

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 34 (1930-1931)  
**Heft:** 9

**Rubrik:** Aertzlicher Ratgeber

### **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:** 02.04.2025

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

eines anderen Menschen vollkommen zu entsprechen. Dennoch maßen wir uns an, diese vollkommene Entsprechung zu fordern. Aus Grausamkeit der Güte. Aus dieser feinsten Spielart unserer Selbstsucht. Und das ist oft

der Anfang vom Ende. Wir lieben eine Vorstellung und sehen die gegebene Wirklichkeit nicht mehr. Wir haben ein Phantom aufgerichtet, ein Götzenbild. Und Götzenbilder töten die Seele.

## Ärztlicher Ratgeber.

Von Dr. W. S.

### Erkältung als Krankheitsursache.

Erkältung entsteht durch Abkühlung des Organismus oder eines Teiles desselben. Die Symptome der Erkältung bestehen in erster Linie in einem Katarrh der oberen Luftwege. Manchmal kommen auch geringe Temperatursteigerungen vor. Wenn die Krankheit meist auch harmlos verläuft, so können sich doch auch mitunter ernste Erkrankungen anschließen, wie Lungenentzündung, Darm- und Blasenkatarrh. Weiter können oft Halsentzündungen und rheumatische Erkrankungen von einer Erkältung herrühren. Als Ursachen der Erkältung führt Prof. Sticker, Würzburg, den kühlen Luftzug an, ferner eine Durchnässung oder ein kaltes Bad, das zur Unzeit genommen wurde. Dann stellt sich das Gefühl des Kälteschauers ein, des Frierens und Fröstelns. Das Unbehagen kann dann ohne besonderes Hinzutun oder nach allgemeiner Erwärmung in der Sonne, im Bett, am Ofen, durch heiße Getränke usw. vorübergehen. Die Zahl der Erkältungskrankheiten ist in der kälteren Jahreszeit am größten, woraus sich ergibt, daß die in der kälteren Jahreszeit häufig vorkommende Abkühlung für die Entstehung von Erkältungskrankheiten von großer Bedeutung ist. Nach Ansicht von Dr. Klemperer gibt es überhaupt keine Erkältungskrankheiten, sondern was wir als Erkältung bezeichnen, sind Infektionskrankheiten, aber die Abkühlung spielt insofern bei der Entstehung mancher Krankheiten eine gewisse Rolle, als es die Widerstandskraft des Körpers im allgemeinen schwächt, so daß chronische Leiden aufflackern können, und die Widerstandskraft des Gewebes schwächt, so daß das Eindringen der Bazillen in den Körper erleichtert wird.

### Schaumbäder, eine neue Badesform.

Das Charakteristische dieser neuen Badesform besteht darin, daß sich hier Wärme-, mechanische und chemische Reize in ihrer Wirkung vereinigen. Der Einfluß des Schaumbades auf den menschlichen Organismus kommt ungefähr demjenigen eines Dampfbadenbades gleich; jedoch wirkt es viel schonender wie das erstere und greift das Herz und die Gefäße weniger an. Ein Vorzug des Schaumbades ist die Entlastung des badenden Körpers vom Drucke. Außerdem bewirkt es eine vermehrte Wärmeleitung und eine verminderte Wärmeabgabe. Die Dauer der Wirkung des Schaumbades ist eine große, zunächst deshalb, weil sich das Schaumbad in seiner Konsistenz nicht nur Stunden, sondern halbe Tage lang unverändert hält, und sich auch die Temperatur während der Badedauer nur um ein geringes abkühlt. Die Badenden haben das Gefühl äußerster Wohligkeit und Behaglichkeit. Das Bad kann sowohl von Gesunden wie von Kranken genommen werden. Generaloberarzt Dr. Blau in Potsdam gebrauchte die Bäder bei Fettsucht, bei Nervenschmerzen, bei rheumatischen Muskel- und Gelenkrankheiten. Rheumatismuskranke und solche, die an Nervenschmerzen litten, gaben an, daß sich nach den ersten Bädern die Schmerzen linderten, bei der Mehrzahl blieben sie auch nach Beendigung der Kur völlig fort. Wichtigere erklärten, daß Steifigkeit der Gelenke nicht nur während, sondern auch nach den Bädern einer früher nie empfundenen Leichtbeweglichkeit Platz machten. Die Gewichtsabnahme betrug im Durchschnitt 200 gr pro Bad, die definitive Gewichtsabnahme schwankte zwischen 1,0 und 9,7 kg bis zum Ende der Kurdauer.

Redaktion: Dr. Ernst Gschmann, Zürich 7, Küllstr. 44. (Beiträge nur an diese Adresse!) Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Verlag von Müller, Werder & Co., Wolfbachstraße 19, Zürich.

Insertionspreise für schweiz. Anzeigen: 1/4 Seite Fr. 180.—, 1/2 Seite Fr. 90.—, 1/4 Seite Fr. 45.—, 1/8 Seite Fr. 22.50, 1/16 Seite Fr. 11.25 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

Wenige Anzeigenannahme: Aktiengesellschaft der Unternehmungen Rudolf Mosse, Zürich. Pafel, Bern und Agenturen.