

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: Le soupir

Autor: V.E.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-973546>

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: 24.02.2026

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

Gute besser und gereifter wieder anwenden, was im ungehemmten Laufe unserer schnelllebigen Zeit in Vergessenheit geraten war. So kommt es, daß wir auch in der ernstesten aller Wissenschaften, der Medizin, Moden kennen, allerdings im vornehmsten Sinne des Wortes: als Verfeinerung und Fortschritt.

(Aus dem „Basel Landshäfler“ von L. M. D.)

Zahnkrankheiten und Schwangerschaft.

Es steht fest, daß die Zahnheilkunde mit fast allen Zweigen der Medizin innige Berührungspunkte hat. Besonders klar treten die Beziehungen von Zahn- und Mundkrankheiten zu Erkrankungen des Verdauungskanalzutage, dagegen sind die Zusammenhänge zwischen Mund- und Zahnleiden mit Schwangerschaft im allgemeinen wenig bekannt. Daß während der letztern normalerweise erhebliche Veränderungen im Körper — auch fern von dem Geburtsapparat — auftreten, unterliegt keinem Zweifel: Hautverfärbung, Erweiterung der Blutadern, nervöse Verdauungsstörungen, wie Speichelfluß, Uebelkeit, Erbrechen, Verstopfung, Veränderungen an den Knochen, an der Schilddrüse, den Nieren, der Leber, allgemein nervöse Störungen usw. spielen die Hauptrolle. Während des Wochenbetts gehen diese Veränderungen meist ganz oder fast vollständig zurück.

Nun hat man seit langem auch Störungen in der Mundhöhle beobachtet. Zunächst treten vielfach nervöse Zahnschmerzen bald im Ober-, bald im Unterkiefer auf, ohne daß Zahnfäule (Karies) nachweisbar wäre. Dann scheint es weiterhin wohl festzustehen, daß die Schwangerschaft Zahnfäule in erhöhtem Maße mit sich bringt. „Jedes Kind kostet einen Zahn“ — lautet ein alter Volkspruch, der mit den Erfahrungen vieler Ärzte übereinstimmt. Die Frage ist nun, ob mehr Zähne erkranken oder ob schon bestehende Zahnfäule schneller

und ausgiebiger um sich greift. Man nimmt an, daß besonders die veränderte Zusammensetzung des Speichels und außerdem die verminderte Härte der Zähne, infolge der Kalkentziehung während der Schwangerschaft, die Zahnfäule begünstigt. Sicherlich sprechen Störungen des Appetits, Belegtheit der Zunge, schlechter Geschmack und morgendliches Erbrechen dafür, daß irgendwelche Veränderungen in der Mundhöhle vorkommen, die das Wachstum von Bakterien und damit die Zahnfäule fördern. Ob das saure Erbrechen dabei eine gewisse Rolle spielt oder Veränderung des Speichels selbst von ausschlaggebender Bedeutung ist, wird noch umstritten. Außerdem scheint die normale Kalkablagerung in den Zähnen verzögert zu sein, da der wachsende Embryo großen Kalkbedarf hat.

Weiterhin werden Zahnfleischentzündungen mit und ohne starke Zahnsteinbildung häufiger bei Schwangerschaft als sonst beobachtet. Nicht allzu selten gesellen sich Wucherungen des Zahnfleisches und sogar geschwulstartige Bildungen im Kiefer hinzu, die nach Ablauf der Schwangerschaft von selbst zurückzugehen pflegen. Es versteht sich ohne weiteres, daß Schwangere ihre Zähne sorgfältig, noch sorgfältiger als sonst, pflegen müssen. Beginnende und ausgesprochene Zahnfäule muß sofort behandelt werden. Eine Gefahr, daß die Schwangerschaft durch das Eingreifen des Zahnarztes beeinträchtigt wird, liegt nicht vor.

Le soupir.

Je soupire. Personne pourtant n'est à côté de moi à qui je voudrais révéler par ce soupir l'angoisse qui me torture. Il sort naturellement de ma poitrine oppressée comme pour la soulager du poids superflu. Et tout de suite, mon âme lourde de pressentiments et d'inquiétudes se sent plus légère et plus claire, car elle était sombre, noire presque, tel un gros nuage tout de menaces.

Mes inquiétudes et mes angoisses ne sont point devenues ni moins grandes, ni moins sombres, mais leur poids, comme si vraiment elles pouvaient se peser, a diminué à la suite du soupir, et ma poitrine que je sentais si oppressée, me paraît soudain redressée, soulevée pour donner un libre passage au souffle, on dirait, longtemps retenu. Mon esprit dont la lucidité dépend pour la plupart de ce qu'on appelle « disposition de l'âme », se remet, plongé qu'il était, il n'y a qu'un instant, dans les ténèbres; — et la vie donc qui m'entoure et d'où, il me semble, d'être retransmise comme par une cloison épaisse, me paraît à nouveau plus facile à aborder.

Et toute cette métamorphose est due au soupir qu'on appellerait, non sans raison, soupir de soulagement.

Pauvre être humain, serré que tu es par des choses qui peuvent te nuire jusqu'à t'écraser sans crier gare, qu'aurais-tu fait si ton monde intérieur n'était aussi vaste que l'océan et qu'entre d'autres ressources dont il abonde, ne se trouvait un si simple, un si modeste moyen qu'est le soupir qui, allégeant la poitrine oppressée, modifie en même temps, du moins pour quelques instants, l'état d'âme et d'esprit en tumulte.

N'ayons donc pas peur de pousser des soupirs surtout quand nous sommes seuls. C'est une aération suprême et naturelle de notre être aussi bien moral que physique.

V. E.

Respiration artificielle.

« Si tu sauves un homme,
Sauve-le vivant. »
(Proverbe chinois.)

S'il est une intervention que tout samaritain et toute samaritaine doivent connaître exactement, c'est sans aucun doute la respiration artificielle.

Récemment encore, nous avons assisté à des exercices où la respiration artificielle était pratiquée d'une façon un peu... spéciale, par des samaritains qui — par ailleurs — travaillaient fort bien.

La pratique de la respiration artificielle doit être enseignée à chaque cours de premiers secours et, dans la suite, les exercices de respiration doivent être répétés souvent, car en la pratiquant correctement, les samaritains pourront sauver des vies, sauver des noyés, sauver des électrocutés, sauver des asphyxiés.

Depuis plusieurs années nous recommandons la méthode du Dr Schæfer d'Edimbourg, parce que cette méthode semble être la meilleure et aussi la moins fatigante. Elle est d'un usage courant en Angleterre, aux États-Unis et en Allemagne. Avec cela, elle est très simple. La voici une fois encore: Le sujet est étendu à terre, sur le ventre, bras allongés en avant, figure tournée sur le côté. Le sauveteur se place à genoux, les cuisses du sujet entre ses propres jambes, de façon à pouvoir s'asseoir sur les mollets de celui-ci. Ceci fait, il étend les bras en avant, pose les mains largement ouvertes sur le dos au niveau des dernières côtes, au bas du thorax, les pouces se touchant presque, et il appuie *progressivement* et de tout son poids, mais sans brusquerie, de manière à provoquer l'expiration. Il cesse de presser et, sans lâcher prise, laissant les mains en place, il s'assied sur les mollets, et alors, par l'élasticité des côtes et du ventre, une inspiration se produit. Après quoi, répétition de la même manœuvre, et ces gestes alternatifs se refont à raison d'une quinzaine par minute, c'est-à-dire quinze pressions suivies de quinze repos, à raison de deux secondes environ pour chacune des deux phases de l'intervention.