Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 22 (1918-1919)

Heft: 9

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

Pfingstlied.

Pfingsten ist heut, und die Sonne scheint,
Und die Kirschen blühn, und die Seele meint,
Sie könne durch allen Rausch und Duft
Aufsteigen in die goldene Luft.

Jedes Herz in Freude steht,
Von neuem Geist frisch angeweht,
Und hoffnungsvoll aus Tür und Tor
Steckt's einen grünen Zweig hervor.

Es ist im Fernen und im Nah'n,
So ein himmlisches Weltbejah'n.
In all dem Lieder- und Glockenklang,
Und die Kinder singen den Weg entlang.

Wissen die Kindlein auch zumeist
Noch nicht zu viel vom heiligen Geist,
Die Hauptsach' spüren sie fein und rein:
Heut müssen wir fröhlichen Herzens sein.

Gustav Falke.

Nützliche Hauswissenschaft.

Einfluß der Körperlage auf die Verdauung.

Von Dr. Traenhart in Freiburg i. Br.

Manche Personen werden unmittelbar oder einige Zeit nach der Nahrungsaufnahme arg belästigt durch Spannung und Schwere des Magens, durch Aufstoßen, Übelkeit, Schwindelgefühl. Liegt die eigentliche Ursache dieser Erscheinungen nicht in einem krankhaften mechanischen Hindernis, so kann man sie durch ein sehr einfaches Mittel fast stets beseitigen. Man legt sich gleich nach dem Essen auf ein Bett oder Sofa mit etwas erhöhtem Kopf und zwar auf die rechte Körperseite und trinkt dabei eine Tasse heißen Lindenblüten- oder Kamillentee. Die meisten jener unangenehmen Erscheinungen verschwinden dann sofort, und nach einiger Zeit hat man das höchst angenehme Gefühl, daß alle Speisen den Magen verlassen haben; von allen peinlichen Empfindungen ist man jetzt vollständig befreit.

Diese Wirkung erklärt sich ganz einfach und natürlich. Beim Stehen und Sitzen liegt der mit Speisen gefüllte Teil des Magens links tiefer als sein rechter Endteil, der sogenannte „Pförtner", welcher den Ausfluß in den Darm bildet. Daher kann der Magen seinen Inhalt nur dann ordentlich entleeren, wenn seine Muskeln diesen fortwährend hinauf- und hinausheben. Nimmt man nun aber die rechte Körperlage ein, dann kommt der mit Speisen gefüllte Teil des Magens nach oben zu liegen und die Mündung in den Darm, der „Pförtner" nimmt den tiefsten Punkt ein. Der Magen

stellt dann gewissermaßen einen Trichter dar, mit seinem Ende als Ausflußrohr, und der Inhalt kann einfach dem Gesetze der Schwere folgend in den Darm übertreten. Unterstützt wird dies sehr wirksam durch den heißen Teeausguß, der die Tätigkeit des Magens anregt, seinen Inhalt verflüssigt und dadurch dessen Fortbewegung erleichtert. Bei Magenkrämpfen und ähnlichen Zuständen wirkt der heiße Tee auch noch krampfstillend.

Bücherschau.

Bernhard Hirzel. Zürcher Roman von Adolf Frey. Rascher u. Cie., Verlag, Zürich, 1918. Preis Fr. 7.—. „Hirzel hatte es eigentlich niemals fertig gebracht, die Stadien seines Lebens ernstlich durchzudenken, eine Tat, wenn er sie begann, sich in den einzelnen Teilen und möglichen Folgen zurechtzulegen, eine vollbrachte zu zergliedern und prüfend nachzurechnen. Da er sich bis vor kurzem, bis an die Schwelle des Schwabenalters, für einen von der Vorsehung Bevorzugten und zu bedeutenden Dingen Auserlesenen gehalten, so hatten ihm solche Rechenschaftsanlagen und Buchführungen ferngelegen. Glaubte er doch seines Soldherrn und Führers über den Sternen sicher zu sein." So charakterisiert Frey seinen Helden direkt an einer Stelle, wo diesen die Mißerfolge zur Selbstbetrachtung nötigen. Er ist ein Dilettant als Politiker wie als Lebenskünstler, und der zweite Teil des Romans, wo der Mensch mehr zur Geltung kommt als der Volksführer, läßt ihn eigentlich, angesichts der sich türmenden Hindernisse, die ihm den Weg in ein geordnetes und glückliches Leben versperren, zum erstenmal die richtigen Konsequenzen aus seinen Schwächen und Verirrungen ziehen und Selbstmord begehen. Man sieht, daß es dem Werke trotz den sich darin abspielenden politischen Vorgängen — Pfarrer Hirzel steht im Mittelpunkte des Straußhandels aus den Dreißiger Jahren des letzten Jahrhunderts — nicht an allgemein menschlichem Gehalte fehlt. Das Aufkeimen der zweiten Liebe Hirzels im 7. und 18. Kapitel des 2. Buches gehört denn auch zum Allerschönsten und Ergreifendsten, was je schweizerische Dichter dargestellt haben. Merkwürdig, ja bewundernswert ist die Kraft, mit der Frey den an und für sich spröden und unerquicklichen Stoff in die reinen Höhen der Kunst emporreißt und darin zu erhalten weiß. Das läßt sich nur erklären aus der innern Anteilnahme des Dichters an den Vorgängen, die für ihn nicht bloß zeit- und lokalgeschichtliche Bedeutung besitzen, sondern ihm Anlaß bieten, die Irrungen und Wirrungen, welche überhaupt unser politisches Leben kennzeichnen, poetisch so darzustellen, daß uns das Buch als ein Bekenntniswerk berührt. Aus der gleichen Quelle fließen dem Dichter gelegentlich recht derbe Ausdrücke und Wendungen in die Feder. Die Naturschilderungen, die immer schön und stimmungsvoll, aber oft für sich selbst da sind, treiben das Werk etwas zu sehr in die Breite; aber auch aus ihnen spricht die Liebe zur Heimat, die uns aus dem ganzen Roman entgegenquillt.

Zürcher Sagen. Der Jugend erzählt von Meinrad Lienert. Herausgegeben von der Vereinigung der Schulbibliothekare der Stadt Zürich. Buchschmuck von Hans Witzig. Verlag von Rascher u. Co., Zürich, 1919. Preis Fr. 4.—. Die Wiedergabe der bekannten Sagen durch den Mund des schweizerischen Erzählers, der den kindlichen Ton am besten trifft, bekommt, wie mir scheint, noch einen besondern Reiz dadurch, daß er ihnen höhere Anschaulichkeit verlieh, als sie vorher besaßen. Und diese Anschaulichkeit, man merkt es, wird dadurch genährt, daß der Erzähler die Örtlichkeiten, an denen die Sagen sich abspielen, alle aus eigener Anschauung kennen gelernt hat. Ein treffliches Sagenbuch für Zürcher Kinder.

Max Geilinger: Der Weg ins Weite. Rascher u. Co., Verlag, Zürich 1919. Mit großem Pathos vorgetragene Gedankendichtungen, Oden an die Blumen, den Regen, das Licht der Hoffnung usw., die von einer bedeutenden Fähigkeit zeugen, das All zu beseelen. Aus der Enge des menschlichen Daseins führt uns der Dichter ins Weite. Die Gefahr, sich darin zu verlieren, ist nicht ausgeschlossen; möge der gesunde Sinn des Dichters uns wieder zu den Menschen zurückführen, die uns doch das Nächste bleiben müssen. Dabei wollen wir nicht vergessen, daß er das menschliche Sein und Seinsollen oft sehr treffend in einem Naturbilde mit sym-