

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: 23 (1915)

Heft: 18

Artikel: Das Trinken im Sommer

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-547728>

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: 13.01.2026

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

schonungsvolles Verfahren unter möglichster Vermeidung von Schmerzen verlangen. Letzteres wird sich oft gar nicht erzielen lassen, aber hier nützt zuweilen ein gutes Wort von

seiten des Arztes ebenso, wie eines von den schmerzstillenden Mitteln, die dem Mediziner in ziemlicher Auswahl zur Verfügung stehen.

Schluckgeräusch bei Säuglingen.

Bei Säuglingen ist es, während sie an der Brust liegen, sehr angebracht, auf das leise Geräusch zu achten, welches durch die Bewegungen der Muskeln und der flüssigen Milch beim Saug- und Schlingakt entsteht. Wenn man das Ohr dem Kopf des Säuglings während des Stillgeschäfts nähert und einigermaßen sonst Ruhe herrscht im Gemache, kann man dieses Schluckgeräusch unschwer und deutlich wahrnehmen. Man überzeuge sich auf diese Weise lauschend namentlich bei Ammen öfters, ob der Säugling auch wirklich ausreichend Nahrung zu sich nimmt und nicht zwecklos an der Brust liegt. Die Milch pflegt nach den ersten Zügen des Kindes bald reichlich zu quellen, dann wird der Zufluß spärlicher. Das Kind schluckt zunächst mit vollem Munde, muß aber nach kurzer Zeit beginnen, kräftig und kräftiger zu saugen, um etwas Nahrung in den Mund aufnehmen zu können, und tut es auch, so lange es nicht gesättigt ist. Nun büßt aber nicht selten auch bei guten Ammen die Milchausscheidung mit der Zeit etwas an Menge ein trotz bester Pflege. Bald nach dem Anlegen versiegt der

reichliche Strom ganz oder rinnt nur noch äußerst spärlich. Das Kind bekommt nur noch den ersten starken Zufluß, müht sich aber alsbald saugend ab, ohne indessen ausreichend Nahrung zu erhalten. Infolgedessen lassen auch die Schluckbewegungen nach und hören vorzeitig auf. Schließlich schläft der Säugling, ermattet von der nutzlosen Anstrengung, ungesättigt ein. Die Amme wird natürlich diesen Zustand, in den sie ja übrigens gewöhnlich schuldlos geraten ist, möglichst lange zu verheimlichen suchen, um ihre Stellung nicht zu verlieren. Das Kind aber will nicht recht gedeihen, sein Gewicht zeigt zuweilen sogar eine Abnahme, deren Ursache unerklärlich erscheint. Ist die Amme sonst brauchbar und verständig, entwickelte sich das Kind bei ihr bisher befriedigend, so beruhige man sie, mache ihr keine Vorwürfe, versuche lieber neben der Brust dem Kinde Flaschennahrung zur Ergänzung zu reichen, bevor man sich zu einem nicht immer leicht sofort durchführbaren und nicht immer sicher günstig verlaufenden Ammenwechsel entschließt.

Das Trinken im Sommer.

Nicht alkoholischen Getränken gelten die folgenden Zeilen, sondern dem Wassertrinken im Sommer und vor allem an heißen Tagen, worüber die Ansichten noch recht verschieden und zum Teil recht falsch sind. In erster Linie spielt auch beim einfachen Wassertrinken

die Gewohnheit eine sehr große Rolle. Während der eine auf Spaziergängen und Touren wenig oder gar kein Wasser bedarf, hält der andere an jeder Quelle still, um seinen mehr oder weniger eingebildeten Durst zu löschen. Es soll gewiß nicht behauptet werden, daß

dem Durstgefühl bei Wanderungen und Märschen im Sommer nicht stattgegeben werden soll; es ist im Gegenteil ein berechtigtes Verlangen, dann und wann durch einen Schluck Wasser sich zu erfrischen, und auch kühles Wasser ist selbst bei erhitztem Körper an heißen Tagen nicht schädlich, wenn es langsam getrunken und nicht hastig in großen Mengen dem Magen zugeführt wird. Je mehr aber jemand trinkt, desto mehr wird er schwitzen und desto leistungsunfähiger wird er bei größeren Märschen sein. Es ist durchaus nicht nötig, bei jeder sich bietenden Gelegenheit ein ganzes Glas Wasser hinunterzugießen, sondern auch im Wassertrinken soll ein ver-

ständiges Maß eingehalten und nicht eine Gewohnheit großgezogen werden, die nicht als ein Vorteil bezeichnet werden kann. Wer einmal seine Neigung zum Trinken größerer Mengen Wassers zu bekämpfen vermocht hat, wird bei späterer Gelegenheit schon in viel geringerem Maße ein Bedürfnis zum Trinken haben und wird dann auch an sich selbst erfahren, wie ihn sogar größere Touren weniger anstrengen und ermüden, als jenen, der über sein unmäßiges Tringelüste nicht Herr zu werden vermag. Gewiß ist das beste Getränk im Sommer ein kühles Quellwasser; aber auch hier kann man durch Unmäßigkeit das Gute in sein Gegenteil verkehren.

Sammlung von Geld und Naturalgaben.

Bei der Zentralstelle eingelangt:

A. Barbeiträge.

XVI. Liste.

	Fr. Ct.		Fr. Ct.
Légation de Suisse, Buenos Ayres, Sam- melergebnis	409. 75	Ungenannt, Bern	5. —
Angestellte des Hotels Schweizerhof Bern	2. 50	Durch Herrn Frey, Olten	5. —
Herr E. Bischoff, Wil, St. G.	20. —	Mme. Jouvy, Rilhac	5. —
Angestelltenvereinig. der Fabrik Oerlikon	250. —	Sonntagsgesellschaft Goldach	5. —
Durch Herrn Pfarrer Bärlocher, Stein, Schaffhausen, Sammelergebnis	276. 10	Füsilierbataillon 23, Konzertertrag	164. 05
A. Bollack, Yverdon	18. 75	Zweigverein Seeland	15. —
Vom Friedenschor Neuchâtel	15. —	Schweiz. Fussballverband Bern	100. —
Richteramt Nieder-Simmental	9. 80	Zweigverein Horgen	500. —
E. Cavin, Lausanne	50. —	Erlös aus Wollstoffabfällen	287. 65
Société suisse Amicizio Florence	100. —	Herr E. Probst, Finsterhennen	3. —
Ungenannt aus Sao Paolo, Brésil	37. 40	Durch Territorialkommando d. VI. Kreises	20. —
Schweizerischer Werkereiverein	31. 95	Durch Friedensrichteramt Kreuzlingen	50. —
Durch Zweigverein Solothurn	6. —	Zinsertrag bei der Nationalbank Bern	38. 05
Frau E. Müller, Bern	10. —	W. Zimmermann, Bern	2. —
Durch Zweigverein Basel	13. 10	Frau E. Fischer-Ruoff, Bern	30. —
Richteramt III Bern	29. —	Mme. Carraby, Paris	500. —
Zweigverein Fribourg	145. —	Frl. Schär, Chaux-de-Fonds	20. —
Durch Schweiz. Mobiliarversicherung, Expertenhonorar des Hrn. Zweifel, Sirnach	15. —	Zins bei der Schweiz. Volksbank, Bern, I. Semester	3364. 85
Ungenannt, Bern	1. —	Frau Fuchs, Caux	5. —
Herrn P. Bulka, Bern	50. —	Durch Bahnhofkommando Bern von ungarischer Dame	10. 50
Durch Bataillon 44	13. —	Samariterverein Meilen	20. 50
Sammelertrag der schweiz. Gesandtschaft Buenos Ayres	2345. 65	Herr Dr. Homberger, Tarasp	20. —
Zweigverein Solothurn	60. —	Von französischen Sanitäts-offizieren	119. 90
Herr Heimberg, Oberschweizer, Sachsen	25. —	Club sportif suisse, Buenos Ayres	308. —
Frl. Haldi, Chelsea, London	50. —	Von ungenannt sein wollenden Franzosen	20. —
		Zweigverein Basel	1200. —
		Amerik. Rotes Kreuz, Washington	1040. —
		Frl. Charpier, Bern	1. 50