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: 34 (1926)

Heft: 3

Artikel: Vie moderne et santé mentale

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-973368

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.07.2025

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

durch den Mund und durch die Hand viel Ansteckung erfolgt; das Händegeben ist zwar ein schöner Brauch. Dr. von Segesser, Sennrüti, hat vor einigen Jahren auf die Uebertragung der Gifte durch den Händegruß aufmerksam gemacht. Gefährlicher ist das Küssen beim Gruß, wobei schon mancher Todeskeim geholt wurde; gerade in Fällen von Epidemien sollte dies unterbleiben.

Das Vorläuferstadium dieser Krankheiten, d. h. die Zeit, in welcher sie noch nichts Charakteristisches bieten, ist meist das ansteckendste für den Mitmenschen. Wenn wir ein Kind bereits mit einem ausgebrochenen Masernausschlag finden, so können wir sicher sein, daß es in den vorhergehenden 3—4 Tagen viele seiner Kameradinnen angesteckt hat. Jetzt, wo es im Bett ist, hat sich die Gefahrzone schon erheblich verkleinert. So ist es mit den meisten Krankheiten.

Und wie oft wird da aus Unvernunft, aus Sorglosigkeit, oder auch aus Angst gefehlt. Man widersetzt sich einer Spitalversorgung; ja man läßt sich von Laien beraten oder von Quacksalbern, die die Diagnose des Arztes bespötteln; leider erkennt man die bodenlose Dummheit, die man gemacht hat, dann meist zu spät.

Die möglichst frühzeitige Erkennung der ersten Fälle und ihre Unschädlichmachung durch Absonderung (Isolation) im Privathause oder oft besser im Spitale ist ein Haupterfordernis: genau so wie es bei einem Brande die Hauptsache ist, ihn möglichst in seinen Anfängen zu ersticken.

Wir können allerdings die Erkennung der Anfangsstadien dem Laien nicht zumuten, das ist auch für den Arzt manchmal nicht so leicht, aber er hat doch gewisse Anhaltspunkte und kann deshalb bereits die nötigen Vorkehren treffen. Man darf sich eben nicht verleiten lassen, die Fälle so sehen zu wollen, wie sie in mehr oder weniger schlechten Abbildungen in den Doktorbüchern stehen; gerade dadurch wird so oft Schaden gestiftet.

Die Erkennung und Sicherstellung der ersten auftretenden Fälle wäre also die Hauptsache, denn wir wissen, daß sicher auch schon andere vorhanden sind. Nach denen können wir nun fahnden und auch sie unschädlich machen. Aber das kann nicht der Arzt allein tun, da muß jedermann mithelfen, statt vertuschen, wie es so oft vorkommt. Mithelfen muß das Elternhaus, muß die Schule, müssen die Behörden und die ganze Gemeinde.

(Fortsetzung folgt.)

Vie moderne et santé mentale.

Certes, notre système nerveux est mis de nos jours à une rude épreuve!

Reportons-nous, si vous le voulez bien, à cent ans en arrière, et comparons la vie d'alors à celle que nous subissons aujourd'hui. En **1826** on vivait tranquillement chez soi, au moins dans notre pays romand; l'horizon était restreint dans le calme de nos petites cités. On y vivait sans hâte et les jours coulaient doucement, tout doucement, comme le lin dans les doigts de nos grand-mères qui, près de la fenêtre, filaient leur quenouille.....

Dans les rues, nul tapage, nulle auto trépidante, nulle hâte fiévreuse des passants, nul appel impérieux de trompe, de claxon ou de « gueulard », nul grincement de tramways. Parfois le bruit d'une diligence sur le pavé, les grelots harmonieux du coche en partance pour Yverdon-Genève ou pour Bienne-Bâle et « les Allemagnes », le claquement du fouet du cocher, ou l'appel du postillon.

Pas de grands magasins, mais des échoppes sympathiques où les artisans — de vrais artistes souvent — travaillaient sans trop de hâte et sans beaucoup de bruit. Là, tout près, au « pont des boutiques », le petit commerçant, en pantoufles,

aunait son drap en toute tranquillité. On respirait une atmosphère paisible et sereine, on prenait l'air à la porte de la boutique, sous la cage d'un canari du Harz, sans aucun risque d'être happé par un garde-crotte ou éclaboussé par une 40 C-V filant comme une flèche. On ne regardait en l'air que pour voir la fuite des nuages, l'état du ciel, ou un beau coucher de soleil du côté du «Trou de Bourgogne». Nul vrombissement d'avion ne vous mettait le nez à la croisée, et l'ouvrier n'était point distrait ni assourdi par le mouvement des machines.....

Dans les bureaux, nul cliquetis métallique d'une machine à écrire; on calligraphiait sans hâte, en ronde, en bâtarde, en anglaise. C'était bien la vie douce et sereine, la vie à l'abri du bruit, des trépidations, la vie sans hâte et sans grands à coups, ... la bonne vie! Bonne? Oui, en tout cas pour les cerveaux qui n'étaient point surmenés, car les progrès lents de l'industrie et des sciences n'entraînaient pas l'esprit humain dans une course désordonnée comme c'est le cas de nos jours.

S'il était possible de comparer la somme de connaissances que comportait une culture moyenne en 1826, et celle qu'elle exige aujourd'hui, en 1926, on comprendrait mieux que l'humanité actuelle est soumise à un vrai gavage cérébral, à un vertige de vitesse continuel, où les conditions de la vie quotidienne multiplient les causes d'énervement et de fatigue. Et si c'est particulièrement le cas dans les grands centres où la trépidation intellectuelle — si j'ose m'exprimer ainsi — est constante, c'est aussi le cas dans les petites villes, et même à la campagne.

Le téléphone nous relance jusque dans les vallées les plus reculées de nos montagnes; les trains roulent jours et nuits, les tramways grincent, les autos trépident, et nous tous qui vivons dans ce bruit, dans cette activité fiévreuse, nous mangeons et dormons à la hâte, dans l'énervement et dans une sorte d'inquiétude matérielle et morale.

— Allons! Allons! Vous exagérez, Docteur.

— J'exagère? ..... Vraiment? Alors quoi? Vous n'entendez pas hurler la sirène de l'usine? Vous ne percevez pas les ratés assourdissants de cette motocyclette qu'un mécanicien essaye depuis vingt minutes devant son atelier? Ni la sonnerie du téléphone qui reprend automatiquement et impérieusement toutes les cinq secondes?..... Quoi? Vous n'êtes jamais entré dans une usine où tout tourne, où glissent sournoisement les courroies de transmission prêtes à vous happer, où la machine imbécile attrappe vos doigts, où le monte-charge grince, ne demandant qu'à vous écraser dans une seconde d'inattention, et d'où vous sortez à midi (encore la sirène qui hurle!) assourdi et abêti par le bruit.

Tenez! Même le charretier qui a fourragé ses chevaux à trois heures du matin, ne peut plus — en plein midi — somnoler sur son char qui suit quelque chemin de campagne, sans risquer de se faire happer par un automobiliste pressé, ou mettre en contravention parce qu' «il tient sa gauche»!.....

Alors c'est que vous êtes mieux fait que moi à cette vie extravagante, et que sans doute vous êtes jeune encore, de sorte que vous ne vous rendez pas compte que notre organisme humain — si merveilleux mais si délicat aussi — s'épuise à ce surmenage. Moi qui suis arrivé «*nel mezzo del cammin di nostra vita*» et même au delà, je pense différemment, car — parfois — je suis fatigué, épuisé, surmené!

Si, comme vous, je pense que l'effort musculaire réclamé par notre vie contem-

poraine n'est pas supérieur à celui que fournissaient nos pères, je crois — car je l'observe — que notre système nerveux, notre intelligence font tous les frais de l'évolution rapide que nous subissons aujourd'hui. L'effort intellectuel, la tension nerveuse nous épuisent. Le moindre geste, tout projet, toute action, demandent aujourd'hui des calculs et des combinaisons: prendre le train, traverser les rues, descendre du tramway, se servir d'une machine, conduire une auto, sont des actes qui exigent ou bien la réflexion ou bien une longue préparation et une attention de tous les instants.

Des esprits de résistance moyenne ne sont plus à la hauteur; ils ne suffisent pas à la tâche, ils sombrent bientôt dans la névrose, parfois dans la folie, parce qu'ils n'arrivent pas à s'adapter à cette vie sociale trépidante.

Cette fatigue cérébrale et nerveuse n'est pas toujours avouée, parce quelle est souvent latente, parfois aussi parce qu'elle est dissimulée. L'homme lutte pour surnager, mais demain, après-demain, il va s'écrouler. Il s'agit donc d'un danger social contre lequel il est de notre devoir de lutter.

Si, grâce à l'hygiène, aux mesures préventives, on parvient aujourd'hui a lutter avec efficacité contre d'autres fléaux sociaux, tels que la tuberculose, l'alcoolisme, la syphilis, pourquoi ne lutterions-nous pas avec succès contre les causes de dégénérescence mentale inhérente au développement formidable de la civilisation présente?

Il faut donc ouvrir un nouveau chapitre du domaine de l'hygiène: L'hygiène mentale, la préservation de la santé morale contre les multiples dangers de la vie contemporaine. Nous verrons une autre fois de quels moyens nous disposons pour nous protéger et lutter efficacément contre le surmenage intellectuel et social.

Dr M.

Pour rire un brin.

On s'occupe beaucoup en Suisse de la question de l'alcool et de l'alcoolisme, et l'on a raison. L'alcoolisme est la *plaie nationale* de notre pays, comme elle l'est en France, en Belgique et ailleurs.

Sait-on que les habitants de la Suisse s'imbibent chaque année de plus de 24 000 000 de litres d'eau de vie? Se rend-on compte qu'en laissant de côté les femmes et les enfants, ces 24 millions d'alcool sont absorbés par un million d'habitants, et que nos hommes adultes en consomment donc, chacun, environ 24 litres par année? .....

C'est là une constatation qui est loin de faire rire, mais voici une petite histoire amusante:

Il n'y a pas longtemps, un de nos amis était appelé à faire une conférence sur les méfaits de l'alcool dans une assez grande localité de la Suisse orientale. C'était à W., et le conférencier — un pasteur — était notre ami R. Pour terminer sa conférence par un exemple frappant et visible de l'action de l'eau-de-vie sur les tissus vivants, il sortit de sa poche une petite boîte contenant des vers de terre.

Saisissant délicatement une de ces petites bêtes, il la glissa dans un verre d'eau placé sur le pupitre du causeur, et comme le ver se démenait gaiement dans l'élément liquide, le conférencier dit: «Voyez! le ver est dans l'eau, dans de la bonne eau, ... ça ne lui fait uncun mal, bien au contraire! Mais voyez ce qui va se passer si, prenant un autre ver, je le glisse dans ce second verre rempli de Whisky.»