

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Erprobte Hausmittel

[urn:nbn:de:bsz:31-309807](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-309807)

Exprobrta Haubmittel

Gegen Erkrankung des Mundes u. der Aftmungswege

Wenn die Mundschleimhaut entzündet ist, so liegt sehr häufig eine Zahnerkrankung vor, die zahnärztlicher Behandlung bedarf. Kann diese Hilfe nicht sofort in Anspruch genommen werden, so nehme man stündlich warme Spülungen mit Kamillen- oder Salbeitee vor. Zu dem gleichen Zwecke kann man auch Myrrhentinktur (20 Tropfen auf ein Glas lauwarmes Wasser) oder Wasserstoffsuperoxyd (einen halben Teelöffel voll auf ein Glas lauwarmes Wasser) benutzen. Alle diese Mittel erhält man in bester Beschaffenheit in der Apotheke. Um Verletzungen der entzündeten, leicht blutenden Mundschleimhaut zu vermeiden, bevorzuge man breite Rost und verzichte auf alle scharf gewürzten und sauren Speisen.

Auch bei Halschmerzen wird Gurgeln mit Salbeitee mit 2 Teelöffel frischem Zitronensaft je Tasse empfohlen.

Zahnschmerzen, die rheumatischen Ursprungs sind, werden mit heißen Hafer säcken behandelt. Man füllt den heißen Hafer in kleine Säcken, die so warm als möglich auf die schmerzende Stelle gehalten werden; sie sind häufig zu wechseln. Auch ein heißes Fußbad, in das man eine Handvoll Salz gibt, tut gute Dienste.

Böse Mundwinkel, das sind Risse in der Lippen schleimhaut, entstehen sehr oft bei Kindern durch ungenügende Mundpflege. Man schmiert die Stelle mit Zink- oder einer anderen Salbe ein und pudert sie dann.

Wenn Sie Schnupfen haben, füllen Sie sich heißen Kamillentee in eine Schale und inhalieren Sie ihn, indem Sie Kopf und Schüssel zudecken. Gleichmäßig und tief durch die Nase und Mund atmen. Auch Zitronensaft

soll gegen Schnupfen gut sein. Man ziehe ihn durch die Nase in den Mund. Zwei bis drei solcher Aufsaugungen genügen meist zur Heilung.

Gegen Heiserkeit hilft oft ein Umschlag aus gekochten und gut zerdrückten Kartoffeln, der in einem Tuch abends vor dem Zubettgehen, so warm es geht, um den Hals gelegt wird. Überschläge von heißem Wasser, öfters erneuert, sind auch sehr wirksam. Sehr gut ist auch folgendes Gurgelwasser: In $\frac{1}{2}$ Liter Salbeitee werden 5 Gramm Alaun aufgelöst. Auch schon das Einatmen der heißen Dämpfe ist von wohltätiger Wirkung. Um Heiserkeit loszuwerden, verwendet man auch ein altbewährtes Hausmittel. Man trüffel ein wenig süßes Mandelöl auf Puderzucker, knetet diese Masse zu kleinen Kügelchen und läßt sie langsam im Munde zergehen.

Hustennittel werden sehr viele empfohlen. Ein wirkungsvolles Mittel, das man sich recht billig selbst herstellen kann, bereitet man sich folgendermaßen: Drei große Tassen Kamillentee läßt man mit 125 Gramm Kandis und einer ganzen, ungeschälten Zitrone bis zu einer Tasse verkochen. So oft nun ein Hustenanfall kommt, nimmt man einen Eßlöffel voll von diesem Extrakt. Der Anfall wird sofort nachlassen, und bald wird der Husten völlig verschwunden sein. — Als weiteres Mittel gegen Husten und Katarthe sei empfohlen: Eine Zwiebel, in Scheiben geschnitten, wird über Nacht in Rohrzucker eingedunstet. Vom Sirup nimmt man jeweils 3 Eßlöffel voll ein. — Leinsamen ist bei Katarthen der Aftmungsorgane ein vorzügliches Mittel zur Schleimlösung. Man nehme einen Teelöffel voll feingestoßenen Leinsamen auf etwa $\frac{1}{4}$ Liter Wasser.

Gegen Brandwunden, Verbrühungen und Verbrennungen

Verbrühungen und Verbrennungen sind nichts Seltenes. Handelt es sich nun um weniger beträchtliche Verletzungen an den Fingern oder der Hand, so kann die betreffende Stelle zur Kühlung mit einem in reinem Öl oder Bleiwasser getränkten Lappen bedeckt werden. Sind dagegen größere Hautflächen verbrüht oder verbrannt, so ist ärztliche Hilfe kaum zu entbehren. Bis diese Platz greift, mag man die betreffenden Hautstellen mit reiner Leinwand bedecken. Etwaige Brandblasen soll man jedoch niemals selbst aufstechen, da die in ihnen ent-

haltene Flüssigkeit ein günstiger Nährboden für Bakterien ist und eine Eiterung zumeist nicht ausbleibt. — Ein ausgezeichnetes Mittel gegen Brandwunden aller Art sind auch Brennesseln, die mit 90proz. Spiritus übergossen und etwa acht Tage in der Sonne destilliert worden sind. Die Flüssigkeit lindert den Schmerz und verhindert die Blasenbildung. — Auf eine Brandwunde lege man nicht gefautes Brot oder Mehl, sondern frisches Brandliniment auf einen keimfreien Mulllappen oder noch einfacher ein Stück Brandbinde.

Für Magen und Nieren

Bei verdorbenem Magen empfiehlt es sich vor allen Dingen, mäßig im Essen und Trinken zu bleiben. Zur Regulierung seines Zustandes sind Hafer schleimsuppen zweckmäßig oder der vorsichtige Genuß von ziemlich stark überbrühtem Pfefferminztee.

Bei Magenkrampf raten wir, eine Tasse Baldrianwurzeltee heiß zu trinken. Ebenso ist in der Regel das Auflegen heißer Kompressen wirksam. Auch Hoffmannstropfen sind gut gegen Magenbeschwerden und Übelkeit.

Sodbrennen ist nur dann bedenklich, wenn es ständig wiederkehrt. In die-

sem Fall muß der Arzt befragt werden, der eine entsprechende Diät anordnen wird. Gelegentliches Sodbrennen bekämpft man, indem man mehrmals am Tage etwas laue Milch oder doppelkohlen saures Natron zu sich nimmt. —

Zur Teebereitung gegen Leibschmerzen bei Kindern halte man Fencheltee vorrätig.

Bei plötzlicher Nierensteinkolik leistet ein Tee aus Eibischwurzeln gute Dienste, dem man je Tasse zwei Kaffeelöffel Glyzerin beigibt.

Heilsame Teearten

Von den zahllosen Teearten, die am häufigsten zur Verwendung gelangen, seien nur folgende erwähnt: **Salbeete**, abgekocht, ist ein bekanntes Gurgelmittel nach Zahnextraktionen, bei Zahnschmerzen, Wunden in der Mundhöhle und bei Lockerwerden der Zähne. **Käspappel- (Malven-) Tee** dient nach Abkochen als Bad für offene Fingerringen. **Windenblütentee** ist ein gern

genommenes Getränk zum Schwitzen. **Eibischtee** wird bei Husten und Verschleimung getrunken. **Tausendgüldenkrantee** findet häufig bei Magenbeschwerden Verwendung. **Kamillentee** ist ein altes Hausmittel bei eitrigen Entzündungen, Furunkeln und Magenkrämpfen.

Schlaflosigkeit bei Nervenüberreizung wird gemildert durch **Baldriantee**.

Zwei Teelöffel Baldrianwurzel auf einen halben Liter Wasser, heiß aufgebriiht, ergeben ein mehrere Tage ausreichendes Exier, das man vor dem Schlafengehen einnimmt.

Apfelschalen werden getrocknet und danach durch die Hadmaschine gedreht. Der Tee, den man hiervon aufbriiht, ist stark aromatisch und gut bekömmlich.

Rheumatiker sollen recht oft **Birkenblätterttee** trinken.

Bei müden Augen soll man Bäder mit **Augentrosttee** nehmen.

Sennesblätter und **Faulbaumrinde** sollten zur Bereitung von Abführtee vorhanden sein.

Heublumen haben gute Wirkung bei Nasern, Hautauschlägen sowie Verstauchungen und rheumatischen Schmerzen. Heublumenbäder sind nervenstärkend und bei Erkältung sehr empfehlenswert.

Zur Hautpflege

Leute mit aufgesprungenen Händen müssen sich einer besonderen Vorsicht befleißigen. Vor allem ist streng darauf zu achten, daß die Hände vor Verunreinigungen und Unsauberkeit geschützt werden. Desgleichen müssen die Hände auch vor Berührungen mit Krankheitskeimen bewahrt werden. Im Verkehr mit Patienten, ebenso vor der Berührung gebräuchter Verbandstoffe, vor Wunden, Eiter usw. nehme man sich deshalb sehr in acht, denn anders wären bössartige Verschlimmerungen die unvermeidliche Folge. Um sich vor dem Aufspringen der Hände zu schützen, ist es zu empfehlen, zum Waschen der Hände lauwarmes Wasser während der kalten Jahreszeit zu verwenden. Dem Wasser setzt man zwei Eßlöffel Glycerin zu. Unter keinen Umständen jedoch darf man sich konzentrierten Glycerins bedienen. Ferner ist anzuraten, im Freien Handschuhe aus Wolle zu tragen. Um Blutlaufhemmungen zu verhüten, sehe man auf eine genügende Weite der Handschuhe. Ist die Haut nicht überempfindlich, dann bestehen keine Bedenken, auch in den Wintermonaten kaltes oder abgestandenes Wasser zu verwenden. Auf alle Fälle zu vermeiden bleibt warmes oder gar heißes Wasser, denn dadurch würde man dem Aufspringen der Haut nur Vorschub leisten. Sehr wichtig bleibt es auch, daß die Hände jedesmal nach dem Waschen ganz gründlich trocken gerieben werden.

Fettige Haut beseitigt man durch häufigere heiße Waschung mit kalter

Nachpülung. Dem Waschwasser fügt man einige Tropfen Benzoe-Tinktur und eine Dosis Toilette-Borax bei.

Wenn man **Kleie ins Badewasser** mengt, so wirkt das sehr wohlthuend für den Körper und verschönt die Haut. Man fülle zu diesem Zwecke einen Leinenbeutel mit 2 bis 3 Händen voll Kleie, gieße kochendes Wasser darüber, lasse es 15 Minuten lang stehen, drücke den Beutel aus und füge dann diese Mischung dem Bade zu.

Die Gesichtshaut wird besonders zart und weich, wenn man sie nach dem Waschen mit kühlem Wasser spült, dem einige Tropfen Benzoe-Tinktur zugefügt werden.

Als gutes Mittel gegen **Frostleiden** hat sich eine Mischung bewährt, die aus 0,1 Gramm weißem Präzipitat, 3,0 Gramm Alaun, 97 Gramm Glycerin oder Glycerinersatz besteht. Das Mittel ist vor Gebrauch tüchtig umzuschütteln; es wird dreimal täglich aufgespinselt.

Offene Frostbeulen werden mit Zinksalbe behandelt.

Auf **entzündete Ballen** macht man Umschläge mit Zitronensaft.

Bei **Flechten aller Art** hat sich Klettenwurzeltee ausgezeichnet bewährt. Man vermeide fette Speisen, Spirituosen und starken Kaffee.

Bei kleinen Unfällen

Essigsaure Tonerde, drei- bis viermal verdünnt, für Umschläge bei Prellungen, Verstauchungen, öfter gewechselt. Wenn der Vorrat trüb wird oder einen Bodensatz aufweist, ist er zu erneuern.

Jodtinktur verwendet man bei kleinen Verletzungen, wie Kratzer usw. Sie wird mittels Glasstäbchen auf die Wundränder getupft. Sie ist nur in der für diesen Zweck bei den Apotheken erhältlichen Konzentration zu be-

nutzen und nach monatelanger Lagerung zu erneuern.

Den **verstauchten Fuß** kann man nur mit einer langen elastischen Binde einstweilen stützen, so daß die Schmerzen nachlassen.

Ein einfaches **Blutstillungsmittel** ist heißes Wasser. In den Fällen, in denen man es nicht vermag, einen heißen Wasserstrahl auf die blutende Stelle aufzusprühen, sind heiße Umschläge von blutstillender Wirkung.

Herr und Frau Spießer sind noch nicht ausgestorben



„Verzeihen Sie, aber da kommt heute Abend ein Kollege meines Mannes, der in der Partei ist und da wollte ich Sie mal fragen ob Sie mir nicht Ihr Führerbild ausleihen würden?“

Zeichnung: Brintmann (Deife)