

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 29 (1925-1926)
Heft: 9

Rubrik: [Impressum]

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 17.05.2025

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

jam. Dann gebraucht man Senneblätter-, St. Germain-, Faulbaumrinden-, Holztee. Durchschnittlich nimmt man 10 bis 15 Gramm des Tees auf 150 bis 250 Gramm Wasser. Manche dieser Tees, zum Beispiel der Faulbaumrindentee, müssen stärker und länger gekocht werden. Der Wacholdertee wirkt mehr auf die Nierentätigkeit, alle diese Tees dürfen nur von Zeit zu Zeit getrunken werden. Man soll sich an ihren Gebrauch nicht gewöhnen. Viel läßt sich zur „Blutreinigung“ durch eine geeignete Diät erreichen. Man soll dann nicht zuviel Fleisch oder Fett, wenig Gewürz und Säuren, dagegen reichlich Gemüse und Obst, keinen Alkohol, wenig Bohnenkaffee genießen, sich dagegen viel Bewegung im Freien machen und die Muskeln durch Turnen, Gymnastik und Sport üben, außerdem fleißig Waschungen, Abreibungen und Bäder anwenden. Die Tees können hin und wieder durch Bitterwasser, Karlsbader Salz und dergleichen „abgelöst“ werden. Es gibt auch besondere Kräuter- und Gemüsekuren zur Blutreinigung. Soll diese durch den Darm erfolgen, so nimmt man besonders Tausendguldenkraut, Rhubarber, Korb-El, Waldmeister, Löwenzahn, Spinat, Spargel, Salat, während bei der Blutreinigung durch die Nieren hauptsächlich Sellerie, Petersilie, Leinsamen, Spargel, Sauerampfer, Schwarzwurzel in Betracht kommen. Wer ganz sicher gehen will, möge sich „seine“ Blutreinigungskur durch den Arzt vorschreiben lassen.

Dr. Sch.

Vom Bücher leihen.

Wenn es wahr ist, daß Bücher unsere Freunde sind, wie kommt es, daß wir sie so schlecht behandeln? Wie ist es möglich, daß wir sie verschachern, erborgen, verleihen?

In Amerika hat sich eine Vereinigung von Bücherfreunden gebildet, die kein Buch leihen noch ausleihen wollen. — Mit einigem Nachdenken wird man erkennen, wie fein die Kultur solcher Männer ist, die in ihrem Buch mehr erblicken als etwas, das flüchtig wie eine Münze durch alle Hände geht. —

Wer die Bibliothek dieser Männer schaute, würde wohlthuend berührt sein, wie sorgfältig behandelt und gepflegt ein jeder einzelne Band aussieht; er würde spüren, daß der Besitzer ein

persönliches Gefühl der Dankbarkeit mit dem Buche als einem Vermittler schöner, lehrreicher und nicht selten unersehblicher Stunden verbindet.

Gewöhnlich lesen wir zu rasch und deshalb zu viel, wenn wir überhaupt uns zum Lesen Zeit nehmen. Gerade im hastigen Verschlingen der Lektüre liegt aber der Keim unseres Mangels verborgen. Denn hoch über dem Bücherfraß, der in allem gierig herumwühlt, steht der stille, bedachtsame Freund wertvoller Lektüre, der jährlich sein Duzend Bücher wohlgebunden in den Schast stellt, der sie in freien Stunden in die Hand nimmt und mit ihnen Zwiesprache pflegt.

Jede wahre Lektüre ist ein Gespräch zwischen dem Geist des Buches und des Lesers. Und nicht die schlechtesten Werke sind es, mit denen man in enger Freundschaft leben muß, bis sie einem das Beste und Schönste anvertrauen.

Wie soll aber einer, der ein Werk abgegriffen und beschmutzt aus den Schäften der Leihbibliothek reißt, dies erwarten können! So manches gute, gedankenvolle Buch wird als leere Unterhaltungsware behandelt. Eine Unehre für den Verfasser, eine größere für den Leser.

Leihweises Viellezen führt zur Wahl- und Verständnislosigkeit. Nur dort wird man die feinen Köpfe antreffen, wo zwar verhältnismäßig wenig Bücher gelesen, aber alle gelesenen verstanden und geliebt werden. Es wird dies ein Volk von Bücherkäufern sein.

So viel ist sicher: wenn ein Literaturberater einen wahrhaft erzieherischen Rat geben kann, so ist es dieser: „Kaufe deine Lektüre.“ Von selbst wird der Beratene vom Guten das Beste auszuwählen bestrebt sein, und unablässig wird sich im vertrauten Verkehr mit seiner Sammlung der Geschmack verfeinern.

Was ein erfahrener Schularzt rät.

Warum schauen so viele Eltern nicht mehr und nicht gründlicher auch nach dem Eintritt ihrer Kinder in die Schule auf ihre gesunde Entwicklung? Feststellung von Wachstum und Gewicht, Prüfung und allfällige Mißbildungen z. B. bei der Wirbelsäule könnten viel Unheil im Keim ersticken!

Redaktion: Dr. Ad. Böglin, Zürich, Mhlstr. 70. (Beiträge nur an diese Adresse!) Unberlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Expedition von Müller, Werber & Co., Wolfbachstraße 19, Zürich.

Insertionspreise für Schweiz. Anzeigen: 1/4 Seite Fr. 160.—, 1/2 Seite Fr. 80.—, 1/4 Seite Fr. 40.—, 1/8 Seite Fr. 20.—, 1/16 Seite Fr. 10.—, für ausländ. Ursprungs: 1/4 Seite Fr. 200.—, 1/2 Seite Fr. 100.—, 1/4 Seite Fr. 50.—, 1/8 Seite Fr. 25.—, 1/16 Seite Fr. 12.50.

Alleinige Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Aarau, Bern, Biel, Chur, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen.