Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 27 (1923-1924)

Heft: 1

Artikel: Grad use!

Autor: Morf-Hardmeier, A.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-662765

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: 18.10.2025

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

hebt uns über unangenehme Stimmungen weg, erzählt von Menschen und Ländern, die wir nie gesehen haben, zeigt uns fremde Landschaften und entführt uns auf Stunden unseren Sorgen.

Man sollte es unter Verschluß halten wie eine kostbare Medizin, einen Zaubertrank, der uns einen Genuß vermittelt, der sehr selten und kostbar geworden ist.

Grad use!

Mänge grüeßt di fründli Uf der offne Straß, Macht der hine=ume Doch e langi Nas. Mänge redt keis Wörtli, Luegt di nu so a; Chast en doch erfahre Uls en guete Ma.

Mänge seif der d'Wahret Und du wirst em Find, Wil dir Kumplimenser No viel lieber sind.

A. Morf=Sardmeier.

Praktische Regeln zur Jahnpflege.

Von Dr. Thraenhardt.

Welchen Anten haben gut erhaltene Zähne?

Gine Perlenreihe reinlich und weiß gehaltener Zähne trägt ganz bedeutend zur Verschönerung des Antliges bei und ist ein Beweis förperlicher Reinlichkeit.

Nur ein gutes Gebiß vermag die Speisen genügend zu zerkleinern und dadurch die Berdauung richtig einzuleiten: gut gekaut ist halb verdaut!

Schlecht gepflegte, hohle Zähne, in denen fauslende Speisereste sich ablagern, erzeugen übelrieschenden Mundgeruch, der jeden Menschen anwisdert. Bon dieser fauligen Mundluft wird auch bei jedem Atemzuge ein gut Teil mit eingeatmet und so die Einatmungsluft fortwährend derspestet, als wenn man in einem stinkigen Raume atmete.

Wodurch werden die Zähne schwarz und hohl?

Durch Säuren, welche die Kalksalze des Zahnsschmelzes auflösen, und durch Fäulnis, die das organische Zahngewebe zerstört. Daher ist nach dem Genuß von sauren Speisen der Mund gründlich zu reinigen; ebenso nach dem Genuß von Süßigkeiten, weil Zucker in der Wärme des Mundes schnell in Milchsäure verwandelt wird.

Immer wieder müssen auch die in den Bähnen sich festsetzenden Speisereste entfernt werden, damit sie nicht faulen, denn in faulenden Stoffen gedeihen die verderblichen Zahnpilze am besten.

Wie muß man die Zähne reinigen?

Vierfach: mit Zahnstocher, Ausspülen, Bür= sten, Nachspülen. Mit dem Zahnstocher werden zunächst etwaige gröbere Speiseteilchen entfernt. Schädlich sind metallene Zahnstocher, weil sie leicht den Zahnschmelz verletzen. Empfehlens= wert sind solche aus Holz oder Federkiel. Dem Wasser zum Ausspülen setzt man zweckmäßig ein Mundwasser zu. Kleinen Kindern, Schwer= franken oder Personen mit sehr empfindlicher Schleimhaut, denen die ätherischen Dle der gebräuchlichsten Mundwäffer leicht Entzündung verursachen, ist zur Reinigung eine verdünnte Rochsalzlösung zu empfehlen (ein Fingerhut voll Salz auf ein Trinkglas warmen Waffers. Zum Puten der Zähne wähle man eine nicht zu scharfe Zahnbürste und führe dieselbe nicht nur wagrecht, sondern auch senkrecht vom Zahnfleisch zur Krone der Zähne, damit die Borften die Zwischenräume gut reinigen können. Nach dem Bebrauch ist die Zahnbürste abzutrocknen und hängend aufzubewahren. Trotz des Bürstens setzen sich an den Zähnen allmählich dunkle Massen an; deshalb wird noch das Abscheuern mit einem feinen Pulver nötig. Dies darf nicht grobkörnige oder scharfkantige Bestandteile ha= ben (Bimsstein), die den Zahnschmelz angreifen. Zweckmäßige Zahnpulver sind: Schlemmkreide, kohlensaure Magnesia, und besonders der präzi= pitierte kohlensaure Kalk, dem Pfefferminzöl zugefügt wird, das auf die Schleimhaut des