Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 22 (1918-1919)
Heft: 2

Vereinsnachrichten: Zur Beachtung

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

Geringere Mengen (bis 2 Kgr. täglich) recht süßer Trauben wirken eiweißsparend im Körper, fördern den Ernährungszustand, führen zu Fleisch- und Fettansatz. Freilich muß damit eine gute, nahrhafte Kost verbunden sein, vorzugsweise bestehend aus Fleisch, Butterbrot, Eiern, Käse. Unter diesen Verhältnissen ist die Kur erfolgreich bei magern, nervösen, blutarmen, skrofulösen und tuberkulösen Personen. Nur bei Nervenleiden möge man die Fleischnahrung einschränken, und dafür mehr Butter, Eier, Käse verabreichen.

Dagegen bewirkt der sehr reichliche Genuß (bis 4 Kgr. täglich) von säurereichen Trauben eine Beschleunigung der Verdauungstätigkeit, geringere Ausnutzung der Nahrung, Steigerung des Wasserverlustes, und führt dadurch zur Entfettung und Entwässerung des Organismus. Erfolgreich ist diese Art der Traubensaftkur bei Stauungen im Unterleib (üppige sitzende Lebensweise), Fettsucht, Darmträgheit, Verstopfung, Hämorrhoiden, Gicht, Leber- und Nierenleiden, und als Nachkur auf abführende Mineralwässer (Marienbad, Kissingen, Homburg). Die Diät muß dabei bestehen in recht magerer Kost, wenig Fleisch, Enthaltung von Fett und Butter. Die Wirkung wird noch besonders unterstützt durch Körperbewegung, Luftbäder und Wasseranwendung. —

Man beginnt jede Kur mit ½ bis 1 Kgr. täglich und steigert allmählich drei Wochen lang; dann geht man wieder zurück, so daß die Gesamtkur 5—6 Wochen dauert. Die Tagesmenge wird auf dreimal verteilt. Die Hälfte nimmt man morgens nüchtern mit ein wenig Brotrinde. Eine Stunde nachher ein leicht verdauliches Frühstück. Das dritte Viertel wird eine Stunde vor dem Mittagessen verzehrt, das letzte Viertel in den spätern Nachmittagsstunden, mindestens eine Stunde vor dem Abendessen.

Zur Beachtung.

☛ Wir werden uns gestatten, den **Abonnementsbetrag von Fr. 3.80** für den im Oktober begonnenen neuen Jahrgang von denjenigen stadtzürcherischen Abonnenten, welche den Betrag bis dato nicht auf den Postcheckkonto einbezahlt haben, im Laufe dieses Monats durch eine Einzügerin zu erheben. Wir bitten unsere Leser um gefl. Einlösung.

Zürich, im Oktober 1918. **Die Pestalozzigesellschaft Zürich.**

Redaktion: Dr. Ad. Vögtlin, in Zürich 7, Asylstr. 70. (Beiträge nur an diese Adresse!)
☛ Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden.
Druck und Expedition von Müller, Werder & Co., Schipfe 33, Zürich 1.

Insertionspreise
für schweiz. Anzeigen: 1/1 Seite Fr. 120.—, 1/2 S. Fr. 60.—, 1/3 S. Fr. 40.— 1/4 S. Fr. 30.—, 1/8 S. Fr. 15.—, 1/16 S. Fr. 7.50;
für Anzeigen ausländ. Ursprungs: 1/1 Seite Fr. 150.—, 1/2 S. Fr. 75.—, 1/3 S. Fr. 50.—, 1/4 S. Fr. 37.50, 1/8 S. Fr. 18.75, 1/16 S. Fr. 9.40.

Alleinige Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Aarau, Bern, Biel, Chur, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen.