Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 15 (1905)

Heft: 9

Rubrik: Verschiedenes

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: 02.07.2025

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

Verschiedenes.

Der Einfluß der Nahrung auf die Zähne.

Von B. J. Ligrand.

Indem beinahe alles, was dem Munde in Form von Speise zugeführt wird, die Zähne mehr oder weniger, mittelbar oder unmittelbar beeinflußt, und nichts mit der Arbeit des Zahnarztes enger verknüpft ist als die Nahrung, sollte auf die Ernährungsweise und eine diesbezügliche Aufklärung des Volkes bedeutend mehr Gewicht gelegt werden; und weil auch die Zähne mit körperlichen Zuständen besonderer und allgemeiner Natur, welche ihrerseits wiederum von der Nahrung nicht unbeeinflußt bleiben, in so engem Zusammenhange stehen, fällt die Aufgabe, die ihm anvertrauten Kranken in dieser Richtung zu erziehen, dem Zahnarzte wohl in erster Linie zu.

Sämtliche Körperteile stehen unter dem Einfluße der sie umgebenden physiologischen Verhältniße: Arbeit beziehungsweise Abnutzung und Nahrungsaufnahme beziehungsweise Ersatz müssen in einem ganz bestimmten Einklange zu einander stehen. Verlust einerseits muß durch entsprechenden Aufbau andererseits gedeckt werden; Alter, Beschäftigung, Klima, Nahrung sind auf die Raschheit dieses Ausgleiches nicht ohne Einfluß.

Eine Ausnahme von diesen allgemeinen Regeln des Stoffwechsels, d. h. Zuführung von Ersatzstoffen für verloren gegangene Teile durch den Kreislauf, welchem alle übrigen tierischen Gewebe unterworfen sind, machen nach ihrer vollendeten Entwicklung nur Dentin und Zahnschmelz; weshalb auf den hervorragenden Einfluß der mütterlichen Nahrung auf die zahnbildenden Gewebe des Fruchtkeimes und auf die Tatsache, daß sich die Anlagen der Zahnentwicklung bereits in sehr frühe Perioden des Lebens vor der Geburt zurückverfolgen lassen, nicht genügend Gewicht gelegt werden kann. Während dieser Zeit muß also die mütterliche Nahrung zahnbildende Stoffe: Fluor, phosphorsauren Kalk, kohlensauren Kalk und dergleichen Salze enthalten.[1]) Ganz dieselbe Sorgfalt muß auf die Nahrung des Säuglings und später auf diejenige des Kindes bis zum vollendeten 12. Jahre gelegt werden, wann die Zähne des Erwachsenen mit normalem, kräftigem Zahnbeine, mit widerstandsfähigem Zahnschmelz ausgestattet sind, jede Schmälerung in dieser Richtung rächt sich durch mangelhaft entwickeltes Zahngewebe.

In späteren Jahren, nach einmal erfolgtem Durchbruch der bleibenden Zähne, hat die Nahrung einen weniger erheblichen Einfluß auf die nunmehr äußeren Einflüssen preisgegebenen Organe.

Wohl am allerschwersten sündigen wir gegen unsere Zähne durch den Genuß des modern gewordenen Weißbrotes, welches aller gröberen besonders Zahnschmelz bildenden Bestandteile, wie der Fluorsalze beraubt ist. Durch die sorgfältige Entfernung der Hülsen, der Kleie u. s. w. entziehen wir uns und späteren Geschlechtern den in diesen enthaltenen, sonst in unserer Nahrung nur spärlich vertretenen Fluor, der zur Erzeugung eines widerstandsfähigen Schmelzes unerläßlich ist.

Durch den Genuß weicher, pappiger Nahrung geht ferner den Zähnen, die zu ihrer Entwicklung, Festigkeit and Dauerhaftigkeit nötige Arbeit während des Kauens[2]) verloren und infolge der verminderten Widerstandsfähigkeit der Zahngewebe selber gegen äußere schädliche Einflüsse neigen diese mehr und mehr überflüssig werden-

[1]) Die besonders reichlich in Schrotbrot, Hülsenfrüchten, einigen Feldfrüchten, wie Rettig, auch in Pilzen, dann in Nüssen und in den Cakaobohnen zu finden sind.

[2]) Dazu dient nach jeder Mahlzeit ein Stück harte Brotrinde; diese ist auch das beste Zahnpulver!
(Der Herausgeber.)

den Organe zum Zahnverfall (Caries), welcher durch die unnatürliche, leicht in Säuregährung übergehende Nahrung und durch mangelhafte Zahnpflege sehr rasch befördert wird.

(„Journal für Zahnheilkunde".)

Der Rhabarber.

Viel häufiger als früher sieht man jetzt das üppige Blatt und zwar nicht nur als Dekorationsstück in Rasenplätzen, sondern reihenweise in Gemüsebeete gepflanzt. Bis spät in den September hinein treibt die große Sorte ihre kraftstrotzenden Blätter. — Wir haben durch Frühling und Sommer den Rhabarber als Gemüse und feineres Kompott recht gerne auf dem Tische gesehen, so wird er jetzt durch Frühobst und mannigfache Gemüse aus seiner Günstlingsstellung verdrängt. — Zudem ist jetzt trotz aller Pflege der Blattstengel doch härter und faseriger geworden, was denselben für die oben angeführten Zubereitungsarten weniger geeignet macht. — Jammerschade aber wäre es, den Herbstschnitt zu unterlassen und die vielen Blätter, resp. Stengel nutzlos auf der Pflanze zu lassen.

Jetzt ist im Gegenteil der richtige Zeitpunkt, seinen Winterbedarf zu decken. — Zu diesem Zwecke bedient man sich des Saftes und bereitet denselben zu Gelée und Sirup. Beides ist von feinem Geschmacke. Es dürfte auch nicht jedermann bekannt sein, daß letzterer nicht nur als äußerst angenehmes Erfrischungsmittel dient — besonders wenn der Mischung von Sirup und Wasser noch ein kleiner Teil guten Weißweines beigegeben wird, — sondern auch als eine eigentliche Medizin einen Platz in der Hausapotheke finden sollte. Bei Magen- und Verdauungsbeschwerden leistet er besonders gute Dienste. Auch die Kinder lieben den säuerlich-süßen Saft.

Das Einkochen nimmt wenig Zeit in Anspruch und das Verfahren hiebei ist äußerst einfach. Die sauber gewaschenen Stengel werden mit samt der Haut in grobe Würfel geschnitten, nochmals gut durchgewaschen und mit ganz wenig Wasser, das kaum den Boden des Kochgefäßes deckt, auf das Feuer gegeben. Gut zugedeckt, verwandeln sich die Würfel in ein paar Minuten in eine breiartige Masse, für die es natürlich keiner Fruchtpresse mehr bedarf. Man hat nur dafür zu sorgen, daß der Saft klar abläuft. Wo kein Haarsieb vorhanden ist, bedient man sich eines gewöhnlichen Brettersessels, den man so auf einen zweiten stellt, daß die Füße aufwärts stehen. Eine große, leinene Serviette wird nun mit allen vier Zipfeln an die vier Füße recht stramm angebunden, eine irdene Schüssel unter das Tuch gegeben und die Masse auf das Tuch zum Ablaufen des Saftes geschüttet. In zwei Minuten ist der Apparat „kostenlos" erstellt und arbeitet so vorzüglich, daß eine unternehmende Amerikanerin sich zweifellos darauf patentieren lassen würde. Auf ein Liter Saft wird ein Kilo Stockzucker berechnet und beides mitsammen aufs Feuer gebracht. Unter stetem Abschäumen kocht man den Saft zu Sirup-Dicke ein. Für Gelée gebe man der Kochzeit noch einige Minuten zu. — Also keine Hexerei, nur etwas Sorgfalt, und man erhält einen sehr angenehm schmeckenden Sirup von äußerst hübscher, gelbrosa Farbe.

Darum frisch ans Werk! Wo die letzte Ernte noch nicht eingeheimst ist, zögere man nicht länger. Gar bald beginnen nun die Stengel anzufaulen, und dann wäre es zu spät. Einige Blätter können schon stehen gelassen werden, teils zu Düngungszwecken, teils zum Schutze gegen den Winterfrost.

Kampf gegen die Motten.

Eines der ältesten und bewährtesten Mittel gegen die Motten u. s. w., die sich gerade in dieser Jahreszeit über Teppiche und Polstermöbel hermachen, ist der Kampher. Doch der Kampher ist in der letzten Zeit sehr im Preise gestiegen. Daher hat man sich bemüht, ihn durch andere Stoffe zu ersetzen. Zu den Mitteln, welche den Platz des Kamphers einnehmen können, gehören Benzin, Aetzsublimat, Petroleum und Karbolsäure; das Aetzsublimat soll das einzig sichere Mittel gegen den Büffelkäfer sein. Bei Benützung dieses Mittels nehme man einen irdenen Krug mit weiter Oeffnung, schütte zwei Quart kochendes Wasser hinein und löse darin einen Theelöffel voll Aetzsublimat auf. Da die Lösung giftig ist, sollten die erforderlichen Vorsichtsmaßregeln nicht außer Auge gelassen werden. Wo möglich sollte man das Auftragen der Lösung, welches am besten mit einem kleinen Reisstrohbesen, der für andere Zwecke nicht gebraucht werden sollte, geschieht, nicht im Zimmer oder im Hause, sondern im Freien vornehmen, und die Hände durch Handschuhe schützen, mit welchen man übrigens das Gesicht oder die Augen nicht berühren darf. Teppiche werden am besten über eine Zeugleine gehängt, dann wird der Besen in die Lösung getaucht und innerhalb des Kruges gut abgestrichen, so daß die Reiser nur feucht sind und beim Bestreichen des Teppiches, was auf beiden Seiten erfolgen sollte, weder spritzen, noch den Teppich regulär nässen, sondern nur leicht anfeuchten. Die Flüssigkeit kann ohne Gefahr bei dem zartesten Gewebe angewendet werden. Benzin oder Petroleum tötet die Insekten unfehlbar, wenn diese direkt dadurch getroffen werden, während der Geruch resp. die Dämpfe des sich bekanntlich leicht verflüchtigenden Benzins die Larven tötet. Wenn man die Beobachtung macht, daß ein Haus diese unerwünschten Mitbewohner birgt, sollten alle Teppiche aufgenommen und alle Ritzen und Fugen des Fußbodens, sowie der Raum zwischen diesem und den Fußleisten mittelst eines Handzerstäubers mit Benzin ausgefüllt werden, während die Teppiche ausgeklopft und ebenfalls mit Benzin bespritzt werden sollten. Schließlich sollten die Fugen mit Gips ausgefüllt werden. In Teppichlagern genügt in der Regel das Bespritzen mit Benzin, um die Insekten zu töten; der Geruch verschwindet schnell.

Wer kann einem tüchtigen **Praktiker** für **Sauter's Homöopathie** eine gangbare **Praxis** nachweisen?

Offerten bitte an Sauter's Homöopathisches Institut, Genf.

Für einen größeren Badeort wird ein tüchtiger **Praktiker** gesucht.

Auskunft erteilt Sauter's Homöopathisches Institut, Genf.

„Villa Paracelsia"

Wir beehren uns alle welche in Monaten September und Oktober eine Kur in der

VILLA PARACELSIA

zu machen gedenken, uns davon rechtzeitig zu benachrichtigen, und die Zeit ihrer beabsichtigen Kur anzugeben, um uns in Stand zu setzen allen Wünschen nachzukommen.

Die Direktion der Villa Paracelsia.

Villa Paracelsia

Sauter's Heilanstalt

Châtelaine bei Genf

Eröffnung der Sommersaison, 7. Mai.

Dirigirender Arzt Dr. Imfeld.
Consultirender Arzt Dr. Gruber

Neben der Behandlung sämmtlicher Krankheiten durch die **Sauter'schen Mittel,** werden alle Faktoren der hygieinischen Therapie, wie **Gymnastik, Massage** (Thure-Brandt'sche Massage), **Hydrotherapie** (Barfußgehen), **elektr. Lichtbäder, Elekricität** u. s. w., nach Bedürfnis herangezogen.

Zu weiterer Auskunft ist das Sauter'sche Institut gerne bereit.

Inhalt von Nr. 7 der Annalen

Die Zimmerluft. — Die Erregung von Pflanzengiften durch Bazillen in Konserven. — Der Wert der Nüsse. — Klinische Beobachtungen: Fibrome; Ovarialcysten; Lipome; Metriten; Salpingitis und Ovaritis. — Anzeigen: Villa Paracelsia.