

<b>Zeitschrift:</b>	Das Rote Kreuz : officielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz
<b>Band:</b>	47 (1939)
<b>Heft:</b>	18
<b>Artikel:</b>	Le cancer en Suisse
<b>Autor:</b>	[s.n.]
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-546171">https://doi.org/10.5169/seals-546171</a>

### **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>**

**Die Atmung.** Jeder Sport braucht eine besondere, beste Art der Atmung. Immer ist frische, reine Luft unerlässlich. Anstrengung führt zu Lufthunger. Dein Körper stillt ihn durch tiefe Atmung. Lerne auch gut ausatmen, dann bekommst Du die beste Ventilation. Die Unsitte, beim Sport ein Zündholz, ein Zweiglein, Kaugummi oder sonst etwas im Mund zu behalten, hat öfters zu schweren, wahrhaft überflüssigen Unfällen geführt.

**Das Herz** muss im Sport die Hauptarbeit leisten und seine Muskelfasern werden leicht zu oft bis zu den letzten Reserven beansprucht. Hüte Dich, sie dazu noch mit Alkohol und Nikotin zu vergiften! Fieberhafte Krankheiten, auch leichte Erkältungen, bringen vorübergehende Schwäche und Empfindlichkeit des Herzmuskels mit sich. Du verhütest Dauerschaden, wenn Du bis zur Erholung Training und Wettkampf unterbrichst.

**Dein Nervensystem** vermittelt Dir Wohlbefinden, Unternehmungsfreude, Lust an guter Leistung, Schneid im Wettkampf. Vernimmt es schlechte Nachrichten vom Zustand Deiner Organe, so schadet dies Deiner seelischen Verfassung. Normales Ruhebedürfnis entsteht aus Ermüdung. Krankhaft sind: Ruhelosigkeit, Reizbarkeit, Gehässigkeit, Mangel an Vertrauen zu sich selbst und zum Kameraden. Sie sind Alarmzeichen und verlangen Ruhe, Disziplin, Rat des Mannschaftsleiters und des Arztes. Falsch ist die Zuflucht zur Zigarette, zu Alkohol, zu hastigem Essen, zu Vorwürfen gegen andere.

Der Wettkampf ist die grosse Belastungsprobe des Nervensystems infolge Unsicherheit des Ausgangs fremder Umgebung, Einwirkung der Zuschauermenge, Verantwortungsgefühl «Startfieber». Wichtig sind: Richtige seelische Einstellung, das Bewusstsein sorgfältiger Vorbereitung, Selbstbewusstsein ohne Selbstüberhebung. Die Kameradschaft Deiner Mitkämpfer und Deines Mannschaftsführers macht Dir die Fremde zur Heimat. Deine sportliche Gesinnung und Deine Disziplin erwirbt Dir unschätzbare Sympathie. Sei tüchtig im Beruf, dann freut Dich ein Sportsieg doppelt, aber keine Niederlage bedroht Deine oder Deiner Familie Lebensbedingungen! Denke an all das! Es bringt Dir Freude, Ruhe, Sicherheit und Willen zum Sieg.

Bist Du der Glückliche, dem Ehre und Meisterschaft zufällt, dann bist du der gefeierte Held besonders der Jugend. Sie folgt Dir begeistert und nimmt Dich in allen Dingen zum Vorbild. Sieh zu, dass Du sie auch als Kamerad, als Berufsmann, als Mithilfer und als Mensch zum Guten führst, Deinem Volke und Dir selbst zum Segen.

**Das Gesetz des Rhythmus.** Wechsel von Muskelspannung und Lockerung, Herzschlag, Atmung, Tag und Nacht. Jahreszeiten bilden Lebensnotwendigkeiten aus, die verlangen, dass auf Stunden und Tage der Arbeit Stunden und Nächte der Ruhe folgen müssen. Auf den Zustand höchster Anspannung und Tätigkeit müssen Wochen und Monate verhältnismässiger Ruhe folgen. Niemand kann sich dauernd in höchster Form befinden! Einschaltung von Erholungsmonaten entspricht dem Bedürfnis nach seelischer und körperlicher Entspannung. Gib diesem Bedürfnis nach, erhalte Dich in guter Gesundheit und Normalform. Dann kommt über kurz oder lang wieder die Zeit neuer Tatendurst. Der Versuch, dauernd Höchstes zu leisten, führt zu Unlust «Uebertraining», zu den berüchtigten «Sportschäden» (Herz-, Magen-, Gelenkschäden, «Abnützungskrankheiten», vorzeitiges Altern). Sei nicht zu einseitig! Ein anderer Sport, ein Spaziergang, eine Bergtour, ein Buch, Musik bringen Dir Abwechslung, Naturgenuss, Freude. Du behältst Ueberblick über Deine Lebensziele, ruhst Dich aus und fasses neuen Mut und neue Freude zu Deinem Lieblingssport.

**«Doping».** Aufpeitschung des Körpers durch Reizmittel (Analeptica), die vorwiegend auf Herz und Nervensystem wirken, ist von verheerender Wirkung. Ihre Verwendung ist dem Sinn des Sportes vollkommen entgegengesetzt, denn sie führt nicht zur Erlösung, sondern zum vorzeitigen Ruin. Wer seine allerletzten, vielleicht lebenswichtigen Reserven durch «Doping» künstlich und über seine Willenskraft hinaus mobilisiert, ist ein Narr gegen sich selbst und ein Betrüger seiner Kameraden. Analeptica gehören in die Hand des Arztes. Wer solche nötig hat, hat augenblicklich aus dem laufenden Wettkampf auszuscheiden.

**Körperpflege.** Deiner Leistungsfähigkeit in Beruf und Sport dient eine angemessene Körperpflege. Körperliche Reinlichkeit und Bad erhalten Dich frisch und gewöhnen Dich daran, im Schmutz Gefahr zu sehen. Leichte Massage nützt der Durchblutung der Haut und der entspannten, ruhenden Muskulatur. Sonnenbäder machen Freude und wirken günstig auf Deinen ganzen Körper, aber Vorsicht vor Sonnenstich! In Deinen Koffer gehören Zahnbürste, Zahndeise, Seife, Handtuch, Closetpapier; ferner Lanolincrème zur Pflege der Haut, besonders der Hände.

**Sportliche Erfolge, Höchstleistungen, Lebensalter und Lebensaufgaben.** Zähe Beharrlichkeit und Treue zu einer geeigneten Leibesübung werden Dir bestimmt Erfolge bringen, seien sie nun bescheiden oder gross. Zur Meisterschaft gehört vieljährige, harte, richtig geleitete Uebung und ausserdem hervorragende Begabung. Erst recht gilt dies für Höchstleistungen. Körperliche und geistige Gewandtheit durch richtige Leibesübungen bringen aber jedem Menschen Freude, Gesundheit und Vorteil. Oft genug ist dabei ein harmloser Springinstell gerade so glücklich, wie ein vielbeneideter Meister. Schätz' Deinen Erfolg, aber

überschätze ihn nicht. Wir alle werden alt. Das mahnt zur Selbsteinkehr und Bescheidenheit. Bedenke, dass die Zeit der sportlichen Bestleistungen im allgemeinen trotz Ausnahmen auf das Alter zwischen 20 und 30 Jahren beschränkt ist. Deine grösste Leistungsfähigkeit als Berufsmann, als Charakter, als Erzieher eigener oder fremder Kinder, als Staatsbürger, als Beschützer Deiner Familie, als Leiter der kleinsten oder grössten Unternehmung folgt jenem Lebensalter nach und ist wenigstens ebenso wichtig. Halte alsdann auch den Leibesübungen Treue. Vergiss nicht, dass unser Nachwuchs Deine Hilfe und Deinen Rat braucht. Wir aber alle, Deine Mitbürger und Schicksalsgefährten, erwarten von Dir im Ernst des Lebens jene Kameradschaft, die guter Sport Dich gelehrt hat. Diene mit allen Deinen Handlungen, mit allen Deinen Kräften und von ganzem Herzen unserem Vaterland und unserem Volk! Es gibt keinen besseren Weg zu Deinem wahrhaften Glück.

## Le cancer en Suisse

Les statistiques de la plupart des pays indiquent que le cancer est actuellement l'une des plus importantes causes de décès; cependant, il n'a pas augmenté, ces dernières années, d'une façon notable.

### Répartition des décès en Suisse suivant les causes.

	Année 1936
Divers	15'516
Grippe	632
Suicides	1'158
Accidents	2'205
Pneumonie	2'798
Tuberculose	3'944
Cancer	6'224
Maladies de la vieillesse	15'173
Total des décès	47'650

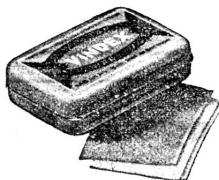
En Suisse, le cancer tue plus de 500 personnes par mois. Les chiffres ci-joints, extraits du *Mouvement de la Population en Suisse*, publiés par le Bureau fédéral des Statistiques, montrent que, pour une population d'environ 4'200'000 habitants, le nombre total des décès s'est élevé à 47'650 pour l'année 1936. Sur ce nombre total, 6224 sont dus au cancer. Cela représente donc, chaque année, 15 habitants sur 10'000, ou encore 13 % du total des décès; c'est dire que: *Un décès sur 8 est dû au cancer.*

## Für Brand-, Schürf- und Schnittwunden

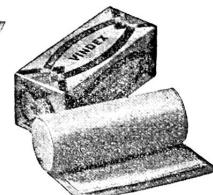
hat der vorsorgliche Samariter stets

## VINDEX zur Hand.

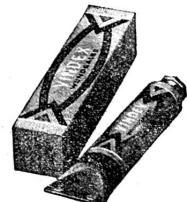
Vindex bewirkt raschere Besserung bei Verletzungen. Es desinfiziert, verhüttet Komplikationen, lindert Schmerzen, fördert die Ueberhäutung. Schmerzloser Verbandwechsel, weil nie klebend. Seit über 15 Jahren bestens bewährt.



25 Vindex-Kompressen  
fertig zugeschnitten



Vindex-Binde für  
grössere Verletzungen  
oder für zahlreiche  
kleine Verbände



Vindex-Wundsalbe  
in Tube

„FLAWA“, Schweizer Verbandstoff- u. Wattefabriken AG., Flawil

Le cancer apparaît le plus souvent entre 50 et 70 ans. Les néoplasmes les plus fréquents sont ceux des voies digestives, de la peau, du larynx, de l'utérus, du sein, etc.

Les deux sexes paient approximativement le même tribut à cette maladie: 3248 cas chez l'homme pour 2976 cas chez la femme (en 1936).

En considérant l'importance des différentes causes de décès, on constate que le cancer vient en second rang, après les maladies de la veillesse et à la place occupée autrefois par la tuberculose. A ce propos, il est frappant de relever que, jusqu'en 1927, la tuberculose faisait plus de victimes que le cancer; c'est le contraire aujourd'hui.

Tandis que la mortalité par cancer restait sensiblement au même niveau ces dernières années, la mortalité par tuberculose montre une régression importante et continue. Il faut certainement attribuer ce fait, pour une part, à l'efficacité plus grande des traitements appliqués à cette dernière maladie, mais il est non moins certain qu'une grande part des progrès réalisés est due à la lutte préventive et aux mesures énergiques prises contre ce fléau. Depuis longtemps, la tuberculose n'est plus considérée comme un mal qui ne pardonne pas; elle est guérissable parce que, le plus souvent, le traitement est entrepris à temps.

Une attitude semblable doit être prise vis-à-vis du cancer. La lutte anticancéreuse ne doit pas être entreprise par le médecin seulement mais par tout le monde. La première chance de guérison est de croire à cette guérison; le cancer ne doit pas être considéré comme une maladie incurable et fatale contre laquelle toute science est impuissante. Les traitements feront certainement l'objet de perfectionnements et de découvertes nouvelles, mais il faut savoir, dès maintenant, que le nombre des cas traités avec succès augmente sans cesse et surtout, il faut se souvenir que *le cancer a d'autant plus de chances d'être guéri qu'il est traité plus près de son début*.

La lutte contre le cancer est représentée, dans notre pays, par la Ligue nationale suisse contre le cancer qui contribue par ses subsides au développement des recherches scientifiques. Comme elle ne peut entreprendre les traitements ou les recherches nécessaires, ce rôle est assumé par les différents centres anticancéreux et fondations de radium.

Le Centre anticancéreux romand (C. A. C. R.) a été installé en 1924 à Lausanne; en 1937 près de 300 malades y ont été traités, dont 67 par le radium. Un grand nombre de cancéreux y ont reçu des soins gratuits.

Les dons en faveur de cette institution sont reçus avec reconnaissance par le C. A. C. R., compte de chèques postaux II 3224, à Lausanne.

Sur la lutte anticancéreuse en général nous lisons dans *L'Avenir Médical* et sous la signature du professeur Ponthus de Lyon, les lignes qui suivent et qui prouvent le succès de la campagne entreprise pour le dépistage précoce des affections cancéreuses:

L'organisation de la lutte anticancéreuse remonte à trente ans. Il est possible de se demander actuellement si les résultats sont en rapport avec l'ampleur des efforts scientifiques et financiers déployés.

Les acquisitions scientifiques faites dans le domaine du cancer peuvent paraître faibles, tant sont nombreuses et importantes les lacunes restant à combler. Toutefois, certaines notions fondamentales ont été établies. Telle est, par exemple, celle de la multiplicité des causes susceptibles de produire ou de déclencher le développement des tumeurs chez l'animal. Il résulte de ce fait capital, qu'il est vain de rechercher une cause unique au cancer de l'homme; qu'il est illusoire de déduire de la connaissance de cette cause, unique et irréelle, un traitement spécifique, universel et causal, du mal.

Plusieurs autres faits fondamentaux sont actuellement acquis. Tous, en dehors de leur intérêt propre, concourent à montrer la complexité prodigieuse, et la délimitation imprécise du problème posé.

Ces résultats, si fragmentaires soient-ils, n'en sont pas moins importants. Si faible que soit la lumière scientifique qu'ils apportent, ils ont permis de se débarrasser de nombreuses hypothèses qui se sont effondrées comme des châteaux de cartes, et fournissent des bases solides aux futures recherches. Ils constituent, en outre, un encouragement précieux à poursuivre la route, longue et aride, qui mènera à la vérité.

Les acquisitions pratiques faites dans le domaine du cancer permettent, elles aussi, de répondre par l'affirmative.

Il est indubitable que l'on peut guérir actuellement trois fois plus de cancéreux qu'il y a vingt ans. Les statistiques les plus dignes de foi montrent que l'on peut guérir:

95 % des cancers de la peau,  
60 % des cancers du sein et du col de l'utérus,  
50 % des cancers des lèvres,  
30 % des cancers de la langue et du larynx.

Le nombre des vies humaines arrachées à la mort paie tous les efforts, tous les sacrifices, et constitue un stimulant précieux pour continuer à travailler, avec patience et méthode.

Le meilleur gage de succès reste le dépistage précoce des tumeurs et leur traitement avant qu'elles aient semé des noyaux à distance. On ne saurait trop répéter que le cancer est une lésion d'abord unique et locale, donc guérissable, quand on peut la décourir assez tôt et la supprimer en totalité, précocement. Pour l'instant, tout est là!

## Goldwaren 18 Karat

Moderne Bijouterie, Silber- und Geislingerwaren  
Neuarbeiten - Reparaturen

**FR. HOFER, Goldschmied, BERN, Marktgasse 29**

Sichere und  
rasche Heilung  
von

**Kropf**

dickem Hals, Drüsenanschwellungen aller Art durch unsern  
Kropfgeist „Strumasan“. Hilft auch in alten Fällen.  
Sicherer Erfolg garantiert. - Preis 1/2 Flasche Fr. 3.—,  
1/4 Flasche Fr. 5.—. Zu beziehen durch die

**JURA APOTHEKE, BIEL, Juraplatz**

## Siebers Apfeltee

ist seit über 40 Jahren ein ganz unentbehrliches Hausmittel, das aus nur ganz prima Schweizeräpfeln erstellt wird, ohne jeglichen anderen Zusatz. Derselbe ist, kalt oder warm genossen, ein sehr aromatisches, gesundheitsförderndes Getränk.

## Allgemeine Bestattungs A.-G.

**Bern**

Nur: Zeughausgasse 27  
Telephon 2.47.77

besorgt und liefert alles bei Todesfall

**Leichentransporte**

**POMPES FUNEBRES GENERALES S.A., BERNE**

1  
**Hydrophile Gazebinden** geschnitten

**Hydrophile Gazebinden** festkantig

**Idealbinden** (elast. Binden für Krampfadern)

**Tricotschlauchbinden**

**Gazewindeln** aus doppelter Gaze

**Nabelbinden** waschbar, 6 cm breit

Verlangen Sie Preise von

**E. Gysin-Walti, Verbandstoffe**  
**Dietikon b. Zürich**

## PROTHOS-SCHUHE

das Beste für gesunde und kranke Füsse

Wir beraten Sie gerne

**Schuhhaus Löw AG., Zürich**

Jetzt Naefenhäus, Ecke Usterstr./Lintheschergasse



**Verbandmaterialien, Sanitätsartikel**  
**chirurg. Instrumente, Krankenmobilier**

Belieferung von Krankenmobilien-Magazinen und Samaritervereinen

**Sanitätsgeschäft W. HÜCH-WIDMER, AARAU**

Zwischen den Toren 10 - Telephon 2.36.55