

**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:** 32 (1924)

**Heft:** 7

  

**Artikel:** Krämpfe beim Baden

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

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-974167>

### **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:** 03.02.2026

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

Je me souviens aussi de cet italien qui avait fait une chute sur le siège, et qui vint à moi, les jambes écartées, en soupirant: « J'ai mal aux vestibules ».

Les pharmaciens entendent les plus fortes bourdes. « Il me faut de la teinture d'idiote! » Un autre réclame de « l'ordure de potassium », ou encore de « la saleté pareille » pour de la salsepareille. Cet ouvrier qui demande au pharmacien de lui renouveler une petite bouteille « avec de l'eau d'un homme (laudanum), ou « une portion à pioncer » ... pour une potion opiacée. Un paysan désire de l'huile « d'hérisson » pour de l'huile de ricin, ou encore « de quoi faire des cataplasses humiliants » quand le médecin a prescrit des cataplasmes émollients.

J'en passe, et des meilleures, mais il y en a assez pour aujourd'hui!

P. S. Si mes lecteurs en connaissent quelques « bonnes » mais aussi authentiques que celles qui précèdent, ils me feront plaisir en me les communiquant!

(Réd.)

## Vergiftete Luft — Ansteckung durch sie.

Es gab eine Zeit, in der man von Bakterien nichts wußte. Deshalb war es auch erklärlich, daß man bei auftretenden Epidemien deren Ursprung zu erforschen suchte. Gewöhnlich wurde der vergifteten Luft die Schuld beigemessen. Wie man sich darüber vergewisserte, ergeben folgende Zeilen, die wir einer alten Zeitung entnehmen:

„Weil seit einiger Zeit allhier viel Leute gestorben, so haben Physici (Ärzte) ein Experiment gemacht, und ein Stück Fleisch vermittelt einer Raquete in die Luft fliegen lassen, welches sie nachgehends einigen Hunden gegeben, so bald darauf gestorben, woraus man schließen will, es müsse die Luft infiziert gewesen sein!“

## Krämpfe beim Baden.

Sobald die Badesaison beginnt, so häufen sich die Nachrichten, daß Leute plötzlich von Krämpfen befallen wurden und ertranken, es sei denn, daß rasch genug richtige Hilfe zur Stelle war.

Krämpfe beim Baden können aus verschiedenen Ursachen entstehen. Sie können oft recht fatale Folgen haben, indem sie den Badenden mehr oder weniger unbehilflich machen und zum Ertrinken führen können.

Nicht so selten ist das Auftreten von Magenkrämpfen, die meist eintreten, wenn zu rasch nach eingenommener Mahlzeit gebadet wird. Man sollte wenigstens zwei Stunden warten, bevor man sich ins Wasser begibt. Es ist bekannt, daß solche Leute, wenn sie gerettet wurden, weder Arme noch Beine bewegen konnten, trotzdem sie bei vollem Bewußtsein waren und sich der großen Gefahr, in der sie schwebten, bewußt waren.

Viel häufiger sind Muskelkrämpfe. Abgesehen von dem Angstgefühl, seine Glieder nicht mehr genügend brauchen zu können, um das bergende Ufer zu erreichen, haben diese Muskelkrämpfe selten eine totale Unbehilflichkeit zur Folge. Muskelkrämpfe in der Wade kann man leicht beheben, indem man von beiden Seiten her die Wade mit Daumen und Fingern beider Hände zusammenquetscht, wie wenn sich die Fingerspitzen im Innern der Wade berühren wollten. Wenn man das machen will, so wird man natürlich dabei untertauchen, einem Schwimmer wird das nichts machen. Im allgemeinen lösen sich die Krämpfe dadurch sehr rasch. Besser ist aber, man schwimme nun ans Land und massiere noch einige Zeit die Wade.

Manchmal treten auch Zehenkrämpfe auf. Durch Druck auf den Nervenstrang am Innenrand des Fußgewölbes, an einer Stelle, die der Grenze des hintern und mittlern Drittels der Fußlänge entspricht, wird man Erleichterung schaffen können.

Wer zu Krämpfen neigt, sollte langes Schwimmen in tiefem Wasser vermeiden oder sich wenigstens nicht zu weit vom Ufer entfernen.

Lange Distanzen in Fluß und See sollten nie ohne begleitendes Boot durchschwommen werden.

Sch.