





Toilette für Bade-Orte etc. — Beschreibung siehe Seite 131 der Wochen-Nummer.

von Herrn Wegner handgreifliche Ermahnungen zugezogen. Erstens seine Leidenschaft, unter dem Ladentisch heimlich Strümpfe zu stricken, und zweitens, seinen Zwillingbruder zu prügeln. Er ging zu diesem Zweck alle fünf bis sechs Tage abends, wenn er sicher war, den Zwilling allein zu treffen, in Herrn Hilbert's Magazin. Ein kleines Nebengeläch diente dort als Aus- und Einpackraum und war der ständige Aufenthaltsort des kleinen Ausläufers. Dort nun suchte Heinrich seinen Bruder auf und hielt strenge Umschau und Nachfrage. Wehe dem unglücklichen Zwilling, wenn die Wage der Gerechtigkeit zu seinen Ungunsten sank! Er wurde dann von dem

bedeutend stärkeren Heinerle elend durchgebläut. „Den Holbach ausklopfa“, nannte diese Prozedur der sonst so sanfte Heinrich und meinte damit: die Laster seines Vaters vertreiben.

Karl schlug ein wenig diesem abweichenden Familien-Oberhaupt nach, das war nicht zu leugnen. Er faulenzte gern und begriff durchaus nicht, warum er mehr arbeiten sollte, als durchaus nötig war; und nötig war es doch nur, wenn ihn jemand beobachtete. Daraus entstanden nun stets Meinungsverschiedenheiten zwischen ihm und Heinrich, die letzterer auf seine drastische, von der Mutter erlernte Manier schlichtete. Er hatte dies seit seinem Eintritt in das Bendler'sche Geschäft

schon öfters bejorgt und am gründlichsten vor acht Tagen, als er den Zwilling mit einer kleinen Flasche am Mund erwischte, deren Inhalt er sofort als Brenn-Spiritus erkannt hatte. Der Schrecken darüber war ihm erst in die Häute gefahren, dann aber klopfte er den „Holbach“ so energisch aus, daß die Leute aus den Nebenhäusern herbeieilten und dem jämmerlich brüllenden Zwilling zu Hülfe kamen. Heinrich hatte aber bereits Bedeutendes geleistet und murmelte befriedigt vor sich hin: „Der wird so schnell net mehr fause!“

(Fortsetzung folgt.)

# Aus dem Leserkreise

Nachdruck auch im einzelnen unterlagt. — Die Seitenzahlen hinter den Schlagworten der Antworten weisen auf die bezüglichen Fragen hin.

## Geistige Interessen.

**Arma in Estland.** — Ausländerinnen können nur an einer einzigen Universität der deutschen Schweiz, in Zürich, studieren. Die dortige medicinische Facultät ist sehr gut. Für das medicinische Staats-Examen am Ende des etwa sechs Jahre währenden Studiums ist es unerlässlich, vor dem Beginn des letzteren die sogenannte „Schweizer Matura“ in Zürich abzulegen, sonst hat das ganze Studium keinen Werth. Bei Ihren Vorkenntnissen wird Ihnen diese Matura, die etwa dem Abiturienten-Examen eines deutschen Real-Gymnasiums gleichkommt, wenig Mühe machen. Das genaue Programm schickt Ihnen das Secretariat der Universität Zürich gegen Postmarken ein. Sie können jedoch schon vor Ablegung der Schweizer Matura in Zürich immatriculirt werden, was sehr wichtig ist, da Ihnen diese Semester, — Sie werden vielleicht zwei für Ihre Vorbereitung brauchen, — mit angerechnet werden. Die Arbeit wird sich bewältigen lassen, weil Sie in den ersten Semestern des medicinischen cursus nur Vorlesungen zu hören und keine praktischen Arbeiten zu leisten haben. Bei bescheidenen Ansprüchen werden Sie mit 100 Franken monatlich für Wohnung und Essen auskommen. Die medicinischen Collegien der ersten Semester sind nicht sehr kostspielig; vielleicht reichen 100 Franken Collegien-Geld pro Semester. Die Practica der späteren Semester werden jedoch mit dem zwei- und dreifachen Preise der gewöhnlichen Vorlesungen bezahlt. — Ueber den Beginn des Semesters unterrichtet Sie der Vorlesungs-Katalog der Universität Zürich, den Ihnen das Secretariat gleichfalls schickt. Um immatriculirt zu werden, müssen Sie aber persönlich anwesend sein. — Eine Anstellung nach beendigten Studium ist nicht principieil ausgeschlossen, aber natürlich nicht mühelos zu erreichen.

Dr. Rätke Schirmacher.

**Fran Justizrath Gr.** — Wenn Sie sich speciell über Londoner Wohlfahrts-Bestrebungen fürs Volk näher unterrichten wollen, so empfehlen wir Ihnen die Broschüre „Ein Streifzug auf philanthropischem Gebiet in London“ von G. v. Bojanowolska (Separat-Abdruck aus dem „Deutschen Frauenverband“). Derselbe schildert in übersichtlicher, eingehender Weise die Anfänge und Fortschritte aller diesbezüglichen Einrichtungen.

D. Red.

## Gesundheits- und Körperpflege.

„Diätetik und Kochbuch für Magen- und Darmkrante“ nennt sich ein Büchlein, von Prof. Dr. Biedert und Dr. Langemann nach eigenen Erfahrungen für Aerzte und Kranke bearbeitet. Prof. Biedert hat bereits in seiner musterhältigen „Kinder-Ernährung im Säuglingsalter“ mit gutem Erfolg den Versuch gemacht, seine Arbeiten bei absoluter wissenschaftlicher Intactheit für den weiten Kreis gebildeter Laien verständlich zu machen, und denselben Weg betritt er, — diesmal mit seinem früheren Assistenten Langemann, — auch in dem obengenannten Werkchen. „Aus eigenem Misgeschick für sich zu lernen und andere zu belehren, das scheint für den Menschen die Bestimmung des Unglücks in der Welt zu sein und wandelt es ihm zum Heil“, — das sind die Worte, mit denen Biedert seine eigene Krankengeschichte beginnt, die er als Einleitung und Trost für Mitleidende an den Anfang des Büchleins gesetzt hat. Die Lectüre derselben ist für den Kranken nicht nur lehrreich, sondern sie giebt ihm vor allem ein Beispiel, wie Geduld und Energie selbst über schwere Gefahren und Beschwerden hinweghelfen können, wie der Magenleidende nur durch jene zur Heilung oder doch zu einem erträglichen Zustande geführt werden kann. Das Interesse des Lesers, das durch die persönlichen Mittheilungen des Verfassers angeregt wird, bleibt dauernd gefesselt durch den warmen Ton, in dem das Werkchen sich an den Kranken und dessen Pfleger wendet. Im „medicinischen Theil“ werden die häufigsten Magen- und Darmkrankungen eingehend und leicht fasslich behandelt; der aufmerksame Leser kann sich, — auch nur bei geringen chemischen Vorkenntnissen, — ein klares Bild von den Vorgängen im normalen Magen und deren Störungen machen, und er wird in den Stand gesetzt, zu verstehen, warum er diese oder jene Verordnung erhält. Die Zeiten sind ja glücklicher Weise vorüber, wo der Kranke das dunkle Nachwort des Arztes mit heiligem Schauer vor dem wissenden Mann und in zweifelloser Ergebenheit entgegennahm; jetzt will die gebildete Laienwelt, so wie in andere Wissenschaften, auch Einblick haben in die Medicin, die ja doch nur eine Naturgeschichte des gesunden und kranken Menschen ist. — Es ist ein ganz besonderes Verdienst, das sich Biedert erworben hat, dadurch, daß er seine Arbeiten, die von der wissenschaftlichen Welt seit Jahrzehnten vollaus gewürdigt sind, auch dem Laien zugänglich zu machen sucht, eine Aufgabe, die freilich mehr Mühe und Geschick erfordert, als der Leser ahnen mag. — In dem zweiten, diätetischen Theile werden zunächst allgemeine diätetische Grundsätze erörtert, im speciellen Theile folgen sodann Tabellen über die chemische Zusammensetzung der häufigsten Genuß- und Nahrungsmittel und endlich der vor allem für die Hausfrau und Pflegerin wichtigste Theil: Speisezettel und Koch-Recepte.

Sieben verschiedene Typen von Krankentisch, entsprechend ebenso vielen Erkrankungsformen, werden aufgestellt; für jeden Typus finden sich Speisezettel für jeden Tag einer Woche mit genauester Angabe von Zeit und Maß nebst angefügten Variationen, die dem individuellen Geschmack und dem Bedürfnis nach weiterer Abwechslung Rechnung tragen. Bei jedem einzelnen Gericht, ebenso wie bei den Variationen, ist der Calorien-Werth des betreffenden

Gerichtes genau angegeben; diese exacte Angabe von dem Nährwerth eines Gerichtes, die im Text genügende Erklärung findet, dürfte bisher in keinem Kochbuch vorhanden sein. Die genaue Vorschrift für die Zubereitung der aufgeführten Speisen giebt das Kapitel „Koch-Recepte“.

Unter den verschiedenen Krankheits-Typen findet die Hausfrau die mannigfachste Abstufung in der Diät, von der leichtesten bis sie kann das hier Gebotene in vorzüglicher Weise



Einzelner Blumenzweig zur Wiegendede.

Das Büchlein ist nicht nur zur Verwendung bei der Pflege von Magenleidenden zu empfehlen, sondern es wird auch jeder Hausfrau eine willkommene Belehrung bieten über die Vorgänge bei der Verdauung, die Verdaulichkeit und den Nährwerth der Speisen, Dinge, über welche sie aus den gebräuchlichen Kochbüchern begreiflicher Weise keine Belehrung schöpfen kann.

Dr. G.

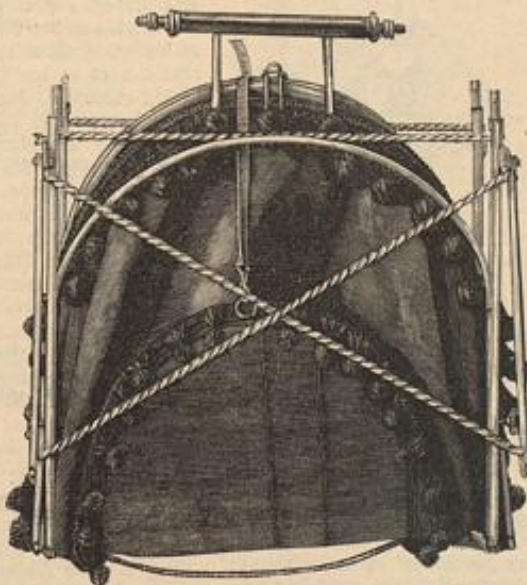
**Sommerproffen-Mittel.** — Möchte eine Abonnentin, die das Sommerproffen-Mittel von Th. Lechly, Prag, Brenntegasse 18, gebraucht hat, mir mittheilen, ob es unschädlich ist, und die Flecken so vertreibt, daß sie nicht wiederkommen?

G. S. in B.

**Citronen-Aur.** — Eine vieljährige Abonnentin bittet die Leserrinnen um freundliche Mittheilung



Kinderwagen zum Zusammenlegen.



Zusammengelegter Kinderwagen.

von Resultaten der Citronen-Aur bei Leber- und Gallenstein-Leiden.

Frau A. L.

**A. v. B.** — Das Streichen mit dem Hufeisen-Magneten und die Desinfection der Luft mit der Influenz-Maschine wirken sicher nur auf suggestivem Wege, d. h. durch mächtige Erregung der Einbildungskraft. Zu hygienischen Zwecken dergleichen anzuwenden, ist gefährliche Spieleserei oder verwerflicher Charlatanismus.

Dr. D.

**A. v. Sp.** — Die Pflege der Fingernägel



auch nicht zu viel überragen. Die Haut neben und unter den Nägeln darf nicht durch harte Instrumente verletzt oder geritzt werden. Gegen Sprödigkeit und Risse schützt der Gebrauch von warmem Waschwasser und milder Seife, in schlimmeren Fällen abendliche Einreibungen mit Gold-Cream, Lanolin-Crème etc. oder Einhüllen mit einem Teig aus Weizenmehl und Honig und Ueberziehen weicher Lederhandschuhe.

Dr. D.

**Ida G. Grundhof, Thüringer Wald.** — Kopfschmerz und Gaaransfall können von sehr verschiedenen Ursachen her rühren und auch bei gleichzeitigem Vorkommen ganz unabhängig von einander sein. Einfache Mittel dagegen kann es also nicht geben, sondern es ist ärztliche Untersuchung und Behandlung nothwendig.

Dr. D.

**Henriette G.** — Daß ein Arzt Fettleibigkeit durch Fasten kuriren will, ist kaum glaublich! Es giebt verschiedene Arten von Entfettungs-Kuren, die aber alle gewisse Gefahren mit sich bringen, wenn sie nicht genau der Persönlichkeit des zu Entfettenden angepaßt werden. Dies kann natürlich nur ein Arzt, der die zu entfettende Persönlichkeit genau kennt. Auf Ihre sehr kurze Frage läßt sich eine genauere Antwort nicht geben.

Dr. D.

## Unsere Kinder.

Wiegen- oder Wagedede mit Stickerei.



Wiegen- oder Wagedede mit Stickerei.

Babys erste Ausfahrt war ein großes Ereigniß in der Familie, zu welchem liebe Tantenhand eine prächtige Wagedede stiftete, die ich meinen Mitleserrinnen in Wort und Bild vorführen möchte. Aus dickem weißen Flanell ist die Dede 67 cm breit zu 101 cm lang geschnitten und ringsum in Bogen ausge schlagen; 22 cm der Stofflänge dienen für den Ueberschlag. Grosse und kleinere Bergknecht-Sträußchen, hier und da auf der

Dede verstreut, umgeben das Wort „Baby“. Blätter und Stiele sind mit leichtem Platt- und Stielstich in drei Tönen olivfarbener Filoselle-Seide, die Blüten im Knötchenstich mit blauer ropo-silk ausgeführt; den Kelch bildet ein Knötchen aus gelber Filoselle-Seide. Die Schleifenfüllung aus Plattstich-Stickerei in weißer Filoselle-Seide contourirt ein Faden hellblauer ropo-silk mit Ueberfang-Stichen aus weißer Filoselle-Seide.

Frau v. M.

**Kinderwagen zum Zusammenlegen.** — Wer genöthigt ist, eine Ausrüstung für junge Kinder mit in die Sommerfrische zu nehmen, dem wird gewiß dieser Kinderwagen eine höchst willkommene Neuheit sein. Zwar nicht ganz so fest gefügt, wie die torngelochtenen, nimmt er doch, wenn zusammengelegt, so wenig Platz ein und ist so leicht zu handhaben und zu transportiren, daß er als eine wirkliche Errungenschaft gelten darf. Beim Zusammenlegen schraubt man zunächst die Gummi-belegten Räder ab und bringt sie in zwei besonderen Reintaschen unter. Der eigentliche Wagen nebst den Tragländern ist nun durch Lockern von drei an jeder Seite befindlichen Schraubenmuttern zu einer Tasche zusammenzufalten, die auch die Leinenbehälter mit den Räder birgt und so konstruirt ist, daß der Handgriff auch bei der „Tasche“ zur Verwendung kommt. Das Verdeck liegt in der Mitte der Tasche; eine Klammer schließt dieselbe, und zur größeren Sicherheit ist sie noch mit einem Lederriemen umschnürt. Zum Schutz für das goldbronzirte Gestell, wie für das Verdeck aus schwarzem Ledertuch und den Wagenkorb aus doppeltem grünem Wollstoff diente sich ein „Reisebezug“ aus grauem festen Leinen empfohlen. Junge Mütter,

**Ueber Kinder-Ernährung.** — Mein Töchterchen von 4 Jahren nahm seine Milch, auch Milchspeisen, wie Grießbrei etc., nur mit Widerwillen. Infolgedessen fragte ich meinen Hausarzt um Rath. Er meinte, das Kind müsse als Hauptnahrung unter allen Umständen Milch haben, ich solle es hungern lassen, dann würde es schon zur Milch Lust bekommen. So qualte ich denn die arme kleine Person immer wieder mit Milch und Weiz, die sie auch nahm, denn sie ist zum Gehorsam erzogen. Dabei sah das Kind aber so schlecht aus und magerte derartig ab, daß ich ängstlich wurde und einen besondern Kinderarzt consultirte. Dieser verbot nun vor allem die Milch, da dieselbe, wie er sagte, nicht genügend Nährstoffe für ein Kind dieses Alters enthalte und den Appetit zu anderen Speisen verderbe. Sein Küchenzettel, den ich des vorzüglichen Erfolges wegen hier mittheile, lautet: Morgens: 1 Tasse Malzkaffee mit halb Milch; Butterbröckchen dazu. Frühstück: Butterbrot oder Bröckchen, dick geschmiert, mit Schinken oder Ei. Mittags: Fleischsuppe, leichtes Gemüse, wie Spinat, Blumenkohl, Rosenkohl, Wirsing etc. und mageres Fleisch, ohne fette Saucen, sowie reichlich Compot, das keinen Tag fehlen darf. Nachmittags: 1 Tasse Cacao mit Butterbröckchen oder Zwieback. Abends: eine sehr kräftige Suppe, dick legirt mit Quader Labs, Hartmann's Leguminose Nr. 3 oder Anorr's Mehlen, von denen ich meist Hafermehl nehme. Das Kind gedeiht bei dieser Nahrung und lägligen Spazierengehen in frischer Luft prächtig, hat vorzüglichen Appetit und nimmt jede Mahlzeit mit großem Vergnügen.

A. G.

\*) Diätetik und Kochbuch von Prof. Dr. Biedert und Dr. G. Langemann, Stuttgart, Ferd. Enke 1895. Preis broch. 3 Mt., geb. 4 Mt.

verlangt, daß diese nicht zu kurz geschnitten werden, besonders nicht an den Ecken, sondern daß sie Falz und die Klappen ein wenig, aber

