

**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:** 6

**Artikel:** Ärztliche Ratschläge für Lungenkranke

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

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-972770>

### **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:** 04.02.2026

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

blutarmen Personen mit oder ohne gleichzeitige Magenkrankungen findet. Eine solche Zunge kann auf den ersten Blick einer echten belegten Zunge täuschend ähnlich sehen, läßt sich aber leicht dadurch von ihr unterscheiden, daß beim Darüberstreichen fast kein Belag abgeschabt werden kann. Daß man sich durch eine weiße Zunge eines Menschen, der eben Milch getrunken hat, nicht beirren lassen darf, bedarf wohl keiner Erwähnung. Aber bei nervösen Personen, oder doch vorwiegend bei solchen, kommt noch eine andere Eigentümlichkeit der Zunge vor, die gelegentlich Anlaß dauernder Sorgen wird. Es sind das tiefe Furchen, die meistens quer gestellt die Seiten und auch die Oberfläche der Zunge einnehmen und ihr das Ansehen eines frischgepflügten Brachfeldes geben. So eigentümlich diese Risse und Furchen aussehen, so wenig pflegen sie zu besonderen Störungen Veranlassung zu geben, sind aber, wie schon gesagt, vorwiegend bei sogenannten nervösen Menschen anzutreffen.

In fieberhaften Krankheiten wird die Zunge gewöhnlich hochrot, trocken und bald glatt und glänzend, bald mit einer korkigen bräunlichen Masse belegt. Dies hängt von der mehr oder weniger starken Achtsamkeit des Kranken oder Unbesinnlichkeit desselben ab. Wenn derselbe in schwerem Fieber mit halboffenem Munde tiefatmend daliegt, so trocknet die Mundhöhle und vor allem die Zunge durch die darüberstreichende Luft aus, und es bilden sich an den Ranten des Zahnfleisches und auf der Zunge der erwähnte korkige Belag mit seinen vorhin geschilderten Bestandteilen. Deshalb muß man solchen Kranken in kurzen Zwischenräumen den Mund mit einem feuchten Tuch oder Schwamm, am besten mit einer antiseptischen Lösung, auswischen. Es ist immer ein Zeichen schlechter Krankenpflege, wenn man einen Fieberkranken mit einem derartigen Belag antrifft.

Bei Kindern ist die Zunge bekanntlich nicht selten durch ein zu kurzes Zungenbändchen an ihrer Beweglichkeit gehindert, so daß der Säugling das Hauptgeschäft seines Lebens, das Saugen, nur mangelhaft ausführen kann. Dann löst man ihm die „angewachsene Zunge“, indem man mit einem Scheerenschlag das straffe Bändchen durchschneidet. Eine harmlose Operation, die aber doch nicht ohne Geschrei und Widerstreben des kleinen Patienten vor sich geht. Er rächt sich im späteren Leben dafür, daß er unaufgefordert als Zeichen seiner Verachtung dem, dem er nicht wohl will, „die Zunge heranstreckt“!

(„Das deutsche Rote Kreuz.“)

---

### Ärztliche Ratschläge für Lungenkranke

hat der Direktor der zürcherischen Heilstätte für Lungenkranke in Waldb, Hr. Dr. Staub, ausgearbeitet. Wir geben sie wieder, da ihre Befolgung für die Kranken selber, wie auch für ihre Umgebung von großem Werte wäre. Sie lauten:

Alle Lungenkranke, ob sie aus einer Anstalt geheilt oder bloß gebessert entlassen worden, müssen für ihr zukünftiges Leben gewisse Vorsichtsmaßregeln beobachten. (Dies gilt natürlich auch für die vielen Brustkranken, die zu Hause verpflegt werden. Red.) Sie müssen stetsfort eingedenk sein, daß, selbst wenn sie von ihrer früheren Krankheit gar nichts mehr verspüren, wenn sie frei von Husten und Auswurf und allen andern Beschwerden sind, die Krankheit durch unvorsichtige Lebensweise zu jeder Zeit wieder von neuem angefacht werden kann.

Der lange Aufenthalt in der Lungen-Heilstätte soll den Kranken nicht bloß Heilung oder Besserung für den Augenblick bringen, sondern er soll ihnen auch zeigen, wie jene im späteren Leben zu bewahren sind; mit anderen Worten, die Entlassenen sollen das, was sie in der Heilstätte gesehen und gelernt haben, auf ihre eigene Häuslichkeit übertragen, soweit immer das unter den dortigen Verhältnissen möglich ist.

In erster Linie ist auf gute und reichliche Ernährung zu sehen. Gleich wie in der Anstalt sollen die Kranken öfters Nahrung zu sich nehmen, mindestens vier-, womöglich fünfmal im Tage. Wo am Morgen der landesübliche Milchkaffee nicht durch Hafersuppe ersetzt ist, soll er wenigstens eine Beigabe von Käse oder Butter erhalten. Bei gesundem Magen ist auch der billige Magerkäse zu empfehlen. — Zum Neunhressen ist Brot mit Milch zweckmäßig. Wird letztere sauer, so schadet das weder ihrer Verdaulichkeit, noch ihrem Nährwerte. — Beim Mittagessen darf Fleisch nie fehlen. Unbemittelte sollen wissen, daß das billige Kuh- oder Pferdefleisch mindestens so gut nährt, wie das teure Kalbfleisch. Als Gemüse sind neben

Kartoffeln namentlich Hülsenfrüchte (Bohnen, Erbsen, Linsen) oder Halmfrüchte (Hafer, Reis, Gries, Mais) zu bevorzugen. Auch süße Früchte sind passend, während der vielbegehrte Gartensalat gar wenig Nährwert besitzt. — Wer durch die Arbeit verhindert ist, mit seiner Familie um 4 Uhr den Milchkaffee zu trinken, der nehme ein Stück Brot und Käse, oder Fleisch, oder Speck mit sich. — Für einen arbeitenden Menschen überhaupt und für einen Lungenkranken im besondern sind Kartoffeln mit Kaffee ein absolut ungenügendes Nachtmahl. Das beste Nahrungsmittel ist auch hier das Fleisch. Wer nicht die Mittel hat, zweimal im Tage solches zu essen, der nehme nachts außer einer guten Suppe eine Mehlspeise, z. B. Hafermus, Milchreis oder Gries oder Maisbrei, Maccaroni, Nudeln u. s. w. — Tritt nach dem Verlassen der Heilstätte ein rasches Sinken des Körpergewichtes ein, so muß dem mit einem Glas Milch vor dem Zubettegehen begegnet werden. Die Milch darf aber nie anders als gekocht getrunken werden. Ob kalt oder warm, ist gleichgültig. — Die Hausfrauen sollen bedenken, daß nichts so sehr den Appetit reizt, als eine sorgfältige, schmackhafte und saubere Zubereitung des Essens. — Da die Insassen der zürcherischen Heilstätte für Lungenkranke mit eigenen Augen sehen, wie rasch daselbst die Kranken an Körperfülle und Kraft zunehmen, ohne daß sie geistige Getränke (wie Wein, Bier etc.) erhalten, so mag es fast überflüssig erscheinen, noch speziell darauf hinzuweisen, daß die Wein- oder Bierflasche auf dem Tische mindestens entbehrlich ist. Bier und Wein sind Genußmittel; jeder Nährwert geht ihnen ab. Es ist deshalb ein Fehler, der sich schwer an der Gesundheit rächt, wenn der Unbemittelte Geld ausgibt für geistige Getränke, während er gleichzeitig an den notwendigsten Nahrungsmitteln sparen muß.

Ein weiterer wichtiger Faktor für das Wohlergehen unserer Pfleglinge und der Lungenkranken überhaupt ist der möglichst ausgiebige Genuß reiner, frischer Luft. Beschäftigung in staubigen Lokalen muß, wenn immer möglich, gemieden werden, selbst wenn es einen Wechsel des Berufes notwendig macht. Bureauangestellte sollen am offenen Fenster arbeiten, Frauen ihre Handarbeiten bei gutem Wetter im Freien besorgen u. s. w. Insbesondere aber ist die freie Zeit, der Sonntag, die Mittagspause, die Zeit nach Feierabend der Gesundheit zu widmen. Statt die Erholung im rauchigen Wirtshaus, im Vergnügungsfokal oder auf dem Tanzboden zu suchen, sollen die Genesenden die freie Natur aufsuchen und auf Spaziergängen ihre Lungen wieder einmal gründlich lüften. Auch im Hause ist auf gute Luft zu achten durch größte Reinlichkeit und Offenhalten der Fenster. Namentlich sollen die Fenster der Schlafzimmer immer, auch im Winter — abgesehen etwa von stürmischem Wetter — stets offen sein.

Lungenkranke müssen stets auf gesunde Wohnungen sehen. Sie sollen in allein stehenden Häusern leben, also entweder auf dem Lande oder in den Außenquartieren der Städte, wo die Luft bedeutend reiner ist, als im Centrum. Etwelche Entfernung vom Arbeitsplatze schadet nichts, namentlich, wenn bei schlechtem Wetter Tramway oder Eisenbahn benutzt werden können. — Bei der Auswahl der Wohnung soll auf sonnige Lage des Hauses gesehen werden. Feuchte Neubauten sind gefährlich. Die Zimmer müssen hoch und leicht lüftbar sein; wenigstens einige derselben sollen auf der Sonnseite liegen. Schlafzimmer, die auf den Hof hinaussehen, dürfen unter keinen Umständen benutzt werden.

Auch auf gute Bekleidung ist das Augenmerk zu richten. Im Winter soll der Lungenkranke stets wollene Unterkleider tragen. Doch darf er sich auch nicht zu warm kleiden, sonst verweichlicht er sich, wodurch die Entstehung von Erkältungen begünstigt wird. — Erkältungen müssen überhaupt ängstlich vermieden werden, da sie sehr oft die unmittelbare Ursache von Verschlimmerungen des Lungenleidens sind. Der Kranke oder Genesene soll sich also niemals der Zugluft aussetzen, besonders dann nicht, wenn er schwitzt. — Ein erprobtes Mittel, sich abzuhärten und damit vor Erkältungen zu schützen, sind kalte Abwaschungen mit nachfolgender trockener Abreibung am Morgen unmittelbar nach dem Verlassen des Bettes.

Bei irgend welchen Zwischenfällen, z. B. bei Fieber, Nachtschweißen, Blutspucken, vermehrtem Husten oder Auswurf, muß ungefäumt der Hausarzt zu Rate gezogen werden.

Da manche Formen von Lungenschwindsucht ansteckend sind, so haben die Patienten bestimmte Vorsichtsmaßregeln zu beobachten. Deren Nichtbeachtung kann sowohl für die Kranken selber, wie auch für ihre Umgebung gefährlich werden. — Nur der Auswurf ist ansteckend; wenn derselbe beim Ausspucken auf den Boden oder ins Taschentuch gelangt, hier eintrocknet und verstäubt, oder wenn er bei heftigem Husten in die Luft

versprüht und dann von Gesunden eingeatmet wird, so können diese an Lungentuberkulose erkranken. Es ist deshalb strenge Pflicht des Kranken, den Auswurf einzig und allein in Spucknapfe zu entleeren. Im Zimmer eignen sich am besten die gebräuchlichen Napfe aus Glas oder Porzellan; herumgehende Patienten sollen in die blauen Taschenschälchchen spucken. Morgens und abends wird der Auswurf in den Abtritt entleert, der Spucknapf gespült und das Spülwasser ebendahin geschüttet. Mit einem Handtuche, das keinem anderen Zwecke dient und öfters in Wasser ausgelocht werden soll, wird das Glas getrocknet, jedoch nur außen. Zum Schlusse müssen die Hände mit Seife gereinigt werden. Bei starkem Husten soll stets das Taschentuch vor den Mund gehalten werden.

Werden diese Vorsichtsmaßregeln zu Hause mit der nämlichen Strenge geübt, wie sie in der Anstalt den Kranken gelehrt und von ihnen verlangt werden, so besteht für die Umgebung keine Gefahr.

Die heutzutage im Publikum herrschende Furcht vor Ansteckung ist nur bei unvorsichtigen Kranken gerechtfertigt; saubere Kranken gegenüber bedeutet sie aber eine ganz unbegründete Härte und Rücksichtslosigkeit.

### Die Genfer Fahne und die Artillerie

hat der österreichische Regimentsarzt Dr. Konrad Majewski zum Gegenstand einer Studie im Terrain gemacht. Er prüfte an hellen Nachmittagen bei günstiger seitlicher Beleuchtung das Bild, unter dem sich die in der österreichischen Armee eingeführte Genfer Fahne in Distanzen von 2—10 Kilom. dem normal-sichtigen Auge darstellt und kam dabei zu folgenden Resultaten:

„Von einem erhabenen Punkte (Artillerie-Stellung) beobachtet, präsentiert sich die Genfer Fahne auf 10,000 Meter als kleines, verschwommenes Viereck, welches seine Form fortwährend ändert; diese letzte Erscheinung ist charakteristisch genug, um in dieser großen Distanz die Fahne zu vermuten. In einer Entfernung von 6500—7500 Metern ist das Viereck entsprechend größer, seine Grenzen markanter, die charakteristischen Formveränderungen viel deutlicher. In einer Distanz von 5500 Metern sieht man schon das Flattern der Fahne; man kann also dieselbe mit Bestimmtheit erkennen. In einer Entfernung von 4500 Metern erscheint das rote Kreuz als dunkler Mittelpunkt innerhalb der Fahne; die Konturen des Kreuzes und seine Farbe werden auf 2500—3500 Meter sichtbar.

Auf Grund dieser Beobachtungen im Terrain bin ich für österreichische Verhältnisse berechtigt zu behaupten, daß der Artillerist in der Lage ist, sowohl die Truppen als auch die Hauptverbandplätze des Feindes zu sehen, vorausgesetzt, daß die Terraininformation überhaupt das Sehen in diesen großen Distanzen gestattet. Die Aufgabe der Artillerieärzte wäre es daher, einschlägige Übungen im Terrain schon im Frieden anzuregen, damit sowohl Offizier als Mann die Sanitätsformationen nicht allein aus der Lektüre kennen, sondern dieselben auch praktisch durch eigene Beobachtungen im Terrain erkennen und beachten lernen. Die Genfer Fahne soll sich durch diese vorgeschlagenen Friedensübungen dem Gedächtnis des Artilleristen gut einprägen, damit er auch in der Hitze des Gefechtes nach dem Neutralitätszeichen spähe und die Verwundeteninseln im Sinne der Genfer Konvention beachte.“

Soweit unser österreichischer Gewährsmann. Es wäre auch für unsere schweizerischen Verhältnisse von Interesse, wenn in dieser Frage Versuche angestellt würden. Das Nichtsehen der Genfer Fahne und die Unkenntnis der Bestimmungen der Genfer Konvention sind in viel höherem Maße an den immer wieder vorkommenden Verletzungen von Sanitäts-Formationen schuld, als die Böswilligkeit.



### Aus den Jahresberichten der Sektionen des Schweiz. Militär-Sanitäts-Vereins.

**Degeršheim.** Mitgliederbestand Ende 1900: 24 Aktive und 59 Passive. Von den Aktiven gehören an: der Sanitätsstruppe 11 Mann, der Landsturmsanität 12 und anderen Truppengattungen 1 Mann. Rechnungswesen: Aktivsaldo pro 1899: 187 Fr. 38, Einnahmen 388 Fr. 10, Ausgaben 367 Fr. 94, Kassabestand Ende 1900: 207 Fr. 04. Vereinsthätigkeit: Im Berichtsjahre hörte der Verein 3 Vorträge an, hielt 5 Übungen und 4 Feldübungen ab. Viel Arbeit verursachte dem kleinen, aber rührigen Verein die Vorbereitung der diesjährigen Delegiertenversammlung, die am 12. und 13. Mai stattfand und einen vorzüglichen Verlauf nahm.