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: 13 (1905)

Heft: 1

Artikel: Wie bewahren wir uns vor Tuberkulose?

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-545275

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: 08.12.2025

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

„In eure Hut, wie es im Buche steht,
„Und gosset Balsam in die frischen Wunden.
„Das Samenkorn habt ihr gepflegt, gehegt
„Im Sonnenstrahl der reinen Nächstenliebe.
„Aus tiefem Grunde weckte ihr die Saat
„Und Himmelsfrucht belohnte euer Streben.
„Ein leuchtend Vorbild sei uns jede Tat,
„Die euch als wackre Jubilare schmücken:
„In jeder Brust schlägt euch ein dankbar Herz
„Und feurigfroh erschalle von den Lippen
„Ein Jubelruf, der tief von Herzen kommt:
"Es lebe hoch die tät'ge Menschenliebe!
„Ein donnernd Hoch dem Samariterbund!
„Ein hundertfaches Hoch den Jubilaren!

Wie bewahren wir uns vor Tuberkulose?

Nützliche Ratschläge für jedermann, veröffentlicht von der medizinischen Gesellschaft in Basel.

Was ist Tuberkulose?

Die Tuberkulose ist die verbreiteste aller Krankheiten, sie kommt in jedem Lebensalter vor und fordert in allen Volksklassen zahlreiche Opfer. In den großen Städten, auch in Basel, wird mindestens ein Fünftel von allen Todesfällen durch Tuberkulose herbeigeführt.

Die Tuberkulose befällt am häufigsten die Lungen (Schwindsucht, Auszehrung), aber auch viele andere Körperteile (Kehlkopfschwindsucht, Darmtuberkulose, Knochenfraß u. a.). Bei Kindern verursacht sie die Hirnhautentzündung und die Skrophulose (Drüseneiterungen).

Die Tuberkulose wird erzeugt durch einen dem bloßen Auge unsichtbaren Krankheitskeim, den Tuberkelbacillus, der in den kranken Körperteilen vorhanden ist und sich hier millionenfach vermehrt. Die Tuberkelbacillen gelangen besonders mit dem Auswurf Lungenkranker massenhaft nach außen und bleiben, namentlich in Zimmern und geschlossenen Räumen, lange Zeit lebend und ansteckungsfähig.

Wie wird man tuberkulös (schwindsüchtig)?

Die Tuberkulose entsteht, wenn Tuberkelbacillen in den Körper des Menschen gelangen und sich in demselben vermehren. Der Eintritt der Tuberkelbacillen (des Ansteckungsstoffes) in den Körper kann stattfinden:

1. Durch Einatmung in die Lungen (häufigste Art der Verbreitung). Wenn der Auswurf Schwindsüchtiger auf dem Boden, in Taschentüchern u. s. w. eintrocknet, verstäubt und alsdann durch Schuhe, Kleider, Luftzug, Straßenkehrer aufgewirbelt wird, so gelangt der Ansteckungsstoff in die Atemluft, ebenso beim Anhusten durch Schwindsüchtige aus nächster Nähe. Dagegen ist der Atem Schwindsüchtiger ungefährlich.

2. Durch Eindringen in die Schleimhäute des Mundes und der Nase oder in die äußere Haut, wenn letztere durch kleine Wunden, Ausschläge 2c. verletzt ist. Dies kann geschehen durch die Küsse Schwindsüchtiger oder durch Hände, welche unreine Taschentücher, Kleider, Betten, Gebrauchsgegenstände von Schwindsüchtigen berührt haben. Kleine Kinder, welche auf dem Boden herum-

rutschen, können hier besonders leicht Hände und Spielzeug mit eingetrocknetem Auswurf beschmutzen und sich so anstecken.

3. Durch die Nahrung, wenn etwa der Ansteckungsstoff durch unreinliche Schwindsüchtige (Köchinnen, Bäcker, Eßwarenhändler) in die Nahrungsmittel gelangt oder durch Vorkosten der Speisen durch eine lungenkranke Mutter oder Wärterin. Milch oder Fleisch von perlsüchtigem Rindvieh, ungekocht genossen, bringt uns ebenfalls die Möglichkeit der Ansteckung.

4. Durch Vererbung, d. h durch Uebertragung seitens kranker Eltern auf das Kind schon vor der Geburt (sehr selten). Die Kinder von Schwindsüchtigen sind aber für die Krankheit sehr empfänglich und werden darum im Umgange mit den kranken Eltern leicht angesteckt.

Wie schützt man sich vor Tuberkulose?

Man schützt sich in wirksamer Weise durch Kräftigung des Körpers und durch Fernhaltung und Vernichtung des Ansteckungsstoffes (besonders des Auswurfs). Wenn jedermann pflichtgetreu mithilft im Kampfe gegen die Tuberkulose, so können wir diese Geisel der Menschheit schon in kurzer Zeit wesentlich einschränken.

1. Fernhaltung und Vernichtung des Ansteckungsstoffes.

Jedermann, nicht nur der Schwindsüchtige, sondern auch der Gesunde, muß seinen Auswurf stets sorgfältig beseitigen! Manche Schwindsucht ist am Anfange noch unerkannt und auch viele andere Krankheiten werden durch den Auswurf verbreitet (Lungenkatarrhe, Diphtherie u. a.). Der Auswurf teilt sich der Luft nicht mit, solange er feucht ist; er wird erst gefährlich, wenn er eintrocknet und verstäubt.

In allen gedeckten Räumen, innerhalb von Häusern, in Eisenbahnen, Straßenbahnen 2c. darf man nie auf den Fußboden spucken, sondern nur in Spucknäpfe oder Spuckgläser, welche oft geleert werden. Die Füllung der Spucknäpfe bestehe aus wenig Wasser, so daß nichts verspritzt wird (in den Abort zu leeren), oder aus nassem Sägemehl, das täglich verbrannt und erneuert wird.

In allen Gebäuden mit großem Verkehr (Schulen, Wirtschaften, Wartesälen, Geschäften, Fabriken und Werkstätten) soll für die Aufstellung und regelmäßige Reinigung einer genügenden Anzahl Spucknäpfe gesorgt sein. Nur im Notfall darf man ins Taschentuch speien, das noch am gleichen Tage zum Waschen (Auskochen) wegzulegen ist.

In den Straßen speie man nie auf die Trottoirs, sondern in die Wasserrinnen oder auf die Fahrstraße, sonst wird der Auswurf durch Schuhe und Frauenröcke (kurze Röcke tragen!) in die Wohnungen verschleppt; auch speie man nie auf die Wege von öffentlichen Anlagen. Man verkehre nicht in Wirtschaften, wo auf den Boden gespuckt wird und dulde keinen Zimmergenossen oder Mitarbeiter, der auf den Boden spuckt.

Man vermeide möglichst das Einatmen von schlechter, staubiger Luft und halte den Mund beim Atmen geschlossen. Der Zimmerboden soll nicht trocken gewischt werden, sondern mit feuchten Lappen, in Werkstätten auch mit nassem Sägemehl, das nachher verbrannt wird.

Einen wichtigen Schutz für die Gesundheit bietet peinliche Reinlichkeit an der eigenen Person, an den Kleidern, in der Wohnung, bei der Arbeit, kurz überall. Man wasche stets die Hände vor dem Essen, reinige die Fingernägel, pflege Mund und Zähne. Man halte die Kinder stets sauber, vor allem an den Händen und im Gesicht und lasse sie nicht auf unreinem Zimmerboden herumrutschen. Man küsse die Kinder nicht auf den Mund. Schwindsüchtige Personen sollen in der Kinderpflege und im Lebensmittelverkehr nicht beschäftigt werden.

2. Kräftigung des Körpers.

Jeder Mensch nimmt hin und wieder Tuberkelbacillen in sich auf, ohne es zu ahnen; oft ohne Schaden, sofern er gesund und kräftig ist. Es muß aber jedermann darauf bedacht sein, sich widerstandsfähig zu machen und sich abzuhärten. Das beste Mittel hierzu ist eine natürliche, vernunftgemäße Lebensweise.

Die Nahrung sei kräftig und schmackhaft zubereitet, aber einfach. Alkoholische Getränke sind unnötig und bei Kindern ganz zu vermeiden. Uebermäßiger Alkoholgenuß verringert die Lust und die Kraft zum Arbeiten, verursacht viele Krankheiten und steigert die Empfänglichkeit für manche derselben, so insbesondere für Tuberkulose.

Die Kleidung richte sich nach der Jahreszeit. Man sorge für warme Füße, besonders im Winter (wollene Strümpfe), und wechsle durchnäßte Kleider. Leib- und Bettwäsche müssen häufig gewechselt werden. Enganliegende Korsette sind für die Lungen schädlich.

Man wähle die Wohnung in sonniger, trockener Lage. Die sonnigsten Zimmer bestimme man für die Kinder und zum Schlafen. Man sorge stets für frische Luft in den Zimmern und gewöhne sich daran, im Sommer bei offenem Fenster zu schlafen.

Den besten Schutz gegen Tuberkulose gewähren gesunde Schleimhäute der Atmungswerkzeuge, kräftige Lungen und starke Muskeln. Man vermeide darum staubige, übelriechende Luft im Hause und im Freien; man übe die Lungen durch tiefes Atmen, Körperbewegung und Spiele im Freien, durch Turnen, Schwimmen u. s. f. Den Sonntag benutze man zu Spaziergängen in Wald und Feld.

Man gehe zeitig zu Bett, um am Morgen mit frischem Kopf und ausgeruht sein Tagewerk zu beginnen. Ausschweifungen jeder Art zehren an Körper und Seele; ein sittenreiner Lebenswandel schützt vor vielen Krankheiten.

Man mache sich widerstandsfähig gegen Erkältung und Katarrhe durch tägliches Abwaschen des ganzen Körpers mit zimmergestandenem Wasser und nachheriges Trockenreiben. Allzu warme Kleider und zu stark geheizte Zimmer sind schädlich.

(Schluß folgt.)