

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

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 43 (1935)

Heft: 7

Artikel: L'écrivain sexagénaire et les sports

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-973226>

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: 02.04.2025

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

bouche close. Elle est suivie immédiatement d'une expiration brève par la bouche; les inspirations se poursuivent quelques instants encore en appelant toujours l'air par la narine qui saigne et en le rejetant à bloc par la bouche. Ces inspirations doivent être faites debout et la tête droite. Deux ou trois suffisent généralement pour que le sang cesse de couler.

«L'ischémie cérébrale que l'on produit par ce moyen est si complète que,

si on prolonge au delà de toute nécessité ces inspirations forcées, on vacille, pris d'éblouissements.

Il convient ensuite d'éviter de se moucher pour ne pas détacher le caillot qui s'est formé.

L'efficacité de ce procédé est certaine. Il rend superflu l'emploi des eaux hémostatiques, du penghawer djambi, du tamponnement, du ballon de Laurens ou de la cautérisation. Il est inoffensif et pratique.»

Le développement des services dentaires scolaires.

A la suite de la campagne d'hygiène dentaire entreprise par le Cartel romand d'hygiène sociale, cinq localités ont mis sur pied un modeste service dentaire scolaire; Moutier, Grandson, Ste-Croix, Rolle, Savigny. On prévoit que d'autres petites villes vont suivre cet excellent exemple. La carie dentaire est en effet la maladie sociale la plus répandue chez

nous. Pour éviter qu'elle détruise ou abîme toute la denture, il faut la soigner à ses tout débuts. Cela coûte infiniment moins cher. Et l'on peut espérer que les enfants qui arriveront à la fin de la scolarité avec des mâchoires en ordre, comprendront l'importance d'une bouche soignée et feront ensuite les sacrifices nécessaires pour la garder telle.

L'écrivain sexagénaire et les sports

On fêtait les soixante ans d'un célèbre écrivain. Comme on le félicitait de son allant, de sa verdeur, de sa plume si alerte, quelqu'un lui demanda le secret de la conservation. On s'attendait à quelques recettes spirituelles. Le jubilaire fit une moue, haussa les épaules et dit avec malice: «Au risque de vous décevoir, Mesdames et Messieurs, je dois vous avouer que je n'en sais rien... Peut-être est-ce parce de ma vie entière, je n'ai jamais fait de sport!» On imagine le succès de ce paradoxe, en notre siècle super-sportif. Il contient cependant une grande vérité: notre habitude de tout

exagérer qui aboutit à la recordomanie avilît le sport et le rend souvent dangereux pour la santé. Les abus du bain de soleil sont de plus en plus signalés. Le nombre de sportifs qui sont arrêtés pour trouble cardiaque ne se compte plus.

Les conséquences de ces excès seront bientôt si évidentes que l'on reviendra aux exercices modérés: gymnastique, promenades, athlétisme léger, jeux divers, en les variant et en les adaptant à leur véritable but: maintenir la santé, entretenir la bonne humeur, développer le caractère.