

**Zeitschrift:** Das Schweizerische Rote Kreuz

**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz

**Band:** 59 (1949-1950)

**Heft:** 5

**Artikel:** Brief an einen Herzkranken

**Autor:** Maheim, Ivan

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-556690>

### 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:** 15.01.2026

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

# BRIEF AN EINEN HERZKRANKEN

VON DR. IVAN MAHEIM

Privatdozent an der Universität Lausanne

Mein lieber Freund!

Soeben erhalte ich Ihren Brief, durch welchen Sie mir Ihre Besorgnis mitteilen. Seien Sie versichert, dass ich Sie sehr gut verstehe; ich werde mich bemühen, Ihnen, wie bisher, auch in Zukunft zu helfen und zu raten.

Seit 23 Jahren betreue ich nun Ihre Gesundheit. Vor 23 Jahren stellten Sie mir Ihre ersten Fragen über den Zustand Ihres Herzens und über die notwendigen Massnahmen, Ihre Gesundheit zu bessern, um Ihnen die Erfüllung Ihrer Aufgaben — ein grosses Unternehmen und eine zahlreiche Familie — zu gewährleisten.

Seit unserer ersten Unterredung habe ich Hunderte von Kranken, die sich in Ihrem Falle befanden und dieselben Symptome aufwiesen, gesehen und untersucht. Indem ich die Entwicklung Ihrer Krankheit verfolgte, habe ich mit Ihnen, durch Sie, durch Ihre Krankheit eine Menge hinzugelernt; die Grundbegriffe, die wir in den medizinischen Büchern nicht finden, die erlebten Erkenntnisse, deren Mannigfaltigkeit und sich verschiebenden Schattierungen sich nicht in die schematischen Beschreibungen der pathologischen Abhandlungen einreihen lassen, klärten sich.

Ich möchte Ihnen dadurch nützen, dass ich diese bewegte Zeit Ihres Lebens nochmals durchlaufe, während welcher ich Sie einmal verwirrt, einmal aufschneiderisch und unbekümmert, einmal verzweifelt und zusammengebrochen, dann nach und nach weniger unstet, physisch schwächer, aber moralisch stärker gekannt habe; Sie hatten eingesehen, dass es zwecklos ist, sich gegen das Schicksal aufzulehnen, und dass es immer Hoffnung gibt, selbst in den dunkelsten Stunden, wenn man nur die Wünsche den Möglichkeiten anzupassen lernt. —

Ich glaube, dass ich Ihnen nützlich sein kann, indem ich mit Ihnen diese 23 Jahre überprüfe, diese 23 Jahre gemeinsamer Anstrengungen, die uns zu guten Freunden zusammengeschmiedet haben. Ich glaube auch, dass mein Brief Ihren Kindern nützen dürfte; denn ich habe seit unserer ersten Unterredung erfahren, dass es gewisse Herzkrankheiten, besonders gewisse Gefässkrankheiten gibt, die auf Vererbung beruhen. Ich wusste dies nicht, als Sie mich im Jahre 1927 zum ersten Male konsultierten, und ich hatte mich vollständig über die Bedeutung der Symptome, die Sie beunruhigten, getäuscht.

Sie waren damals 32 Jahre alt und hatten plötzlich Ihren 57jährigen Vater verloren, der wegen er-

höhten Blutdrucks in ärztlicher Behandlung stand. Auch Ihr Grossvater und Grossonkel waren plötzlich und frühzeitig gestorben. Diese Tatsachen, deren Zusammenhang Ihnen bewusst wurde, hatten Sie davon überzeugt, dass auch Sie herzkrank und von einem plötzlichen Tode bedroht waren. Ihre Nächte waren von heftigem Herzklagen gestört. Auch bei Ihnen hatte ich erhöhten Blutdruck festgestellt, aber dieser war von so offensichtlicher Ueberempfindlichkeit des Herzens — ohne objektives Zeichen einer eigentlichen Herzkrankheit — begleitet, dass ich Sie beruhigte und jede ererbte Veranlagung leugnete, da ich vollkommen davon überzeugt war, Ihre Störungen wären rein nervöser Art.

Nach einigen Wochen schienen Sie geheilt, obwohl Ihr Blutdruck weiter erhöht blieb. Dann folgten für Sie Jahre harter Arbeit mit einer wahnsinnigen Ueberarbeitung. Sie gönnten sich keine Ruhe. Sie klagten über schlaflose Nächte, erneutes Herzklagen. Wenn Sie mich indessen aufsuchten, geschah dies nur auf die dringenden Bitten Ihrer Frau; denn Sie waren fest entschlossen, nichts an Ihrer rastlosen Tätigkeit zu ändern und sich nicht aus dem höllischen Räderwerk zu lösen, in die Ihr Beruf Sie geführt hatte.

Es gelang mir damals nicht, Sie davon zu überzeugen, dass Sie mit dem ständigen Ueberarbeiten aufhören mussten.

Ich verlor Sie dann während einiger Jahre aus den Augen. Plötzlich wurden Sie anlässlich einer Reise nach Madrid von einem Herz-Infarkt<sup>1)</sup> aufs Krankenlager geworfen. Sie hörten nicht auf meine spanischen Kollegen und kamen vierzehn Tage nach dem Anfall hierher zurück, obwohl Sie mindestens fünf Wochen hätten ruhen sollen. Kaum daheim angekommen, erlitten Sie einen Rückfall: drei Lungenembolien, dann eine langwährende Herzschwäche, von der ich nicht glaubte, dass Sie sie überleben würden.

Nach vier Monaten schwerer Krankheit erlaubte ich Ihnen, jeden Tag ein wenig aufzustehen, und ich freute mich, Ihre Kämpfernatur wieder erstehen zu sehen. Sie dachten daran, wieder eine kleine Tätigkeit zu ergreifen, nachdem Sie und ich während Wochen nicht gewusst hatten, ob es Ihnen je

<sup>1)</sup> Infarkt = Verstopfung eines einzelnen Blutgefäßes, Absterben eines einzelnen Gewebsgebietes mangels Blutzufuhr.

gelingen würde, Ihr Gleichgewicht wieder zu finden. Und merkwürdig: früher waren Sie verzweifelt und empört, wenn Ihnen das Herzklopfen die paar Stunden Schlaf raubte, die Sie sich während Ihrer Jahre der Ueberarbeitung gönnten; jetzt, nach all diesen Leiden, nach den unerträglichen Schmerzen der Herzkrisen, waren Sie schon zufrieden, in Ihrem zukünftigen Leben einige Stunden Nachmittagstätigkeit, wenn auch nicht an allen Tagen, zu erhoffen.

Sie sind endlich vernünftig und sogar glücklich geworden, weil die Krankheit Sie zur Vernunft gezwungen hat. Sie geben sich nun darüber Rechenschaft, was Sie vielleicht hätten vermeiden können, wenn Sie auf mich gehört hätten, oder wenn ich geschickt genug gewesen wäre, Sie zu überzeugen. Ist es nicht gut, dass Ihre beiden Kinder Ihre Krankengeschichte kennen, Ihre beiden Nachkommen, die wahrscheinlich dieselbe Gefäßschwäche geerbt haben, die aber so glücklich sind, die wohldurchdachten Gesundheitsmassnahmen zu kennen? Niemals langandauernde Ueberarbeitung, so viel wie möglich in der Natur leben, zweimal im Jahre Ferien, so lange wie möglich unter einer zurückhaltenden und verständnisvollen ärztlichen Ueberwachung Sport treiben.

Wenn der erhöhte Blutdruck ererb ist, so gibt es ohne Zweifel auch zufällige Umstände, die auf das Nervensystem wirken. Die Menschen mit erhöhtem Blutdruck sind meistens Städter, die in einer Atmosphäre ständiger nervöser Spannung leben. Es sind keine Bauern. Es sind die Opfer der modernen Zivilisation, die das ganze Gewicht des Lebens auf der Hirn- und Nerventätigkeit lasten lässt, während unsere Muskeln sich nie in vernünftigem Mass anstrengen. Die ständigen Erregungen des Telefons, der Höllenlärm der Maschinenräume, das nervenaufreibende Schreibmaschinengeklapper, die nervöse Spannung, die nach den Bureaustunden nicht aufhört, da sie vom Rennen nach den Zügen oder dem Autobus abgelöst wird, das Steuern eines Wagens während des grössten Strassenverkehrs. Alles schädliche Einflüsse! Doch nicht genug der Erregungen, um dieses so zarte Nervensystem zu erschüttern. Dem Städter wird noch zugemutet, während der einzigen Augenblicke der Entspannung, während des Essens oder abends, die Lärmorgien des Radios, die unermüdliche Wiederholung unerfreulicher politischer Nachrichten bis zu vier oder sechs Malen im Tag zu erdulden!

Es ist wichtig, dass Ihre Kinder, die in dieser erschreckenden Zeit der Menschheit geboren sind, begreifen, dass das Gleichgewicht der Gesundheit bedingt ist durch ein Gleichgewicht unserer verschiedenen Muskel- und Hirntätigkeiten, einer Abwechslung in unseren Energieausgaben. Mögen sie die göttliche Heiterkeit kennen lernen, die unser schönes Land uns bietet, wenn wir, in unseren Bergen wandernd, die Kämpfe zwischen Wind, Wolken und Kälte erleben. Mögen sie den Kampf um die Minuten, um rechtzeitig einen überheizten Zug erreichen zu können, mögen sie die Sucht, so schnell

wie möglich ein Maximum an Kilometern in einer benzinstinkenden Maschine zurückzulegen, vermeiden!

Und nun fragen Sie mich, wie es mit Ihrem Herzen stehe, dem Opfer dieses Lebens der Hetze, das mit Mühe gerettet worden ist. Es wird immer noch von «Herzschwäche» bedroht, das heisst, es vermag noch nicht, seine volle Aufgabe zu erfüllen, um die Ernährung der Gewebe zu sichern. Es macht dank den unterstützenden Medikamenten Fortschritte, und ich bin überzeugt, dass es noch widerstandsfähiger werden könnte. Dafür ist es aber notwendig, dass Sie genau verstehen, um was es geht. Sie werden als Geschäftsmann wissen, was eine Verschuldung bedeutet. Ihr Herz ist heute noch verschuldet. Wir können einen Teil seiner Schuld durch stärkende Behandlung, durch einen Zuschuss von Kapital tilgen. Aber das bedeutet nur ein Borgen. Sie verstehen, ohne dass ich es Ihnen näher erkläre, welch unsichere Massnahme solch ein Borgen darstellt. Geld aufzunehmen, um eine Schuld zu begleichen, bedeutet, eine neue Schuld einzugehen. Das einzige Mittel, das Gleichgewicht wieder herzustellen, besteht darin, die Ausgaben zu beschränken. (Bevor man eine Bluttransfusion vornimmt, muss man die Blutung aufgehalten haben.)

Wie soll man nun die Ausgaben — nämlich den Energieverbrauch des Herzens — beschränken, dieses Herzens, das hunderttausendmal in 24 Stunden schlägt, und schon einzig und allein um das Leben zu erhalten, eine ungeheure Energie verbraucht?

Diese Minimaltätigkeit bedeutet die «unreduzierbaren Allgemeinkosten». Also ist es unerlässlich, alle andern Ausgaben zu unterlassen. Unbedingte Ruhe! Unbedingte körperliche und geistige Ruhe! Aber das genügt nicht. Man muss auch die Arbeit der Verdauung und der Nierentätigkeit verringern: eine leichte, fettarme und vitaminreiche Diät einhalten, die Flüssigkeitsaufnahme beschränken, und, um das zu erreichen, das Salz, das die Flüssigkeiten zurückhält, weglassen. Man muss bis zu dem Augenblick, wo der Ausgleich geschaffen ist, auf der Hut sein. Da diese Ermässigung der Ausgaben verhältnismässig klein ist, sogar mit sehr strengen Einschränkungen, muss man sie während längerer Zeit durchführen. Endlich, wenn wir das Gleichgewicht wieder erreicht haben, müssen wir es eifersüchtig hüten, und Sie müssen sich damit abfinden, während Monaten, vielleicht während Jahren, vielleicht während Ihres Lebens, ein bis zwei Tage Bettruhe in der Woche zu beobachten und an diesen Tagen eine strenge salzlose Diät einzuhalten.

Da Sie nun wirklich herzkrank geworden sind, nachdem Sie jahrelang mit erhöhtem Blutdruck höchst unvernünftig und unvorsichtig gelebt hatten, ist es notwendig, dass Sie diese Forderungen kennen und sich die vorgeschlagene Lebensweise zu eigen machen. Der Herz-Infarkt kann zwar geheilt, aber niemals rasch geheilt werden.

Wenn es mir gelungen ist, mich Ihnen verständ-

*lich zu machen, so werden Sie Ihr eigener Arzt werden, und Sie werden erfahren, dass wir keine Wunder wirken können, aber dass wir manchmal die Wunder ansehen dürfen, welche die Natur vor unseren Augen vollbringt. Ich bin mehrmals Kranken begegnet, die ebenso schwer getroffen waren wie*

*Sie, mein lieber Freund, deren Heilung ich nicht zu erhoffen wagte, und die heute ihre Krankheit ver-gessen haben, was noch märchenhafter erscheint als die Heilung selbst. Ich wünsche Ihnen, dass Sie so lange leben mögen, um diese vollständige Heilung ebenfalls zu erfahren.*

# EIN NEUES POSTULAT ANDEREgg ÜBER DAS ROTE KREUZ

VON DR. HANS HAUG

Am 21. Dezember 1949 hat Nationalrat Dr. Emil Anderegg, Mitglied der Direktion des Schweizerischen Roten Kreuzes, im Nationalrat ein Postulat eingereicht, das von 38 Nationalräten aus allen wichtigen Parteien mitunterzeichnet ist und folgenden Wortlaut hat:

*«An der im Sommer 1949 in Genf stattgefundenen diplomatischen Konferenz, welche vom Bundesrat einberufen worden war, sind die Textentwürfe der vier neuen Rotkreuzkonventionen angenommen und die Konventionen von zahlreichen Ländern bereits unterzeichnet worden. Damit ist erneut zum Ausdruck gekommen, welch hohe Anerkennung der Rotkreuzgedanke in der ganzen Welt geniesst.*

*Zur Weiterführung des von Henri Dunant in die Welt getragenen menschheitlichen Impulses des Roten Kreuzes ist unser Land in hohem Masse befürwortet und verpflichtet. Der Bundesrat wird deshalb ersucht, zu prüfen, wie die Rotkreuzidee in vermehrtem Masse gefördert und zur Anerkennung gebracht werden kann. Insbesondere wäre vom Bundesrat zu erwägen und Bericht zu erstatten:*

1. *Welche Vorbereitungen und Massnahmen zu treffen sind, um den neuen Rotkreuzkonventionen im eigenen Lande die gebührende Nachachtung zu verschaffen.*
2. *In welcher Weise die umfassende Arbeit und die hohe Stellung des Internationalen Komitees vom Roten Kreuz gefördert und unterstützt werden kann.*
3. *Inwieweit dem Schweizerischen Roten Kreuz die Erfüllung seiner Aufgaben erleichtert werden kann.»*

Nationalrat Anderegg wird dieses Postulat in der Junisession der eidgenössischen Räte im Zusammenhang mit der Ratifizierung der vier neuen Genfer Abkommen zum Schutze der Kriegsopfer vom 12. August 1949 begründen. Er wird somit sein Postulat mit den grossen Verpflichtungen in Beziehung setzen, welche mit der Ratifizierung der Gen-

fer Abkommen unserem Lande erwachsen, aus dessen Geistesgut der Rotkreuzimpuls hervorgegangen, mit dessen Neutralität die Wirksamkeit des Internationalen Komitees vom Roten Kreuz aufs engste verbunden ist und zu dessen Ehren wiederum «das durch Umstellung der eidgenössischen Farben gebildete Wappenzeichen des roten Kreuzes auf weissem Grunde als Schutz- und Erkennungszeichen beibehalten wird». Nationalrat Anderegg sieht im Rotkreuzgedanken in so hohem Masse einen eidgenössischen Gedanken, der mit unserer ganzen Lebensform, besonders mit der immerwährenden Neutralität, eins ist und ihren Sinn und ihr gutes Recht ausmacht, dass er das Schweizervolk auffordert, diesem Gedanken der Menschlichkeit die unerlässlichen Opfer ebensowenig zu versagen, wie der militärischen oder wirtschaftlichen Landesverteidigung. Denn die Rotkreuzarbeit der Schweiz, die nie erlahmende Hilfsbereitschaft des ganzen Volkes in Kriegs- und Friedenszeiten, gehört mit zur geistigen Selbstbehauptung unserer Eidgenossenschaft in einer Zeit, die keinem Volk Opfer für das Ganze, für die Gemeinschaft der Völker und den Aufbau des Friedens erspart.

An die Rotkreuzarbeit der Schweiz trägt auch das Schweizerische Rote Kreuz, als nationale Rotkreuzgesellschaft, seinen Teil bei, wobei sich die Aufgaben auf Grund der neuen Konventionen und der Beschlüsse und Empfehlungen der Internationalen Rotkreuzkonferenzen ständig erweitern. Die gesamte Sanitätshilfe in Kriegszeiten, die Verwirklichung von Sanitäts- und Sicherheitszonen, die Betreuung von Kriegsgefangenen und internierten Militär- und Zivilpersonen sind Aufgaben, bei deren Bewältigung das nationale Rote Kreuz, zumindest als Hilfsorganisation von Armee und zivilen Behörden, hervorragende Dienste leisten kann. Es wird diese Dienste in Friedenszeiten aber nur leisten können, wenn es in Friedenszeiten unermüdlich arbeitet, Pflegepersonal ausbildet, Rotkreuzformationen bereit hält, einen Blutspendedienst aufbaut, Materialdepots im ganzen Lande verstreut ein-