

<b>Zeitschrift:</b>	Das Rote Kreuz : officielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz
<b>Band:</b>	55 (1947)
<b>Heft:</b>	15
<b>Artikel:</b>	Hygiene : was bedeutet und was bezweckt sie?
<b>Autor:</b>	Koch, Eugen
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-556526">https://doi.org/10.5169/seals-556526</a>

### **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:** 19.02.2026

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

# DAS ROTE KREUZ LA CROIX-ROUGE

Organ des Schweizerischen Roten Kreuzes und des Schweizerischen Samariterbundes - Organe officiel de la Croix-Rouge suisse et de l'Alliance suisse des Samaritains

## Hygiene

### Was bedeutet und was bezweckt sie?

Von Dr. med. Eugen Koch, Zürich

Hygiene oder Gesundheitslehre ist die Wissenschaft, die sich mit der Erhaltung und Verbesserung der Gesundheit des Einzelnen wie des Volksganzen befasst. Die praktische Anwendung ihrer Erkenntnisse im täglichen Leben bezeichnen wir als Gesundheitspflege. Stellt also die Hygiene als Teil der medizinischen Wissenschaften die Umstände und Ursachen, die zu Krankheiten führen können und die Wege zu ihrer Vermeidung dar, gibt sie die Regeln zur Verbesserung der Gesundheit und damit zur Lebensverlängerung an, so ist es Sache der Gesundheitspflege, aus diesen Regeln die Schlussfolgerungen zu ziehen und dieselben zur Anwendung zu bringen.

Das eine ist so wichtig wie das andere! Wie überall (z. B. auch in religiösen Dingen), so bleibt auch hier das Wort allein Schall und Rauch, wenn es nicht zur Tat wird, wenn es nicht in der Alltäglichkeit zur Wirkung und Ausübung führt, von der allein sein praktischer Nutzen abhängt.

Wir können unter den Teilgebieten, mit denen sich die Wissenschaft der Hygiene befasst, einzelne besonders unterscheiden und hervorheben, ohne dass es uns dabei möglich wäre, ihren ganzen Umfang zu erfassen oder zu erschöpfen. Denn die Hygiene umgreift und beeinflusst sozusagen alles, was den Menschen, seine Tätigkeit, seine täglichen Gewohnheiten, seine Lebensweise, seine Institutionen, ja selbst was den Staat und seine Führung anbetrifft. Sie ist eine Wissenschaft, die, wie keine andere, in unbegrenzter Weise bei allen und jeglichen Dingen mitsaztreden hat — oder haben sollte! — sowohl in materieller wie in geistiger Beziehung (geistige Hygiene!).

Da ist einmal die Lehre von der Entstehung der Krankheiten. Sie untersucht, auf welche Weise der Mensch krank wird, was für Gründe und Ursachen dabei mitwirken. Solcher Gründe und Ursachen gibt es viele: Erbleiden z. B., die es bei der Gattungswahl zu berücksichtigen, zu vermeiden und wenn möglich immer mehr auszuschalten gilt. Dann die wichtige Gruppe der ansteckenden oder Infektionskrankheiten, denen man durch richtiges Verhalten sowie durch Isolierung der Infektionsquellen aus dem Wege zu gehen hat. Ferner die Art und Auswahl der Ernährung, auf die wir später noch zu sprechen kommen werden, und viele andere Gesichtspunkte mehr.

Die persönliche oder individuelle Hygiene zeigt, wie der Einzelne sein Leben nach gesundheitlichen Richtlinien einrichten soll. Sie weist auf die Schädigungen hin, die es zu vermeiden gilt. Sie deckt die schwächenden Faktoren auf, denen man aus dem Wege zu gehen hat, wenn man seine Gesundheit erhalten will. Sie zeigt aber auch in positiver Weise die Mittel, deren man sich bedienen kann, um seine Widerstandskraft zu steigern und zu stärken. Denken wir an die Abhärtungsmassnahmen, wie kalte Waschungen, Luft- und Sonnenbäder, welche die Blutzirkulation mächtig anregen und deren Regulationen einüben, was bei der Vermeidung von Erkältungen von Wichtigkeit ist. Vernünftig betriebener Sport erzielt ähnliche Wirkungen. Mässigung im Gebrauch schädlicher Genussmittel kann das Leben verlängern, das Gegenteil aber kann es beträchtlich abkürzen.

Weitere Forderungen der persönlichen Hygiene sind diejenigen nach ausreichendem Schlaf, nach Erholung, nach Ferien zum Beispiel. Vor jedem Essen, namentlich auch nach Benutzung des Abortes, sollen die Hände gewaschen werden, um gefährlichen Keimen den Eintritt in den Körper zu verwehren. Sauberkeit verlängert das Leben, das darf ohne Übertriebung behauptet werden. Und noch etwas: Frohmut, Freude, Fröhlichkeit, die Beschäftigung mit Dingen, die geeignet sind, Geist und Gemüt zu erheben, eine positive Einstellung zum Leben überhaupt, das alles gibt uns Mut und Kraft, uns von den Widerwärtigkeiten, die keinem erspart sind, nicht unterkriegen zu lassen. Sich nicht nur um seine eigene Persönlichkeit drehen, sich ein höheres Interesse schaffen — auch das gehört zur persönlichen Hygiene.

In mancher Beziehung leben wir heute ja tatsächlich gesünder als früher. Die nachfolgenden Zeilen werden dies darstellen, entgegen mancher landläufigen Ansicht, die das Gegenteil behauptet. Untersuchungen von grossem Ausmass haben denn auch ergeben, dass gegenüber früheren Jahren und Jahrhunderten nicht nur die Sterblichkeit gesunken und das Leben verlängert worden ist, sondern auch die Körperbeschaffenheit im Durchschnitt der Bevölkerung sich wesentlich gebessert hat. Dass Kriegszeiten selbstredend diese Verhältnisse gründlich auf den Kopf stellen, das müssen wir leider auch heute wieder in grösstem Maßstabe erleben — aber wäre die Vermeidung von Kriegen vielleicht nicht ebenso sehr ein hygienisches wie ein politisches Problem?

Ein anderes Gebiet der Gesundheitslehre ist die technische Hygiene. Sie befasst sich mit den Einrichtungen, mit denen wir täglich in Berührung treten, z. B. mit den technischen Anordnungen in den Fabriken, in den Arbeitsräumen der Menschen, mit der Entfernung von Giftstoffen, die beim Arbeitsprozess entstehen, mit der Zweckmässigkeit der Wohnungseinrichtungen, mit der Trinkwasserversorgung, der Kanalisation, der Müllabfuhr, sowie mit anderen technischen Dingen mehr.

Die technische Hygiene ist also, wie wir sehen, ein ausserordentlich weitschichtiges Gebiet. Zu ihr gehört einmal die Arbeiter-, Fabrik- und Gewerbehygiene. Sie untersucht die Berufs- und Gewerbe-krankheiten und studiert sowohl die Art und Weise ihrer Entstehung wie auch die Wege zu ihrer Verhütung. Derartige Gewerbe-krankheiten entstehen z. B. durch die Einatmung schädlicher Gase und Dämpfe, wie sie in der chemischen Industrie oder bei der Metallverarbeitung vorkommen. Oder es entstehen an anderen Orten wiederum Staube mineralischer, metallischer, pflanzlicher oder tierischer Herkunft, die sich der Luft mitteilen und die Schleimhäute der Luftwege reizen. Mit der Zeit führt dies zu Entzündungen der Bronchien und selbst der Lungen. Solche «Staubinhaltionskrankheiten» sind unter dem Namen: Kohlenlunge, Kalklunge, Asbestlunge, Eisenstaublunge, Steinbauerlunge den Aerzten, namentlich den Fabrik- und Betriebsärzten, schon lange bekannt. Die gesundheitsschädigende und lebensverkürzende Wirkung der Staubinhaltionskrankheiten steht außer Frage. Auf ähnliche Weise kann bei der Verarbeitung von Blei oder

beim Umgang mit bleihaltigen Farben durch Einatmung feinsten Staubes eine Bleivergiftung entstehen. Ueberhaupt kommt es häufig bei der Beschäftigung mit giftigen Farben und Chemikalien zu chronischen Vergiftungszuständen. Ausser Blei kommen z. B. auch Arsenik, Phosphor und Quecksilber in technischen Betrieben in Frage. Die Beispiele lassen sich in ungeahnter Weise vermehren.

Was kann gegen derartige Gefährdungen getan, wie kann den aus ihnen sich ergebenden Gesundheitsstörungen vorgebeugt werden? Diese Aufgaben der technischen Hygiene können auf verschiedenste Art gelöst werden. Manchmal gelingt es, giftige Produkte durch weniger giftige oder unschädliche zu ersetzen (Zinkweiss- statt Bleiweissfarben z. B.). Staub und Dämpfe können durch entsprechende Einrichtungen am Orte ihrer Entstehung direkt abgesaugt, oder ihre Konzentration kann durch eine genügende Ventilation der Betriebsräume herabgesetzt und damit unschädlich gemacht werden. Schutzmasken verhindern das Eindringen von Staub. Feuchte Bearbeitung unter Berieselung der Werkstücke mit Wasser verhindert, wo dies angeht, sein Entstehen überhaupt. Wechsel der Berufskleidung, Bereitstellung von Wasch- und Doucheräumen, gesonderte ESSräume tragen ebenfalls zum Zurückdämmen der Schädigungen in hohem Masse bei. Außerdem können periodische ärztliche Untersuchungen der Arbeiter die weniger Widerstandsfähigen beizeiten ausmerzen oder beginnende Erkrankungen frühzeitig erfassen. Durch solche und ähnliche Massnahmen erreicht die Gewerbehygiene eine beträchtliche Senkung der Gefährdungsziffern und damit einen bedeutend besseren Gesundheitszustand der Arbeiterschaft.

Gedenken wir auch der Berufskrankheiten, die durch erzwungene unnatürliche Körperhaltung bei der Ausübung bestimmter Tätigkeiten entstehen. So führt sitzende Beschäftigung leicht zu Störungen der Blutzirkulation, zu Rückgratsverkrümmungen und zu allgemeiner Ver nachlässigung des Muskelsystems. Ausgleich durch Sport und Bewegung ist daher Menschen mit sitzender Arbeit (»Büromenschen«) dringend anzuraten. Vorbildlich ist in dieser Beziehung die Anlage von Tennisplätzen und anderen Sportgelegenheiten durch das Personal von Banken und anderen Betriebsgemeinschaften mit sitzender Beschäftigung, wie sie in letzter Zeit entstanden sind.

Anderseits führt ein Beruf mit dauernd stehender Arbeit leicht zu Plattfüßen, zu Krampfadern, zu X-Beinen und zu Ueberbeanspruchung der Gelenke der unteren Extremitäten. Solche Veränderungen sieht man bei Konduktoren der Strassenbahnen, bei Kellnern, bei Bäckern usw. Dreher und Drechsler sind durch Ueberbeanspruchung bestimmter Muskelgruppen des Rückens, bei einseitig gebückter SteHung, Wirbelsäulenverkrümmungen ausgesetzt. Solchen und ähnlichen Berufsschädigungen kann wiederum durch Turnen und gymnastischen Sport entgegengetreten werden.

Zur technischen Seite der Betriebs- und Fabrikhygiene gehören dann insbesondere auch jene Vorkehrungen, welche der Unfallverhütung dienen, zusammengefasst unter dem Namen: »Technischer Unfallschutz«. Dieser umfasst sowohl den eigentlichen »Maschinenschutz« als überhaupt die zweckdienliche unfalltechnische Ausgestaltung der ganzen Betriebsanlagen. Hierzu gehören z. B. die Abschirmung von Wellen und Treibriemen mit Schutzwehren, die Einkapselung von Zahnrädern, die Sicherung von Starkstromleitungen, die Anlage von Auffangvorrichtungen beim Lift und vieles andere mehr. Die Arbeiter werden in besonderen Anweisungen über die Benutzung der Schutzzvorrichtungen aufgeklärt. Merkblätter, Plakate und bildliche Darstellungen, welche die Entstehung und Verhütung von Unfällen allgemeinverständlich darstellen, werden an den gefährdeten Plätzen aufgehängt. Vorträge und Besprechungen mit Ingenieuren und anderen Fachleuten sind weitere Hilfsmittel des technischen Unfallschutzes.

Was die Wohnungshygiene betrifft, so sind in den letzten Jahren und Jahrzehnten ebenfalls bemerkenswerte Fortschritte erzielt worden. Die Wohnungen sind gesünder geworden. So gut wie immer möglich wird Rücksicht genommen auf den reichlichen Zutritt von guter Luft, von Sonne und Licht. Die Wohn- und Schlafräume werden auf der Sonnenseite angelegt und nicht mehr der Strassenfront zugekehrt, wenn diese etwa im Schattenbereich liegt. Die Heizungsverhältnisse sind besser und bequemer geworden als früher. Nach gesundheitlichen Gesichtspunkten wird der notwendige Luft- und Wohnraum pro Insasse errechnet. Nach Möglichkeit wird die Entstehung von muffiger Luft und von Feuchtigkeit vermieden. Der Besitztung fester und flüssiger Abfallstoffe wird alle Aufmerksamkeit zugewendet. Die alten Mietskasernen machen mehr und mehr Einzelsiedlungen Platz, die inmitten von freundlichen Gärten, Pflanzstücken und Grünflächen gelegen sind. Dadurch werden Geist und Gemüt der Einwohner günstig beeinflusst und der Feierabend kann nützlich und angenehm gestaltet werden durch die Bebauung eines selbst betreuten Stückchens Natur. Die Kinder sind nicht mehr auf die Verkehrsstrasse angewiesen und Unfälle werden dadurch weiterhin vermindernt.

Hygieniker und Baufachleute arbeiten an diesen Problemen zusammen und bereits sind Fälle bekannt, in denen bei der Planung neuer Siedlungen auch der Rat von Aerzten beigezogen worden ist.

## Das Schweizerische Rote Kreuz, Kinderhilfe

teilt mit:

Zahlreiche Anfragen haben gezeigt, dass in vielen Schweizer Familien der Wunsch besteht, verwandte oder bekannte Kinder, die in Deutschland Wohnsitz haben, für einen dreimonatigen Erholungsaufenthalt aufzunehmen.

Trotzdem das Schweizerische Rote Kreuz, Kinderhilfe, seine dringendste Hilfe darin erblickt, gesundheitlich geschwächte Kinder nur aus den grössten Notgebiets zu berücksichtigen, ist es jetzt bereits, solche eingeladene Kinder in seine Transporte aufzunehmen.

Es fallen hierfür Kinder der Jahrgänge 1932–1943 in Betracht, die sehr erholungsbedürftig und in der französischen, amerikanischen oder britischen Besetzungszone Deutschlands wohnhaft sind.

Anmeldungen nehmen vom 8. April 1947 an die kantonalen Sektionen des Schweizerischen Roten Kreuzes, Kinderhilfe, mittels speziellen Anmeldeformularen, die dort zu beziehen sind, entgegen.

Wegen der herrschenden Transportschwierigkeiten können vorläufig noch keine Einreisedaten bekanntgegeben werden.

\* \* \*

Das Schweizerische Rote Kreuz, Kinderhilfe, hat nach 6jähriger Tätigkeit in Frankreich seine Delegationen am 31. März aufgehoben. Während dieser Zeit wurden über 66 000 französische Kinder in der Schweiz aufgenommen, 31 000 Patenschaften vermittelt, Zehntausende in Kantinen oder Schulen gespeist und 16 Heime geführt. Für alle diese Aktionen wurden von der Schweizer Bevölkerung rund 65 Millionen Schweizer Franken aufgewendet.

Als einzig noch verbleibende Tätigkeit wird das Schweizerische Rote Kreuz, Kinderhilfe, bis auf weiteres noch ein Präventorium und drei Kleinkinderheime in Frankreich betreuen. Es benutzt diese Gelegenheit, dem Schweizer Volke für die grosszügige Unterstützung seinen herzlichsten Dank auszusprechen.

---

Unsere Kanalisation darf als vorbildlich bezeichnet werden. Sie ist für die Bekämpfung und Vermeidung von Infektions- und Schmutzkrankheiten von einer nicht zu unterschätzenden Bedeutung.

Eine sehr wichtige Aufgabe der technischen Hygiene ist auch eine gute und gesunde Wasserversorgung. An ein einwandfreies Trinkwasser werden hohe Anforderungen gestellt. Es darf weder Krankheitskeime noch irgendwelche Gifte enthalten. Es soll appetitlich, wohlschmeckend und von jeglichen Gerüchen frei sein. Außerdem muss es in genügender Menge vorhanden sein. Ein Erwachsener nimmt täglich etwa vier bis fünf Liter Wasser in Form von Getränken, Kaffee, Tee, Suppe usw. ein. Der Wasserbedarf pro Kopf stellt sich aber wesentlich höher, wenn wir das sogenannte »Gebrauchswasser« berücksichtigen, das zu Reinigungszwecken, zu Bädern, zum Waschen und Abwaschen des Geschirrs und für viele andere Bedürfnisse bereitgestellt werden muss. Durchschnittlich beträgt der Gesamtverbrauch, gleichmäßig auf die Tage eines Jahres verteilt, mehr als hundert Liter pro Kopf und Tag! Auch dieses Wasser muss gut, gesund und sauber sein. So selbstverständlich wir diese Dinge annehmen, so sehr hat sich die Hygiene um sie bemühen müssen und so sehr sind wir denen zu Dank verpflichtet, die sie uns zur Verfügung gestellt haben, den Hygienikern und den Technikern.

Auch die Kleidung, das »persönliche Klima«, ist heute viel hygienischer geworden als früher. Douche- und Badegelegenheiten werden auch in bescheidenen Wohnungen immer häufiger, und die Luft-, See- und Strandbäder tragen bei richtiger Benützung viel zur Hebung der Volksgesundheit bei. Heizung, Lüftung und Beleuchtung der Schulhäuser, richtig gebaute Schulbänke, Turnhallen und Erholungsplätze gehören ebenfalls, wie der raffinierte Bau und die Ausstattung moderner Krankenhäuser mit in das grosse Gebiet der »technischen Hygiene«.

Ein anderes Kapitel, das aber mit dem soeben besprochenen viele Berührungspunkte und Uebersehneidungsflächen hat, ist dasjenige der sozialen Hygiene (Sozialhygiene). Sie untersucht die Schädigungen, welche durch das Zusammenleben der Menschen entstehen. Eine ihrer wichtigsten Grundlagen ist die Statistik, die genaue, messende Beobachtung der Einwirkung der Menschen aufeinander in gesundheitlicher Beziehung. Zu ihr gehört als Untergruppe die Epidemiologie, das Studium der Ansteckung durch Infektionskrankheiten, die Entstehung und Verbreitung der Epidemien.

Die Bekämpfung der ansteckenden Krankheiten ist wohl eines der erfolgreichsten Kapitel der Hygiene überhaupt. Die schwersten Krankheiten wie Pest und Cholera, werden mit Erfolg von Europa ferngehalten und auch die einheimischen, wie Typhus, Ruhr, Tuberkulose, Diphtherie, Scharlach, Pocken sind in ihrer Gefährlichkeit heute wesentlich eingedämmt, wobei Isolierungsmassnahmen, Desinfektion, Impfschutz und Verbesserung der Wohn- und Lebensverhältnisse die Hauptrolle spielen. Die Behandlung dieser und anderer Krankheiten

gehört nicht mehr zum Aufgabenkreis der Hygiene, sondern zum Gebiet der inneren Medizin, die aber, was z. B. den Impfschutz und die Scrumbehandlung anbetrifft, von den Forschungen der Hygieniker weitreichende Anregungen erhalten hat.

In diesem Zusammenhang sei auch der Tropenhygiene gedacht, die sich besonders um die Verhütung tropischer Infektionskrankheiten, wie Malaria, tropische Schlafkrankheit und anderer Seuchen der warmen Länder bemüht und Schutzmassnahmen gegen die Ueberträger derselben ausgearbeitet hat.

Zur sozialen Hygiene gehört auch das Fürsorgewesen, das die Betreuung der Kranken und Gebrechlichen, die Säuglingsfürsorge, die Unterbringung und Isolierung ansteckender Tuberkulöser, die menschenwürdige Versorgung der Krüppel und der geistig Minderwertigen an die Hand nimmt. Darüber hinaus zählen zur Sozialhygiene auch die Institutionen der Unfall- und Krankenversicherung, sowie der Lebensversicherungen, die dem Erkrankten oder Verunfallten die materiellen Lasten und Einbussen ganz oder teilweise ersetzen oder den Hinterbliebenen eine finanzielle Notlage erleichtern oder überbrücken helfen.

Ein besonderer Gegenstand der Hygiene sind die Kinder. Die Hygiene des Kindesalters beginnt schon vor der Geburt mit dem Mutterschutz und der Aufklärung der werdenden Mütter über die zweckmässige Pflege und Ernährung der Säuglinge (Mütterberatungsstellen). Das eidgenössische Fabrikgesetz kennt eine Schonfrist für Schwangere und Wöchnerinnen. Mütterheime nehmen obdachlose, meist ledige Mütter zur Entbindung und nach derselben mit dem Kind zusammen für einige Wochen auf. Müttererholungsheime gewähren gesundheitlich gefährdeten, überanstrengten (besonders kinderreichen) Müttern einen befristeten Aufenthalt usw.

Die Säuglingsfürsorge ist seit etwa 40 Jahren in der grosszügigsten Weise ausgebaut worden. Innerhalb dieser Zeitspanne ist durch ärztlich-hygienische Massnahmen namentlich durch die Empfehlung des Stillens und, wo dieses nicht möglich ist, durch Erforschung der geeigneten Nahrungszusammensetzung für Säuglinge und Kleinkinder die Kindersterblichkeit auf weniger als einen Drittels gesunken!

Ist das Kleinkindesalter vorüber, so beginnt die Schule. Die Schulhygiene fing an mit den technischen Verbesserungen der Schulhäuser, mit Fragen der Heizung, der Lüftung, der Beleuchtung, des notwendigen Rauminhaltes der Schulzimmer, der geeigneten Form und Grösse der Schulbänke und dergleichen Fragen mehr. In den letzten Jahren ist sie immer mehr dazu übergegangen, sich mit der Betreuung der einzelnen Schulkinder zu befassen. Eine regelmässige Untersuchung durch die Schulärzte deckt Störungen in der körperlichen oder geistigen Entwicklung auf, erfasst rechtzeitig beginnende Krankheiten (Tuberkulose, Verwurmung usw.) und führt sie der geeigneten Behandlung zu. Reihendurchleuchtungen sind geeignet, nicht nur in der Schule, sondern auch später, im Militärdienst, in Geschäften und Berufsgemeinschaften, verborgene Leiden der Lunge oder des Herzens aufzudecken und die notwendigen Massnahmen in die Wege zu leiten.

Zur Sozialhygiene gehört auch die Erforschung der seelischen Beeinflussungen der Menschen aufeinander (Psychologie, Massenpsychologie) und die Aufklärung der Kinder und Erwachsenen im Rahmen der Erziehung und Weiterbildung zu vollwertigen Individuen. Wieviel Vorurteile, die in früheren Zeiten die Menschen unfrei und damit auch bedrückt und allzuoft verlogen gemacht haben,

sind durch die Seelenheilkunde und die damit verbundene Aufklärung überwunden worden. Die rechtzeitige und richtige sexuelle Aufklärung ist ein wichtiger Teil der seelischen Hygiene, der viel Not und Leid zu verhüten vermag.

Die Bekämpfung der Schund- und Schmutzliteratur, sowie einer gewissen Sorte von Detektivgeschichten, die mit ihrer Häufung von Greueltaten und ihrem verlogenen Abenteuercharakter die Jugend gefährdet, gehört ebenfalls zur seelischen Hygiene, sowie das Verbot entsprechend eingestellter Filme durch die Zensur. Verbote allein haben sich hier allerdings als ungenügend erwiesen. Boykott der Vertriebsstellen, Beschlagnahme der Schundhefte und namentlich aufbauende Massnahmen im Sinne der Bereitstellung billiger und guter Jugendliteratur (Verein zur Verbreitung guter Schriften, Volksbibliotheken) haben das ihrige im Kampf gegen Schund und Schmutz auf diesem Gebiete beigetragen. Das gleiche gilt für bildliche Darstellungen, und es ist erfreulich, zu sehen, dass auch in einfacheren Verhältnissen der Sinn für gute Kunst geweckt und verbreitet worden ist.

Das Radio ist seinerseits geeignet, durch Auswahl guter und belehrender Programme die Volksbildung und damit die seelische Hygiene in weiten Kreisen zu propagieren.

Der Ernährungshygiene fällt die Aufgabe zu, zu untersuchen, wieviel und welche von den einzelnen Nahrungsstoffen der Mensch zu sich nehmen soll, um gesund zu bleiben. Andererseits werden die Gründe dargetan, die zu Schädigungen durch ungeeignete Ernährung führen, wie z. B. schlechte Konservierung, Besiedelung mit Bakterien und tierischen Parasiten, Mineralsalzverlust usw. Der Vitaminbedarf des menschlichen Körpers wird bestimmt und die Art und Weise der Nahrungszubereitung erforscht, die geeignet ist, diese Vitamine zu erhalten. Wichtig ist auch der Kampf gegen schädliche Genussmittel, gegen den Alkoholismus und andere Missbräuche, die in das Kapitel der Ernährung fallen.

Wie steht es mit der Aufklärung des Volkes in hygienischen Fragen? Diese erlangt bis heute einer einheitlichen Zusammenfassung und Organisation. Die hygienische Volksbelehrung geschieht nur gelegentlich durch Vorträge, Ausspracheabende, volkstümliche Schriften, durch Merkblätter, Filme, Radiosendungen, Ausstellungen (auch Wanderausstellungen) über einzelne Teilgebiete der Hygiene, wie Tuberkuloseverhütung, Alkoholismus, Säuglingschutz, Geschlechtskrankheiten usw., die meist auf private Anregung entstehen.

Gesundheitslehre als selbständiges Unterrichtsfach ist in den meisten Schulen nicht eingeführt, obwohl manche Lehrer hygienische Fragen bei passender Gelegenheit einflechten und dem entsprechenden Alter gemäss näher besprechen und ausführen. Gerade der Schulunterricht aber wäre der geeignete Ort und Boden, auf dem ein Fach «Hygiene», obligatorisch eingeführt, die nützlichsten und schönsten Früchte bringen würde. Denn die Kenntnisse über Gesundheitslehre sind wichtiger als diejenigen über die Abfolge der ägyptischen Dynastien oder der römischen Kaiser mit Daten und Jahreszahlen! In der Schule der Zukunft, die ja den praktischen Seiten des Lebens immer mehr Gewicht beimisst, werden hygienische Fragen eine grössere Rolle zu spielen haben als das System der Blütenpflanzen oder die Ordnungen in der Klasse der Insektenwelt.

Es wird Sache der zuständigen Stellen sein, die Organisation der hygienischen Volksbelehrung an die Hand zu nehmen und zu ihrer Verwirklichung beizutragen.

## Wohnhygiene im Mittelalter

(Aus einem in der «Ciba-Zeitschrift» veröffentlichten Artikel von Dr. A. Varon)

Der Untergang der antiken Welt in den Stürmen der Völkerwanderung brachte einen grossen Niedergang der städtischen Zivilisation, die in der Antike einen sehr hohen, in vielfacher Hinsicht an moderne Verhältnisse erinnernden Stand erreicht hatte. Es handelt sich dabei nicht nur um die Zerstörung der Städte des Römischen Reichs durch die einbrechenden Germanenstämme, sondern auch um einen allmählichen Verfall; denn das Zusammenleben in grossen städtischen Gemeinwesen war den Eroberern fremd. Selbst dort, wo in Italien oder in den ehemaligen Provinzen des Reiches Städte bewohnt blieben, verloren sie an Bedeutung und Wohlstand. Rom selbst, die Hauptstadt des Reiches, wurde von dieser Entwicklung am härtesten getroffen, nachdem Konstantin der Große schon im Jahre 330 n. Chr. seine Residenz nach Byzanz verlegt und damit den politischen und wirtschaftlichen Niedergang der Stadt eingeleitet hatte. Im Laufe des fünften und sechsten Jahrhunderts wurde Rom mehrmals von Germanen geplündert und schwer verwüstet. So wurden bei der Belagerung durch die Goten im Jahre 537 die elf grossen Wasserleitungen

der Stadt zerstört. Die gewaltigen Aquädukte, die das Quellwasser aus den Bergen nach der Stadt führten, hatten eine Gesamtlänge von über 400 km. Sie führten so grosse Wassermengen, dass auf jeden Einwohner täglich etwa 600 l Quellwasser kamen, während die Trinkwassermenge, die z. B. 1930 auf den Kopf der Berliner Bevölkerung kam, nicht mehr als 110 l täglich betrug. Von den Hauptleitungen wurde das Trinkwasser durch Bleirohre in die Wohnungen geführt. Ausser den Privathäusern wurden noch die elf grossen Thermen sowie Hunderte von Brunnen mit Wasser versorgt. Dass die Zerstörung dieser grossartigen hygienischen Einrichtung eine Katastrophe bedeutete, wird ohne weiteres klar, wenn man sich vorstellt, welche Konsequenzen plötzlich auftretender Wassermangel in einer modernen Großstadt haben würde. Nach der Zerstörung durch die Goten blieben die römischen Wasserleitungen durch Jahrhunderte unbrauchbar; sie verfielen immer mehr, weil es der verarmten Stadt an den Mitteln fehlte, die notwendigen Reparaturen vornehmen zu lassen. Erst im Verlauf des späteren Mittelalters gelang es nach wiederholten Be-