

**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:** 45 (1937)

**Heft:** 4

**Artikel:** Cures de printemps?

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

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-974249>

### **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:** 30.03.2025

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

4° Recouvrir les morts (en principe, sans les changer de place).

5° Ne rien modifier à l'emplacement des véhicules avariés, ne pas toucher aux traces laissées sur la route (freinage, sang, etc.) de façon à faciliter les constatations que devra faire la police.

6° Ne faire que l'indispensable pour soulager les blessés, les remuer le moins possible, mais les mettre en état d'être transportés à l'hôpital. Surveiller de près toute hémorragie sérieuse.

7° Dès que le médecin appelé est présent, le samaritain se mettra à sa disposition en s'annonçant comme samaritain; il n'aura plus qu'à exécuter les ordres du docteur. La responsabilité du sauveteur cesse au moment où le médecin ou le service de police sont arrivés sur les lieux du sinistre. Il renseignera exactement les uns et les autres sur ce qui a été fait, et restera à leur disposition sans s'imposer et sans se mettre en avant.

Si le médecin tarde à venir, et s'il y a des blessures qui doivent être pansées, le samaritain fera le nécessaire à condition d'avoir sous la main du matériel rigoureusement propre; il installera les victimes aussi confortablement que possible, et, s'il y a des fractures, il pourra même improviser des attelles pour faciliter le transport.

On conçoit de quelle importance peut être l'intervention des samaritains à l'occasion des accidents de la circulation. La vie des victimes peut dépendre bien souvent de la façon dont les *premiers* secours ont été donnés. Nos secouristes doivent donc connaître exactement quels sont leurs devoirs, car ils peuvent être appelés à toute heure à intervenir. En 1935, le nombre des blessés relevés sur les routes de Suisse a dépassé le chiffre effarant de douze mille, et les morts par accidents dûs à la circulation ont été de près de sept cents!

## Cures de printemps ?

Le retour du printemps provoque le besoin instinctif d'expulser du corps les déchets, — sortes de scories, — accumulés par l'hiver. Au cours de celui-ci, l'organisme a été partiellement privé du mouvement en plein air, tous n'ayant ni occasion ni moyen de pratiquer suffisamment les sports d'hiver. Le travail ou les plaisirs ont souvent réduit indûment les heures de sommeil au détriment de notre système nerveux; enfin, la restriction en légumes frais, fruits, salades, allant de pair avec un excès de consommation de viande ou de conserves, a surchargé

l'organisme d'acidités, tout en le privant de vitamines. Une «cure de printemps» peut donc être préconisée, sous forme non de tisane, mais d'une alimentation journalière rafraîchissante, riche en produits frais et jeunes: salades, légumes verts, fruits, qui procureront à l'organisme des apports solubles, assimilables, contrairement aux graisses et aux albumineux, lesquels ont un autre rôle à remplir. Il convient d'ajouter des exercices systématiques et journaliers de respirations profondes, pratiqués en plein air.