

**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:** 20 (1912)

**Heft:** 4

**Buchbesprechung:** Vom Büchertisch

**Autor:** I.

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

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

wie experimentell nach. Bei 669 Krebskranken, von denen eine genaue Familiengeschichte zu erhalten war, betrug die Zahl der an Krebs

gestorbenen Väter 58 gleich 1:11,5 und die der Mütter 114 gleich 1:6.

(„Schw. Bl. f. Gesundheitspflege“.)

### Schonung des Herzmuskels.

Der Herzmuskel des Menschen hat eine ungeheure Arbeit zu leisten. In jeder Minute zieht er sich 60 bis 90mal zusammen und dehnt sich dann wieder aus. Wenn man die einfache Rechnung ausführt, die Zahl der Zusammenziehungen zunächst für einen Tag, dann für ein Jahr und schließlich für ein Menschenleben von durchschnittlicher Länge zu bestimmen, so kommt man zu ganz außerordentlichen Ziffern. Es ist fast wie eine Maschine, die keine Ermüdung kennt, die aber andererseits freilich ihre Ueberanstrengung aufs deutlichste verrät und ihrem Besitzer durch die Erzeugung peinlicher Angstzustände eine kräftige Warnung zuteil werden läßt. Das Beste ist natürlich, wenn jeder alles tut, sich vor einer Ueberarbeitung seines Herzens in acht zu nehmen. Die Zeit, die man dadurch gewinnt, daß man eine Straßenbahn gerade noch im Laufen erreicht oder eine Treppe in die Höhe stürmt, ist viel zu gering, um die damit verbundene Ueberanstrengung des Herzens zu rechtfertigen. Man braucht durchaus kein Hypochonder zu sein, um es sich namentlich im Großstadtleben zum Gesetz zu machen, alle körperlichen Bewegungen mit einer gewissen Ruhe auszuführen. Sich in einen Wettlauf begeben, heißt die Leistung des Herzens un-

gefähr um die Hälfte steigern. Höchst lehrreich sind in dieser Hinsicht die Beobachtungen an Radfahrern gewesen. Wenn jemand  $3\frac{1}{4}$  Minuten einen Hügel auf dem Rade hinauffährt und dabei einen Weg von rund 900 Metern zurücklegt und eine Steigung von 1 zu 10 überwindet, so hat sein Herz dabei eine Ueberarbeit zu leisten gehabt, die dem Heben eines Gewichts von mehr als 20 Zentnern um 1 Fuß entspricht. Daß solche Ueberanstrengungen, namentlich wenn sie sich häufiger wiederholen, nicht ohne Folgen für den Zustand dieses wichtigsten aller Muskel bleiben können, muß jedem Verstande einleuchten.

Professor Goodall legt für die Pflege des Herzens das größte Gewicht auf reichlichen Schlaf. Wenn jemand am Abend statt um 12 schon um 10 Uhr zu Bett geht, ohne deshalb früher aufzustehen, so erspart er seinem Herzen in einem Jahr eine sehr große Arbeit. Werden die Grenzen einer normalen Leistungsfähigkeit des Herzens andauernd außer acht gelassen, so melden sich Herzklopfen, Kurzatmigkeit und ein Gefühl häufiger und schneller Erschöpfung. Wendet der so Gewarnte seine Lebensgewohnheiten auch dann nicht, so stellt sich als weitere Folge besonders häufig Schlaflosigkeit ein. („Schw. Bl. f. Ges.-Pflege“.)

### Vom Büchertisch.

**Oberst Fr. Dafen.** Die neue Truppenordnung und Organisation des Sanitätsdienstes in Tabellen zusammengestellt.

Die mannigfaltigen Veränderungen, welche die neue Truppenordnung auch für die Armeesanität ge-

bracht hat, dürften für denjenigen, dem Zeit oder Gelegenheit fehlen, sich in die Materie einzuarbeiten, nicht so ohne weiteres verständlich sein. Herr Oberst Dafen, der langjährige und wohlbekannteste Instruktor der Sanitätsstruppen, hat es in höchst verdankens-

werter Weise unternommen, alles Wichtige über die neue Truppenordnung und die Organisation des Sanitätsdienstes in tabellarischer Uebersicht darzustellen. Wir lassen vorab das Inhaltsverzeichnis folgen:

Tafel I: Ordre de Bataille einer Division ohne Gebirgstruppen. Tafel II: Ordre de Bataille einer Division mit Gebirgstruppen. Tafel III: Zuteilung des Sanitätspersonales bei Einheiten außer Divisionsverband. Tafel IV: Zuteilung von Personal und Material bei den Einheiten der Sanitätstruppe. Tafel V: Organisation des Sanitätsdienstes der Division. Tafel VI: Die Sanitätskompagnie in Linie und Marsch. Tafel VII: Packordnung des Materialfourgons der Sanitätskompagnie. Tafel VIII: Packung des Materialfourgons der Ambulanz. Tafel IX: Organisation des Sanitätsdienstes im Marsche bei einem detachierten Infanterieregiment und bei der Division. Tafel X: Verwundeten- und Krankenrückhub (I.—III. Hülfslinie, schematisch dargestellt). Tafel XI: Dienstweg für Befehle und Rapporte bei den Divisionen. Tafel XII: Dienstweg für Befehle und Rapporte bei außer Divisionsverband stehenden

Truppen. Tafel XIII: Zuteilung und Numerierung sämtlicher Einheiten der Sanitätstruppe. Tafel XIV: Unterstellung der Heereseinheiten und Truppenkörper unter die Armeekorpskommandos („Inspektionen“).

Die genannte Darstellung ist Herrn Oberst Dajen in überaus klarer Weise gelungen. Kein ermüdender Text, keine weiterschweifigen Erklärungen, höchstens einige hinweisende Anmerkungen. Ein Blick auf die Tabellen des handlichen Büchleins — und man ist mit größter Leichtigkeit orientiert. So wird z. B. derjenige, der in einem Fourgon etwas suchen will, nur einen Blick auf das Bild in Tabelle VIII zu werfen brauchen, um sogleich den Ort zu finden, wo das Gewünschte sich befinden soll.

Mit wenig Worten, wenig Strichen sehr viel und gut gesagt, das ist's, was das Büchlein von Oberst Dajen so wertvoll macht. Wir möchten es allen Angehörigen der Sanitätstruppe, Offizieren, wie Soldaten, als bequemes Mittel zu rascher Orientierung und als Ergänzung zu den Reglementen wärmstens empfehlen. Es ist zum Preise von Fr. 1. — bei Herrn Oberst Dajen in Basel zu haben. I.

## Die Vorstände der Zweigvereine vom Roten Kreuz

werden hiermit höflich gebeten, ihre Jahresberichte bis spätestens **Ende Februar** an die unterzeichnete Stelle einzusenden, damit die Herausgabe des Gesamtjahresberichtes nicht verzögert wird.

Zentralsekretariat des Schweiz. Roten Kreuzes,  
Bern, Birschengraben 7.

## Briefkasten.

**Anonymus.** Sie fragen uns an, wie die Bundesfeierarten für 1912, deren Ertrag für das Rote Kreuz bestimmt ist, aussehen. Wir können Ihnen vorläufig verraten, daß dieselben den Mitgliedern des Bundesfeierkomitees außerordentlich gefallen haben. Auf der einen Seite steht ein kräftiger FahnenSchwinger, auf der andern eine muntere KinderSchar, die mit einer Fahne einherzieht, von einem im Hintergrund brennenden 1. Augustfeuer beleuchtet. Im übrigen werden wir die Bilder, sobald sie in unseren Händen sein werden, in dieser Zeitschrift reproduzieren.

Nun aber eine Bemerkung: Ihre Kartenfrage ist ja sehr vernünftig, aber warum denn anonym?

Die Redaktion.

**Berichtigung.** — In dem Aufsätze „Was ein Samariter von den geistigen Getränken wissen muß“ (Nr. 2, Seite 22) hat sich ein sinnentstellender Druckfehler eingeschlichen, oder besser gesagt ausgeflichen. In dem dritten Satze heißt es nämlich: „ein Mensch, der an geistige Getränke gewöhnt ist“; es muß aber heißen: „ein Mensch, der an geistige Getränke **nicht** gewöhnt ist“.

A. F.