

**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:** 9

**Artikel:** La manière de se moucher

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

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-974060>

### **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:** 18.02.2025

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

ques gouttes de lait. Il n'en résulte aucune réaction fébrile, aucun malaise. Environ vingt-cinq jours plus tard, l'immunité contre les infections accidentelles virulentes est acquise. Il suffit donc de prendre, pendant ce court délai, toutes les précautions utiles pour éviter à l'enfant les contaminations massives telles que celles qui résultent du contact continu avec un phthisique.

Depuis le 1<sup>er</sup> juillet 1924 jusqu'au 1<sup>er</sup> décembre 1927, un peu plus de 52 000 enfants ont été ainsi vaccinés en France et à peu près un nombre égal dans d'autres pays. Il ne s'est jamais produit aucun incident qui puisse être attribué au vaccin. Celui-ci est donc parfaitement inoffensif et son efficacité protectrice apparaît évidente puisque, tandis que les non-vaccinés, élevés en contact avec des parents tuberculeux, succombent, dès avant la fin de leur première année d'âge, dans la proportion formidable d'environ 1 sur 4, les vaccinés élevés dans les mêmes conditions de contact infectant ne meurent que dans une proportion qui n'atteint pas même un pour 100.

Il est surtout remarquable de constater

que, parmi les enfants vaccinés, aucun de ceux qui ont atteint ou dépassé l'âge de deux ans n'est mort de tuberculose.

On n'est pas encore fixé sur la durée de l'immunité que cette vaccination confère, mais elle dépasse certainement cinq années, d'après les constatations déjà acquises. Elle s'étend donc au moins à toute la petite enfance, qui est le plus exposée aux graves contaminations dont l'aboutissement si fréquent est la méningite tuberculeuse.

On peut même espérer qu'elle se maintiendra toute la vie à la faveur des petites infections accidentelles virulentes auxquelles chacun se trouve plus ou moins exposé et qui, chez les sujets déjà prémunis par les bacilles-vaccins, sont inoffensives.

Le vaccin BCG est mis gratuitement par l'institut Pasteur à la disposition de toutes les ligues antituberculeuses. Pour l'obtenir, on peut s'adresser à la Ligue vaudoise contre la tuberculose, Grand-Pont 2, Lausanne. Faire la demande signée par un médecin le jour de la naissance.

*A. Calmette.*

## La manière de se moucher.

C'est si facile de se moucher. On enfonce son nez dans son mouchoir et l'on souffle plus ou moins fort, selon les circonstances. Et l'on recommence s'il le faut. Et voilà.

Eh bien! c'est mauvais et même dangereux, quand on est obligé de se moucher souvent. Pourquoi, dangereux? Parce que cette manière de se moucher peut amener des maux d'oreilles, des inflammations et des désordres. En soufflant fort, les deux narines bien bouchées, on emplit d'air sous pression la gorge et l'arrière-nez. Il faut

que cet excès d'air s'en aille. Pendant le rhume de cerveau, le nez est bouché encore plus que d'habitude, l'air s'accumule encore mieux à mesure que l'on se mouche, et si bien qu'il lui faudra chercher une voie de sortie inusitée. Or, il en est une à sa portée qui conduit directement dans l'oreille moyenne: c'est la trompe d'Eustache. Quand vous vous mouchez fort, l'air s'y engouffre, et, avec lui, les mucosités du nez chargées de bactéries accumulées dans le pharynx. De là, le danger. On s'en aperçoit, quelquefois, trop tard. On ressent

une petite douleur, mais le mal est fait. Donc, nous nous mouchoons, généralement, dans de mauvaises conditions, et sans même nous en douter. Nous nous mouchoons trop élégamment.

Alors? Alors, il faut changer de méthode pour se mettre à l'abri de tout accident. L'instinct guide, à ce point de vue, les gens sans éducation. L'ouvrier ne se mouche pas comme nous. Il a le dédain du mouchoir. Un matelot comprime du doigt une narine et souffle de l'autre côté, et bien d'autres après le matelot! Il ne s'agit pas de faire comme eux; mais c'est à imiter de loin en mettant les choses au point. Discrètement, appliquez le mouchoir sur une des narines et soufflez sans violence. L'air s'échappera librement par

l'autre narine. Le mouchoir bien placé sur les deux narines, on ne constatera aucune différence apparente entre le système dangereux et le système inoffensif. Et l'on évitera la projection des produits infectieux dans l'oreille, on évitera ces chocs d'air qui amènent souvent un retentissement douloureux et désagréable. Enfin, on se mouchera plus complètement, ce qui donnera une économie de temps.

Il peut arriver que les deux narines soient également bouchées. Dans ce cas, il faut souffler plus doucement, avec ménagements, et l'on atteindra encore le but. C'est affaire d'habitude et d'expérience. Mais il y a grand avantage à s'habituer à se moucher ainsi.

## Schlank bleiben und viel essen!

Das ist paradox, wird mir der Leser entgegen. Zu fest ist die Anschauung noch verwurzelt, daß die Nahrungsaufnahme unbedingt mit dem Körpergewicht verbunden sei. Dabei hat jeder von uns bestimmt einen guten Bekannten, der zwar fürchterlich viel isst, trotzdem aber nicht dicker wird. Ich selbst kenne einen weit über Deutschlands Grenzen bekannten Trainer, der nach vollbrachter Tagesarbeit die ganze Speisefarte seines Stammlokals von oben nach unten und von unten nach oben rauf und runter isst, dabei aber dünn und schlank wie eine Gerte aussieht. „Kein Wunder,“ wird man sagen, „er ist eben Sportprofessional, und was er zuviel isst, wird er wohl beim Sport wieder verlieren.“ Dem ist aber doch nicht so, denn dieser Trainer hat einen Bruder in demselben Beruf, der nicht weniger, eher noch mehr körperlich arbeitet. Der ist aber dick, obwohl er verhältnismäßig wenig isst, und bleibt es auch, selbst wenn er seine Nahrungsaufnahme einschränkt.

Nachdem wir uns mit allen Mitteln der Körperkultur und Kosmetik um die „schlanke Linie“ bemüht haben, können wir jetzt aus einer gewissen Erfahrung das Resultat beobachten. Alles in allem ist es recht kläglich, das heißt, es hat sich eigentlich kaum etwas verändert. Allerdings ein Unterschied gegen früher: die kommende Generation, die noch körperliche Entwicklungsmöglichkeiten hat, wächst nach den Vorbildern auf, die Film-, Sport- und Modejournale immer geben. Diejenigen aber, deren Entwicklung schon abgeschlossen ist, haben sich trotz aller Rasteiungen die schlanke Linie nicht beibringen können, sofern sie nicht im Prinzip schon vorhanden war. Dafür rächen sie sich jetzt, indem sie den modernen Frauentyp als vermännlicht und unweiblich bezeichnen. Aber die Zeit wird über sie hinweggehen, und die Zukunft wird uns beweisen, daß der Mensch sich weniger nach dem Ebenbilde Gottes, als nach dem seines eigenen Ideals, zum mindesten was das Körperliche anlangt, formen wird.