

<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>	31 (1923)
<b>Heft:</b>	4
<b>Artikel:</b>	Eilen, Verdauen, Hungern und Sattsein [Fortsetzung]
<b>Autor:</b>	Dekker, Hermann
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-546032">https://doi.org/10.5169/seals-546032</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:** 09.01.2026

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

Abend gestaltete sich zu einer frohen Samariter-Zusammenkunft aus Stadt und Umgebung zu Ehren unseres Vorstandes. Am Sonntag führten wir die Vertreter aus den verschiedenen Landesteilen hinauf nach Fröhlichsegg und freuen uns noch heute, daß sich unsere Berge in ihrem schönsten Glanze gezeigt haben.

Darauf beschäftigten uns die Vorbereitungen auf die ostschweizerische Präsidentenkonferenz zur Vorbereitung auf die Delegiertenversammlung in Vevey und die Mitwirkung einer großen Zahl unserer Mitglieder bei der Sammlung für die Stiftung „Für das Alter“.

Vom 20. bis 26. Juli, bei Anlaß des eldg. Turnfestes, hatten sich 50 Samariterinnen und 7 Samariter in den Dienst der Sanitätskommission gestellt. Den Samariterinnen wurde übertragen die Besorgung des Krankenzimmers für die weiblichen Patienten, die Kontrolle der das Verbandzimmer besuchenden Verunfallten und die Pflege des Aufwartepersonals in den drei Massenquartieren. Die Samariter hatten ihren Dienst in den Quartieren der Turner und auf den Übungsplätzen zugewiesen erhalten. Überall gab es reiche Arbeit, viel zu tun und viel zu lernen, und gewiß werden sich alle nach Jahren noch gerne dieser praktischen, abwechslungsreichen Samariterrtätigkeit erinnern, bei der es auch an frohen Stunden nicht fehlte. Daß die Sanitätskommission, an deren Spitze Herr Dr. Steinlin stand, mit unsern Leistungen zufrieden war, beweist der Umstand, daß unsere Vereinigung eine Anerkennung von Fr. 300 erhält, 100 Franken in die gemeinsame Kasse, je Fr. 100 für die männlichen und weiblichen Mitglieder zur proportionalen Verteilung an die einzelnen Sektionen.

Im August haben wir einer Aufforderung des schweizerischen Roten Kreuzes Folge geleistet und für Russland eine Sammlung von Kleidern und Wäsche ausgeschrieben, die uns dann beinahe 20 Kisten und Säcke füllte mit Gaben an die notleidenden Russen-

kinder und Erwachsenen im Verpflegungsgebiet des schweizerischen Roten Kreuzes.

Der 24. September, ein prächtiger Herbstsonntag, vereinigte die Mitglieder unserer Sektionen zu einem gemeinsamen Spaziergang nach Speicherischwendi. Austausch gemeinsamer Erlebnisse im Samaritedienst, froher Gesang und Tanz bringt jeweils die Mitglieder der Vereinigung etwas näher, darum haben auch diese Veranstaltungen, wenn sie auch nicht mit Übungen verbunden sind, dennoch ihre Berechtigung und ihren Nutzen. (Fortsetzung folgt.)

**Warenlos. Samariterverein.** Durch das freundliche Entgegenkommen seitens Herrn Dr. med. J. Grendelmeier, Dietikon, als theoretischer Leiter, und Schw. M. Schönholzer, Zürich, als praktische Leiterin, war es uns möglich, vom 31. Oktober 1922 bis 20. Januar 1923 einen Krankenpflegekurs von 24 Kursteilnehmerinnen veranstalten zu können. Es ist nun unsere Pflicht, hiebei zu bemerken, welche Opfer und Mühe unser verehrtes Lehrpersonal dem Verein in so liebenswürdiger Weise entgegenbrachte, durch Aufopferung ihrer sehr knapp bemessenen freien Zeit. Daher möchten wir nicht unterlassen, den oben erwähnten Kursleitern den wohlverdienten Dank auszusprechen.

Die sehr zahlreich besuchte Schlußprüfung fand statt, am 20. Januar, im heutigen Schulhause. Als Experte des Roten Kreuzes war anwesend: Herr Dr. med. J. Weber, Baden, und des Samariterbundes: Herr W. Meier, Präsident des Samaritervereins Winterthur. Die beiden Herren Experten konnten über die sehr gut geleistete Arbeit ihre volle Befriedigung aussprechen. Wir möchten an dieser Stelle den Herren Experten, besonders Herrn Dr. med. J. Weber, Baden, für die segensreichen Schlüßworte herzlich danken. Mögen nun die erworbenen Kenntnisse im praktischen Leben zum Segen von leidenden Mitbürgern reiche Früchte bringen.

H. W.

## Essen, Verdauen, Hungern und Sattsein.

Von Dr. Hermann Dekker. — Aus «Wunder in uns».

(Fortsetzung.)

Seelische Eindrücke fördern und regeln demnach in weitem Maß das Verdauungsspiel. Lustgefühle und anregende Empfindungen setzen Magen und Darm in Bereitschaft: es wird Saft fertiggestellt, die Bewegungen des Darmes setzen ein, um die

Straßen zu säubern. Nun ist alles gerüstet zum Empfang. Dieses Bereitsein, das Erwarten von Speisen, ist es anscheinend, was uns als Appetit zum Bewußtsein kommt. Und alles, was diese Bereitschaft einleitet oder fördert, ist von Vorteil für die Ver-

dauung: anregende Unterhaltung während des Essens, das prächtige, „appetitliche“ Aussehen der Speisen, der leckere Geruch, Wohlgeschmack und Behagen, vielleicht ein Gläschen Wein bei Tisch sind demnach keine durchaus verwerflichen Wünsche von Schlemiern, sondern biologisch wohl begründete Forderungen. Ebenso verstehen wir jetzt, warum der Appetit beim Essen selbst kommt, weil eben das Kauen wohl schmeckender Speisen den Magensaft fließen lässt. Umgekehrt vergeht uns der Appetit vor unsauberem und unappetitlichen Speisen, oder wenn wir uns geärgert haben, oder wenn wir in Trauer niedergeschlagen sind — eben weil jetzt Magen und Darm ihre Tätigkeit eingestellt haben.

Die Wirkungen des Appetits reichen noch viel weiter. Wir können ja nach Laune genießen, was wir wollen, wenn wir aber den einzelnen in seinen Essensgewohnheiten genauer beobachten, so erkennen wir, daß er, ohne es selbst zu wissen, gewisse Naturgesetze befolgt. Er ist nur, was ihm schmeckt; was ihm aber schmecken soll, das schreibt ihm der Appetit vor. Nicht nur, daß der Appetit ganz allgemein zum Essen reizt, er leitet ganz instinktiv das Verlangen auf bestimmte Speisen und hört dann auf, wenn ganz bestimmte Mengen genossen sind, nämlich so viel und von der Art, wie sie für den einzelnen Körper nötig sind. Kinder essen instinktiv mehr als Erwachsene, weil sie ihren wachsenden Körper mit der Nahrung aufbauen müssen. Die Eskimos haben in ihrem kalten Klima einen auf Fett gerichteten Appetit, und in Deutschlands schwerer Zeit, in der Fett kaum zu beschaffen war, habe ich Männer verstohlen Süßigkeiten verzehren und Bonbons naschen sehen, die sie früher nicht angerührt hätten. Woher diese Einstellung des Appetits kommt, ist noch ganz unaufgeklärt. Aber seiner instinktmäßigen Befriedigung verdankt die Menschheit ihre Entwicklung und Erhaltung, wobei wir uns allerdings nicht verhehlen wollen, daß es auch frankhafte Abweichungen

des Appetits gibt, von deren Nützlichkeit für das Individuum wir uns nicht überzeugen können.

Appetit ist etwas anderes als Hunger. Appetit ist Eßlust, Hunger ein unangenehmes Gemeingefühl. Die Beschaffung von Nahrung, die Versorgung unseres Körpers mit dem Lebensnotwendigen, ist ja ganz in unser Belieben gestellt. Ich kann essen, ich kann jetzt auch nicht essen. Wäre ich überhaupt zu faul, zu bequem zum Essen, so würden meine Körperzellen auf die Dauer leiden. Bei dieser Abhängigkeit unserer Zellen und Organe von unserem guten Willen wäre unser Körperbestand in Frage gestellt, wenn wir, die Träger unserer Körperzellen, nicht für regelmäßige, dem Bedarf entsprechende Zufuhr von Nahrung sorgten. Darum macht die Natur die Aufnahme der Nahrung zu einem reizvollen, angenehmen Geschäft, das bei vielen Menschen sogar den Hauptinhalt ihres Lebens ausmacht. Wenn diese Lockung nicht ausreicht, um einen täglich erneuten Antrieb zum Essen zu geben, dann hat die Natur ein zweites, allerdings brutales Machtmittel, um den Zellen ihr Recht auf Nahrung und so dem Körper seine Erhaltung zu sichern: den Hunger. Auf das Zuckerbrot folgt die Peitsche. Der Hunger ist ein Befehl des Zellenstaates: Nimm Nahrung zu dir! Dieser Befehl drängt triebartig zum Essen.

Wird er nicht befolgt, so drängt er sich wieder, immer gebieterischer, auf. Langsam schleicht er sich ein, zunächst als dumpf nagende Empfindung, die in die Gegend der „Magengrube“ verlegt wird. Bei längerem Fasten pocht der Hunger energischer, fast schmerhaft; er bohrt im Magen und in den kollernden Eingeweiden. Schließlich wird er qualvoll, so überwältigend, daß mit gieriger Leidenschaft seine Befriedigung erstrebt wird, mit solcher wilden Gier, daß jede vernünftige Überlegung ausgeschaltet wird und für sittliches oder ästhetisches Empfinden kein Raum mehr ist. Hunger treibt die Menschen dazu, selbst widerstehende oder ekelhafte Speisen zu

verzehren. „Hunger ist der beste Koch!“ Durch Hunger wird der Mensch zum Dieb, zum Räuber und Mörder. Der Hunger verödet Kopf und Herz, er unterbindet den Höhenflug der Gedanken, er drückt den Menschen zu tierischer Stufe hinab. Jeden Druck fühlt der Hungernde mit Zentnerschwere. Der Hunger ist's, der Barricaden baut; er hat mehr Empörungen und Unruhen verwirklicht, als der Ehrgeiz unzufriedener Köpfe. Wir erleben es ja selbst, was für eine politische Macht er ist, jetzt, wo er Weltgeschichte schreibt.

Es gehört für den einzelnen Mut dazu, diesem machtvollen Befehl, diesem biologischen Imperativ des Körpers zu trotzen. Es gibt aber Menschen, die es aus Laune oder aus wissenschaftlichen Gründen fertiggebracht haben, die Energie dazu aufzubringen. Das sind „Sehenswürdigkeiten“, und das verehrte Publikum läßt es sich etwas kosten, diese „Hungerkünstler“ wie Wundertiere anzustauen. Freilich gibt es genug unglückliche Menschen, die dieses schauerliche Experiment unfreiwillig über sich ergehen lassen müssen: Kranke, Geisteskranke, in früheren Zeiten zum Hungertod Verurteilte, auf einsame Inseln verschlagene Schiffbrüchige usw. Sie alle geben an, daß das Hungergefühl am ersten und zweiten Tag am stärksten ist, daß es etwa 30—40 Stunden nach der letzten Nahrungsaufnahme am stärksten und schmerhaftesten empfunden wird, um dann langsam aufzuhören und nicht mehr wiederzukommen. Statt dessen tritt dann das Gefühl von Schwäche und Kraftlosigkeit auf, von Tag zu Tag zunehmend.

Schrecklicher noch als der Hunger ist die mahnende Stimme des Durstes. Ein mit scharfen Peitschenhieben gegebener Befehl des Körpers, den Zellen, denen es an Wasser fehlt, das kostliche, unentbehrliche Nass zu beschaffen. Der Mund wird heiß und trocken, man fühlt einen stacheligen Klumpen in der Kehle, die Sprache wird heiser, das Herz klopft mit schmerzenden Schlägen bis in den Nacken und die Schläfen. Die Einbildung

spiegelt die grausamsten Täuschungen vor von springenden Quellen und lachenden Däsen. Es jaust und klingt in den Ohren, die Augäpfel glotzen aus dem eingefallenen, blassen Gesicht, die Haut springt auf und wird rissig, die Zunge schwollt zu einem klebrigen Klumpen an. Schließlich stellen sich Delirien ein und in Krämpfen geht der Körper qualvoll zugrunde. Der Hunger ist, wie gesagt, bei längerer Dauer nicht mehr so peinigend und schwindet schließlich als schmerhaftes Gefühl ganz. Der Durst ist brutal bis zum letzten bewußten Augenblick. Ein „Durstkünstler“ hat sich noch nicht sehen lassen. Den Hunger „stillen“ wir wie ein kleines, schreiendes Kind, der Durst wird „gelöscht“ wie ein sengender Brand.

Hunger und Durst sind „Gemeingefühle“. Gut! Aber wie entstehen sie? Vielleicht dadurch, daß bestimmte Stoffe im Blut fehlen, deren Mangel dem Gehirn telegraphiert wird und dort als „Hunger“ zum Bewußtsein kommt? Diese Meinung ist oft ausgesprochen worden. Daß das Gehirn der Sitz dieses Gefühls sein muß, ist selbstverständlich und nicht zu bezweifeln. Aber ob das Fehlen der Stoffe im Blut der Ursprung dieses Gefühls ist? Es spricht dagegen, daß bei längerem Fasten das Hungergefühl nicht zunimmt, sondern geringer wird und verschwindet; man müßte denn annehmen, daß das Gehirn müde und stumpf würde für diesen Eindruck. Aber es bleibt so auch unerklärt, warum das Hungergefühl periodisch kommt, eine Zeitlang schwindet, um darnach wieder verstärkt einzufezzen. Cannon hat durch eine sinnreiche Versuchsanordnung an sich und einem Studenten nachgewiesen, daß das Hungergefühl immer gleichzeitig mit Zusammenziehungen des leeren Magens (auch des Darms) einhergeht. „Der Hunger ist unter normalen Verhältnissen das Zeichen dafür, daß der Magen zusammengezogen und zu neuer Tätigkeit bereit ist. Das unangenehme Gefühl des Hungers führt zum Essen, das Essen bewirkt Ausscheidung der Magen-

säfte, dehnt das zusammengezogene Organ, führt die Bewegungen der Verdauung herbei und vernichtet dadurch die Hungerempfindung.“ Indessen ruft doch wohl nicht allein die Leere des Magens das Hungergefühl hervor. Wohl kann man, wenn man den Schmachtriemen zusammenzieht, d. h. die Magengegend fest umschürt, sich ein Gefühl der Erleichterung verschaffen, aber doch nicht den Hunger beseitigen. L. R. Müller weist darauf hin, daß, wenn man den Magen eines Hungernden mit unverdaulichem Bariumbrei anfüllt, wohl das Gefühl der Spannung, des Magens und Bohrens in der Magengegend für einige Stunden aufhört, nicht aber das Gefühl der Schwäche und Kraftlosigkeit, das mit dem

Hunger zusammen auftritt und wohl als ein Teil des Hungergefühls aufzufassen ist. Diese Kraftlosigkeit kann behoben werden durch Verabfolgung eines Nährklystiers, nicht aber das Gefühl in der Magengegend. Vielleicht darf man vorsichtig so sagen: das eigentümliche, unangenehme Hungergefühl, das man in der Magengegend fast schmerhaft empfindet und das bei längerem Fasten vergeht, entsteht durch krampfartige Zusammenziehung des Magens, der bereit ist zu neuer Nahrungsaufnahme. Das gleichzeitig beim Hunger vorhandene, oft selbst als „Hunger“ angesehene Schwächegefühl ist wohl bedingt durch Mangel an bestimmten Stoffen im Blut, für deren Ersatz gesorgt werden muß. (Fortj. folgt.)

## Ueber Behandlung kleinerer Verletzungen.

Die Mitteilung in Nr. 3 des „Roten Kreuzes“ vom 1. Februar 1923 über „Tod durch Brandwunden von Lysol“ drückt mir die Feder in die Hand, um einmal wieder darauf hinzuweisen, wie entbehrlich die Anwendung von sogenannten Desinfektionsmitteln im täglichen Leben ist. Der Laie und oft auch der eifrige, noch wenig ausgebildete Samariter machen sich, wenn sie selber oder jemand aus ihrer Umgebung sich schneidet oder ritzt, mit wichtiger Mine sofort an die „Desinfektion der Wunde“. Eine gar nicht infizierte, glatte Schnittwunde, aus der es zum Ueberfluß noch tüchtig geblutet hat, wird mit Brunnenwasser, Lysollösung oder Lysoformlösung „ausgewaschen“, „desinfiziert“. Dadurch werden in erster Linie sämtliche Schmutzpartikel, die die Haut der Wundumgebung zieren, gelöst und in die Wunde hineingeschwemmt. Hat man es dann glücklich so weit gebracht, daß nach ein bis zwei Tagen eine Infektion sich zeigt, dann werden dieselben „Mittel“ zu Bädern und Umschlägen wieder benutzt. Das erinnert mich immer an die Zeiten, wo ich als Knabe einen jungen Bauern

kannte, der sich mit dem Beil beim Holzspalten in den Finger gehauen hatte. Der Jüngling behandelte den Schnitt mit Umschlägen von Karbolöl, einem damals gerne benützten „Wundheilmittel“, das er mittels seines Taschentuches auf die Wunde band. Diese eiterte denn auch ganz gehörig und brauchte Wochen, bis die Natur dem Unfall zum Troß sie doch zur Vernarbung gebracht hatte.

Schreiber dies, Arzt von Beruf, der aber in Mußezeiten auch gerne im Garten arbeitet, schreinert oder sonst handarbeitet, kommt oft in den Fall, sich bei diesen Beschäftigungen zu verletzen. Der erste Grundsatz ist immer: tüchtig bluten lassen! Das fließende Blut schwemmt schon meist etwa eingedrungenen Infektionsstoff weg. Dann Kompression, so daß die Wundränder aneinandergepreßt werden. Die Ränder können nun mit Jodtinktur bestrichen oder mit einer Harzlösung (Mastisol) bedeckt werden. In beiden Fällen wird das Eindringen einer Infektion in die Wunde verhindert. Ein Kleberband mit Mastisol z. B. erleichtert den Gebrauch der verletzen