Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 31 (1921)

Heft: 6

Artikel: Das Tischthermometer

Autor: Weil, R.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037771

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: 14.12.2025

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

Das Tischthermometer.

Von Dr. med. R. Weil.

Es wird viel zu wenig Gewicht gelegt auf die exakte Messung der Temperaturen unserer Nahrungsmittel beim Genuß derselben, seien sie feste oder flüssige. Warme Speisen und Getränke werden im allgemeinen zu heiß, oder kalte Getränke zu kalt genossen. Daß aus diesen häufig, oft täglich wiederkehrenden Mißhandlungen der betreffenden Verdauungsorgane sich mannigfache Krankheiten entwickeln können, wird jeder Arzt bestätigen und wird auch dem Laienverstande einleuchtend sein. Diese hygienischen Verstöße geben nicht selten Veranlassung zu Mund- und Zahnkrankheiten, Halsleiden, Erkrankungen der Speiseröhre, ganz besonders aber zu Magenleiden, Magenschmerzen (Magenkrämpfe fälschlich genannt), Magengeschwüren, Magenkatarrhen, Magenerweiterung u. dgl.

Es ist deshalb nach dem Grundsatz: „Krankheiten verhüten ist besser und leichter, als sie zu heilen", vom gesundheitlichen Standpunkte durchaus gerechtfertigt und geboten, wenn wir uns zur Messung der Temperaturen unserer Nahrungsmittel eines Thermometers bedienen, ebenso wie man ein Thermometer benützt zur Messung der Temperatur der Außenluft und Binnen- oder Stubenluft, da das subjektive Gefühl häufig täuscht und niemals maßgebend ist. Zu diesem Zweck ist es erwünscht, daß auf jeder Speisetafel und in jeder Küche sich ein geeignetes Thermometer befindet, um sich jederzeit überzeugen zu können, daß man nicht gegen die einfachsten Gesundheitsregeln verstößt und sündigt. Beim Servieren der Speisen usw. sollten dieselben höchstens 5 Grad wärmer sein, als sie erfahrungsgemäß genossen werden mögen. Besonders Suppen sollten nie kochend heiß auf den Tisch kommen, denn schon das Verbrühen der Mundschleimhaut ist eine fatale Empfindung, setzt den feinen Geschmack am Genuß der Speisen herab und verleidet die übrige Mahlzeit. Ganz besonders Kinder soll man daran gewöhnen, alles nur warm, nicht heiß zu genießen, da man durch fehlerhafte Gewohnheit leicht dazu kommt, Temperaturen nur gut warm zu fühlen, welche bei normalem Verhalten unerträglich heiß empfunden werden.

Die normale Bluttemperatur des gesunden Menschen beträgt 37 Grad Celsius (29 Grad R). Deshalb ist die Temperatur der Nahrung, welche dieser gleich ist oder nahekommt, die passendste und beste — für den Säugling die allein richtige und zuverlässige. Bei einer solchen Temperatur tritt die Wirkung des Magensaftes am schnellsten ein, die Wärmeregulierung des Körpers wird am wenigsten verändert, und es wird kein abnormer Reiz auf die Magenschleimhaut ausgeübt; der Schmelz der Zähne und die Mundschleimhaut werden nicht geschädigt.

(Kneipp-Blätter.)

Das Zeitgesetz der Lebenskraft und die 8-stündige Arbeitszeit.

Von Dr. Kleinschrod, Bad Wörishofen.

Die Gesetze der Lebenskraft sind Zeitzahlengesetze, keine mechanischen, chemisch-physikalischen oder Raumgesetze, wie Tod, Geburt, Schlaf, Ermüdung, Entwicklung in der Zeit, Entstehung und Heilung der Krankheit in der Zeit ganz schlagend beweisen. Indem die Lebenskräfte Zeitakte an Zeitakte reihen, entsteht das, was wir äußerlich die Lebenszeit nennen, mit deren Aufhören der Tod eintritt. Deshalb bleibt im Tode der Leichnam, der materielle Bestandteil, zurück — hier fehlt kein Atom —, aber die Lebenszeit