

Das Halbbad und das Bürstenbad.

Die Wanne wird mehr als handhoch mit warmem Wasser gefüllt. Während des Badens werden Nacken und Rücken fleißig mit dem Badewasser übergossen, Arme und Beine tüchtig gerieben, während der Patient selbst Brust und Bauch mit beiden Händen reibt. Dann erniedrigt man durch Zugießen von kaltem Wasser die Temperatur um 5 — 10 Grad Celsius und übergießt wiederum Nacken, Rücken und Brust mehrermale mit dem kühleren Wasser. Man kann nun den Kranken entweder im Bade massieren, oder ihm kalte Güsse auf Mager, Leber oder Milzgegend geben. Nach dem Bade den Kranken lose in wollene Decken hüllen.

Noch besser wirken die Bäder, wenn man die Haut während des Badens mit einer nicht allzu rauen Handbürste abreibt. Der dadurch bewirkte Reiz hat eine beträchtliche Erweiterung der Hautblutgefäße zur Folge, dadurch werden die inneren Organe entlastet. Dieses Bürstenbad findet besonders Anwendung bei mangelhafter Hauttätigkeit, bei Herz- und Nierenleiden, auch Gallensteinen. Es ist ganz erstaunlich, wie wohl sich die meisten Kranken nach solchen Bädern fühlen; bei empfindlichen Kranken lasse man zunächst nur Arme und Beine mit der Bürste vorsichtig bearbeiten.

Allerlei Wissenswerthes.

Dreißig Billionen Zellen beherbergt der menschliche Körper, davon 22 Billionen allein im Blute. Stürbe theoretisch in jeder Sekunde nur eine Zelle, so bräuhete der Mensch 900 000 Jahre, bis seine letzte Zelle tot wäre. In Wirklichkeit sterben und werden nengeboren in jeder Sekunde zahllose Zellen, bis bei Alter oder Krankheit so viele Zellen absterben, daß der Keit nicht mehr ausreicht, um die Lebensfähigkeit des Organismus zu erhalten. Dann hat bereits die Bewußtlosigkeit vor dem endgültigen Tode eingesetzt, von meist angenehmen Gefühlen begleitet. Der sogenannte „Todeskampf“ mit all seinen Schrecken existiert nur in der Einbildung der Lebenden.

Die Gallenblase kann ohne Schaden entfernt werden, wie es nicht selten bei Gallenstein-Leiden geschieht. Die Galle wird zur Verdauung des Darminhaltes, besonders der Fette benötigt, zum Teil wirkt sie säunismhemmend. Es gibt Tiere, die ohne Gallenblase existieren, zum Beispiel Tauben, Papageien.

Conan Doyle, der geistige Schöpfer der berühmten Detektivromane über „Sherlok Holmes“, war Augenarzt und Spiritist. Seine Gattin hofft, mit seinem Geiste die Unterhaltung fortsetzen zu können, die durch seinen Tod unterbrochen wurde.

Das Sauerkraut ist ein beliebtes einheimisches Volksnahrungsmittel; sein Nährwert ist sogar bedeutend, da in ihm hochwertige Vitamine enthalten sind. Der Gehalt daran ist verschieden, je nach Verarbeitung des Krautes. Dem Rohprodukt des Kohls gegenüber verliert das Sauerkraut nur wenig an Gehalt der „Vitamine C“. Englische Forscher haben durch Fütterung an Versuchstieren nachgewiesen, daß Skorbut mittels rohen Sauerkrautes binnen kurzem geheilt werden konnte; der 200-te Teil eines Kilos Sauerkrautes genügt für ein Meerschweinchen. Neben der Appetitanregung kommt also eine Diätwirkung hinzu, und darauf ist wohl unser starker Sauerkrautverbrauch zurückzuführen.

Die Wirkung der Zwiebel, Tränen hervorzurufen, beruht auf einem ätherischen Öl, das sie enthält. Der üble Mundgeruch nach Zwiebelgemüse unterbleibt, wenn man Wallnüsse oder rohe Petersilienblätter zugleich isst.

Paprika, der rote Pfeffer, ist unter allen scharfen Gewürzen das unschädlichste. Der Rosenpaprika oder süße Paprika wird durch ein besonderes Verfahren des größten Teiles seines scharfen Farbstoffes des „Capsicins“ beraubt. Die grünen Paprikaschoten, welche als „gefüllter Paprika“ sehr beliebt sind, verlieren durch Dämpfen und Entfernen der Kerne sehr viel von ihrem scharfen Geschmack.

Das Johannisbrot oder die Karobe, ist die Schotenfrucht eines südlichen Baumes. Von der Insel Kreta und aus Puglia in Italien kommen die besten Sorten, aus denen der in der Volksmedizin als Blutreinigungsmittel viel benutzte Karobenextrakt hergestellt wird.

Der griechische Name für Johannisbrot ist „Keratsion“, der Same wurde früher als Gewicht benutzt. Unser noch heute bestehendes Goldgewicht „Karat“ stammt davon.