

Dobro Ludu

✦ ✦ (✦ Volkswohl) ✦ ✦

✦ Monatschrift für Volksgesundung

Verantwortl. Schriftleiter: Dr. chem. Em. Kwasnik, Katowice, Plac Wolności 9

Redaktion und Administration: Katowice, plac Wolności 91. Ege., Tel. 31-41.

Konto: B. K. O. Katowice Nr. 307 802. — Bezugspreis: 5,— zł monatlich.

Nr. 1/2

Katowice / Januar, Februar 1933

Jahrg. 3

Meine Hausapotheke. Von Dr. Sachs.

In jedem geordneten Haushalt gehört ein kleines Schränkchen, das stets die wichtigsten Hausmittel gegen Erkrankungen enthalten soll. Für den Laien hält es oftmals schwer, dabei Wichtiges vom Unwichtigen zu trennen. So sei hier ein kurzer Leitfaden zur Einrichtung einer Hausapotheke gegeben.

Für leicht vorkommende Verletzungen soll der Apothekenschrank zunächst einige Mullbinden enthalten. Man wählt am besten eine 10 Zentimeter breite Binde, die man bei kleineren Verletzungen in entsprechend schmale Streifen zerschneiden kann. Am besten kauft man diese Binden in einer sterilen Papierverpackung; sie bleiben auf diese Weise stets sauber. Für Brandwunden empfiehlt sich die altbewährte Bardellafasche Brandbinde, die sofort Kühlung, Schmerzlinderung und Schutz gegen Infektionen schafft. Daß Watte in jedem Haushalt vorhanden ist, braucht wohl nicht besonders erwähnt zu werden. Blutstillende Watte ein erprobtes Mittel gegen Nasenbluten gehört ebenfalls in den Schrank.

Schwieriger ist es bereits mit der Auswahl der Arzneien für die Hausapotheke. Zum kühlenden Umschlag wird man essigsaure Tonerde in einer 200 Gramm Flasche vorrätig halten, ebenso zum Gurgeln das bewährte Wasserstoffsuperoxyd. Auch eine Tüte mit 100 Gramm Kamille, die nur wenige Pfennige kostet, ist ebenfalls zum Gurgeln genau so gut verwendbar wie zu warmen, heilsamen Umschlägen bei den verschiedensten Entzündungen.

Zum eisernen Bestand der Hausapotheke sollten einige Medizinen gehören, die für plötzlich auftretende Erkrankungen geeignet sind und die als harmlose Krankheiten ohne ärztliche Hilfe behandelt werden können. Wie oft schon ist es vorgekommen, daß man sich besonders an heißen Tagen plötzlich einen Darmkatarrh zuzugewogen hat, sei es durch verdorbene Nahrung oder durch eine plötzliche Abkühlung des Körpers. Ein wichtiges und billiges Präparat zur Behandlung ist die Kohle, die man unter dem lateinischen Namen Carbo Animalis in jeder Apotheke erhält. Man