

**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:** 36 (1928)

**Heft:** 8

**Vereinsnachrichten:** Samariterhilfslehrekurs in Rüti (Zürich)

### **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:** 29.11.2024

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

## Dem Sonnenbrand und Sonnenstich.

Wie braun sehen alle die Menschen aus! recht selten nur sieht man ein bleiches Wesen in den Straßen herumgehen, das sich fast schämen muß, so weißlich auszu sehen. Der trockene und heiße Sommer lockt ja auch zum Wegwerfen von allen engenden Kleidern, zum Entkleiden, zum Baden. Wer in früheren Jahren es nicht tat, tut es diesen Sommer und fühlt nun so recht die Wohltat der Sonne, die Wohltat der gereinigten Haut, in welcher Poren um Poren offen sind, arbeiten und die Körpertemperatur oft unmerklich durch Verdunstung von Schweiß immer und immer wieder regulieren. Recht viele werden den Gewinn dieses heißen Sommers für ihre Gesundheit auch in Zukunft sich merken, werden auch fürderhin, auch wenn nicht immer 30 Grad am Schatten und der Fluß oder See über 20 Grad Wärme zeigt, ihrem Körper Luft und Freiheit gönnen. Freilich geht nicht alles ohne Training ab, und manche sonnverbrannte Haut hat dem Träger vielleicht ganz unangenehme Stunden gebracht. Erst leichte Rötung auf Schultern, Nacken, Armen und Beinen, ein leichtes Spannen und Brennen, das nun allmählich zunimmt und recht schmerzhaft werden kann bis zum „Aus der Haut fahren“, und wirklich kommt's dazu: sie schält sich. Das hätte nun an und für sich nicht

viel zu sagen. Es schadet sicherlich nichts, eine neue Haut zu bekommen, sie sieht ja manchmal viel säuberlicher aus als die alte. Aber nicht alle ertragen diese oft mit Absicht übertrieben schnell herbeigeführte Hautentzündung ohne Schaden. Besonders Kinder sind nicht allzu lange im Beginne der Hautbestrahlung durch die Sonne auszu setzen. Mit Recht spricht man von Sonnenheil und von Sonnenunheil. Der kindliche Körper reagiert sehr rasch, Fieber, sogar Schüttelfröste können eintreffen oder Schädigungen anderer Art. Die Kinder suchen sich durch Kratzen der geröteten, juckenden Haut Linderung zu verschaffen, verschlimmern dadurch meist das Uebel, indem sie kleine Verletzungen, Kratzwunden, setzen. Wie wenig braucht es da zu einer Infektion, die vielleicht zu Blutvergiftung führen kann.

Vorsicht ist also am Platze. Man muß der Haut Zeit lassen, sich an die Sonnenstrahlen zu gewöhnen; sie sucht sich durch Ablagerung von gewissen Farbstoffen in ihr Gewebe zu schützen, wodurch eben das Braunwerden entsteht. Aber froh wollen wir sein über jeden Tag, der uns Luft und Sonne gibt und uns im Freien baden läßt, dadurch wird auch der Schwächliche nach und nach abgehärtet und weniger leicht später von kälteren Temperaturen beeinflusst. Sch.

## Samariterhilfslehrekurs in Rüti (Zürich).

In der Zeit vom 7. bis 13. Oktober 1928 findet in Rüti (Zürich) ein Kurs zur Ausbildung von Samariterhilfslehrern statt.

Samaritervereine, welche neue Hilfslehrkräfte nötig haben, werden ersucht, ihre Anmeldungen bis spätestens am 15. September 1928 an das unterzeichnete Verbandssekretariat einzusenden. Es dürfen nur solche Kandidaten angemeldet werden, die über die nötigen Vorkenntnisse (gründliche Samariterkenntnisse) und ein gewisses Lehrgeschick verfügen. Die Angemeldeten sind verpflichtet, den Unterrichtsstoff des Samariterkurses gründlich zu repetieren. Sie werden bei Kursbeginn hierüber geprüft werden. Vom Ergebnis der Prüfung hängt die Zulassung ab.

Im übrigen richtet sich die Zulassung zum Kurs nach den Grundsätzen über die Hilfslehrerausbildung, wie sie auf Seite 12 unseres Tätigkeitsberichtes pro 1925 publiziert worden sind.

Mit der Anmeldung haben die Vereinsvorstände die Erklärung des Kandidaten, daß er sich verpflichtet, während wenigstens drei Jahren als Hilfslehrer tätig zu sein, einzusenden und ein Kursgeld von Fr. 10 für jeden Teilnehmer auf Postscheckkonto Vb 169, Olten, Schweiz. Samariterbund, einzubezahlen.

Ver spätete Anmeldungen können nicht berücksichtigt werden.

Olten, den 15. Juli 1928.

Schweiz. Samariterbund,

Der Verbandssekretär: A. Rauber.

### Stehengelassen

anlässlich der Delegiertenversammlung des Roten Kreuzes im Landhaus Planta in Cologny: ein **Damenschirm**, graue Halbsaie, Spitze leider abgebrochen, sonst gut erhalten.

Zu erheben beim Zentralsekretariat des Schweiz. Roten Kreuzes, Taubenstraße 8, Bern, gegen Einsendung der Portoauslagen.

### Vom Büchertisch.

Weiß, Dr. R. F.: Chefarzt des Sanatoriums Schierke im Harz. **Leber-Kochbuch**. Anleitung und Kochrezepte zur praktischen Durchführung der Leberdiät bei Blutkrankheiten. Preis kart. Mk. 2. Verlag der Ärztlichen Rundschau: Otto Gmelin, München.

Durch die Leberbehandlung hat die perniziöse Anämie ihre Schrecken verloren. Es steht außer Zweifel, daß diese neue Behandlung auch in den schwersten Fällen eine rasche Wendung zum Bessern zu bringen und, lange genug durchgeführt, die Krankheitssymptome dauernd hintanzuhalten vermag.

Es hat sich gezeigt, daß Leberextrakte nicht von der gleich starken und zuverlässigen Wirkung sind wie die Leberdiät. Bei der diätetischen Behandlung ist es freilich nötig, die Leber ganz überwiegend im rohen Zustande zu verwenden. Dies wiederum erfordert ein nicht unbeträchtliches küchentechnisches Können, denn es gilt, den eigenartigen Geschmack der rohen Leber

nach Möglichkeit zu verdecken, um die Leberdiät abwechslungsreich genug zu gestalten.

Aus diesem Grunde dürfte eine Zusammenfassung der Richtlinien für die praktische Durchführung der Leberdiät und die Angabe entsprechender Küchenrezepte unter Bevorzugung der Speisen aus roher und gekochter Leber in Form eines „Leber-Kochbuches“ von Wert sein. Es sind fast durchweg Originalrezepte, die hier geboten werden, welche eigener großer Erfahrung des Verfassers entspringen. Das Büchlein ist in gleicher Weise für den Arzt wie auch für das Küchenpersonal, die Pflegepersonen und den Kranken selbst bestimmt und beschränkt sich demgemäß nur auf das praktisch Wichtige unter Fortlassung aller theoretischen Erörterungen und Begründungen. Ausgehend von den ursprünglichen Diätvorschriften der Amerikaner, die gleichfalls genau angegeben werden, wird ein ausführlicher diätetischer Behandlungsplan für die Leberbehandlung entwickelt und übersichtlich vorgeführt.