

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 62 (1958-1959)
Heft: 10

Buchbesprechung: Buchbesprechung

Autor: [s.n.]

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: 18.02.2026

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

B U C H B E S P R E C H U N G

Ley Kenyon: Tauch mit!

Führer durch die Unterwasser-Welt. — 1958, Albert Müller Verlag, AG, Rüschi-
kon bei Zürich und Stuttgart. — 460 Seiten mit 27 Unterwasserphotos und 29 mee-
resbiologischen Bestimmungstafeln. — Leinen Fr. 18.80.

Das Buch enthält alles, was man wissen muss, wenn man sich dem Tauchsport widmen will, eingeschlossen das theoretische Rüstzeug zur erfolgreichen Praxis. Nach einer kurzen Einführung in Geschichte und Wesen des Tauchsports wird die gesamte Ausrüstung des Nackt- und Freitauchers eingehend besprochen. Einem vollständigen Lehrgang des Tauchsports als Anleitung für Anfänger folgt ein Kapitel über Tauchgeräte und die Technik des Gerätetauchens. Ebenso gründlich werden Unterwasserjagd, Unterwasserphotographie und Unterwasserarchäologie behandelt, die mit dem Tauchen verbundenen Gefahren, die zu beachtenden Vorsichtsmassregeln, die unter Umständen auftretenden Beschwerden und Krankheitserscheinungen samt ihren Symptomen und ihrer Behandlung. Knappe, aber genaue Beschreibungen von mehr als 170 an den europäischen Küsten vorkommenden Fischarten, verbunden mit meeresbiologischen Bestimmungstafeln und einem einfach anzuwendenden Bestimmungsschlüssel, ermöglichen die rasche Identifizierung beobachteter oder erbeuteter Fische. Ein internationales Tauchklub-Verzeichnis, eine Zusammenstellung der den Sporttaucher interessierenden gesetzlichen Vorschriften, ein Register der Pressluft-Abfüllstationen Europas und eine Tauchsport-Bibliographie vervollständigen das Werk, das mit diesem reichen Inhalt eine ganze Bibliothek ersetzt. Der Verfasser, seit vielen Jahren Mitarbeiter Kapitän J. Y. Cousteaus, ist einer der erfahrensten Freitaucher der Welt. Sein Führer durch die Unterwasserwelt ist mit solchem Enthusiasmus geschrieben, dass auch die blosser Lektüre zu einem wirklichen Erlebnis wird und man gespannt den oft atemraubenden Schilderungen seiner Abenteuer folgt, desgleichen seinen Beschreibungen des Lebens und der Schönheit der seltsamen, neuen Welt unterm Meeresspiegel, die jetzt langsam dazu gebracht wird, uns einige ihrer vielen Geheimnisse zu enthüllen.

(Weitere Buchbesprechung auf 3. Umschlagseite)

Der Autor ist in erster Linie ein Mann der praktischen Arbeit und Erfahrung. Täglich kommt er in seiner Sprechstunde mit vielen Menschen zusammen, die seine Hilfe suchen; mit Menschen aller Schattierungen, von der Hilfsarbeiterin bis zum Generaldirektor; mit Menschen, die Heilung suchen von einem körperlichen oder seelischen Uebel. Aus dieser täglichen Anschauung heraus weiss der Verfasser, wo die Uebel des Alltags zu suchen und wie sie allenfalls zu beseitigen sind.

Dieses Hausarzt-Buch kann und will den Arzt nicht ersetzen. Es macht uns mit unserem Körper, seinen Organen und deren Funktionen bekannt. Hier wird weder bagatellisiert noch aus einer Mücke ein Elefant gemacht. Alle unsere grösseren und kleineren Beschwerden, die wirklichen und die eingebildeten, werden auf ihr zugehöriges Mass zurückgeführt. Und das in einem sachlichen Ton, der stellenweise an den bekannten angelsächsischen trockenen Humor erinnert. Und weil wir gerade beim Ton, oder anders gesagt beim Stil sind: Das Buch ist erfrischend natürlich geschrieben; der bildhafte Ausdruck ist einer seiner grossen Vorzüge. Einige Beispiele:

Wir fahren aus der Haut. Wie die Zwiebel hat auch der Mensch mehrere Häute ... Die Schlange häutet sich mit einem Male. Wir fahren in Raten aus unserer Haut. Im Grunde ist es das gleiche.

Was heisst: Vorsicht mit Genussmitteln? Jeder weiss, was eine Hypothek ist: Ein Grundpfandrecht zur Sicherung eines Kredits, der zwar langfristig, aber unabänderlich zuzüglich einer Zinsbelastung zurückbezahlt werden muss. Alle Genussmittel — «Wein, Weib», Nikotin und Kaffee (Tee) — stellen, bezogen auf das Herz und den Kreislauf, eine Hypothek dar. Und zwar eine solche mit sehr, sehr hohen Zinsen. Zudem ist der Körper der unerbittlichste Gläubiger, wenn es ans Eintreiben geht ... Wer sich gegen Genussmittel wendet, kommt leicht in den Verdacht, ein Sektierer zu sein: ein mit wildwucherndem Vollbart geschmückter Reformapostel, der sich von Gräsern und Wurzeln ernährt, Alkohol und Nikotin als ausgemachtes Teufelszeug weit von sich weist, der kurze Hosen und Sandalen zum einzig möglichen Anzug erklärt und das Ganze obendrein für die alleinseligmachende Weltanschauung hält. Lassen Sie mich bekennen: Ich rasiere mich elektrisch, weiss einem Ragout fin durchaus Geschmack abzugewinnen und einen sonnendurchglühten Döle ziehe ich zuweilen freiwillig dem ungegorenen Obstsaft vor. Nach diesem Bekenntnis kann ich nicht umhin festzustellen: Genussmittel im Uebermass sind unbedingt schädlich.

Hoher Blutdruck: Der «Blutdruck» hat — Gott allein mag wissen warum — für fast alle Menschen etwas Faszinierendes. Es gibt auf allen Rummelplätzen jene vielbesuchte Attraktion: das «Liebesmanometer». Die Hand des Auskunftstheischen umschliesst eine Glasphiole, welche je nach er Körperwärme, eine bunte Flüssigkeitssäule an einer Skala bis «heisser Liebhaber» oder gar «von wilder Leidenschaft» hochschiessen lässt. Es kommt mir immer wieder der Gedanke, dass viele Patienten — vielleicht aus einem nicht einmal sich selbst gegenüber zugegebenen Aberglauben heraus — in dem Blutdruckmessgerät des Arztes ein verwandtes, wenn auch sublimiertes Orakel erblicken.

Das Arztbuch weist den Patienten in neunzig von hundert Fällen zum Arzt; indem es die Vorgänge in unserem Körper klar darstellt, nimmt es dem Kranken Unsicherheit und Angst, die oft mehr Schaden anrichten als das eigentliche Uebel. Es ist keine Unterhaltungslektüre, sondern ein nützliches und gutgeschriebenes Buch, und wir hoffen, unsern Lesern mit diesem Hinweis einen Dienst geleistet zu haben.

E. O.