

**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:** 30 (1922)

**Heft:** 1

  

**Artikel:** Werde schlank!

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-545778>

### **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>**

sie lange nicht dieselbe in der Mundhöhle. Man kann dies höchstens zugeben nach dem Rauchen eines sehr großen Quantums Tabak. Cholerabazillen und andere leicht abzutötende Bazillen werden allerdings vernichtet, jedoch solche wie Typhusbazillen nicht. Auch kann durch Tabakeinatmung sicher keine Wirkung auf Bazillen der Respirationswege erfolgen.

Interessant ist, daß leichte oder schwere Tabakarten ungefähr die gleichen Einwirkungen zeigten, ja, daß auch nikotinfreie Zigarren denselben Effekt hatten.

Das Filtrieren des Rauches nimmt diesem nebst der Farbe das Nikotin und die pechhaltigen Substanzen, beides Bestandteile, welche sicher desinfizierende Kraft besitzen. Das Filtrat behielt aber seine desinfizierende Wirkung. Es mußten also auch darin noch

solche Stoffe vorhanden sein. Bei genauerer Forschung entdeckte Puntì im Inhalt des destillierten Rauches Formaldehyd und Pyrronol, zwei kräftig desinfizierend wirkende Substanzen.

Die Versuche haben ergeben, daß dem Tabakrauch wohl eine desinfizierende Kraft innewohnt, daß sie aber zu gering ist, um sich auf sie verlassen zu können.

Wenn z. B. während der Grippezeit hier und da von Rauchern das Rauchen als Schutzmittel gepriesen wurde, so wäre der Beweis dafür wohl schwerlich zu erbringen gewesen. Viel näher liegt es, daß des Rauchens ungewohnte Leute, die diesen Rat befolgt haben, durch schädliche Wirkungen des Tabaks Herz und Lunge schädigten und dadurch eher der Seuche zum Opfer fielen. Sch.

## Werde schlank!

Wer nicht weiß, wie man das machen soll, der gehe schleunigst nach New-York. Dort findet nächstens eine Gesundheits-Ausstellung statt. Die Anmeldungen scheinen recht zahlreich einzulaufen. Leider soll allzu reichlicher Fettansatz zu einer guten Bewertung hinderlich sein, auch wenn der betreffende homo sapiens sich ganz wohl fühlt. Gegen 50 Kandidatinnen, die etwas allzu genährt aussehen, haben sich nun zusammengetan und machen eine echt amerikanische Entfettungskur durch. Ein Gesundheitsprofessor erteilt die nötigen Anweisungen. Um auch andern Menschenkindern ein gutes Beispiel zu geben, findet die Kur öffentlich statt. Jeden Morgen um 10 Uhr erscheinen die Damen und Dämschen in einem öffentlichen Park und laufen und springen nun um die Wette herum, bis sie nicht mehr können. Dadurch wird natürlich schon ein erheblicher Fettansatz beseitigt. Die Hauptsache muß aber ein sorgfältig ausgewähltes Hungermenu erwirken. Zum Früh-

stück: Etwas Hafergrütze und eine Orange oder etwas abgerahmte Milch ohne Zucker und eine kleine Semmel. Da das Herumspringen Hunger macht, muß das Mittagessen schon etwas reichlicher ausfallen: Ein Teller entfettete Selleriebrühe, zwei Stückchen Brot und etwas Hackbraten, das Weiße von 2 rohen Eiern und Lattich oder Kopfsalat ohne Del, als Dessert einen rohen ungeschälten Apfel. Abends entfettete Fleischbrühe, Grahambrot mit Schinken und Senf, Tee oder Kaffee als Getränk und ein Stückchen Magerkäse.

Mit diesem Entfettungsmenu könnte sich ja auch eine europäische Gesundheitsaspirantin zufrieden geben, aber leider sind oben noch nicht alle Zutaten erwähnt. Etwas besonderes muß ja sein, sonst wäre es nicht amerikanisch. Es muß nämlich nach jeder Mahlzeit noch ein Eßlöffel voll Petrol geschluckt werden. Na, profit! Warum diese Petrolzugabe verordnet wird, geht aus den Berichten nicht hervor, vielleicht um einen

Ekel vor weiteren Mahlzeiten hervorzurufen oder um das fehlende Salatöl zu ersetzen. Heiratslustigen Kandidatinnen könnte auf jeden Fall dieser Petrolzusatz etwas hinderlich sein

zur Erfüllung ihrer Wünsche, denn wenn die Frau um alles in der Welt nicht ohne Parfüm sein kann, so röche ich denn doch lieber Eau-de-Cologne als Petrol! Sch.

### Fragen und Antworten.

Frage 5. Durch Sturz von einem Baugerüst erleidet ein Arbeiter zwei Rippenbrüche rechts seitlich und einen Oberschenkelbruch, ebenfalls rechts. Der Verletzte muß transportiert werden. (Bahre) Wie soll die Lagerung sein während des Transportes? Wie hoch sollen eventuell die Schienen gehen?

Antwort. Ich würde den Oberkörper etwas hoch lagern. Schienen sind hier nicht zu verwenden. Das verletzte Glied muß mit Polstermaterial ruhig gestellt werden. L. St.

Die Beantwortung der Frage ist richtig. Für den Transport soll jedoch das verletzte Bein an das gesunde angebunden werden, selbstverständlich unter geeigneter Polsterung.

Der Samariter steht hier zwei Verletzungen gegenüber und wird sich fragen müssen, welche ist die wichtigere? Welche bringt für das Leben des Verletzten die größeren Gefahren? Ein unkomplizierter Rippenbruch heilt gewöhnlich in 2—3 Wochen aus, ohne Störungen zu hinterlassen, während ein Oberschenkelbruch den Patienten mehrere Monate ans Bett fesselt. Die Höhe des Sturzes ist in der Frage nicht angegeben. Zimmerhina kann angenommen werden, daß durch den Fall die durch den Knochenbruch erfolgten Verletzungen der Weichteile erhebliche sein werden. Die oft sehr spitzen Fragmente können größere Gefäße eröffnen oder Nervenäste anspringen, abgesehen von den oft erheblichen Muskelzerrungen. Auch wenn die Fraktur eine „geschlossene“, sächlichlicherweise einfache oder unkomplizierte genannt, wäre, so kann sie eben kompliziert genug sein. Das gleiche gilt auch für die Rippenbrüche. In den meisten Fällen wird es sich bei solchen Unfallereignissen um Mitverletzung der Lungen handeln, auch ist nicht ausgeschlossen, daß andere innere Verletzungen vorhanden sind, die vom Samariter nicht sofort erkannt werden können. Von einer richtigen Atmung hängt die Versorgung lebenswichtiger Organe mit sauerstoffhaltigem Blut ab. Funktioniert dieselbe nicht richtig, so ist das Leben gefährdet. Wir müssen daher, unbekümmert um den Oberschenkelbruch, in erster Linie die durch die Rippenbrüche erschwerte Atmung erleichtern. Das können wir durch erhöhte Lagerung des Körpers. Damit ist aber auch die sonst bei Oberschenkelbrüchen verlangte hohe, bis unter die Achsel reichende Schiene nicht anwendbar; kürzere Schienen haben keinen Wert, der Patient würde durch deren Anlegen nur unnötig gequält. Es genügt also erhöhte Lagerung, unterstützt durch Polsterung, und für den Transport Benützung des gesunden Beines als Schiene. Dr. H. Sch.

Frage 6. Was versteht man unter künstlicher Atmung nach Schäfer?

Ein Samariter.

### Briefkasten.

An die betrubte Mutter. Anonyme Anfragen können wir leider nicht beantworten. Wenn Sie uns Ihren Namen mitteilen, wollen wir gerne auf den Fall näher eintreten.

## Prosit Neujahr!

Allen unsern Rotkreuz- und Samaritervereinen, sowie allen Freunden unserer Bestrebungen rufen wir ein herzliches «Prosit Neujahr» zu! Wir möchten Sie bitten, unentwegt mitzuhelfen am Ausbau unserer Organisationen zum Wohl unseres Volkes. Noch viel Unwissenheit, Aberglauben und Quackalberei ist zu beseitigen. Darum frisch auf an die Arbeit!

Bern und Olten, den 1. Januar 1922.

Das Zentralsekretariat des Schweizerischen Roten Kreuzes.  
Das Verbandssekretariat des Schweizerischen Samariterbundes.