

Arztliche Ratgeber

*** Das Nachmittagschlässchen.** Das Sprichwort: „Ein voller Bauch studiert nicht gern“ ist richtig, ist aber nicht dahin zu deuten, daß nach dem Essen der Mensch sich hinlegen soll. Gewiß ist es nicht gut, im Körper zwei Organe gleichzeitig arbeiten zu lassen, aber Ruhen ist keineswegs Liegen, und das Liegen mit gefülltem Magen hat mancherlei Nebenwirkung, die nicht unberücksichtigt bleiben sollte. Schon für die Magen-tätigkeit selbst bedeutet die liegende Haltung eine Störung. Der aufrecht organisierte Mensch wird beim Liegen den Speisefrei nicht so vollständig mit den Magenwänden in Berührung bringen, wie es für den Verdauungsprozeß notwendig ist, und auch die Weiterbeförderung im Darm wird beim Liegen, sei es nun auf der rechten oder auf der linken Seite, unbedingt verzögert. Die Tatsache kann jeder an sich selbst erproben. Wer nach einer liegend verbrachten Mittagsruhe beim Aufstehen durch das Ausstoßen von Gasen sich von einem unbehaglichen Druckempfinden im Magen befreit, mag in diesem Vorgang einen Beweis für die behauptete Tatsache sehen. Aber auch Herz und Lunge werden durch den gefüllten Magen im Liegen sehr nachteilig räumlich beeinflußt, und daran sollten in erster Linie jene Persönlichkeiten denken, die eine abnorme Fettbildung haben, deren Gefäßsystem stark gefüllt ist, die in ihrer Körperkonstitution der Gefahr eines Schlagflusses ausgesetzt sind. Ein kurzer Spaziergang ist nach jeder Mahlzeit, besonders aber nach einer sehr reichlichen, unbedingt das Beste, und die „Verdauung durch die Beine“ ist ein Wort, das viel mehr Beherrschung finden sollte. Wer aber nach dem Essen nicht gehen oder stehen will, soll sich wenigstens mit dem Sitzen begnügen.

Ausfernen Tonen

*** Frau Räuberhauptmann.** In Sschauju ist vor einiger Zeit Djao, die „alte Mutter“ hingerichtet worden, eine Frau, auf die das Schillersche Wort paßt: „Da werden Weiber zu Hünen“. Sie hatte sich als Räuberhauptmann aufgetan und 100 Männer um sich gesammelt, mit denen sie das Geschäft im großen betrieb. Sie selbst war zu Pferd und im Schießen allen andern überlegen. Die ganze Provinz Schantung wurde durch sie in Angst und Schrecken gehalten. Ihre schlimmsten Stücke verübte sie im Jahre 1923, wo sie sich mit zwei andern Banden zusammentat und Sschauju angriff. Die Stadt selbst konnte sie zwar nicht einnehmen, da die Bürger sich tapfer wehrten; dagegen mußte das benachbarte Dorf Balihjang daran glauben: Mann, Weib, Kind und Vieh wurden ausnahmslos ermordet! Die Hinrichtung Djao's erfolgte nach der Ling-Sche-Methode. Dabei wird das Opfer in Stücke zerschnitten, aber so, daß die Prozedur mehrere Stunden lang dauert, ohne daß das Opfer völlig das Bewußtsein verliert.

*** Fingerhutlugus in Ostasien.** Vornehme Chinesinnen benutzen — aber nur zum Schmuck! — die denkbar kostbarsten Fingerhüte, unter denen es nicht wenige gibt, die aus einer ungeheuren Perle gearbeitet und mit feinen Goldbändern ge-

ziert sind, die Gravierungen von allerlei phantastischen Figuren zeigen. Zu jedem Fingerhut gehört ein aus Perlmutter gearbeitetes Kästchen, in dem eine verzierte kleine Schere und eine Nadelbüchse aus Perlmutter aufbewahrt werden. Die frühere Kaiserin von Siam besaß einen Fingerhut, den ihr der Kaiser geschenkt hatte. Er bestand aus reinem Gold und war mit Diamanten in einer Anordnung geschmückt, daß die Steine den Namen der Fürstin und den Hochzeitstag angaben. Der kostbare Fingerhut besaß die Form eines Lotuskastens.

*** Der trockenste Ort der Erde.** Der trockenste Ort der Erde soll Payta in Peru sein, da hier durchschnittlich alle 7 Jahre einmal etwas Regen fällt. Die Flora von Payta besteht nur aus 9 Pflanzenarten, davon sind 7 einjährige, deren Samen aber 8 Jahre lang gleichsam schlafend im Boden zu ruhen vermögen. Trotz der Seltenheit des Regens ernähren sich die Einwohner recht gut, und zwar durch den Anbau der langwurzigen peruanischen Baumwolle, die auch ohne Regen in den Flußbetten gedeiht, in deren Untergrund sie immer noch genügend Wasser findet.

Küchen

*** Die Gurke.** „Südsucht vergeht, saure Gurke besteht“ schrieb vor Jahren einmal Julius Stinde, und er hatte recht, denn die Gurke — sauer oder nicht sauer — ist eine Frucht, die wir von unierem Speisetzettel wirklich nicht mehr missen möchten. Die verhältnismäßig geringen Nährstoffe der Gurke erhalten ihren Wert hauptsächlich durch das starke Überwiegen der basischen gegenüber den sauren Bestandteilen, worauf sich auch die Bekömmlichkeit der Gurke zu Brot und Rindfleisch gründet, die beide durch die Neutralisierung ihrer Säuren durch die Gurke an Nährwert gewinnen. Die Kultur der Gurke reicht bis ins graue Altertum zurück. Schon die alten Ägypter kannten sie. Im 4. Jahrhundert v. Chr. züchteten die Griechen bereits mehrere Sorten feiner Gurken, die sie mit Essig und Senf zu Kochen pflegten, und bei den Römern war die Gurke fast noch mehr geschätzt. Man erzählt sogar, Nero und Elberius seien so leidenschaftliche Gurkenesser gewesen, daß bei jeder Mahlzeit Gurken auf ihrem Tisch stehen mußten. Um für die kaiserliche Tafel auch im Winter Gurken züchten zu können, hatte man die Gurken in jahrdure Behälter gepflanzt, die nur bei sonnigem Wetter ins Freie gefahren wurden, während man sie nachts oder bei kühler Witterung in erwärmten Räumen hielt.

*** Wein aus gestorenem Obst.** Gestorenes Obst kann verwendet werden, wenn man es nach vorsichtigem Auftauenlassen bei niedriger Temperatur unter Vermeidung jeder Berührung mit warmen Gegenständen sofort verarbeitet. Der Saft muß nach dem Keltern sofort auf die Gärtemperatur von 15 Grad Celsius gebracht und mit Reihese versetzt werden, um eine schnelle und gesunde Gärung einzuleiten. Der aus gestorenem Obst erzeugte Obstwein ist leicht verderblich und muß dem raschen Konsum zugeführt werden. War das gestorene Obst nicht vollständig ausgereift, so ist sein Saft unbrauchbar, er besitzt keine Haltbarkeit und bleibt trübe, weil ihm die Gerbstoffe vollständig fehlen. Besitzt der Saft bereits einen Geruch und

Geschmack, so ist der Obstwein minderwertig und kann höchstens als Haus-trunk verwendet werden. Man muß strenge vermeiden, minderwertige Säfte mit hochwertigen zu verschneiden, weil man dadurch die Qualität der letzteren stark herabmindert.

Loose Blätter

*** Adamsrippe oder Katenchwanz.** Nach einer bulgarischen Sage wollte Gott gerade das Weib erschaffen und hatte Adam die bekannte Rippe herausgeschnitten, als die Käte heransprang und die Rippe entführte. Gott haschte noch schnell nach ihr, behielt aber nur den Schwanz in der Hand, aus dem er dann die Eva schuf. — Eine andere merkwürdige bulgarische Sage knüpft sich an den Aukud, der durch die Frauen in die Welt gekommen ist. Einst war es so im Reiche, daß die Burschen jedes Jahr gegen den Monat März in die Schlacht zogen und nur zur Zeit des Mähens oder gar erst zur Ernte wieder heimkehrten. Den Burschen zogen auch ihre Schwestern nach und verfolgten von den Wipfeln der Bäume aus die Taten der Schlacht, und hier auf den Bäumen weinten sie oft bitterlich: „bratu, bratu!“ (Bruder, Bruder). Weil nun die Mädchen so sehr die Burschen beneideten (bulgarisch: kukali), so wurden sie in Kuckude verwandelt. Deshalb flogen die Kuckude auf den Bäumen herum und weinen ihren Brüdern nach. Aber noch heute bauen sie kein eigenes Nest, denn sie sind ja ledige junge Mädchen...

*** Galante Richter.** Im Staate Ohio wurden in einem der letzten Jahre 28 Ehemänner von ihren Frauen ermordet und 25 von diesen Gattenmörderinnen vom Gericht freigesprochen. In der Presse wurde daraufhin verlangt, daß in Zukunft zu den Geschworenen-gerichten, die solche Fälle zu beurteilen hätten, weibliche Geschworene zugezogen würden, weil die Männer gegen die Tränen und Augenspiele dieser „Tigerkätzchen“ zu wenig gefeit seien. Alle Männermörderinnen behaupteten, die Tötung nur in der Verteidigung gegen Angriffe auf ihr eigenes Leben begangen zu haben, während die Verhandlungen ergaben, daß wohl die Frauen, nicht aber die getöteten Männer im Besitze von Revolvern gewesen waren.

Schachette.



Selbstmatt in zwei Zügen.

Weiß zieht an.

(Auflösung in nächster Nummer.)