

# Fasten und Verminderung des Fleischessens

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): **13 (1903)**

Heft 1

PDF erstellt am: **09.08.2024**

## **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.

stoffes, des Hämoglobins, wesentlich eingeschränkt wurde. Während einer fünftägigen Betruhe stieg der Hämoglobingehalt beständig bis zum vierten Tage. Am fünften Tage stieg er nicht weiter, sondern blieb auf der erreichten Höhe. Als die beiden Personen später ihren Beschäftigungen nachgingen, begann der Hämoglobingehalt wiederum zu sinken. Körperliche Uebung und Betruhe ergänzen sich also insofern, als erstere nach vorausgehender Zerstörung die Hämoglobinbildung anregt, letztere dagegen der Hämoglobinzerstörung entgegenwirkt. X.

„Allgemeine Homöopathische Zeitung“.

**Fasten und Verminderung des Fleisshessens,** zwei Maßregeln, die in hygienischen Kreisen längst gefordert werden, bekommen allmählich auch Befürworter aus den Kreisen der Staatsmediziner. Z. B. in einem Aufsatz von Dr. D. Burwinkel (Bad Nauheim) über „Herzleiden, ihre Ursachen und Bekämpfung“ (Ärztliche Rundschau) heißt es über ersteres:

„Sicherlich sind die Fast- und Abstinenztage, wie die katholische Kirche sie vorschreibt, eine äußerst gesundheitsfördernde Einrichtung bei der üppigen Lebensweise vieler Kreise. Gerade den Leuten mit dem frischen, roten Aussehen, mit den runden und wohlgenährten Formen wird die Fastenzeit außerordentlich wohl bekommen, wenn sie im Winter bei mangelhafter Bewegung im Freien reichlich gegessen und getrunken haben. Das Gefühl der Völle, die Schwerefülligkeit und die Blutwallungen werden sich so am einfachsten verlieren. Meines Erachtens würden Sicht, Zuckerkrankheit, Fettsucht, u. s. w. unter den modernen Juden nicht so verbreitet sein, wenn sie die Fastenvorschriften des großen Gesundheitsapostels Moses noch richtig befolgten. Das Fasten, welches zeitweise völlige Hungertage vorschreibt, hat — natürlich

nur bei genährten Leuten — eine nicht zu unterschätzende Bedeutung: das Blut verliert seine dickflüssige Konsistenz und wird mit größerer Leichtigkeit und Schnelligkeit durch alle Körperorgane getrieben. Dadurch wird die Ausscheidung vieler schädlicher Stoffwechselprodukte begünstigt und ihre zu reichliche Bildung andererseits wieder verhindert. Sehr interessant sind die jüngst bekannt gewordenen Experimente der Forscher Josué und Roger: sie ließen Tiere zunächst einige Zeit fasten und dann wieder die gewöhnliche Nahrung nehmen. Es zeigte sich dann hinterher, daß diese Tiere erheblich widerstandsfähiger gegen die Einverleibung von entzündungserregenden Bazillen waren, als Tiere, welche immer gefressen hatten.“



### Inhalt von Nr. 12 der Annalen

Der Weihnachtsregen. — Spielzeug für Kinder. — Die Ursachen der Anämie. — Korrespondenzen und Heilungen: Insektenstich; Herzleiden; Albuminurie; Gallensteinkolik; Gebärmutterblutungen; Bleichsucht; Anlage zur Schwindsucht; Darmkatarrh; Gallensteinkolik; Herzschwäche; Nervosität; Rückenmarksleiden; schwierige Geburt; Gebärmutterentzündung; Weißfluß; Blutarmut; Augenentzündung. — Verschiedenes: Der Zucker als Nahrungsmittel.



### ➔ Elektro-homöopathisches Institut ➔

schön eingerichtet, krankheits halber zu verkaufen. Garten und Anlagen 8 Ar groß. Jährliche Einnahme laut Buchführung 8—10,000 Mark.

Offerten unter E. S. 200 an die Expedition dieses Blattes.

„Zur baldigen Errichtung eines elektro-homöopathischen Heilinstituts ersten Ranges, mit allen den Heilfaktoren entsprechenden Einrichtungen, suche ich Kapitalbeteiligung (Herrn oder Dame).“

Fr. Böckler in Berlin,  
Bautzenerstr. 9, I.