**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 20 (1910)

Heft: 2

Artikel: Gesundheitlicher Einfluss der Zimmerpflanzen im Winter

**Autor:** Gotthilf, Otto

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-1038100

### 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:** 02.12.2025

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

# Sauter's Annalen

# für Gesundheitspflege

# Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Gen

berausgegeben

unter Mitmirtung von Mergten, Prattifern und geheilten Rranten.

Mr. 2.

20. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

Februar 1910.

Inhalt: Gesundheitlicher Einfluß der Zimmerpflanzen im Winter. — Scharlach Scharlachfieber (Fortsetzung und Schluß). — Ueber Schutzvocken-Impsung und Impfzwang (Fortsetzung). — Korrespondenzen und Heilungen: Darmentzündung; Gebärmutterentzündung; Gebärmutterblutungen; nervöses Herzleiden; Magenkrämpse; Nierenentzündung; Fistelgeschwür; Rheumatismus; Herzleiden; Ohrenentzündung.

## Gesundheitlicher Einfluß der Bimmer= pflanzen im Winter.

Bon Dr. Otto Gotthilf.

(Nachdruck verboten.)

"Blumenduft hat sie getötet!" Mit diesen Worten schließt Freiligraths Dichtung "Der Blumen Rache", welche von Wertheimer auch mit dem Pinsel zu fünstlerischer Anschauung gebracht ist. In der Tat können für sensible Personen sehr strenge und nervenerregende Gerüche, namentlich wenn sie die ganze Nacht hindurch im geschlossenen Schlaszimmer einswirken, gesundheitsschädlich sein. Es sinden sich auch in der medizinischen Literatur davon einige Beispiele.

Bon stark duftenden Pflanzen wie Hyazinsthen dürfen im geschlossenen Wohnzimmer stets nur sehr wenige stehen, im Schlafzimmer gar keine. Sie mögen den sogenannten "Salon", "die gute Stube" schmücken, in der man sich nicht dauernd aufhält.

Dies gilt natürlich nur für den Winter. Im Sommer, wo jeder einigermaßen gesundheitzliebende Mensch im Zimmer die Fenster stels geöffnet hat, kommt es nicht so genau darauf

an; da findet fortwährend eine genügende Ersneuerung der Binnenluft von außen statt. Aber für den Winter möge man doch einige hygienische Winke beachten.

Im Schlafzimmer brauchen überhaupt weder Topfpflanzen noch abgeschnittene Blumen zu stehen. Schon in der Schule lernen wir: die Pflanzenwelt spendet nur bei Tage gesunde Atemspeise, bei Nacht aber atmet sie Kohlensfäure aus. Und was nützen uns Blumen des Nachts, wo wir sie nicht sehen?

Da das Wasser, in welchem geschnittene Blumen stehen, leicht verdirbt, soll man es öfters erneuern. Alles Welfe und Abgeblühte sieht nicht nur häßlich aus, sondern geht auch leicht in Verwesung über, muß daher täglich entsernt werden. Zimmerpslanzen sollen im Winter auch nicht gedüngt werden; denn einerseits ist dies bei dem langsameren Wachstum gar nicht nötig, andererseits verschlechtert es die Luft noch bedeutend. Auch braucht man das Zimmer, in dem man sich ständig aushält, nicht gerade in einen Wintergarten zu verwandeln, aber Fensterbrett und Blumentisch können mit Topspflanzen reich besetzt sein.

Berhütet und vermeidet man die genannten etwa schädigenden Eigenschaften der Blumen

und Topfpflangen, bann gereichen fie ber Bimmerluft und ben Insaffen entichieden gum Borteil. Bunachst erfrischen und burchduften sie die Luft in höchst wohltnender Weise. Das Muster gesunder Lungenspeise ist ja die frische reine Buft ber freien Atmosphäre, Diese besteht in ber hauptsache aus 21 Teilen Sauerftoff und 79 Teilen Stickstoff. Wie nun beim Betränt, so finden sich auch bei der Lungenspeise frische und schale Buftande, ohne daß die Sauptbestandteile selbst verschieden gemischt wären. Beim Baffer wird die Frische besonders durch ben Luftgehalt bedingt, benn abgeftandenes Waffer, aus welchem die Luft entwichen ift ober als Bläschen an ben Glasmänden fich angesetzt hat, schmeckt, selbst wenn es ka't ift, stets ichal. In ber Atmungsluft übt eine vorzüglich erfrischende Wirfung die von der grünenden Begetation burchbuftete Form aus, welche ber freien Natur entquillt. Das hat jeder schon bei Spaziergängen burch Wald und Wiese empfunden. Hierzu fommt noch als besondere "Blume", wie es in der Trinkersprache heißt, ber "Balfambuft", welchen Blüten und manche Bäume spenden. Pflegt man boch ben harzigen Rabel baft als heilfräftig zu bezeichnen. Der bal samische Duft ber Wälber reigt ben Appetit jum Atmen, jum recht tiefen Bollatmen. Wir fühlen unsere Rüstern sich weiten, unsere gungen sich beschwingen, unsere "Lebensgeister", nämlich Blut und Nerven, sich neu beleben. Gin guter Teil von biefem erfrischenden und belebenden Beigeschmack ber Luft bringen wir nun mit den grunenden und blubenden Bflanzen auch in unser winterlich abgeschlossenes Gemach. Gie fpenden uns etwas von ber gefunden sommerlichen Begetationsluft draußen, wo jett alles tot in Gis und Schnee vergraben liegt. Den balfamischen Waldesduft fonnen wir auch noch hervorzaubern durch Aufstellen von Tannenzweigen. Man fpürt bavon etwas beim

Betrefen des Zimmers mit bem Weihnachts=

Besonders unangenehm und nachteilig wirft die Binnenluft im Winter burch ihren Mangel an Feuchtigkeit. Sie ift meift schuld an bem Aufspringen ber Lippen. Auch die noch viel gartere Schleimhaut ber Lungenästchen (Bronchien) leidet bei ber ständigen Ginatunng trockener Luft ; es entsteht ber "trockene Winterhuften". Daber muß man für die nötige Feuchterhaltung ber Luft forgen. Dies geschieht nun in einfacher und vorzüglicher Weise burch schnellwachsende Schlinggewächse, z. B. Trades= fantien und burch Blattpflangen, Die man öfters bespritt. Bei bem im warmen Zimmer täglich nötigen Begießen und Bespriten erfieht man am besten, welche große Menge Waffer biese verbrauchen und ausatmen.

Bu allen diesen gesundheitlichen Borteilen für den Körper kommt noch als sehr wesentlicher Umstand ber äfthetische Genuf, die gemutliche Unregung, welche Zimmerpflanzen gewähren. Das Berfolgen bes Wachstums, ber Entwicklung von Anofpen und Blüten, bilbet eine eble Erholung. Bom Blumenständer und Renfterbrett mit wohlgepflegten Pflanzen lacht überall echt bürgerliche Gemütlichfeit beraus. Daber auch ber gunftige Ginfluß auf Die Stimmung ber Rranten und Genesenben. Brofeffor Dr. Martin Mendelfohn fagt in feiner Abhandlung "Der Romfort des Kranken": "Bergeffet die Blumen nicht! Blumen gehören gerade ebenjo gut zur Behandlung des Rranfen wie Arznei. Blumen burfen in feinem Arankenzimmer fehlen. Will man vorsichtig fein, fo fann man fie bes Rachts aus bem Bimmer bringen; auch braucht man nicht gerade die am ftartiten buftenben zu mablen. Ich würde es mir nie nehmen laffen, einem Rranfen einen Strauf Rosen ober Beilchen als erftes Geschent zu bringen. Ständigen Auf-

enthalt müffen in jedem Rranfenzimmer die grünen Blatt- und Schlingpflanzen mit ihren großen Blättern haben; fie reinigen die Luft viel mehr als man glaubt." In Wien werden feit längeren Sahren auf Unregung bes erften Dberhofmeisters, Pringen zu Sobenlohe, blübende Topfpflangen aus den faiferlichen Barten ben öffentlichen Rinderspitälern von Beit zu Beit geschenkweise überwiesen. Der Flor giert bann bie Kenfter ber Rrantenftuben. Man fann ba täglich beobachten, wie glücklich die Rleinen über die sinnreiche Gabe sind; die muden Röpfchen wenden fich den Blumen zu und die Augen der fleinen Batienten leuchten bell auf. Den Kranken und Genesenden ift ja im Winter die freie Aussicht oft erschwert durch das Gefrieren ber Fenfter. Much feben fie braugen meist nichts als die weiße Leichendecke und die falten, ftarren Giszapfen. Da bilden bann die einzige Unnehmlichfeit und Berftreuung für bas Auge, welches fich ftets zum Lichte, jum Fenfter hingezogen fühlt, frifche Blattpflangen und bunte Blumen auf dem Fenfterbrett; fie ftimmen beiter und haben einen ausgezeichneten Ginfluß auf ben Bemütszuftand.

Also gerade im Winter gewähren Blumen und Pflanzen Gesunden wie Rranten mannigfache hygienische Vorteile. Da wird Hygiene bes Körpers mit Diatetit ber Seele zur mahren Barmonie vereinigt. "Bon jeber ift baber", jagt Mar Besdörffer in feiner "Zimmergartnerei": "bie Blumenpflege eng verfnüpft mit bem deutschen Familienleben. In den Balaften ber Fürsten und an den Fenstern ber armlichsten Arbeiterwohnungen, überall finden wir Blumen, überall feffeln fie die Bewohner an bas Beim, bas fie behaglich geftalten, und überall werden sie zu einer Quelle reiner Freuden für die Befiter, benen fie geringe Mühe tausendfältig banken burch reiches Bachs. tum und üppiges Blüben. Wenn es mit ber

Blütenpracht des Sommers, mit dem Fruchtsegen des Herbstes vorüber ift, wenn die letten müden Blätter fallen, falter Regen und fpaterhin eisiger Frost uns mehr benn sonst an bas Saus feffeln, dann werden die Blumen im Zimmer auch jenen unentbehrlich, die während bes Sommers die freien Stunden in Feld und Wald oder im eigenen Garten verbringen fonnten. Wenn die weiße Decke das matt gewordene Grun der Wiese verhüllt, wenn sich die Zweige der Nadelbäume tief beugen unter ber Laft bes Schnees, ftarre Gisblumen bie Fenfter bedecken, fo bereitet es ein unbezahl= bares Bergnügen, brinnen im behaglich erwärmten Zimmer Blumen grunen und bluben gu feben, das gange Beim mit holdem Frühlinaszauber und angenehmem Duft erfüllend".

Die tröftlich rebet gum Gemüte Im Winter eine buftige Blüte. Eine Blum' am Fenfter mit buntem Schimmer Macht heller und freundlicher bas Bimmer.

(30h. Trojan.)

### Scharlad - Scharladifieber.

Dr. Imfeld.

(Fortsetzung und Schluß.)

Nachdem wir nun die Krantheit, ihre Symptome, ihren Verlauf, ihren Ausgang und ihre Romplifationen beschrieben haben, wollen wir uns ein wenig mit der Bilege und der Behandlung ber Scharlachfranten beschäftigen.

Borerst wollen wir aber in Kurzem von ben Schutmagregeln sprechen, welche mahrend einer herrschenden Epidemie überhaupt und auch während einer Scharlach-Epidemie vorzunehmen find. Bor allem ift es nötig bier zu betonen, daß es tein Arzneimittel gibt welches die magiiche Kraft besitt während einer Epidemie, oder auch in sonstigen Zeiten, gesunde Menschen