

**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:** 32 (1924)

**Heft:** 10

**Artikel:** Sentinelles veillez!

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

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-974193>

### **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>**

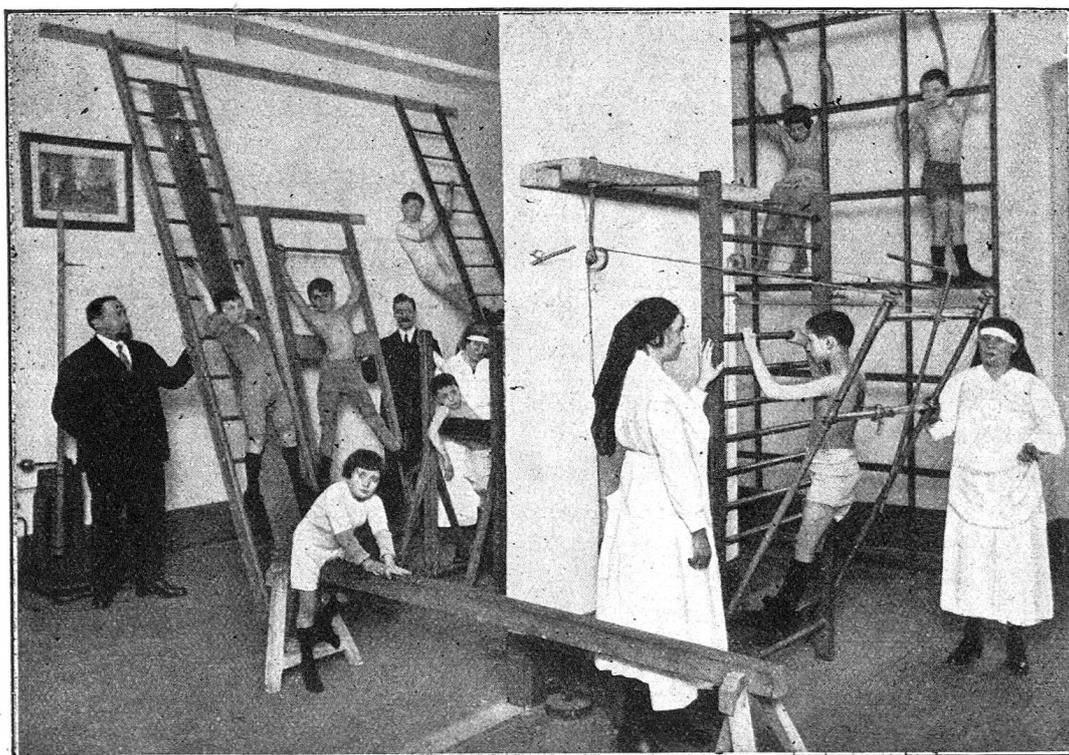
Lyon sont très encourageants, et nous pensons que des expériences analogues devraient être tentées chez nous. Nos médecins scolaires les appliqueront sans doute volontiers, si on leur en fournit les moyens.

Grâce à l'obligeance de la rédaction de *l'Avenir médical*, nous pouvons montrer à nos lecteurs la salle de gymnastique

## Sentinelles veillez!

*(Article destiné aux enfants des cantons où la vaccination obligatoire n'existe pas.)*

Peut-être n'avez-vous pas encore eu l'occasion de visiter le palais d'un roi, d'un président ou de quelque autre très important personnage, mais vous en avez sûrement lu des descriptions. Et vous



orthopédique du Dispensaire scolaire de Lyon, et les 9 schémas de mouvements d'ensemble qui sont pratiqués dans cette institution.

Que les parents veuillent bien les appliquer à leurs enfants, au moins une fois par jour et pendant 10 minutes; ils en seront bientôt récompensés par les attitudes meilleures que prendront les enfants ainsi surveillés, car ici aussi « prévenir vaut infiniment mieux que guérir »!

D<sup>r</sup> Ml.

vous souvenez, n'est-ce pas, que des soldats défendent continuellement l'entrée de ces demeures. Du matin au soir, et du soir au matin, les sentinelles vont et viennent, montant la garde devant les portes du palais. Ne vous êtes-vous jamais demandés pourquoi les sentinelles veillent ainsi alors qu'aucun ennemi n'est en vue? Rappelez-vous le mot d'ordre de l'éclairé, « toujours prêt »! Il serait trop tard, en effet, de poster une sentinelle à l'entrée du palais lorsqu'un voleur ou un meurtrier en aurait déjà franchi le seuil!

Voilà pourquoi les sentinelles montent la garde jour et nuit.

Petits enfants, votre corps est aussi un palais, et, sans que vous puissiez les apercevoir, un grand nombre d'ennemis rôdent sans cesse aux alentours, guettant le moment favorable pour vous attaquer: ces ennemis sont les *microbes*.

Il y a différentes sortes de microbes; ceux dont je vais vous parler aujourd'hui sont les microbes de la *petite vérole*. Ce sont des ennemis extrêmement dangereux, car la maladie qu'ils causent fait mourir des quantités de gens et en défigure davantage encore. Mais, heureusement, il est facile de protéger son corps de la petite vérole. On le protège exactement comme le palais du roi: en plaçant des sentinelles!

Vous avez été probablement tous vaccinés et l'on vous a dit peut-être que cette petite piqûre vous empêcherait d'avoir la petite vérole, mais vous a-t-on expliqué ce qui se passe réellement? Le vaccin injecté dans votre bras pénètre dans votre sang qui le transporte dans toutes les parties de votre corps. Une quantité de petites sentinelles se trouvent ainsi placées un peu partout et se tiennent continuellement à l'affût des microbes de la petite vérole pour les détruire. Mais si vous n'aviez pas eu la précaution de poser ces sentinelles, les ennemis auraient vite fait d'attaquer le palais de votre corps et vous seriez tombés gravement malades.

Un point important qu'il faut retenir, c'est qu'il en est des sentinelles du corps exactement comme de celles du palais du roi: elles se fatiguent à monter sans cesse la garde et un bon officier n'oublie pas qu'elles doivent être relevées régulièrement. Une sentinelle ordinaire se fatigue au bout de quelques heures, mais les sentinelles de la vaccination protégeront votre corps sans se lasser pendant une

période de sept ans. Au bout de ce temps-là, cependant, elles sont à bout de forces et il faut se faire vacciner à nouveau.

Aujourd'hui, dans bien des pays, la petite vérole est toujours aux aguets, cherchant une victime. Avez-vous placé vos sentinelles?

(De la Ligue des Sociétés de la Croix-Rouge.)

## Traubenkuren.

Von Dr. W. Schweisheimer.

Einen fröhlichen Geber, so heißt es wohl, hat Gott lieb. Und einer fröhlichen Art, Kranke gesund zu machen, gewährt er am liebsten den Erfolg. So war schon immer ein Ziel hypochondriebekämpfender Heilbestrebungen: auf fröhliche Weise Leiden in Freude, Schmerzen in Ruhe zu verwandeln. Und wer je in Vevey und Montreux, in Baden-Baden, Dürkheim und Wiesbaden, in Meran, Bozen und Arco unter lachender Herbstsonne Kranke die von gebenedeiter Erde im Ueberfluß gespendete Traube als Heilmittel genießen sah, der mußte sich darüber freuen, wie hier auf angenehme und leichte Weise Linderung und Heilung reichlich gespendet und freudig erworben wurde.

Traubenkuren erfreuten sich seit altersher einer wechselnden Beliebtheit, je nachdem gerade Diät und Ernährung im Mittelpunkt der ärztlichen Bemühungen standen. Hippokrates macht auf die Unterschiede in der Traubenwirkung aufmerksam, bei Plinius findet sich eine eingehende Schilderung über ihre Verwendung zu Heilkuren. Auch später wurden Traubenkuren bei allen möglichen Krankheiten reichlich verwandt, dazwischen verschwanden sie wieder auf längere Zeit. In unsern Tagen, da die exakte Erfassung der Ernährungsphysiologie, der gesunden und krankhaften Stoffwechselforgänge, in jüngster Zeit das Bekanntwerden mit dem großen Rätsel der Ergänzungsnährstoffe, der Vita-