

Praktische Krankenpflege

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Das Schweizerische Rote Kreuz**

Band (Jahr): **79 (1970)**

Heft 3

PDF erstellt am: **30.06.2024**

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.



Aus der Fülle der Aufgaben, die in eine dokumentarische Richtung weisen, lassen sich nur einige herausgreifen: Vom schwedischen Erziehungsministerium traf kürzlich eine Anfrage ein, nach der die Internationale Jugendbibliothek für die in Schweden ansässigen Minderheiten — insgesamt fünfzehn verschiedene Sprachen — die besten Kinder- und Jugendbücher in der jeweiligen Heimatsprache zusammenstellen sollte. Mit einem gleichen Anliegen wandte sich die Bostoner Bibliothek an München. Die Interessenten und Benützer der Internationalen Jugendbibliothek lassen sich in vier grosse Gruppen gliedern. Da sind einmal die Kinder, die Bücher ausleihen, sich zu Vorlesungsnachmittagen und Diskussionen einfinden sowie im Malstudio einer schöpferischen Betätigung nachgehen. Zu manchem Buch gewinnt der Erwachsene eine völlig neue Einstellung, wenn er dessen Wirkung in der Arbeit mit den Kindern erproben kann.

Den Buchmittlern, bei denen die Bibliothekare an erster Stelle stehen, leistet die Internationale Jugendbibliothek durch thematische Auswahllisten von Kinder- und Jugendbüchern, durch Beratung, durch Veranstalten von Tagungen und Seminaren unermessliche Dienste. Viele Bibliothekare aus aller Welt schätzen die Möglichkeit, ein Stipendium von einigen Monaten für die Arbeit in der Internationalen Jugendbibliothek zu erhalten. Einen weiteren Benützerkreis stellen die Uebersetzer und Illustratoren dar, die sich in München Anregungen für ihre Tätigkeit holen. Schliesslich seien noch alle jene genannt, die sich der Arbeit mit und über das Kinder- und Jugendbuch widmen, sei es nun eine Kindergärtnerin oder der Dozent einer Hochschule. Damit ragt die Arbeit der Internationalen Jugendbibliothek mitten hinein in den Bereich der Forschung.

Dass ebenbürtig das eine neben dem anderen bestehe, die lebendige Arbeit mit dem Kind, bei der das Buch im Mittelpunkt steht, und die wissenschaftliche Tätigkeit für die Belange der Kinder- und Jugendliteratur, möge auch weiterhin das Wirken der Internationalen Jugendbibliothek kennzeichnen, damit sie eine Brücke über alle Grenzen bildet im Sinne einer weithin reichenden Völkerverständigung: «Lächelnd überqueren die Kinderbücher alle Grenzen; für sie gibt es keine Zollwächter des Geistes.»

Heilkräuter gegen Altersbeschwerden

Bei älteren Menschen erfüllen die Heilmittel aus dem Pflanzenreich drei Aufgaben: Sie entfalten eine allgemein günstige Wirkung auf die Gesundheit, sie beugen chronischen Altersleiden vor und — sofern solche schon vorhanden sind — beeinflussen sie lindernd und heilend. Die Wirkung von pflanzlichen Heilmitteln auf den ganzen Organismus des Menschen erstreckt sich auf die Versorgung mit Vitaminen und Mineralien sowie auf die Anregung der Stoffwechselfunktionen (zum Beispiel Gallenstoffwechsel).

Im Vordergrund steht beim alternden Menschen die Bekämpfung der Arteriosklerose oder Aderverkalkung. Um der Bildung von Cholesterin im Stoffwechsel entgegenzuwirken, bedient man sich vor allem diätetischer Massnahmen, und da steht an erster Stelle die Einschränkung der Fettzufuhr und die Auswahl der Nahrungsfette. Eine Pflanze, die auf die Cholesterinbildung hemmend wirkt, ist die Mistel, und zwar wegen ihres Gehaltes an Cholin (Gallenwirkstoff) mit seiner günstigen Beeinflussung des Blutdruckes. In der Diät der Betagten nehmen die aus Keimen gewonnenen Pflanzenöle eine bevorzugte Stellung ein, weil sie nicht nur ungesättigte Fettsäuren enthalten, sondern auch reich an Vitaminen sind. Von diesen spielt das fettlösliche Vitamin E eine wichtige Rolle bei der Vorbeugung gegen Altersbeschwerden. Es ist unter anderem im Keimöl von Sonnenblumenkernen, Leinsamen, Weizen, Mais, Erdnuss enthalten, dann auch in Brunnenkresse, Gerste, Hafer usw. Ausserdem sind für die Altersdiät wichtig: das Vitamin K, das in der Milch und ihren Produkten vorkommt, sowie die in der Hefe enthaltenen Vitamine der B-Gruppe.

Die Durchblutungsstörungen verschiedener Körperbezirke werden durch den Knoblauch und andere Abkömmlinge der Laucharten günstig beeinflusst. Die Verwendung kieselsäurehaltiger Pflanzen wie Schachtelhalm, Vogelknöterich, Wasserpfeffer und andere beruht auf ihrer tierexperimentell nachgewiesenen Eigenschaft, die Elastizität der Gefässwände zu erhalten und zu verbessern. Allgemein bekannt ist auch der günstige Einfluss kleiner Joddosen auf die Arterienverkalkung. In Meeres- und Strandpflanzen kommt Jod in zwar geringen, aber doch wirksamen Mengen vor, zum Beispiel im Blasentang und im Isländisch Moos.

(Aus dem «Vita-Ratgeber» Nr. 148, 1969)