

Terms and Conditions

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

wichtigsten Molkencurorte in Oesterreich sind: Aulsee, Gleichenberg, Ischl und Meran, der bedeutendste in Interlaken in der Schweiz.

Der in den Steppen Rußlands aus Stutenmilch mit Hilfe eines Fermentes erzeugte Kumys ist ein angenehm säuerlich schmeckendes, berauschendes Getränk, dem man es zuschrieb, daß die ihn gebrauchenden russischen Stämme (Kirgisien) von Lungenleiden gänzlich frei sind, und hat aus diesem Grunde versucht, ihn auch bei uns in der Form von Kumyskuranstalten gegen Lungenleiden einzubürgern*). Er besteht aus Alkohol (12—20%), freier und gelöster Kohlenäure, Zucker und Milchsäure (5—8%). Vermehrung des Durstes und der Hauttranspiration, Verminderung der Ausscheidung der Schleimhäute, Anregung der Nerven und Begünstigung der Fettablagerung sind die Wirkungen einer durch längere Zeit fortgesetzten Kumyskur.

Die Traubenkuren schließlich bestehen in dem täglichen, regelmäßigen Genuß von 1—6 Kilogramm süßer Trauben mit Ausschluß der Schalen. Bei verminderter Zufuhr anderweitiger Kost wirkt die Traubenkur abführend; die Ernährung des ganzen Körpers herabsetzend; bei passender Verbindung mit kräftiger Kost hebt sich die Gesamternährung sichtlich, und das Körpergewicht nimmt zu. Will man die Darmthätigkeit anregen, muß man reichlich Trauben, auch minder süße Sorten (5 Kilogramm täglich) bei fettarmer, vorwiegender Pflanzenkost genießen lassen. Diese Diät findet ihre Anwendung bei Hämorrhoidal-leiden, Stuhlverstopfung, Hypochondrie und bei chronischen Katarrhen der Atmungsorgane infolge von Stauungshyperämie, (Blutüberfüllung) sowie bei Fettsucht.

Soll aber die Traubenkur bei skrophulösen, blutleeren, mageren Personen, sowie bei Bleichsucht und Menstruationsunregelmäßigkeiten infolge Blutleere den Ernährungszustand des Körpers heben, müssen mäßige Quantitäten süßer Trauben (3 Kilogramm täglich) neben einer kräftigen, eiweißreichen gemischten Kost genommen werden. Die Hälfte der Tagesmenge wird gewöhnlich nüchtern, eine Stunde vor dem Frühstück genossen, $\frac{1}{4}$ vor dem Mittagmahle und das letzte Viertel zwei Stunden vor dem Nachtmahl. Nur Patienten, welche die Trauben nüchtern nicht vertragen, können die erste Portion eine Stunde nach dem Frühstück, welches aus abgekochter Milch, Thee mit Milch, einer leichten Schokolade oder einer Einbrennsuppe besteht, verzehren.

Daß auch bei dieser Kur der klimatische Charakter des Traubenkurortes Vieles, vielleicht das Meiste leistet, braucht wohl nicht erst bemerkt zu werden. Beachtenswerte Traubenkurorte sind: Rudesheim, Wiesbaden in Deutschland, Bevey am Genfer See in der Schweiz, Bozen, Meran und das klimatisch so bevorzugte, sowie an Schönheit der Lage alle Genannten übertreffende Riva am Gardasee.

Wenn ich im Laufe dieser anspruchslosen Skizze zu Folgerungen gelangt bin, welche von den schulmedizinischen Grundätzen abweichen, so sind dies notwendige Schlüsse aus selbstgemachten Beobachtungen und Erfahrungen. Da die Wissenschaft auf dem Gebiete der Diätetik noch zu keinem endgiltigen Resultate gelangt ist, glaubte ich mich verpflichtet, meine Beobachtungen rückhaltlos nach bestem Wissen und Gewissen zu veröffentlichen. Eine vernünftige, leidenschaftlose Kritik kann nie unangenehm sein. Voreiligen Kritikastern aber möchte ich zum Schlusse noch zurufen: „Prüfet ohne Vorurteil Alles, und das Beste behaltet“.

(Fortsetzung folgt.)

*) Empfohlen sei die Anstalt unseres Gesinnungsgenossen Franz Goldhauen in Bremen. D. Red.