Zeitschrift: Schatzkästlein: Pestalozzi-Kalender

Herausgeber: Pro Juventute

Band: - (1925)

Rubrik: Hygienische Ratschläge

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: 24.11.2025

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



Wenn wir uns erlauben, in der Solge einige medizinische Sragen zu streifen, so geschieht es nicht, um Kinder oder deren Eltern zur Kurpfuscherei zu erziehen; wir möchten hier viel= mehr irrigen und oft abergläubischen Dorstellungen begegnen. In unsicheren Sällen empfehlen wir unverzügliche Beigiehung ärztlichen Rates. Aus dem ganzen Klüngel von Krankheiten greifen wir ein paar wenige heraus, um sie turz zu besprechen. Wenn wir zur Beseitigung einfache hausmittel angeben, so fann es sich nur um solche handeln, die absolut unschädlich sind.

Blasse Gesichtsfarbe kommt nicht immer von Bleichsucht oder Blutarmut her, sondern oft vom Magen oder vom Herz. Nur bei Blässe der Lippen oder der Augenschleimhäute darf man auf Bleichsucht schließen. Kaufe feine teuren Mittel zum Blutpflanzen; sie nüten nur dem zig untersuchen lassen, auch wenn Sabrikanten! Geldbeutel des ärztlicher Rat ist besser und viel billiger. Und noch eines: Wein Blut — nütt gar nichts!

Rötung des Gesichtes läßt oder unheimlichen! noch Alfohol).



Blaue Lip= pen deuten auf Herzseh= Ier oder Eun= aen frankhei= ten. Solche Leute sollten

sie sich wohl fühlen. Man kann schweren Zufällen dadurch vorbeugen. Bei Kindern tommen — und wäre er auch rot wie blaue Lippen hie und da vom Kirschenessen, vom heimlichen

manchmal auf herzstörungen Gelbfärbung des Gesichtes schließen, kann aber auch von kommt nicht vom Ärger oder Alkohol kommen oder von An= der "Täubi" her, sondern von strengung, auch von Sieber. Störungen der Leber oder des Dauert sie an, so laß dich unter= Dünndarms. Dersuche mit Karls= suchen. Wechselt die Sarbe sehr badersalz: 1 Kaffeelöffel voll auf rasch, Kleider öffnen und sofort drei Deziliter warmes Wasser. flach legen (weder Tee, Kaffee Langsam trinken! Ja nicht Rizi= nusöl!

Hast du Kopfschmerz, so dente gehend. Es minimum nicht gleich an ein Kopfweh= gibtaber auch pulver, sondern frage einmal sehr gefährli= den Augenarzt; er wird dir viel= che halsman= leicht etwas ganz Merkwürdiges delentzündun= sagen. Oder bist du verstopft, gen; Scharlach dann führe ab, diesmal mit u. Diphtherie Rizinus. Weißt du, wie man es fangen eben= Mit Kaffee, Bier, fallsmithals= nimmt? Kognak, mit gar vielen Sachen. schmerzen an. hast du kein Sieber, Dersuche stoßenem, rohem Apfel. Du du zehn Tropfen Myrrhentint= wirst es nie mehr anders neh= tur zusetest. men.



Iod. Lege lieber kaltes Wasser einatmet; darum langsam trin= auf und gehe zum Zahnarzt. ken! Kalte Slüssigkeiten ver= Ein vorzügliches Zahnwasser ist meiden! Eibischtee soll man lauwarmes Wasser, es schadet nicht kochen, sonst geht die wirknie. Der Neger braucht kein an= same Substanz zugrunde. Wirf deres und hat die schönsten eine handvoll Eibischwürzchen besser als die eigenen, schlechten, Wasser und laß es stehen. Nach mit Magenweh.



Stets halsweh!

ten. Schmerzt man nicht es dich beim tassenweise Schlucken u. trinken, er hast du Sie= kann sonst ber, so frage Reizungen den Arzt. Es bewirken; ist vielleicht auch nur porüber= dünnt er dir



einmal mit zer= so gurgle mit etwas Wasser, dem

heiserkeit: Kalter Umschlag, hast du den man leicht bedeckt und zwei Jahnweh, Stunden liegen läßt. Dauert so lege ja die Heiserkeit lange an, so frage nie Medi= den Arzt; es könnte sich um famentein etwas ganz anderes handeln. den Jahn; Gegen hustenreig trinke reich= siezermür= lich warmen Tee; der heiße Tee bendirauch wirkt dadurch, daß man die die gesunden Zähne. Auch kein darüberstreichende warme Luft Zähne. Künstliche Zähne sind in eine Slasche lauwarmes zwölf Stunden ist das Wasser halsweh hat jeder, der sich an= sirupartig, dann kann man es gewöhnt hat, den hals immer be= mit heißem Zuckerwasser ver= deckt zu hal= dünnen. Den Kamillentee soll



nur den Magensaft, der gerade **Mundgeruch.** Laß dir einmal beim Magenkatarrh so nötig ist. die Zähne nachsehen und spüle Eßlöffelweise genommen, wirkt nach jeder Mahlzeit mit fols der Tee besser. Salicyssäure

Kolik. Achtung! Blinddarms entzündung möglich! Dielleicht kommt die Kolik von Verstopfung her. Lieber nicht abführen, der Darm könnte zerreißen! Warme Umschläge helfen oft.

Bei Diarrhöen soll man nicht immer stopfen wollen; die natur will dich von schlechten Stoffen befreien. Das sollst du nicht hindern; darum keinen Käse, keine Schokolade, keine Opiumtropfen (Laudanum, Chosleratropfen), es sei denn, du müsselt ins Konzert oder ins Schlucken. Examen. Bessert die Diarrhöe kaß dir eins nach drei Tagen nicht, so kannst mal beide Ohren mit

Blähungen. Dersuche einmal mit seingepulverter Holzkohle: dreimal täglich mit etwas Wasser angerührt; nüchtern zu nehmen.

Ein Bruchband hat einer fürzelich auf dem Markt gekauft und gleich angeschnallt. Als er heim kam, war sein Bruch eine gequetscht; der Bandagist hätte ihm besser geholfen. Am sichersten und längsten hilft eine kurze Operation.



Mundgeruch. Laß dir einmal die Zähne nachsehen und spüle nach jeder Mahlzeit mit folsgender Lösung: Salicyssäure und Münzengeist je 5 gr, Spiristus 40 gr; davon einige Tropfen auf ein Glas lauwarmes Wasser. Dielleicht kommt's auch von Derstopfung. Das Kauen von rohen Äpfeln beseitigt den Mundgeruch für längere Zeit, aber noch viel besser und länger eine gesröstete Kaffeebohne, die man im Munde behält.

Schnupfen. Tust du etwas das gegen, so dauert er eine Woche, tust du nichts dagegen, so dauert er acht Tage. Jest wähle!

Shludsen. Caß dir ein= mal beide Ohren mit je einem Singer sehr fest zuhal= ten und schlucke der=



weil dreimal etwas Wasser; es hilft dir sicher.

Miteser im Gesicht sind nicht schön, darum nimm einen hohlen Uhrschlüssel, drücke die schwarzsen Punkte aus und wasche sos dann das Gesicht mit möglichst heißem Wasser. Dazu nimm am Morgen eine Messerspike Brustpulver.

Eize erfordern Geduld und Spiritusüberschläge. Will man sie schneller zum Reifen bringen, so lege man Kataplasmen auf; was man dazu verwendet, ist

lange warm bleiben. Eiße an bewirken. Es gibt auch eine gefährlich.

sichtig damit anfängt. Es gibt selber, man weiß nicht wie. Leute, die meinen sich, wenn sie hühneraugen Blassen. leicht interessant, aber seither vom Apotheker ein Salizusheft= viel eber entbehrlich.

An den Sommersprossen bist Kalte Suge du nicht selber schuld; denn du gehörst der blonden Rasse an. man oft von Bist du aber eitel, so versuche, zweimal im Tag mit folgender dem, hohem Cösung zu waschen: 4gr Salmiak, Schuhwerk. 2 gr Wasser und 8 gr Cavendel= Wer niede= wasser. Dielleicht hilft's! Im re Schuhe, übrigen streiche deinen Spiegel oder mit Schuhwichse an.

Kopfschuppen führen manch= trägt, mal zu Haarausfall, immer vielweniger aber zu unsauberen Rockfragen. falte Süße. Schwefelsalben helfen in den Nachts ziehe meisten Sällen; ob sie dir zu= ein träglich sind, mag der Arzt ent= weites, wol= scheiden. Eines aber schadet nie: Reinhaltung der Kopfhaut. Daneben gebrauche gar nie rohr lose über den Suß und harte Bürsten.

Warzen sind nicht ansteckend. Suß=Schweiß.

gleichgültig; wenn sie nur recht immer und können arge Narben Oberlippe und Nase sind sehr ganze Reihe von Sympathie= mittelchen. Dersuch sie oder Sonnenbäder sind herrlich, versuch sie nicht; eines kann ich können aber auf sehr lange dir mit Sicherheit sagen: Auch Zeit hinaus schaden, wenn man ohne diese Mittelchen kommen nicht sehr langsam und vor= und vergehen die Warzen von

perleiden recht braun sind; sie sind um den schönsten Spaziergang. Derhaar gesünder als die klage sofort den Schuhhandler, Ohne but in den der dir zu elegante und enge Städten herumzulaufen ist viel= Schuhe verkauft hat, und laß dir gibt es noch viel mehr "ver= pflaster geben. Inzwischen sperre brannte Köpfe". Bei dem dich= Rasiermesser und Schere in den ten haar der Frauen sind hüte Schrank und wirf den Schlüssel fort.

befommt

beengen= Sandalen

Ienes Strumpf= Millian



fasse dich in Geduld.

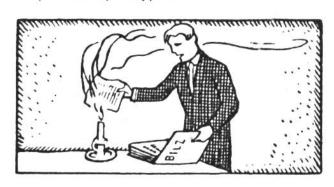
Du barfst also ruhig die hand glaubst, es sei gefährlich, den geben. Äkmittel wirken nicht Suß-Schweiß zu vertreiben, so

irrst du dich. Sein Verschwin= den ist nur die Solge, nicht die Ursache gewisser Krankhei= ten. Wenn er lästig ist, so pinsle mit 10%iger Formalin= lösung, die du in den Apothe= fen erhältst, vermeide aber die offenen Stellen.

Srostbeulen. Das probateste Mittel ist das Tragen von warmen, weiten handschuhen, auch nachts. Gegen das lästige Juden bade in einer Abkochung von einer handvoll grüner Sellerieblätter (getrochnete tun's schließlich auch). Mit dem Jukten verschwinden auch die groft= beulen.

Schlaflosiafeit. Erstens ärgere dich nicht darüber, und suche den Schlaf nicht. Eine Taube erwischest du nicht, wenn du ihr nachspringst. Zuden dir die Nerven, so laß sie zucken; sie beruhigen sich dadurch schneller, als wenn du sie durch Dran= denken aufregst. Schlafmittel= chen nüten dir für die Nerven nichts. Die Schlaflosigkeit scha= Krankheit; det dir nur dann, wenn du dich sie zersett darüber aufregst; nur dann bist du am Morgen zerschlagen. Im und Gemüt und hat schon man=

öpfelröschti" und ähnliches lieber auf das grühstück.



Nervosität ist die allerschlimm= ste Krantheit, weil bei ihr alle Zeichen vorkommen. Bestes Mittel: Schau nach, ob du im hause ein "Doktorbuch" hast. Wenn ja, so nimm jeden Morgen ein Blatt heraus und lasse es ganz ruhig in einer Ker= zenflamme verbrennen. Geruch der Asche solcher Bücher beruhigt die Nerven ungeheuer.

Angst vor Krantheit ist schlim= mer als die aller= schlimmste Derstand



übrigen verspare die "hard= chen bis ins Irrenhaus geführt.

Wasserversorgung und Gesundheit.

60 Citer Wasser gelten als Durchschnittsverbrauch pro Kopf und pro Tag. Der größte Teil davon findet zur Reinigung im haushalte Derwendung. Um dem Körper nicht zu schaden, soll das Wasser frei sein von Krankheits= keimen und verwesenden Stoffen. Zur Anlage einer einwandfreien Wasser= versorgung bedarf es großer Sachkenntnis und Gewissenhaftigkeit. Bewohner von Ortschaften mit reichlicher und guter Wasserversorgung sind laut Statistit ansteckenden Krankheiten (Epidemien wie Typhus, Blattern etc.) viel wes niger ausgesetzt als Bewohner mit ungenügender Wasserversorgung. Reinlich= teit ist eben eine der besten Waffen gegen Krantheit.