Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 32 (1928-1929)

Heft: 19

Rubrik: Aerztlicher Ratgeber

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: 13.12.2025

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

Stein war wieder forgfältig auf die anderen Steine gelegt worden, die wie ein Ring um ein Plätzlein Sand gebaut waren, und mitten darin fanden wir im feuchten Sand, forgfam gehütet, den Abdruck eines kleinen Frauenfußes..."

Der Erzähler schwieg, als habe eine heimliche und mächtige Stimme ihm Halt geboten. Welch eine Stille über uns alle sank! Da sah ich, und sehe es noch heute, wie Anata sich erhob und, bleich vor Entschlossenheit, mit großer und ruhisger Gebärde ihr Tuch um die Schultern warf. Nie, solange ich lebe, vergesse ich das Licht in ihren Zügen. Sie schritt ruhig und ohne Worte an uns allen vorüber, den schmalen Felsweg entlang, der zum Meer hinunterführte, wie ein Kind und Weib, dem man den Weg in seine Heimat gewiesen hat.

Aerztlicher Ratgeber.

Von Dr. W. H.

Warme Dauerbäder im Freien.

Im Mittelalter war es Sitte, warme Dauer= bäder im Freien zu nehmen, eine Sitte, die sich nicht nur allein auf die natürlichen Wildbäder erstreckte, sondern auch auf die Bäder in der Wanne. In neuerer Zeit beginnt man wieder, anknüpfend an diese mittelalterliche Gewohn= heit natürlich, warme Bäder im Freien zu nehmen. Das ist der Fall zum Beispiel in Schlangenbad in Pest, wo ein Strandbad mit natürlich heißem Schwefelwasser gespeist wird; fer= ner am Plattensee, an dessen Ufer sich verschie= dene Heilbäder befinden. Der See wird nach der Beschreibung von Dr. Neuftätter in der "Münch. med. Wochenschrift" gespeist durch eine in seiner Mitte aus der Tiefe hervorstre= bende mächtige Quelle von 38—39°. An dieser Stelle ist ein tiefer Trichter von 40 Meter. dessen Wände steil ansteigen. Das Wasser im See wird mit der Entfernung von dieser nicht ganz in der Mitte gelegenen Stelle gegen das Ufer hin fühler, hält sich aber immer noch auf 32—35°. Auf dem Grund des Sees findet sich Schlamm, so daß das Bad gleichzeitig als Moorbad benutt werden kann. Das Wasser des Sees zeichnet sich durch seinen hohen Gas= gehalt aus (Kohlenfäure-Schwefelwasserstoff), so daß ein feines Prickeln auf der Haut entsteht, und ein bleibendes Wärmegefühl erzeugt wird. Das Wasser wird aus der Tiefe heraus zu Trinkfuren abgeleitet. In diesem See halten sich die Badegäste stundenlang auf. Die Erfolge bei gichtigen und rheumatischen Leiden sollen ausgezeichnet sein.

Rranfendiät auf Seereisen.

Es gibt zahlreiche Kranke, die auf eine befondere Diät angewiesen sind. Sind diese gezwungen, eine Seereise zu machen, so war bisher meist keine Möglichkeit, daß sie auch auf dem Schiffe die ihnen vom Arzt verordnete

Diätkur einhalten konnten. Es ist daher als dankenswert zu begrüßen, daß nunmehr die Hamburg-Amerika-Linie auf ihren Schiffen eine Diätküche eingerichtet hat, so daß, wenn ein Reisender den von seinem Hausarzt aufgestellten Diätplan mit auf das Schiff bringt, ihm nunmehr die Garantie gegeben ist, daß seine Diätvorschriften auch zur Ausführung ge= langen können. Wichtig ist die neue Einrich= tung auch für Kranke, welche deutsche Kurorte aufsuchen und nicht mehr gezwungen sind, während der Reise auf die ihnen vorgeschriebene Diät zu verzichten. Dem Berichte von Dr. Berg= ner und Dr. Minning in der "Deutsch. Med. Wochenschrift" ist zu entnehmen, daß vier verschiedene Kostformen aufgestellt wurden: Die Diätform für Diabetiker, die Diätform für Herz-, Nieren- und Kreislauffranke, die Diät für Magen= und Darmkranke und die Rohkost. Die Diät für Zuckerkranke ist kohlehydratfrei. auch Diabetikerbrot und Grahambrot, sowie Luftbrot wird mitgeführt. Die Kost für Herz-, Nieren= und Kreislauffranke wird salzfrei her= gestellt und die stark salzhaltigen Nahrungs= mittel von vorneherein ausgeschaltet. Das salz= freie Gebäck mit Kümmel stellt die Schiffs= bäckerei her. Die Rohkost hat Bedeutung als salzfreie und eiweißarme Kost. Sie wird nur abgegeben an nachweislich lange an sie gewöhnte Aranke oder nach Maßgabe des Arztes. Dem Schiffarzt fällt überhaupt eine wichtige Aufgabe bei der Diätverabreichung zu. Der Arzt wählt, wenn es gewünscht wird, nach Aussprache mit dem Reisenden die geeignete Form aus oder bestimmt sie auf Grund der mitge= brachten ärztlichen Anweisung. Der Schiffsarzt ist der verantwortliche Leiter des Diätbe= triebes auf seinem Schiff. Die Verantwortung für die sachgemäße Ausführung trägt der Ober= foch.