Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 30 (1922)

Heft: 5

Artikel: Für Leute. die morgens nicht aufstehen können

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-546194

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: 14.07.2025

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

Großmutter der Kinder dabei an, ihnen löffelweise eine dünne Brühe zu geben, da die Rabenmutter mit einem andern Liebhaber das Weite gesucht hatte. Unter dem Wagen hatte ich eine große, nicht gerade sehr angenehme Hündin bemerkt, welche ein Junges säugte. Die Großmutter war gleich einverstanden mit meinem Plan, die Hündin als Amme der Kinder zu verwenden. Wir legten die Zwillinge in die gleiche Kiste, in welcher das junge Hündchen war. Die Hündin gab ruhig den beiden Fremdlingen zu trinken und fuhr damit auch fort, als wir das junge Hündchen wegnahmen.

Dr. Legrand empfiehlt auf Grund seiner Beobachtungen die eventuelle Verwendung von Hündinnen als Ammen. Einen einzigen Uebelstand sieht er darin, daß die Hündinnen gewöhnlich nur während vier Monaten säugen können. Nach Untersuchungen von Professor Pouchet soll Hundemilch in ihrer Zusammensetzung der Frauenmilch am nächsten kommen.

Für Leute, die morgens nicht aufstehen können.

Wie eine alte Weisheit lehrt, daß das Zahnweh die Selbstbeherrschung auch der weisesten Philosophen auf eine schwere Probe stellen kann, so gibt es auch Leute, deren Energie die größten Schwierigkeiten siegreich zu überwinden vermocht hat, aber allmorgendlich vor der Aufgabe, die mit der Pflicht, sich aus dem Bett zu erheben, vor sie hintritt, elend zusammenbricht. Wenn ihnen ein englischer Arzt nun den Rat gibt, bei den Kindlein in die Schule zu gehen, so hat dies zwar im ersten Augenblick nichts übermäßig Einleuchtendes, aber da der Entdecker seine Lehre mit suggestivem Vertrauen in ihre Unfehlbarkeit vorträgt, so will es doch nicht angehen, sie den armen Geplagten zu verschweigen. Um so mehr, als der Versuch nichts kostet.

Der Arzt behauptet, daß die kleinen Kinder bestimmte Bewegungen machen, durch die sie sich das Aufstehen erleichtern. Wenn sie auf dem Rücken liegen, strampeln sie zunächst mit den Beinen und dann versuchen sie, sich aufzurichten, indem sie sich umdrehen und auf Hände und Kniee stützen. So gelingt es ihnen, in die sitzende Stellung zu gelangen. Aus diesen und ähnlichen Beobachtungen hat der englische Arzt ein System von Regeln gemacht, das er den unglücklichen Sklaven des warmen Bettes ans Herz legt. Man soll demnach zunächst ausgestreckt liegen bleiben und tief die Luft einziehen, zu gleicher Zeit aber die Hände über den Kopf erheben. Dann folgt ein ebenso tiefes Ausatmen, wobei man die Arme seitwärts führt. Dies wiederholt man fünfmal. Man schlägt darauf die Bettdecke zurück und hebt den Oberkörper ebenfalls fünfmal. Hierauf faltet man die Hände hinter dem Kopf und streckt die Beine so hoch wie es möglich ist; auch diese Uebung muß man fünfmal vornehmen. Dann wird — so wird mit eindringlicher Ueberzeugungskraft versichert — das Aufstehen gelingen. Wenn es aber nicht gelingt, oder wenn einer überhaupt zu faul ist, mit diesen Bett-Freiübungen anzufangen! Was dann?

Erste Hilfe auf der Straße.

Eine neue Einrichtung, die dem Zweck dienen soll, bei Unfällen im öffentlichen Verkehr schnellstens in Wirkung zu treten, ist auf dem Alexanderplatz in Berlin getroffen