Wie erzielt man einen warmen Zimmer-Fussboden?

Autor(en): **Thraenhart**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf**

Band (Jahr): **24 (1914)**

Heft 12

PDF erstellt am: **28.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-1038328

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Untätigkeit hingeben, haben, ohne Zweifel, die wohltätige Wirkung derselben für ihre Gesundheit erkannt. —

Wer gut arbeiten will, muß auch verstehen sich in vernünftiger Weise auszuruhen.

Wie erzielt man einen warmen Zimmer-Fußboden?

Von Dr. **Thraenhart**, Freiburg i. Br.

(Nachdruck verboten.)

Vielfach wird angenommen, daß ein mit dicken Teppichen belegtes Zimmer wärmer sei als ein teppichloses; man glaubt, Teppiche, Läufer, Linoleum und dergleichen halten warm, d. h. halten die Wärme im Zimmer zurück. Das ist falsch. Die Wärmewirkung der Teppiche usw. ist gleich Null, denn die Temperatur im Zimmer bleibt dadurch unverändert, ob nun ein den ganzen Zimmerfußboden bedeckender dicker Smyrnateppich liegt oder gar keiner; stets braucht man das gleiche Heizmaterial, um dieselbe Temperatur zu erzielen. Die Bedeutung des verschiedenen Fußbodenbelages liegt vielmehr in seiner größeren oder geringeren Wärmeentziehung aus unserm Körper durch die Fußsohlen, d. h. es kommt darauf an, ob der Belag ein guter oder schlechter Wärmeleiter ist. Gehen wir barfuß auf einem dicken, molligen Teppich, so haben wir ein angenehmes warmes Gefühl, weil derselbe als schlechter Wärmeleiter aus unsern Fußsohlen fast keine Wärme ableitet; gehen wir aber auf einer großen Metallplatte, so haben wir, auch wenn das Zimmer viel wärmer geheizt wird, ein unangenehm kaltes Gefühl, weil das Metall als guter Wärmeleiter unsern Füßen und damit unserm ganzen Körper viel Wärme entzieht. Soll also ein Zimmerfußboden warm sein, d. h. in unserm Körper Wärmeempfindung erwecken, so muß er ein schlechter Wärmeleiter sein. Dies ist abhängig von der Beschaffenheit, Dicke, Bearbeitung usw. des Fußbodens und seines Belages. Neuerdings sind nun in hygienischen und technischen wissenschaftlichen Instituten hierüber genauere Untersuchungen angestellt worden, die folgende, für jede Häuslichkeit sehr wichtige Ergebnisse geliefert haben.

Als kältester Belag erwies sich ein solcher aus Schiefer, demnächst Asphalt, dann Terrazo, aus glattem Zement, aus Platten von Steinholz und aus Lehmestrich. Viel kommt dabei auch auf die Bearbeitung des Materials an; so ist ein recht rauher Zementboden sehr viel wärmer als ein glatter, weil zwischen den Erhebungen sich Luft als schlechter Wärmeleiter befindet. Im allgemeinen eignen sich alle diese Fußböden nur für Räume, die der Feuchtigkeit und Nässe besonders ausgesetzt sind, z. B. Badezimmer oder Waschküchen. Wenn der Boden von Kellerwohnungen aus derartigem Material hergestellt wird, so lege man darüber noch einen Holzfußboden, aber so hoch, daß zwischen ihm und der Steinschicht eine Luftschicht bleibt, welche wärmer hält und die Dielung vor Fäulnis schützt.

Für Wohnräume wird Holz als Fußboden mit Recht bevorzugt, weil es gut warm hält; es kommt hauptsächlich als Parkettäferung und als Dielenbelag zur Anwendung. Ein Ueberzug von Oelfarbe oder Wachsmasse (Bohnermasse) erhöht die Dauerhaftigkeit und erleichtert seine Reinhaltung. Denn bei nicht ganz sorgfältig gelegtem Holzfußboden namentlich bei Dielen, dringen in die Fugen, Ritzen und Risse stets Staub, Schmutz und Scheuerwasser und machen sie zu Brutnestern für Fäulnis- und Krankheitsbakterien. Aber zur Warmhaltung des Körpers hat sich Holzboden sehr günstig

erwiesen. Ein gut gelegter trockener Dielen- oder Parkettfußboden von genügender Dicke ist wärmer als das beste auf Steinboden liegende Linoleum, ist überhaupt am geeignetsten als wärmehaltender Boden. Die Reinigung soll täglich derart geschehen, daß man mit feuchten Tüchern aufwischt, aber nicht durch trockenes Kehren Staub aufwirbelt.

Der Linoleumbelag hat in hygienischer Hinsicht mancherlei Vorteile. Er nimmt keinen Staub und Schmutz in sich auf, ist fugenlos, leicht feucht zu reinigen und schalldämpfend. Seine Wärmeleitung hängt hauptsächlich von der Dicke ab; am besten wird die Wärme gehalten von dickem Korklinoleum. Folglich bilden Holzdielen mit aufgelegtem guten Linoleum in jeder Beziehung einen ganz ausgezeichneten warmhaltenden und reinlichen Fußboden.

Um den Boden vor Verunreinigung zu schützen, um den Schall abzudämpfen, sowie die Wärme und Behaglichkeit des Zimmers zu erhöhen, bedeckt man ihn gern mit Teppichen aller Art. Ein Belegen des ganzen Zimmers mit großen Teppichen ist nicht ratsam, weil sich unter und in ihnen, wenn sie nicht sehr oft gereinigt werden, viel Staub und Schmutz ablagert, der beim Gehen aufwirbelt und eingeatmet wird, wohl auch durch Gährung und organische Zersetzung Anlaß zu Erkrankungen geben kann. Man nimmt daher besser kleine, leicht zu reinigende Teppiche, oder Kokos-, Bast-, Strohmatten, die man da ausbreitet, wo man hauptsächlich sitzt oder geht. Die Wärmehaltung der Teppiche richtet sich nach ihrem Material, nach Bearbeitung und Dicke. Sehr günstig wirken wollige Tierfelle, welche an der Unterseite dichte Füllung besitzen.

Dresden, 19. Januar 1914.

Herrn Dr. Imfeld
Arzt des Sauter'schen Instituts in Genf.

Sehr geehrter Herr!

Wollen gütigst gestatten, anläßlich des Jahreswechsels, meinen und meiner Frau herzlichsten Glückwunsch zu übermitteln. Gleichzeitig ist es uns Bedürfniß Ihnen unseren innigsten Dank für die erfolgreiche Kur an meiner Frau auszusprechen.

Sie werden sich wohl erinnern wie dieselbe im Frühjahr 1913 an heftigen **rheumatischen Schmerzen** in der rechten Schulter und im rechten Arm litt. Schon zwei Aerzte hatten meine Frau während mehreren Wochen ohne Erfolg behandelt. Das Uebel nahm nur immer zu, meine Frau litt Tag und Nacht, am Tage konnte sie nicht arbeiten, nachts konnte sie nicht schlafen.

Mitte Mai endlich baten wir Sie, sehr geehrter Herr Doktor, und zwar auf Anraten meines Schwagers, uns Ihren Rat erteilen zu wollen. Sie empfohlen meiner Frau täglich ein Glas zu trinken der Lösung von je 1 Korn Angioitique 2, Arthritique, Lymphatique 2 und Organique 7 in der dritten Verdünnung und morgens und abends je 3 Korn Nerveux mit je 3 Korn Organique 3 trocken zu nehmen; überdies sollten Schulter und Arm abends mit Roter Salbe eingerieben werden, morgens hingegen mit einer alkoholischen Lösung von rotem Fluid. Vierzehn Tage nach Beginn dieser Kur schrieben wir ihnen, daß es meiner Frau schon bedeutend besser gehe; in Ihrer Antwort rieten