

**Zeitschrift:** Das Schweizerische Rote Kreuz  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 88 (1979)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Heiteres zur Blutspende  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-547801>

### **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:** 02.04.2026

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

heit kann die Folge sein. Bei 120 dB ist die Schwelle erreicht, wo Lärm körperlichen Schmerz verursacht. Lärm dieser Stärke greift die Gehirnzellen an. Ein Presslufthammer vor der Haustür (110–120 dB) kann die schöpferische Leistung eines geistigen Arbeiters für den ganzen Tag zunichte machen, und das Heulen eines Düsenflugzeugs hat die Gedankenarbeit schon mehr als einer Konferenz oder eines Kongresses in Verwirrung gebracht.

#### *Es gibt keine Gewöhnung an Lärm*

Die Untersuchungen des Dortmunder Instituts zerstörten vor allem die Legende, der Mensch könne sich an Lärm gewöhnen. Es gibt keine Gewöhnung an Lärm. Wohl kann es eine gewisse Anpassung geben, so dass der Lärm nicht mehr als so störend empfunden wird, doch Schallpegel über 65 dB lösen beim lärmempfindlichen wie beim lärmgewohnten Menschen vegetative Reaktionen aus. Der Organismus des Lärmgewohnten reagiert durchaus in der gleichen Weise wie derjenige des nicht Gewohnten. Auch lässt sich die Alarmreaktion im Körper nicht durch eigene Willensanpassung ausschalten oder unterdrücken. Gegen optische Reize können wir die Augen schliessen, den akustischen Attacken hingegen sind wir viel stärker ausgeliefert.

#### *Lärm wirkt im versteckten*

Besonders nächtlicher Lärm gefährdet die Gesundheit. Unser Körper reagiert automatisch auf Lärmstörungen. Sie bringen das Blut auch dann in Wallung, wenn man tief schläft oder überhaupt nicht wahrnimmt, dass unter einem vorbeifahrenden Lastzug Haus und Fensterscheiben erzittern. Die Lärmelast wirkt unter Umgehung des Bewusstseins unmittelbar auf das vegetative Nervensystem, von dem aus die automatischen Funktionen des Organismus und damit auch die Erweiterung und Verengung unserer Blutgefässe gesteuert werden. Gerade die Verengung der Hautgefässe ist eines der ersten Anzeichen einer organischen Lärmschädigung. Unter dem Einfluss von Lärm kommt es ferner zu einer Erhöhung des Blutdrucks. Das Herz schränkt seine Tätigkeit ein, und mit jedem Herzschlag wird weniger Blut als normal in den Kreislauf gepumpt. Wie verhängnisvoll sich das bei herzkranken Personen auswirken kann, dürfte einleuchten. Diese mangelnde Durchblutung kann schon bei einer Geräuschkulisse von 60–90 dB entstehen, die etwa dem Geräuschpegel entspricht, wie er im Strassenverkehr entsteht.

Eine ungestörte Nachtruhe ist zur Aufrechterhaltung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit unbedingt erforderlich. Manche Wissenschaftler gehen sogar so weit, dass sie einen Zusammen-

hang zwischen dem Anstieg der Geisteskrankheiten und der ständig wachsenden Lärmelast sehen.

Wenn wir diese vielfältigen Einwirkungen des Lärms auf den Organismus betrachten, dann nimmt es nicht wunder, dass Lärm Magengeschwüre, Herz-, Gefäss- und Kreislaufschäden verursachen kann. Über psychologische Reize kann sich auch schon das leise Ticken eines Metronoms oder einer Pendeluhr körperlich auswirken. Fünf Schläge in der Sekunde zum Beispiel lassen den Sauerstoffgehalt des Blutes absinken und erzeugen ein Gefühl der Müdigkeit. Das Tropfen eines Wasserschuhes kann einen geistig arbeitenden Menschen stören und das vegetative Nervensystem, Blutdruck und Herzrhythmus durcheinanderbringen, obgleich dieses Geräusch nur eine Stärke von 30–40 dB aufweist.

#### *Lärm beeinträchtigt die Arbeitsleistung*

Man weiss heute auch, dass Menschen, die in lärmgefüllten Räumen arbeiten müssen, deutlich schlechtere Leistungen vollbringen. Darüber hinaus sind sie häufiger krank, unterliegen eher einer Unfallgefahr und wechseln auch öfter den Arbeitsplatz als ihre Kollegen in lärmärmeren Betrieben. Wird der Lärm dagegen eingedämmt, steigen die Leistungen sofort an, wie Feststellungen des Baden-Württembergischen Arbeitsministeriums ergaben. Durch Lärmreduzierung erzielte man eine Steigerung der Gesamtleistung um 9 %. Die Zahl der Arbeitsunfälle ging um 29 % zurück, die Zahl der Rechenfehler sank um 52 %.

Natürlich ist es unmöglich, die gesamte Industrie lärmfrei zu machen. Zweifellos sind aber längst nicht alle Möglichkeiten erschöpft, um die Lärmelast zu vermindern. Denn Lärm – darüber sollten sich alle im klaren sein, die mit Fragen des Lärmschutzes zu tun haben –, kennzeichnet nicht den Fortschritt der Technik, sondern ihren Rückschritt. *Horst Zschunke (Aus Leben und Gesundheit» Nr. 8/1977)*

## Heiteres zur Blutspende

### Gesundes Holz

Ein nicht alltäglicher Erstspender meldete sich in Saas Fee zur Blutspende: ein 76-jähriger Bergführer und Skilehrer, der bisher noch nie Gelegenheit hatte zum Blutspenden.

Auf meine Einwände, nach den Vorschriften vom Zentrallaboratorium in Bern dürften wir nur Erstspender bis zum 60. Altersjahr berücksichtigen, antwortete er kurz und bündig:

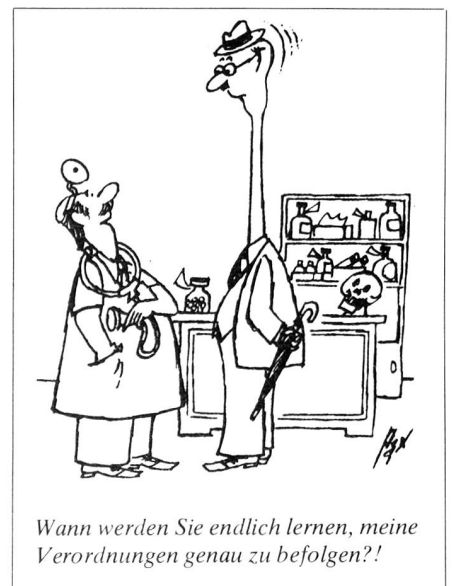
«Was wällent diä da obna in Bäru wohl wissu, ob ich gsund bi oder nid; da bin i letschtes Jahr 20 Mal uf dem Allalin gsi und hä discha Winter kei Stund usglaht als Schkilehrer. Äs sell me da eine sägu, ich si nid gsund: de sell er das erscht vormache, was ich gmacht hä!»

Und er spendete als Sieger über die medizinischen Kriterien aus Bern. Was sich der Computer dabei wohl gedacht hat?

### Drei Generationen bei derselben Blutspende

Nachdem die Tochter und die Enkelin Blut gespendet hatten, meldete sich in Leuk auch die 75-jährige Grossmutter. Als Spendearzt amtete der eigene Hausarzt, der entschied: «Eigentlich hat Euch bisher nie etwas gefehlt, ich kann es verantworten!»

Nach der Spende half die rüstige Frau weiter mit am Flaschentisch und meldete sich dann um 20 Uhr mit der Frage bei mir: «Würden Sie mich nun entschuldigen? Ich ginge noch gerne zum Altersturnen, das ich noch nie verpasst habe!» Wer macht das nach?



*Wann werden Sie endlich lernen, meine Verordnungen genau zu befolgen?!*