Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 34 (1930-1931)

Heft: 19

Rubrik: [Impressum]

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

Uerztlicher Ratgeber.

Von Dr. W. H.

Stoffmechselsteigerung durch das Seeflima.

Durch zahlreiche Untersuchungen ist festgestellt worden, daß das Seeklima eine bedeutende Stei= gerung des Stoffwechsels hervorruft. Die ur= sächlichen Faktoren sind die Sonnenbestrahlung in Gemeinschaft mit dem Wind, das kalte See= bad und der Wellenschlag, während eine gleich= zeitig auf den Organismus einwirkende im= stande ist, diese Stoffwechselsteigerung aufzuhe= ben. Weiter zeigt es, daß, je schwächer die Son= nenbestrahlung und der Wind, je wärmer das Wasser und je geringer der Wellenschlag ist, um so geringer im allgemeinen die Stoffwechselstei= gerungen sind. Die bei der Bestrahlung in der Stadt viel stärkere gleichzeitige Erwärmung als im Gebirge und an der See und die Unreinheit der Großstadtluft erklären das Ausbleiben einer gleichen Wirkung in der Großstadt. In Wyk wurde bei Kindern festgestellt, daß der Umsat hinsichtlich des Stoffwechsels nahezu ein doppelt so großer war, wie in der Großstadt. Es wurde wirklich festgestellt, daß es bei Kindern unter der Einwirkung des Seeklimas zu einer nicht unbeträchtlichen Zurückhaltung des Stickstoffes fommt. Sie setzt unmittelbar nach dem Klima= wechsel ein und erreicht jeweils in der zweiten bis dritten Woche ihren Höchstpunkt, um dann fast unverändert bis zum Auflauf der vier= wöchentlichen Kurzeit bestehen zu bleiben.

Klimatische oder seelische Wirkungen?

Wissenschaftlich wissen wir über die Klimate nicht viel mehr, als daß wir sie nach ihren Wirstungen als Schonungsklimate ober als milde ober kräftige Reizklimate charachterisieren können, in denen sich Dauer und Intensität der Bestonnung und — soweit es sich um beträchtliche Söhen handelt — das Absinken des Luftdruckes mehr oder weniger erwünscht oder unerwünscht sich geltend machen. Neben den physikalischen und chemischen Momenten spielen aber nach Prof. Durig in Wien sehr starke seelische Momente in die klimatischen Borgänge mit hinein und vers

mögen den Einfluß der physikalischen Faktoren weitgehend zu schwächen, zu verstärken oder ins Gegenteil zu verkehren. Vergleicht man die Er= frankungen der Menschen in der Ebene, im Bin= nenlande, am Meere, im Mittel= oder Hochge= birge, so ergibt sich die Tatsache, daß Gesund= heit, Krankheitshäufigkeit, Sterblichkeit und er= reichtes Lebensalter weit mehr von dem Verhal= ten der hygienischen Grundbedingungen als von flimatischen Faktoren beeinflußt werden. Sind schon in einander nahen Gegenden die klimati= schen Verhältnisse oft wesentlich verschieden, so wirken diese auch noch auf den einzelnen Men= sechn ganz verschieden ein, und es dürfte die Behauptung richtig sein, daß 90 Prozent aller günstigen Wirkungen, die in klimatischen Stationen wahrgenommen werden, durch seelische Faktoren bedingt sind. Folgen dem Menschen die Alltagssorgen, verläßt ihn Sorge um das täg= liche Brot nicht, so wird er sich auch in dem ge= priesensten klimatischen Kurort nicht wohlfüh= len und nicht erholen. Unluftgefühle können selbst dort, wo sonst die günstigsten klimatischen Wirkungen herrschen, jeden günstigen Einfluß und Erfolg vereiteln.

Apfelbrei bei Darmerfrankungen.

Mit der Anwendung von rohem Apfelbrei, der sogenannten Morro'schen Apfeldiät, hat Dr. Wolff in Eisenach sehr gute Erfolge bei der Behandlung von Durchfällen im Kindes= alter erzielt. Das Verfahren besteht darin, daß man den Kindern ohne jede Vorbereitung zwei Tage lang nur rohen Apfelbrei gibt. Reife, mürbe Upfel werden geschält, von Kernen befreit und auf einer Glasreibe gerieben. Lon diesem Apfelbrei erhalten die Kinder zu jeder Mahlzeit 100—200 Gramm. Etwas anderes bekommen die Kinder nicht, und sie nehmen den Apfelbrei sehr gern. Der Erfolg zeigt sich darin, daß Durchfall und Erbrechen sofort auf= hören; auch bei ganz schweren Fällen können mit der Apfelfost recht gute Erfolge erzielt werden.

Redaktion: Dr. Ern ft Eschmann, Zürich 7, Kiltistr. 44. (Beiträge nur an diese Abressel) Unverlangt eingesandten Beisträgen muß das Kückporto beigelegt werden. Druck und Berlag bon Müller, Werder & Co., Wolfbachstraße 19, Zürich.

Insertionspreise für schweiz. Anzeigen: ½ Seite Fr. 180.—, ½ Seite Fr. 90.—, ½ Seite Fr. 45.—, ½ Seite Fr. 22.50, ½ Seite Fr. 11.25 für ausländ. Ursprungs: ½ Seite Fr. 200.—, ½ Seite Fr. 100.—, ½ Seite Fr. 50.—, ½ Seite Fr. 25.—, ½ Seite Fr. 25.—, ½ Seite Fr. 25.—, ½