Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 24 (1914)

Heft: 3

Rubrik: Zitrone als Heilmittel

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Bakakakakakakakaka Bitrone als Heilmittel.

Jete Hausfran kommt einmal in die Lage. bei plötlich auftretenden fleinen Unfällen, die sich in der Familie ereignen, beilend ober mindestens helfend eingreifen zu muffen. Run ergibt sich bann meistens, daß überhaupt feine Mittel im Sause sind. Ift man aber über die Beilfraft der Bitrone und des Bitronenfaftes fich flar, bann wird biefe Berlegenheit nicht eintreten können. Der Saft ber Bitrone heilt Entzündungen. Sind Geschwürbildungen oder Berhärtungen zu beobachten, dann erweift sich der Zitronensaft als helfend, indem er die Beschwürbildungen guruckgeben läßt und die Berhärtungen zerteilt. Wer im Sommer schlecht ju Fuß ift, wer Schmerzen und Brennen an den Fußsohlen und Beben nach fürzerer oder längerer Wanterung befommt, ber fann sich bavor schützen, indem er die schmerzenden Stellen vor einem Stagiergange mit Zitronenfaft ordentlich einreibt und ihn darauf trocken Die Füße bekommen eine angenehme Empfindung bes Gefühltseins und, nachbem man tiese Brozedur einige Male vorgenommen hat, bleibt das Brennen ebenso wie die Schmergempfindung aus. Wargen verschwinden, winn man Bitronenscheiben baraufbindet und fie alle sechs Stunden erneuert. Die rauben Bande der fleißigen Hausfrau, tie braunen Flecken auf ben Fingern fonnen burch Bitronensaft eine gründliche Beilung erfahren. Man reibt die raube Sandfläche ober ben Sandrucken ordentlich mit Zitronensaft ein, läßt ihn barauf trodnen und wäscht bie Sante nach etwa einer Stunde mit lauwarmem Seifenwaffer ab. Die Flecken an den Fingern, die beim Bemufeputen entstehen, laffen fich gleichfalls baburch entfernen, daß man fie mit Bitronenfaft be-

handelt. Roch gründlicher heilt der Saft alle llebelftände, die angegeben worden find, wenn man ihn etwas erwärmt. Leichte Fieber Ruftande, die in Erfältungen ihren Grund haben, find burch den Benuß einer lauwarmen Bitronen-Limonade zu befämpfen. Der Bitronenfaft wirft schweißtreibend, reinigend und lösend. Auch die Gesichtspflege sollte namentlich im durch Bitronensaft Frühling vorgenommen werden. Mit dem Beginn der warmen Jahreszeit zeigen sich in dem Gesicht die lästigen Sommersproffen. Betupft man die Sommersproffen vor bem Schlafengeben regelmäßig mit Bitronenfaft, so verschwinden sie allmählich gänglich, und man barf auf die Anwendung scharfer Mittel zu ihrer Bertilgung verzichten. Berdünnte Zitronensaftlösung gibt dem Gesicht einen weichen, garten Teint. Endlich soll der Bitronenfaft, wenn er in die Saut eingerieben wird, noch ein Universalmittel gegen die Stiche ber Mücken und anderer Infetten fein.

(Kneippblätter)



Bur Frage der Maisnahrung.

"Es ist irrationell, zu den Kartoffeln zu greifen statt zum Mais, da dieser eigentlich nur doppelt so tener wie Kartoffeln, aber uns gleich viel nahrungsstoffhaltiger ist!"

Dieser Ausspruch einer auf dem Gebiete der Bolkswohlfahrt sehr bekannten Persönlichkeit verdient in der gegenwärtigen Zeit, wo sich in einer Reihe sozialer Zeitschriften eine Beswegung für den Mais als Nahrungsmittel gettend macht, allgemeinste Beachtung Seit der Entdeckung Amerikas gehört der Mais in den Bereinigten Staaten zu den Nationalgerichten und wird hier in der ganzen Ausdehnung des Kontinents als tägliche Mahlzeit