

Zeitschrift: Schweizer Soldat : die führende Militärzeitschrift der Schweiz
Herausgeber: Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat
Band: 85 (2010)
Heft: 7-8

Artikel: Zeigt her eure Füße
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-716918>

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>

Zeigt her eure Füsse

Füsse ohne Blasen – dank innovativem Sockenkonzept. Rekruten in Aarau prüften in einem Härtetest Hightech-Socken und Kampfstiefel. Ein Projekt der Armasuisse und der EMPA (Eidg. Materialprüfungs- und Forschungsanstalt).

Die Schweizer Soldaten erhalten voraussichtlich 2013 eine neue Fussbekleidung. Forscher der Empa und Experten der Armasuisse haben neuartige Socken entwickelt, um das Entstehen von Blasen zu reduzieren. Die Prototyp-Socken aus verschiedenen Fasern vermindern die Reibung an Zehen und Fersen, saugen Schweiß auf und fühlen sich beim Tragen angenehm an.

Sockengeheimnis

Viele Soldaten und vor allem die Sanitäter können ein Lied davon singen, wie sehr Blasen an den Füßen selbst motivierte AdA schier zum Verzweifeln bringen können. Die Forscher der Armasuisse und der Empa haben sich ernsthafte Gedanken darüber gemacht: Weshalb entstehen Blasen und wie kann man sie wirksam vermeiden? Je mehr Feuchtigkeit an den Füßen, desto höher ist die Chance auf Blasen.

Ebenso analysiert wurde der Kampfstiefel. Diese liefern im Idealfall den notwendigen Druck auf die Socken, um Feuchtigkeit optimal in die Fasern einlagern zu können. Stiefel und Socken bilden ein optimales System. Die Socken reiben weniger, transportieren den Schweiß schneller von empfindlichen Hautstellen weg und vermitteln ein angenehmes Traggefühl.

Jede Blase die so vermieden werden kann, vermindert die Belastung auf Märschen, hebt die Moral und trägt zur Gesunderhaltung der Truppe bei. Unser derzeitiger

Kampfstiefel ist seit 20 Jahren im Einsatz, die Passformen dazu seit 50 Jahren. Die Stiefel sind 2 kg schwer und es werden 96 Grössen bewirtschaftet. Ein neuer Kampfstiefel soll verbesserte Trageigenschaften bringen, zusammen mit den neuen Socken, und eine längere Nutzungsdauer haben.

Neue Leisten sollen in der Produktion eingesetzt werden. Die Füße der jungen Soldaten haben sich gegenüber den Füßen ihrer Vorfahren verändert, und dem muss Rechnung getragen werden. Die Anti-Blasen-Socken werden ein Teil der neuen Fussbekleidung sein.

Socken im Blindtest

Im Feldversuch wurde untersucht, ob das innovative Sockenkonzept die Soldaten auch tatsächlich vor Blasen schützt. 60 Rekruten der Inf Durchdiener RS in Aarau fassten ein neues Paar Stiefel und zehn einzelne Socken, die sie genau nach Plan tragen sollten. Mit der Absicht, möglichst objektive Resultate zu erhalten, wurden die Rekruten über den jeweiligen Typus der zu tragenden Socken nicht informiert. Während einer Woche wurde täglich ein Marsch absolviert – mit leichter Packung, denn auch das Gewicht spielt eine Rolle – auf welchem die verschiedenen Typen Socken getragen wurden.


Damit die Soldaten die unterschiedliche Qualität beurteilen und die Forscher diese dokumentieren konnten, trugen die Rekruten an jedem Fuss einen andern Sockentyp.

An jedem Tag nach dem 6-km-Marsch massen und kontrollierten die Physiologen, wie feucht und wie warm die Haut war, ob sie gereizt war und ob sich bereits Blasen gebildet hatten. Gleichzeitig beschrieben die Rekruten in einem Fragebogen, wie sich die Socken anfühlten.

Die Ergebnisse aus der Feldstudie, werden Ausschlag gebend dafür sein, mit welchem «Socken- und Stiefel-System» die Schweizer Armee in Zukunft marschieren wird.

Bewährte Kooperation

Socken sind eine komplexe Sache, die wie Jacke oder Hose zur funktionellen Bekleidung gehören. Ein Detail nur, aber ein wichtiges, dem wird jeder beipflichten, der schon mit Blasen und zusammen gebissenen Zähnen über die Marschrouten gestolpert ist. Bereits in der Vergangenheit arbeiteten Armasuisse und Empa auf diesem Gebiet zusammen.

Im Forschungsprojekt «Sweat Management» entwickelten sie 2002 zusammen mit dem Textilunternehmen Eschler ein vierschichtiges Bekleidungskonzept für die Armee, das die Schweizer Soldaten seit 2005 dank optimaler Wärmeregulierung vor Wind und Wetter schützt und das geschätzt wird. Nun also ist die Reihe an den Füßen, denn sie tragen eigentlich die Hauptlast. Armasuisse und Empa kümmern sich mit grosser Sorgfalt darum. Die geplagten Füße freut's, vorwärts Marsch! ub. 



Gute Schuhe: Der Blick in die Zukunft.



Strenge Märsche sind und bleiben notwendig.