

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: 26 (1918)

Heft: 3

Artikel: Das Körpergewicht

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-545831>

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: 21.01.2026

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

Aus dem Vereinsleben.

Belp. Samariterverein. Am 15. Dezember 1917 wurde im Gasthof zum „Kreuz“ die Schlußprüfung des ersten vom hiesigen Samariterverein organisierten Samariterkurses abgehalten. Kursleitung: Herr Dr. D. Haller, Belp, und Herr Nieder, Hilfslehrer, Bern.

Infolge des mangelhaft, oft gar nicht geheizten Uebungslokales, ging die am Anfang recht stattliche Teilnehmerzahl bis auf 21 zurück.

Als Experten waren anwesend die Herren Dr. Dübli und A. Schmid, beide aus Bern, die sich lobend über die Leistungen der jungen Samariter aussprachen.

F.

Gäu (Kt. Solothurn). Der Samariterverein Gäu hielt am 31. Dezember in Niederbuchsitte eine praktische Uebung ab, die von den Mitgliedern zahlreich besucht wurde. Die günstigen Schneeverhältnisse erlaubten unsern Leitern, Herrn Th. Heim und Frau Schneeberger, die jüngere Garde mit etwas Neuem zu überraschen. Währenddem die holden Samariterinnen den mutmaßlich Verunglückten (infolge Schlittenzusammenstoß) die erste Hilfe angeheißen ließen, waren die Samariter bestrebt, in aller Eile die nötigen Improvisationsmittel für Schneetransport anzufertigen, wobei die älteren Mitglieder den jüngeren manch prak-

tischen und lehrreichen Wink erteilten. Trotzdem die kalte Witterung uns belästigte, leistete jedermann sein möglichstes. Die Transportmittel, worauf speziell das Hauptgewicht verlegt wurde, bestanden die Feuer- taufe. Die Blessierten wurden im schnell errichteten Krankenzimmer mit wärmendem Tee erquickt.

Die Diskussion wurde zur regen, gegenseitigen Aussprache benutzt. Ueber den Verlauf der Uebung sprach die Leitung ihre Befriedigung aus.

Nach getaner Arbeit vereinigte man sich noch zu einem gemütlichen Hock.

Herisau. Militär-sanitätsverein. Die Kommission des Militär-sanitätsvereins Herisau hat sich pro 1918 folgendermaßen konstituiert: Präsident: Gesti, Jakob, Sanitätsgefreiter, Oberdorf 147 (bish.); Vizepräsident: Hinterberger, Ernst, Sanitätsgefreiter (bish.); Kassier: Zellweger, Jakob, Radsfahrer, Glander (bish.); Aktuar: Bondt, Hans, Rotkreuz-Kolonnenführer, Melonenstr. (bish.); Materialverwalter: Tinner, Adrian, Landsturm, Kapfstrasse (bish.); I. Beisitzer: Jten, Walter, Sanitäts-Feldweibel, Oberdorf (bish.); II. Beisitzer: Schlappfer, Albert, Bern.-Soldat, Buchenstrasse (neu); I. Rechnungsrevisor: Lang, Konrad, Post-faktor, (bish.); II. Rechnungsrevisor: Abt, Ferdinand, Rotkreuz-Fourrier (neu).

Das Körpergewicht.

Mit der fortschreitenden ärztlichen Erkenntnis hat für die Beurteilung der Individuen auch das Körpergewicht in seinem Verhältnis zu der Körpergröße eine steigende Bedeutung bekommen. Wenn der Appetit gut oder wenigstens nicht schlecht ist und eine auffallende Magerkeit bestehen bleibt, oder wenn ein vorher wohlgenährter Körper abzumagern beginnt, so sind das wichtige Anzeichen, daß in dem Körperhaushalt Störungen bestehen oder eingetreten sind, welche ärztlicher Hilfe bedürfen. Der erstere Fall spielt besonders eine maßgebende Rolle in der Früherkennung jugendlicher. Wenn eine junge Person dauernd schwächlich bleibt, dauernd zwischen ihrem Körpergewicht und ihrer Körpergröße ein Mißver-

hältnis besteht, so muß man unbedingt an einen verzehrenden Keim im Innern des Körpers denken, wenn auch für denselben trotz sorgfältigster Nachforschung keine weiteren Anzeichen zu finden sind. Es hat sich leider nur zu oft als eine Wahrheit erwiesen, daß in solchen Fällen eine leichte Erkältung wie ein Blitz aus heiterem Himmel schwere Tuberkulose entstehen läßt, und man soll ihnen daher beizeiten besondere Achtung und Pflege angedeihen lassen, um vor traurigen Ueberraschungen bewahrt zu bleiben. Ebenso kann sich in späteren Jahren eine Tuberkuloseinfektion zuerst durch die beginnende Abmagerung bemerkbar machen, und wo sich eine solche einstellt, soll man sofort an Tuberkulose, Zucker-

krankheit oder Aderverfälschung denken und in dieser dreifachen Richtung die Untersuchung und Beobachtung führen. Der Beginn der Tuberkulose in diesen späteren Jahren pflegt meistens auch von Appetitverminderung begleitet zu sein, welche bei Diabetes und Aderverfälschung fehlt, wohl der Hauptgrund, daß bei den letzteren die Abmagerung oft nicht lange übersehen wird. Bei Aderverfälschung ist die Abmagerung allerdings keine Regelmäßigkeit, aber sie kann eintreten, und es ist auch nur zu erklärlich, daß bei schweren Formen dieser Krankheit der Stoffwechsel leidet, weil die Entartung der Gefäßwand in Verbindung mit mancherlei Stoffen, die schädlicherweise im Blute kreisen, den normalen Stoffwechsel beeinträchtigt und stört. Der Laie darf also nicht über eine Abmagerung leicht hinweggehen; ist sie in den zwanziger Jahren eine dauernde Erscheinung, so muß dann ebenso sehr ärztliche Hilfe in Anspruch genommen werden, als wenn sie sich später entwickelt, da nur der Arzt den Grund dieser Erscheinung feststellen und die Wege zu ihrer Bekämpfung zeigen kann. Damit soll nicht gesagt werden, daß es erforderlich ist, das Körpergewicht möglichst hochzubringen, es liegt wie überall im Leben, so auch hier, in der Mitte das Richtige. Fettleibigkeit auf der andern Seite muß ebenso als Krankheit angesehen werden wie große Magerkeit. Zahlen anzugeben ist schwer, da bei dem Körpergewicht die individuellen Verhältnisse sehr bestimmend mitsprechen und tatsächlich bei einzelnen Personen das Knochengeriüst derber ist als bei andern. Aber man hat doch einen ungefähren Anhalt, wenn man für die Beurteilung des Körpergewichts die Körpergröße in Betracht zieht und bei dem Erwachsenen unbedeutend soviel Kilogramm verlangt, als er in seiner Größe an Zentimetern ein Meter übertrifft. Wenn dieses Verhältnis um wenige Kilogramm überstiegen wird, so ist das kein Nachteil, da ein gewisser Vorrat von Glykogen und Fett im Körper für etwaige Tage der

Krankheit vorhanden sein soll. Ausdrücklich aber sei wiederholt, daß das nur wenige Kilogramm sein dürfen und der Zustand der Ueberernährung vermieden werden muß. Leider ist es nur zu sehr zutreffend, wenn neulich gesagt wurde, daß durch das Essen bedeutend mehr Erkrankungen verursacht werden als durch Trinken, und die meisten Menschen verstehen es nicht, ihr Körpergewicht in zulässigen Grenzen zu halten. Es ist auch nicht richtig, wenn sie sich bei Zunahme des Gewichts damit entschuldigen, daß sie nicht mehr essen wie der oder jene andere, der trotz der gleichen Nahrungsaufnahme an Gewicht nicht zunehme. Dieses tatsächlich vorhandene verschiedene Verhalten im Körperanfang beruht hauptsächlich in den verschiedenen individuellen Verhältnissen: Hier Phlegma, dort temperamentvolle Lebhaftigkeit, hier sitzende Lebensweise, dort mehr Bewegung, hier behagliches Hinleben, dort Sorge und Kummer, hier Trägheit, dort fortwährende geistige Tätigkeit und wie die einzelnen Faktoren alle heißen mögen, sind außerordentlich maßgebend, ob aus den genossenen Speisen eine Aufspeicherung im Körper erfolgt oder diese restlos verbraucht werden. Der Laie weiß ja auch lange aus eigener Erfahrung, daß geistig sehr rege Personen sowie die Nervösen gewöhnlich ein niederes Körpergewicht haben, und bei den letzteren halten es die Ärzte mit größter Berechtigung für ihre Pflicht, das Körpergewicht zu heben, weil sie wissen, daß dann auch langsam die nervöse Ueberreizung zurückgeht und an deren Stelle das Gleichgewicht der Ruhe in den Organismus einzieht. Weniger kann man sich beim Kinde in der Beurteilung des Körpergewichts an einen bestimmten leicht zu konstruierenden Maßstab halten. Deshalb ist es aber nicht weniger verkehrt, in der Fettleibigkeit des Kindes dessen Gesundheit zu sehen, wie es heute viele törichte Eltern tun. Die Ansammlung von Fett gibt wohl ein hohes Körpergewicht, bedeutet aber weder beim Kinde

noch beim Erwachsenen Körperkraft, und wenn die Eltern, um der Unvernunft die Krone aufzusetzen, solche übermästeten schwerfälligen Kinder gegen deren eigenen Willen zum Gehen anhalten wollen, so werden sie die Ursache, daß diese unglücklichen Persönlichkeiten zeitlebens mit krummen Gliedern und schlechten Gang herumgehen müssen. Diese Torheit hat schon Rousseau in seinem „Emil“ an mehreren Stellen hervorgehoben und schon er mahnt, daß man niemals ein Kind zum Gehen zwingen, sondern warten soll, bis dasselbe von selbst die ersten Gehversuche macht. Sobald das Kraftgefühl in einem Kinde ge-

nügend stark geworden ist, richtet es sich von selbst auf, während die zu schwachen Knochen unweigerlich sich verbiegen müssen, wenn es ohne diese innere Kraft von seiner Umgebung zum Stehen angeregt wird. So erweist sich das Körpergewicht als ein sehr wichtiger Umstand in der Gesundheitspflege und der Erkennung der Krankheit, und aus diesem doppelten Grunde sollte jeder in gewissen Zwischenzeiten sein Körpergewicht durch eine richtiggehende Waage, zu denen nicht immer die an öffentlichen Stellen aufgestellten gehören, bestimmen lassen.

(Blätter für Gesundheitspflege.)

Unterbringung notleidender und erholungsbedürftiger Schweizer-Kinder.

Herr Dr. phil. Hans Bächtold, Nonnenweg 18 in Basel, ersucht uns um Aufnahme des folgenden Artikels, dem wir gerne Raum gewähren, da es sich um eine rein schweizerische Hilfsaktion handelt. Gastgeber sein, ist schön und erfreulich, aber man darf der eigenen Hausgenossen darum nicht vergessen (Die Red.).

Die lange Dauer des Krieges, die erschwerte Nahrungsmittel- und Kohlenzufuhr und die Verteuerung der Lebenshaltung haben in weiten Kreisen unserer Bevölkerung eine schwere und drückende Notlage geschaffen. Der kommende Winter wird sie voraussichtlich noch vergrößern, und Tausende von Familien, die in ruhiger Friedenszeit ihr gutes Auskommen hatten, sehen ihm mit großer Sorge entgegen. Unter der drohenden Not, dem Hunger und der Kälte leiden vor allem die Kinder. Sie werden durch Unter- nährung in ihrer körperlichen und geistigen Entwicklung geschädigt und für Skrophulose, Tuberkulose und andere Krankheiten empfänglicher gemacht.

Unter diesen Umständen hat sich das unterzeichnete Komitee die Aufgabe gestellt, im Einverständnis mit den zuständigen Organen der

Bundesverwaltung und unter Mitwirkung gemeinnütziger Vereinigungen eine Hilfeleistung für unsere inländische Jugend in der Weise zu organisieren, daß kränkliche Kinder in Sanatorien und Versorgungsheimen untergebracht und Kinder solcher Familien, deren Lage besonders schwer ist, für einige Zeit (etwa 4—6 Wochen) von bessergestellten Haushaltungen zu Gaste geladen werden. Auf diese Weise hofft es, manchen Eltern einen Teil der Sorge um ihre Kinder wenigstens für kurze Zeit abnehmen und den Kindern selbst durch bessere und reichlichere Kost eine Wohltat erweisen zu können. Das Komitee richtet darum an die Öffentlichkeit die herzliche Bitte, ihm dabei behilflich zu sein und ihm Freiplätze für solche Kinder zur Verfügung zu stellen. Alle Wünsche betreffend Geschlecht, Alter, Konfession und Zeit des Aufenthaltes des Kindes sollen nach Möglichkeit berücksichtigt werden, und es wird für die Beschaffung der nötigen Lebensmittelmarken Sorge getragen werden. Zu zeitweiliger Unterbringung kränklicher Kinder in geeigneten Anstalten sind dem Komitee in dankenswerter Weise Geldmittel in Aussicht