**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:** 35 (1927)

Heft: 2

**Artikel:** Warnungssignale bei drohenden Krankheiten

Autor: Paasch, Richard

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-973537

### 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:** 04.12.2025

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

# Warnungslignale bei drohenden Krankheiten.

Es ist naturgemäß leichter, einen Feind zurückzuschlagen, der an irgendeinem Bunkte die Grenze eben erst überschritten hat, als ihn zu vernichten, nachdem er einer Reihe von wichtigen Stützpunkten im Lande bereits Herr geworden ist. So wird es in vielen Källen möglich sein, eine Krankheit in ihrem rechtzeitig erkannten Beginn zu begrenzen und im Reim zu ersticken, in anderen, den Erkrankten sofort unter solche Bedingungen zu versetzen, die einen möglichst günstigen Berlauf gewährleisten. Es tommt also barauf an, das Vorhandensein und das Wesen einer Krankheit möglichst frühzeitig zu erkennen. Wir müssen gelernt haben, und selbst zu beobachten, um Abweichungen vom Durchschnitt unseres Befindens und Störungen unserer Organtätigkeit wahrnehmen zu können.

Verdacht erregen muß es schon, wenn uns selbst und anderen unser Aussehen als verändert auffällt, wenn ein matter, getrübter Blick, verminderte Lebhaftigkeit, Blässe der Hautdecken und Abmagerung den Eindruck herabgesetzter Lebensenergie hervorrufen, oder Arbeitsunlust, Berdrießlichkeit Schwächegefühl in einem Migverhältnis zu gewohnter Leistungsfähigkeit und zu Taten= drang stehen. Schlaffucht und Müdigkeit wie Gereiztheit und geftörte Nachtruhe werden ebenfalls unter die allgemeinen Anzeichen ge= rechnet werden müssen, die vorderhand einen Schluß auf diese oder jene deutlich ausge= prägte Krankheit noch nicht gestatten.

Sobald ich an das Vorhandensein eines Körperteils erinnert werde, ohne daß meine Ausmerksamkeit durch seine Funktionen in Anspruch genommen wird, ist irgend etwas an ihm nicht in Ordnung, und es gilt zu ergründen, weshalb er sich bemerkbar macht, besonders wenn-damit ein mehr oder weniger ausgesprochener Schmerz oder eine Formver-

änderung — beispielsweise eine Drüsenschwelslung — verbunden ist. Werden doch die zahlereichen Lymphdrüsen, die in das durch den Organismus verzweigte Lymphgesäßsystem als Filtrierapparate eingeschaltet sind, für das Auge und das Gefühl überhaupt erst erkennsdar, wenn sie selbst oder ein benachbartes Organ von Entzündung befallen wurden. Entzündung ist eben von alters her als fast gleichbedeutend mit Krankheit an und für sich erachtet worden und die Begriffsbestimmung ihres Wesens bildete die Grundlage der meisten Versuche, die Krankheiten zu erklären und in ein System zu bringen.

Jede Steigerung des Stoffwechsels ist mit Erhöhung der Körpertemperatur ver= bunden, so auch die Entzündung, die in vielen Fällen durch vermehrte Absonderungen zu Abwehr und Entfernung eingedrungener Schädlinge dient. Daher ist die durch das Thermometer festzustellende erhöhte Tempe= ratur schon an und für sich stets eines der Signale, auf die wir zur Erhaltung unferer Gesundheit zu achten haben. Im Gegensatz dazu deutet ungewöhnlich geringe Bärme= erzeugung auf große allgemeine Schwäche oder einen Rückschlag nach überstandenen fieberhaften Prozessen. Es handelt sich als= dann um die vom Publikum schon beinahe abergläubisch gefürchtete sogenannte Unter= temperatur.

Auffallend vermehrte oder verminderte Absorderung von Schweiß und Harn mußaber ihrerseits, auch unabhängig vom Fieber, unsere Aufmerksamkeit erregen und ebenfalls zu den Warnungssignalen allgemeiner Art gerechnet werden, wie schließlich die Tätigkeit jedes einzelnen Organs berufen sein kann, uns gegebenenfalls einen Fingerzeig zur Vershütung ernsterer Erkrankung zu geben. Das gilt vor allem, wenn eine ererbte Anlage zu Vorsicht mahnt, und sollte daher niemals vergessen werden, wo Tuberkulose, Vicht oder andere vererbbare oder übertragbare Diathesen in Frage stehen.

Was die Tuberkulose betrifft, so wird mit der Geburt zwar nicht der Tuberkel= bazillus selbst, wohl aber der Typus über= tragen, der für den heranwachsenden Spröß= ling eine Empfänglichkeit für Reimen und Wachstum des Krankheitserregers mit sich bringt. Abfallende Schultern, flügelförmig abstehende Schulterblätter, flacher, schmaler, langer Bruftkaften, deffen obere Partien in= folge allzu starrer Verbindung mit dem Brust= bein eine nur wenig ausgiebige Durchlüftung der Lungenspitzen gestatten, schlaffe Mustulatur unter blaffer Haut mit dunnem Fett= polster kennzeichnen häufig den von schwind= süchtigen Eltern Erzeugten, der nun bei dauerndem Aufenthalt in mit Schwindsuchts= feimen geschwängerter Luft vom Tage seiner Geburt an Gefahr läuft, ein Opfer dieser verheerenden Volksseuche zu werden. Wenig wäre da für die Tausende der hier in Frage kommenden Fälle gewonnen, wollte man erst den Ausbruch eines verdächtigen Katarrhs mit Nachtschweiß und Durchfällen abwarten, um ein Heilverfahren einzuleiten. Die Mah= nung zu Vorsicht liegt hier vielmehr schon allein in der Tatsache ihrer Abstammung, und Rettung kann nur von zielbewußter früh= zeitiger Trennung und dauernder Entfernung aus der gefährlichen Ilmgebung erwartet werden.

Nicht eine verheerende Seuche, wohl aber ein häufig recht qualvolles llebel ist die Gicht. Auch bei ihr haben wir es mit erserbter Anlage zu tun, die schon recht frühzeitig in Betracht gezogen werden sollte, damit sie sich nach allzu feuchtfröhlicher Jugend nicht, statt wohlverdienter Ruhe, im Alter als Chiragra und Podagra zu einer Geißel gestalte.

In diesem Zusammenhang sei hier noch die Bluterkrankheit als eine vererbbare Diathese erwähnt, die die mit ihr Behasteten zu besonderer Vorsicht bei Verletzungen aller Art verpflichtet.

Ganz besonders wichtig ist es, die ersten Anzeichen jener bösartigen Neubildung nicht

zu übersehen, die man als Rrebs bezeichnet. Verhärtungen innerhalb der weiblichen Brüfte, mit Schmerz in der Magengegend verbundene Brechneigung und Erbrechen, Geschwulftbil= dungen, Drüsenschwellungen, Absonderungen und Blutungen aus Mastdarm und Scheide, besonders nach bereits eingetretenem Auf= hören der Periode, erfordern sofortige ärzt= liche Kontrolle, da unter Umständen nur ein möglichst frühzeitiger chirurgischer Eingriff eine Dauerheilung in Aussicht zu stellen ver= mag. Die Krebsforschung hat die Vererbbar= keit des Krebses noch nicht einwandfrei fest= gestellt. Nichtsdestoweniger ist das Vorkommen von Krebs in einer Familie eine Mahnung, sich etwaige Frühsymptome dieses bösartigen Leidens nicht entgehen zu lassen.

Neben angeborenen Gesundheitsstörungen haben wir es nun viesach mit einer Veranslagung zu solchen zu tun, die auf fortgesetzte unzweckmäßige Ernährung und auf den weitwerbreiteten Mißbrauch einiger Genußmittel zurückzuführen ist. Englische Krankheit, Nährsschäden der Säuglinge, Knochenerweichung, Arterienverkaltung, Alkoholismus und Nikostinismus gehören hierher.

Nährschäden der Kinder, die insbesondere durch den Genuß von überhitzter Milch und durch Mangel an den in frischen Gemüsen vorhandenen Vitaminen bedingt werden, versraten sich durch empfindliche Knochenaustreis bungen und Neigung zu Blutungen aus Schleimhäuten und Zahnfleisch; die ersten Anseichen von englischer Krankheit pflegen Versdickungen der Glieder an den Gelenkenden und Neigung zu Schweiß am Hinterhaupt zu sein.

Von Arterienverkalkung als einer Krankheit sollte man nur sprechen, wenn sie vorzeitig oder in verstärktem Grade auftritt; denn Ablagerung von Kalksalzen in den Wanzedungen und der damit verbundene Mangel an Elastizität der Blutgefäße ist eine Alterszerscheinung, die bis zu gewissem Grade vielzleicht sogar als ein Selbstschutz bezeichnet

werden darf, da sie die Widerstandsfähigkeit bes Arterienrohrs gegen abnorm gesteigerten Blutdruck erhöht. Ein frankhaftes Uebermaß bedingt Brüchigkeit der Schlagadern, die besonders dem Behirn und dem Bergen ver= hängnisvoll werden und zu Blutungen inner= halb lebenswichtiger Organe führen kann. Sie wird deutlich durch starke Schlängelung der Schläfenschlagader, ungewöhnlich hohen, mit= unter unregelmäßigen Buls, Angstzustände und Herzbeschwerden, die vielfach mit einem brennenden Gefühl unter dem Bruftbein beginnen. Durch diese Symptome wird häufig auch die Aufmerksamkeit auf Alkoholmisbrauch gelenkt, deffen Folge sie sein können, häufiger vielleicht noch auf den übermäßigen Benuß von Nikotin. Das Auffreten von Beklem= Herzschwäche und Herzschmerzen mungen, sollte daher stets als Mahnung betrachtet werden, den Genuß von Bier, Wein, fon= zentriertem Alfohol und Tabak einzuschränken oder, besser noch, ganz aufzugeben.

Das Vorhandensein von Krankheitskeimen in der uns umgebenden Luft bringt es mit sich, daß sie beim Atmen und mit dem Schling= akt zunächst in der Nase und in den Hals= organen festgehalten werden. Sie führen dann zu entzündlicher Reizung dieser Teile, und es kommt zu einer Reihe von charafte= ristischen Veränderungen der Nasenschleimhaut und der Gebilde, die hinter der Zunge den Zugang zu Schlund und Kehlkopf ring= förmig umgeben. So ift ein mehr oder weniger ausgesprochener Schnupfen oft das erste Zeichen einer Erfältung, die, vernach= lässigt, in weiterem Verlauf Luftröhre, Bron= chien und Lunge bedroht. Gine sehr charat= teristische strichförmige Rötung des freien Gaumenrandes ist die erste Folge einer Infektion durch den Influenzabazillus. Unter den verschiedenen Formen von Mandelent= zündung könnte das Anfangsstadium der ge= fährlichen Diphtherie einmal verkannt werden. Ein Belag auf Mandeln und Gaumenbogen ist immer verdächtig und von verhältnismäßig

harmlosen Eiterpfröpschen für den Laien nicht immer leicht zu unterscheiden. Die Unter= eines rechtzeitig vorgenommenen Gaumenabstrichs auf Diphtheriebazillen ent= scheidet unter Umständen die Frage, ob wir dem Körper zur Unterstützung im Kampf gegen feindliche Mikroben das Gegengift ein= verleiben sollen, das wir aus dem Blute frank gemachter Pferde in genügender Stärke und Menge zu gewinnen gelernt haben. Auch die dem Laien unter dem Namen Angina geläufige Entzündung der Mandeln, des Bäpschens und des weichen Gaumens ist durchaus nicht immer harmlos. Als so= genannte Streptokokkenangina kann sie zu schwerer Allgemeininfektion mit Rieren- und Belenkentzündungen führen.

Saumenröte und eine eigenartige Beschaffensheit der Zunge (Himbeerzunge) begleiten das Scharlachfieber. Blaßrote Flecke mit hellerem Zentrum an der Wangenschleimhaut gehen häufig dem Ausbruch des Masernausschlags vorauf.

Husten und stechende Schmerzen in der Brust müssen beachtet werden, weil erst eine sorgfältige ärztliche Untersuchung ihre Bedeustung feststellen kann.

Schmerzen in der Magengegend nach Aufnahme der Mahlzeiten oder auf Druck, Ap= petitlosigkeit oder Heißhunger, Uebelkeit und Brechneigung lenken den Verdacht auf ein Magenleiden, dessen Natur sich erst aus sach= gemäßer Beobachtung ergibt. Weder Neigung zu Durchfällen noch Stuhlträgheit sollten vernachlässigt werden, da sie, abgesehen von Darmerfrankungen, Ausdruck von Störungen anderer Organe sein können und mit dem durch den Grad der Ernährung bedingten Allgemeinbefinden in wichtigem Zusammen= hang stehen. Unvermittelt auftretende Schmer3= haftigkeit in der rechten Unterbauchgegend verdient ganz besondere Beachtung, weil sie nicht selten durch eine entzündliche Reizung des Wurmfortsates am Blinddarm bedingt ist. Eine Vernachlässigung dieses Symptoms

kann die allerschwersten Folgen haben, da ein plötzlicher Durchbruch von Darminhalt in die Bauchhöhle zu schwerer, oft tödlich verlaufender Bauchfellentzündung führen kann.

Die Beschaffenheit des in den Nieren ab= gesonderten Harns ist für die Beurteilung des Gesamtstoffwechsels maßgebend. Nicht mit Unrecht spielte die Wasserbeschauung daher in der Volksmedizin stets eine hervorragende Rolle. Menge und Aussehen des Urins find sorgfältig zu beachten. Seine chemische Beschaffenheit gibt uns über die Funktionen lebenswichtiger Organe, wie Rieren, Leber und Herz, die wichtigsten Aufschlüsse. Regel= mäßige chemische und mitrostopische Harn= untersuchungen würden in manchem Fall zu rechtzeitigem Erkennen und zur Beseitigung eines Leidens führen, das, veraltet, ärztlicher Hilfe vielleicht nicht mehr zugänglich ift. Ueberreichliche Absonderung grünlichen Urins deutet auf Zuckerkrankheit, mit der starkes Durstgefühl, Abmagerung troß gesteigerter Eßlust, Trockenheit der Haut und Neigung zu Bildung von Blutgeschwüren (Furunkeln) ver= bunden zu sein pflegt.

Herzklopfen und Kurzatmigkeit nach Treppensteigen, Marschieren und Tanzen lenken die Aufmerksamkeit vor allem auf das Herz. Herzschwäche und Nervenleiden haben außer in dem schon besprochenen Mißbrauch von Alkohol, Tabak und Kaffee häufig ihre Ursache in übertriebenem Sport und geistiger Ueberanstrengung. Als Warnungssignale dienen Kopsichmerz, Schwindel, Uebelkeit, Gedächtnisschwäche, Schlaflosigkeit, Ohnmachtsanfälle, Herzunruhe, Angstgefühle, Reizbarkeit und gesteigerte Nervosität.

Bu diesen und vielen andern Zuständen und Veränderungen, die dem Laien bei einigers maßen sorgfältiger Beobachtung nicht entgehen können, kommt nun aber noch die beträchtsliche Zahl derer, die nur das durch Wissensschaft und Erfahrung geschulte Auge des Arztes wahrzunehmen vermag. Es liegt nastürlich aber außerhalb aller Möglichkeit, in

engem Rahmen eine Aufzählung alles bessen zu bieten, was gegebenenfalls Veranlaffung werden kann, einen Arzt aufzusuchen. Die Belegenheit, Krankheitsanlagen zu entdecken, ist mit allem gegeben, was wir unter dem Begriff soziale Hygiene zusammenfassen. Die zur Förderung der Volkswohlfahrt getroffenen Einrichtungen für Mutterschut, Wöchnerinnenpflege, Säuglingsfürsorge, Schulhygiene, Tuberkulose-, Geschlechtskrankheiten= und Alko= holikerfürsorge sind geeignet, Krankheiten im 🖣 Reime erkennen zu lassen, und bieten die Möglichkeit, sie in ihren Anfängen erfolgreich zu bekämpfen. Die Lebensversicherungen fahn= den aus versicherungstechnischen Gründen auf Anlagen und Dispositionen, welche die Lebens= dauer abzukürzen drohen, führen damit aber im gegebenen Fall einen Abgewiesenen viel= leicht zu seinem Heil auf eine seine Gesund= heit erhaltende Lebensweise hin. Zu erstreben wäre daneben eine in den Händen von Fachärzten liegende Berufsberatung, die durch möglichst ausgebehnte Reihenuntersuchungen dazu beitragen könnte, den einzelnen im Hin= blick auf durch seine Konstitution bedingte Schwächen zur Vorbeugung und zu zweckmäßigem Verhalten zu erziehen. Des weitern muß freilich bei jeder akut gewordenen Bedrohung der Gesundheit der Arzt insbesondere zu Rate gezogen werden.

Ich würde bedauern, sollten diese Ausstührungen dazu beigetragen haben, einen oder den andern meiner Leser in hypochondrische Ueberängstlichseit zu versetzen. Versolgen sie doch nur den Zweck, Signale zu kennzeichnen, die uns die Natur zur Erhaltung unserer Gesundheit gibt. Mit vernünstiger Selbstbeobachtung erleichtert der Patient seinem Arzte sein verantwortungsvolles Amt. Dieser wird dann in vielen Fällen zu beruhigen und zu trösten wissen, wenn nämlich scheinsbar bedrohliche Symptome eine harmlose Deustung zulassen. Andernfalls wird er aber häusig auch Winke, Andeutungen und Hinweise zu unausschiebbaren Verordnungen und zu eners

gischem Eingreifen benutzen. Er ist eben auf die Mitarbeit seiner Patienten angewiesen; denn er ist kein Zauberer und Hexenmeister. Wir haben es mit Betätigung natürlicher Kräfte zu tun, mit Ursache und Wirfung. Iene gilt es zu beseitigen, diese abzuschwächen. Wir bedürfen der Beichte unserer Schutzbeschohlenen; aber unsere Rezepte sind keine Ablaßzettel für unverzeihliche Unterlassungssünden.

## Les bienfaits de la marche.

On voit souvent dénigrer la marche en tant qu'exercice physique et vanter, par contre, certaines gymnastiques difficiles à exécuter sans professeur et, par conséquent, ou très dispendieuses ou assez vaines. Il convient donc d'exposer clairement les avantages de la marche, cela en but de faire revenir à une appréciation plus saine des choses ceux que la lecture de certains exposés ont amené à penser que la marche — contre laquelle se liguent auto et bicyclette - n'est pas le sport le plus indispensable, le plus utile .... et le plus économique. La raison de la supériorité de la marche réside d'abord dans le fait qu'elle se pratique, par force, au grand air, alors que nombre de gymnastiques et de sports -- y compris la danse et le tennis, se pratiqueront parfois dans des espaces clos. Cependant, dès qu'on veut faire de l'hygiène, les espaces clos doivent être simplement et purement interdits, parce que le grand air représente, du fait de sa puissante action sur les régions découvertes, sur les bronches et les poumons, quelque chose d'irremplaçable.

D'autre part la marche contribue à un développement parfaitement harmonieux du corps, parce qu'elle agit avant tout sur la circulation. Pour comprendre le fait, il faut d'abord s'avoir que sous la

peau de la plante des pieds nous possédons un lacis veineux très important. Chaque fois que le pied appuie sur le sol, les veines de ce lacis sont écrasées: Le sang qu'elles contiennent est alors chassé vers le cœur dans le bon sens — c'est-à-dire dans la direction des grosses veines et non des artères, ce qui créerait un embouteillage assez grave. Les parois des veines présentent, en effet, de distance en distance, des valvules qui empêchent le sang de refluer en arrière.

De plus, les muscles de la jambe, en se contractant au cours de la marche, compriment les veines relativement très grosses qui se trouvent dans l'épaisseur du mollet et en évacuent également le contenu dans le bons sens, vers le cœur.

Ainsi se trouve créé un mécanisme qui active la circulation et qui soulage le cœur avec une remarquable efficacité sur laquelle on n'insiste jamais assez, et que la marche possède seule à ce degré.

La raison pour laquelle ce second appareil moteur qui se crée au niveau des jambes et particulièrement efficace, est mise en évidence par le fait suivant: Les gens qui piétinent dans un atelier, un magasin ou une cuisine, sont souvent atteints de varices: les facteurs qui font souvent 20 et 30 kilomètres par jour n'en ont jamais.

C'est le rythme qui, dans la marche, a cet effet, bienfaisant. De même que le cœur bat soixante ou soixante-dix fois par minute, de même en marchant le sang des jambes se trouve propulsé quatre-vingt ou quatre-vingt-dix fois par minute du fait de la pression de la plante des pieds sur le sol, ou des muscles sur les veines. Il est évident que ce rythme de de la marche, qui varie quelque peu avec la résistance physique de chacun, correspond exactement aux besoins profonds de l'organisme, mieux assurément que tout