

<b>Zeitschrift:</b>	Das Rote Kreuz : officielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz
<b>Band:</b>	29 (1921)
<b>Heft:</b>	6
<b>Artikel:</b>	Wann soll man die Zähne putzen?
<b>Autor:</b>	[s.n.]
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-546301">https://doi.org/10.5169/seals-546301</a>

### **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:** 23.02.2026

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

und war der Besuch ein guter. Daher wurde für 1921 der Plan laut Beschluß beibehalten.

Herr Dr. Bannwart ermuntert die Mitglieder zum fleißigen Arbeiten im Samariterwesen und im treuen Zusammenhalten des Vereins weiter zu fahren. Damit war der geschäftliche Teil beendigt und folgt der auch bei Samaritern beliebte gemütliche Teil. In einem reichhaltigen Programm von theatralischen Darbietungen zeigte sich deutlich genug, daß Samariter und Samariterinnen es auch vortrefflich verstanden, vielleicht lang untätig gewesenen Lachmuskeln eine gehörige Bewegung zu entlocken. Auch die am Nachmittag etwas mit Angst erfüllten Herzen der Kursteilnehmer tauten wieder auf. Nun kamen auch noch die bald unruhig gewordenen Tanzbeine zu ihrem Recht, obwohl erst in später Abendstunde, dafür dauerte es bis — — — „zwischen Mitternacht und Frühling.“

Die Aktuarin: J. K.

#### Zürich-Wipkingen. Samariterverein.

Dem Jahresberichte entnehmen wir folgendes: Mitgliederbestand: Ehren-, Frei- und Aktivmitglieder 102, Passivmitglieder 411, total 513. Unter den Verstorbenen berührt uns dieses Jahr besonders schmerzlich der Verlust unseres Ehrenmitgliedes, Herrn J. Baterlaus, Mitgründer, langjähriger Hilfslehrer, Vorstandsmitglied und Verwalter des Krankenmobilienmagazins. Wir werden ihm, wie auch den andern Heimgegangenen ein ehrendes Andenken zu bewahren wissen. Dem Mitgliederrückgang konnten durch die vom Vorstande initiierte Agitationswoche 49 neue Passivmitglieder gegenübergestellt werden.

Der diesjährige Kassabericht lautete auf einen Rückflug von Fr. 801.35, und der Abschluß per 31. Dezember 1920 ergibt nunmehr ein Aktivsaldo von Fr. 536.32. Der Rückflug ist durch die großen Materialanschaffungen gerechtfertigt.

Das Wäschedepot erfuhr dieses Jahr eine recht rege Inanspruchnahme, ebenso zeigte die Frequenz der Samariterposten ein sehr erfreuliches Bild.

Neben den gewohnten Lokal- und Feldübungen, sowie einer Nachübung möchten wir noch auf die gemeinsam mit den Samaritervereinen Höngg, Uffol-

tern b. Z., Uster und Egg veranstaltete Propaganda-Feldübung hinweisen, auf welche wir mit Genugtuung zurückblicken dürfen. Auch anlässlich des Turnfestes des Arbeiter-Turnvereins Wipkingen bot sich den Samaritern eine gute Gelegenheit, sich praktisch zu betätigen und die erworbenen Kenntnisse zu verwerten und zu ergänzen. Zu Anfang des Jahres wurde unter Leitung von Herrn Dr. Noz ein Krankenpflegekurs und im September ein Samariterkurs, dessen theoretischer Teil in den Händen von Herrn Dr. Gyr lag, durchgeführt und wir dürfen sagen, daß auch diese beiden Veranstaltungen wohlgelungen waren.

Auch zur Pflege der Geselligkeit hat man sich bemüht, Schönes zu bieten, wobei auch unsere Gesangssktion nach Kräften mithalf.

Nochmals zurückblickend, glauben wir, ein gut aus gefülltes Jahr hinter uns zu haben, und hoffen, daß auch das Jahr 1921 ein segensreiches wird, um unsern Idealen näher zu kommen und unsere gesteckten Ziele zu erreichen.

R. K.

**Vorstandswahlen.** Präsident: Hr. E. Dubs, Schindlerstr. 2, Zürich 6, bisher; Vizepräsident: Herr R. Keller, Limmattstr. 257, Zürich 5, neu; Sekretär: Herr E. Burchardt, Rotbuchstr. 49, Zürich 6, bisher; Quästorin: Frau R. Ackermann, Habsburgstr. 4, Zürich 6, bisher; Aktuarin: Fr. L. Kunz, Bischöflestr. 6, Zürich 6, neu; Materialverwalter: Fr. Anna Zangerle, Lagerstr. 31, Zürich, bisher; Herr G. Meijner, Breitensteinstr. 61, Zürich, bisher; Herr F. Bogni, Universitätsstraße 97, Zürich 6, neu; Besitzer: Fr. A. Schmid, Röschlbachstr. 6, Zürich 6, bisher; Herr H. Pantli, Badenerstr. 246, Zürich 4, bisher; Herr H. Schumacher, Hönggerstr. 31, Zürich 6, neu; Übungsleiter: Herr H. Schumacher.

**Kommission des Krankenmobilienmagazins.** (Krankenmobilienmagazin: Hönggerstraße 14.) Präsident: Herr Dr. med. H. Noz, Scheffelstraße 23, Zürich 6, bisher; Quästor: Herr H. Bonaesch, Breitensteinstr. 19, Zürich 6, bisher; Aktuar: Herr K. Lattner, Bischöflestrasse 32, Zürich 6, bisher; Besitzer: Herr E. Dubs, Schindlerstr. 2, Zürich 6, bisher; Fr. M. Hefti, Habsburgstr. 22, Zürich 6, neu; Verwalterin: Fr. Wwe. J. Baterlaus, Hönggerstr. 14, Zürich 6.

## Wann soll man die Zähne putzen?

Es wird viel über Zahnpflege geschrieben, auch gelesen, aber meistens achtlos auf die Seite gelegt und als unnötige Belehrung angesehen: man braucht einem doch nicht zu

sagen, wie man die Zähne putzen soll! Aber da und dort bleibt oft ein Körnchen stecken und gedeiht.

Man wird auf die Frage, wann soll man

die Zähne putzen, fast immer die Antwort erhalten: Am Morgen nach dem Aufstehen. Einige ganz gut Erzogene werden sagen: Nach jeder Mahlzeit. Was ist nun richtig? Die meisten Menschen — oder doch viele — reinigen ihre Zähne mehr oder weniger rasch am Morgen nach dem Aufstehen. Das ist eine höchst nötige Maßregel, die dem Betreffenden oft ganz von selbst in den Sinn kommt. Sie haben es selbst bemerkt, daß sie im Munde über Nacht einen unangenehmen Geruch bekommen haben, sie verspüren, daß ihre Zähne mit einer Schleimschicht umhüllt sind.

Wäre es nicht möglich, diese unangenehmen Erscheinungen überhaupt zu verhüten oder doch erheblich zu vermindern? Selbstverständlich, man braucht eben nur nicht alle Speisefeste, die tagsüber in und zwischen die Zähne kommen, dort stecken zu lassen. Kann man die denn nicht bereits am Abend wegmachen, anstatt bis zum Morgen zu warten? Es scheint doch so natürlich als etwas! Wenn wir bei einer Arbeit unsere Hände arg beschmutzen, so warten wir auch nicht bis zum andern Tag, bis wir sie reinigen. Warum reinigen wir denn unsere Zähne nicht jedesmal, wenn wir sie beschmutzen, also nach jeder Mahlzeit? „Das ist furchtbar umständlich“ heißt es sofort, „man hat doch nicht immer seine Zahnbürste bei sich“. Das stimmt für denjenigen, der etwa tagsüber von zu Hause abwesend ist. Da wird es auch genügen, den Mund mit etwas Wasser auszuspülen, wenn möglich mit warmen, das ist das beste und billigste Mundwasser, da es den Speichel auflöst. Man kann dann zu Hause immer mit dem Zahnbürstchen nachhelfen. Große Speisefeste fallen weniger in Betracht als kleine, die werden von selbst weggemacht, sei es mit der Zunge oder einem Zahnbürstchen, aus was er immer bestehen möge, aber die

kleinen und kleinsten Speiseklümpchen, die bleiben zwischen den Zähnen oder auch in den Zähnen, wenn diese durch Knochenfaule angegriffen sind; in diesem kleinsten Restchen entwickeln sich schädliche Keime und deshalb müssen auch sie fort.

Selbstredend ist die Zahncleinigung sehr erschwert, wenn das Gebiß voll angesteckter Zähne ist, die bei jeder Berührung eventuell noch schmerzen. Die müssen vom Zahnarzt besorgt und in Ordnung gebracht werden. Es ist unglaublich, wie viele Leute mit defektem Gebiß herumgehen, einen höchst unangenehmen Geruch aus ihrem Munde entwickeln, und sich damit oft in Gesellschaft unmöglich machen, zu ihrem eigenen Schaden. Der Betreffende hat vielfach keine Ahnung davon, da er durch die gewöhnlich erst nach und nach auftretende Zahnsäule an den Geruch gewöhnt ist und ihn als nichts Ungewöhnliches mehr empfindet. Besonders Leute mit Erstgebissen leiden darunter. Oft aus reiner Bequemlichkeit lassen sie über Nacht ihre falschen Zähne im Munde, nehmen sie auch am Morgen nicht heraus, „es könnte es jemand sehen“, könnte die unliebsame Entdeckung machen, daß man falsche Zähne hat. Sie denken nicht daran, daß sie sich durch den Parfum, der aus ihrem Munde kommt, selbst verraten. Wie dumm von ihren Mitmenschen, ihn nicht auf sein Uebel aufmerksam zu machen, aus unangebrachter Höflichkeit!

Als möglichst häufige Reinigung nach den Mahlzeiten, vor dem zu Bett gehen und nach dem Aufstehen. Jeder, der es macht, wird bald über die wohltuende Frische des Mundes erfreut sein.

Wer's nicht glaubt, soll nur mal morgens am Zahnbürstchen riechen, was er herausgegrübelt hat, dann wird er bald merken, wie unreinlich er war.

Sch.