

**Zeitschrift:** Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers  
**Band:** 24 (1953)  
**Heft:** 5  
  
**Artikel:** Ueber die Yoghurtdiät  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-808746>

### **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:** 08.11.2024

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

Wir offerieren ab Lager zu vorteilhaften Preisen:

# GUMMI-

Most- und Weinschläuche

Wasserschläuche

Jaucheschläuche

Molkerei-Stiefel

Arbeits-Stiefel

Schürzen und

Handschuhe

**Karl Troxler, Gummihaus, Zürich**

Seidengasse 13, Postfach Zürich 1

Telephon 25 77 68



## Verwenden Sie nur kyanisierte Hölzer

**Frühbeetfenster**

**Treibbeetkasten**

fest und transportabel

**Einfassläden**

**Deckbretter**

**Pfähle**

**Spalierlättli**

**Gewächshausbau und Kyanisierwerk**

**E. MÜLLER-LANZ, ZOFINGEN**

Telephon (062) 8 11 73

Gottesgabe, der Musik! Wir Heimleute schon gar nicht! Dieses Entstörungsmittel möchte ich allen meinen Freunden vom Fach empfehlen. Ich habe es vielfach ausprobiert und es probat erfunden. Ein Patent habe ich keines auf meine Erfindung angemeldet beim Patentamt. Aber patent ist sie eineweg doch.

Hermann Bühler, Zürich

## Aus dem Wörterbuch für Sozialarbeiter\*

*Anstaltsbau* Richtlinien hierüber wurden 1951 von der Studienkommission für die Anstaltsfrage, Organ der Schweizerischen Landeskonferenz für soziale Arbeit, herausgegeben.

*Anstaltsbuchführung* Rechnungsführung in Heimen und Anstalten. Richtlinien darüber wurden 1948 von der Studienkommission für die Anstaltsfrage herausgegeben.

*Anstaltsorganisation* Richtlinien darüber wurden 1949 von der Studienkommission für die Anstaltsfrage herausgegeben.

*Anstaltsversorgung* Versorgung in einem Heim oder in einer Anstalt. Gegensatz: Familienversorgung.

*Anstaltswesen* Inbegriff der die Heime und Anstalten verschiedenster Art betreffenden Angelegenheiten.

*Arbeiterheime (Arbeiterinnen-)* Offene Heime für seelisch-geistig gesunde Jugendliche, die aus irgendwelchen Gründen nicht in Familien leben können. Werden meist von industriellen Unternehmen oder gemeinnützigen Körperschaften betrieben. Siehe auch Fabrikheime.

## Ueber die Yoghurtdiät

Es hiesse Eulen nach Athen tragen, wollten wir an diesem Orte die gesundheitliche Bedeutung des Yoghurts beschreiben. Die Wirkung der Säuremilchdiät auf die Darmflora, die dadurch bewirkte Ausschaltung der Fäulnisvorgänge im Darm und damit die Beseitigung gewisser Autointoxikationserscheinungen sind Gemeingut nicht nur des ärztlichen Wissens geworden, sondern auch jedem Gebildeten geläufig. Der Haut obliegt grossenteils die Ausscheidung gewisser Fäulnisprodukte des Darmstoffwechsels und sie leidet bei Ueberlastung darunter. Das fahle Aussehen, der unreine Teint der Individuen, die unter Obstipation leiden, sind allbekannt. Und es gibt kaum ein zuverlässigeres und dabei doch mild wirkendes Mittel, diesen Zuständen zu begegnen, wie eben die Sauermilch, d. h. vor allem die Kephir- oder die Yoghurtdiät.

Yoghurt ist ein Milchsäureprodukt, ein hochwertiges, bekömmliches und leicht verdauliches Lebensmittel. Yoghurt ist eines der köstlichsten Lebensmittel, welches die Natur den Menschen gegeben hat. Es wäre im gesundheitlichen Interesse vieler Menschen sehr zu begrüssen, wenn Yoghurt in weitesten Kreisen Eingang finden könnte.

\*) «Wörterbuch für Sozialarbeiter», bearbeitet von W. Rickenbach. 188 Seiten. Fr. 4.—. Zu beziehen bei der Schweiz. Gemeinnütziger Gesellschaft, Postfach Selnau, Zürich 2.