

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: 11 (1903)

Heft: 5

Artikel: Populäre Medizin, wie sie nicht sein soll

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-545364>

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: 25.04.2026

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

Populäre Medizin, wie sie nicht sein soll.

Wir finden in einer der neuesten Nummern einer bekannten schweiz. Unterhaltungszeitschrift folgendes Muster einer sogen. volkstümlichen Behandlung gesundheitlicher Fragen, das wir als abschreckendes Beispiel für unsere Leser etwas tiefer hängen müssen:

„Man hüte sich vor Erkältung.“

Neun Zehntel aller Erkältungen könnten verhütet werden. (Den Beweis für diese kühne Behauptung bleibt man wohlweislich schuldig.) Natürlich meinen wir damit nicht die Fälle, wo es sich um entschiedene Lungenschwindsucht (ist offenbar auch nur eine „Erkältung“) handelt, welche durchaus ärztlicher Hülfe bedarf, sondern vielleicht um ein junges Mädchen, das nicht besonders stark ist und dessen Atmungsorgane, sein schwacher Teil, am ehesten angegriffen werden. Ein warmes Bad nachts und darauf ein noch heißerer Trank, worauf man ins gutgewärmte Bett schlüpft, erstickt oft eine leichte Erkältung im Keime. Wer es gut erträgt (wer weiß das zum voraus?), nehme dreimal täglich eine mit Ammoniak vermischte Dosis Chinin. (Mit einer so unklaren Vorschrift kann weder Arzt, noch Apotheker etwas anfangen, geschweige denn ein Laie.) Bei normaler Temperatur braucht man das Haus nicht zu hüten, es sei denn nasses oder nebligtes Wetter. Beim Zubettegehen sollte man Nase, Hals und Brust mit sehr heißem Wasser baden (?) und sodann mit kaltem abspülen. Man gurgle jeden Morgen mit Salzwasser, wozu man eine Prise Salz auf ein Glas kalten Wassers nehme. Ist die Brust schwach, so massiere man sie tüchtig mit der Handballe, wobei man etwas warmes Mandelöl oder Vaselin anwendet. Man reibe in kreisförmiger Bewegung, bis die Haut glüht und ganz rot ist; hierauf klopfe man mit den Fingern auf der ganzen Brust herum (!), besonders in der Richtung des Schlüsselbeins (!), da die Lungenspitze etwas oberhalb desselben liegt. (Dieser ganze Passus erweckt den Eindruck, als ob er ohne irgend welches Verständnis und deshalb ganz schlecht aus einer fremden Sprache übersetzt sei.) Während der Wintermonate sollte das junge Mädchen dreimal täglich, nach dem Essen, Lebertran einnehmen. Für diejenigen, welche ihn nicht in der gewöhnlichen Form nehmen können, gibt es einen Lebertran-Wein, der ziemlich angenehm schmeckt. Maltine oder Malzextrakt ist ebenfalls sehr zu empfehlen.

Wer sich vor Erkältung hüten will, führe ein hygieinisches Leben, Sorge vor und denke dabei möglichst wenig an sich selbst. (Ei, wie einfach und klug ausgedrückt!) Man Sorge vor allem dafür, daß das Schlafzimmer gut ventilirt sei. Wo kein offenes Kamin ist, halte man eine kleine Spalte des Fensters offen. Das Bettzeug soll warm, aber leicht sein. Man Sorge für regelmäßigen Stuhlgang und für tägliche Bewegung im Freien, auch bei ungünstiger Witterung. Was die Kleidung anbetrifft, so sollte die Grundlage ein wollenes, den Nacken ganz bedeckendes und mit langen Ärmeln versehenes Leibchen oder noch besser eine Kombination (Hemdhoose) aus Wolle oder Seide und Wolle gemischt bilden. Im Winter trage man warme, wollene Strümpfe. Der Hals darf nicht zu warm eingehüllt werden, man trage Pelzwerk mehr auf den Schultern. Die Stiefel müssen stark und gut anliegend sein. Ungenügende Kost oder solche, die keinen richtigen Nahrungsgehalt hat, trägt mehr dazu bei, die zarte Organisation des Körpers zu beeinträchtigen, als irgend etwas, mit Ausnahme von schlechter Luft, und hier ist es, wo die Mikroben der Erkältung auftreten. (!) Reichliche Kost, vorzugsweise von Mehlspeisen und Hülsenfrüchten, ist notwendig. Viel Hafer- und andere Grütze, Kartoffeln, Milch-Pudding, gekochtes Obst mit Rahm, Butterbrot (die Butter nicht gespart!) gehören zu den besten Nahrungsmitteln für das erkältete Mädchen. Cacao und Kaffee, reichlich mit Milch versetzt, diene als Getränk.“ —

Ist es nicht ein wahrer Jammer, wenn schweizerische Zeitungen solch' konfuse und praktisch unverdauliches Zeug ihren Lesern als geistige Kost vorsehen und mit solch' oberflächlichem hygieinischem Gallsimathias, das sie aus weiß Gott welchen Quellen mittelst der Redaktions-schere herausdestilliert haben, ihre Spalten füllen?

Für die Aufklärung des Volkes über die so wichtigen Fragen der Gesundheitspflege ist nur das Beste gut genug; durch Phrasengeklingel, wie wir es oben abgedruckt haben, wird nicht nur nichts genützt, sondern es kann unendlicher Schaden und Herzeleid gestiftet werden, ganz abgesehen davon, daß durch solche Elaborate die solide, sonst schon mit so vielen Schwierigkeiten ringende Aufklärungsarbeit vielerorts in Mißkredit gebracht wird. Wenn auch manche der wenig erprobten Koch- oder hauswirtschaftlichen Rezepte, die für viele Unterhaltungszeit-

schriften ein beliebtes Füllmaterial bilden, dem leichtgläubigen Leser, der mit ihnen auf den Weim geht, völlig mißraten, so ist der Schaden nicht so groß; wenn aber durch einen schlechten Rat die menschliche Gesundheit ernsthaft Schaden leidet, dann ist das nicht mehr gleichgültig. Darum halten wir es für unsere Pflicht, im Interesse der Volksgesundheitspflege dagegen Einspruch zu tun, daß der belletristische Ramschwarenhandel sich auch dieses Gegenstandes bemächtigt.

Sanitätsgesetzliche Maßnahmen gegen die Tuberkulose.

Im Kanton Graubünden, in dessen immer mehr aufstrebenden Natursanatorien Davos, Arosa u. so viele Tuberkulöse, namentlich Lungenschwindsüchtige, Besserung oder Genesung suchen, erwachte auch in besonderem Grade das Bedürfnis, spezielle Vorkehrungsmaßregeln gegen Übertragung und Verschleppung der Lungentuberkulose, wie sie in jenen obgenannten zwei Plätzen übrigens schon gehandhabt worden, allgemein einzuführen. Das ist nun durch das vor einiger Zeit (am 16. November 1902) durch Volksabstimmung angenommene Gesetz betreffend Maßnahmen gegen die Tuberkulose geschehen. Dasselbe lautet:

Art. 1. Der Todesfall einer mit Tuberkulose behafteten Person ist dem Bezirksarzt sofort anzuzeigen.

Anzeigepflichtig ist der behandelnde Arzt.

Befand sich der Verstorbene zur Zeit seines Todes nicht in ärztlicher Behandlung, so liegt die Anzeigepflicht dem Hausherrn, bezw. dessen Stellvertreter ob. In diesem Falle ist dem Bezirksarzt direkt oder durch die Vermittlung des Ortsvorstandes Bericht zu erstatten.

Art. 2. Der Bezirksarzt hat dafür zu sorgen, daß die vom Kranken bewohnt gewesenen Räume und die von demselben benutzten Gegenstände (Möbel, Betten, Teppiche, Kleider, Leib- und Bettwäsche) unter Beobachtung der vom Kleinen Räte hierfür anzustellenden Vorschriften desinfiziert werden.

Art. 3. Sollten an einzelnen Orten häufig Todesfälle infolge tuberkulöser Erkrankung unter der einheimischen Bevölkerung auftreten, so sind durch die Bezirksärzte Untersuchungen über die Ursachen anzustellen und Verbesserungen der Gesundheitsverhältnisse anzustreben.

Art. 4. Es wird den zuständigen Behörden und Verwaltungen anempfohlen:

1. Dahin zu wirken, daß in den Kirchen, Schulen und sonstigen öffentlichen Anstalten, desgleichen auf den Bahnhöfen und in den Eisenbahnwagen nicht auf den Boden gespuht werde;

2. dafür zu sorgen, daß die Straßen, soweit tunlich, vor der Reinigung durch Kehren bespritzt werden und

3. anzuordnen, daß die Eisenbahnwagen täglich feucht gereinigt und periodisch mit einem desinfizierenden Mittel aufgewaschen werden.

Art. 5. Das chemische Laboratorium besorgt für Kantonsbewohner, mit Ausschluß kantonsfremder Kuranden, Untersuchungen des Sputums (Auswurf) auf Tuberkelbazillen, gegen eine vom Kleinen Rat zu bestimmende mäßige Taxe. Bezügliche Gesuche werden jedoch nur dann berücksichtigt, wenn sie von einer Empfehlung des behandelnden Arztes begleitet sind.

Art. 6. Der Kleine Rat wird Kurorte für Lungenkranke und Übergangsstationen anhalten, besondere, den Verhältnissen entsprechende Bestimmungen aufzustellen und ihm zur Genehmigung vorzulegen.

Er bestimmt jeweilen diejenigen Orte und Stationen, welche solchen Vorschriften zu unterstellen sind.

Art. 7. Die Ausführung der nach Maßgabe des Art. 4 erlassenen Vorschriften, somit auch die Aufstellung und Handhabung der nötigen Bußbestimmungen und die Regelung der bezüglichen Kostenfrage ist Sache der betreffenden Gemeinden.

Art. 8. Der Kleine Rat wird die Gemeindevorstände anhalten, ihren Verpflichtungen nachzukommen, und alle zur Durchführung der Verordnung nötigen Vorschriften und Weisungen erlassen, wobei Art. 66 der Sanitätsorganisation analoge Anwendung findet.

Art. 9. Dieses Gesetz tritt mit dem 1. Januar 1903 in Kraft.
