

**Zeitschrift:** La Croix-Rouge suisse : revue mensuelle des Samaritains suisses : soins des malades et hygiène populaire

**Herausgeber:** Comité central de la Croix-Rouge

**Band:** 18 (1910)

**Heft:** 4

  

**Artikel:** Comment se gargariser?

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-682517>

### **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:** 24.02.2026

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

Des cadavres qu'il importait d'enfouir de suite ont été protégés par la bannière de la Croix-Rouge, et portés de l'hôpital au cimetière, par ses sociétaires, sans le moindre incident.

Non contents de saccager les couvents, les insurgés profanaient leurs cimetières, déterraient des cadavres, semaient par les rues les squelettes de religieuses; la Croix-Rouge recueillit ces restes et les déposa dans un de ses locaux pour leur éviter de devenir le jouet des foules déchainées.

Un autre fait grave doit malheureusement être déploré: si les luttes de race entre nations ont toujours reconnu et respecté l'emblème sacré de la Croix-Rouge, il n'en a pas toujours été de même pendant cette horrible période d'insurrection.

Des gens sans aveu se sont servis du brassard de l'association pour commettre des actes de vengeance, de violence et d'horreur, au cours de la lamentable série d'atrocités à laquelle nous avons assisté.

La justice opère et vengera le brassard respecté. Ces faits appartiennent maintenant à l'histoire qui les jugera. »

Pour terminer, citons encore la lettre de remerciements adressée par le capitaine général au président de la Croix-Rouge de Barcelone:

« Ayant appris les multiples services rendus à la capitale par votre respectable association, je ne sais ce que je dois le plus louer: si c'est la sérénité et le calme avec lesquels tous vos sociétaires ont accompli leur mission, ou l'ordre parfait et le zèle qu'ils ont montrés partout où leur présence pouvait être nécessaire et bienfaisante. Bien que la sympathie dont jouit la Croix-Rouge soit connue, je saisis avec plaisir cette occasion de lui témoigner ma reconnaissance pour le noble zèle que toutes vos commissions ont montré pendant les troubles.

Je vous en félicite et je vous prie de transmettre ces félicitations à tous vos sociétaires; je porte leur conduite à la connaissance de M. le ministre de la guerre.

(signé) LUIS DE SANTIAGO. »

(Bulletin international, n° 161, janvier 1910.)

## Comment se gargariser ?

Chacun sait aujourd'hui que la bouche et l'arrière gorge constituent un réceptacle de nombreux microbes et ferments divers. Le nettoyage régulier de ces cavités peut, en détruisant les germes dangereux qui s'y trouvent, nous mettre à l'abri de bien des infections. D'une manière générale, ce nettoyage devrait être pratiqué au coucher, au lever et après les principaux repas. On utilise pour cela de l'eau bouillie chaude, à laquelle on ajoute une pincée de sel par verre ou un antiseptique comme l'eau oxygénée (une cuillère à café par

verre) ou la teinture d'iode (trois gouttes par verre). Mais, comme le remarque le D<sup>r</sup> Olès dans le *Journal de la santé*, il ne suffit pas de préparer un gargarisme, il faut encore apprendre à s'en servir.

Beaucoup de personnes, écrit ce médecin, seraient sans doute étonnées si on leur disait qu'elles ne savent pas se gargariser.

Que font-elles, en effet? Elles se contentent de prendre un peu d'eau, d'en baigner la face interne de leurs joues et les arcades dentaires, puis vite de la re-

jeter et... le tour est joué, mais le gargarisme n'est pas pris.

Or, pour être réellement utile ce gargarisme doit atteindre non seulement les amygdales mais encore tout : arrière-gorge, pharynx, orifice des fosses nasales, épiglote et même larynx.

Par habileté et aussi par habitude, on arrive, d'une part, à rejeter une partie du liquide par le nez, de l'autre, à fermer la glotte, l'orifice limité par les cordes vocales, et ainsi à mouiller toute la partie supérieure du larynx.

Voici le procédé à employer :

Tout d'abord, on supprime le réflexe pharyngien, ce mouvement involontaire qui, semblable à un effort de vomissement, fait contracter la gorge et rejeter le liquide, souvent avec accompagnement de toux.

La part de l'influence nerveuse étant grande dans ce mouvement, il suffit de volonté pour diminuer d'abord sa rapidité, puis l'abolir. On conseille aussi de faire une ample provision d'air, puis de l'expulser lentement en émettant la voyelle a. Ainsi, il paraît que la sensibilité s'émousse tellement qu'on peut couper les amygdales et la luette sans grande douleur.

Ce résultat acquis, tout réflexe exagéré n'existant plus, on prend une gorgée de

liquide, faible au début parce que la gorge la tolère mieux, on renverse la tête en arrière, aussi fortement qu'il est possible, on écarte les mâchoires pour contre-carrer tout mouvement de déglutition, empêcher d'avaler, et on prononce les sons « ha, ha, ha » d'une façon très gutturale, en ayant l'air de... bêler.

Ainsi le voile du palais est relevé contre l'orifice postérieur du nez.

Après quelques secondes, on passe du son « ha » ou « au » au son « iu » ou « ou ». Alors le voile s'abaisse et le liquide se dirige vers le nez. En ramenant la tête dans sa position ordinaire, ce liquide peut être rejeté par les fosses nasales.

Cependant, certaines personnes font encore mieux : au lieu de contracter spasmodiquement le pharynx, elles se mettent en expiration forcée, gonflant la poitrine comme dans l'effort, et ainsi le liquide va jusqu'à baigner les cordes vocales sans causer ni douleur, ni accès de toux.

C'est là une méthode utilisée, paraît-il, au conservatoire, où les adeptes du chant ont à soigner avec vigilance leur larynx.

Tout le monde peut y arriver avec bon vouloir et persévérance.

(Extrait des *Feuilles d'hygiène*.)

## Luxation du pouce

Les luxations se produisent dans les articulations. Les articulations sont les charnières qui permettent aux os de se rapprocher ou de s'éloigner les uns des autres.

Comparez un membre qui se fléchit à une porte qui se ferme ; si un obstacle empêche la porte de s'emboîter dans le

chambranle, soit de se fermer, et si on force le mouvement, ou bien la porte se cassera (fracture) ou bien elle sortira de ses gonds (luxation).

La luxation se dit donc d'un os qui se déplace et reste déplacé, sans être lésé lui-même ; une porte sortie de ses gonds ne peut plus s'ouvrir, ni se fermer, un