

**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:** 9 (1901)

**Heft:** 4

**Artikel:** Über die Verhütung der Bleichsucht

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

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-972761>

### **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>**

Stadt, zumal im Winter, oft in kurzer Zeit erschreckende Fortschritte macht. Kommt dann endlich die ersehnte „günstige Jahreszeit“, so muß dem Kranken nur zu oft ein „zu spät“ entgegengehalten werden. Der beste Augenblick, um der Krankheit Einhalt zu thun, ist dann jedenfalls verpaßt.



### Über die Verhütung der Bleichsucht.

Über die Verhütung der Bleichsucht, dieser so häufigen Krankheit des weiblichen Geschlechtes, schreibt Professor Gramiz folgendes:

Durch die thörichte Unsitte, kleine Mädchen in möglichst elegante, daher beengende Kleidungsstücke zu stecken, wozu in vielen Fällen schon in den frühesten Jahren das Anlegen des Korsetts kommt, werden diese Kinder an jeder freien und lebhaften Bewegung gehindert und müssen die so überaus nötige Bewegung im Freien auf eine Promenade an der Hand der Sonne beschränken, während ihre glücklicheren Gefährtinnen auf dem Lande zwar durchaus nicht elegant gekleidet sind, dafür aber nach Herzenslust im Freien herumspringen können. Ebenso sind durchwegs die Knaben in Bezug auf körperliche Bewegung im Freien viel günstiger gestellt, als die Mädchen. Es kann keinem Zweifel unterliegen, daß durch Behinderung ausgiebiger Muskelthätigkeit unter dem Reiz der frischen Luft bei kleinen Mädchen das Herz und Gefäßsystem in der Entwicklung zurückbleiben müssen, und es muß als eine der wichtigsten Aufgaben des Hausarztes bezeichnet werden, diesen groben Fehlern in der Lebensführung der kleinen Mädchen entgegenzuwirken. Auch für die Mädchenschulen wäre das Verständnis für diese wichtigen Verhältnisse sehr zu wünschen, damit den jugendlichen Körpern Gelegenheit gegeben wird, nicht nur in den Zwischenpausen im Schulhose sich zu bewegen, sondern auch in den Unterrichtsstunden selbst hin und wieder durch eine einfache Freiübung die Blutcirkulation anzuregen. Ebenso können die Schädigungen, welche durch unrichtige Erziehung das Nervensystem schwächen, eine Neigung (Disposition) für die Entstehung der Bleichsucht schaffen. Hierbei kommen neben Fehlern in der Ernährung das späte Zubettgehen der heranwachsenden Jugend, die Überladung mit geistigen Arbeiten, die frühzeitige Gewährung von erregender Lektüre, der Genuß von Wein und Bier und ähnliche Schädlichkeiten in Frage, gegen welche das beste Gegenmittel körperliche Thätigkeit in irgend welcher Form — Sport, Ballspiel, Aufenthalt auf dem Lande und Beschäftigung in der ländlichen Wirtschaft, im Garten zc. — bilden.



### Aus den Vereinen.

In **Wiedlisbach** fand am 30. Dezember abhin die Schlußprüfung des dortigen Samariterkurses statt, der unter Leitung der Hh. Dr. Michel und Sanitäts-Wachtmeister Känzig stattfand. 11 Männer und 11 Frauen beteiligten sich. Hr. Dr. Wicher, Balsthal, wohnte der Prüfung als Vertreter des Centralvorstandes bei.

Unter Leitung des Hrn. Dr. Schär, der von den Hilfslehrern Schmid und Küenzi unterstützt wurde, fand am 12. Januar die Schlußprüfung des Samariterkurses **Bern-Holligen** statt, der von 18 Herren und 13 Damen besucht war. Hr. Dr. Kürsteiner vertrat dabei den kantonalen Rot-Kreuz-Vorstand und das Centralomitee des Samariterbundes.

Der Samariterkurs **Adliswil** ist durch Schlußprüfung am 19. Januar zu Ende geführt worden. Er stand unter Leitung von Hrn. Dr. Schmid und der Hilfslehrer Hh. Däuber und Kuhn und wurde von 15 Damen und 3 Herren bis zu Ende besucht. Hr. Centralassistent Lieber vertrat den Bundesvorstand bei der Prüfung.

Am 20. Januar 1901 fand die Schlußprüfung des Samariterkurses **Schloßwil** statt. Der Kurs wurde geleitet und erteilt durch Hrn. Dr. Trösch in Biglen und war besucht von 16 Frauen und 10 Herren. Hr. Oberfeldarzt Dr. Mürset wohnte als Inspektor der Prüfung bei.

Die **Sektion Oberaargau vom Schweiz. Roten Kreuz** hielt Sonntag den 20. Januar ihre ordentliche Hauptversammlung in der „Sonne“ in Herzogenbuchsee ab. Die Sektion wurde am 19. Juni 1900 gegründet und zählt heute schon 558 Mitglieder, welche pro 1900 einen Beitrag von 1036 Fr. leisteten. Das Arbeitsprogramm kann sich noch nicht an große Aufgaben wagen, es beschränkt sich auf Gewinnung neuer Mitglieder, Abhaltung von Kursen für häusliche Krankenpflege und Anschaffung von Leib- und Bettwäsche. Jedoch gedenkt die Sektion Oberaargau, sobald die Mittel dazu vorhanden sind, die Ausstattung eines kleineren Spitals für den Kriegsfall an die Hand zu nehmen. — Im Anschluß an die Verhandlungen hielt Hr. Dr. Sahli, Centralsekretär, einen gebiengen Vortrag, in dem er nach kurzer Mitteilung über Gründung und Zweck hauptsächlich die Aufgaben des „Roten Kreuz“ klarlegte. Die Versammlung hörte mit