

Beim Hausarzt

Erleichterungen für Asthmalende. Ratsam für Asthmatiker ist ausgedehnter Aufenthalt in reiner, frischer Luft, regelmäßige, aber nicht überanstrengende Bewegung und Atmungsgymnastik. Man mache mehrmals täglich 20 bis 25 tiefe Atemzüge. Der Asthmatiker glaubt aber, nicht gut und nicht tief genug atmen zu können, und er kann es auch oft nicht. Folgendes einfache Mittel wird ihn dabei unterstützen: Er nimmt einen langen Stock in beide Hände und führt ihn langsam waagrecht bis über den Kopf. Hierbei dehnt sich der Brustkorb aus, das heißt, er atmet ein. Dann läßt er die Arme mit dem Stock wieder langsam ausgestreckt fallen. Dabei zieht sich der Brustkorb ein, er atmet aus. Diese Übung wiederholt er recht oft am Tage, sie strengt nicht an, und er gewöhnt sich wieder an das richtige Atmen ganz allmählich. Gut ist es, wenn er diese Übung im Freien, das heißt in frischer Luft, und nicht im stickigen Zimmer macht. Die Diät soll möglichst folgendes berücksichtigen: Viel Alkohol, viel Fleisch und überhaupt das Zubereiten und -trinken sind schädlich; außerdem starkes Rauchen, Kaffee und Tee und übergroße Anstrengungen. Es soll aber durchaus nicht gesagt sein, daß Arbeit überhaupt zu vermeiden wäre. Nährsalzreiche Kost, Gemüse, Salate und Früchte sind zu empfehlen.

Fort mit dem Bandwurm! Zu den hauptsächlichsten Parasiten, von denen der menschliche Körper befallen wird, gehört der Bandwurm. Er hat die Form eines weißen, dünnen, ungefähr einen Zentimeter breiten Seinenbandes und erreicht die Länge von mehreren Metern. Am Kopf hat er einige Saugnäpfe, mit denen er sich an der Darmwandung festsetzt. Er entzieht dem Körper kostbare Säfte und wird stets länger und länger. Aus gewissen Anzeichen kann man auf sein Vorhandensein schließen. So besonders, wenn Blässe des Gesichtes, Appetitlosigkeit abwechselnd mit Heißhunger, Uebelkeit, Anwandlung von Ohnmacht, Speichelansammlungen im Munde, das Gefühl eines Aufsteigens eines Anäuels bis zum Halse, Schmerzen im Leib usw. auftreten. Meist befinden sich auch Wurmtteile im Stuhl. Da die hier beschriebenen Anzeichen jedoch auch von einem anderen Leiden herrühren können, wende man sich in Zweifelsfällen immer an einen Arzt. Bekommen kann man den Bandwurm nach dem Genuß von rohem Fleisch, in dem sich seine Eier befinden. Man beseitigt ihn mit den in den Apotheken erhältlichen Bandwurmmitteln. Sie bringen in den meisten Fällen das „Ungeheuer“ mit dem Kopf und ohne körperliche Schädigung fort. Hungerkuren sollte man möglichst nicht machen, da sie den an sich schon schwachen Kranken nur noch mehr schädigen.

Wissen Sie schon?

Daß die Gemahlin des Kaisers Lothar im Jahre 1131, als beim Kaiser eine dänische Gesandtschaft weilte und der Kaiser sie rufen ließ, um seine Gäste vorzustellen, sich damit entschuldigte, daß sie dem Kaiser Eierkuchen backen müßte?

Daß vor etwa achtzig Jahren in Warschau Damenhüte aus Holz in Mode kamen? Sie waren billig und wogen nicht mehr als Pariser Filz- und Seidenhüte. Als man versuchte, diese Hüte auch in Berlin einzuführen, hatte man keinen Erfolg.

Daß bei den Westgoten der Arzt vor Beginn der Behandlung eine Kautions hinterlegen mußte, die verfiel, wenn der Patient nicht gesund wurde?

Daß, wer in die Polizeischule der Londoner Polizei aufgenommen werden will, eine Ausrüstung mitzubringen hat, die u. a. enthalten muß: einen Smoking, ein Paar Lackstiefe, vier steife Hemden, drei Tennishemden, Sportkosen und eine nicht zu knapp bemessene Sportausrüstung?

Daß in 10 000 Meter Höhe eine Schicht beginnt, in der eine durchschnittliche Temperatur von 50 Grad Kälte herrscht? Und daß von 30 Kilometer Höhe ab die Tempe-

ratur wieder langsam zunimmt und zwischen 40 000 und 50 000 Meter etwa 30 Grad Wärme erreicht?

Daß der Engländer Brummell, der zu Beginn des 19. Jahrhunderts die Mode reformierte und beherrschte, in Armut starb?

Daß ein Liter Wasser und ein Liter Schwefelsäure zusammengegossen viel weniger als zwei Liter Flüssigkeit ergeben und daß diese Erscheinung in der chemischen Bindung der Elemente untereinander liegt, die auch z. B. auftritt bei der Mörtelherstellung, wo ein Eimer Wasser, ein Eimer Sand und ein Eimer Zement wenig mehr als einen Eimer Mörtel ergeben?

Daß der Mann, dem zuerst die Idee von den überseeischen Rabalen kam, Chrus Field war, der 1892 als angesehenen Großkaufmann in New York starb? Das erste Amerikabel konnte endlich nach zwölfjähriger, mühevoller, enttäuschungsreicher Arbeit am 8. September 1866 in Betrieb genommen werden.

Zum Lachen und Lächeln

Dann allerdings!

Lehrer: „Wenn dir deine Mutter eine Mark gibt und du sollst für 40 Pfennige Butter holen, wieviel bringst du dann zurück?“

Der kleine Max: „Gar nichts, Herr Lehrer!“

„Aber, das kann doch nicht stimmen, denke doch mal nach!“

„Doch, das stimmt schon, Herr Lehrer, denn wir sind noch 60 Pfennige schuldig!“

Ein sicheres Versteck

„Wenn meine Schwester nur eben kann, zieht sie meinen Mantel an. Wenn ich doch nur ein sicheres Versteck für ihn wüßte.“

„Weiß ich — bring' ihn ins Pfandhaus!“

Anekdoten

Kiepura kam von seiner großen Tournee zurück. Im Speisewagen lernte er einen äußerst freundlichen Herrn kennen.

„Ich fühle mich sehr geehrt, Ihre Bekanntschaft zu machen“, sagte der freundliche Herr.

Der Tenor lächelte geschmeichelt. „Hier ist es doch eben ganz anders als im Ausland. Können Sie sich vorstellen, daß es mir in Amerika eines Tages passierte, daß mich jemand fragte, wer ich sei? Mich fragte, wer ich sei! Ich habe sehr kurz geantwortet: Kiepura — und bin weggegangen.“

Der freundliche Herr lachte ausgiebig: „Ausgezeichnet! Prächtig! Und wie heißen Sie wirklich?“

Wie's ihm schmeckt

„Nun, Hänzchen, schmeckt es dir?“

„Aber Tante, das hörst du doch!“

Astronomie

Zwei Tiroler Flößer saßen beim Wein.

„Woast, Sepp“, sagte der eine, „du kommst mir vor als wia der Mond.“

„Warum nacher döß?“

„Ja, schau nur: aktrat a so. Mit oan Viertel fangst o. Dann kummt noch amal a Viertel und nacher noch a Viertel und dann — bist voll.“

Auflösung der Rätsel aus der vorigen Nummer:

Vielfältig: Schein.

Silberrätsel: 1. Liebe, 2. Spiritus, 3. Denkmal, 4. Romanvil, 5. Edam, 6. Illusion, 7. Maler, 8. Amati, 9. Lachse, 10. Mehlschwamm, 11. Ebene, 12. Donnerstag, 13. Inhaber, 14. Zeitlupe, 15. Ziller, 16. Noiretete, 17. Notar, 18. Emma, 19. Seerführer, 20. Mahlzeit, 21. Cirene, 22. Neapel. — „Einmal Lachen hilft mehr, als dreimal Medizin nehmen!“