**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:** 38 (1930)

**Heft:** 2

**Artikel:** Sveltesse ou maigreur?

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

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-556399

**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:** 12.12.2025

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

Il y a, comme ça, des gens très affairés, qui ont une famille délicieuse, et qui, pendant des années, ne s'en aperçoivent pas.

Et quelles lucides heures d'insomnie après cette bonne soirée! Donc, le fait était là: toujours occupé, toujours pris par mes rôles importants de membre influent du parti réformiste, d'ami du progrès, d'homme actif et dévoué, d'esprit ouvert à toutes les idées généreuses, je n'avais pas eu le temps, *en six mois*, de dessiner pour mon enfant une trompette, une locomotive et deux vaches. »

## Sveltesse ou maigreur?

Jadis toute femme visant à l'élégance devait être ou paraître grassouillette. De nos jours, sa silhouette doit être mince, à contours à peine sinueux. Et si la nature l'a dotée d'embonpoint, elle s'évertuera à se mettre à la mode par une cure d'amaigrissement.

Si beaucoup de femmes se trouvent fort bien du régime que, pour suivre la mode, elles s'imposent, d'autres, à vouloir maigrir, causent à leur santé un dommage, parfois irréparable.

Une cure d'amaigrissement dirigée par un médecin est souvent difficile à suivre; du moins est-elle inoffensive, parce que le médecin applique à chaque cas particulier le traitement qui lui convient. Les remèdes pharmaceutiques contre l'obésité, pris sans contrôle médical, causent de fréquents désastres; ils renferment le plus souvent des extraits de glande thyroïde ou de fortes doses d'iode. Or, l'un et l'autre de ces médicaments peuvent conduire à des troubles graves analogues à ceux du « goître exophtalmique » ou « maladie de Basedow ». Ils font maigrir, certes, mais la fonte de graisse ainsi provoquée, au lieu d'être un processus naturel, n'est que le résultat d'une intoxication.

Même exempte de médicaments, la cure d'amaigrissement, si elle n'est pas respectueuse des lois naturelles, présente des dangers; n'est-il pas d'observation courante que les personnes grasses sont en général moins nerveuses que les maigres? Que l'on ne s'étonne donc pas de voir des dames replètes perdre avec leur embonpoint leur humeur placide et devenir irritables!

Un amaigrissement rapide peut, en outre, entraîner des fléchissements organiques. Les reins sont maintenus dans un matelas de graisse; privés de ce soutien, ils deviennent mobiles; surviennent alors tôt ou tard les malaises trop connus des femmes affligées du « rein flottant ». De même l'estomac et les intestins ne peuvent être dépouillés impunément des garnitures dont la nature les a pourvus.

La cure d'amaigrissement doit comprendre la réfection musculaire par des exercices corporels appropriés. Elle ne doit pas être conduite rapidement ni poussée trop loin. Que l'on ne confonde pas sveltesse et maigreur!

Ces règles étant posées, l'hygiène ne peut que se réjouir de l'idéal de beauté féminine de nos jours.

## Wie das « Chinin » entdeckt wurde.

Man ſchrieb das Jahr 1639. Seit einem Jahrhundert ſaßen die Spanier in Peru, füllten ihre Säckel mit den reichen Erträgniſſen ergiebiger Silberminen, und der ſpaniſche Vizekönig lebte in ſeiner Reſidenz in Lima gute Tage. Nur einen Schatten gab