

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: 44 (1936)

Heft: 10

Artikel: Gegen Übelkeit in der Eisenbahn

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-973321>

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: 30.06.2025

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

nicht auf, sondern nur vor dem Fussgängerstreifen stoppen dürfen.

Nach den Pflichten und Rechten des Fussgängers hat sich auch der Fahrzeuglenker zu richten. Ist kein Fussgänger in Sicht, dann erübrigt sich ein Verlangsamen der Geschwindigkeit oder ein Anhalten vor dem Fussgängerstreifen. Halten sich Fussgänger auf dem Trottoir auf und lassen sie die Absicht erkennen, sich auf den Streifen zu begeben, um die Fahrbahn zu überqueren, dann muss der Fahrzeuglenker die Geschwindigkeit herabsetzen. Dabei kann unter Umständen der Fussgänger die Fahrbahn ohne Gefahr noch vor dem Fahrzeug überqueren, oder aber der Fahrzeuglenker ist in der Lage, vor dem Fussgängerstreifen anzuhalten, falls der Fussgänger sich in seiner Ueberlegung geirrt hat. Befinden sich aber Fussgänger bereits auf dem Fussgängerstreifen, dann hat der Motorfahrzeugführer sein Tempo zu mässigen oder anzuhalten. Noch etwas anderes aber wird vom Fahrer verlangt: Der «Blick für den Verkehr», der ihn befähigen soll, die auf dem Fussgängerstreifen sich aufhaltenden Personen nach ihren Eigenschaften zu beurteilen und sich danach einzurichten. Junge, rüstige Leute sind in ihren Bewegungen rascher und sicherer als alte oder mit einem Gebrechen behaftete. Diesen Verhältnissen hat auch der Verkehrspolizist Rechnung zu tragen; er darf zum Beispiel nicht einen Fahrzeug-

lenker zum Schnellfahren auffordern, wenn dieser, der Situation entsprechend, ein etwas langsames, dafür aber vorsichtigeres Tempo vorzieht. Letzten Endes trägt doch der Fahrzeuglenker die Verantwortung.

Unter Aufwendung entsprechender Vorsicht hat der Fussgänger die Fahrbahn auf dem Fussgängerstreifen zu überqueren, auch dann, wenn er genötigt ist, einen Umweg zu machen, um ihn zu erreichen.

Nicht nur Vorsicht ist eine der Hauptpflichten des Fussgängers, er muss auch bestimmt und entschlossen handeln. Auf keinen Fall darf er auf der Fahrbahn hin und her, vorwärts und rückwärts springen. Den Fussgänger zu vernünftigem Denken und Ueberlegen zu bringen, dazu kann der Fahrzeuglenker oft viel beitragen. Nicht die schablonenhafte Anwendung der Vorschriften verhütet Unfälle, sondern gegenseitige Rücksichtnahme. Für den Fussgänger ist es auf alle Fälle vorteilhafter, ein paar Sekunden vor dem Fussgängerstreifen anzuhalten — selbst wenn's pressiert — um dann sein Ziel ohne Gefahr zu erreichen, und die Fahrzeuglenker vergeben sich nichts und lassen sich keinen Fehler zuschulden kommen, wenn sie, je nach der Situation, das Tempo gegen die Fussgängerstreifen hin etwas vermindern, um wartende «Mitmenschen» in Sicherheit passieren zu lassen.

Sch.

(Aus der «Automobil-Revue».)

Gegen Uebelkeit in der Eisenbahn

soll Süssmost helfen. Wenigstens empfehlen die «Bremer Nachrichten» vom 17. Juni in einem Aufsatz über die Gesundheitspflege auf Reisen wiederholt

das Trinken kleiner Schlücklein Süssmost. Der Schreiber dieser Zeilen hat das Mittel noch nicht ausprobiert, weil ihm nicht übel wird. Mag wohl sein, dass

es seine Richtigkeit hat damit, aber einer, der oft reist, wird über diesen gutgemeinten Rat trotzdem kaum ein Lächeln verbeissen können. Denn so sicher es ist, dass man gerade auf Reisen guttut, die Alkoholika durch alkoholfreie Getränke zu ersetzen und so sicher es ist, dass dabei gerade der Süssmost am Platze ist, weil er der lästigen Verstopfung entgegenwirkt, die oft eine Folge des langen Sitzens ist, so sicher ist es auch, dass es verfehlt wäre, bei beginnender Uebelkeit etwa in den Speisewagen zu laufen, um dort Süssmost zu trinken. Man muss sich wundern, wie wenig es bekannt ist, dass nichts die Eisenbahnübelkeit so sehr begünstigt, wie das Durchwandern langer Wagenreihen während der Fahrt. *Sich einen Platz in der Mitte des Wagens aussuchen, dort sitzen bleiben, Kopf nach unten — so weit als möglich zwischen die gespreizten Knie — und die Aufmerksamkeit so stark als möglich auf irgendein interessantes Problem lenken, das hilft!* — In der Regel macht man aber gerade das Gegenteil. Die bleichen Fräulein stehen auf, um den Kopf zum Fenster hinauszuhalten. Mag sein, dass der frische Zugwind und die Ablenkung durch die Landschaft gut tun. Oft aber beobachtet man, dass der Schaden durch das Stehen nur noch grösser wird. Und wenn die Nachbarn Fensterschluss reklamieren und sich die armen Seelen in den Vorraum am Ende des Wagens begeben, so wird ihnen dort erst recht schlecht. Eltern nehmen kleine Kinder aufrecht auf den Schooss, um gleich bei der Hand zu sein, wenn das Unglück geschieht. Würden sie sie vorsichtig und bequem auf die Bank legen, so würde das Unglück vermutlich gar nicht eintreten. — Die Angst vor dem «Zugwind» veranlasst ältere Damen, unter allen Um-

ständen an die vordere Wand des Abteils zu sitzen, auch wenn diese Wand am gefährlich schaukelnden Ende des Wagens ist, so dass es ihnen stockübel wird, während sie in der Mitte des Wagens, wo die Bewegungen mehrfach kleiner sind, frisch und munter bleiben. Wer übrigens wissen will, wie gross der Unterschied ist im Schaukeln der Mitte und der Enden eines Wagens, der versuche an beiden Plätzen während des Fahrens zu schreiben. Auch die gute Gewohnheit, an den Stationen als Abwehr gegen die Uebelkeit regelmässig die Fenster zu öffnen, ist noch wenig verbreitet. — Auf langen Strecken, auf denen die Luft «dick» wird, so dass man darunter zu leiden beginnt, ist ein Teil der Reisenden regelmässig empört über die Nachbarn, die es nicht dulden wollen, frische Luft hereinzulassen. Sie bedenken nicht, dass der kalte, scharfe Luftzug gerade deshalb von Leuten, die an Rheuma oder Zahnschmerzen leiden, viel peinlicher empfunden wird, weil er jetzt den schwitzenden Körper trifft, während derselbe Luftzug kaum beachtet würde, wenn er in einen Raum einströme, der an den Stationen ordentlich gekühlt worden ist. — Dagegen scheinen die Hofmannstropfen, das Eau de Cologne, der Kirsch und derlei Hausmittelchen vernünftigerweise eher etwas aus der Mode zu kommen. Vernünftigerweise sagen wir deshalb, weil man überhaupt gut tut, sich daran zu gewöhnen, ohne Mittelchen auszukommen. *Aussteigen, sich Bewegung machen, kräftig atmen, damit das Blut wieder rasch zu fliessen beginnt und die Eingeweide ihre Lage ändern können, oder im Notfall wenigstens rasch am Fenster frische Luft schnappen, damit sollte man auskommen.* — Und bei dieser Gelegenheit ge-

rade noch eins: Reiseungewohnte werden müde und abgespannt vom Fahren. Der Grund dafür dürfte kein einfacher sein. Jedenfalls aber lohnt sich als Vorbeugungsmassnahme, *nicht* zum Fenster hinauszuschauen. Es ist nämlich zu

vermuten, dass ein Teil der Eisenbahnmüdigkeit denselben Ursprung hat wie die Müdigkeit nach einer Filmbetrachtung. Das Hinausschauen bedeutet ja auch eine ähnliche Anstrengung für die Augen wie der Film.

Vom Zigarettenrauchen.

Wenn wir nicht etwas über das Rauchen schlechthin, sondern ausdrücklich etwas über das Zigarettenrauchen sagen, so ist damit gemeint, dass sich diese Ausführungen besonders an die Jungen richten. Die Stumpen-, Zigarren- und Pfeifenraucher rekrutieren sich ja im allgemeinen eher aus den gesetzteren Jahrgängen, die sich im ganzen wenig kümmern um das, was man gegen ihre Lieblingsbeschäftigung sagen könnte und die sich anderseits schon zu sehr ans Rauchen gewöhnt haben, um es einzuschränken oder gar aufzugeben. Aber auch rein praktisch ist das Zigarettenrauchen die wichtigste Form des Rauchens geworden, denn es werden sicher ausserordentlich viel mehr Zigaretten als andere Rauchartikel konsumiert. Zu einem sehr grossen Teil kommt dem die steigende Leistungsfähigkeit der Fabrikation entgegen, die man allerdings dafür nicht tadeln kann, zu einem andern nicht geringen Teil aber auch die Mode und eine zunehmende Genussucht. Die Billigkeit der Zigarette ist nur scheinbar, denn sie verführt zum massenhaften Verbrauch, der mit entsprechender Multiplikation der Ausgaben verbunden ist. Mit dem Gelde, das mancher täglich verbraucht, könnte er allernächst dringendere Bedürfnisse befriedigen, von denen er mehr Nutzen hat, aber für die er wegen des Rauchens das Geld nicht aufbringt. — Eine eigentliche

Nikotinsucht, analog z. B. zur Trunksucht oder zur Rauschgiftsucht (Kokain, Morphin), gibt es nicht. Viele Gewohnheitsraucher und alle sogenannten «leidenschaftlichen Raucher» behaupten zwar, ohne Zigaretten nicht leben zu können. Medizinisch ist aber der Fall, dass sich der Körper auf dauernde Nikotinaufnahme «einstellt» und auf Entzug desselben mit «Abstinenz-Erscheinungen» reagiert, wie es bei wirklichen Süchten der Fall ist, bisher nicht nachgewiesen. Daher darf man jedem Raucher, der behauptet, ohne Nikotin nicht existieren zu können, ins Gesicht sagen, dass er sich einer ganz groben Selbsttäuschung hingibt, die natürlich lediglich den Sinn hat, seine Charakter Schwäche und mangelhafte Selbstdisziplin zu verdecken. — Gerade weil eine echte Nikotinsucht nicht existiert, wird man auch keinen vernünftigen Grund dafür finden können, eine prinzipielle Nikotinabstinenz zu fordern. Gegen das Rauchen innerhalb vernünftiger Grenzen ist also gar nichts einzuwenden, vorausgesetzt, dass jemand nicht überempfindlich sei, wobei sich der übermässige Genuss von Zigaretten von selbst beschränkt. Die Frage ist allerdings die, wo die Grenze zwischen vernünftigem und unvernünftigem Rauchen liegt. Selbstverständlich kann man eine solche Grenze, wie bei allen biologischen Dingen, nicht zahlenmässig exakt feststel-