

Grippe=Merckblatt.

Regierungsrat von Appenzell A.R.

MARZ 1920

Dr. J. J. Schmidlin: Merkblatt

Die auch in unserm Kanton wieder auftretende Grippe gibt uns Veranlassung, das Publikum auf die große Gefahr, die dieser Krankheit für den Einzelnen wie für die Allgemeinheit innewohnt, aufmerksam zu machen. Um eine weitere Verbreitung möglichst zu verhüten, ersuchen wir unsere Bevölkerung, die nachfolgenden Vorsichtsmaßregeln genau zu befolgen.

1. **Wer zur Zeit an Kopf-, Kreuz- und Gliederschmerzen, allgemeiner Müdigkeit, Uebelkeit, Husten und Fieber erkrankt, soll sich sofort zu Bette legen und einen Arzt zuziehen.** Die Erfahrungen aus der Grippe-Epidemie 1918/19 lehren, daß frühzeitige Bettruhe das beste Vorbeugungsmittel gegen die gefährliche Grippe-Lungenentzündung ist.
2. **Grippekranke und Grippeverdächtige sind abzusondern.** Wo die häuslichen Verhältnisse dies nicht gut gestatten, ist Spitalbehandlung angezeigt.
3. **Krankenbesuche sind zu unterlassen.** Einerseits ermüden sie den Kranken und können seinen Zustand verschlimmern, anderseits tragen sie zur Verschleppung der Krankheit von Haus zu Haus bei.
4. **Peinlichste Reinlichkeit ist eines der wichtigsten Schutzmittel gegen jede ansteckende Krankheit.** Häufiges Händewaschen, jedenfalls vor jeder Mahlzeit, sowie beim Betreten und Verlassen von Arbeitsräumen, ist dringend zu empfehlen.
5. **Das Anhusten von Personen und das Ausspucken auf den Boden sind absolut zu unterlassen.** Schon zu normalen Zeiten ist diese Unsitte nicht genug zu verurteilen; unter den jetzigen Verhältnissen zeugen sie erst recht von Rücksichtslosigkeit und Pflichtvergessenheit gegenüber den Mitmenschen.
6. **Die von den Kranken benützte Wäsche (Taschentücher, Bettwäsche) ist sofort in Wasser einzulegen und auszukochen.** Die Krankenzimmer sind nach Ablauf der Krankheit zu reinigen und lüchtig zu lüften, die Betten wenn immer möglich zu sonnen. Besondere Desinfektionsmaßnahmen wird nötigenfalls der Arzt anordnen.
7. **Vor der wahllosen Anwendung angeblicher Gripeschutz- und Heilmittel ist zu warnen.** Sie haben sich größtenteils als nutzlos, vielfach sogar als schädlich erwiesen, weil im Vertrauen auf sie die ärztliche Hilfe zu spät zugezogen wurde.
Der auch jetzt wieder da und dort auftretende Aberglaube, daß Alkohol ein Schutzmittel gegen die Grippe sei, ist zu verurteilen. Der durch Alkohol geschwächte Körper ist im Gegenteil gegen die Grippe weniger widerstandsfähig.
8. **Unter allen Umständen bewahre man sich ruhiges Blut und klaren Kopf.** Man verlange von Behörden, Ärzten und Pflegepersonal nicht mehr als das Menschenmögliche; man sei sich dessen bewußt, daß es eines jeden Pflicht gegenüber seinen Mitmenschen ist, die erlassenen Verfügungen und Verordnungen genau zu befolgen und frage nicht durch unnützes Gerede und Kritifizieren dazu bei, Aufregung und kopflose Angst zu verbreiten.

Speicher, den 25. Februar 1920.

Die Sanitäts-Kommission.