

Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatschrift des Sauter'schen Institutes in Genf
Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf
Band: 28 (1918)
Heft: 4

Artikel: Wildwachsende Gemüse
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1038007>

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: 24.10.2025

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

der „Naturwissenschaftlichen Wochenschrift“ ausgeführt wird, daß die Reaktionszeit des Soldaten so kurz wie möglich sei. Geistesgegenwärtig sein heißt die Sinneswahrnehmung rasch und zweckmäßig in die Tat umsetzen, und dies ist für den im Felde stehenden Mann natürlich von besonders hoher Bedeutung. Man versteht unter Reaktionszeit den Zeitraum, welcher von dem ersten Augenblick des Empfangens eines Sinnesreizes bis zu einer dadurch veranlaßten bewußten Handlung verstreicht. Die Untersuchungen über diese Reaktionszeit bauen sich darauf auf, daß dieselbe sich erstens aus der Perzeptionsdauer — dem Eintritt in das Bewußtsein — zweitens der Apperzeptionsdauer — dem Bewußtwerden der besonderen Eigenschaften des betreffenden Sinnesreizes — und der Dauer des Willensimpulses zusammensetzt. Eine besonders kurze Reaktionszeit ist für Flieger, für Maschinengewehrmannschaften und im Minenkampf erwünscht. Darum werden in Frankreich z. B. die sogenannten „Mitrailleur“ besonders geprüft, wobei vor allem die Reaktionszeit für das Sehen und das Hören sowie für die Tastempfindung festgestellt wird. Nach den Mitteilungen von Kathariner in der „Naturwissenschaftlichen Wochenschrift“ werden diese Prüfungen mittels elektrischer Meßapparate nach einer Konstruktion von D'Arsonval vorgenommen. Ein beweglicher Zeiger ruft die Sinneswahrnehmungen für das Sehen hervor, ein durch das Auffallen eines Hämmerchens auf eine kleine Metallplatte erzeugter Ton die Sinneswahrnehmung für das Hören, dasselbe Hammerinstrument dient auch zur Prüfung der Tastempfindung. Bei den Prüfungen betrug — bei einer Zeiteinheit von $1/1000$ Sekunden — die Reaktionszeit für das Sehen 106, für das Hören 147 und für die Tastempfindung 150. Demnach reagiert man im allgemeinen auf Reize des Sehvermögens am schnellsten, auf Reize des

Tastsinnes am langsamsten. Weiterhin wurde erforscht, ob gewisse und welche Genußstoffe auf die Reaktionszeit schädigend einwirken. Man stellte fest, daß Tabakrauch und der Genuß alkoholischer Getränke im allgemeinen geeignet sind, die Reaktionszeit zu verlängern, d. h. also die Geistesgegenwart des Menschen zu verringern.

Bei dieser Gelegenheit ist es interessant, daran zu erinnern, daß eine andere, von einem Deutschen bereits früher angestellte Untersuchung das gleiche Resultat zeitigte. So führte Hugo Schulz in seinem Werk „Ueber den Einfluß des Alkohols auf das Farbensehen“ folgendes aus: „Schon verhältnismäßig geringe Mengen von Alkohol vermögen bei dazu veranlagten Personen eine deutliche Abnahme der Unterscheidungsfähigkeit von Hell und Dunkel bei Grün und Rot herbeizuführen. Die genannte Eigenschaft des Alkohols ist überall da in hohem Grade beachtenswert, wo das deutliche Erkennen von Rot und Grün für die Erhaltung von materiellen Werten und vor allem von Menschenleben von Wichtigkeit ist.“ So zeigt schon dieser kleine Ausschnitt aus der Physiologie, wie berechtigt die Mahnungen zur Mäßigkeit (Enthaltung wäre wohl besser gesagt) im Alkoholgenuß sind. (Kölner Tagblatt.)



Wildwachsende Gemüse.

Von R. M.

Es naht die gemüsearme Zeit, an welche die Hausfrau mit Sorge denkt. Die Wintergemüse gehen zu Ende. Die jungen Frühlingsgemüse stehen so hoch im Preise, daß sie vorläufig von der in bescheidenen Verhältnissen lebenden Frau nicht gekauft werden können.

Es kommt aber jetzt auch die Zeit, wo die Mutter mit den Kindern an schulfreien Tagen

hinausgeht ins Freie, oft weit hinaus vor die Stadt. Die Wege führen an Feldern und Wiesen entlang. Viele, viele Frauen haben keine Ahnung, an welchen Schätzen sie vorübergehen, wie sie und die Kinder Wertvolles mit Füßen treten. Die Augen auf! Es gibt da so vieles, das, mit heimgenommen, ein wohl-schmeckendes Gemüse, einen herrlichen Salat liefert, ohne daß ein Eingriff in fremdes Eigen-tum geschieht. Der Weg führt an Hecken, Zäunen, altem Gemäuer vorbei. An diesen Stellen wachsen mit Vorliebe Brennesseln. So lange diese Nesseln jung, d. h. noch nicht in Samen geschossen sind, geben sie ein vorzüg-liches Gemüse, das, wie Spinat zubereitet, wert-voll ist. Eine Tasche oder ein Säckchen, ein alter Handschuh, angezogen beim Ausreißen der Nesseln, ein Messer kann leicht mitgenommen werden.

Ebenso können die jungen Blätter des Löwen-zahn (Ruhblume) dienen, der viel an Rainen und Feldrändern wächst. Diese Löwenzahnblätter sind aber auch sehr gut, wenn man sie zu Salat verwendet. Am vorteilhaftesten ist es, aus dem Herzchen Salat und aus den äußeren Blättern Gemüse zu bereiten. — Die Acker-melde, ein Unkraut, die jeder Landmann fürchtet, gibt ebenfalls ein sehr gutes, spinatähnliches Gemüse. Es wird bereitet wie das Brennessel-gemüse. Feldsalat (Nissel, Kapünzchen) wächst wild auf Brachfeldern. Mit einem stumpfen Messer ausgestochen, kann man in kurzer Zeit viel von diesem Salat sammeln, der teuer be-zahlt werden mußte. — An Wiesengraben mit klarem Wasser, das Quellen entspringt, erscheint schon im ersten Frühjahr die Brunnenkresse. Diese gibt einen wohlschmeckenden Salat. Fein geschnitten erhält man von dieser Kresse einen pikanten Beleg auf Butterbrot und zu hart-gekochten Eiern. Brunnenkresse muß gut ge-wässert und sehr sorgfältig gereinigt werden,

damit alles Schädliche, das sich aus dem Schlamm angelegt hat, entfernt wird.

Wildwachsender Sauerampfer ist vorzüglich zur Bereitung von Suppen. Wird etwas Sauer-ampfer unter das Brennessel- oder Löwenzahn-gemüse oder selbst unter den gewöhnlichen Spinat gemischt, so bewirkt dies einen äußerst pikanten Geschmack.

Junge Erdbeerblätter — schonend von der Pflanze genommen, von jeder nur einige Blätter — liefern einen wohlschmeckenden gesunden Tee. Getrocknet können die Blätter das ganze Jahr aufgehoben werden.

So gäbe es noch manche Pflanze, die in der Küche Verwendung finden könnte. Es sollen jedoch solche, die nicht allgemein bekannt sind, nicht angeführt werden, damit keine folgen-schweren Verwechslungen entstehen.

(„Kneipp-Blätter“.)



Turin, 19. November 1917.

Herrn Dr. Imfeld,
Arzt des Sauter'schen Institutes,
in Genf.

Hochgeehrter Herr Doktor!

Anfangs Juni dieses Jahres konsultierte ich Sie in Genf wegen meiner seit schon ein paar Jahren bestehenden **Zuckerharnruhr**; heute kann ich Ihnen, zu meiner großen Freude, mitteilen, daß ich schon seit anfangs Oktober von meiner Krankheit vollständig geheilt bin.

Von Zucker ist keine Spur mehr im Urin zu finden; die tägliche Harnmenge ist eine nor-male; ich leide nicht mehr an Durst, meine Verdauung ist ausgezeichnet und der Stuhl-