

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

**Herausgeber:** Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

**Band:** 8 (1900)

**Heft:** 5

**Artikel:** Entstehung von Herzerkrankungen durch übermässigen Sport

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-545170>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 26.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Schweizerlande einen großen und fruchtbaren Einfluß auszuüben, umsomehr, als sie nicht nur mit einem neuen Namen versehen, sondern durch einen besonderen Kurs auf ihre Aufgabe auch wirklich vorbereitet werden.

Wir empfehlen allen Vereinen, die im Frieden oder Krieg sich mit freiwilligem Sanitätsdienst befassen, mit ihrem resp. Territorialarzt Fühlung zu suchen.

---

### Entstehung von Herzerkrankungen durch übermäßigen Sport.

In einem Vortrag über „Herzkrankheiten im jugendlichen Alter“ hat Prof. Schott, Kurarzt in dem von Herzleidenden viel besuchten Bad Nauheim, auch warnend darauf hingewiesen, daß in den letzten Jahren der übertriebene Sport in erschreckender Weise zu Herzstörungen (namentlich Herzmuskelschwäche) führte. Rennen, Tanzen, Bergsteigen, ferner die beliebten Spiele, wie „Lawn-Tennis“, „Fußball“, vor allem aber das Radfahren seien für das in der Entwicklung begriffene Herz junger Leute bei weitem nicht so unschädlich, als vielfach angenommen werde. Die Zahl derartig entstandener Herzübel habe er in den letzten Jahren stetig wachsen sehen und in Ländern, in welchen solcher Sport viel getrieben werde, wie z. B. in England, häuften sich die gleichen Beobachtungen. Auch sei es keineswegs zutreffend, daß solche Störungen der Herzarbeit nur als ganz vorübergehende sich erweisen. Schott gibt Zeichnungen von krankhaften Pulskurven und vergrößerten Herzgrenzen, um an der Hand experimenteller Untersuchungen den Nachweis zu leisten, wie leicht z. B. das Radfahren Herzmuskelschwäche durch Überanstrengung bei forciertem und zu schnellem Rennen mittelst des Velos verursachen kann. Er machte auch Beobachtungen an gesunden Knaben, welche selbst bei vorsichtigem Radfahren das Herz über Gebühr ausdehnten, weil sie entweder gegen etwas stärkeren Wind fuhren oder das ursprüngliche Tempo auch bei gelinder Steigung oder schlechter Wegbeschaffenheit beibehielten. Obgleich die Knaben noch einige Zeit, nachdem sie das Velo verlassen, viel raschere Atmung und schnelleren Puls zeigten, spürten sie selber nicht das mindeste. Und gerade hierin liegt nach Schott erst recht die Gefahr, daß die ersten Anfänge der Herzschwächung nur allzu leicht übersehen werden. Das Herz dehnt sich durch die ihm zugemutete Überanstrengung bald mehr nach der rechten oder linken oder gleichmäßig nach beiden Richtungen in krankhaftem Grade aus. Es geschieht dies auch durch das bis zur Atemnot getriebene Ringen bei Knaben und Männern. Durch Röntgenstrahlen kann man die Herzerweiterung sogar bildlich nachweisen.

Bei einer einmaligen Überanstrengung verschwinden selbstverständlich alle Zeichen der Erschöpfung und Ausdehnung des Herzens schon in kurzer Zeit, manchmal schon nach Minuten. Häufen sich aber durch den fortgesetzten übertriebenen Sport die Schädigungen, so nehmen sie natürlich an Heftigkeit und Dauer zu; sie führen dann zu bleibenden Herzleiden selbst bei vorher ganz gesunden Knaben.

Junge Männer oder Knaben, die bereits herzkrank (besonders herzklappenleidend) sind, erfahren durch Radfahren eine noch viel stärkere Erweiterung des Herzens und zwar zeigt sich dies selbst noch nach mehr als halbstündiger Ruhe. Herzstörungen geben sich dann meistens durch direkt nach dem Radfahren auftretendes starkes, länger andauerndes Herzklopfen kund.

Bei jungen Leuten werden auch Regelwidrigkeiten in den Bewegungen des Herzmuskels, hervorgerufen durch Aufregungen in der Schule, namentlich in der Zeit vor dem Examen; ferner durch Überreizungen mittelst Musik, durch häufiges Tanzen; vor allem aber ist für das jugendliche Herz übermäßiger Genuß von Kaffee und Thee, der Mißbrauch von geistigen (alkoholischen) Getränken und frühzeitiges Rauchen schädlich.

Bezüglich der besonderen ärztlichen Überwachung jugendlicher Personen betont Schott die Notwendigkeit derselben überall da, wo eine ererbte Neigung (Disposition) für Herzleiden vorherrscht. Ebenso sei eine Regelung der Lebensweise in Bezug auf Diät, geistige und körperliche Arbeit und Vermeidung aller Einflüsse nötig, die zu Herzkrankheiten, namentlich durch Überanstrengung beim Sport, führen können. Ganz besonders macht Schott, wie andere Ärzte, darauf aufmerksam, daß Kinder im gewöhnlichen Leben der geistig-

gen Getränke nicht bedürfen; ihr Alkoholgehalt wirkt nachteilig auch auf das kindliche Herz. Der Alkohol ist für das kindliche Alter überhaupt als eine Schädlichkeit zu betrachten. („Schweiz. Blätter für Gesundheitspflege.“)

## Schweiz. Centralverein vom Roten Kreuz.

### An die Mitglieder des Schweiz. Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Samariterbundes und des Schweiz. Militärjanitätsvereins.

Wir machen Sie hiemit darauf aufmerksam, daß gemäß § 10 unserer Statuten allfällige Anträge der einzelnen Delegationen, resp. ihrer Auftraggeber oder einzelner Mitglieder, resp. Delegierter für die diesjährige Delegiertenversammlung unseres Vereins, welche in Lausanne stattfindet, der Direktion spätestens bis Ende März eingereicht sein müssen.

Larau, den 21. Februar 1900.

Für die Direktion  
des Schweiz. Centralvereins vom Roten Kreuz:  
Der Sekretär: Dr. med. G. Schenker.

**Transvaal-Expedition.** — Die Geschäftsleitung hat in ihrer Sitzung vom 19. Febr. eine weitere Materialsendung nach Südafrika im Werte von 4000 Fr. beschlossen. Dieselbe wird bestehen aus 3 großen Lazarettzelten (7 × 9 m) mit Raum für je 15 Lagerstätten; 10 kleineren Zelten, welche für 4 Mann reichlich Raum bieten und die zum Teil als Magazine für das Material dienen können, und endlich 24 zusammenlegbaren, leichten Feldbetten. Mit der Beschaffung dieses Materials und der Expedition desselben wurde der Centralsekretär beauftragt. Dasselbe geht am 15. März ab Neapel und wird voraussichtlich in der zweiten Hälfte April in die Hände unserer Ärzte gelangen.

Dieser Sendung werden zwei Kisten Verbandmaterial (Geschenk von Speckers Witwe in Zürich, Dr. Lanz in Bern und des M.-S.-V. Zürich), 3 Kisten Magenbitter (Geschenk von Aug. Dennler in Interlaken) und 1 Kiste Fleischextrakt und Suppenkonserven (Geschenk der Präservenfabrik Lachen) beigegeben. Weitere Nachsendungen werden erfolgen, sobald bezügliche Wünsche seitens unserer Ärzte eingetroffen sind.

Die Berichte der Herren Ärzte vom Kriegsschauplatz, welche etwa alle 14 Tage ein treffen sollen, werden den Lesern des „Roten Kreuzes“ durch Beilagen zum Vereinsorgan, eventuell durch Extra-Bulletins, möglichst rasch mitgeteilt. Die Schweiz. Zeitungsredaktionen werden um vollständigen oder auszugsweisen Abdruck derselben höflichst ersucht.

Die Liebesgabensammlung für die Expedition des schweizerischen Roten Kreuzes hat am 26. Februar die Summe von 41,530 Fr. 62 erreicht.

### Vereinschronik.

Die **Sektion Biel** vom Roten Kreuz hat am 14. Februar abhin ihre Jahresversammlung abgehalten. Als Haupttraktandum war vorgesehen „Bildung einer Hülfskolonie des bernischen Seeland“. Zu diesem Zweck sollen die Männer Unterricht erhalten im Transport und Herrichten von landwirtschaftlichen Fuhrwerken und Eisenbahnwagen zum Krankentransport, während die Frauen sich der Spitalpflege zu widmen hätten.

## Die freiwillige Hülfe im Auslande.

**Der südafrikanische Krieg.** — Der „Daily Telegraph“ vom 6. Februar veröffentlicht folgenden Auszug aus einem Briefe, den er von einem Offizier des „Royal Army Medical Corps“ aus Ladysmith unterm Datum vom 7. Januar erhalten hat:

„... Einer der Burenärzte ritt zu uns heran unter einer Rotkreuz-Flagge und bot ihre Hülfe an, unsere Toten zu begraben. Wir nahmen das natürlich an. Diese Buren