

**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:** 18 (1910)

**Heft:** 12

**Artikel:** Einiges über Arbeiterkrankheiten

**Autor:** Ringier, E.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-545596>

### **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:** 11.01.2026

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

# Das Rote Kreuz

Schweizerische Monatschrift

für

Samariterwesen, Krankenpflege und Volksgesundheitspflege.

## Inhaltsverzeichnis.

	Seite		Seite
Einiges über Arbeiterkrankheiten . . . . .	133	Durch das Rote Kreuz im Jahre 1910 subven-	
Sanitätshilfskolonnen . . . . .	135	tionierte Kurse (Samariterkurse) . . . . .	140
Die Delegiertenversammlung des Roten Kreuzes	136	Schweizerischer Samariterbund: Der Zentral-	
Schweizerischer Samariterbund: Ordentl. Dele-		vorstand an die Sektionen . . . . .	142
giertenversammlung in Biel . . . . .	138	Rede des Herrn Dr. F. Stocker . . . . .	142
Aus dem Vereinsleben: Baden; Winterthur;		Reiner Lebertran und Lebertran-Emulsion . .	144
Marau . . . . .	139	Humoristisches . . . . .	144

## Einiges über Arbeiterkrankheiten.

Von Dr. med. E. Ringier in Kirchdorf (Bern).

### V. Die Krankheiten der sitzenden Berufsarten.

Groß ist die Zahl der Arbeiter zu Stadt und Land, die durch die Art ihrer Beschäftigung zu einer fast ausschließlich sitzenden Lebensweise veranlaßt werden, groß aber auch die Menge der dadurch bedingten Gesundheitsstörungen, mit denen wir uns heute etwas eingehender befassen wollen.

In die Kategorie der sitzenden Berufsarten gehören u. a. die Schneider, Schuster, Weber, Uhrmacher, die Nähterinnen, Modistinnen und zahlreiche Fabrikarbeiterinnen; sodann das große Heer der Krämer, Kaufleute, Schreiber, Bureauangestellten, Telegraphisten; und endlich können in mehr oder weniger hohem Grade auch die Vertreter des Lehrer- und Beamtenstandes sowohl in den Städten als auch auf dem Lande den sitzenden Berufsarten zugezählt werden.

Hatten wir es aber bei unsern bisherigen Besprechungen aus dem Gebiete der Arbeiter-

hygiene (Staub- und Gasinhalationsarbeiten, Blei-, Phosphor- und Quecksilbervergiftung) hauptsächlich mit den Folgeerscheinungen einer intensiven Verunreinigung der Einatemungsluft oder der direkten Berührung von giftigem Arbeitsmaterial zu tun, so handelt es sich bei den krankhaften Störungen infolge anhaltend sitzender Lebensweise um ein Zusammenwirken von verschiedenartigen schädlichen Einflüssen, unter denen der Mangel an frischer Luft und regelmäßiger Körperbewegung und die gebückte Stellung bei der Arbeit die Hauptrolle spielen.

Daß zunächst der Mangel an frischer, gesunder, genügend reichlicher Luft früher oder später seinen schädlichen Einfluß auf die ganze Konstitution der betreffenden Arbeiter geltend machen muß, liegt auf der Hand. So wenig eine wenn auch noch so lebensfrische Pflanze gedeihen und sich kräftig entwickeln kann, wenn ihr Luft und Licht auf die Dauer ent-

zogen werden, ebensowenig kann ein ansehnend rüstiger, vielleicht noch im vollen Wachstum begriffener menschlicher Organismus seine Kräfte genügend entfalten, wenn er Monate und Jahre hindurch in ein enges, dumpfes, luft- und lichtarmes Gemach oder gar in feuchte, dunkle, kellerartige Arbeitsräume (man denke nur an die Werkstätten der meisten Weber!) eingesperrt wird. Ist es da ein Wunder, wenn die Statistik großer Städte ergibt, daß Schneider, Schuster, Weber, Uhrmacher, Näherinnen und Fabrikarbeiterinnen zu Hunderten und Tausenden im besten Alter durch Lungen- und Bronchitis und anderweitiges Siechtum dahingerafft werden? Und wie oft rührt von dem Mangel an genügend frischer und gesunder Einatemungsluft die große Blutarmut, die zu einer wahren Geißel des weiblichen Geschlechts gewordene Bleichsucht, die wir bei den meisten Vertreterinnen der sitzenden Berufsarten antreffen? Rechnen wir noch hinzu die durchschnittlich ungenügende Ernährungsweise dieser auf eine doppelt kräftige, stärkende und blutbildende Kost angewiesenen Arbeiterinnen, so findet ihr meist vorzeitiges Verblühen und Verwelken eine einleuchtende Erklärung.

Als ein weiteres gesundheitschädliches Moment der ausschließlich sitzenden Lebensweise muß der Mangel an genügender Körperbewegung geltend gemacht werden. Daraus erwächst wiederum ein ganzes Heer von schlimmen Anlagen und krankhaften Störungen in den verschiedensten Funktionen des menschlichen Organismus: in erster Linie eine Beeinträchtigung der Kreislauf- und Verdauungsorgane, wie z. B. Neigung zu hartnäckiger Stuhlverstopfung, zu Hämorrhoiden und venösen Stauungen, namentlich im Bereiche des Pfortaderkreislaufs, ferner zu Nervosität, zu chronischen Kopf-, Magen- und Leibschmerzen, zu Appetitlosigkeit und nervösen Verdauungsbeschwerden aller Art, nicht selten auch zu einer gedrückten, melancholischen oder mürrisch-verdrieß-

lichen und mutlosen Stimmung, zu Schlaflosigkeit usw.

Nicht minder schädlich endlich wirkt die gebückte, vornübergebeugte Körperhaltung der sitzenden Berufsleute bei der Arbeit, wodurch die Ausdehnung des Brustkorbes behindert, der Inhalt der Brust- und Bauchhöhle zusammengepreßt und in vielen Fällen die Wirbelsäule dauernd verkrümmt und verbogen wird. Die chronische Blutstauung in den Lungenspitzen führt dann leicht zu Schwindsucht, diejenige in den Unterleibsorganen zu den verschiedenartigsten Beschwerden und Funktionsstörungen, namentlich beim weiblichen Geschlechte. Endlich sind es die Augen, die, teils wegen des beständigen Blutandranges zum Kopfe, teils infolge steter Ueberanstrengung (beim Nähen, Schreiben, Uhrmachen) bei den meisten sitzenden Berufsarten Schaden leiden.

So sehen wir also aus dem Zusammenreffen verschiedenartiger schädlicher Einflüsse eine nicht zu unterschätzende Gefahr für die Gesundheit der sitzenden Arbeitsklassen erwachsen, zu deren Verhütung resp. Milderung alle nur irgend zu Gebote stehenden Mittel in Anwendung kommen sollten.

In erster Linie ist für fleißige und ausgiebige Lüftung der Arbeitsräume (Werkstätten, Ateliers, Bureauelokale, Schreibstuben, Schulzimmer) zu sorgen. Wo immer es sich tun läßt, dürfen diese Räumlichkeiten nicht gleichzeitig als Wohn- und Schlafstätten benutzt werden.

Für die Beleuchtung halte man sich an die wichtige sanitärische Regel, daß beim Schreiben, Zeichnen, Nähen, überhaupt bei allen feinen, die Augen stärker anstrengenden Handierungen das Licht vorzugsweise von links und hinten einfallen soll.

Den schlimmen Folgen, die mit dem Mangel an beruflicher Körperbewegung und Muskelarbeit verbunden sind, läßt sich am besten vorbeugen durch regelmäßige Beschäftigung in Feld und Garten während den Zwischen-

pausen, durch Sonntagsspaziergänge, durch gesunden, vernünftig geregelten Sport (Turnen, Schwimmen, Radfahren, Rudern, Schlittschuhlaufen etc.).

Von größter Wichtigkeit ist dabei selbstverständlich eine sorgfältige Körperpflege durch den fleißigen Gebrauch von Bädern und Waschungen, wie nicht minder eine leicht verdauliche (nicht verstopfende!), dabei aber nahrhafte und reizlose Kost (vorzugsweise Milchdiät), unter Vermeidung aller Exzesse in Alkohol, Tabak und aufregenden Getränken.

Regelmäßig wiederkehrende, wenn irgend möglich außerhalb der vier Wände des Hau-

ses zugebrachte Ferien wären gerade für die sitzenden Berufsarten eine unschätzbare Wohltat. Wo dieselbe absolut nicht erhältlich ist, sollte wenigstens für einen öfteren kurzen Ausspann gesorgt werden. Bei einigem gutem Willen läßt sich ein solcher gewiß überall erzwingen und einigermaßen reich gestalten.

Endlich ist auch einer passenden, nicht zu eng anschließenden (Korsett und Mieder möglichst zu vermeiden!), dabei hauptsächlich auf Warmhalten der Füße Bedacht nehmenden Bekleidung ein gewisser praktischer Wert beizulegen.

## Sanitätshülfskolonnen.

Da ich schon in der Märznummer von 1906 und in Nr. 2 von 1908 in Sachen geschrieben, so gestatte ich mir zu den Vorschlägen, die in der letzten Nummer Seite 125 ff. erschienen sind, einige Bemerkungen. Mit dem Herrn Einsender bin ich vollständig damit einverstanden, daß die Materialbeschaffung gegenwärtig das dringendste Postulat sei und bereits 1908 (siehe Organ Seite 41) habe ich die Anregung gemacht, man möchte Wagen (jetzt Kolonnenfourgon) und Feldküchen anschaffen. So sehr die Besoldung durch die Zweigvereine in der Höhe von Fr. 10,500 jährlich zu begrüßen wäre, so zweifle ich sehr daran, daß dies den Zweigvereinen möglich wäre, man vergleiche damit die Tabelle des Vermögensbestandes der einzelnen Zweigvereine im Jahresbericht. Was endlich die Ausbildung der Mannschaft anbelangt, so scheint mir der Vorschlag, dieselbe in einem Kurse abzuhalten, vom militärischen Standpunkte sehr wünschenswert. Ein Analogon fand ich in der Verordnung betreffend Organisation der Mineurdetachements in Artikel 4 (siehe Militärämtsblatt von 1910, S. 232), wonach

Freiwillige aus der Kategorie der Hülfsdienste (zu denen ja bekanntlich die Mehrzahl der Kolonnenmannschaften gehört) zu Übungen gemäß Art. 22 der Militärorganisation einbezogen werden und im betreffenden Jahr militärsteuerfrei sind. Wenn nicht der Bund die Kosten ganz auf sich nimmt, so zweifle ich sehr, daß Zentralverein und Zweigvereine das zu solchen Kursen nötige Geld aufbringen werden. Ferner können gut 10% der Mitglieder nicht frei bekommen, um einen solchen Kurs zu besuchen, oder laufen Gefahr, ihre Stelle zu verlieren; endlich könnte die Kolonne an Sonntagen keine Verwendung mehr finden bei Samariterfeldübungen etc. Dies nur in aller Kürze einige Bemerkungen und zum Schluß noch drei Wünsche. Sobald das Anleihen perfekt ist, möchte die Transportkommission den Kolonnen je einen Fourgon abliefern, ferner offiziell einen Rapport von Delegierten der Kolonnenleitungen einberufen zur Besprechung der Anschaffungen, und endlich möge die Transportkommission auf dem Generalstabsbureau vorstellig werden, damit das Eisenbahndepartement in Zukunft nur noch