

Zeitschrift:	Schweizer Soldat : Monatszeitschrift für Armee und Kader mit FHD-Zeitung
Herausgeber:	Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat
Band:	4 (1928-1929)
Heft:	24
Artikel:	Hygienische Ratschläge für den Wiederholungskurs
Autor:	Thomann, J.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-711933

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>



Sempacher Schlachtfest. — Kostümierte Gruppe.
Fête de la bataille de Sempach. — Groupe costumé.

Hygienische Ratschläge für den Wiederholungskurs

Unter diesem Titel hat in Nr. 22 dieser Zeitschrift der Bataillonsarzt 68 sehr beherzigenswerte hygienische Angaben gemacht, deren Befolgung dazu angetan ist, die in den Wiederholungskurs einrückenden Wehrmänner vor manchen Unannehmlichkeiten, die der Militärdienst mit sich bringen kann, zu bewahren.

Für die Fusstruppen spielt vor allem die Fusspflege eine ausserordentliche Rolle, worauf auch im erwähnten Artikel hingewiesen ist. Das dort Gesagte scheint uns aber noch einer Ergänzung zu bedürfen. Die Erfahrung zeigt, dass eine erst zu Beginn des Dienstes einsetzende Fusspflege in vielen Fällen zu spät kommt. Durch die meist schon am Einrückungstag auszuführenden Märsche werden die auf solche Leistungen zu wenig oder gar nicht vorbereiteten Füsse vieler Leute mehr oder weniger stark mitgenommen, so dass die Betreffenden oft tagelang noch darunter zu leiden haben. Dem kann wirksam vorgebeugt werden durch eine zur Zeit einsetzende vordienstliche Fusspflege, wie sie in einem besondern, von der Abteilung für Sanität des E. M. D. im März 1928 herausgegebenen Merkblatt beschrieben ist. Das letztere wird seit dem letzten Jahr an alle Rekruten in der Rekrutenschule verteilt unter Hinweis auf die Wichtigkeit der Nachachtung der in demselben enthaltenen Ratschläge. Wir möchten mit diesen Zeilen auf dieses Merkblatt und auf die vordienstliche Fusspflege auch an dieser Stelle aufmerksam machen und im folgenden die wichtigsten Punkte des erwähnten Merkblattes, die Fusspflege betreffend, folgen lassen.

Mindestens 14 Tage vor dem Einrücken sind die Füsse regelmässig einmal mit kaltem Wasser zu waschen und nach dem Abtrocknen mit Armeeformalin-Fusspulver «Arfol» einzurieben. Auch soll dieses Fusspulver regelmässig in die Socken oder Strümpfe eingestreut werden. Das genannte Fusspulver, Marke «Arfol», kann zu billigem Preis in Apotheken und Drogerien bezogen werden. Es hat, ohne irgendwie schädlich zu sein, eine austrocknende Wirkung auf die Haut und macht sie widerstandsfähig gegenüber den Schädigungen des Fussschweisses.

Zur Fusspflege vor dem Einrücken gehört weiter auch eine sachgemäss Behandlung der Hühneraugen und Verdickungen der Oberhaut (Schwielen), sowie das richtige Schneiden der Nägel an den Zehen. Das erstere geschieht durch Aufbinden von feuchten Zwiebelschalen oder einer Zitronenscheibe über Nacht auf die schmerzhafte Stelle (Hühnerauge bzw. harte Haut), eventuell durch Behandlung mit einem warmen Fussbad. Durch diese Massnahmen erfolgt eine Aufweichung der oberflächlichen harten Schichten, die nunmehr mit einem stumpfen Messer vorsichtig abgeschabt werden können. Vorsicht ist nötig, damit nicht soviel abgeschabt wird bis es blutet, weil sonst die Gefahr einer Blutvergiftung besteht.

Zur Verhütung schmerhafter, eingewachsener Nägel achte man beim Schneiden der Zehennägel darauf, dass dieselben nie ganz kurz oder abgerundet, sondern gerade geschnitten werden und dass namentlich dem Nagel der grossen Zehe an den Ecken, d. h. an den Stellen, wo er einzuwachsen droht, eine gewisse Länge gelassen wird.

Das erwähnte «Merkblatt für die ausserdienstliche Fusspflege» gibt auch an, wie der Wehrmann zu Hause seine Marschschuhe behandeln und was für Socken er in den Militärdienst mitnehmen soll.

Da der Bataillonsarzt 68 in seinem Artikel hierüber genügend Auskunft gibt, brauchen wir hier nicht weiter auf diese Frage einzutreten. Der Zweck dieser Zeilen ist erfüllt, wenn recht viele Wehrmänner genügend lange vor dem Einrücken in den Dienst ihre Füsse in der angegebenen Weise behandeln. Vorbeugen ist auch hier besser als heilen.

Oberst J. Thomann,
Instr.-Off. der Sanitätstruppen.



(Dubois)
Maschinengewehrgruppe. — Groupe de mitrailleurs.