Zeitschrift: Schatzkästlein: Pestalozzi-Kalender

Herausgeber: Pro Juventute

Band: - (1927)

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: 27.10.2025

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



Wenn wir uns erlauben, in der Solge einige medizinische Fragen 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 Beiziehung ärztlichen Rates. Aus dem ganzen Klüngel von Krankheiten greifen wir ein paar wenige heraus, um sie kurz zu besprechen. Wenn wir zur Beseitigung einfache hausmittel angeben, tann es sich nur um solche handeln, die absolut unschädlich sind.

Blasse Gesichtsfarbe fommt 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 teine teuren Mittel zum Blutpflanzen; sie nützen nur dem Geldbeutel des Sabrikanten! Arztlicher Rat ist besser und viel billiger. Und noch eines: Wein - und wäre er auch rot wie Blut — nütt gar nichts!

Rötung des Gesichtes läßt manchmal auf Herzstörungen strengung, auch von Sieber. Dauert sie an, so laß dich unter= rasch, Kleider öffnen und sofort noch Alfohol).



Blaue Lip= pen deuten auf Herzseh= Ier oder Lun= gentranthei= ten. Solche Leute sollten sich regelmä=

kia untersuchen lassen, auch wenn sie sich wohl fühlen. Man kann schweren Zufällen dadurch vor= beugen. Bei Kindern kommen blaue Lippen hie und da vom Kirschenessen, vom heimlichen oder unheimlichen!

Gelbfärbung des Gesichtes Schließen, kann aber auch von kommt nicht vom Arger oder Alkohol kommen oder von An= der "Täubi" her, sondern von Störungen der Leber oder des Dünndarms. Dersuche mit Karls= luchen. Wechselt die Sarbe sehr badersalz: 1 Kaffeelöffel voll auf drei Deziliter warmes Wasser. flach legen_(weder Tee, Kaffee Langsam trinken! Ja nicht Rizi= nusöl!

hast du Kopsschmerz, so denke gehend. Es minimum nicht gleich an ein Kopfweh= gibt aber 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, dann führe ab, diesmal mit u. Diphtherie Rizinus. Weißt du, wie man es fangen eben= Mit Kaffee, Bier, falls mit hals= nimmt? Kognak, mit gar vielen Sachen. 3er= einmal Dersuche mit stoßenem, robem Apfel. wirst es nie mehr anders neh= tinktur zusekest. men.



Zahnweh, famente in den Zahn; fie zermür= ben dir auch

die gesunden Zähne. Auch kein Jod. Lege lieber kaltes Wasser auf und gehe zum Zahnarzt. Ein vorzügliches Zahnwasser ist lauwarmes Wasser, es schadet nie. Der Neger braucht kein anderes und hat die schönsten Zähne. Künstliche Zähne sind besser als die eigenen, schlechten, mit Magenweh.

halsweh hat jeder, der sich an= gewöhnt hat, denhals immer be=



Stets halsweh!

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

gen; Scharlach



Nie Halsweh!

schmerzen an. hast du fein Sieber, so gurgle mit etwas Wasser, Du dem du zehn Tropfen Myrrhen=

Beiserkeit. Kalter Umschlag, Hast du den man leicht bedeckt und zwei Stunden liegen läßt. Dauert so lege ja die Heiserkeit lange an, so frage nie Medi= den Arzt; es könnte sich um etwas ganz anderes handeln.

Gegen hustenreig trinke reich= lich warmen Tee; der heiße Tee wirft dadurch, daß man die darüberstreichende warme Cuft einatmet: darum langsam trinten! Kalte Slüssigkeiten ver-Eibischtee soll man meiden! nicht kochen, sonst geht die wirksame Substanz zugrunde. Wirf eine handvoll Eibischwürzchen eine Slasche lauwarmes Wasser und laß es stehen. Nach zwölf Stunden ist das Wasser sirupartig, dann fann man es mit heißem Zuderwasser verdünnen. Den Kamillentee soll

nicht er sonst per=



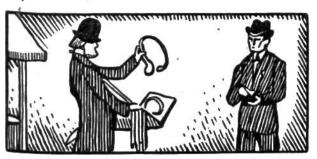
nur den Magensaft, der gerade beim Magenkatarrh so nötig ist. Eßlöffelweise genommen, wirkt der Tee besser.

Kolik. Achtung! Blinddarms entzündung möglich! Dielleicht kommt die Kolik von Derstopfung 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, Choeleratropfen), es sei denn, du müssest ins Konzert oder ins Examen. Bessert die Diarrhöe nach drei Tagen nicht, so kannst du den Arzt fragen.

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

Ein Bruchband hat einer kürzslich auf dem Markt gekauft und gleich angeschnallt. Als er heim kam, war sein Bruch einsgequetscht; 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 folgender Lösung: Salicylsäure 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!

Shlucken.

Laß dir ein=
mal beide
Ohren mit je
einem Sin=
ger sehr fest
zuhalten und
schlucke der=
weil dreimal



weil dreimal etwas Wasser; es hilft dir sicher.

Mitesser 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.

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

49

lange warm bleiben. Eiße an ben bewirken. Es gefährlich.

Sonnenbäder sind berrlich. können aber auf sehr lange Zeit hinaus schaden, wenn man nicht sehr langsam und vor= sichtig damit anfängt. Es gibt Leute, die meinen sich, wenn sie recht braun sind; sie sind um kein haar gesünder als die Blassen. Ohne but in den Städten herumzulaufen ist viel= leicht interessant, aber seither gibt es noch viel mehr "ver= brannte Köpfe". Bei dem dich= ten haar der Frauen sind hüte viel eher entbehrlich.

An den Sommersprossen bist du nicht selber schuld; denn du gehörst der blonden Rasse an. Bist du aber eitel, so versuche, zweimal im Tag mit folgender Tösung zu waschen: 4 gr Salmiat, 2 gr Wasser und 8 gr Cavendel= wasser. Dielleicht hilft's! Im übrigen streiche deinen Spiegel mit Schuhwichse an.

Kopficuppen führen manch= mal zu Haarausfall, immer aber zu unsauberen Rodfragen. Schwefelsalben helfen in den meisten Sällen; ob sie dir zu= träglich sind, mag der Arzt ent= Eines aber schadet scheiden. nie: Reinhaltung der Kopfhaut. Daneben gebrauche gar nie harte Bürsten.

Warzen sind nicht anstedend. Suß = Schweiß. Du darfst also ruhig die hand glaubst, es sei gefährlich, 50

gleichgültig; wenn sie nur recht immer und können arge Nargibt auch Oberlippe und Nase sind sehr eine ganze Reihe von Sym= pathiemittelchen. Dersuch sie oder versuch sie nicht; eines fann ich dir mit Sicherheit sa= gen: Auch ohne diese Mittel= chen kommen und vergeben die Warzen von selber, man weiß nicht wie.

> Bühneraugen verleiden den schönsten Spaziergang. Der= klage sofort den Schubhandler. der dir zu elegante und enge Schuhe verkauft hat, und lake dir vom Apotheker ein Sali= zylheftpflaster geben. Inzwi= schen sperre Rasiermesser und Schere in den Schrank wirf den Schlüssel fort.

Kalte Süße befommtman oft von been= gendem, ho= hem Schuh= werf. Wer nie= dere Schuhe oder gar Sandalen trägt, hat viel we= niger falte Süße. Nachts ziehe ein ganz weites, wollenes Strumpf= rohr lose über den Suß und fasse dich in Geduld.





Wenn δu den geben. Ahmittel wirken nicht Suß=Schweiß zu vertreiben, so

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

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

Schlaflosigfeit. Erstens ärgere dich nicht darüber, und suche den Schlaf nicht. Eine Taube erwischest du nicht, wenn du ihr nachspringst. Zucken dir die Angst vor Nerven, so laß sie zucken; sie Krankheit beruhigen sich dadurch schneller, ist schlim= als wenn du sie durch Dran= mer als die denken aufregst. Schlafmittel= den nüten dir für die Nerven schlimmste nichts. Die Schlaflosigkeit scha= Krankheit; det dir nur dann, wenn du dich sie zersetst darüber aufregst; nur dann bist Derstand und Gemüt und hat

irrst du dich. Sein Derschwin= öpfelröschti" und ähnliches lieber



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.

aller=



du am Morgen zerschlagen. Im schon manchen bis ins Irrenhaus übrigen verspare die "Härd= 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 Krankheitssteimen und verwesenden Stoffen. Zur Anlage einer einwandfreien Wassersversorgung bedarf es großer Sachkenntnis und Gewissenhaftigkeit. Bewohner von Ortschaften mit reichlicher und guter Wasserversorgung sind laut Statistis stit anstedenden Krankheiten (Epidemien wie Typhus, Blattern 1c.) viel weniger ausgesett als Bewohner mit ungenügender Wasserversorgung. Rein= lichteit ist eben eine der besten Waffen gegen Krankheit.