

Die Verhütung und Befreiung von
Erfrierungen

Merksblatt zur Verhütung von
Erfrierungen.

Dringend geboten ist eine Bekleidung aus Stoffen, welche die Wärme schlecht leiten und gegen das Eindringen von Wasser widerstandsfähig sind, also Seide, Schafwolle, Papier, mit Fett getränktes Leder.

Ungeeignet sind Stoffe, welche auch für Gase undurchlässig sind: Lackleder, Billrothbatist, Hautschut etc.

Besonderen Schutz erfordern Füße und Hände.

Also Schuhe aus starkem Leder (Ruchten), wiederholt gefettet (mit Teeröl, Trau usw.)! Die Schuhe dürfen nicht eng sein und dürfen nicht drücken.

Zur direkten Bekleidung der Füße Strümpfe oder Socken aus dicker Seide oder Schaffell. Fußlappen aus Baumwollstoff sind ungenügend! Empfehlenswerter noch über die Strümpfe Umhüllung mit Papier (Seidenpapier, auch Zeitungspapier). Strümpfe womöglich bis über die Waden reichend! Tägliche Einsetzung der Füße mit Salicyltalg, besonders bei Schweißfüßen, von Vorteil. Schuhwerk womöglich täglich ablegen und Socken wechseln.

Bei Beschäftigung im Stehen, bei der Raft usw. trockene Unterlagen von Holz, Reisig, Stroh verwenden, eventuell Füße mit Holzwolle, Heu etc. umwickeln.

Bei nassem Untergrund keine Lappen. Keine Zutecken und dergleichen nehmen! Füße und Beine fleißig bewegen!

Für die Hände weite Handschuhe, Häuslinge aus Fell. Muffe aus Schaffell improvisieren.

Ohren mit Wolle-, Seiden- oder Pelzlappen schützen, Schneehauben!

Bei großer Kälte keinen Alkohol, der lähmend und einschläfernd wirkt; dagegen Tee, Kaffee usw.