Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 15 (1905)

Heft: 5

Artikel: Zur Schulhygiene [Schluss]
Autor: Schmidtbauer, Matthäus

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038366

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: 28.11.2025

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

Temperatur von 37,7° C. konstatirt, an Stelle der sonst zu dieser Zeit gewöhnlichen von 36,5—36,8° C."

Diese Ueberproduktion von Wärme ist einem erhöhten Berbrennungsprozesse im zuzuschreiben, und diese Berbrennung ift auch die Urfache der Erzeugung von Abfallstoffen. Die Gehirnsubstang enthält Phosphor; nach einer intensiven geistigen Arbeit finden wir nun im Erzeugnis ber Nierenabsonderung (im Barn) die Spaltungsprodutte des Phosphors bedeutend vermehrt, Gin anderer Ausscheidungs= ftoff ber Behirnverbrennung, bas Cholestearin, wird von der Leber abgesondert und findet fich in der Galle vor. "Ebenfo wie die Bacterien - so sagt Mosso - sondern auch bie Behirnzellen schädliche Substangen ab, und je intensiver das leben des Gehirnes ift, um so zahlreicher find diese Ausscheidungsftoffe welche die Organe, in benen sie gurudgehalten werden, besudeln und das Blut verunreinigen."

Der Blutandrang, der während der Arbeit im Gehirne stattsindet, kann bei dem trepasnirten Menschen, oder bei einem solchen welchem ein Unfall, ein Stück seiner knöchernen Gehirnschale weggenommen hat, direkt beobachtet werden. Ein indirekter Weg zu dieser Beobachtung, aber ein ebenso sicherer, ist die Wage von Mosso. Wenn ein Mensch horizontal auf dieser Wage liegt und man giebt ihm, z. B. ein Rechnungsexempel aus dem Stegreif zu lösen, so sinkt der Kopf unmittelbar darauf etwas tieser herunter; er ist also schwerer geworden und das konnte nur durch größeren Zusluß von Blut stattsinden.

Während des Schlafes, welcher ja die Ruhe des Gehirnes bedeutet, ist der Blutkreislauf, im Organe des Denkens, wie ich schon gesagt, im Gegenteil, merklich verlangsamt; das Gehirn wird deshalb blaß und sinkt in sich selbst zusammen. Segen wir aber den Fall

daß ein Traum hinzukommt, so wird der Blutzufluß sofort ein lebendigerer werden, was man beim Trepanirten nachweisen kann. Die Ruhe des Gehirnes ist also beim träumenden Menschen viel weniger vollständig; das hat jeder von uns schon selbst gefühlt und erfahren.

Endlich hat man festgestellt daß bei Vielen die geistige Arbeit den Appetit vermehrt; ich selbst habe große Denker gekannt die auch große Esser waren. Die Philosophie ist demsnach nicht so unnütz als Viele zu glauben scheinen. (Fortsetzung folgt),

Bur Schulhngiene.

(Matthäus Schmidtbauer)

Schluß.

Ich folge hier wortgetren dem schon einmal citierten Dr. B. Diemener, Diefer ichreibt in "Die Lunge" : "Giner ber leidigften Auswüchse bes von bes Gebantens Blaffe angefränkelten Philister- und Muhmensinns ift bas Vormteil gegen die Nachtluft, bas ich bei Erwachsenen auf eine Stufe mit ber Furcht ber Rinder bor ber Dunfelheit feten muß. Für folde Luftschene haben Dichter und Sänger Die Nacht vergeblich als die beffere, schönere, genufreichere Balfte bes 24ftundigen Turnus gepriesen, und wenn ein Bruftfranker in Benedig wochenlang von abends neun Uhr an in der Nachtluft von S. Marco schwelat - nach Saufe guruckgefehrt, flieht er fie wie einen Befthauch. Erinnert fich teiner Diefer Finfterlinge einer Mitternacht, in der er nothgedrungen im offenen Schlitten eine längere Fahrt zu unternehmen hatte und die ihm einen Schlaf bereitete, fo füß und erquickend, wie er ihn feit langer Zeit nicht genoffen ? Wer im Thale wohnt, weiß allerdings von einer Abendluft zu erzählen, die nach Sonnenuntergang fühl

von den Bergen herabfällt, wer aber übers Meer fuhr, zählt die auf Deck verbrachten fturmfreien Rächte zu seinen berrlichften Reifeerinnerungen. Ift der luftscheue Binnenphilister, ber fein Arges babei findet, die halbe Nacht in der Tümpelluft einer Bierkneipe auszuhalten, im Stande, feine Ungft vor ber nächtlichen Außenluft, die seine lahme Bruft wie Balfam anweben muß, mit Grunden zu rechtfertigen? Will er einmal nachdenken, so wird er zwischen Tag- und Nachtluft zunächst finden, daß jene hell, diese dunkel, und dann, daß jene um einige Grabe wärmer - einen britten müßte er erst austlügeln! Was die Dunkelheit betrifft, so mag wer sie fürchtet, ein Nachtlämplein1) aufstellen; was die Ralte betrifft, fo ift fie im Sommer eine mahre Wohlthat und die Bewohner warmer Simmelsftriche ichäten befanntlich die Nachtluft so hoch wie wir die Tagluft. Im Winter aber gleichen wir den Unterschied durch die um ebensoviel wärmere Betthülle aus - welcher vernünftige Grund nun läßt sich bafür anführen, daß wir fie unserer Lunge vorenthalten? Aber nicht nur in negativer, sondern auch in positiver Richtung ist das Vorurteil bedauerlich, denn jeder offene Ropf wird mir ohne weiteres beistimmen, wenn ich die städtische Nachtluft für gefünder erfläre als die Tagluft : die Effen versenden feinen Rauch, das staubaufwirbelnde Getummel der Fußgänger und Wagen berftummt, der Reif schlägt ben Staub nieder und bie eintretende Stille verleiht der nun rein gewordenen Luft auch eine reinliche Weihe. Bon

rechtswegen sollten wir Städter den Anbruch der Nacht kaum erwarten können als Zeichen zum Deffnen der Fenster.

Die Wiffenschaft besitt feine Aufzeichnungen von Thatsachen, welche die Ginwirkung der Nachtluft als Krankheitsursache bezeichnen, und von Nachtwächtern, Lokomotivführern, Bremfern u. a. über Nacht mit der Luft in voller Berührung Befindlichen ift feine besondere Rrantheit eher fast das Gegentheil bekannt. Der Dwornif (Hausmann) der Petersburger Wohnhäuser kampiert bei 32° Rälte vor dem Portale liegend, nur in einen Belg gehüllt, die gange Nacht bindurch! Dafür lehrt anterseits die Erfahrung, daß drinnen Suftenfrantheiten gern über Nacht ausbrechen und wenn fie schon bestanden, sich nachts verschlimmern. "Wenn nur erft die Nacht vorbei wäre!" ift ein im Krankenzimmer oft gehörter Wunsch. Auch bei anderen als Lungenfrankheiten findet der nachts herbeigerufene Urzt die Verschlimmerung jedesmal durch ein Lungensymptom — Unrube, Aurzathmigfeit, Raffeln, Erftickungs= noth u. drgl. - veranlagt. Rommt dies etwa bavon, daß der "Dämon" der Nachtluft burch die hermetisch verschlossenen Fenster hindurch sein boses Spiel treibt? - Der grimme Ugitator Rochefort wußte das beffer und mit Rührung las man, wie er bas Knäblein, bem er Bater und Mutter zugleich fein mußte, als es mit Schreien nicht aufhörte, aus bem bunklen Alkoven herausnahm und - er felbst ohne Ropfbedeckung - auf offener Strafe herumtrug, bis es von der Nachtluft wohlthätig Erfrischung seiner Lebensgeister eingesogen. Gang richtig sagte er sich aus sich selbst, was der Arzt vielen "ängstlichen" Müttern noch lange vergeblich predigen wird, daß die Schlaflosigkeit von Einathmen verdorbener, unreiner Stubenluft herrührte.

Die Befämpfung der Nachtluftschen wird

¹⁾ Die Nachtluft hat auch ihre Schattenseiten; sie ist immerhin seuchter als die Tagesluft und deshalb nicht allen zuträglich, namentlich in sonst seuchten Gegenden; in Malariasiebergegenden ist sie geradezu gefährlich; in heißen Ländern siuft oft, namentlich bei Regen, die Temperatur so tief herunter, daß bei offenem Fenster gefährliche Erfältungen stattsinden können; schwächlichen, gebrechlichen und alten Leuten ist im Winter die Nachtluft denn doch zu kalt; überhaupt dem einen ist sie zuträglich dem andern nicht, eines schieft sich nicht sür alle.

umso dringendere Pflicht, als es sich um die Natur der Lungenspeise handelt, welche die ganze Gesellschaft während gut eines Drittheiles ihrer ganzen Lebenszeit ununterbrochen athmet. Um Tage kommt auch in nichtgelüstete Stuben wenigstens durch das unvermeidliche Deffnen der Thüren Lustwechsel zustande; die Schlafstuben aber erscheinen, zumal bei ihrem dürfstuben aber erscheinen, zumal bei ihrem dürfstigen, zu der sie füllenden Bettenzahl in umgekehrtem Verhältnisse stehenden Rauminhalte — bekanntlich wählt man die engsten, oft sensterlosen Zimmer! — als Maikäferschachsteln ohne Lustlöcher, so daß ein Gesundheitszlehrer die landläusige Art zu nächtigen als Schachtelschaft fennzeichnet.

Bollends zu einer Lebensfrage wird die Luft ber Schlafftube burch folgende physiologische Thatfache: im wachen Buftande nehmen wir, felbst wenn wir uns bewegen, arbeiten und tief athmen, bei weitem nicht die Menge Sauerftoff in uns auf, wie im ichlafenden Buftande. Der Schlaf ift also recht eigentlich, fo gu fagen, die Beit ber "Generalfütterung" ober, wie ichs in einem Bortrage nannte, ber "Luft= hochzeit" ber Bluticheiben, in welcher bie Lungenflügel wie ein Baar Samfter: organe für ben folgenden Tag Borrath an lebensluft einheimfen. Ber fich alfo bem Schachtelichlaf hingab, erhebt fich ichon mit ermatteten Lebensgeistern! - Nach allebem dürfte bas Mag ber Gründe für die Nothwendigfeit energischer Lüftung ber Schlafstellen voll sein und burch die beliebte Ginrebe, die Fenfter ftanden ben gangen Tag über offen, nicht umgeworfen werben. Glaubt man im Ernfte, die Athmosphäre ergieße fich in einem an sich engen Raum, folange niemand darin weilt, mit einem leberschuffe, welcher den drei, vier Personen, die nachher barin Schachtelichlaf treiben werben, je 60

Rubifmeter in ber Stunde vorräthig halt? Che auch nur ein Rubitfuß mehr hineinkäme, als ber Raum faffen fann, murben bie Banbe Riffe bekommen! Daß man ventilieren fann, ohne Zugluft zu erzeugen, glaube ich fattsam gezeigt zu haben, und wer trothem einen steifen Sals besommt, hat es barin verseben, daß er sich nicht mit einem Salstuch schützte. Wenn man anders bei Kindern das Blofflegen fürchtet, so wird man sich bald überzeugen, daß sie dies nur thun, wenn es ihnen gu warm ift, daß fie fich aber in bem Dage unter die Dede verfriechen, als es falter wird. Auch im Schlafe, vorausgesett bag ein natürlicher, bewahrt ber Menich ben Schuttrieb gegen Erfältung.

Um schließlich zu zeigen, daß der Sinn für Schlafen bei offenem Fenster in offenen Köpsen schon von jeher lebte, so schrieb vor bereits hundert Jahren der Klassifer des Common sense, Benjamin Franklin, an den Wiener Doktor Ingenhouß u. a. Folgendes: "Ich schlafe bei offenem Fenster, weil ich das Vorurteil luftschener Leute, welche frische Luft ebenso fürchten, wie die von der Hundsmuth Ergriffenen frisches Wasser, abgelegt habe, und durch Ersahrung zu der lleberzeugung gestommen bin, daß die Außenluft auch dann, wenn sie kalt und feucht ist, doch zuträglicher sein nuß, als die schon wiederholt eingeathsmete und nicht erneute Binnenluft."

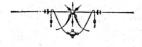
Im Strafgefängnisse zu Straßburg stellte Dr. Krieger, ein Jünger Pettenkofers, Uniersuchungen an, welche ergaben, "daß, nachdem die Gefangenen bis zu einer Außenstemperatur von —30 C. bei offenem Oberssenster schliefen, die Zahl der Krankheitstage von 10-17 auf 1.8 Percent heruntergegangen und namentlich weniger Katarrhe vorgekommen sind." Kein Zweifel! Nur geistige Trägheit kann sich noch wider Bekehrung zu dieser

heilsamen Gewohnheit sträuben !" So also Riemeyer!

Das Schlafen bei offenem Fenster gleicht einigermaßen, wenn auch nur im geringen Theile, die bösen, gesundheitswidrigen Folgen der schädigenden Wirkung unserer Schulluft aus. Eltern und Erzieher, gewöhnt eure Jugend an diese beste und gesündeste Art zu schlasen. Der Mensch ist ein Luftgeschöpf und nur in reiner Luft sindet er sein Gedeihen. Daher nochmals: "Fenster auf!" in der Schule, im Wohn = und Schlafzimmer zu jeder Zeit und damit ist auch dann der erste Schritt gethan zu einer wahren und wirksamen Hygiene!

Was ware aber noch von dem Schulftaub, Dieser Trichine ber Lunge, wie sich Niemeyer ausdrudt, ju ichreiben! Darüber ein andermal. Und fo schließe ich biefe wohlmeinenden Worte mit dem fonigl. Regierungs und Medicinalrathe Dr. Bermann Eulenburg, die er in feinem lehrreichen Werfe : "Die Lehre von ben ichadlichen und giftigen Gafen" niederlegte und wo er fagt : "Richts fann bebentungsvoller fein, als die Gorge für eine gute Luft. Sie ift bas Sauptrequifit eines ge" funden Lebens, mahrend "ber Tob in ber Buft" es ift, welcher ichleichend einhergeht und überall unfichtbar Berderben bringt. Diefes ju befämpfen und Rrantheiten zu verhüten, hält Berfaffer für bie größte Aufgabe ber Medizin ... Die Sorge für die Beschaffung einer reinen und gefunden Luft ift eine Aufgabe, beren Bedeutung für bas menschliche Wohl nicht genug gewürdigt werden fann."

(Beitschrift für Erziehnng und Unterricht).



Die epidemische Cerebrospinal-Meningitis (Genickstarre)

(Dr. 3mfeld).

Da ich, aus Anlaß der gegenwärtig in Norddeutschland vorkommenden Fälle von Genickstarre, von mehreren Seiten angefragt worden bin, welches eigentlich das Wesen dieser Krankheit sei und wie dieselbe mit unseren Witteln behandelt werden sollte, ergreife ich diese Gelegenheit um sie in unseren Annalen zu besprechen.

Die wahre und wissenschaftliche Bezeichnung der unter dem Namen Genicktarre, oder Ropfgenicktramps, bekannten Krankheit ist die der epidemischen Cerebrospinal=Meningitis, was auf deutsch soviel sagen will als epide=mische Gehirn= und Rückenmarkshautentzündung. Diese wissenschaftliche Benennung der Krankheit sagt uns bezeichnend genug worin dieselbe besteht.

Die Genickstarre ist in der Tat das Resultat einer Entzündung und eitrigen Infiltrastion der Hirns und Rückenmarkshäute; sie ist eine akut verlaufende, in hohem Grade gefährliche, in ihren vollständig ausgesprochenen Formen meist tödtliche, und sowohl wegen der Art ihres Auftretens, als auch ihres Berlaufes, den Infektionskrankheiten zuzusählende Affektion.

Die epidemische Cerebrospinal-Meningitis ist erst seit Anfang dieses Jahrhunderts genau bekannt. Die erste besprochene Epidemie ist die von 1805 in Genf, wo sie von Februar bis April in allen Schichten der Bevölkerung herrschte. 1814 und 1817 fanden Epidemien in Frankreich statt, 1823 in Westphalen, 1837 bis 1839 wieder in Frankreich, Algier, Italien, England, Irland, Nordamerika. Besonders intensiv trat dann die Krankheit 1854 in