Licht, Luft und Sonne

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes**

Band (Jahr): **26 (1918)**

Heft 14

PDF erstellt am: **28.04.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-546791

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

der in der Bevölkerung immer noch vorherrschenden Vorurteile gegen die Desinfektion liege.

Der weitere Ausbau dieser neuen Samaritertätigkeit ist von unserem Vorstande auf das laufende Arbeitsprogramm genommen worden und stehen nach der erfolgreichen ersten Durchführung weitere Kurse in Aussicht.

Das eigenartige Bildchen zeigt uns die Kursteilnehmer in ihren Arbeitsanzügen. Sch.

Balgach. Der Rücktritt unserer verehrten Präsidentin, Frau Rüesch, sowie die Abwesenheit mehrerer Kommissionsmitglieder machten Neuwahlen der gesamten Kommission notwendig. Sie setzt sich nun zusammen aus dem Präsidenten Herrn J. Sonderegger, Lehrer; der Vizepräsidentin Frl. Mina Rüesch, Aktuarin Frl. Frida Ritz, Kassierin Frl. Anna Rüesch und Materialverwalterin Frl. Paula Rüesch. Als Rechnungsrevisoren Frl. Anna Rüesch und Frl. Josefina Zünd.

J. S.

Unterstraß. Samariterverein. Vorstand pro 1918. Präsident: Herr Heinrich Meyer, Riedtlistr. 81; Vizepräsident: Herr Kaspar Locher, Operationswärter, Kantonsspital, Zürich; Quästorin: Frau Ida Béguin, Stüßistraße 8; Aktuarin: Frl. Luise Müller, Scheuchzerstraße 112.

Winterthur und Umgebung. Samariterverband. Vorstand pro 1918. Präsident: Hermann Bürki, Vordergasse Elgg; Vizepräsident: Emil Hasenfratz, Untergasse, Elgg; Aktuar: Ernst Welter, Obertor 34, Winterthur; Kassier: Mailler Paul, Kemptal.

Schweizerischer Militärsanitätsverein.

Der neue Zentralvorstand ist folgendermaßen zusammengesetzt: Präsident: Honauer Josef, Sanit.-Wachtm., Mythenstraße 6, Luzern; Vizepräsident: Furrer Wilhelm, Sanit.-Wachtm.; Sekretär: Wyß Jean, Kolonnen-Führer; Kassier: Schlee Otto, Sanit.-Feldweibel; Archivar: Marti Alois, Sanit.-Wachtm.

Licht, Luft und Sonne.

Wenn man die Propheten der Naturheilmethode hört, so könnte man meinen, sie hätten die Sonne erfunden und ihre Wohltaten entdeckt. Aber nicht einmal das letztere ist so, die Kenntnis der Wohltat von Licht, Luft und Sonne ist sehr alt, das jedoch verdanken wir den Anhängern dieser medizinischen Sekten, daß sie hierin für eine gute Sache Propaganda machen. Den Aerzten, die dasselbe sagen, glaubt man es nicht, es liegt zu sehr Wissenschaft dahinter und die hat das Volk nicht gern. Was aber gar nicht oder dann mit bombastisch-mystischen Sätzen erklärt wird, das wird mit Vorliebe geschluckt. Item, wir sagen auch: „Licht, Luft und Sonne gehören zum gesunden Menschen".

Wir wollen heute unsere Leser nicht mit wissenschaftlichen Gründen langweilen, sonst glauben sie uns am Ende auch nicht, wir wollen nur die Erfahrung sprechen lassen und darauf hinweisen, wie viel weniger Leute, die ihren Körper der Luft und der Sonne auszusetzen gewohnt sind, an Erkältungen leiden, wie viel abgehärteter ihre Haut und ihre Schleimhäute sind. Und dann: besser als Seife und Bürste reinigt die Sonne unsere Haut. Es ist erstaunlich, wie bald die Finnen und andere Hautunreinlichkeiten unter der Bestrahlung der Sonne schwinden, dabei ist es gar nicht nötig, daß man sich den brennenden Strahlen aussetzt, der Erfolg zeigt sich auch bei bedecktem Himmel. Man wird elastischer, merkwürdiges Behagen durchzieht den Körper und zeigt sich auch beim Anfänger manchmal etwaiges Erschlaffungsgefühl, so

macht es gar bald einer erfrischenden Elastizität Platz.

Manchmal hören wir den Einwand, man hätte nicht Zeit und Gelegenheit dazu. Wer wirklich will, der findet beides reichlich. Wer sich aber hinter die dicke Mauer der Bequemlichkeit verkriecht, dem ist nicht zu helfen.

Sehr abschreckend wirken in dieser Beziehung die Uebertreibungen, die wir gerade bei den Naturheilkünstlern so oft antreffen. Es ist doch nicht gesagt, daß wir diese gesunden Uebungen 12 Stunden lang hintereinander betreiben müssen. Es gibt auch Leute, die meinen, die Bräunung des Körpers sei ein Gradmesser ihrer Gesundheit, die wissen natürlich nicht, daß diese Bräunung nichts anderes ist, als ein vom Körper selbst fabriziertes Schutzmittel gegen die gefährlichen Teile der Sonnenbestrahlung. Andere meinen, sie seien wegen dieser Bräunung interessant, während sie lächerlich sind. Am schlimmsten sind aber die, die ohne Nachdenken sich wahllos und kritiklos den Sonnenstrahlen aussetzen, denn sie wissen nichts von den gewaltigen Wirkungen dieser Strahlen, die so stark sind, daß sie manchmal töten können, wie wohl jeder Samariter weiß. Wir Mitteleuropäer sind eben nicht zu vergleichen mit den Eingebornen der paradiesischen Südseeinseln, denen schon das winzige Schürzlein zu viel ist, deren Haut aber durch viele Generationen hindurch so abgehärtet ist, daß ihnen die Sonne nichts macht, besonders, weil sie sich unter der Haut unbewußt eine sichernde Farbschicht angeschafft haben.

Am geschmacklosesten ist es aber, wenn man die Gesundheitsapostel unter den vernünftigen Menschen nackt- oder wenigstens halbnackt herumlaufen sieht. Diese Luftfanatiker, an deren Gehirn die Sonne allerdings nicht viel mehr zu verderben hat, würden mit ihrem Gebahren im gleichen Augenblick aufhören, sobald die ganze Welt es ihnen nachmachen würde. Dann müßten sie sich sofort anziehen, um „originell" und „ungeheuer gesund„ zu sein.

Wir predigen immer und immer wieder: Alles mit Maß, aber in bezug auf Bäder, seien es Wasser- oder Luftbäder, wird unseres Erachtens mancherorts etwas zu wenig getan.

J.

Humoristisches.

Der humorvolle, als Arzt und Politiker sehr bekannte Dr. B. erzählte uns folgende fröhliche Episode aus seiner früheren Landpraxis: Mitten in der Nacht wird Dr. B. in ein entferntes Dorf gerufen, wo ein Mann anscheinend im Sterben liege. Unser Dr. war rechtschaffen müde, machte sich aber ohne Murren auf die Beine und kam nach einer Stunde an das Krankenbett, in dem er einen vollständig bewußtlosen Mann antraf, mit gedunsenem Gesicht und auffallend schnarchendem Atem. Beim Untersuchen strömte dem Dr. reichlicher Schnapsdunst entgegen und die genaue Beobachtung ergab mit Sicherheit das Vorhandensein eines formidablen Rausches. Erst drückte der Dr. im Stillen seinen Aerger darüber nieder, daß er wegen eines Rausches aus dem warmen Bette geholt worden war, dann aber brach der Schalk durch; er wandte sich mit sehr besorgtem Gesicht zu den Angehörigen und befahl ihnen, sofort den Pfarrer zu holen. Nach etwa 20 Minuten erschien der Geistliche, drückte dem Arzt die Hand und betrachtete auch seinerseits aufmerksam den Patienten, wandte sich aber plötzlich gegen den Arzt mit den Worten: Haben Sie denn nicht bemerkt, daß der Mann einfach betrunken ist? „Jawohl", erwiderte mit treuherzigem Blick unser Doktor, „i ha aber nid welle der einzig Löl sy".

Druck und Expedition: Genossenschafts-Buchdruckerei Bern (Neuengasse 34).