Zeitschrift: Appenzeller Kalender

Band: 123 (1844)

Artikel: Gesundheitspflege für Landleute

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-372505

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: 22.10.2025

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

Gesundheitspflege für Landleute.

Das kalte Waffer als Beförderungsmittel der Gefundheit.

Der Gebrauch bes falten Wassers als Ge= tränk und Bab reicht so weit als die Geschichte bes Menschengeschlechtes selbst. Es war bas erste Getränk wie der Thiere, so ber Menschen. Die wohlthätige Kraft ber falten Waschungen und Baber mar fo befannt, bag biefelben bei allen Bölfern bes Alterthums als die eigentliche Vorbereitung zum Gottesbienste, als ein Theil aller religiösen Sandlungen und Feierlichkeiten erscheinen. Das Klima bes Morgenlandes, Die Rleidung und Lebensweise seiner Bewohner machte ben häufigen Gebrauch bes Waffers nur um so nothwendiger. Man bewies bem Fremd= linge, bem Gafte badurch Liebesdienst und Ach= tung, daß man ihn bei der Unfunft fogleich wusch und badete. Die Meisterwerke der alten Dichter, so wie die patriarchalischen Erzählun= gen ber Bibel, von bem edeln Abraham an bis auf die heiligen Apostel, liefern davon zahl= reiche Beispiele. Jahrhunderte lang kannte man blos das Wasser als Getränk, und das hohe Lebensalter ber Bäter, von welchem die heilige Schrift erzählt, ift wohl großentheils auch bie= fem, ber Natur fo gemäßen, Gebrauche guguschreiben.

Da man sich bes kalten Wassers in Bezug auf unsern Körper innerlich und äußerlich bestient, so zerfallen die Wirkungen desselben in jene, die es als Getränk, und in jene, die es als Bad, Waschung und dergleichen äußert. Indem aber die sämmtlichen Wirkungen des kalten Wassers auf seinen wesentlichen und zusfälligen Eigenschaften beruhen, müßen diese vor allem in Betrachtung gezogen werden. Die erste und hauptsächlichste Eigenschaft des Quell und Brunenwassers, welche ihm unstreitig den vor-

züglichsten Antheil an seiner großen Heilkräftigsteit verleiht, liegt in seiner Kälte. Durch seine Flüssigkeit erhält das Wasser jene auslösende Kraft, durch die es in der gesammten Natur eine so große Rolle spielt. Durch seine Härte, besonders durch seinen Gehalt an Kohlensäure, wirft es vorzüglich als Getränk wohlthätig; auch seine Geruch = und Geschmacklosigkeit trasgen zu seiner wohlthätigen Wirfsamkeit bei. Die hier angegebenen Eigenschaften bestimmen nach ihrem vorhandenen Maße die Güte des Wassers und seine Tauglichseit zum Gesundheitszwecke.

Wirfungen des falten Wassers als Getränk.

Die allgemeine Erfahrung lehrt, bag Waffer= trinfer fart, gesund und munter find, größern Appetit und beffere Verdauung haben, und ge= gen ein heer von Krankheiten bes Dber = und Unterleibes geschützt werden, benen wir Bier= und Weintrinfer unterworfen sehen. Woher maa bies kommen? Zur Beantwortung biefer Frage burfen wir nur die Wirfungen etwas näher be= trachten, welche bas Waffer, vermöge feiner Kälte, Flüffigkeit u. f. w. von bem Augenblicke feiner Aufnahme in den Mund, bis zu feiner Berbreitung in die entferntesten Theile des Kör= pers hervorbringt. Schon in ber Mundhöhle äußert es feinen vortheilhaften Ginfluß, indem es das Zahnfleisch stärkt und vor Lockerheit bewahrt, bas Unreine', die Refte ber Speisen u. dal, von ben Bähnen abspült und fie fest, weiß und scharf erhält. Indem es an ben Wänden bes Schlundes und ter Speiseröhre hinabglei= tet stärkt und fräftiget es diefe Theile und min= bert bie Anlage zu Entzündungen. Im Magen angekommen, bewährt es erft recht feine reinigen= ben, auflösenden und stärkenden Eigenschaften,

(Fortsetzung folgt.)