

**Zeitschrift:** Das Schweizerische Rote Kreuz  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 79 (1970)  
**Heft:** 7

**Vereinsnachrichten:** Aus unserer Arbeit

#### **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:** 06.02.2026

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

# Aus unserer Arbeit

Lendenwirbelsäule und des Beckens. Sie können aber auch in Knie, Ellbogen oder irgendeinem anderen Gelenke vorkommen. Nicht immer ist es möglich, sofort die Ursache festzustellen, die zur Auslösung der Beschwerden führte. Häufig klingen die Schmerzen auch spontan nach einigen Tagen wieder ab. Krankhafte Veränderungen an den Ansatzstellen der Sehnen oder in der Sehne, Band und Kapselfaser selber sowie in der Umgebung derselben (Schleimbeutel, Knochenhaut), bewirken eine Steigerung der Spannung in den betreffenden Muskeln. Diese fühlen sich hart, schmerzempfindlich und zeitweise von Knötchen durchsetzt an. Durch die Zunahme der inneren Spannung der Muskeln wird die krankhaft veränderte Sehne und ihre Ansatzstelle einem vermehrten Zug ausgesetzt. Dies vermehrt einerseits die Schmerhaftigkeit und setzt andererseits die Muskellspannung noch mehr herauf, wobei der Muskel selber ebenfalls schmerzempfindlich wird. Weil die Muskelfasern mit ihrer engen Verflechtung zum Sehnen- und Kapselgewebe an diesem Vorgang beteiligt ist, nennt man das ganze Krankheitsgeschehen Muskelrheumatismus. Gelingt es therapeutisch, die Muskellspannung durch Medikamente, Wärme, Massage oder Bewegungstherapie herabzusetzen, so wird der Kreislauf der gegenseitigen Beeinflussung von Sehnenfaser und Muskulatur unterbrochen, die Schmerzen verringern sich oder verschwinden ganz. Die Muskulatur des alten Menschen spricht weniger rasch und weniger stark auf Schmerzeinflüsse von der Sehnenfaser her an. Das bewirkt wahrscheinlich, dass muskelrheumatische «Beschwerden» beim alten Menschen weniger häufig vorkommen als bei jüngeren, die noch im Vollbesitz ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit sind.

Aus den schädigenden Ursachen, welche zu den Schmerzanfällen führen, ergeben sich nicht nur Richtlinien für die Behandlung dieser schmerhaften Zustände, sondern auch gewisse vorbeugende Massnahmen, wie Verhütung von einseitigen Ueberanstrengungen einer bestimmten Muskel- und Sehnengruppe, Schutz vor Unterkühlungen und nicht zuletzt regelmässige lockernde Bewegungsübungen zur Entspannung der verkrampten Muskulatur.

Dr. med. D. Gross

## ALLGEMEINES

### *Ferienlager für hämophile Knaben*

Vom 6. bis 25. Juli wurde im Kinderheim «Clos des Sapins» in St-Cergue das 7. Ferienlager für hämophile Knaben durchgeführt. Es bot 23 jungen Blutern, die wegen ihrer Krankheit nicht an einem regulären Lager teilnehmen können, einen Ferienaufenthalt, verbunden mit einem Lehrprogramm über die Möglichkeiten, wie sie sich gegen die vielen sie bedrohenden Gefahren schützen können. So vermögen die Kinder eine gewisse Selbständigkeit und Unabhängigkeit zu erlangen. Organisiert wurde die Kolonie vom Schweizerischen Roten Kreuz in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Hämophiliegesellschaft. Auch dieses Jahr half das Inselspital in Bern wieder bei der praktischen Durchführung des Ferienlagers, vor allem, indem es Fachpersonal zur Verfügung stellte. Der Arzt wurde durch das Kinderspital Zürich vermittelt. Die Kosten für diese Lager werden gemeinsam von den Eltern der Bluter, der Invalidenversicherung und dem Schweizerischen Roten Kreuz getragen.

## KRANKENPFLEGE

### *Schnupperlehre für Pflegeberufe*

Das zweite Schnupperlehr-Ferienlager, das vom Schweizerischen Roten Kreuz in Zusammenarbeit mit der Berufsberatung vom 28. Juli bis 8. August in Lenk durchgeführt wurde, war von 50 Mädchen, hauptsächlich aus der deutschen Schweiz, besucht. Den jungen Interessentinnen wurde hier, fern vom Spital, aber auf sehr lebendige Art und Weise von einer Berufsberaterin und diplomierten Schwestern ein Einblick in die verschiedenen Pflegeberufe vermittelt (allgemeine Krankenpflege, psychiatrische Krankenpflege, praktische Krankenpflege, Wochenpflege, Säuglings- und Kinderkrankenpflege). Praktische Unterrichtsstunden wie Bettenmachen, Toilette eines Patienten und ähnliches, eine Spitalbesichtigung, Film- und Diskussionsabende boten einlässliche Information, während zwei Ausflüge den Feriencharakter des Lagers unterstrichen.

### *Ausstellung «Berufe im Dienste der Medizin»*

Hinter die Kulissen des Spitalbetriebes zu leuchten und verschiedene Berufsbilder zur Darstellung zu bringen, ist das Anliegen der Ausstellung, die unter dem Titel «Berufe im Dienste der Medizin vom 1. bis 31. Oktober im Berner Gewerbemuseum



gepflegte, preiswürdige Maler- und Gipserarbeiten

Manuelstrasse 47  
Telefon 031 44 94 44

im Kornhaus zu sehen ist. Bundespräsident Dr. H. P. Tschudi, Vorsteher des Eidgenössischen Departements des Innern, hat das Patronat übernommen, während das Schweizerische Rote Kreuz und das Berner Gewerbemuseum als Veranstalter zeichnen. Im Vordergrund der Ausstellung steht eine eingehende Information durch Text und Bild, ergänzt durch verschiedene Demonstrationen und Filmvorführungen. Als besondere Attraktion wird es der Besucher zweifellos werten, dass in einem gesonderten Raum ein Schulzimmer eingerichtet ist, in dem Schülerinnen der verschiedenen Pflegeberufe gleichsam öffentlich Unterricht erhalten. Die Krankenpflegeschulen des Kantons Bern teilen sich in die Aufgabe, den Laien einen kleinen Einblick in das vielfältige Unterrichtsprogramm zu bieten. Die Besucher der Ausstellung erhalten nicht nur Kenntnis von den verschiedenen Berufsmöglichkeiten innerhalb der Krankenpflege, sondern werden auf manchen interessanten Beruf im Spital aufmerksam gemacht, den man bislang nur vom Hörensagen kannte.

#### *Praktische Krankenpflege*

An folgenden Schulen fanden im Juli und August Abschluss-examen statt: Schule für praktische Krankenpflege «Südhalde», Zürich; Scuola per assistenti geriatriche, Bellinzona; Schule für praktische Krankenpflege des Alters- und Pflegeheims Gnadenthal.

#### **BETREUUNGSDIENST FÜR BETAGTE**

Die Schweizerische Arbeitsgruppe «Turnen für Betagte», der auch das Schweizerische Rote Kreuz angehört, veranstaltete zusammen mit dem Schweizerischen Frauenturnverband in Bern einen zweitägigen Kurs für die Arbeit mit Betagtengruppen. Etwa 70 Teilnehmerinnen aus 16 Kantonen folgten den Lektionen, Demonstrationen und Vorträgen. Sie werden sich künftig in ihrem Kanton der Arbeitsgruppe für die Mitarbeit beim Altersturnen zur Verfügung stellen.

#### **ROTKEUZDIENST**

Unter dem Kommando des Rotkreuzchefarztes wurde vom 10. bis 22. August in Montana (General-Guisan-Haus) der Kaderkurs I/2 für angehende Gruppen- und Dienstführerinnen durchgeführt. Die Kandidatinnen, die sich aus den Reihen der Pfadfinderinnen und Hilfspflegerinnen rekrutierten, wurden wiederum sorgfältig auf ihre neuen Aufgaben vorbereitet. Die Mitarbeit von Fachlehrern (Instruktions-Unteroffiziere) bot eine wertvolle Unterstützung bei dieser für den Rotkreuzdienst unerlässlichen Kaderausbildung.

#### **JUGENDROTKREUZ**

Im Juli und August war die Casa Henry Dunant von Gruppen zu je etwa 65 Teilnehmern des Kantonalen Lehrerseminars Basel-Stadt und der Gewerbeschulen Langenthal, Frauenfeld, Rapperswil, Zürich und St. Gallen besetzt. Besondere Erwähnung verdient das Lager der Langenthaler, die acht invalide Altersgenossen mitnahmen und sie mit Hilfe einiger junger Kranken-

schwestern, die sich den Gewerbeschülern anschlossen, vorbildlich betreuten. So kamen die jungen Behinderten zu einer Luftveränderung in fröhlicher Gesellschaft. Im Juni verbrachten 30 Lehrkräfte der Ecole professionnelle de la Société industrielle et commerciale, Lausanne, ein Wochenende in Varazze und besichtigten bei dieser Gelegenheit ein Eisen- und Stahlwerk bei Turin.

Das Oesterreichische Jugendrotkreuz lud wiederum eine Anzahl Schwestergesellschaften zu einem internationalen Studien- und Freundschaftslager nach Langenlois ein. Die Schweiz war durch vier Seminaristinnen und Seminaristen von Rorschach vertreten. Unter anderem wurden Unfall- und Katastropheneinsätze besprochen und geübt.

#### **HILFSAKTIONEN**

##### *Wiederaufbau in Tunesien und Algerien*

Die Hilfswerke Caritas, Hilfswerk der evangelischen Kirchen der Schweiz und Schweizerisches Rotes Kreuz sind übereingekommen, die Mittel aus der seinerzeitigen gemeinsamen Sammlung für die Ueberschwemmungsgeschädigten in Nordafrika für den Wiederaufbau eines Waisen-Kinderdorfes in Gamuda (Tunesien) zu verwenden, ein Projekt, an dem namentlich auch die Union internationale de la protection de l'enfance beteiligt ist. Der schweizerische Beitrag von Fr. 145 000.— wurde dieser internationalen Organisation überwiesen und hat so eine zweckmässige Verwendung in einem grösseren Rahmen gefunden. Der Anteil für Algerien, Fr. 72 366.60, wurde für den Ankauf von Metallgerüsten, sogenannten «carcasses», für den Wohnungsbau verwendet, eine Aktion, die unter der Leitung von Caritas steht. Damit erhalten bedürftige algerische Familien, die durch die Katastrophe ihr Heim verloren, die Möglichkeit, sich neue Häuser in herkömmlichem Stil, aber soliderer Bauart zu erstellen.

##### *Vereinte Hilfe für Rumänien*

Die Spenden, die für die Opfer der Ueberschwemmungen in Rumänien vom Hilfswerk der evangelischen Kirchen der Schweiz, dem Schweizerischen Arbeiterhilfswerk, der Caritas, dem Kinderhilfswerk «Enfants du monde» und dem Schweizerischen Roten Kreuz gesammelt wurden, ergaben einen Betrag von über 1,5 Millionen Franken. Am 15. Juli reiste eine schweizerische Delegation nach Rumänien, um mit Partnerorganisationen und Regierungsstellen eine gemeinsame Hilfsaktion zu besprechen. Das Schweizerische Rote Kreuz war durch seinen Zentralsekretär, Dr. Hans Schindler, vertreten. Die Besichtigungsfahrten in verschiedene schwer heimgesuchte Distrikte zeigten immer noch Bilder furchtbarer Verwüstungen, aber auch eifriger Aufbauarbeit. Von rumänischer Seite wurden mehrere Hilfsprojekte vorgelegt. Die Delegierten der schweizerischen Hilfswerke kamen überein, ihren Organisationen dasjenige für das Bezirksspital von Satu Mare zu empfehlen. Das Zentralkomitee des Schweizerischen Roten Kreuzes hat in seiner Sitzung vom 27. August dieses Projekt, das heisst die apparative Ausrüstung des schwer beschädigten Spitals, im Prinzip gutgeheissen.

### Hungersnot in Yemen

Die Liga der Rotkreuzgesellschaften hat eine Hilfsaktion zu gunsten der Bevölkerung unternommen, da infolge Dürre eine Hungersnot ausbrach. Das Schweizerische Rote Kreuz stellte der Liga für die Dauer von einigen Wochen einen Arzt als medizinischen Berater bei der Aktion zur Verfügung.

### Tibetische Flüchtlinge

In den unwirtlichen Grenzgebieten im Norden Indiens sind immer noch einige tausend tibetische Flüchtlinge in Strassenbaulagern eingesetzt, wo sie unter schwierigen Bedingungen ihren kärglichen Unterhalt verdienen. Aus diesen Lagern wurden 75 Männer und Frauen mit ihren Kindern ausgewählt, die demnächst in der Schweiz eintreffen werden. Ihnen schließen sich einige weitere tibetische Flüchtlinge an, deren Verwandte bereits in der Schweiz leben und die im Sinne von Familienzusammenführungen zur Einreise eingeladen wurden.

**LANDSCHULHEIM  
OBERRIED  
BELP BEI BERN**



Internat für 50 Schüler von 11-16 Jahren, 5 Sekundar- bzw. Bezirksschulklassen. Gründliche Allgemeinbildung als Grundlage für Berufslehre und Weiterstudium. Einfache und geregelte Lebensweise. Erziehung zur Selbstständigkeit und Disziplin. Ergänzung der Schularbeit durch Sport und manuelle Betätigung.

**Frühjahr 1971:** Neuaufnahmen in die 5.-7. Klasse.  
Auskunft und Prospekte erhalten Sie durch die Direktion:  
M. Huber-Jungi und Frau, Landschulheim Oberried,  
3123 Belp, Telefon 031 81 06 15

Beleuchtung Radio TV  
Haushalt-  
Apparate

**EAG**  
Elektrizität AG Bern  
Marktgasse 22  
Tel. 22 74 22

**Bezirksspital Belp b. Bern (75 Betten)**  
Wir suchen eine Persönlichkeit als  
**Oberschwester**

mit einiger Erfahrung und Organisationsgeschick, welche mit Freude diese wichtige Aufgabe übernehmen würde.  
Vorzügliche Anstellungsbedingungen.  
Wohnung extern oder intern möglich.  
Eintritt nach Vereinbarung.  
Richten Sie bitte Ihre Anmeldung an die Verwaltung des **Bezirksspitals Belp**,  
3123 Belp, oder telefonieren Sie uns,  
wir sind gerne zu einer ersten Kon-  
taktnahme und Besprechung bereit.



Um Magenbeschwerden und Verdauungsstörungen,  
Völlegefühl, Blähungen, Magendruck und Übelkeit  
zu beheben, bevorzuge ich den altbewährten

# Zellerbalsam



Zehn sorgfältig ausgesuchte Medizinalpflanzen, reich an balsamischen Wirkstoffen, sind der Grund für seine natürliche Heilkraft als zuverlässiger Helfer bei Verdauungsstörungen und vielerlei anderen Unpässlichkeiten.  
Flaschen zu 3.30, 6.90 und 12.80 in Apotheken und Drogerien