

Das Tischthermometer

Autor(en): **Weil, R.**

Objektyp: **Article**

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

Band (Jahr): **31 (1921)**

Heft 6

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1037771>

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.

Das Tischthermometer.

Von Dr. med. R. Weil.

Es wird viel zu wenig Gewicht gelegt auf die exakte Messung der Temperaturen unserer Nahrungsmittel beim Genuß derselben, seien sie feste oder flüssige. Warme Speisen und Getränke werden im allgemeinen zu heiß, oder kalte Getränke zu kalt genossen. Daß aus diesen häufig, oft täglich wiederkehrenden Mißhandlungen der betreffenden Verdauungsorgane sich mannigfache Krankheiten entwickeln können, wird jeder Arzt bestätigen und wird auch dem Laienverstande einleuchtend sein. Diese hygienischen Verstöße geben nicht selten Veranlassung zu Mund- und Zahnkrankheiten, Halsleiden, Erkrankungen der Speiseröhre, ganz besonders aber zu Magenleiden, Magenschmerzen (Magencrämpfe fälschlich genannt), Magengeschwüren, Magencatarrhen, Magenerweiterung u. dgl.

Es ist deshalb nach dem Grundsatz: „Krankheiten verhüten ist besser und leichter, als sie zu heilen“, vom gesundheitlichen Standpunkte durchaus gerechtfertigt und geboten, wenn wir uns zur Messung der Temperaturen unserer Nahrungsmittel eines Thermometers bedienen, ebenso wie man ein Thermometer benützt zur Messung der Temperatur der Außenluft und Binnen- oder Stubenluft, da das subjektive Gefühl häufig täuscht und niemals maßgebend ist. Zu diesem Zweck ist es erwünscht, daß auf jeder Speisetafel und in jeder Küche sich ein geeignetes Thermometer befindet, um sich jederzeit überzeugen zu können, daß man nicht gegen die einfachsten Gesundheitsregeln verstößt und sündigt. Beim Servieren der Speisen usw. sollten dieselben höchstens 5 Grad wärmer sein, als sie erfahrungsgemäß genossen werden mögen. Besonders Suppen sollten nie kochend heiß auf den Tisch kommen, denn schon das Verbrühen

der Mundschleimhaut ist eine fatale Empfindung, setzt den feinen Geschmack am Genuß der Speisen herab und verleidet die übrige Mahlzeit. Ganz besonders Kinder soll man daran gewöhnen, alles nur warm, nicht heiß zu genießen, da man durch fehlerhafte Gewohnheit leicht dazu kommt, Temperaturen nur gut warm zu fühlen, welche bei normalem Verhalten unerträglich heiß empfunden werden.

Die normale Bluttemperatur des gesunden Menschen beträgt 37 Grad Celsius (29 Grad R). Deshalb ist die Temperatur der Nahrung, welche dieser gleich ist oder nahekommt, die passendste und beste — für den Säugling die allein richtige und zuverlässige. Bei einer solchen Temperatur tritt die Wirkung des Magensaftes am schnellsten ein, die Wärmeregulierung des Körpers wird am wenigsten verändert, und es wird kein abnormer Reiz auf die Magenschleimhaut ausgeübt; der Schmelz der Zähne und die Mundschleimhaut werden nicht geschädigt.

(Reicipp-Blätter.)

Das Zeitgesetz der Lebenskraft und die 8-stündige Arbeitszeit.

Von Dr. Kleinschrod, Bad Wörishofen.

Die Gesetze der Lebenskraft sind Zeitahngesetze, keine mechanischen, chemisch-physikalischen oder Raumgesetze, wie Tod, Geburt, Schlaf, Ermüdung, Entwicklung in der Zeit, Entstehung und Heilung der Krankheit in der Zeit ganz schlagend beweisen. Indem die Lebenskräfte Zeitalte an Zeitalte reihen, entsteht das, was wir äußerlich die Lebenszeit nennen, mit deren Aufhören der Tod eintritt. Deshalb bleibt im Tode der Leichnam, der materielle Bestandteil, zurück — hier fehlt kein Atom —, aber die Lebenszeit