



Vierteljährlich
6 Nummern.

Verlag von Richard Böhm, Leipzig.

Vierteljährlich
60 Pfennig.

Herausgegeben von Dr. med. A. Kühner, Chefredakteur der „Gesundheit“, Zeitschrift für öffentliche und private Hygiene.
Erscheint Mitte und Ende eines jeden Monats.

N^o 10

Der Nachdruck unserer Original-Artikel ist nur mit vollständiger Quellenangabe:
„Der ärztliche Hausfreund, Verlag von Richard Böhm in Leipzig“ gestattet.

1896

Inhalt: Zur Erziehung der Kleinsten. — Die Mutterliebe. — Die Krankheiten der Armen und Reichen. — Schweigen, Neden und Lebensglück. — Menschliche Oberflächlichkeit. — Litteratur. — Kleine Mitteilungen. — Für Küche und Haus. — Für unsere Kinder. (Schüte dein Auge.) — Inzerate.

Zur Erziehung der Kleinsten.

Kinder ahmen alles nach, was sie sehen; sorge deshalb, daß das Kind nur Gutes sieht und hört. Laß es nur mit wohlherzogenen Kindern umgehen. Laß es nicht allein auf der Straße umherlaufen. Wenigstens mußt Du immer wissen, wo Dein Kind ist.

Sei immer freundlich gegen die Kleinen in Thaten, Worten und Miene. Leite sie mit Liebe und Freundlichkeit und suche Dir nicht durch strengen Befehl Gehorsam zu schaffen.

Strafe das Kind nicht im Zorn, denn des Menschen Zorn thut nicht, was vor Gott recht ist.

Laß das Kind nicht Deine üble Laune entgelten.

Behüte seine Seele vor Furcht, Angst und Schrecken, es sei durch Drohung oder Gespenstergeschichten.

Erlaube nicht, daß ein Kind von andern beleidigt, ausgelacht oder verspottet werde. Am wenigsten darfst Du dies selber thun.

Laße das Kind nie einen Augenblick müßig, sondern beschäftige es abwechselnd mit Lernen, Spielen, Arbeiten.

Störe es nicht in seiner Fröhlichkeit, wenn es nichts der Gesundheit Schädliches oder Unschießliches vornimmt.

Zwinge das Kind nicht, eine Beschäftigung fortzusetzen, wenn es derselben müde ist. (Dies ist aber nur bei kleinen Kindern zu beachten; größere Kinder müssen an Ausdauer gewöhnt werden.)

Gieb ihm keine andere Beschäftigung, so lange es noch Vergnügen findet, an der, welche es gerade vornimmt.

Zeige keine Geringschätzung bei den Spielen der Kinder, wenn Dir auch das, was sie sich ausgedacht, albern erscheint.

Erweitere das Kind oft durch Vorlesen einfacher Kinderlieder, Erzählen kurzer, seinem Verständnis angemessener Geschichten, und lasse Dir nachherzählen und nachsingen. Erzähle ihm von guten Kindern. Laße es jede Geschichte wiedererzählen.

Wenn ein Laut, ein Wort, ein Satz nicht richtig ist, so sprich ihm nicht spottend nach, sprich ihm richtig vor.

Wenn es Dich etwas fragt, was es gern wissen möchte, so sage ihm, was Du von der Sache weißt, und was ihm zu wissen gut ist. Durch Fragen wird es klug. Lache es nie darüber aus, daß es etwas nicht weiß.

Heiße es nicht stille sein, wenn es nichts Schlechtes oder Ungezogenes spricht.

Laß es nie fluchen oder schimpfen von Dir hören. Dulde durchaus nicht, daß das Kind Schimpfsworte in den Mund nimmt.

Mache ihm nicht gleich alles vor, lasse es sich recht befürmen, wie man etwas machen könne. Laß es sich recht bemühen, beim Spiel selbst etwas zu erfinden, und hilf ihm dann und wann nach, wenn es nicht darauf kommen kann.

Die Spielsachen, die sich das Kind selbst macht, sind ihm die liebsten und daher auch die besten. Darum leite es an, sich selbst Spielsachen zu machen, tadle es nicht, so lange es Freude daran hat, seien sie auch unvollkommen und häßlich, wenn sie nur das Kind erfreuen.

Laß ihm sein Spielzeug so lange, bis es müde ist, damit zu spielen, dann gieb ihm etwas anderes.

Gieb ihm nicht zu viel Spielzeug.

Nimm ihm nicht wieder ab, was Du ihm geschenkt hast. Erlaube ihm nicht, einem anderen Kinde etwas zu nehmen oder zu verderben.

Erlaube ihm nicht, Tiere zu plagen und zu quälen.

Verbiete ihm nicht zu viel, nur das, was ihm oder anderen schadet.

Was Du ihm versprochen hast, das halte ihm auch. Was Du nicht halten willst oder kannst, versprich ihm nicht. Wenn aber das Kind etwas verspricht, so mußt Du es auch beim Wort halten.

Wenn Du dem Kinde einmal etwas verweigert hast, so darfst Du es ihm nicht hinterher geben.

Die Mutterliebe.

Es ist zu bedauern, daß die herrlichen, tiefen, innigen und hochpoetischen Jugendbriefe von Robert Schumann so wenig gelesen werden und deshalb ziemlich unbekannt sind. Er schreibt zum Geburtstag seiner Mutter von Leipzig aus, wie folgt:

„Ich schlummerte tief betrübt; Träume kamen und flohen wieder; endlich gestaltete sich ein Traum fest, weil mein Genius mir zurief: Der Geburtstag der Mutter ist nahe — und das Paradies der Herzen lag blühend vor mir da. Zerrissene und zerknirschte Seelen flogen hin und her und die geretteten und geheilten zitterten um sie und trösteten sanft ihre Klagen. Da erscholl aus dem Osten eine tiefe Stimme, aber sie war sanft, wie eine Silberglocke, und floß von den Herzen zu den Herzen und sie fragte, welche Liebe liebt am tiefsten? — O, da bebten alle Seelen vor der süßen Frage zusammen, und alle drängten sich heran und alle sprachen: „Meine“. — Neulsharfen begleiteten die Stimmen, und die Morgenröte der Seligkeit ruhte über allen Blüten. Es klang noch einmal: „Welche Liebe liebt am tiefsten?“

— Da traten die Herzen der Freundschaft hinzu und sagten: „Die Liebe der Freundschaft; denn sie liebt mild und ungekünstelt!“ Da flog eine zerrissene Seele aus dem Westen hervor und sprach gedämpft, wie ihr eigenes Echo: „Ach! aber mich hat die Liebe der Freundschaft doch betrogen; denn sie war eigennützig.“ Da bebten alle Herzen weinend auf und flohen vor der Antwort der zerrissenen Seele zurück. Die Stimme im Osten tönte noch einmal: „O, welche Liebe liebt am tiefsten?“ Da kamen die Herzen der jugendlichen Liebe und sagten: „Das Herz der Geliebten; denn es liebt am innigsten!“ Und wie sie freudig so ausriefen und die bebenden Jugendherzen weiter an die schöne Erde und den leuchtenden Frühling der Jugendliebe dachten, da drängte sich ein zertretenes Herz aus dem Westen heran und klagte leise: „Auch diese nicht; denn die Geliebte gab mir nur Thränen des Schmerzes, und dann ging sie und ließ mich mit meinen Seufzern allein, und mein Jugendherz verwelkte.“ Da bebte es noch einmal im Osten auf, aber wie zürnend oder weinend, und die große Frage flog noch einmal durch das Paradies: „O, liebt denn keine Liebe am tiefsten?“ — Da sprach ein einmal gefunkenes Herz, das wieder gerettet war: „Die Mutterliebe; denn sie liebt uneigennützig!“ O, da trat keine Seele herzu, die sagte: Mich liebte auch diese nicht — und die Herzen kämpften einen sanften Streit, und alle riefen: „Ja! das Mutterherz liebt am tiefsten!“ Und sie waren wieder froh und gedachten aller Mutterthränen, die einst auf der Welt liebend, warnend und tröstend für sie geweint wurden. — Und die Blüten und die Blumen wogten dazu, und die Neulsharfen klangen und aus dem Innern der Herzen ertönte es freudig: „Das Mutterherz liebt am tiefsten!“ — Mein Traum war aus, und, wie ich erwachte, rief mein Herz getrübt aus: „Ja, das Mutterherz liebt am tiefsten“ — und ich fühlte noch halb im Traume, wie eine andere Stimme in mir antwortete: „Und das Kinderherz liebt ja so warm und innig wieder.“

Möchte jede Mutter in dem Herzen des Kindes die rechte Liebe zu wecken wissen!

Die Krankheiten der Armen und Reichen.

Von Dr. F. Freund (Berlin).

Neben den tiefgreifenden, den Menschen körperlich und geistig umbildenden Einflüssen des Klimas ist derselbe das Abbild des Wohlstandes, unter dessen Macht oder Mangel er heranwächst.

Armut und Krankheit, welche vielfachen und innigen Beziehungen eröffnen sie gegenseitig! Langwierige Krankheit kann Armut hervorrufen, aber noch weit zahlreicher sind die Fälle, in denen Armut zur Entstehung von Krankheiten Anlaß giebt. Mangel an Obdach, schlechte, luftarme, feuchte Wohnungen, Mangel an Nahrung oder solche ungeeigneter Art, übermäßige einseitige Anstrengung, schädliche Beschaffenheit des Arbeitsgegenstandes, die Gesundheit bedrohende Wohnheiten, Vernachlässigung der Hautpflege, dürftige Kleidung, welche zahlreichen Ursachen eröffnen alle diese Einflüsse für die Entstehung von Krankheiten!

Greifen wir unter diesen Schädlichkeiten nur eine heraus, den Alkohol. Während der Reiche seine Weine trinkt, die zumeist eben in Anbetracht der Reinheit für Körper und Geist unschädlich wirken, muß sich der Arme mit Branntwein begnügen, dessen Genuß nicht nur durch die dürftige Lage, Sorge und Not, mangelhafte Nahrung umsomehr herausgefordert wird, sondern auch durch verzentrierte Form und Fuselgehalt Körper und Geist empfindlich schädigt.

Blutarmut, Bleichsucht, selbst Schwindsucht bilden die Folge dürftiger Lebensweise, mangelnder Nahrung, von Ueberanstrengungen. Dabei verursacht der Alkohol tiefgreifende Störungen am Herzen, in der Leber, im Pfortaderkreislauf, an den Nieren. Ein ganzes Heer von Berufskrankheiten bedroht den Armen infolge schädlicher Bestandteile der Luft, des Arbeitsgegenstandes und seiner Verarbeitungen in überfüllten Wohn- oder Fabrikräumen. Der Reichtum an Erfindungen, Entdeckungen der Neuzeit hat viele Krankheiten zu verzeichnen, die früher ganz unbekannt. Unreinlichkeit, die größte Feindin des Menschengeschlechtes ruft beim Armen nicht nur viele Augen-, Haut- und Haarkrankheiten hervor, sondern begünstigt auch beim Ausbruch ansteckender Krankheiten deren massenhafte Verbreitung und tödtlichen Verlauf. Kurz, überall ist die Not der Feind von Gesundheit und Leben. Sehr wahr sagt der Dichter:

Ein schlimm'res Unglück als der Tod
Des liebsten Menschen — ist die Not!
Sie läßt nicht sterben und nicht leben,
Sie streift des Lebens Blüte ab,
Streift, was uns Lieblichstes gegeben,
Vom Herzen und Gemüte ab!
Den Stolz des Weisesten selbst beugt sie,
Daß er der Dummheit dienstbar werde —
Der Sorgen bitterste erzeugt sie,
Denn man muß leben auf der Erde.

Not ist das Grab der Poesie,
Und macht uns Menschen dienstbar, die
Man lieber stolz zerdrücken möchte,
Als sich vor ihnen bücken möchte.
Doch darfst du darum nicht verzagen,
Bis dir das Herz zusammenbricht:
Das Unglück kann die Weisheit nicht —
Doch Weisheit kann das Unglück tragen.
Verscheuch den Gram durch Liebesgetoße,
Durch deiner süßen Lieder Schall!
Nimm dir ein Beispiel an der Rose,
Ein Beispiel an der Nachtigall:

Die Rose auch, die farbenprächtige,
Kann nicht der Erde Schmutz entbehren,
Die Nachtigall, die Liedesmächtige,
Muß sich von schlechten Würmern nähren!

„Lieder der Klage des Mirza Schaffy“.

Ein noch schlimmeres Unheil für den Menschen als Mangel und Not bildet der Reichtum, wenn er nicht richtig verwendet wird. Mehr Menschen sterben sicher am Ueberfluß als am Mangel. Wer kennt nicht die köstlichen Gedichte und Erzählungen von den „allerlei Lasten der Reichen trotz ihrer

gelben Vögel!" Mangel an Bewegung, reichliche, gewürzte Kost, schwere Weine erzeugen im Körper übermäßige Fettanhäufung. Ursache und Wirkung ergänzen sich gegenseitig. Der Alkohol drängt zur raffinierten Fleischkost und diese zum Alkoholgenuß. Die in den Körper gelangten Speisen bleiben unverdaut, unverbrannt; Magenerweiterung, Fettsucht, fettige Entartung lebenswichtiger Organe, Zuckerkrankheit, Nieren-, Herz- und Lebererkrankungen, Gicht, Steinbildung, habituelle Verstopfung, Hypochondrie, Nervenkrankheiten, Gehirn- und Herzschlagfluß sind die gewöhnlichen Folgeerscheinungen, um so trauriger, als diese Erscheinungen sich meist erst offenbaren zu einer Zeit, in welcher so tiefgreifende Störungen Platz gegriffen, daß eine Wiederherstellung oft nicht zu ermöglichen ist. Ursache und Wirkung ergänzen sich auch hier gegenseitig. Je mehr die Fettbildung zunimmt, desto mehr nimmt die körperliche und geistige Schaffenskraft und Schaffenslust ab. Als man einen englischen Schriftsteller fragte, weshalb er nicht mehr schreibe, war die Antwort: Ich bin zu fett geworden! Die Krankheiten der Reichen zehren also selbst an den Gedanken! Jemanden in Anbetracht der Körperfülle zu begrüßen, ist daher ein großer Mißgriff. Starkwerden am Körper bedeutet nicht Starkwerden an der Gesundheit. Körperbewegung ist daher das Universalmittel unserer Zeit. Anstatt den Arzt zu fragen, wenn man erkrankt ist, soll man ihn beraten, welche Art der Körperbewegung und in welchem Maße man sie betreiben soll. Spazierengehen, Bergsteigen, Gartenarbeit, Holzsägen, Turnen, Hausgymnastik, Hanteln, Rudern, Schlittschuhlaufen, Reiten, Radfahren können hierbei in Betracht kommen und ärztlicher Rat ist bei diesen Bewegungsarten umso mehr am Platze, als man auch in dieser Beziehung leicht zuviel thun kann.

Mäßigung, Maßhalten muß die weitere Forderung des Reichen zur Gesunderhaltung bilden, eingedenk der Worte des Dichters:

Gäben wir die Hälfte dessen,
Was wir, krank uns machend, essen,
Denen, die macht Mangel krank,
Könnten wir und sie gesunden
Und uns für die guten Stunden
Gegenseitig sagen Dank. Rückert.

Dem Armen, wie dem Reichen geben wir am Schluß der nugharen Betrachtung das Mahnwort:

Die Menschen, sie erscheinen
Gequält auf manche Weise;
Der Hunger fehlt dem einen,
Dem anderen — die Speise!

Ober: Hier steh' ich armer Musikant,
In Trauer liegt das ganze Land,
Der Fürst, er starb, weil er nichts verdaut,
Wir fast vor gleichem Tode graut.

Schweigen, Reden und Lebensglück.

Sage nicht alles, was Du weißt,
Aber wisse alles, was Du sagst.

Die Kunst des Schweigens ist eine Eigenschaft großer, erfahrener, vornehmer Männer. Einer der größten Schweiger war bekanntlich der geniale Feldmarschall Moltke. Der, welcher schweigen kann, erringt den Preis, der Schwätzer, wenn er nicht falsch und lügnertisch, also unehrlich ist, verrät sich und alles mißglückt ihm. Mancher Thor gilt für geistig, weil er nicht spricht, namentlich schweigt über Dinge, die er nicht versteht. Es giebt Menschen, auf deren Schweigen man sich verlassen kann. Briefe, die man „im Vertrauen“ schreibt, werden gewiß zuerst weiter gezeigt. Wenn man jemandem ein Geheimnis mitteilt, ohne ihm zu sagen, daß es ein Geheimnis ist, so hat er es vielleicht in einer Stunde ver-

gessen. Betont man aber die dringende Bitte: „Sprechen Sie nicht darüber!“ so vergißt er es gewiß nicht; es brennt ihm im Herzen, es lodert herauf bis zur Zunge, bis es weiter „anvertraut“ ist. Deshalb — wenn du ein wichtiges Geschäft vor hast, so sprich nicht davon.

Auch in der Kunst zu schweigen bewährt sich der Alkohol, dessen Genuß die Zunge löst, nicht als aufrichtiger Freund, sondern als bitterster Feind des Menschen. Welches Unheil hat schon eine schwabhafte Rede bei einem Gelage angerichtet! Trunken sein und wie ein Papagei schwätzen!

Wein, wenn Du noch keinen Namen hast, so nenn' ich Dich Teufel!

Menschliche Oberflächlichkeit.

Von Dr. Freund, Berlin.

Die Oberflächlichkeit vermittelt für den Menschen eine der wichtigsten Berrichtungen, nicht etwa die Oberflächlichkeit, welche sich scheut, die Tiefe des Wissens zu erforschen, noch das Können nach allen Richtungen zu ergründen, sondern die Oberflächlichkeit, in der wir Tag und Nacht mit der uns umgebenden Natur in Wechselwirkung treten, ich meine die menschliche Haut. Die Haut steht mit allen inneren Körperteilen und deren Berrichtungen in inniger Wechselwirkung; beide erfreuen sich wie zwei Freunde, zwei Verliebte gegenseitiger Gesundheit, Wohlergehens oder leiden mit einander. Auf der Haut steht für den Kundigen geschrieben die ganze Lebensgeschichte des Menschen, körperliches, geistiges, vor allem spirituelles Leben, Schönheit, Jugendfrische, vorzeitiges Alter. Haut und Lunge ergänzen sich gegenseitig, ihre Thätigkeit wird gleichzeitig gesteigert und wenn die Lunge nicht mehr atmen kann, stellt sich reichliche Transpiration ein, um die Lebensmaschine noch im Gang zu halten. Tiere, die keine Schweißdrüsen besitzen, beglichen die gesteigerte Wärmebildung durch Lungenatmung. Haut und Nieren stehen in noch innigerem Zusammenhang, ein Marsch an einem heißen Tage vermindert sehr wesentlich die Berrichtung der Nieren und bei deren Erkrankungen ist die Anregung der Hautthätigkeit oft das einzige Verfahren, das Rettung verspricht. Nicht weniger innig ist das Verhältnis zwischen Haut und Verdauungswerkzeugen. Jede Wasserkur eingreifender Art erzeugt Verstopfung und für manche Diarrhoe bildet ein Schwitzbad, eine Heißluftkur das beste Heilverfahren. Und selbst der Genuß eines für den Durchschnittsmenschen vorteilhaft, ohne Beigabe schädlicher Beimengungen wirkenden Stoffes, z. B. Erdbeeren, Himbeeren, Käse, Fisch, Krebse, Muscheln kann bei Besonderheiten des Menschen höchst lästige Ausschläge auf der Haut hervorrufen, ein weiterer Beweis von den wichtigen Wechselbeziehungen zwischen Haut und Verdauung.

Die Haut bildet überall ein Spiegelbild, in welchem man Gesundheit und Schönheit des Menschen erblickt. Die äußere Bedeckung des Menschen hat eine vierfache Bedeutung; sie gewährt Schutz gegen äußere Einwirkungen, indem sie die vor ihr eingehüllten, lebenswichtigen Gebilde vor Stoß, Gewaltthätigkeit, namentlich aber vor Temperaturveränderungen plötzlicher Art schützt. Versagt die Haut diesen Dienst durch Verwechlichung, mangelnde Pflege, so kommen leicht Erkrankungen des großen inneren Blattes der Haut, der alle inneren Körperteile auskleidenden Schleimhaut, selbst dieser Körperteile zu Stande.

Die Haut ist ferner Sinnesorgan, da in ihr eingebettet sind zahllose Gefühls-, Tact- und den Muskel-Temperatursinne vermittelnde Nerven. Diese Berrichtung der Haut steht in inniger Beziehung zu unserm ganzen Körper-, Gefühls-, Gemüths-, Nerven- und Seelenleben.

Die Haut dient ferner zur Aufnahme von dem Körper dienlichen Stoffen, sowie zur Ausscheidung von verbrauchten Bestandteilen. Die Haut bildet das große Thor, durch welches

Licht, Luft, Wärme, Kälte, kurz alle den menschlichen Körper belebenden, im regen Umsatz erhaltenden Einflüsse einziehen, das Thor, durch welches verbrauchte Stoffe ausgeschieden werden. Aufgabe der Gesundheits- und Schönheitspflege ist es, dieses große Thor frank, frei und flott zu erhalten durch Freiluftkur, Waschungen, Bäder, Frottieren, Massieren, Bewegung. Was Regen, Feuchtigkeit, Licht und Wärme für die Pflanzenwelt, das bedeuten jene Luft-, Wasser-, Bewegungskuren für den Menschen. Schwinden und Welken sind bei Pflanzen wie bei Menschen gleichermaßen eine Folge jener Unterlassung.

Nirgends, als in der menschlichen Oberflächlichkeit äußert die Natur und die Unterlassung einer geeigneten Pflege eine so beredte Sprache. Die Stubenfarbe ist eine bekannte Beigabe sitzender Lebensweise. Blutarmut, Bleichsucht, Nervenschwäche geben der Haut in Folge der herabgesetzten färbenden Eigenschaft des Blutes ein blaßes Aussehen, Störungen im Blutkreislauf, bedingt durch Lungen- und Herzkrankheiten, lassen die Haut bläulichrot (Cyanose) erscheinen, Leberkrankheiten (Gelbsucht) bedingen die bekannte gelbliche Färbung, Alkoholmißbrauch macht die Haut anfänglich gerötet, gedunsen, geschwellt, bald fahl, schlaff und welk. Zuckerkrankheit macht die Haut trocken, zur Furunkelbildung geneigt. Daß sich die „traurigsten Gefahren für den Menschen“ in der Haut meist in der erschrecklichsten Weise wiederpiegeln, sei hier nur kurz erwähnt. Kurz, dem kundigen Auge bietet die äußere Haut das Spiegelbild auch in Bezug auf Erkrankungen innerer Organe.

Litteratur.

Das Internationale Rote Kreuz in seiner gegenwärtigen Gestalt. Ein Gedenkblatt zur 25-jährigen Friedensfeier von V. von Stranz. Mit dem Porträt von Henri Dunant, dem Begründer des Roten Kreuzes, und Gustav Moynier, dem Präsidenten des Internationalen Komitees in Genf. Verlag von Schall & Grund, Berlin. Preis M. 1.—

Die allen Humanitätsbestrebungen unserer Zeit ein so warmes Herz entgegenbringende Gemahlin des Reichskanzlers, die Frau **Fürstin Marie von Hohenlohe-Schillingsfürst** hat freundlichst die Widmung des Werkes angenommen, dessen Erscheinen, in der Zeit der Gedenkfeier für das Rote Kreuz, ein besonderes aktuelles Interesse erhält. —

Der lebhafteste Drang nach Wohlfahrts- und Humanitätseinrichtungen, der die Gegenwart erfüllt und den Impuls dazu giebt, daß auf jedem Gebiete menschlicher Thätigkeit Vorsehrungen getroffen oder angestrebt werden, die dazu bestimmt sind, Leben, Gesundheit und Wohlfinden der Mitbürger zu schützen und zu bewahren, ist eine der herrlichsten Blüten unseres modernen Kulturlebens und unseres auf Hebung und Förderung der physischen und seelischen Volkskräfte gerichteten Zeitalters. Dienten diese humanitären Institutionen bis vor kurzer Zeit hauptsächlich der Vorbereitung für den Kriegsfall, so ist gegenwärtig ihr Wirken ein weiter ausgedehntes, das seine Wohlthaten auch den Opfern friedlicher Berufsthätigkeit spenden will. Dem Roten Kreuz für den Krieg und als Kriegsorganisation tritt jetzt auch ein Rotes Kreuz für den Frieden an die Seite, das seinen Schutz den Invaliden der Arbeit zuwendet. Beide Organe menschenfreundlicher Hilfsbereitschaft und Nächstenliebe verfolgen ihrer sittlichen Tendenz nach dasselbe Ziel und werden, je mehr sie sich entwickeln desto mehr Berührungspunkte miteinander finden und auf diese Weise gemeinsamen Interessen dienen.

Denkt man sich das Rote Kreuz für den Krieg als Stamm und Vorbild für neue auf demselben Boden erwachsende Friedensinstitutionen, so bietet dasselbe nicht nur als ein Teil der Heeres-sanitätsverwaltung, sondern auch als sozialpolitische Einrichtung Interesse und verdient daher, seiner Organisation und Leistungsfähigkeit nach, weiteren Kreisen bekannt zu werden.

Die vorliegende, soeben erschienene, kleine Schrift soll in kurzen Umrissen ein allgemeines Bild von dem Roten Kreuz geben, wie es für den Krieg vorbereitet ist, und den deutschen Lesern zeigen, wie große Mittel und Kräfte in den verschiedenen Ländern auf dasselbe verwendet

werden. Mit der Belehrung und den Aufschlüssen, die die Schrift nach dieser Seite hin erteilt, soll sie aber noch einen anderen Zweck erfüllen, d. h. sie soll eine Mahnung sein, unablässig an dem großen Humanitätswerk, das der Erhaltung der Blüte der Volkskraft dient, weiter zu arbeiten, und eine Anregung geben in den Zeiten des Friedens und der Ruhe, stets bedacht zu sein auf die Zeiten der Gefahr und des tiefsten Entsetzes. — Der in vier Farben ausgeführte Umschlag giebt der Schrift ein sehr gefälliges Aeußere.



Kleine Mitteilungen.

Gute Zähne. In der in Basel abgehaltenen Jahresversammlung der schweizerischen zahnärztlichen Gesellschaft berichtete Privatdozent Dr. Kisse (München), daß der günstige Einfluß, den er schon lange von derbem Schwarzbrot auf die Zähne vermutete, durch Zahlen bestätigt wird. In den Gegenden Deutschlands, in welchen, wie im bairischen Gebirge, das derbste, schwarze Brot genossen wird, blieben die Bewohner von Zahnverderbnis am meisten verschont.

Um rauhe Hände binnen einer Viertelstunde so zart zu machen, daß man sogleich mit offener Seide sticken kann, gebe man einen Eßlöffel voll Leinöl in eine Untertasse und menge mittels eines Holzspachtels nach und nach feingeseibte Steinkohlensasche darunter, bis ein sehr feiner Teig daraus entsteht; mit diesem reibe man die Hände an den rauhen Stellen wohl eine Viertelstunde lang, beseitige dann die Masse und wasche mit einer Bürste und viel Seife. Die Steinkohlensasche wirkt dabei als feinste Feile, die abgerissenen Hautteilchen beseitigend, während das Leinöl die noch feste Haut durchdringt und biegsam erhält. Einmaliger Gebrauch hilft bei fortgesetzter rauher Arbeit auf 14 Tage und muß dann wiederholt werden. Die Masse läßt sich, in einem Porzellan- oder Glasnäpfschen luftdicht verschlossen oder mit Wasser übergossen, aufbewahren. Für sehr rauhe und harte Hände empfiehlt es sich, statt des Steinkohlenspulvers Bimssteinpulver mit Leinöl gemischt ebenso zu gebrauchen.



Spart man, wenn man die Flamme der Petroleumlampe niedrig schraubt? Es ist eine weit verbreitete Gewohnheit daß man in Fällen, wo das volle Licht der Petroleumlampe nicht gebraucht wird, die Lampe aus Sparsamkeitsrücksichten niedrig schraubt. Man nimmt dabei den Uebelstand mit in den Kauf, daß man die Luft des Raumes, in dem die Petroleumlampe ihr Licht verbreitet, ganz erheblich verschlechtert. Versuche haben diese Thatsache mehr als zur Genüge bestätigt, und der Grund liegt darin, daß durch das Niedrigstellen der Flamme eine unvollständige Verbrennung stattfindet und ebenso, wie bei zu hochgeschraubter Flamme, unverbrannte, durch den Geruch wahrnehmbare Gase in den Lampencylinder emporsteigen. Die richtige Verbrennung kann eben nur dann stattfinden, wenn die Flamme ihre größte Leuchtkraft entwickelt; alsdann werden die aus dem Docht sich entwickelnden Gase vollständig in Kohlenäure verwandelt, welche durch den Geruch nicht wahrnehmbar ist. Beim Niedrigschrauben der Flamme erreicht man aber auch nicht einmal eine im geringsten nennenswerte Ersparnis an Del. Hiervon kann sich jeder durch einen Versuch überzeugen, indem er einmal eine Petroleumlampe mit heller, dann mit einer niedrigen Flamme ausbrennen läßt und die beiden Zeitdauern mit einander vergleicht. Die niedrige Flamme hält nur sehr wenig länger vor als die hohe.

Das Abstumpfen der Nähnadeln verhütet man, wenn man die Linien der Nadel auf der linken Seite mit trockener Seife bestreicht. Darin sticht jede Nadel leicht und das erleichtert somit auch das Nähen.



Für unsere Kinder.

Behüte dein Auge.

D, eine edle Himmelsgabe ist
Das Licht des Auges — alle Wesen leben
Vom Lichte, jedes glückliche Geschöpf —
Die Pflanze selbst kehrt freudig sich zum Lichte.
Und er muß sitzen, fühlend, in der Nacht,
Im ewig Finstern — ihn erquickt nicht mehr
Der Matten warmes Grün, der Blumen Schmelz,
Die roten Firnen kann er nicht mehr schauen —
Sterben ist nichts — doch leben und nichts sehen
Das ist ein Unglück. (Schiller, Tell.)

Blind geboren! Welches Mißgeschick! Aber blind geworden durch eigene Unachtsamkeit oder die Nachlässigkeit der Nebenmenschen, welche entsetzlichen Klagen und Vorwürfe häufen sich auf den, der solches Elend verschuldete. Redner haben das Auge gepriesen, Dichter haben es besungen, aber den vollen Wert desselben kennt erst derjenige, der es befehlen und verloren hat.

Zahlreiche Fälle von Erblindung lassen sich durch Vorsicht vermeiden. Was zu dieser Verhütung von Staat und Gemeinde geschehen kann, soll hier unberücksichtigt bleiben. Der Erwachsene ist oft bei den Berufsarbeiten leichten oder schweren Verletzungen des Auges ausgesetzt; grobkörniger oder feiner Staub, ätzende Dämpfe, große Hitze, grelles Licht führen solche leicht herbei. Vor allem sind jene Handarbeiter gefährdet, bei deren Beschäftigung das Eindringen fremder Körper in das Auge leicht vorkommen kann, wie z. B. bei Schlossern, Schmieden, Maschinen-, Metallarbeitern, Böttchern, Steinmetzen, Steinklopfern u. a. Ihre Beschäftigung bringt es mit sich, daß von den zu bearbeitenden Gegenständen größere oder kleinere Stückchen, Funken abspringen, welche nur zu oft den Weg in das Auge finden und hier größere oder geringere Wunden verursachen. Schutzbrillen verhüten solche Gefahren. Es sollten daher in keiner Fabrik, in keiner Werkstatt, bei keiner Arbeit oder Betrieb, der das Auge durch abspringende Körperchen schädigen kann, Arbeiter ohne Schutzbrille geduldet werden. Und dieser gute Rat betrifft auch dich, mein lieber junger Freund, wenn du aus dieser oder jener Veranlassung eine ähnliche Arbeit unternehmen solltest, sei es als Mineraloge, sei es an der Drehbank oder sonst einem Apparat deiner häuslichen Werkstatt.

Ein Steinklopfer ging unter fürchtbaren Schmerzen zum Arzt, der das Steinstückchen, welches ins Auge gedrungen war, glücklich entfernte. Dies sah ein anderer Kranker und hörte, daß eine Schutzbrille aus weißem Muschelglas vor solchen Gefahren sicher stelle. Aus Dankbarkeit für die eigene Heilung von einem schmerzhaften Uebel zahlte der Menschenfreund dem Arzt eine namhafte Summe, um auf seinen Landtours die Steinklopfer mit Sicherheitsgläsern zu versehen. Dies geschah schon einige Tage nach empfangenen Betrag. Aber wie staunte der Arzt, als in kurzer Zeit einer der Leute, denen er Brillen zur Benutzung übergeben hatte, zu ihm kam, mit einem eingedrungenen Steinplitter, welcher das Sehvermögen vernichtete. „Ihr kennt doch die Gefahren eures Berufes; habe ich euch nicht alle mit Schutzgläsern versehen? Wo ist die Brille?“ fragte der Arzt. „Die habe ich in der Tasche, ich glaubte, es werde ein Unglück nicht vorkommen, nachdem ich jahrelang unverfehrt geblieben bin,“ lautete die Antwort. Wie leichtsinnig war dieser Mensch!

Es ist nicht einmal notwendig, so weit zu greifen, als wir das gethan; wie häufig sind im täglichen Leben durch Werfen mit Steinen, Gläsern und Porzellanstücken, Eisballen, Kastanien, durch einen Faustschlag, Peitschenhiebe, Fußtritte, stechende und schneidende Instrumente, Schusswaffen u. dergl. Verletzungen des Auges und Verlust des Sehvermögens entstanden, traurige Fälle, die bei gehöriger Achtsamkeit hätten vermieden werden können. Namentlich hat die entsetzliche Unsitte, vor Billethältern, im Gedränge, auf belebten Straßen mit dem Stock oder Regenschirm unter dem Arm zu stehen oder zu gehen, im Herumdrehen schon Tausende des Augenlichts beraubt. Ein solches Benehmen deutet auf Mangel an Bildung und wird mit Recht von den Umstehenden gerügt. Ihr selbst, liebe Freunde, könnt durch Achtsamkeit und Vorsicht zahlreiche Unglücksfälle und Verletzungen der Augen verhüten. Laßt euch warnen, insbesondere vor unpassenden Spielen mit allerlei Gegenständen, die geeignet sind, eurem Körper, euren Augen Schaden zuzufügen. Zündhütchen, spitze Bolzen und Pfeile, Blasrohre, Knallerbsen, Pulver, Waffen, Schießwerkzeuge sollst du niemals als Spielzeug ohne Erlaubnis oder Beaufsichtigung Erwachsener benutzen. Welcher entsetzliche Kummer, welche Sorgen für deine arme Eltern, wenn du durch einen unbedachten Streich ein Auge verlierst. Ebenjowenig wirst du andern Gespielen derartige gefährliche Dinge oder stechende, schneidende Instrumente und Werkzeuge in die Hände geben, oder kleine Kinder, die kaum laufen können, mit zerbrechlichen Flaschen und Gläsern im Haus oder auf der Straße spielen lassen.

Auch im übrigen wird eine geeignete Pflege der Augen dich vor manchen Erkrankungen derselben bewahren. Zu diesem Zweck beachte jeden Schmerz. Schmerz zeigt dir an, daß schädlicher Staub oder Rauch, oder grelle Beleuchtung das Auge belästigen und in Reizung versetzen; er sagt dir, daß irgend ein fremder Körper, sei es eine verschwimmend kleine Mücke, ein Sandkörnchen oder irgend ein anderer Gegenstand in das Auge eingedrungen ist. Eine solche schmerzhaft empfindung, Jucken, Reizen, Brennen und andre unangenehme Gefühle sollst du nicht durch vieles Reiben, Drücken, Betasten des Auges, vielleicht auch noch mit verunreinigten Händen oder mit einem unsauberen Taschentuch zu bekämpfen suchen; vermeide vielmehr zunächst die Ursache jener lästigen Gefühle: Staub, Rauch, grelles Licht, und wenn mutmaßlich ein fremder Körper dich quält, so sollst du niemals mit schmutzigen Fingern oder Tüchern das Auge betasten; drehe dein Auge, nicht aber deinen Kopf, im Kreis herum, oft gelangt der Gegenstand dann von selbst nach außen; benutze ein reines Taschentuch oder leinenes Lappchen; kannst du oder andre auf einfache Weise aber nicht helfen, so gehe sofort zum Arzt.

Der Schmerz warnt dich auch vor Ueberanstrengungen der Augen, was besonders geschieht, wenn du bei zu starkem oder zu schwachem Licht arbeitest oder das Auge zu sehr der Arbeit näherst. Solche Schädlichkeiten sollst du vermeiden, sie führen leicht zu Kurz- und Schwachsichtigkeit, um so mehr, wenn auch die Eltern daran leiden. Wenn du während deiner Arbeit von Stunde zu Stunde einmal dich erhebst und in die Ferne siehst, um irgend einen Gegenstand, seien es Menschen, Tiere, ein Baum, die Fenster, das Firmenschild eines Hauses, wenn auch nur auf eine Minute, scharf und deutlich ins Auge zu fassen, wenn du täglich ins Freie gehst und dich ergößest in Gottes herrlicher Natur beim Anblick von Wiesen, Waldesgrün und Himmelblau, so wirst du dir, wie Jäger, Hirten, Soldaten und andre, die viel in die Ferne sehen, ein scharfes Auge bewahren. Halte in allen Stücken auf dein Auge. Das Gesicht ist neben dem Gehör dein edelster und höchster Sinn, das Auge der Spiegel der Gesundheit und Jugendfrische — ein blanker Spiegel, dem ein Fenster schlecht ansieht.

„Gesundheit“, Zeitschrift für öffentliche und private Hygiene.

Begründet von Professor Dr. med. Carl Reclam. Herausgegeben von Dr. med. A. Kühner, Physikus a. D.
Organ des Internationalen Vereins gegen Verunreinigung der Flüsse, des Bodens und der Luft.

Bezugs-Preis: vierteljährlich 4 Mark.

XXI. Jahrgang.

Erscheint: monatlich zweimal.

Inhalt
der
Nr. 9:
Originalien. Kinderschutz. — Die medizinische Statistik und die Forderung der graphischen Darstellung. — Zur Arbeiterhygiene. — Alkoholmissbrauch und Geistesstörung. — Typhusepidemie in Worthing. — Disposition und Lebensdauer. — Volksheilstätten für Lungensranke. — Populäre Medizin. — Der Tabak und seine Wirkungen. — Zur Zwangserziehung in Preussen. — Zwei neue Arbeiten über Psychotherapie. — **Feuilleton.** Die Harmonie des Geruches. — Shakespeare als Humanist, Philosoph, Naturforscher, Richter und Arzt. (Fortsetzung.) — Wiesbaden. (Fortsetzung und Schluss.) — **Mineralquellen, Bäder und Kurorte.** Ueber den Einfluss der schwachen Kochsalzquellen auf den Stoffwechsel des Menschen. — Eine für Bade- und Kurorte wichtige Entscheidung. — **Gemeinnütziges.** Gegen die Trunksucht. — **Zur Besprechung eingegangene literarische Neuheiten.** — **Besprechung neuer Schriften.** — **Aus Zuschriften.** — **Kleine Mitteilungen.** Geistesstörung, Ehescheidung und Selbstmord. Jahresberichte der Württembergischen Gewerbeinspektoren. — Einladung zur Versammlung mittelrheinischer Aerzte in Bad-Nauheim. — **Bekanntmachung.** — **Inserate.**

Neu! **Mahr's** Neu!
Poröse Unterkleidung.
Reichsmusterschutz 18 870.
Angenehmste, haltbarste und zufolge ihrer eigenartigen Webart **wirklich porös bleibende Tracht (keine Tricotware).**
Aus bester ägyptischer Baumwolle (rein Mako).
Aerztlich begutachtet und empfohlen.
Auf Wunsch Preisliste! Wiederverkäufer gesucht!
J. A. MAHR SÖHNE, [359]
Pinneberg (Holstein).
Praktisch! Dauerhaft!

Hammeran's Muskelstärker, Straube's Dampf-Schwitz-Apparat
empfiehlt [349] J. Trabert, Barfussg. 3/5, Leipzig.

Andreas Saxlehner
k. u. k. Hof-Lieferant  Besitzer der
Als bestes seines Art bewährt.
Hunyadi János
Bitterquelle.
In allen Apotheken & Mineralwasserdepôts.
Man wolle ausdrücklich verlangen:
Saxlehner's Bitterwasser
Anerkannte Vorzüge:
Prompte, milde, zuverlässige Wirkung.
Leicht, ausdauernd vertragen.
Geringe Dosis. Stets gleichmässiger und nachhaltiger Effect. Milder Geschmack.

Weibezahn's Hafer-Kakao.

Dieser aus Weibezahn's feinstem präpariertem Hafermehl, bestem löslichen Kakao und Zucker hergestellte Haferkakao ist von med. Autoritäten untersucht und empfohlen worden. Vermöge der Eigenschaften des Kakao und Hafers, die sich in ihren für die Verdauung, Ernährung, Blut- und Knochenbildung geeigneten zuträglichen Bestandteilen gegenseitig ergänzen, bildet Weibezahn's Haferkakao, der sich durch besonderen Wohlgeschmack auszeichnet, ein vortreffliches Nahrungsmittel für Gesunde, Schwächliche, Rekonvaleszenten, stillende Frauen, ein Vorbeugungsmittel gegen Rachitis, Skrophulose, Blutarmut, Bleichsucht, kurz gegen Ernährungsstörungen s. g. chronische Krankheiten der verschiedensten Art. Vorrätig in Leipzig nur bei

Richard Böhm, Marschnerstrasse 9.

Entstaubungsanlagen

für Mühlen und andere Zerkleinerungsmaschinen, für chemische Fabriken, sowie für Putz- und Reinigungsmaschinen der Getreidemühlen und Arbeitsräume der Textil-, Tabaks-, Thonwaren- und Papier-Industrie unter Garantie des Erfolges. [363]

Anschläge kostenfrei.
K. & Th. Möller, Brackwede.

!Das beste Ruhelager!



spekte gratis und franko.

findet man auf Rössler's Patent-Matratzen und Chaiselongues, welche dem Benutzenden ohne fremde Hilfe jede gewünschte Körperlage von facher Lage bis zur Sitzhöhe ermöglichen. Von Autoritäten, u. a. von Herrn Geh.-Rat Prof. Weber, Dir. d. Kgl. med. Klinik, Halle a. S. als beste empf. Prämiert auf all. besch. Ausstellungen. Herz-, Asthma-, Lungenleiden, Wöchnerinnen unentbehrlich. Von 35 Mark an in jede Bettstelle passend. Illustrierte Prospekte gratis und franko.

A. Rössler, Patent-Matr.-Fabr., Osterfeld, Th.

Magenleidende,

nervöse und schwächliche Personen trinken mit großem Erfolge von hervorragenden Ärzten empfohlenen ächten

Kasseler Hafer-Kakao

von Hausen & Co., Kassel.

D. N.-P. 72449.

Schutzmarke „Bienenkorb“.

Tausende von Attesten von Ärzten und Konsumenten. — Erhältlich in allen Apotheken, Drogen- und besseren Kolonialwarengeschäften wo nicht, liefern wir direkt ab Fabrik von 6 Kartons ab franko. Karton 27 Würfel in Staniol zu Mark 1. — **Man hüte sich vor Nachahmungen, welche lose oder in anderer Packung in den Handel kommen.** [506]

Stahlinger's Naturheilstalt

Grüna bei Chemnitz in Sachsen.

Unter der ärztlichen Leitung von Sanitätsrat Dr. Billinger (früher in Stuttgart). Modernst eingerichtete Anstalt der Neuzeit mit Central-Dampfheizung, elektrischer Beleuchtung, elektrischen Lichtbädern und sämtlichen sonstigen physikalisch-diätetischen Heilfaktoren. Herrlich und sonnig am Walde gelegen. Prachtige Lufthütten-Kolonie mit grossem wunderschön gelegenen Luftbadpark. Nachweislich ausgezeichnete Erfolge: besonders bei konstitutionellen, Nerven u. Frauenkrankheiten, bei Magen-, Darm-, Nieren-, Lungen-, Blasenleiden, bei Schwächezuständen etc. Approb. Arzt im Hause. — 70 Zimmer. — Mässige Preise. Behaglich-geselliger Aufenthalt. Ausführlicher Prospekt gratis.

Der Besitzer: B. Stahlinger.

Schutzmarke.



Harzer Sauerbrunnen „Grauhof“.

Geh. Sanitätsrat Dr. Saxer.

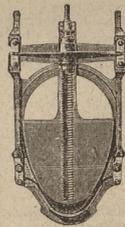
Tafelgetränk von seltener Reinheit. Sehr wohlschmeckend und leicht verdaulich für Gesunde und Kranke. (386)

Wo Niederlagen, durch diese zu beziehen, sonst durch

Harzer Sauerbrunnen Grauhof
in Goslar.

Königl. Bad Oeynhausen. Sommer- u. Winterkurort.

Station der Linien Berlin-Köln und Löhne-Hildesheim. Thermale und Soolbäder. Saison vom 15. Mai bis Ende September. Winterkur vom 1. Oktober bis Mitte Mai. Molken- und Milchkur-Anstalt. Allgemeine Wasserleitung und Schwemmkanalisation. Prospekte und Beschreibung übersendet frei. Die Königl. Badeverwaltung.



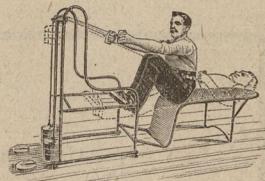
Geiger'sche Fabrik
für Strassen- u. Haus-Entwässerungsartikel
Karlsruhe (Baden),
Konstruktionsbureau für Kanalisation.
Fabrikation und Lager sämmtl. Entwässerungsartikel.
„System u. Patent Geiger“, als:
Spül-, Stau- und Absperrvorrichtungen
für Kanäle aller Profile und Grössen,
Schachtabdeckungen, [380]
Strassen-, Hof- u. Haussinkkasten, Fettfänge, Regen-
rohr-Sinkkasten, Wasserleitsiphons usw.
Krahn- und Schlammabfuhrwagen
für Hand- u. Pferdebetrieb zum Reinigen der Sinkkasten
Fabrikation von Patent-Gashadeföfen „System Eisele“
für Schul-, Volks- und Mannschafts-Brausebäder.
Illustrierte Preisverzeichnisse kostenfrei.

Weibezahns Hafer-Kakao!

Zur Kräftigung des Körpers das beste Nahrungsmittel der Jetztzeit. Pfund-Packet 120 Pf., Weibezahns Hafermehl 50 Pf., Weibezahns Hafergrütze 40 Pf., Weibezahns Hafer-Cakes 120 Pf. Beste Nahrungsmittel für Kinder, Erwachsene, Kranke u. Gesunde. Uebertreffen alle ähnl. Fabrikatoren an Güte und Wohlgeschmack. Ueberall zu haben; auch direkt zu beziehen von Gebr. Weibezahn, Fischbeck, Weser.



Sicherster Erfolg
bei Fettleibigkeit,
Affektionen der Leber,
der Gallenwege
und bei Rheumatismus



Dr. med. Niedieck's Turnapparat,

für sanitäre Zwecke, D. R.-Pa. No. 78754,

Preis M. 80.—, ab Halberstadt [336]

Mit Beschreibung steht zu Diensten: Fr. Dehne, Halberstadt.

Soolbad Salzuflen (Lippe).

Am Teutoburger Wald idyllisch gelegen. Neues Badehaus mit Soolschwimmbassin und Inhalatorium nach neuestem System. Großer Kurpark. Wald in unmittelbarer Nähe. 1895 23 000 Bäder. Prospekte gratis.

Apoth. Kanoldt's

Tamarinden- * Conserven.

Unschädlich, sicher u. schmerzlos **abführende Frucht-Konfitüre** von angen. erfrisch. Geschm. Appetitlich. — Wirksam Für Kinder u. Erwachsene!



In Schachteln à 80 Pf., auch einzeln à 15 Pf. in allen Apotheken.

Nur echt von **C. Kanoldt Nachf.**

Apoth. — Gotha. Seit Jahren in Kliniken u. gröss. Heilanst. gegen **Verstopfung, Kongest. Magenbeschwerden, Hämorrhoiden, Migräne etc.** fortlaufend in Anwendg.

Bestand 1700.

Bade-Heilanstalt.

Neu eingerichtet 1890.

Kaiserbad in Rosenheim (Oberbayern.) Bahnlinie München-Salzburg.

Besteingerichtete Heilanstalt für Kaltwasser-Heilverfahren, vorzugsweise Kneipp-System. Aller Art von Bädern (Kohlensäure Bäder). Aerztliche Leitung Dr. Friedr. Bernhuber. Näheres durch die Prospekte gratis und franko. [392]

Die Badeverwaltung.

Patente

z. befördert und verwertet bestens 15jähr. Praxis — Stat kostenfrei
J. TRABERT, Barfissg., LEIPZIG.

Selbstgefertigte u. reingehaltene
Obst- u. Beerenweine
sowie **Schaumweine** offeriert laut
Preislifte billigt [352]
C. Kohler, Schöneck
bei **Rantzenburg, Schwarzbühl.**

Glatzer Gebirgs- Aromatique

Appetit und Verdauung anregend, in Fl. à 75 Pfg. versendet [375]

Die Hirschapotheke Glatz.

Normal-Gesundheits-Wäsche,

Hemden, Leibjacken, Hosen, Strümpfe Muster zur gef. Ansicht nebst Preisliste postfrei.

F. A. Kirchner, Strumpfw.-Fabr.
Apolda (Thür.)

PATENTE

bes. u. verw.

Heimann & Co.

Oppeln.

[280]

== Nützliche Geschenks- und Bibliothekswerke. ==

Meyers Hand-Lexikon des allgem. Wissens.

In einem Band. Fünfte, neubearbeitete Auflage. In Halbleder gebunden 10 Mark.

Meyers Kleiner Hand-Atlas.

Mit 100 Kartenblättern und 9 Textbeilagen. In Halbleder gebunden 10 Mark.

Brehms Tierleben.

Kleine Ausgabe für Volk und Schule. Zweite, von R. Schmidtlein neubearbeitete Auflage. Mit 1200 Abbildungen im Text, 1 Karte und 3 Farbendrucktafeln. 3 Bände in Halbleder gebunden zu je 10 Mark.

Probefeste stehen zur Ansicht zu Diensten. — Prospekte gratis.

== Verlag des Bibliographischen Instituts in Leipzig. ==

Vorrätig bei **Richard Böhm, Buchhandlung, Leipzig,**
Marschnerstrasse 9.

Stollwerck's Chocolade. Cacao.

Anerkannt vorzüglich!

Vorrätig in fast allen Konditoreien, Kolonial- und Delikatessen-Geschäften.

(508)

1252 Meter
(4170')
über Meer.

Therme in Vals

Graubündner
Oberland
Schweiz.

Kur- und Badeanstalt

Seison vom 15. Juni bis 1. Oktober.

Eisenhaltige Gypstherme von 26 Grad C. indiziert namentlich bei Blutarmut und Scrophulose, bei Krankheiten der Atmungsorgane, bei atonischen Affektionen der Nerven, Gelenkleiden, Rheumatismen, Ischias, Muskelschwäche, bei chronischen Hautausschlägen und Reconalescenzen. Aus Tuffstein und Gneiss neu-erbantes, zweckmässig und comfortabel eingerichtetes Kurhaus mit 40 hohen, geräumigen Fremdenzimmern, meistens à balcon, 60 Betten und separatem Badegebäude, beide in sonniger, völlig staubfreier und äusserst ruhiger Lage. Höchste romantisches, stilles Alpenthal. Spaziergänge zu nahen Tannenwäldungen, Alpen und Alpenseen. Günstiges Standquartier für Touristen zu Hochgebirgs- und Gletschertouren. Patentierte Bergführer. Kurarzt und Apotheke im Hause. Water-closets. Telegraph. Täglich Fahrpostverbindung mit Chur und Göschenen. Vorzügliche Verpflegung bei mässigen Pensionspreisen. Illustrierte Prospekte und nähere Auskunft durch den Direktor

Philipp Schnyder in Vals.

Telegramm-Adresse: Therme in Vals.

Wer vor Erkältung und Bacillen bangt,
Der zolle seinem Federbett den Dank.
Drum wähle das Reformbett Dir zum Nest,
So wirst Du wetter- und bacillensfest!



So erwacht man in Steiner's Reformbett.

Meyers Konversations-Lexikon

sowie alle andern Bücher liefert an solide Lente
gegen bequeme Teilzahlungen von monatlich 3 Mark

[401] H. O. Sperling, Buchhandlung, Stuttgart VII.



VASOGEN

oxygenierte Kohlenwasserstoffe (Vaseline) emulgieren mit Wasser und sind Lösungsmittel für verschiedene sonst in indifferenten Medien unlösliche Medikamente wie Jodoform, Jod etc. Infolge ihrer Emulsionsfähigkeit bringen die Vasogene die in ihnen gelösten Arzneistoffe zu ungewöhnlich rascher und tiefer Resorption und dadurch zu erhöhter, vielfach bisher unbekannter Wirksamkeit. Die störende Reizwirkung vieler Medikamente wie Jod, Kreosot etc. wird durch Anwendung der betreffenden Vasogen-Präparate vermindert. — Es sind jetzt folgende Vasogene durch die Apotheken in Flaschen von 30 und 100 Gramm erhältlich:

Jodoform	11 1/2 Proz.	Jod	6 Proz.	Kreosot	20 u. 5 Proz.
Guajacol	20 1/2 "	Ichthyol	10 "	Creolin	15 u. 5 "
Eucalyptol	20 "	Salicyl	2 "	Menthol	25 u. 2 "

Campher-Vasogenin, (Camphor., Chloroform., Vasogen., prt. aeq.) bei Gicht, Rheuma, Hexenschuss etc. als überraschend schnell wirkendes schmerzstillendes Mittel bewährt.

Vasogenum spissum besitzt die oben erwähnten Eigenschaften des flüssigen Vasogen und eignet sich somit vorzüglich als Salbengrundlage. (Es werden beispielsweise die 33 1/3 und 50% Quecksilber-Vasogensalben erstaunlich rasch resorbirt und selbst in den Fällen gut vertragen, wo bei sehr empfindlicher Haut der Gebrauch der offiziellen Salbe ausgeschlossen ist. — Die fertigen Quecksilber-Vasogensalben sind u. a. zu beziehen durch die Rathhaus-Apotheke, Hamburg.)

Proben versende gratis und franco.

E. T. Pearson, Hamburg.

Erziehungs-Anstalt Sophienhöhe bei Jena

in Thüringen
für fehlerhaft veranlagte, nervöse und milderbegabte
Knaben und Mädchen.

Empfiehlt sich insbesondere für Schüler höherer Bildungsanstalten, die wegen mangelhafter Begabung, schwächlicher Konstitution, Erschöpfung oder ähnlicher Ursachen vorübergehend die Schule verlassen oder dauernd auf die Erreichung der dort gesteckten Ziele, einschließlich des Einjährigfreiwilligen-Zeugnisses verzichten müssen, wie auch für solche, die schon im vor- und zurückliegenden Alter der Erziehung und Pflege Schwierigkeiten machen. Wegen der vorzüglichen Lage, der sorgfältigen, naturgemässen Körperpflege, der liebevollen familiären Erziehung, der praktischen Bildungsziele u. a. m. von Eltern der Zöglinge wie von den bedeutendsten Nervendärzten und Pädagogen aufs beste empfohlen. — Prospekte, Angaben von Referenzen und nähere Auskunft durch Direktor J. Trüper. (501)



Kronthaler

Natürliches kohlen-saures Mineralwasser

Millionen-Versand. Weltberühmt.

16 goldene Medaillen und höchste Preise.

Bewährt gegen Verschleimungen jeder Art.

Tafelgetränk I. Maj. der Kaiserin Friedrich.

Näheres durch die

Direktion der Kronthaler Mineralquellen

Hoflieferant des Grossherzogs von Baden

in Bad Kronthal bei Frankfurt a. Main.