

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: 8

Artikel: Vom Schwimmen

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-556842>

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: 17.01.2026

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

puyée. Chacun de ces mouvements se fait environ douze fois par minute.

Les avantages de cette méthode sur d'autres manières de pratiquer la respiration artificielle sont évidents: la langue ne court aucun risque de s'effondrer dans la gorge du sinistré et d'obstruer ainsi ses voies respiratoires; elle pend du côté du sol, il n'est pas nécessaire de s'occuper d'elle. Les liquides contenus dans la

bouche, dans le nez ou le larynx trouvent un écoulement naturel; il est donc inutile de fixer la langue, comme aussi de placer un coussin sous le patient. En outre, il n'y a aucun danger de provoquer des fractures de côtes ou des lésions des organes abdominaux par des pressions trop vigoureuses. La méthode de Schäfer pour ramener des noyés à la vie doit donc être considérée comme la méthode de choix.

Vom Schwimmen.

Unter den verschiedenen Arten wissenschaftlich begründeter Körperpflege verbürgt das Schwimmen vielleicht den vielseitigsten und vollsten Erfolg. Besonders für die heranwachsende Jugend ist der Schwimmsport die vorteilhafteste Leibesübung, weil dem Körper durch das Schwimmen nicht nur eine gleichmäßige, harmonische Ausbildung gegeben wird, sondern auch alle Organe, innere wie äußere, in lebhafteste Tätigkeit gesetzt und gekräftigt und gestärkt werden. Dies beruht auf Erfahrungen und Ermittlungen, die ärztlicherseits wiederholt bestätigt worden sind. Ferner kommt dazu, daß der richtige Schwimmer nicht allein Wassersport betreibt, sondern sich gewöhnlich auch als Leichtathlet, Fußballer, Tourist usw. versucht, wodurch eine mögliche Einseitigkeit vermieden wird.

Der Schwimmsport dürfte in seiner Anwendung für den Körper und in seiner Vielseitigkeit kaum von einem anderen Sportzweig überboten werden können.

In erster Linie verdient das mit den

regelmäßigen Schwimmübungen verbundene Reinigungsbad, das an sich als Verhütungsmittel für das Auftreten vieler Krankheiten in Betracht kommt, Erwähnung. Die durch Einwirkung des kalten Wassers hervorgerufenen Hautreize regen nicht nur den Blutkreislauf an, sondern führen bei regelmäßiger Anwendung von kalten Bädern auch zur Abhärtung, die das Auftreten von Erkältungen und von Katarrhen erschwert oder verhindert. Bei Freibädern im Sommer kommt noch die die Gesundheit fördernde Einwirkung von Licht und Sonne hinzu.

Abgesehen von seinem Werte als Körperübung hat das Schwimmen die besondere Bedeutung, daß es oft genug lebensrettend gewirkt hat. Alljährlich ertrinken Hunderte von Menschen; sie wären in den meisten Fällen gerettet worden, hätten sie selbst oder andere als Helfer schwimmen können. Schon aus diesem Grunde soll jeder Mensch schwimmen lernen.

Radiowellen und Briefftauben.

Die Frage, ob die drahtlosen Wellen, wie sie beim Rundfunk zur Anwendung gelangen, einen Einfluß auf das menschliche Nervensystem ausüben, wurde oft erörtert und zu-

meist in negativem Sinne beantwortet. Uns Menschen, dies war die Meinung der maßgebenden Forscher, fehle das Organ zur Aufnahme drahtloser Wellen. Es sei folglich