

Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militär-sanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 15 (1907)

Heft: 4

Rubrik: Vermischtes

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: 07.02.2026

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

aber doch die Lage erkannte, in der ich mich befand, und derselben dadurch ein kurzes Ende bereitete, daß er den aufgeregten „Monopeden“ einfach umfaßte und in sein Bett trug wie ein Wickelkind. Ein paar hinzugefügte drohende Worte, die zwar nicht verstanden wurden, aber durch ein komisches Gemisch von Deutsch und Französisch offenbar an Gewicht gewannen, verbunden mit der völligen Erschöpfung, die sich plötzlich geltend machte, brachten den Mann zur Ruhe, und nachdem der Preuße und ich einem unbezwinglichen Lachreiz unsern Tribut bezahlt, wollte ich eben zu meinem Kranken zurückkehren, als plötzlich leises Schluchzen an mein Ohr drang. Es kam aus der Ecke, wo in einer Kinderbettstätte der zwölfjährige Trommeljunge lag, und ein tränenüberströmtes, bleiches Knabengesicht schaute schüchtern zu uns auf, als der Preuße und ich vor dasselbe traten. Der arme Trommeljunge sang diesmal nicht, sondern kämpfte männlich gegen das herzbrechende Schluchzen, das aus seiner jungen Brust hervordrang.

„Was ist's, Teddy?“ fragte ich freundlich, und er wischte seine Tränen weg und antwortete mit erstickter Stimme:

„Ich habe Schmerzen, Fräulein; aber ich meine nicht deshalb; ich bin daran gewöhnt. Mir träumte, Ritt sei hier, und — und als ich aufwachte und sah, daß es nicht wahr sei, konnte ich nicht anders —“

Erneutes bitterliches Schluchzen; endlich war er imstande, uns zu erzählen, daß der Mann, den man tot aus der Ambulanz ge-

hoben, Ritt gewesen sei. Wir verstanden nun seine Trauer. Denn als die Verwundeten in Fredericksburg abgeholt wurden, lag der Kleine gleichfalls verwundet im Feld, und sein Freund Ritt, obschon selber schwer verletzt, trug ihn aus Furcht, man möchte ihn liegen lassen, in seinen Mantel gehüllt selber zu den Ambulanzwagen, pflegte ihn während der Fahrt und gab ihn erst auf, als vor der Tür unseres Hospitals, wo des Jungen Pflege und Rettung wartete, der Tod ihn ereilte. Während zehn Tagen hatte Teddy, von Hitze und Fieberfroßt durchschüttelt, nach Ritt gerufen. Und als man ihm dessen Tod mitteilen mußte, war er untröstlich. Er klagte sich fortwährend an, die Ursache seines Todes gewesen zu sein, und das schöne Traumbild rief einem neuen Schmerzensausbruch. Als ich seine abgemagerten Hände in den meinen wärmte, jammerte er:

„Oh, wenn ich nur so leicht und mager gewesen wäre, als Ritt mich trug; vielleicht wäre er dann nicht gestorben. Aber ich war schwer. Ritt war schlimmer verwundet, als er meinte, und so mußte er sterben! Und ich konnte ihm nicht einmal danken für alles und habe ihn nicht mehr gesehen, um ihm Lebewohl zu sagen!“

Dieser Gedanke zerriß sein junges Herz; alle meine Versuche, ihn damit zu beruhigen, daß Ritt sicherlich doch gestorben wäre, vermochten ihn nicht zu trösten, und er brach in erneutes bitteres Schluchzen aus.

(Fortsetzung folgt.)

Vermischtes.

Ueber die Bedeutung des Schlafes. In seiner Schrift über die Kulturschäden vom gesundheitlichen Standpunkte aus behandelt Dr. Gelpke in Piestal in aller Kürze auch die überaus wichtige Bedeutung des Schlafes. Er sagt:

Im Haushalt der Nerven spielt der gesunde Schlaf die Rolle des Brotes. Er ist das A und das O. Da, wo der Schlaf anhaltend fehlt, oder mangelhaft ist, geht es mit der Nervengesundheit bergab. Fast alle unsere Anstaltspatienten haben vor Ausbruch ihrer

Krankheit anhaltend an Schlaflosigkeit gelitten: damit ist allerdings nicht gesagt, daß jede anhaltende Schlaflosigkeit zu Irrsinn führe, wohl aber schädigt dieses qualvollste aller Leiden die Nervenkraft ohne Ausnahme. Ich habe Leute gekannt, welche jahrelang an mehr oder weniger ausgesprochener Schlaflosigkeit gelitten haben, aber immer auf Kosten ihrer Nerven.

Nicht jeder ist so glücklich, einen so gehorjamem Schlaf zu haben, wie der Graf Egmont, den Göthe am Abend vor seiner Hinrichtung ebenso sanft und ruhig einschlafen läßt wie an jedem andern Tage, oder wie Napoleon I., der unmittelbar vor und nach der Schlacht auf Kommando schlafen konnte, oder wie der israelitische Viehhändler, den wir im Coupé III. Klasse mitten im Lärmen und Treiben, auf seinen Knotenstock gestützt, ruhig schlafen sehen. Das ist ökonomisch; denn es ist auffällig, wie auch ein kurzer Schlaf von $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ Stunde die Nerven merkwürdig auffrischt. Junge Leute haben ein größeres Schlafbedürfnis als Greise; der Handarbeiter braucht weniger Schlaf als der Hirnarbeiter. Acht Stunden dürfte für den letztern das Minimalmaß sein.

Viele Leute kommen nicht zum Schlafen aus Zeitmangel, so in manchen Tag und Nacht arbeitenden Betrieben, wie z. B. bei Bäckern, Müllern. Ein Müllerbursche erzählte mir glaubwürdig, daß er vom Neujahr bis Ostern nicht aus den Kleidern käme, da er durchschnittlich alle Stunden während der Nacht aufstehen müsse zum Aufschütten des Korns. Manche Mutter und Krankenpflegerin weiß von dem angreifenden Einfluß anhaltender Nachtwachen zu erzählen. Ein bairischer Oberst erzählte mir aus dem deutsch-französischen Krieg, daß ihn weder Durst noch Hunger, noch die Anstrengungen des Felddienstes so heruntergebracht hätten wie anhaltender Entzug des Schlafes; letzteres mache den Menschen fast wahnsinnig. Die Falkoniere des Mittelalters zähmten ihre Raubvögel da-

durch, daß sie die Tiere während drei- bis viermal 24 Stunden stündlich aus dem eben begonnenen Schlaf aufscheuchten; dadurch wurden dieselben ganz firre; vom Standpunkt eines Raubvogels auch eine Art Geistesstörung.

Zur Behandlung der Schlaflosigkeit ist alles besser als die sogenannten Schlafmittel; letztere können nur mit größter Vorsicht (Morphiumsucht!) und nur auf Verordnung des Arztes genommen werden. Dagegen gibt es allerlei kleine Hausmittel, welche zu kennen für den an Schlaflosigkeit Leidenden eine große Wohlthat ist. Dahin gehören: ein kurzer Spaziergang (am besten bergauf) vor dem Schlafengehen, oder wenigstens einige Minuten frische Luft atmen am offenen Fenster, vor der Haustüre, oder ein warmes Fußbad, event. ein andauerndes halbstündiges warmes Vollbad vor dem Schlafengehen. Drittens ist sehr zu empfehlen als altbewährtes Hausmittel, das Verstopfen beider Ohren mit Wachs- zäpfchen oder mit Brot und Watte durcheinandergestopft.

Von Kaltwasserapplikationen sind schlafmachend die sogenannten nassen Socken, dann Wadenwickel, welche die ganze Nacht liegen bleiben; die Bauchwickel, oder statt der Wickel ein kurzes, kühles Sitzbad, letzteres besonders in der wärmeren Jahreszeit. Schließlich tun oft ein Glas Bier oder Kephir oder eine Tasse Baldriantee gute Dienste, fördernd wirkt manchmal auch dabei ein leichter, nicht aufregender Lesestoff, während der Versuch, den Schlaf durch den intensiven Wunsch einzuschlafen gewissermaßen zu erzwingen, eher das Gegenteil erzeugt. Natürlich darf man vor dem Schlafengehen keinen starken Tee trinken, keine Theater und Konzerte besuchen.

Die Gewürze. In der letzten Zeit ist es besonders der Petersburger Physiologe Pawlow gewesen, der darauf hingewiesen hat, daß die Gewürze und Salze in der Ernährung des Menschen insofern eine maßgebende Rolle spielen, als eine Speise, die nicht schmackhaft

zubereitet ist, nicht die erforderliche Anregung auf die Verdauungsorgane ausübt, infolgedessen auch nicht die genügende Ausscheidung von Magensaft veranlaßt und nicht genügend verdaut wird. Diese Tatsache, obgleich sie schon lange bekannt war, kann nicht oft genug wiederholt werden, da durch sie die Kochkunst nicht nur berechtigt, sondern eine unbedingte Notwendigkeit wird. Ohne zu vergessen, daß zu starkes Salzen und Würzen der Speise ein Nachteil für den Körper ist, weil dadurch die betreffenden Organe abgestumpft und zwecklos ermüdet werden, weil dadurch aber auch ein Durstgefühl hervorgerufen wird, welches leicht zu Alkoholmißbrauch führen kann, soll doch jedes natürliche Nahrungsmittel durch die richtige Zubereitung in der Küche, also besonders auch durch den richtigen und in verständigen Grenzen sich haltenden Zusatz der entsprechenden Gewürze, so zubereitet werden, daß es mit Appetit und gern genossen wird, und durch das Unterlassen dieser Forderung wird selbst das teuerste und an und für sich vollkommenste Nahrungsmittel minderwertig und verfehlt seinen Zweck. Nicht pikante und in übertriebener Weise zusammengesetzte Speisen sollen auf unseren Tisch kommen, wohl aber soll die Speise schon durch ihren Geruch anregend wirken, schon durch den Duft, den sie

ausströmt, den Appetit befördern, und sie wird dann in den meisten Fällen auch als leicht verdaulich empfunden werden. Heute noch wie vor Jahrhunderten, gelten als Prototyp der Gewürze Pfeffer und Salz; die Neuzeit hat aber neben den natürlichen auch künstliche Gewürzmittel uns gegeben, wie den Fleischextrakt und die Magginwürze, welche letzteren beide den Vorzug der Milde haben, sowie den fernerer, daß sie gleichzeitig das Aroma und den Geschmack mehrerer einfacher Gewürzmittel in sich vereinen. Diese Eigenart macht beide Präparate zu einer sehr wertvollen Bereicherung der Küche. Auf jeden Fall sollten aber unsere Mädchen, gleichgültig welchem Kreise sie angehören, rechtzeitig die Bedeutung der Gewürze kennen lernen, da sie damit gleichzeitig das richtige Verständnis für die Kochkunst erhalten, ohne welche keine Hausfrau ihrer Stellung gerecht werden kann. Indessen nicht nur die Frau, sondern auch die Ärzte müßten im Kochen bewandert sein, da es für den Kranken fast noch wichtiger als für den Gesunden ist, daß ihm eine schmackhafte Kost geboten wird, und nicht immer die Forderung des Arztes nach einer bestimmten Speise genügt, sondern der Arzt auch unter Umständen in der Lage sein muß, anzugeben, wie diese Speise hergestellt wird.

Vom Büchertisch.

Einführung in die Pflege von Augenkranken für Krankenschwestern und Pfleger, zusammengestellt von Dr. H. Göring, Assistenzarzt der Augenheilanstalt Wiesbaden. Mit einem Vorwort von Professor Dr. Pagenstecher. 1907. J. F. Bergmann, Wiesbaden. 52 Seiten. Preis 1 Mark.

Während für die allgemeine Krankenpflege zahlreiche gute Lehrbücher existieren, ist dies unseres Wissens die erste spezielle Anleitung zur Pflege von Augenkranken und man kann ohne weiteres sagen, daß sie einem bestehenden Bedürfnis entspricht. In einfacher, klarer Darstellung, wie sie vom Pflegerpersonal ver-

standen wird, behandelt der Verfasser seinen Stoff, den er in folgende Abschnitte gliedert: I. Das Auge des Menschen; II. Die Krankenpflege; III. Die Hülfe bei Operationen; IV. Die Pflege der Operierten; V. Fremdwörter, die in der Augenpflege besonders häufig vorkommen.

Obgleich das Büchlein vor allem für die Bedürfnisse der Wiesbadener Augenheilanstalt geschrieben ist und die dortigen Verhältnisse und Gewohnheiten zugrunde legt, so tut doch diese subjektive Färbung seinem Wert keinen Eintrag. Es wird all denen gute Dienste leisten, die Augenranke zu pflegen haben oder ihre Kenntnisse zu vermehren wünschen.