Le fruit comme pâtre dentifrice

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes**

Band (Jahr): **35 (1927)**

Heft 11

PDF erstellt am: **06.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-973652

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

suc se trouve ainsi en quelque sorte immédiatement en présence des matières sur lesquelles il peut agir. La salive dissout l'amidon du pain, des pommes de terre, des pâtes alimentaires, etc.; l'estomac est l'organe dans lequel les substances amylacées de la viande, des œufs, etc. sont attaquées en premier lieu et l'intestin, tout en travaillant plus à fond l'amidon et le blanc d'œuf, a pour fonction essentielle de dissoudre les matières grasses. Vous vous rendez donc compte qu'une digestion parfaite suppose une pénétration complète des aliments par la salive et que c'est déjà dans la bouche que cela doit se produire. Or seule une bonne mastication est capable de le faire.

Il y a par contre des corps que l'estomac ne digèrera jamais: ainsi les noyaux de cerises. D'autres encore, du reste, et qu'il ne serait pas inutile de connaître. Certaines herbes ne devraient jamais être introduites dans l'intestin. Elles s'y décomposent sous l'action de certaines bactéries, forment des gaz, irritent l'intestin et finissent presque toujours par provoquer de pernicieuses diarrhées.

Nous nous souvenons d'avoir appris autrefois à l'école cet adage sur lequel on insistait beaucoup: « Il faut toujours sortir de table avec une petite faim. » La quantité de sang dont notre organisme dispose est limitée. Celui qui est utilisé dans les intestins n'est plus disponible pour d'autres fonctions, à moins qu'on fasse servir la même quantité de sang à deux fins, et alors cette quantité sera insuffisante d'où fatigue rapide et diminution certaine de notre capacité de travail.

Vous êtes pressé, dites-vous? Bismarck, qui était pourtant extrêmement occupé, d'aucuns diraient surchargé, déclarait n'avoir pas le temps d'être pressé! Cette boutade renferme une profonde vérité. Une journée bien organisée laisse le temps nécessaire à manger lentement.

Les médecins vaudois contre la distillerie domestique.

Le « Bulletin professionnel des médecins suisses » a publié récemment le texte d'une résolution votée par la Société vaudoise de médecine et qui a été remise au Conseil fédéral. Les médecins vaudois y expriment leur conviction qu'au point de vue de l'hygiène publique une revision satisfaisante du régime fédéral des alcools n'est possible qu'à la condition de supprimer en même temps la distillation domestique tout en saugegardant les intérêts économiques des agriculteurs.

Le fruit comme pâte dentifrice.

Les pâtes dentifrices ne manquent pas. Mais c'est bien quelque chose de nouveau d'apprendre que le soleil fait mûrir sur les arbres la meilleure, à la fois, et la moins chère des pâtes dentifrices. C'est du moins ce que nous apprend le directeur du service d'hygiène de la ville de Berlin. « Les vertus rafraîchissantes et désaltérantes des acides de fruits nous sont connues à tous. Mais les acides de fruits exercent aussi une exellente influence sur les dents. Ils empêchent la carie dentaire, dissolvent le tartre qui se dépose sur les dents, sans attaquer l'émail. Lorsque l'on mange une pomme avant de se coucher, on se réveille le matin avec un sentiment de fraîcheur dans la bouche ». Il n'y a pas de moyen plus simple et moins cher pour combattre la dégénérescence dentaire constatée partout aujourd'hui: habituer nos enfants à manger une pomme avant d'aller au lit.