

# [Impressum]

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift**

Band (Jahr): **39 (1935-1936)**

Heft 9

PDF erstellt am: **22.07.2024**

## **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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>

tung bedeutet zugleich auch eine Ernährungsstörung für die Haut; und unter ihr haben in ganz besonderem Maße die zarten und empfindlichen Schleimhäute zu leiden. Auf ihnen haufen nun, wie man heute annimmt, ständig zahlreiche Keime, die bei normaler Widerstandskraft des Organismus keinerlei krankmachende Eigenschaften zu entwickeln vermögen, sogleich aber als Krankheitserreger auftreten, wenn die natürliche Widerstandsfähigkeit des Körpers etwa durch den soeben geschilderten, gewebeschädigenden Vorgang der „Erkältung“ Einbuße erlitten hat. Solches trifft zum Beispiel mit Sicherheit zu für die Lungenentzündung und die Influenza; aber auch für andere ansteckende Krankheiten, wie Scharlach und Masern, Mumps, Diphtherie und epidemische Genickstarre, scheinen Erkältungen die Anfälligkeit erhöhen zu können.

Für die sogenannten „banalen“ Erkältungskrankheiten freilich, allen voran den Schnupfen, hat man bisher einen unter dem Mikroskop sichtbaren Erreger nicht nachweisen können; man neigt daher zu der Meinung, daß ein unsichtbares Gift (ein „ultravioles Virus“) für das Zustandekommen dieser leichten Erkältungsformen verantwortlich zu machen ist. Fehlt es, so vermögen auch die sonst noch so erkältungsfördernden Einflüsse, wie Zugluft, Abkühlung, Nässe usw., keine Erkältungskrankheit auszulösen. Dem entspricht es denn auch, daß es in künstlichen Selbstversuchen, wie sie unter anderem von den Königsberger Hygienikern Bürger und Bachmann ausgeführt worden sind, so gut wie niemals gelingt, selbst durch noch so gewaltsame Abkühlungsmaßnahmen eine Erkältungskrankheit zu erzeugen; und auch Beobachtungen über den Gesundheitszustand von Menschen, die unter geradezu „idealen“ Bedingungen für die Entstehung von Erkältungen leben, sprechen im gleichen Sinne.

So hat man zum Beispiel feststellen können, daß in Spitzbergen von November bis Mai, das heißt nach der Abfahrt des letzten und bis zur Wiederankunft des ersten Schiffes, kein einziger Fall von Erkältung auftrat. Dabei lebten die fünfhundert dortigen Bergarbeiter unter äußeren Verhältnissen, bei denen sie nach der landläufigen Ansicht überhaupt ständig hätten erkältet sein

müssen; das heißt sie hausten in überhitzten, feuchten Baracken und gingen frühmorgens sorglos und unbeschadet in die eisige Kälte und den Wind hinaus. Kaum aber hatte im Mai das erste Schiff Spitzbergen angelaufen, so wurde auch schon innerhalb weniger Tage die ganze Gemeinde von einer schweren Erkältungsepidemie heimgesucht! Eine Ansteckung mit einem irgendwie gearteten Infektionsgift wird also doch wohl auch den leichteren Erkältungskrankheiten vorausgehen müssen, wie es ja eine alltägliche Erfahrungstatsache ist, daß der Schnupfen „ansteckt“ und daß nach seinem Überstehen zumeist eine kürzere oder längere Immunität dagegen eintritt.

Freilich soll auf der anderen Seite nicht verschwiegen werden, daß nach anderen Anschauungen, wie sie zum Beispiel auch von dem bereits erwähnten Königsberger Hygieniker Prof. W. Bachmann vertreten werden, sich leichte Formen des Erkältungsschadens auch ohne unmittelbare Mitbeteiligung eines Ansteckungskeimes lediglich als Folge einer Gleichgewichtsstörung im Mechanismus der Wärmeregulierung entwickeln können. Für die Praxis bedeutet das, daß man sich sowohl vor zu enger Berührung mit erkälteten Menschen als auch vor Kälteeinwirkungen schützen muß, die etwa den bis dahin harmlosen Keimen den Boden für die Entfaltung krankmachender Tätigkeit bereiten könnten.

Ist aber doch eine Erkältungskrankheit zum Ausbruch gekommen, so steht ja ein förmliches Arsenal von verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung; angefangen von der modernen innerlichen Kalkdarreichung und der leider auch nur sehr unterschiedlich wirkenden Schnupfenbehandlung mit dem berühmten Jodtropfen, bis zu den zahllosen, altbekannten salicylsäurehaltigen Arzneimitteln. Die heutige Heilwissenschaft aber, die so bewußt und folgerichtig zu natürlichen Maßnahmen zurückzufinden sucht, schränkt die Überfütterung des Körpers mit organismusfremden chemischen Stoffen nach Möglichkeit ein und gibt den altbewährten Volks- und Hausmitteln gegen Erkältungskrankheiten, vor allem Bettruhe, Wärmeanwendung und Schwitzen, wieder den Vorzug.

---

Redaktion: Dr. Ernst Eschmann, Zürich 7, Rüttlistr. 44. (Beiträge nur an diese Adresse!)  Unberlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Verlag von Müller, Berber & Co., Wolfbachstrasse 19, Zürich.

---

Insertionspreise für Schweiz. Anzeigen:  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 180.—,  $\frac{1}{2}$  Seite Fr. 90.—,  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 45.—,  $\frac{1}{8}$  Seite Fr. 22.50,  $\frac{1}{16}$  Seite Fr. 11.25 für ausländ. Ursprungs:  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 200.—,  $\frac{1}{2}$  Seite Fr. 100.—,  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 50.—,  $\frac{1}{8}$  Seite Fr. 25.—,  $\frac{1}{16}$  Seite Fr. 12.50