

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: 34 (1926)

Heft: 8

Artikel: Bergkrankheit

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-973410>

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: 26.04.2026

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

Y a-t-il un remède?

Quittons maintenant le domaine de la recherche pour entrer dans celui des applications pratiques. Existe-t-il un traitement du mal des montagnes? A proprement parler, l'arrêt de l'ascension est le seul remède efficace. Les inhalations d'oxygène pourront aider à la guérison, mais elles ne feront pas tout à elles seules. Ce qui existe, par contre, c'est la prévention des troubles décrits, leur prophylaxie. Celle-ci se résume en trois mots: peu à peu. C'est dire que l'entraînement est le grand préservateur. Nombreux sont les alpinistes, même consommés, qui souffrent du mal des montagnes chaque fois qu'ils reprennent contact, à la belle saison, avec l'objet de leur passion. Ceux-là savent, et ils ont soin de commencer chaque « campagne » par des courses modérées, de graduer leurs exploits, de n'aborder les grandes escalades que quand ils ont accoutumé leur organisme, leur cœur surtout, à des efforts qu'on ne lui demande pas dans la vie courante. Il en est de l'alpinisme comme de tous les sports. Ceux qui estiment qu'avec une forte volonté on doit parvenir, sans préparation spéciale, à surmonter tous les obstacles et à vaincre toutes les cimes, seront le plus souvent cruellement déçus. « On ne vainc la nature, a dit Bacon, qu'en lui obéissant. » C'est encore lui obéir que de prendre avec elle des ménagements, de ne la contraindre que progressivement. On parvient ainsi à obtenir d'elle ce qu'elle eût refusé net si on avait prétendu le lui imposer du premier coup.

Dr. *Henri Bouquet.*

Bergkrankheit.

Die Zeit des Bergsportes ist gekommen. Daher mag es nicht unangebracht sein, auf

eine Erscheinung aufmerksam zu machen, die schon manchem recht unangenehm geworden ist, ihn zur Umkehr gezwungen oder zu Katastrophen geführt hat: die Bergkrankheit.

Dr. Bouquet gibt im vorstehenden französischen Artikel einen Ueberblick über die Art dieser Krankheit, über ihre Erscheinungen, und über Mittel zu ihrer Behandlung und Verhütung. Wir geben im nachstehenden seine Ausführungen kurz wieder und erlauben uns, sie aus eigener Erfahrung zu ergänzen.

Während wir sagen können, daß im allgemeinen die Unfälle im Gebirge zum großen Teil als Folgen von Unachtsamkeit, Unkenntnis der Verhältnisse oder auf Außerachtlassung der gewöhnlichsten Verhaltensmaßregeln beruhen, bildet eine Erscheinung, die nicht ohne weiteres vorausgesehen werden konnte, die Ursache zu Mißgeschick, das ist die Bergkrankheit. — Bergsteigen bringt Muskelarbeit wie jede andere körperliche Beschäftigung. Da sie oft lange und ohne größere Ruhepause andauert, werden wir hier Erscheinungen antreffen, wie sie normalerweise bei jeder vermehrten körperlichen Bewegung eintreten, das sind beschleunigte Herzaktion und raschere Atmung. Nun sehen wir aber beim Bergsteiger im Gebirge oft eine erhebliche Steigerung aller dieser Zustände, die recht unangenehm, ja sogar schmerzhaft werden können. Dazu können sich Kopfschmerzen einstellen, meist in der Stirn lokalisiert, Uebelkeit, Erbrechen, und in einigen Fällen eine unüberwindliche Schlaflosigkeit.

Der Betroffene, der vorher die exponiertesten Stellen unbedenklich begangen hat, ist unmöglich zu bewegen, an leicht zu passierenden Stellen vorwärts zu gehen. Meist zeigt sich eine furchtbare Müdigkeit und eine immer mehr zunehmende Angst vor Absturz auch an ungefährlichen Stellen. Selbstverständlich können diese Symptome mehr oder weniger hervortreten, bald wiegt das eine stärker vor als das andere.

Was ist nun die Ursache all dieser eigenartigen Erscheinungen?

Während die einen die Verminderung der Sauerstoffmenge der Luft als einflußreichsten Hauptfaktor ansehen, glauben andere, die gleichzeitig ebenfalls vorhandene Verminderung der Kohlensäure müsse als Hauptursache angesprochen werden. Untersuchungen sollen ergeben haben, daß Sauerstoff besser von den Lungen aufgenommen werde, wenn er mit Kohlensäure gemischt ist. Ob wirklich die Sauerstoffarmut der Höhenluft zu den Erscheinungen der Bergkrankheit führt, darf nicht mit Sicherheit behauptet werden; immerhin besteht doch die Tatsache, daß beim Heruntersteigen oder wenn sich der Betroffene auf dem Gipfel ausruht, die bedrohlichen Erscheinungen zurückgehen und allmählich verschwinden. Aber die Luftverdünnung kann doch nicht allein die Ursache sein, sonst würden wir nicht Bergkrankheit auch in niedrigeren Höhen antreffen, wo die Luftverdünnung unmöglich eine Rolle spielen kann.

Es müssen also noch andere Ursachen in Betracht kommen und als bedeutendste sieht Dr. Bouquet die Ueberarbeitung und Ermüdung des Herzens an. Ist die Herzarbeit geschwächt, so mag das Herz seiner Aufgabe, das Blut in die Organe des menschlichen Körpers zu treiben, nicht genügen, so wird auch weniger Sauerstoff in den Lungen vom Blute aufgenommen, und da nun die Höhenluft an und für sich ärmer an Sauerstoff ist, so wird dieses Defizit immer größer. Ohne Sauerstoff können wir nun aber einmal nicht leben und wenn ungenügend davon unserm Körper zugeführt wird, wird er schwer geschädigt. Die Ausscheidungen unseres Körpers werden unregelmäßig besorgt, giftige Abfallstoffe nicht mehr eliminiert, und so bietet sich nach und nach das Bild einer Selbstvergiftung. So wäre — nach Bouquet — die Ermüdung des Herzens in Verbindung mit dem Sauerstoffmangel der Höhenluft, eigentlich als Ursache anzusehen.

Was kann gegen die Krankheit getan werden? Es gibt nur ein Mittel, das sicherlich und in allen Fällen helfen wird, das ist Umkehr, Hinuntersteigen.

Viel angenehmer als die Rückkehr, damit Aufgeben der Besteigung, Enttäuschung und Neger für sich selbst und für die Begleiter, wäre auch hier Verhütung, daß dieser Zustand überhaupt eintritt. Das kann nur durch Training geschehen. Ein Alpinist, der sonst körperlich gesund ist und sich langsam aber zielbewußt eintrainiert hat, wird niemals bergkrank werden.

Das sind ungefähr die Ausführungen, wie sie im vorstehenden Artikel niedergelegt worden sind.

Wir können uns diesen Anschauungen gerne anschließen. Unsere Erfahrungen bestätigen die oben vertretene Anschauung, daß wohl der verminderte Sauerstoffgehalt in höheren Luftschichten ein nicht zu unterschätzendes Manko für den Körper bildet und dies um so eher, je rascher der Betreffende in die Höhe kommt. Das haben wissenschaftliche Untersuchungen, die Mosso und nach ihm Kronecker auf höhern Gipfeln machten, bewiesen, das beweisen die Erfahrungen der Flieger mehr als genügend. Aber dies kann nur eine der Ursachen sein, denn wenn sie es allein wäre, so müßte bei der recht großen Zahl von Klubisten, die Drei- und Viertausender besteigen, die Bergkrankheit viel häufiger sein. Die Ermüdung des Herzens und die daraus folgende Selbstvergiftung des Körpers muß jedoch noch durch andere Faktoren bedingt werden.

Sie wird beeinflußt durch die oft unrationelle Nahrungszufuhr auf solchen Touren. Konservennahrung, die so leicht verdorben sein kann, Essen von schwerverdaulichen, oft ungenügend zubereiteten Speisen, unruhiges Schlafen in den Klubhütten, alles das bietet schon Anlaß genug, einen unrationellen Stoffwechsel hervorzurufen.

Ist der Zustand einmal eingetroffen, gibt es auch unserer Meinung nach nur ein

Mittel: die Umkehr. Da wird nun so oft gefehlt, und wiederholt schon hat Nichtbeachtung dieses Gebotes zu Katastrophen geführt. Trotz des oft vollkommenen Versagens in körperlicher und geistiger Hinsicht wird der Bergfranke von seinen Kameraden oft ausgelacht, gehänfelt, als Angstmeier gescholten, schließlich gibt er dem Drängen nach; die kleine Ruhepause hat ihn etwas gestärkt, aber nicht lange dauert die Besserung, sie verwandelt sich in eine erhebliche Verschlimmerung. Tritt diese nun an einer Stelle ein, die für die ganze Partie Gefahren bietet, so umnachteten sich die Augen des Befallenen und ungehört verhallen die Schreie seiner von ihm in die Tiefe gerissenen Kameraden. Dr. Sch.

Assemblée générale des samaritains.

L'assemblée générale de l'Alliance des samaritains a eu lieu à Baden le 6 juin 1926, sous la présidence de M. X. Bieli, président central de cette association.

Après avoir adopté le rapport annuel, les comptes de 1925 et le budget de 1927, les membres ratifièrent avec plaisir la proposition du Comité central de porter — sans augmentation des primes à payer par les samaritains — l'assurance journalière de fr. 3 à fr. 5. Puis il fut décidé que l'assemblée de 1927 se tiendra à Bellinzone.

Les circonstances spéciales du canton de Bâle-Campagne où une votation cantonale a préconisé le libre exercice de la médecine, ont été longuement discutées. Le vote en question a froissé les médecins bâlois, et ceux-ci ont décidé qu'ils renonceraient dorénavant à éclairer la population, et qu'ils s'abstiendraient de participer à des cours de samaritains. Ces faits sont préjudiciables aux sections de

Bâle-Campagne et ont motivé la résolution suivante :

« L'Alliance suisse des samaritains a pris connaissance avec regrets que le libre exercice de la médecine avait été décidé en principe dans le canton de Bâle-Campagne. Dans l'intérêt de la santé de la population, l'Alliance compte que les samaritains bâlois lutteront, coude à coude avec les membres du corps médical, contre le danger de l'introduction du charlatanisme dans ce canton. »

Une autre résolution fut votée sur la proposition du Dr Hauswirth, au sujet du projet de loi sur la lutte contre la tuberculose :

« L'Assemblée des délégués de l'Alliance suisse des samaritains, réunie à Baden le 6 juin 1926, prend connaissance avec la plus grande satisfaction du projet de loi fédérale contre la tuberculose. Elle considère cette loi comme un des plus grands progrès acquis dans le domaine de la lutte contre les maladies transmissibles. Elle regrette cependant que le Conseil des Etats ait cru devoir biffer l'article 11, litt. b, dont les dispositions permettent d'améliorer les conditions hygiéniques des bâtiments, car l'amélioration des logements constitue un des piliers de la campagne entreprise contre la tuberculose.

L'Alliance des samaritains invite dès lors respectueusement le Conseil national de bien vouloir maintenir intégralement le texte de l'article 11, litt. b.

Après la séance administrative, les participants entendirent une double conférence, très intéressante, contre le charlatanisme. Le docteur Guisan de Lausanne fit sa conférence aux romands, tandis que le docteur Hunziker de Bâle la présentait en langue allemande. Ces deux conférences seront publiées intégralement dans la « Croix-Rouge ».