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: 17 (1909)

Heft: 1

Artikel: Die Wohnung
Autor: Dippe, Hugo

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-545285

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: 27.11.2025

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

Die Wohnung.

Bon Sanitätsrat Dr. Hugo Dippe in Leipzig.

Die Sonne ist die Hauptsache. Ebenso wie eine Pflanze im Schatten nur fümmerlich gedeiht, fleine, schlaffe, ungenügend gefärbte Blätter und Blüten befommt, so wird der Mensch in sonnenlosen Räumen schlaff, wenig widerstandsfähig. Um auffallendsten äußert sich das meist bei Kindern, die ohne genügende Sonne in ihrer ganzen Entwicklung zurückbleiben, flein, dürftig, blutarm sind, zu eng= lischer Krankheit, Strofulose und zu allerhand hartnäckigen Katarrhen neigen. Da werden dann Eisen, Lebertran, die verschiedensten Nährpräparate verordnet. Die größte Mühe und große Kosten werden auf gute Pflege und Kräftigung verwandt, aber alles ohne den rechten Erfolg. Kommen die Kinder im Sommer für einige Wochen auf das Land, in ein Solbad, an die See, so erholen sie sich auffallend, aber die roten Backen, das frische Wesen, der gute Appetit halten zu Saufe nicht lange vor, und so wird probiert, gedoftert, gesorgt — bis die Familie bewußt oder unbewußt in eine sonnige Wohnung zieht, in der sich dann alle, groß und flein, in furzer Zeit erholen und wohlfühlen. Bei Erwachsenen sind es ebenfalls hartnäckige Ratarrhe und allerlei rheumatische Leiden, die durch die Sonnenlosigkeit hervorgerufen und gefördert werden.

Sin kleines Kämmerchen, in das tüchtig die Sonne hineinscheint, ist ein gesünderer Aufenthalt als ein großes, schönes Zimmer ohne Sonne und eine Souterrainwohnung mit reichlich Sonnenschein ist im allgemeinen günstiger als eine feine erste Etage, in der alle Wohnräume, einschließlich des Schlafsimmers, nach Norden liegen.

Und die Wohnung soll luftig sein; d. h. sie soll derart mit Fenstern versehen sein, daß die Luft in jedem Raume genügend oft ersneuert werden fann. Sehr vorteilhaft ist es

natürlich, wenn die Luft, die man zur Erneuerung von außen hereinläßt, möglichst gut
ist. Daher der Vorteil derer, die auf dem
Lande oder in weitgebauten kleinen Städten
und Vororten inmitten von Gärten wohnen.
Daher das Verlangen nach breiten, womöglich mit Bäumen bepflanzten Straßen, nach
Pläßen und gärtnerischen Anlagen, und daher
das Ungünstige zu dicht an die Vorderhäuser
herangebauter Hinterhäuser, durch deren Fenster
nur die schlechte Hospulaft hineinkommt.

Im Sommer hat es mit der Erneuerung der Luft, mit dem Durchlüften der Wohnung, feine Schwierigkeit, da kann man bei Tag und bei Nacht die Fenster aufmachen. Im Winter ist die Sache nicht ganz so einfach, da mag man nicht gar zuviel von der teuer erfauften Stubenwärme hergeben. Aber im Winter, wenn es innen warm und draußen falt ift, findet schon durch die Wände und auch durch die geschlossenen Fenster und Türen beständig ein reichlicher Luftaustausch statt. Es genügt, wenn am Morgen, bei dem Reinigen der Zimmer, die Fenster eine Weile aufgemacht werden, am Tage wird das nur ausnahmsweise nötig sein, wenn die Innenluft durch Ueberhitzung oder irgendwelche Verunreinigung besonders schlecht geworden ist.

Sehr gründlich lüftet ein brennender Ofen solange die Ofentüre offensteht. Ist ein Zimmer während der Nacht ausgefühlt, werden dann am Morgen die Fenster eine Weile geöffnet, und wird der Ofen währenddessen angesteuert, dann lüftet es so gründlich durch, wie man es nur verlangen kann. Dauerbrandsöfen, Zentralheizungen sind in dieser Beziehung ungünstiger und erfordern ein häufigeres Deffnen der Fenster. Befannt ist auch, daß sie das ganze Haus und die Luft im Hause sehr trocken machen. Ein llebelstand, dem durch

stetiges Verdunsten von Wasser abgeholfen werden muß.

Und die Wohnung soll sauber sein. Das ist selbstverständlich, denn jede Unsauberkeit ist an und für sich gesundheitswidrig. In einem unsauberen Zimmer ist die Luft schlecht und übelriechend. Das verursacht Unbehagen, macht Kopfschmerzen, verdirbt den Uppetit usw.

Besondere Beachtung erfordert der Staub. Soweit Staub nur aus kleinen pflanzlichen und mineralischen Bestandteilen zusammen= gesetzt ist, wird er unsern Atmungsorganen, im besondern unserer Lunge erst dann ge= fährlich, wenn er sich der Luft andauernd in gar zu großer Menge beimischt oder wenn er von besonders reizender, ätzender Beschaffen= heit ift (Glasstaub, Bleistaub, Tabakstaub usw.). Ueberall da aber, wo Menschen hinkommen und namentlich da, wo Menschen dicht beieinander wohnen, enthält der Staub außer diesen pflanzlichen und mineralischen Bestand= teilen neben zahllosen, unschuldigen, fleinsten Lebewesen — Batterien — fast stets in beträchtlicher Anzahl die Erreger gewisser ansteckender Krankheiten.

In seiner Eigenschaft als Träger von Krankheitskeimen liegt hauptsächlich die Gefahr, die der Staub mit sich bringt, und darum sollen wir nach Möglichkeit dafür sorgen, daß er nicht zuviel in der Luft herumwirbelt, nicht gar zu massenhaft in unsern Mund und unsere Nase fliegt, unsere Speisen und Getränke nicht beständig verunreinigt, sondern möglichst ruhig an der Erde liegen bleibt und möglichst vorsichtig von da fortgeschafst wird, wo er nicht hingehört. Daher das Verslangen nach ausgiebiger Besprengung der Straßen an trockenen Tagen und daher der Rat, den Staub aus den Zimmern möglichst mit seuchten Tüchern auszunehmen.

Fußböben, die feuchtes Aufwischen nicht vertragen (Parkett), sind in dieser Beziehung recht bedenklich und sollten, wenigstens in den Schlafzimmern und in denjenigen Räumen, in denen Kinder auf der Erde herumspielen,

durchaus vermieden werden. Hoffentlich bewährt sich die neuerdings empsohlene Staubaufsaugung durch Luftverdünnung und läßt sich allgemein einführen. Damit wäre viel gewonnen, und damit ließen sich auch die bedenklichsten Staubfänger Teppiche, Polstermöbel, Gardinen bis zu einem gewissen Grade auf unbedenkliche Art unschädlich machen.

Der Staub sollte, namentlich in den Städten, mit allen Mitteln bekämpft werden. Er ist wesentlich gefährlicher als der vielgescholtene Ruß. Ruß macht nur schmutzig, Staub macht frank.

Also: sonnig, luftig und sauber und diese drei Grundbedingungen kann die Wohnung des weniger Bemittelten bei Verständnis und gutem Willen ebenso erfüllen wie des Reichen.

Daneben soll nun die Wohnung noch eine gewisse anmutige Behaglichkeit aufweisen. Darauf kommt viel an. Eine gesunde, gut gehaltene, behagliche Wohnung hebt das Selbst= bewußtsein der Insassen, hält deren ganze Lebensführung auf einer gewissen Höhe und ist das beste Mittel zur Erhaltung und Förderung eines glücklichen Familienlebens. Eine häßliche, schmußige Wohnung wirft herunter= bringend, verrohend, treibt den Mann in das Wirtshaus, Frau und Kinder auf die Straße. Unter allen "sozialen", auf einen gewissen Ausgleich zwischen arm und reich hinzielenden Bestrebungen sind die Bemühungen um gute Wohnungen für die minder Bemittelten mit das Wichtigste und Beste.

Ganz besonders sollte noch darauf geachtet werden, daß jede Wohnung irgend einen Platz im Freien hat, womöglich ein Gärtchen, minsdeftens aber einen Balkon, eine Veranda oder etwas Achnliches.

Endlich sei noch besonders erwähnt, daß in allen Wohnungen das Schlafzimmer der wichtigste Raum ist, weil es derzenige ist, in dem man sich weitaus am längsten aufshält. Das Schlafzimmer soll nicht zu klein sein, soll nicht mit zuviel Möbeln vollgestellt sein, namentlich nicht mit Polsterstühlen, großen

Teppichen, dunklen, dicken Uebergardinen, und es soll unter allen Umständen viel Sonne haben, gut zu lüften und so eingerichtet sein, daß es täglich naß ausgewaschen werden kann.

Soll man sein Schlafzimmer im Winter heizen?

Wenn die Temperatur darin wesentlich unter 10 Grad Reaumur heruntergeht, ja! Sehr kalt zu schlasen, womöglich den ganzen Winter hindurch bei offenem Fenster, so daß das Wasser in der Waschschüssel friert, hat ganz gewiß keinen besonderen Nutzen und kann vielen Leuten schaden. Seine Körpersobersläche kann man ja durch Decken und Federbetten genügend schützen, man muß aber doch die ganze Nacht hindurch die kalte Lust einatmen und das reizt die Utmungssorgane und entzieht dem Körper reichlich Wärme. Dazu kommen bei dem Aufstehen

aus dem warmen Bette der starke, den ganzen Körper treffende Reiz, die starke Abkühlung während des Waschens und Anziehens — alles Schädigungen, denen durchaus nicht jeder auf die Dauer gewachsen ist. Mancher hartnäckige Katarrh, manche Störung des Allgemeinbesindens weicht erst, wenn die Bestroffenen das gar zu kalte Schlafen aufgeben.

In einem kalten Schlafzimmer erneuert sich auch die Luft nicht genügend. Es gibt keinen Wechsel, wenn die Temperatur draußen und drinnen ziemlich gleich ist, und es ist eine bekannte Tatsache, daß es in zu kalten Schlafzimmern am Morgen schlecht riecht. Etwa 12 Grad Reaumur sollte man auch in den kältesten Tagen bei dem Zubettegehen haben. Sinkt die Temperatur während der Nacht langsam etwas herab, so ist das nicht schlimm.

(Aus "Die wichtigften Gefundheitsregeln für das tägl. Leben".)

Bülfslehrerkurie.

Wie schon lettes Jahr sind auch diesen Winter nur an zwei Orten Hülfslehrerkurse zustande gekommen, in Rorschach und Solo= thurn. Der vorgesehene Kurs in Luzern mußte wegen geringer Beteiligung (nur zwei Angemeldete) fallen gelassen werden. Den Kursen wurde das Unterrichtsprogramm vom letten Jahre zugrunde gelegt, das sich auch dieses Sahr im großen und ganzen bewährte. Als theoretischer Kursleiter wurde in Rorschach Herr Major Dr. med. Häne, Territorialarzt des Kreises 7 und in Solothurn Berr Dr. med. Greßly, für den praftischen Unterricht Herr Adjutant-Unteroffizier Altherr, Sanitätsinstruftor aus Basel, gewonnen. Die Schlußprüfungen fanden statt in Rorschach, Samstag den 5. Dezember abends und in Solothurn, Sonntag den 6. Dezember nach= mittags. Es sind an ersterem Orte geprüft worden 16 Teilnehmer (6 Männer und 10 Damen auß 9 Vereinen), an letterem 14 Teilnehmer (8 Männer und 6 Damen aus 10 Vereinen) und erhalten sämtliche Teil= nehmer den Hülfslehrerausweis. Die Brüfung

ist in Rorschach von Herrn Dr. med. Henne, Bizepräsident des Zentralvorstandes und in Solothurn von Herrn Dr. med. Döbeli, Mit= Zentralvorstandes abgenommen glied des worden. Die Resultate sind an beiden Orten recht erfreuliche und dürften solche hauptsäch= lich der vortrefflichen Instruktion und dem fleißigen Besuche zu verdanken sein. Die Administration der Kurse besorgte in Rorschach Herr J. G. Reel, Prasident des dortigen Samaritervereins, in Solothurn Herr Fürsprecher F. Meyer, Präsident des Samariter= vereins Solothurn; beide Herren erleichterten durch prompte Erledigung der Lokalfrage und der übrigen Angelegenheiten die gute Durchführung der Kurse ganz bedeutend. Den Kursleitern, den Teilnehmern sowie den Behörden für ihr Entgegenkommen sei hiermit der beste Dank ausgesprochen.

* *

Der Umstand, daß im laufenden wie im vorhergehenden Jahre nur an zwei Orten Hülfslehrerkurse zustande gekommen sind,