Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 13 (1909-1910)

Heft: 11

Rubrik: Nützliche Hauswissenschaft

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: 22.08.2025

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

Nützliche Hauswissenschaft.

Ein Heilmittel aus der Küche.

Von Dr. Otto Gotthilf.

Die Volksmedizin hat von jeher der Heidelbeere mannigfache Heilwirkungen beigelegt. In neuerer Zeit hat nun eine medizinische Autorität, Hofrat Dr. Winternitz (Wien) durch viele Versuche an Patienten tatsächlich einen heilsamen Einfluß nachweisen können. Dies ist besonders bedeutungsvoll deshalb, weil gerade die alltäglichsten Erkrankungen dadurch geheilt werden und weil Heidelbeeren sehr billig sind und getrocknet den ganzen Winter über leicht aufbewahrt werden können.

Namentlich günstig beeinflußt werden alle Entzündungen und andere Erkrankungen der Schleimhäute. Bei Mund-, Rachen- und Halskatarrh ist wiederholtes Spülen und Gurgeln mit Heidelbeersaft sehr wirksam und, im Gegensatz zu anderen Gurgelmitteln, bei etwaigem Verschlucken ganz unschädlich. Ebenso vertreibt fleißige Benutzung der Heidelbeere zur Mundpflege jeden übeln Geruch aus dem Munde. Auch Schnupfen wird bei Durchspülung der Nase mit ziemlich konzentriertem Heidelbeersaft alsbald beseitigt.

Nach Professor Winternitz beruht die heilsame Wirkung auf der bekannten Blaufärbung der Haut. Deshalb muß die erkrankte Schleimhaut ziemlich lange mit der färbenden Flüssigkeit in Berührung bleiben und die Bespülung häufig erneut werden. „Es sind namentlich die erkrankten Epithelien und Gewebe, in die der Farbstoff tief eindringt und eine grauschwarze Decke, die fest haftet, bildet. Es hat den Anschein, als sei diese Decke der Schutz für das darunter liegende Gewebe. Dieser Schutz hält alle mechanischen Reizungen von der erkrankten Stelle ab, und unter dieser Decke wird normales Epithel gebildet, wodurch die Heilung stattfindet.“ (Prof. Winternitz.)

Verhält es sich doch bei den „Hustenbonbons“ ähnlich: Die rauhe, entzündete, schmerzende Schleimhaut des Halses überziehen sie bei der Auflösung im Munde mit einer schleimigen schützenden Schicht, so daß Rauhigkeit und Schmerzgefühl im Halse bedeutend gelindert werden. Dieser Überzug muß aber durch neue Bonbons immer wieder erneuert werden, da er nur an der Oberfläche haftet und bald hinabgeschluckt wird, während der Heidelbeerstoff in die Haut eindringt.

Sogar bei der hartnäckigen Schuppenflechte der Zunge, welche sich namentlich bei starken Rauchern findet, sind mit Heidelbeersaft sehr gute Erfolge erzielt worden.

Oft bewährt als wirksames Heilmittel haben sich Heidelbeeren bei Diarrhöen, selbst bei den durch die verschiedensten Medikamente nicht stillbaren Diarrhöen der Phthisiker.

Nicht nur die Schleimhäute, sondern auch jede andere Hautoberfläche versieht der Farbstoff mit einem festhaftenden schützenden Überzuge. Daher erzielte Winternitz auch bei den verschiedensten Hautausschlägen und Flechtenarten rasche und dauernde Heilung.

Somit lohnt es sich doch gewiß, dieses vielseitige Heilmittel aus der Küche stets vorrätig zu halten. Zur sommerlichen Reifezeit trocknet man die Heidelbeeren, auf Papier einzeln gestreut, bis sie ganz zusammengeschrumpft sind, und hängt sie dann in Gazebeutelchen an einem luftigen trockenen Ort auf. Braucht man sie später, so verfahre man folgendermaßen: 500 Gramm ge-

trocknete Heidelbeeren werden mit 2 Liter kaltem Wasser übergossen und 24 Stunden lang an einen warmen Ort gestellt. Nun wird das ganze bei langsamem Feuer gekocht, bis es eine dicke Syrupmasse bildet. Hierauf preßt man es durch ein feines Haarsieb, fügt etwa 1 Gramm Borsäure zu, dickt auf langsamem Feuer unter beständigem Umrühren noch etwas ein und füllt nach dem Erkalten in gut verschließbare Flaschen. Dadurch hat man dann ein durch neue wissenschaftliche Untersuchungen erprobtes Mittel gegen die häufigsten Erkrankungen, wie Hals- und Nasenkatarrh, Flechten, übeln Geruch des Mundes, Diarrhöen und Hautausschläge, zu jeder Jahreszeit stets vorrätig im Hause.

Verschimmeltes Brot.

Von Dr. Otto Gotthilf.

Fast das einzige Verderben, welches dem fertigen Brote droht, ist das Verschimmeln. Da die Schimmelpilze, wie die meisten Pilze, Licht und Luft scheuen, verschimmelt Brot namentlich, wenn man es an einem dunkeln, vor Luftzug geschützten Orte aufbewahrt. Je höher der Wassergehalt des Brotes ist, desto rascher schreitet das Wachstum der Schimmelpilze fort. Weißbrot mit einem Wassergehalt von 28 Prozent schimmelt viel seltener als schlecht durchgebackenes Schwarzbrot mit 50 Prozent. Die feuchte Brotkrume schimmelt leichter als die trockene Rinde. Bei großen Laiben mit etwas rissiger Kruste beginnt die Schimmelbildung in dem feuchten dunkeln innern Teile und geht erst langsam nach außen über. Ist das Brot nicht gleichmäßig und genügend durchgebacken, so tritt das Verschimmeln durch und durch um so schneller ein.

Das Verschimmeln kann nur auf einer Infektion von außen beruhen, denn etwa im Mehl vorhandene Schimmelpilze überdauern das Backen nicht; die Hitze in den Backöfen beträgt durchschnittlich 190 bis 300 Grad, und selbst im Innern eines 3 Pfund schweren Schwarzbrotes ist eine Temperatur von 100 Grad.

Wohl zu beachten ist, daß durch Verschimmeln das Brot rasch eine sehr erhebende Gewichtsverminderung erleidet. Bei genügend raschem Wachstum können die Schimmelpilze mehr als die Hälfte der Nährsubstanz aufzehren, und zwar betrifft dies besonders das Kohlehydrat, die Stärke und den Zuckergehalt. Durch die chemische Zersetzung wird schimmelndes Brot quantitativ und qualitativ erheblich geschädigt, es wird an Gewicht geringer und an Nährstoffen minderwertig.

Man hat früher dem Genuß von verschimmeltem Brote Erkrankungen, ja sogar Todesfälle zugeschrieben. Jetzt hat man durch zahlreiche Versuche festgestellt, daß die eigentlichen Schimmelpilze weder auf Tiere noch auf Menschen schädigende oder gar giftige Wirkungen ausüben. Vielmehr ist eine etwaige Schädlichkeit anderen bisweilen dort angesiedelten Mikroorganismen zuzuschreiben, z. B. dem giftigen orangeroten Brotpilz (Oidium aurantiacum). Wenn aber unter den Schimmelpilzen solche giftige vorkommen, so bleibt doch die Tatsache bestehen, daß verschimmeltes Brot giftig wirken kann. In der medizinischen Literatur finden sich mehrfach Beispiele von dadurch veranlaßten schweren Erkrankungen und Todesfällen. Im Publikum ist man vielfach sehr leichtsinnig. Vor einiger Zeit sah ich in einer Wirtschaft im Glottertal (Schwarzwald), wie ein Bauer feuchtes, ganz dick verschimmeltes Schwarzbrot aß; dazu trank er tüchtig Branntwein (Kirschwasser).

Für die Praxis des Haushaltes merke man folgendes: Beim Verschimmeln erleidet das Brot großen Verlust an Nährwert. Deshalb verhindere man das Schimmeln, indem man nur gut ausgebackenes Brot kauft und an einem lichten, luftigen, trockenen Orte aufbewahrt. Zeigen sich verschimmelte Stellen, so schneide man sie hinreichend tief aus, denn bei den Schimmelpilzen wuchern bisweilen auch giftige Pilzarten, welche beim Genuß schwere Krankheiten verursachen.

Bücherschau.

Johann August Eberhards synonymisches Wörterbuch der deutschen Sprache. 17. Aufl. Durchgängig umgearbeitet, vermehrt und verbessert von Prof. Dr. Otto Lyon. Mit Uebersetzung der Wörter in die englische, französische, italienische und russische Sprache und einer vergleichenden Darstellung der deutschen Vor- und Nachsilben unter erläuternder Beziehung auf die vier gen. Sprachen. 1. Lieferung Leipzig. Th Grieben's Verlag (L. Fernau) 1910. Das Werk wird bis September 1910 in 12 Lieferungen vollständig erscheinen. Preis per Lieferung 1 Mk. Die Erklärung sinnverwandter Wörter, wie sie in diesem Werke vorgenommen wird, dient nicht nur den Gelehrten, sondern jedem, der mittels der sprachlichen Ausdrücke und ihrer Unterscheidung seine eigene Ausdrucksweise klären und schärfen will. Wie lebendig und anregend die Erklärung der Wörter und Redewendungen die aus der klassischen wie der modernen Literatur belegt und auch geschichtlich betrachtet werden, mag folgende Textprobe, welche die Sinnverwandtschaft von vier häufig vorkommenden Adverbien bespricht, besser illustrieren als eine ausführliche Rezension:

Allemal[1].	Allezeit[2].	Immer, stets[3].
1) Each or every time.	2) At all times.	3) Always.
1) Toutes les fois.	2) En tout temps.	3) Toujours.
1) Tutte le volte.	2) Ognora.	3) Sempre.

Immer (eig. das in der Zeit endlos Fortschreitende, ahd. iomêr, zusammengesetzt aus io [je] und mêr [mehr]; ahd. io, mhd. ie, d. i. zu allen Zeiten, irgend einmal, geht zurück auf got. aiw, irgend einmal, was ein Kasus des Substant. aiws, die Zeit, die ewige Zeit ist) und stets (von stehen, eig. das in der Zeit feststehende, Dauernde; das Adverbium stets, mhd stætes ist eigentl. der Genitiv des Adjektivs stet, mhd. stæte d. i. fest, beständig, feststehend) schließen nicht allein jede Ausnahme, sondern auch jede Unterbrechung aus: sie heißen also so viel als ununterbrochen. Allezeit läßt keine Zeit, allemal keinen Fall als Ausnahme gelten und bezieht sich also auf gewisse Fälle, die nicht immer vorkommen. Man muß immer tugendhaft sein und allezeit, es sei bei Tage oder bei Nacht in guten oder bösen Tagen, seine Pflicht tun, und wenn Fälle vorkommen sollten, wo wir in Versuchung geraten könnten, von unserer Pflicht abzuweichen, so müssen wir allemal der Versuchung widerstehen. — Immerdar ist ein verstärktes immer, es heißt geradezu ewig und ist namentlich in poetischer Sprache gebräuchlich. Die Güte Gottes währet immerdar. Fortwährend, immerwährend und immerfort drücken aus, daß einer so fortfährt, wie er begonnen hat, z. B. Du störst mich fortwährend, immerwährend, immerfort, d. h. du fährst andauernd fort, mich zu stören. Für immerfort sagt man volksmäßig in einem fort. Er arbeitet immer am Sonntag, d. h. an jedem Sonntag, er arbeitet am Sonntag immerfort, d. h. den ganzen Sonntag, er arbeitet in einem fort, ohne sich Rast, Erholung zu gönnen. In einem fort hebt das Ununterbrochene einer Tätigkeit hervor. Für allezeit sagt man altertümlich auch: in alle Wege oder allewege. „Er war dienstfertig in alle Wege" (Gotthelf). „Ich will dein Gesetz halten allewege, immer und ewiglich" (Ps. 119, 44). Allewege hebt hervor, daß etwas bei jeder Gelegenheit geschehen soll.

Der moderne Wohnhausbau. In erster Linie kommen hierbei die Fragen der Be- und Entwässerung, der Beheizung, Lüftung, Reinigung, Beleuchtung und Feuersicherheit in Betracht. Diese neuen Ziele bedingen naturgemäß auch neue Materialien, denen Architekt Max Ravoth in Berlin in einem hochinteressanten Aufsatz „Die Verwertung der Baustoffe durch den Menschen" eine ausführliche Besprechung widmet. Es geschieht dies in den soeben erschienenen Lieferungen 101—105 von Hans Krämers illustriertem, populärwissenschaftlichem Monumentalwerk „Der Mensch und die Erde" (Deutsches Verlagshaus Bong & Co., Berlin W. 57, Lieferung 60 Pf.). Der Ravothsche Beitrag erhält für Laien und Fachmänner einen besonderen Wert durch eine prächtige Farbenbeilage „Durchschnitt durch ein mit allen modernen Einrichtungen versehenes Wohnhaus", auf der wir die Be- und Entwässerung der einzelnen Stockwerke sehen, die an die allgemeinen Leitungsnetze der betreffenden Stadt angeschlossen sind. Daneben erblicken wir die Warmwasser-