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: 17

Artikel: Schlaflosigkeit

Autor: C.J.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-547528

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: 28.11.2025

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

erfolg vielfach enttäuscht hat. Beide Methoden werden technisch noch weiter ausgebaut werden können, und mit zunehmender Uebung müffen auch die Resultate besser werden. Zu meiner Affistentenzeit wurde der Magenkrebs faum 3-4 mal im Jahre entfernt. Heute find solche Operationen auf das zehnfache gestiegen. Aus den neuen Publikationen gibt sich für die Gegenwart die Forderung der Rombination. Die Operation soll vor= ausgehen und die Nachbestrahlung muß ben Erfolg festigen; beides hat mit gleicher Sorgfalt zu geschehen, aber die chirurgische Therapie soll dadurch nicht geschmälert werden. Das geht jelbstverständlich nur, wenn der Körper noch nicht durch längeres Leiden erschöpft ift. Damit kommen wir zurück zur wichtigsten Forderung, nämlich der Frühoperation. Frühes Erkennen, keine Bernachlässigungen, Aufklärung sind die unumgänglichen Voraussetungen dazu. Im vergangenen Jahre hatten wir auf der chirurgischen Klinik 230 verschiedenartige Källe von Krebs in Behandlung, darunter 180 operative. Bei 92 Kranken ließ sich der Rrebs entfernen, so daß sie, wenigstens vor= läufig, geheilt entlassen werden konnten. 49 Batienten find dem Krebs im Spital erlegen; von diesen waren 25 operiert. 103 Kranke wurden entlassen mit nur vorübergehender Besserung und sicher zu erwartendem Fortschreiten des Karzinoms.

Die Erfahrungen des einzelnen bleiben immer gering und selbst die Bahlen vieler chirurgischen Anstalten umfassen bei weitem nicht alle Krebsfälle in der Bevölkerung. Wir bekommen selbst von denjenigen Krebs= formen, deren Operation, wie beim Bruftkrebs, sehr wenig gefährlich ift, nur einen beschränt= ten, viel zu kleinen Teil in Behandlung. Ueber die Bedeutung des Karzinoms für unsere Bevölkerung, über den Nuten einer Behandlung können nur Zusammenskellungen auf breitester Basis genaueren Aufschluß geben.

Unsere Gesellschaft hat sich 1916 die Aufgabe gestellt, eine Sammelforschung über ben Brustkrebs in der Schweiz anzulegen, welche auf Grund der eidgenössischen Sterbekarten und eingehender ärztlicher Berichte vorgenommen wurde für die Jahre 1911—1915. In diesen fünf Jahren verstarben 1437 Frauen und 10 Männer an Brustfrebs. Ueber 1118 Fälle konnten die gewünschten Erhebungen gewonnen werden. Das gesamte Material wurde von Dr. Lukaz verarbeitet und ein erster Teil vor einigen Wochen veröffentlicht, vorerst nur die ungünstigen Resultate über diejenigen, welche ihrem Leiden erlegen find. Wir erfahren baraus einige interessante Bahlen. Von den 1118 Fällen waren nur 604 operiert worden, 514 wurden nicht operiert. Die durchschnittliche Lebensdauer dieser letzteren betrug 11 1/2 Monate, die operativ behandelten -- und es sind vorerst nur die= jenigen mit unglücklichem Ausgang berech= net — lebten noch 24 1/4 Monate, die Ope= rationsmortalität beträgt 3 %. Leider hat infolge verschiedener Zeitumstände ber zweite Teil der Arbeit noch nicht abgeschlossen wer= den fönnen, welcher die Ueberlebenden und Geheilten mitumfaßt; aber aus den bisher mitgeteilten Bahlen läßt sich schon erkennen, wie wenig man im allgemeinen heute noch weiß von der Bedeutung der Krebstrantheit und ihren Folgen.

(Schluß folgt.)

Schlafloligkeit.

Die vielen Klagen über Schlaflosigkeit scheinen in den meisten Fällen übertrieben auf dem Standpunkt, daß eigentliche Schlaf=

zu fein. Wenigstens die Nervenärzte stehen

losigkeit verhältnismäßig sehr selten, daß die meisten Menschen sich hinsichtlich ihrer Schlaf= zeit leicht Täuschungen hingeben. Denn zwischen dem eigentlichen Schlaf- und Wachzustand gibt es noch verschiedene Abstufungen bes Halbwachens und bes Halbschlafens, wie jeder wohl an sich jelbst schon beobachtet hat. Mit diesem ganzen Problem der Schlaf= losigkeit beschäftigt sich nun sehr eingehend Brof. Dr. A. Hoche, Freiburg i. Br., in Mr. 12 der "Deutschen medizinischen Wochenschrift". Zunächst weist er darauf hin, daß das Schlafbedürfnis für die verschiedenen Versonen und für die verschiedenen Altersstufen sehr verschieden ist. Für Erwachsene sind etwa täg= lich 8—9 Stunden anzunehmen, für Greise 4-5 Stunden. Wenn es von manchen berühmten Männern heißt, daß sie nachts mit 3—4 Stunden Schlaf ausgekommen seien, so ist das wohl dahin zu verstehen, daß sie ein Nickerchen machen konnten, wie überhaupt auch der Mittagsschlaf für manche als voll= wertig mit dem Nachtschlaf anzusehen ist. Die Schlaftiefe ist bei den verschiedenen Individuen höchst verschieden, wie ja auch die Empfindlichkeit gegen Geräusche, Stimmungen, Sinnesreize usw. den Schlaf beeinfluffen.

Die Behandlung von Schlafstörungen ist durchaus nicht so einfach, weil dazu eine genaue Kenntnis der betroffenen Persönlichsteit und der vorliegenden Ursachen erforderslich ist. Man wird zunächst Schädlichkeiten, wie z. B. spätes Trinken von Kaffee, Tee, Lesen im Bett, Nachtarbeit usw., ausschalten

müssen, serner auch unter Umständen psychisch einzuwirken suchen. Bon physikalischen Beseinflussungen empfiehlt Prof. Hoche längere, warme Bollbäder, Fußbäder und dergleichen, von chemischen Schlasmitteln vor allem Baldrian, ferner tagsüber genommene Bromspräparate, unter Umständen auch aspirinsartige Berbindungen, während die eigentslichen Schlasmittel nur sehr mit Vorsicht zu gebrauchen sind.

Bemerkung der Redaktion: Biel wichtiger als alle Schlafmittel scheint uns aus Erfahrung die Selbsterziehung zu fein. Wer sich über seine Schlaflosigkeit ärgert, der erschwert sich das Einschlafen. Eine Taube fängt man nicht, wenn man ihr nachspringt, fagte unser berühmter Prof. Dubois mit vollem Recht. Uebrigens bildet die Bekummernis, daß man nicht schlafen kann, wieder ein Rampf, der aufregt und den Schlaf verscheucht. Wer dagegen sich sagt, daß das Nichtschlafen gleichgültig ift, der wird viel eher einschlafen und wenn der Schlaf dennoch ausbleiben sollte, davon keinen Schaden haben. Es ist übrigens eine alte Erfahrung, daß man mehr schläft, als man eigentlich glaubt; das ist durch das Pflegepersonal immer und immer wieder festgestellt worden.

Darum lieber ruhige Ergebung und eine gewisse Gleichgültigkeit, als Brommittel. Das ift unsere Meinung und wir haben damit schon manche Schlaflosigkeit spielend behoben.

Dr. C. J.

Der neue Rotkreuz-Kalender

hat, wie wir von allen Seiten vernehmen, guten Anklang gefunden. Wir machen, um die vielen Anfragen zu beantworten, gleich hier darauf aufmerksam, daß Bestellungen nicht an uns, sondern direkt an den Verlag Hallwag in Bern zu richten sind. Wir möchten bei dieser Gelegenheit nicht versehlen, die Vorstände der Rotkreuzs und Samaritersektionen darauf aufmerksam zu machen, daß sie beim Vertrieb sich eine hübsche Sinnahme verschaffen können, indem der Verlag auf jedes Stück 10% Rabatt gewährt. Außerdem erhalten