

Zeitschrift: Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers

Herausgeber: Schweizerischer Verein für Heimerziehung und Anstaltsleitung; Schweizerischer Hilfsverband für Schwererziehbare; Verein für Schweizerisches Anstaltswesen

Band: 24 (1953)

Heft: 5

Artikel: Ueber die Yoghurtdiät

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-808746>

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: 24.01.2026

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

Wir offerieren ab Lager zu vorteilhaften Preisen:

GUMMI-

Most- und Weinschläuche

Wasserschläuche

Jaucheschläuche

Molkerei-Stiefel

Arbeits-Stiefel

Schürzen und

Handschuhe

Karl Troxler, Gummihaus, Zürich

Seidengasse 13, Postfach Zürich 1

Telephon 25 77 68



Verwenden Sie nur kyanisierte Hölzer

Frühbeetfenster

Treibbeetkasten

fest und transportabel

Einfassläden

Deckbretter

Pfähle

Spalierlättli

Gewächshausbau und Kyanisierwerk

E. MÜLLER-LANZ, ZOFINGEN

Telephon (062) 8 11 73

Gottesgabe, der Musik! Wir Heimleute schon gar nicht! Dieses Entstörungsmittel möchte ich allen meinen Freunden vom Fach empfehlen. Ich habe es vielfach ausprobiert und es probat erfunden. Ein Patent habe ich keines auf meine Erfindung angemeldet beim Patentamt. Aber patent ist sie eineweg doch.

Hermann Bühler, Zürich

Aus dem Wörterbuch für Sozialarbeiter*

Anstaltsbau Richtlinien hierüber wurden 1951 von der Studienkommission für die Anstaltsfrage, Organ der Schweizerischen Landeskonferenz für soziale Arbeit, herausgegeben.

Anstaltsbuchführung Rechnungsführung in Heimen und Anstalten. Richtlinien darüber wurden 1948 von der Studienkommission für die Anstaltsfrage herausgegeben.

Anstaltsorganisation Richtlinien darüber wurden 1949 von der Studienkommission für die Anstaltsfrage herausgegeben.

Anstaltsversorgung Versorgung in einem Heim oder in einer Anstalt. Gegensatz: Familienversorgung.

Anstaltswesen Inbegriff der die Heime und Anstalten verschiedenster Art betreffenden Angelegenheiten.

Arbeiterheime (Arbeiterinnen-) Offene Heime für seelisch-geistig gesunde Jugendliche, die aus irgendwelchen Gründen nicht in Familien leben können. Werden meist von industriellen Unternehmen oder gemeinnützigen Körperschaften betrieben. Siehe auch Fabrikheime.

Ueber die Yoghurtdiät

Es hiesse Eulen nach Athen tragen, wollten wir an diesem Orte die gesundheitliche Bedeutung des Yoghurts beschreiben. Die Wirkung der Säuremilchdiät auf die Darmflora, die dadurch bewirkte Ausschaltung der Fäulnisvorgänge im Darm und damit die Beseitigung gewisser Autointoxikationserscheinungen sind Gemeingut nicht nur des ärztlichen Wissens geworden, sondern auch jedem Gebildeten geläufig. Der Haut obliegt grossenteils die Ausscheidung gewisser Fäulnisprodukte des Darmstoffwechsels und sie leidet bei Ueberlastung darunter. Das fahle Aussehen, der unreine Teint der Individuen, die unter Obstipation leiden, sind allbekannt. Und es gibt kaum ein zuverlässigeres und dabei doch mild wirkendes Mittel, diesen Zuständen zu begegnen, wie eben die Sauermilch, d. h. vor allem die Kephir- oder die Yoghurtdiät.

Yoghurt ist ein Milchsäureprodukt, ein hochwertiges, bekömmliches und leicht verdauliches Lebensmittel. Yoghurt ist eines der köstlichsten Lebensmittel, welches die Natur den Menschen gegeben hat. Es wäre im gesundheitlichen Interesse vieler Menschen sehr zu begrüßen, wenn Yoghurt in weitesten Kreisen Eingang finden könnte.

*) «Wörterbuch für Sozialarbeiter», bearbeitet von W. Rickenbach. 188 Seiten. Fr. 4.—. Zu beziehen bei der Schweiz. Gemeinnützigen Gesellschaft, Postfach Selnau, Zürich 2.