

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 37 (1933-1934)  
**Heft:** 6

**Rubrik:** Aerztlichger 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:** 22.02.2026

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

Es ist außerdem auch für normale Kinder schwierig, in späteren Jahren wieder umzulenken. Man hat zahlreiche Fälle zu verzeichnen, die Beweise dafür erbringen. Besonders die Konsonanzzusammenstellungen gl und bl bereiten vielen Kindern Schwierigkeiten; sie erleichtern sich das Sprechen, indem sie br und gr benutzen. Die Eltern lachen über die grünen Brätter an den Bäumen, das Brasen der Trompeten und bedenken nicht, daß sie ihrem Kinde einen schlechten Dienst erweisen, wenn sie diese Zungenträgheit durchgehen lassen. Es ist dringend zu raten, daß derartige Zungenschwierigkeiten mit aller Energie bekämpft werden; denn was in der Jugend leicht zu erreichen ist, macht späterhin große Mühe.

Es sei dabei nur daran erinnert, daß vom 6. Jahre an die Schule ihre Anforderungen gelten. Soll der gesamte Lehrstoff bewältigt und der Lehrplan richtig eingehalten werden, kann die Schule nicht erst damit beginnen, die Kinder richtig sprechen zu lehren. Hier muß vielmehr das Elternhaus entsprechend vorarbeiten.

Es sei nun mit diesen Zeilen nicht gesagt, daß die Eltern vom ersten Sprechversuche an energisch das Kind anweisen sollen, das Wallen zu unterdrücken; mag unser Kleinkind noch ein Weilchen die Worte falsch sprechen. Mütter und Erzieher aber dürfen diese Torheit nicht mitmachen, sondern müssen die Worte richtig wiederholen. Es ist das nur zum Besten des Kindes.

## Aerztlicher Ratgeber.

Von Dr. W. H.

### Die Verhütung der Zuckerkrankheit.

Die Sterblichkeit an Zuckerkrankheit ist in den letzten Jahren erheblich angestiegen. In Preußen betrug sie in den Jahren 1911 bis 1915 das sechsfache gegenüber den Jahren 1877 auf 1885. Dieses Anwachsen wurde nicht nur in der Großstadt beobachtet, sondern im ganzen Staat. Die Sterblichkeit an Zuckerkrankheit kommt in der Todesursachenstatistik nicht vollständig zum Ausdruck, da oft andere Krankheiten als Todesursachen angegeben werden. In Amerika sterben zwei Prozent der Bevölkerung an Zuckerkrankheit. Die Ursache der Zunahme der Zuckerkrankheit ist darin zu suchen, daß das durchschnittliche Lebensalter heute höher ist als früher. Es gab auch schon früher viele Zuckerkrankte. Die Zuckerkrankheit ist aber vor allem eine Krankheit des höheren Alters. Früher haben viele Menschen nicht das Alter erreicht, in welchem die Krankheit ausbricht. Dr. Sehlstedt weist auf die Beziehungen hin, die zwischen Fettsucht und Zuckerkrankheit bestehen, wobei es sich hauptsächlich um Übersättigungsfettsucht handelt. Bei der Entstehung der Zuckerkrankheit spielt die Erblichkeit eine große Rolle, sie ist eine ausgesprochene Familienkrankheit. Es sind sogar 8—10 Mitglieder einer Familie als zuckerkrank festgestellt worden. Die Zahl der belasteten Verwandten ist noch höher anzuschlagen, da diejenigen nicht mitgezählt sind, die zwar schon die Anlage in sich tragen, bei denen aber die Krankheit noch nicht zum Ausbruch gekommen ist. Zur Verhütung der Zuckerkrankheit wird

ärztlicherseits vorgeschlagen, den Genuss von Kohlehydraten einzustellen und die Süßigkeiten weitgehend zu untersagen, insbesondere jede fettmehrende Überfütterung unbedingt zu verhindern. Hinsichtlich der Lebensweise wird vor allem überwiegend körperliche Betätigung unter Vermeidung stark geistiger und seelischer Anspannung empfohlen.

### Farbenwirkung und Appetit.

Appetit und Magenabsonderung werden durch äußere Sinnesindrücke stark beeinflußt. Ein schön gedeckter Tisch, eine hübsch angerichtete Speise erhöhen Appetit und körperliches Wohlbehagen. In den Gaststätten legt man bei der Ausstattung der Räume Wert auf die Farbe der Wandbekleidung, der Möbel, der Teppiche und der Lampenschirme. Gelbe und rote Farben regen den Appetit an, blaue und grüne dagegen hemmen die Lust. Bekannt ist schon längst, daß das seelische Verhalten des Menschen durch Farben beeinflußt wird. Blaues und grünes Licht wirkt auf Kranke meist beruhigend, rotes und gelbes Licht dagegen anregend, ja sogar erregend.

### Die medizinische Bedeutung der Infrarotsstrahlen.

Die Strahlenbehandlung hat in der Medizin eine große Ausdehnung erlangt. Während Röntgenstrahlen als Reiz im Sinne des Abbauens wirken, sind Hochfrequenzstrahlen von großer Bedeutung durch ihre wiederherstellende Aufbau-

funktion. Gesunde können dadurch aufgefrischt werden in anspannender Berufstätigkeit, wie man das nur sonst in klimatisch günstiger Höhenluft oder an der See zu erzielen imstande ist. Im Sinne der Regeneration wirken auch die Influenzstrahlen, die durch die Influenzmaschine erzeugt werden. Die auf Reibungselektrizität beruhende Influenz unterscheidet sich von der galvanischen Elektrizität durch ihre hohe Spannung bei äußerst geringer Stromstärke. Mit diesen Strahlen hat in der Krankenbehandlung Prof. Dr. Rahel-Hirsch, Berlin, sehr gute Erfolge erzielt. Sie wirken beruhigend auf die Nerven und sind schmerzlindernd. Man kann sich

selbst von der überaus günstigen und wohlstuerenden Wirkung der Strahlen überzeugen, wenn man mit der Elektrode den Rücken entlang fährt. Akute Neuralgien, wie zum Beispiel die nach Grippe auftretenden Kopfschmerzen, heilen nach 2 bis 3 Bestrahlungen mit Influenzstrahlen, während chronische Neuralgien eine längere Behandlung erfordern. Die nervenberuhigende Funktion ist gerade in unserer gegenwärtigen Zeit der häufigen Nervenüberreizung ein besonderes Anwendungsbereich der Influenzstrahlen. Damit ist auch ohne weiteres verständlich, daß dieselbe gute Wirkung auch bei Schlaflosigkeit erzielt wird.

### Bücherschau.

*"Ringe Ringe Rose"*, ein Liederbuch für die Schweizerkinder, ihre Mütter und Lehrer von Carl Hesch. Mit Bildern von R. Dürrwang, in hübscher Geschenkausstattung Fr. 2.60. Verlag Helsing u. Lichtenhahn, Basel.

Für unsere Schweizerkinder von 5 bis 10 Jahren und ihre Mütter wünschten wir kein hübscheres Weihnachtsgeschenk als dieses soeben in neuer Ausgabe erschienene Büchlein. Eine reiche Auswahl altvertrauter und guter neuer Lieder und Verslein, alles mit leicht singbaren ein- und zweistimmigen Melodien versehen. Hochdeutsch und namentlich schweizerdeutsch in allen Mundarten unseres Landes.

Mit Recht schreibt ein Freund dieses Büchleins: Man blättert und blättert in diesem prächtig ausgestatteten Buche, und jede Seite bringt wieder neues Entzücken. Wie Sonnenschein und Kinderglück leuchtet es aus diesen Noten, Versen, Reimen und Bildern heraus!

Das Büchlein kommt gerade zeitig genug, damit die Mutter ihre Kleinen noch ein frohes Weihnachtsliedlein daraus lehren kann, es sei bestens empfohlen.

Rudolf von Tavel: *"Meischter und Ritter"*. Verlag von A. Francke A.-G., Bern. Preis 9 Fr.

E. E. Ein neuer berndeutscher Roman von Rudolf v. Tavel bedeutet immer ein Ereignis in der schweizerischen Literatur. Wir dürfen auch dieses neue Werk lebhaft begrüßen. Es entrollt ein interessantes Stück Berner Geschichte und stellt eine Persönlichkeit in den Mittelpunkt, die zur Zeit der Reformation viel von sich reden machte. Es ist der Dichtermaler Niklaus Manuel. Sein Aufstieg und seine bunten Schicksale, die auch in den Krieg führen, geben zugleich ein ausgezeichnetes Spiegelbild der bewegten Jahre, die auch für die Eidgenossen bedeutungsvoll wurden. Wie der Dichter dies alles uns erzählt in seinem Dialekt, verdient Bewunderung. Es ist wiederum eine vaterländische Tat, die er vollbracht hat. Danken wir ihm dafür, indem recht viele auf Weihnachten nach diesem stattlichen Bande greifen.

Meinrad Bieren: *"Das Glöcklein auf Rain"*. Verlag Huber u. Co., Frauenfeld. Preis Fr. 8.—.

E. E. Der Roman, der kürzlich in der „N.Z.B.“ erschienen ist, liegt nun in einem stattlichen Bande vor. Er wird der begeisterten Lesergemeinde Bierensts hochwillkommen sein. Denn was schon immer an des Schwyzers Wesen geschäzt wurde, sein Humor, der heimatliche Ton, die flare Anschauung und die frische und natürliche Darstellungsweise — diese Vorzüge zeichnen auch das neueste Werk Meinrad Bierensts aus. Das Schicksal einer ganzen Familie wird vor uns entrollt, und was da für bunte Ereignisse sich freuen, wie viel originelles und scharf gezeichnetes Volk über die Straße geht, fesselt den Leser von der ersten Seite an und zwingt ihn, bis zum Schluss mit klopfendem Herzen mitzugehen. Ein exquidates Buch, das hoffentlich recht oft auf den Weihnachtstisch gelegt wird.

Heinrich Hanselmann: *"Fröhliche Selbstzergebung"*. Rotapfel-Verlag, Erlenbach-Zürich. Preis 2.50 Fr.

E. E. Zur Reihe seiner kurzen, populären Erziehungschriften fügt Hanselmann hier eine neue, die nicht minder lebhaft begrüßt werden wird wie die früheren. Es sind Dinge, die uns alle angehen und einem jeden zum Nutzen werden können. In kurzen Kapiteln werden viele Einzelfragen erörtert, und zu dem keineswegs in trockener Weise. Die Weisheit quillt dem Verfasser aus reicher Erfahrung. So wird nicht gepredigt, sondern wir werden an der Hand eines reifen Menschenkenners geführt. Er weiß, wie dornenvoll der Weg eines jeden ist.

Gottfried Fankhauser: *"D'Gschicht vom Weihnachtschind"*. Bärndütsch erzellt. 3. Auflage. 188 Seiten. In Leinwand geb. Fr. 4.50.

Dieses Buch ist eine Fundgrube voll Gold und massiven Erzes für solche, die den Kindersinn lieben und ihn für sich bewahrt haben. Daß wir für die Kinderstube sowohl wie für die Sonntagschule dies Büchlein in berndeutscher Mundart vor uns haben, ist einzigartig und wertvoll für Anfänger in dieser Reichsgottesarbeit. Mit Jubel möchte ich es allen kinderliebenden Lehrern und Lehrerinnen zum Anschaffen empfehlen.

Redaktion: Dr. Ernst Schmann, Zürich 7, Rütistr. 44. (Beiträge nur an diese Adresse!) Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Verlag von Müller, Werder & Co., Wolfsbachstraße 19, Zürich.

Insertionspreise für schweiz. Anzeigen:  $\frac{1}{1}$  Seite Fr. 180.—,  $\frac{1}{2}$  Seite Fr. 90.—,  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 45.—,  $\frac{1}{8}$  Seite Fr. 22,50,  $\frac{1}{16}$  Seite Fr. 11,25  
für ausländ. Ursprungs:  $\frac{1}{1}$  Seite Fr. 200.—,  $\frac{1}{2}$  Seite Fr. 100.—,  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 50.—,  $\frac{1}{8}$  Seite Fr. 25.—,  $\frac{1}{16}$  Seite Fr. 12,50