

<b>Zeitschrift:</b>	Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege : Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf
<b>Herausgeber:</b>	Elektro-Homöopathisches Institut Genf
<b>Band:</b>	7 (1897)
<b>Heft:</b>	12
<b>Rubrik:</b>	Die längere Lebensdauer des weiblichen Geschlechtes

### 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:** 23.01.2026

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

ist es zur Erhöhlung von des Tages Hitze überaus nöthig, bei offenem Fenster zu schlafen, besonders auch für die ganz kleinen Kinder. Bekanntlich haben diese in der heißen Jahreszeit sehr oft an Brechdurchfall zu leiden und gehen vielfach daran zu Grunde. Die erste Ursache nun zu dieser Krankheit bildet häufig eine Erkältung des Magens. Die armen Kleinen werden selbst im sommerlich heißen Schlafzimmer noch mit dicken Federbetten fest zudeckt, fangen dann bald an zu schwitzen und strampeln sich bloß. Daß dann bei der nackten, schweißigfeuchten Haut sehr leicht eine Erkältung eintritt, ist ganz natürlich. Vollständig unbeschadet vagegen ruht ein Kindlein in einem angenehm kühlen Schlafzimmer, welches durch die gleichmäßig eindringende frische Luft stets auf normaler Temperatur erhalten bleibt. Sehr hübsch ist dies poetisch geschildert in einem Verse in „Kinderlust“.

Schweigend ruht die müde Erde,  
Und wie eine Lämmerherde  
An dem dunkeln Himmel ziehn  
Tausend Sternlein drüber hin.  
Durch das Fenster strömt herein  
Nachtluft, würzig, kühl und rein;  
Und mein Kindlein schläfet fest  
In dem kleinen, warmen Nest,  
Ohne Leid und ohne Sorgen  
Schläft es ruhig bis zum Morgen.

Ganz besonders wohlthuend und heilsam wirkt frische Luft in der Nacht bei allen Schwachbrüstigen, Lungenlahmen, Bleichsüchtigen, Asthmatikern und an Schlaflosigkeit Leidenden. Diese müssen die Lüftung stets in reichlichstem Maße herstellen und sich zum Schutze gegen Kälte lieber wärmer zudecken. Auch vollblütige Personen sollen in möglichst kühler, frischer Luft schlafen; dadurch wird der Blutandrang nach dem Kopfe und das beängstigende heiße Gefühl bedeutend vermindert.

Fassen wir nun unsere Betrachtung kurz zusammen, so ergeben sich zur Erzielung eines wirklich gesunden, erquickenden Schlafes, der für jeden Menschen überaus wichtig und für seine Arbeitskraft und Schaffenslust durchaus nöthig ist, folgende drei unumgänglich nothwendigen Gebote:

1. Schlafe stets bei offenem Fenster, und zwar
2. in der wärmeren Jahreszeit öffne nachts im Schlafzimmer die Fenster;
3. in der kalten Jahreszeit öffne nachts im geheizten Schlafzimmer das Fenster, oder im geheizten Nebenzimmer bei weit geöffneter Verbindungsthür, jedoch sei in beiden Fällen das Fenster verhängt.

(Kneipp-Blätter).

## Die längere Lebensdauer des weiblichen Geschlechtes.

Die Frauen sind auf Erden nicht allein in der Majorität, sondern ihre Lebensdauer ist auch eine größere als diejenige des Mannes.

Gleich im ersten Lebensjahre ist die Sterblichkeit beim männlichen Geschlecht eine viel größere. Die mittlere Lebenserwartung des neugeborenen Mädchens übertrifft die des Knaben um  $4\frac{1}{2}$  Prozent. Die größere Sterblichkeit beim männlichen Geschlecht hält an in allen Lebensaltern mit Ausnahme des Alters von circa 30 Jahren, in welchem die Entbindungen zu einer dem weiblichen Geschlecht ungünstigen Verschiebung führen.

Aus einer auf die deutsche Reichsbevölkerung bezüglichen Sterbetafel für die Jahre 1871—1881 ist zu ersehen, daß von je 100,000

Lebendgeborenen erlebten das nebenbezeichnete Alter:

Alter nach dem vollendeten Altersjahr	Männliche	Weibliche
1	74,727	78,260
5	64,871	68,126
10	62,089	65,237
20	59,287	62,324
30	54,454	57,566
40	48,775	51,576
50	41,228	45,245
60	31,124	36,293
70	17,750	21,901
80	5,035	6,570
90	330	471
100	2	3

Hiernach wäre sogar im kritischen Frauenalter von 30 Jahren die Sterblichkeit der Frauen eine geringere als die der Männer.

Nach einer englischen Statistik sind in England von 66 Personen, die ein Alter von 100 Jahren und darüber erreicht haben, 43 Frauen und 23 Männer. In London zeigt ein Jahres-Census 21 Hundertjährige, 5 Männer und 16 Frauen.

Eine in Frankreich aufgestellte Statistik von Hundertjährigen ergibt 213 hundertjährige Personen, wovon 147 Frauen und 66 Männer. Der Census der Vereinigten Staaten von 1890 führt 3881 Personen an, die ein Alter von hundert Jahren und darüber erreicht haben, zwei Drittel davon, nämlich 2683, waren Frauen, während nur 1398 sich aus Männern zusammensetzen. Überall überwiegt die Lebensdauer der Frau. Wo die Gründe dafür zu suchen sind? Vor Allem wohl in der gesunderen, gemäßigten Lebensweise. Die Frau trinkt nicht, sie raucht nicht — Ausnahmen bestätigen nur die Regel —, sie ist nur mäßig, sie führt kein unregelmäßiges Leben,

wie die Mehrzahl der Männer es in der Jugend thut, all' dies zusammen gibt ihr eine viel größere Lebenskraft.

Die größere Sterblichkeit der Männer bringt auch die Lebensgefährlichkeit vieler Berufarten mit sich. Von den gefährlichsten Betrieben, z. B. als da sind die Hütten- und Eisenwerke, die Bergbaubetriebe, die Brauerei- und Mälzereibetriebe, die Speditions- und Kelteriegewerbe und der Schifffahrtsbetrieb, die nach der Unfallstatistik des Deutschen Reiches im Jahre 1893 auf 1000 Versicherte 50 Verletzte hatten, sind Frauen ziemlich ausgeschlossen. Dagegen führen sie als Bäuerinnen, in der Landwirtschaft u. s. w. ein höchst gesundes Leben, und sogar die Fabrikbetriebe, in denen sie zu finden sind, wie z. B. Tabak-, Seiden-, Textil-, Bekleidungsindustrie, Buchdruckgewerbe, weisen nach der Unfallstatistik des Deutschen Reiches nur zehn pro Mille Verletzte im Jahre 1893 auf.

Im Allgemeinen leben die Wohlhabenden länger als die Armen, trotzdem die französischen und englischen Spezialstatistiken der Hundertjährigen behaupten, daß dieselben den niedrigsten Klassen angehören. Aber die Hundertjährigen sind an und für sich solche Ausnahmefälle, daß sie der oben ausgesprochenen Anschauung nicht widersprechen.

Jedenfalls leben die Verheirateten länger als die Unverheirateten.

Welche Lehre ist aber aus der größeren Lebensdauer der Frau zu ziehen? Daß dieselbe im Gewerbsleben noch viel festeren Fuß als bisher fassen muß, und zwar hauptsächlich, weil es durch die Konstaterung der längeren Lebensdauer zu Tage tritt, daß die Frau niemals rechnen kann, ihr ganzes Leben lang vom Manne ernährt zu werden. Denn nicht allein heiraten 29 p.Ct. der Frauen überhaupt nicht, sondern auch die 71 p.Ct. der Heiratenden müssen durch die Wahrscheinlichkeit ihrer

größeren Lebensdauer gewappnet sein, eines Tages sich und ihre Kinder selbst ernähren zu müssen.

(Wörishofer-Blätter).

## Die Temperatur unserer Speisen und Getränke.

Dem „Journal für öffentliche Gesundheitspflege“ entnehmen wir aus einer Abhandlung des Dr. Glaser nachstehende Mahnungen, welche für jeden beherzigenswerth erscheinen dürfen. Der Verfasser schreibt: „Es ist nicht zu glauben, wie hartnäckig Hausfrau und Köchin grade an dem Unfug, die Erzeugnisse des häuslichen Herdes nur in heißen Zustande kauen und verschlingen zu lassen, mehr als an allen übrigen Kochjünden festhalten. Das Aufstischen der Speisen in Halbgluth ist zu einem Küchenlaster geworden. In diesem Punkte ist mir's noch nie und nirgends, selbst in meiner eigenen Familie nicht, gelungen, ein erträgliches Uebereinkommen zwischen Hausfrau und Tischgesellschaft zu stände zu bringen. Einmal, als mir's zu bunt wurde und Suppe und Kaffee immer wieder kreischend vor Gluth auf den gedeckten Tisch gebracht wurden, nahm ich das Thermometer von der Wand herunter und versenkte es zum Schrecken der Hausfrau in die volle Suppenschüssel. Das half. Das Thermometer zeigte 70 Grad, bis 32 Grad mehr als die Blutwärme. Eine Brühe von 70 Grad Celsius, welche man sich ungestraft nicht über die Füße gießen kann! Einen minder empfindlichen Körpertheil, als die Mundschleimhaut und den Zahnschmelz, nämlich die äußere Haut, in einem Badewasser von ähnlich hoher Temperatur zu haben, das würde gleichbedeutend mit der Tötung des Menschen sein, und die Mundhöhle mit allem, was darin ist, muß solch unbarmherziges Verbrühen,

nur weil es einmal zur Küchenmode, zur Küchen-Tyrannie der Hausfrau gehört, sich gefallen lassen. Wie pedantisch lässt der Kurbadende mit dem Thermometer sich die 25 und 28 Grad Celsius seines Haubades abmessen! Wie würde er, und zwar mit Recht, empört sein, wenn der Badediener ihm das Wannenbad auf 50 Grad Celsius erhitzte! Und dieser nämliche Badegast hatet täglich beim Mittagsmahle Mund und Magen mit einer Brühe und mit Brocken von 60 Grad. Den Köchinnen diese ihre Heißblütigkeit im Aufstischen der Mahlzeiten, die niemals und nirgends, auch im Winter nicht, von Nutzen sein kann, abzugewöhnen, ist der Zweck des gegenwärtigen Winkes. Es ist gar lustig anzuschauen, wie an einer Mittagstafel jeder bei den ersten Löffeln Suppe, die er zum Muide führt, seine besondern Grimassen schneidet; unbewußt rinnt er die Stirn und verzieht alle Wangen- und Kinnmuskeln. Ich habe mir manchmal photographische Augenblicksbilder einer Tischgesellschaft gewünscht, welche eben über die erste heiße Schüssel mit Löffel und Gabel herfällt. Wenn unsere Haustiere uns Menschen vor den glühend heißen Schüsseln sitzen und zornentbrannt wie „Feueresser“ die heißen Speisen über das Gehege der Zähne hinweg verschlingen sähen, wie würden sie über unser vernunftwidriges Gebaren die Köpfe schütteln! Ich war einmal um die Mittagstunde in einem Bauernhause Zeuge, wie eine Bauernfrau ihre Tochter, welche den Futterinhalt eines Kuhkessels unabgekühlt in die Viehtröge tragen wollte, ohrfeigte und sie schelend fragte, ob sie die Küh mit dem heißen Futter töten oder wenigstens frank machen wolle. Und doch trug diese nämliche Frau, die sich des Viehs erbarmte, den Jhrigen in der nächsten Minute das Kohlgemüse glühend heiß in großen Schüsseln vom Herde unmittelbar auf den Tisch. Es ist gerade, als ob uns Menschen aufgegeben wäre,