtbare, velbyggede Gausdal, som gennemstrømmes af Gausa; længst mod Syd sees Byen Lillehammer og Mjøsen. Sættes denne Tur i Forbindelse med en Baadfart paa Vetlevandet — baade Sanatoriet og de paa Brædderne liggende Sætre holder Baad — saa kan en hel Dag med Udbytte anvendes hertil. Paa en liden smuk Holme i Vetlevandet koger man da gjerne sin Kaffe, hvortil de nødvendige Rekvisita medtages fra Sanatoriet eller tildels kan erholdes paa Sætrene, hvor man som overalt paa disse Kanter finder en venlig Modtagelse, en udpræget Renslighed og mod en moderat Betaling de enkle Forfriskninger, der kan bydes paa, væsentlig af Melken. Saavel

fra *Bondkampen* som *Kilekampen* har man interessant Udsigt over Gudbrandsdalen. En Tur til *Knutshulen* er mindre strabadsiøs, men lønner Umagen; selve Hulen er en af den bekjendte «Visknut» paa Sølvforekomst anlagt Stoll. Til Knutshulen bør Lys medtages. Til Skeidkampen er anlagt god Vei, saa man kan kjøre derop i Kariol. Som Regel spadserer man dog. Til de øvrige nævnte Steder er der dels oparbejdet Sti, dels er Retningen saa tydelig markeret, at man kan finde frem uden Fører. Almindeligvis medtages Rideheste paa Ture til disse Steder.

Fra saadanne Expeditioner vender man med en skjærpet Appetit tilbage til Middagen, der serveres Kl. 3. Denne bestaar i Regelen af 2 à 3 Retter og Dessert. Sanatoriet forestaar selv Restaurationen og Vinkjældereren, hvorfor alt til Bordet hørende er af bedst mulig Kvalitet. Kjødet er almindelig af Slagtekvæg — Oxer, Faar, Kalve — som opfedes paa de nærliggende Sætre, der ligeledes leverer en aldeles fortrinlig Melk, bedste Gedemysost og nykjernet Smør osv. Af Fiskeretter fremhæves den bekjendte Hunnerørret samt Fjeldørret. Alt Brød, som nydes, ophentes daglig ferskt fra Lillehammer.

Høifjeldsfloraen er rig omkring Sanatoriet, saa Botanikere vil finde et rigt Felt for Studiet.

Som mere nærliggende Maal for Eftermiddagsture kan nævnes den lille Fos, som Skeidelven danner lige ved Vaskeriet. Paa blæsende Dage har man her et lunt Tilflugtssted i Naaleskoven. Længer op i Skeidelven er anlagt et lidet *Strømbad*, som de mere hærdede af Gæsterne vil finde forfriskende paa rigtig varme Dage, medens forøvrigt den ved Sanatoriet beliggende Badeanstalt serverer de forskjellige Badeformer efter Lægens Forskrift.

Aftensmaaltidet indtages mellem 7 og 8 og bestaar, som Frokosten, af koldt og tildels varmt Kjøkken. Efter dette Maaltid ser man Grupper af ældre og yngre, Damer saavel som Herrer, samle sig til Boccia, Croket, Lawn-Tennis og andre Friluftsspil, eller man samles i Salonerne, hvor der som oftest er Musik og Sang. Denne Stund paa Dagen er ligesom Samlingstiden efter Dagens Udfærd. *Kl. 10 er Sengetid, da alle skal være stille.* Hensynet til Patienterne giver, som det bør sig, Anstalten dens Præg og ligger til Grund for dens daglige Husorden. Her turde det være paa sin Plads at minde om enkelte Kardinalregler, som enhver bør iagttage for at gjøre sig Opholdet nyttigt og behageligt:

1. Varm, helst ulden Klædning er nødvendig; medtag godt Ydertoi, som Vinterfrakke, Vinterkaabe og fremfor alt vandtæt, tyksaalet Skotøi — Turiststøvler.
2. Tilbring, uanseet Veiriget, under jevn Bevægelse den meste Tid i Luften, men undgaa alslags Overanstrengelse og glem ikke den fornødne Hvile.
3. Foretag ingen anstrengende Fjeldbestigninger de første 2 à 3 Dage efter Ankomsten.
4. Enhver, som søger Sanatoriet til Helsebod, bør strax konferere med Lægen.

Dette er altsaa i korte Træk Livet ved Sanatoriet, hvor Naturforholdet, en særdeles god Forpleining, en behagelig, utvungen Tone danner Betingelserne for det aandelige og legemlige Velbefindende, som de fleste finder efter et kortere eller længere Ophold ved samme.

Sanatoriet er aarligaars noget udvidet, saa man nu kan huse vel 200 Gjæster.

Hunde bør ikke medtages, da de i Tilfælde maa
holdes bundne.

LÆGEBERETNING

FOR

HØIFJELDS-SANATORIET I GAUSDAL

SOMMEREN 1900.

Sanatoriet, der aabnedes 10de Juni og lukkedes 1ste September, var under Sæsonen besøgt af 498 Gjæster, hvoraf 328 opholdt sig i længere Tid end en Uge. Liggedagenes Antal var 9790.

Det gennemsnitlige Antal Gjæster var 120. Høieste Antal Gjæster paa en Dag (30te Juli) 200. I Juni ankom 102, i Juli 262 og i August 134 Gjæster; 314 var Mænd, 263 Kvinder og 21 Børn.

Efter Nationaliteten var: fra Norge 260, fra Sverige 123, fra Danmark 54, fra Finland 42 og fra andre Lande 19. Af Gjæsterne opholdt de Finske sig gennemsnitlig i 31 Dage, de Svenske i 22, de Danske i 21 og de Norske i 16 Dage.

Kurgjæster i mere egentlig Forstand udgjorde 156 og Kurresultaterne for disse vil sees af nedenfor staaende Liste; de er byggede delvis paa Iagttagelser gjorde under selve Opholdet ved Sanatoriet; men væsentlig paa de skriftlige Svar-meddelelser, der indløb ved Aarsskiftet.

| Sygdom | Ialt | Med gunstigt Resultat | Uforandret |
|--|------|-----------------------|------------|
| Nevrastheni | 40 | 35 | 5 |
| Melankoli, Hysteri og Hypochondri .. | 20 | 15 | 5 |
| Migræne, Hovedpine og Nervesmerter | 11 | 8 | 3 |
| Morbus Basedowi | 3 | 2 | 1 |
| Søvnløshed | 4 | 3 | 1 |
| Asthma | 3 | 2 | 1 |
| Disposition for Forkjølelse og kronisk Bronchit | 18 | 14 | 4 |
| Lungetuberkulose (Spidskatarrh) | 2 | 1 | 1 |
| Diabetes | 1 | 1 | — |
| Hjertesygdomme | 10 | 8 | 2 |
| Mave- og Tarmsygdomme | 7 | 5 | 2 |
| Kronisk Rygmarvsygdom | 2 | 1 | 1 |
| Adipositas og Underlivsplethora | 3 | 3 | — |
| Blegsot og Blodmangel | 10 | 8 | 2 |
| Almindelig Debilitet og Rekonvalescens | 22 | 18 | 4 |

Sanatoriet var ogsaa i denne Sæson godt besøgt. Rigtignok var Gjæsternes Antal under Juni Maaned mindre end det pleiede at være, ialfald under de senere Aar; men til Gjengjæld var der fuldt Hus under Juli og August.

Den sure, kjølige Forsommer var vistnok for en ikke ringe Del Skyld i, at Kurgjæsterne iaar bestemte sig for en senere Ankomsttid end almindelig, idet de sandsynligvis frygtede for en kold Juni paa Fjeldet. Som bekjendt blev dette dog ikke Tilfældet; tvertimod udviste Juni Maaned iaar (cfr. den meteorologiske Tabel) som sædvanlig en rigelig Mængde klare, solvarme Dage og uden nogen ekstraordinær lav Temperatur. I Begyndelsen af Juli fik vi derimod ogsaa vor Del af den Kuldeperiode, som da hjemsøgte hele det sydøstlige Norge.

I de Dage viste det sig tilfulde, hvor lidet igrunden lav Temperatur sammen med Vind og Regn har at skaffe med Forkjølelse og Katarrher NB. i en saadan steril, bakteriefri Høifjeldsluft. Trods Uveir, Regn og Taage tre hele Dage tilende med en Nattemperatur, der endog gik ned til 1 à 2 Graders Kulde, befandt dog Sanatoriets 170 Gjæster sig udmærket vel i sanitær Henseende og jeg tror neppe der fandtes en eneste en, der havde noget Ubehag af «disse ruskede, kolde Fjeld-dage». Sundhedstilstanden var ogsaa for den hele Sæsons Vedkommende særdeles tilfredsstillende, specielt hvad alle Nerverlidelser angik; saagodtsom ingen inter-kurrente Lidelser kom under Behandling og specielt maa det bemærkes, at der ikke optraadte et eneste Tilfælde af Angina follicularis eller Sommerdiarrhoe, der jo ellers pleier at vise sig.

Badeanstalten var godt besøgt; der leveredes saaledes i Sommerens Løb 404 Furunaalsbade, 205 Karbade, 170 Halvbade, 140 skotsk Douche, 110 tempereret Douche og 109 kold Douche.

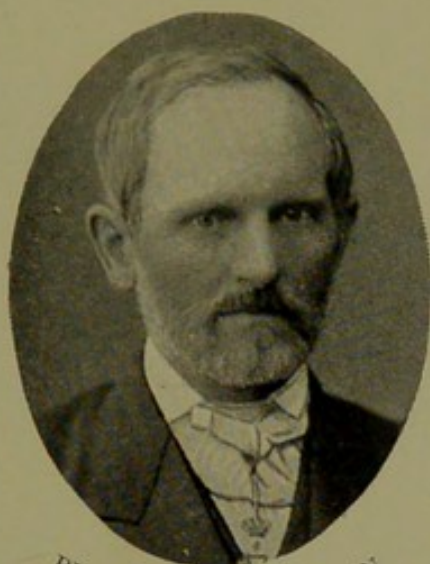
Jeg skulde i det Hele være tilbøielig til at tro, at Kurresultaterne i de senere Aar, specielt under denne Sommer, har været bedre end tidligere og maa dette for en ikke ringe Del tilskrives de store og betydningsfulde Udvidelser og Forbedringer, som Sanatoriet i den sidste Tid har undergaaet.

Kr. F. Andvord.

HØIFJELDS-SANATORIET I GAUSDAL 1900.

| Maaned | Temperatur | | | | | | | | | Vandamptryk | | | | Relativ Fugtighed | | | |
|------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|--------|--------|-------|--------|-------|-------------|-----------|-----------|--------|-------------------|-----------|-----------|--------|
| | Minimum | Kl. 8 Fm. | Kl. 2 Em. | Kl. 8 Em. | Middel | Høiest | Datum | Lavest | Datum | Kl. 8 Fm. | Kl. 2 Em. | Kl. 8 Em. | Middel | Kl. 8 Fm. | Kl. 2 Em. | Kl. 8 Em. | Middel |
| Juni (10—30) | 7.2 | 13.3 | 16.0 | 13.7 | 12.8 | 21.7 | 13 | 2.9 | 17 | 7.4 | 6.8 | 7.6 | 7.2 | 65 | 52 | 65 | 65 |
| Juli | 5.6 | 10.6 | 14.5 | 11.2 | 10.7 | 21.9 | 13 | —1.1 | 10 | 6.9 | 7.2 | 7.1 | 7.0 | 71 | 58 | 71 | 71 |
| August | 5.7 | 9.5 | 12.7 | 9.9 | 9.7 | 18.9 | 17 | —2.1 | 27 | 7.4 | 8.0 | 7.8 | 7.6 | 79 | 72 | 86 | 82 |

| Maaned | Skydække | | | | Nedbør- Mængde i mm. | Antal Dage med | | | | | | | | Vindenes Hyppighed | | | | | | | | Vindstyrke | | | | | |
|---------------|-----------|-----------|-----------|--------|----------------------------|----------------|-----|-------|-------|-----------|-------|--------|---------|--------------------|----|----|---|----|---|----|----|------------|--------|-----------|-----------|-----------|--------|
| | Kl. 8 Fm. | Kl. 2 Em. | Kl. 8 Em. | Middel | | Nedbør | Sne | Taage | Frost | Overskyet | Klart | Torden | Nordlys | Storm | N | NE | E | SE | S | SW | W | NW | Stille | Kl. 8 Fm. | Kl. 2 Em. | Kl. 8 Em. | Middel |
| Juni (10—30). | 1.9 | 2.6 | 2.2 | 2.2 | 24 | 9 | — | — | — | 1 | 11 | — | — | — | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 15 | 4 | 34 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.6 |
| Juli..... | 3.7 | 4.1 | 2.8 | 3.5 | 86 | 6 | — | — | 3 | 1 | 10 | — | — | — | 11 | 4 | 8 | — | 8 | 5 | 28 | 3 | 26 | 0.9 | 1.0 | 0.3 | 0.7 |
| August..... | 4.5 | 4.1 | 3.6 | 4.1 | 112 | 15 | — | — | 1 | 6 | 12 | — | — | — | 17 | 6 | 3 | — | 9 | — | 6 | 2 | 50 | 0.7 | 0.5 | 0.3 | 0.5 |



PROFESSOR LOCHMANN



AMTMAND MICHELET

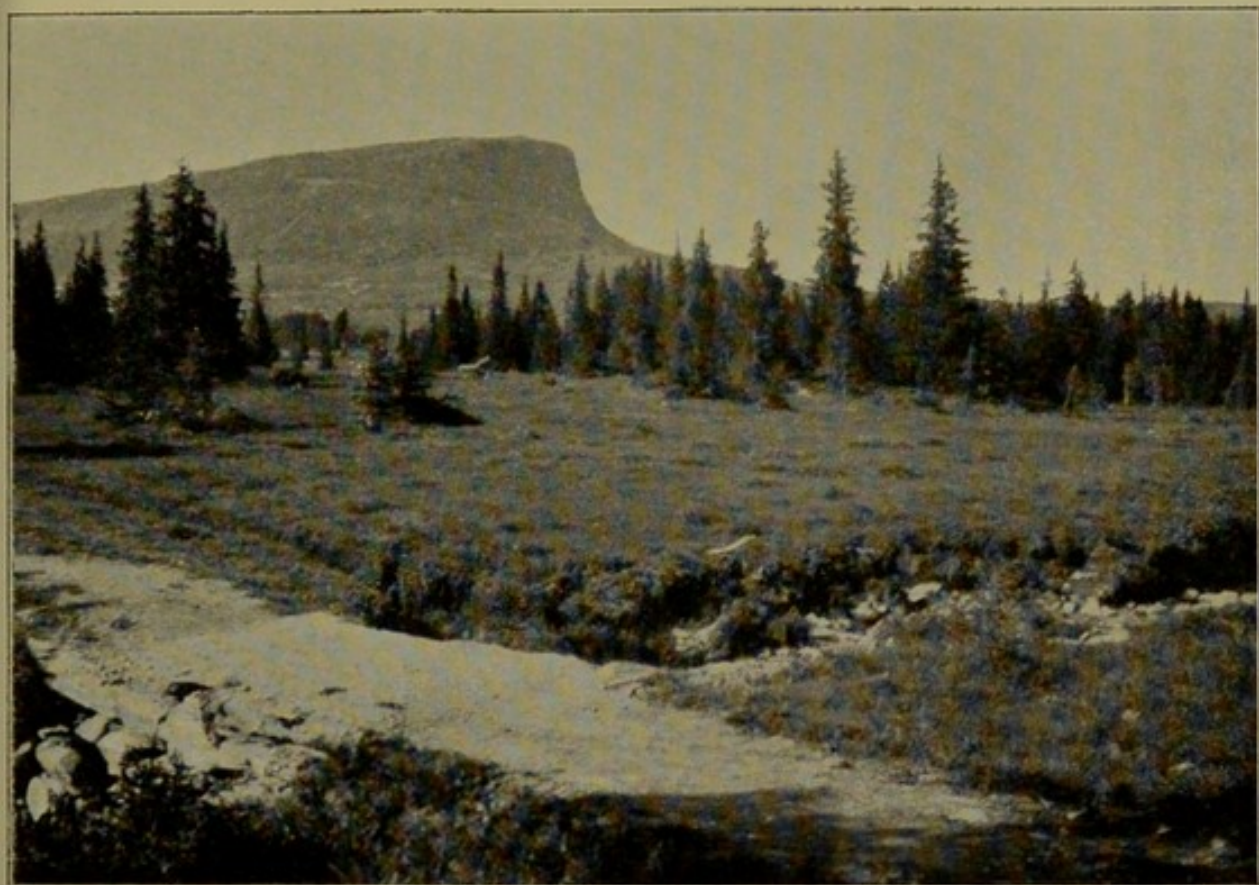


GENERALKONSUL PETER PETERSEN

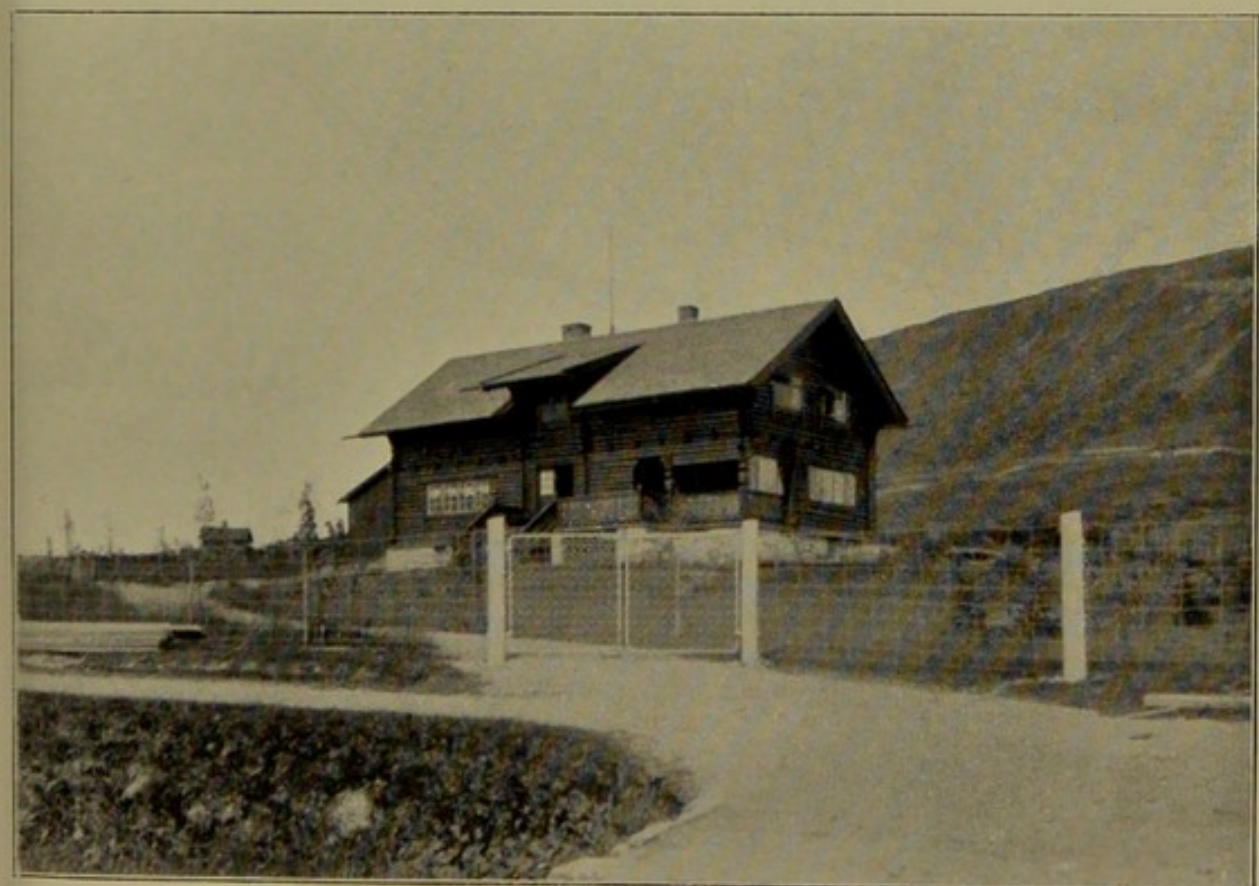


DOKTOR ANDVORD

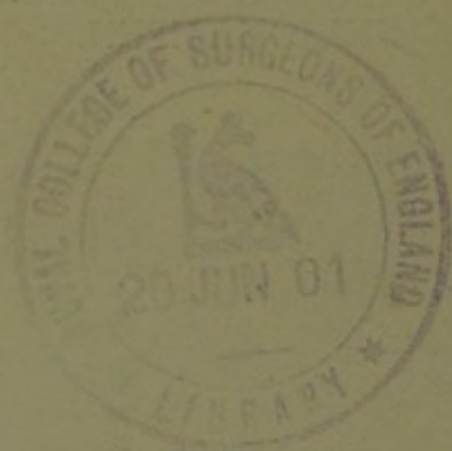


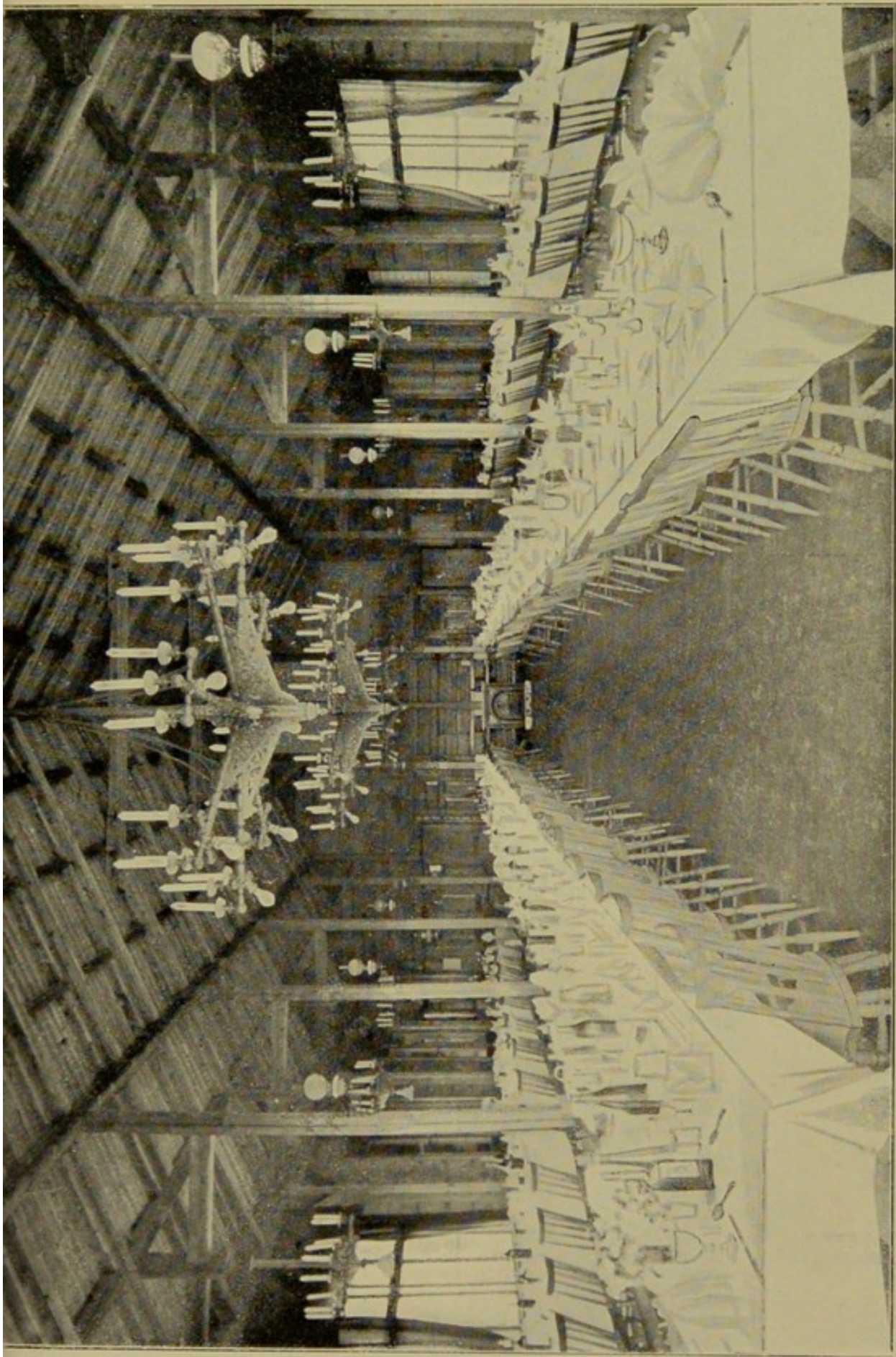


SKEIDKAMPEN.



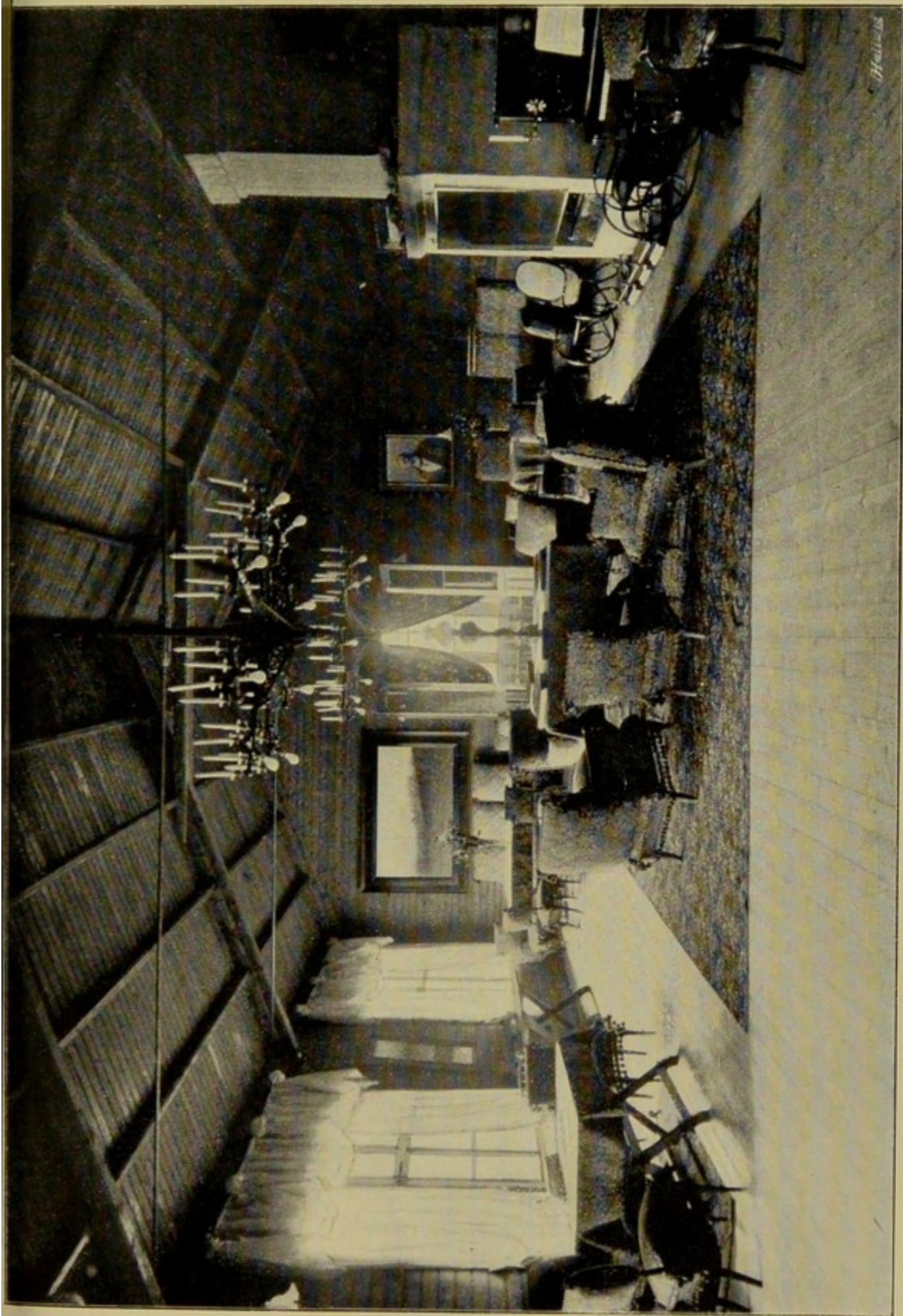
«PAALSTUEN».





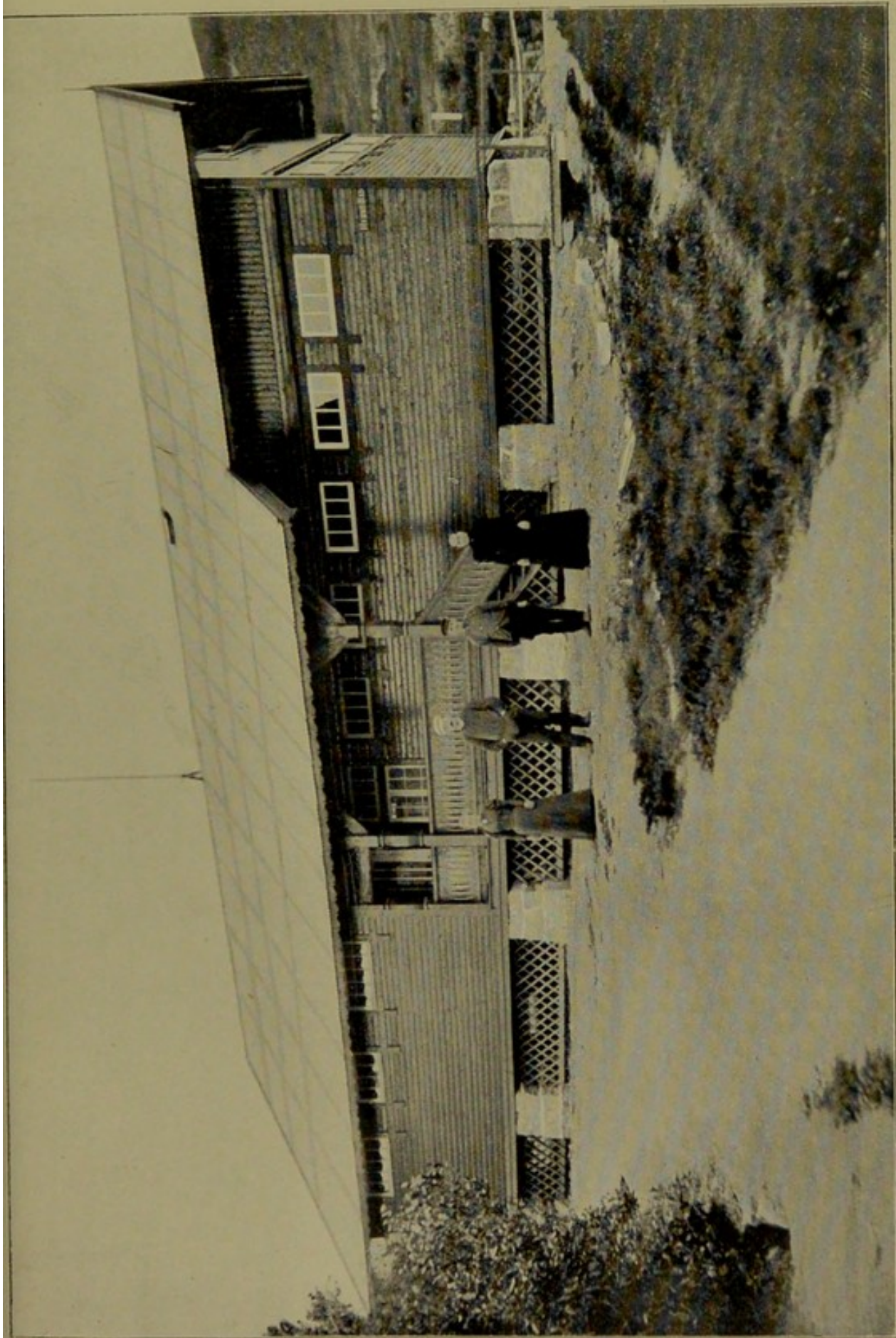
SPISESALEN.





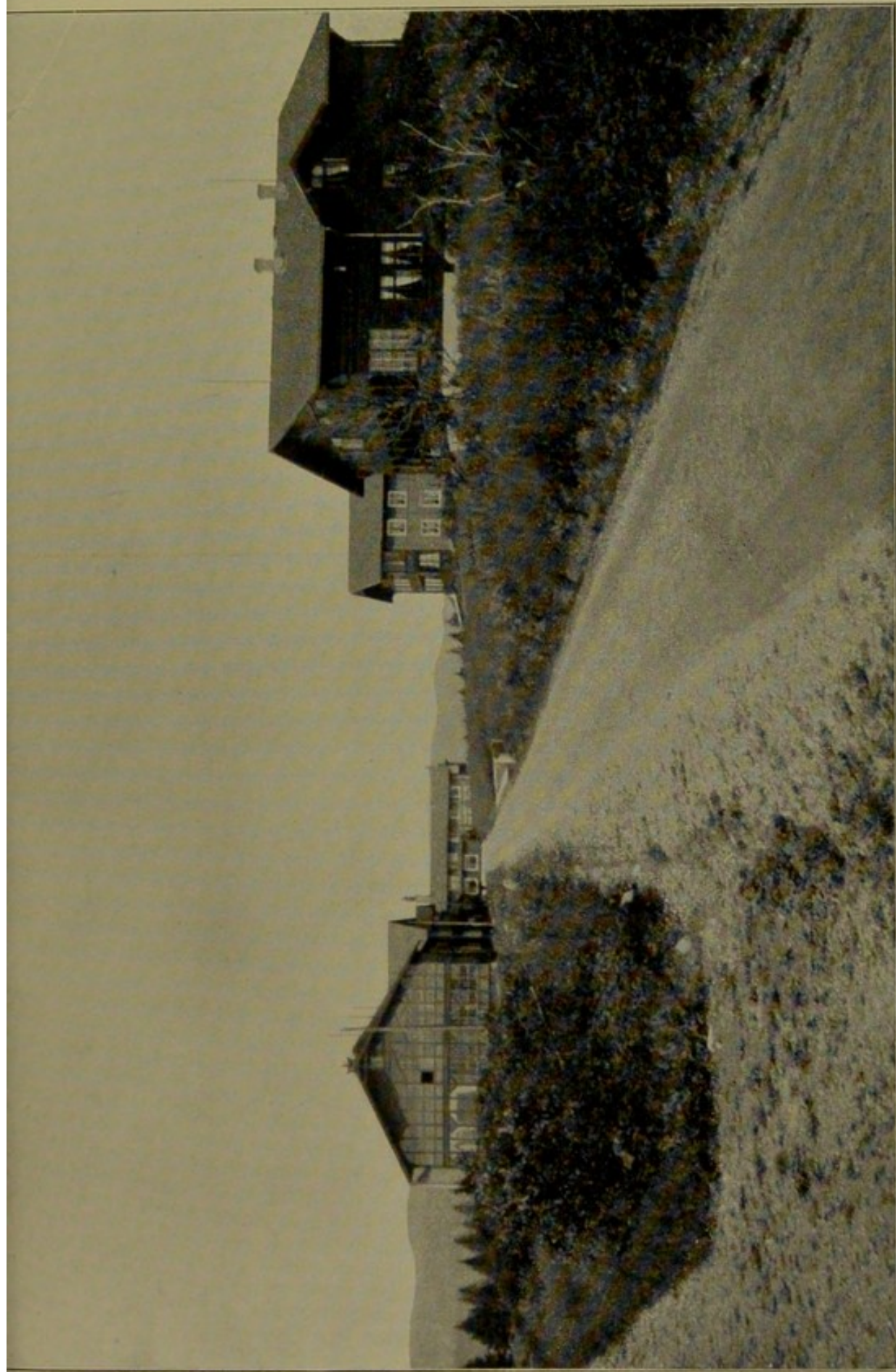
DEN STORE SALON





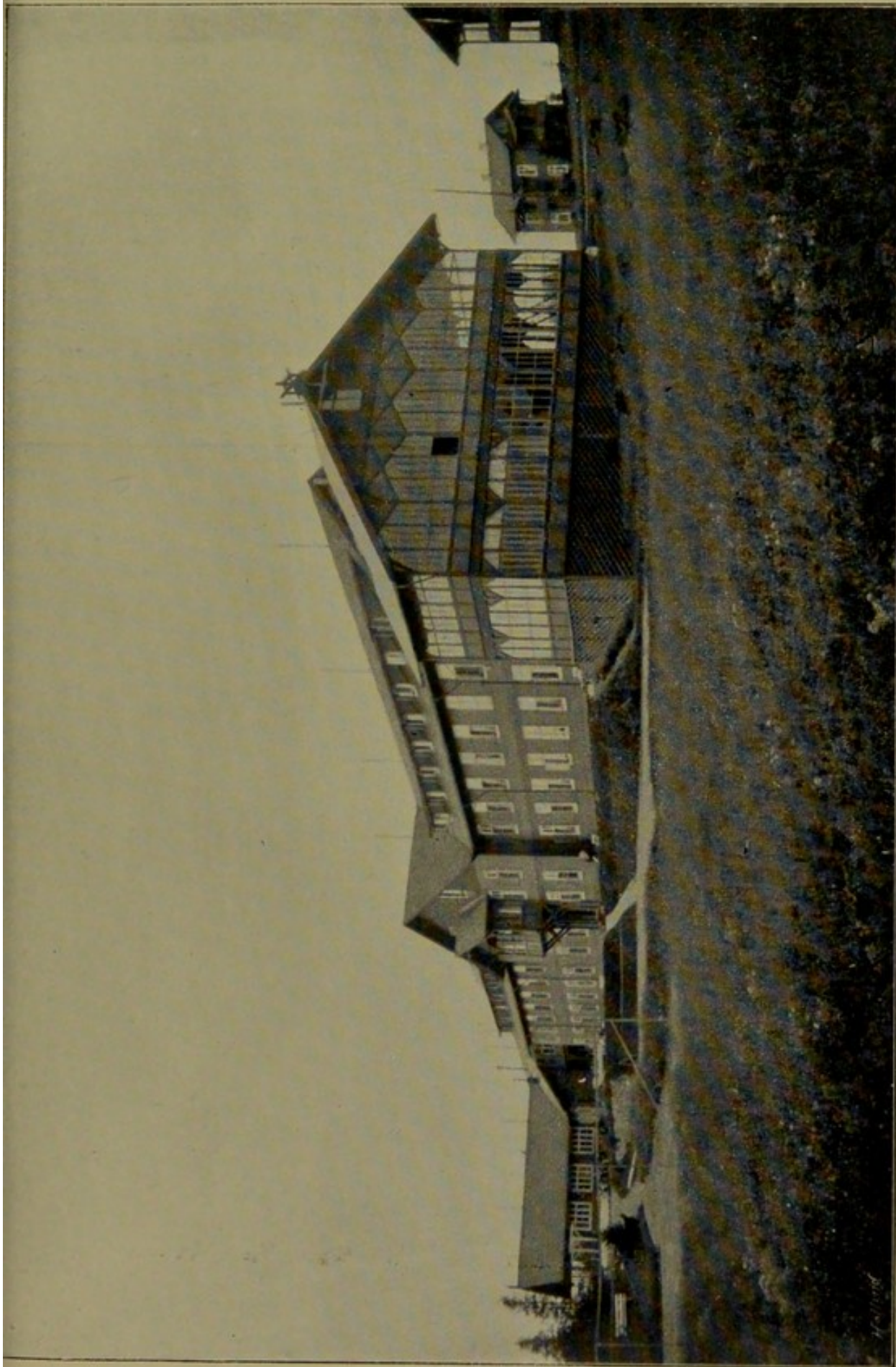
BADEANSTALTEN.





HOVEDINDKJØRSEL TIL SANATORIET.





« ARKEN ».



F

Eiend

Höifjeldss

■ Tofte SE

M

■ Carlsen SE

N

Borggaard

Hage SE ■

SE ■

Rudstuen S

Volds SE ■

Borgegaard

Kankerudl

Myre

N. S.

Gjefsen

Indkjøbt 1875

gfos

juelven

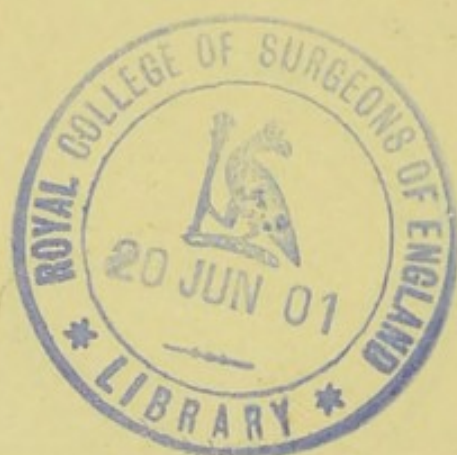
S

Helgasfos

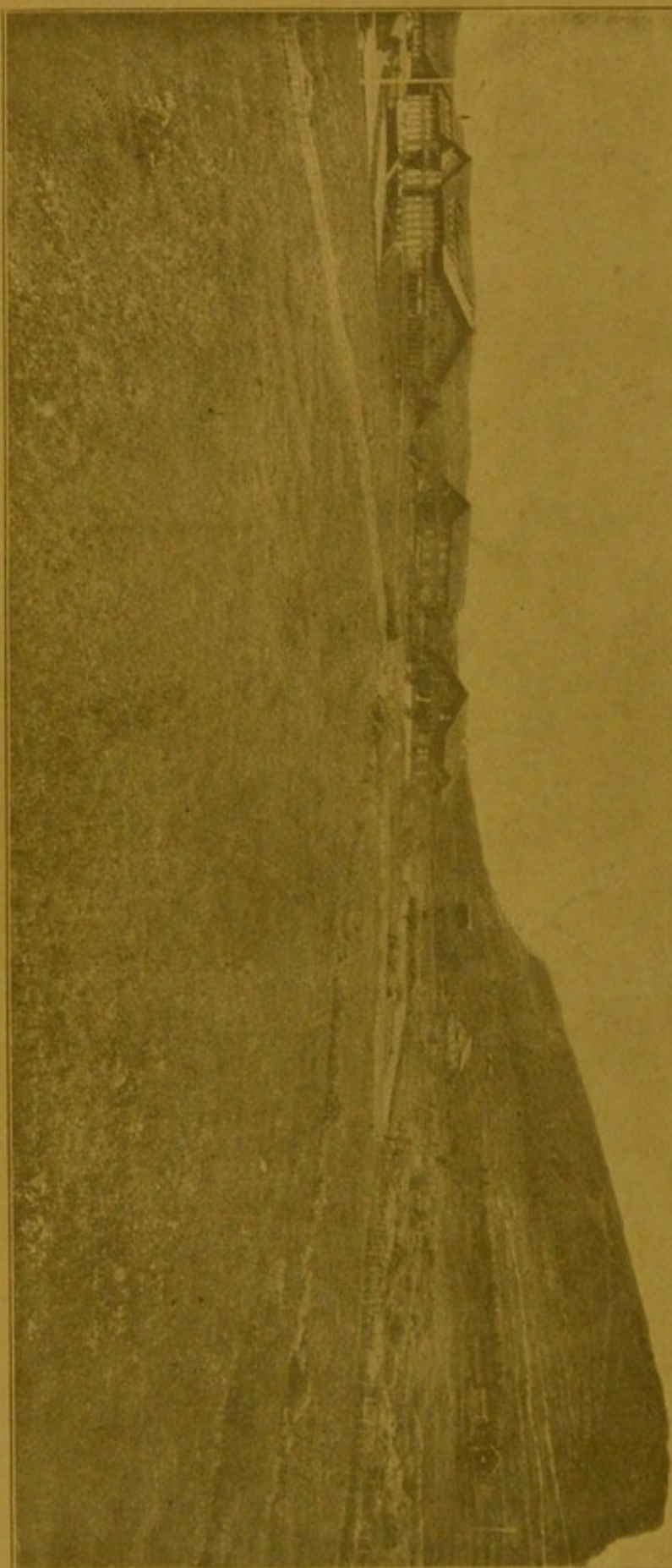
Sanatoriets Etend

200 m.

1½ Km.







SANATORIET MED SKEIDKAMPEN.