

**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:** 16.01.2026

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

# Sauter's Annalen

## für Gesundheitspflege

Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

herausgegeben

unter Mitwirkung von Ärzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 2.

20. Jahrgang der deutschen Ausgabe. Februar 1910.

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

### Gesundheitlicher Einfluß der Zimmerpflanzen im Winter.

Von 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 künstlerischer Anschauung gebracht ist. In der Tat können für sensible Personen sehr strenge und nervenerregende Gerüche, namentlich wenn sie die ganze Nacht hindurch im geschlossenen Schlafzimmer einwirken, gesundheitsschädlich sein. Es finden sich auch in der medizinischen Literatur davon einige Beispiele.

Bon stark duftenden Pflanzen wie Hyazinthen 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 gesundheitliebende Mensch im Zimmer die Fenster stets geöffnet hat, kommt es nicht so genau darauf

an; da findet fortwährend eine genügende Erneuerung 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 Kohlensäure aus. Und was nützen uns Blumen des Nachts, wo wir sie nicht sehen?

Da das Wasser, in welchem geschnittene Blumen stehen, leicht verdorbt, soll man es öfters erneuern. Alles Welke und Abgeblühte sieht nicht nur häßlich aus, sondern geht auch leicht in Verwesung über, muß daher täglich entfernt werden. Zimmerpflanzen 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 aufhält, nicht gerade in einen Wintergarten zu verwandeln, aber Fensterbrett und Blumentisch können mit Topfpflanzen reich besetzt sein.

Verhütet und vermeidet man die genannten etwa schädigenden Eigenschaften der Blumen

und Topfpflanzen, dann gereichen sie der Zimmerluft und den Insassen entschieden zum Vor teil. Zunächst erfrischen und durchduften sie die Luft in höchst wohltuender Weise. Das Muster gesunder Lungen Speise ist ja die frische reine Luft der freien Atmosphäre. Diese besteht in der Haupsache aus 21 Teilen Sauerstoff und 79 Teilen Stickstoff. Wie nun beim Getränk, so finden sich auch bei der Lungen Speise frische und schale Zustände, ohne daß die Hauptbestandteile selbst verschieden gemischt wären. Beim Wasser wird die Frische besonders durch den Luftgehalt bedingt, denn abgestandenes Wasser, aus welchem die Luft entwichen ist oder als Bläschen an den Glaswänden sich angesetzt hat, schmeckt, selbst wenn es kalt ist, stets schal. In der Atemluft übt eine vorzüglich erfrischende Wirkung die von der grünenden Vegetation durchduftete Form aus, welche der freien Natur entquillt. Das hat jeder schon bei Spaziergängen durch Wald und Wiese empfunden. Hierzu kommt noch als besondere „Blume“, wie es in der Trinkersprache heißt, der „Balsamduft“, welchen Blüten und manche Bäume spenden. Pflegt man doch den harzigen Nadel duft als heilkräftig zu bezeichnen. Der balsamische Duft der Wälder reizt den Appetit zum Atmen, zum recht tiefen Vollatmen. Wir fühlen unsere Nüstern sich weiten, unsere Lungen sich beschwingen, unsere „Lebensgeister“, nämlich Blut und Nerven, sich neu beleben. Ein guter Teil von diesem erfrischenden und belebenden Beigeschmack der Luft bringen wir nun mit den grünenden und blühenden Pflanzen auch in unser winterlich abgeschlossenes Gemach. Sie spenden uns etwas von der gesunden sommerlichen Vegetationsluft draußen, wo jetzt alles tot in Eis und Schnee vergraben liegt. Den balsamischen Waldesduft können wir auch noch hervorzaubern durch Aufstellen von Tannenzweigen. Man spürt davon etwas beim

Betreten des Zimmers mit dem Weihnachtsbaum.

Besonders unangenehm und nachteilig wirkt die Zimmerluft im Winter durch ihren Mangel an Feuchtigkeit. Sie ist meist schuld an dem Auftreten der Lippen. Auch die noch viel zartere Schleimhaut der Lungenästchen (Bronchien) leidet bei der ständigen Einatmung trockener Luft; es entsteht der „trockene Winter husten“. Daher muß man für die nötige Feuchterhaltung der Luft sorgen. Dies geschieht nun in einfacher und vorzüglicher Weise durch schnellwachsende Schlinggewächse, z. B. Tradescantien und durch Blattpflanzen, die man öfters besprißt. Bei dem im warmen Zimmer täglich nötigen Begießen und Besprühen ersieht man am besten, welche große Menge Wasser diese verbrauchen und ausatmen.

Zu allen diesen gesundheitlichen Vorteilen für den Körper kommt noch als sehr wesentlicher Umstand der ästhetische Genuss, die gemütliche Anregung, welche Zimmerpflanzen gewähren. Das Verfolgen des Wachstums, der Entwicklung von Knospen und Blüten, bildet eine edle Erholung. Vom Blumenständer und Fensterbrett mit wohl gepflegten Pflanzen lacht überall echt bürgerliche Gemütlichkeit heraus. Daher auch der günstige Einfluß auf die Stimmung der Kranken und Genesenden. Professor Dr. Martin Mendelsohn sagt in seiner Abhandlung „Der Komfort des Kranken“: „Vergesst die Blumen nicht! Blumen gehören gerade ebenso gut zur Behandlung des Kranken wie Arznei. Blumen dürfen in keinem Krankenzimmer fehlen. Will man vorsichtig sein, so kann man sie des Nachts aus dem Zimmer bringen; auch braucht man nicht gerade die am stärksten duftenden zu wählen. Ich würde es mir nie nehmen lassen, einem Kranken einen Strauß Rosen oder Veilchen als erstes Geschenk zu bringen. Ständigen Auf-

enthalt müssen in jedem Krankenzimmer die grünen Blatt- und Schlingpflanzen mit ihren großen Blättern haben; sie reinigen die Luft viel mehr als man glaubt.“ In Wien werden seit längeren Jahren auf Anregung des ersten Oberhofmeisters, Prinzen zu Hohenlohe, blühende Topfpflanzen aus den kaiserlichen Gärten den öffentlichen Kinderspitalern von Zeit zu Zeit geschenkweise überwiesen. Der Flor zierte dann die Fenster der Krankenstuben. Man kann da täglich beobachten, wie glücklich die Kleinen über die sinnreiche Gabe sind; die müden Köpfchen wenden sich den Blumen zu und die Augen der kleinen Patienten leuchten hell auf. Den Kranken und Genesenden ist ja im Winter die freie Aussicht oft erschwert durch das Gefrieren der Fenster. Auch sehen sie draußen meist nichts als die weiße Leichendecke und die kalten, starren Eiszapfen. Da bilden dann die einzige Annehmlichkeit und Berstreuung für das Auge, welches sich stets zum Lichte, zum Fenster hingezogen fühlt, frische Blattpflanzen und bunte Blumen auf dem Fensterbrett; sie stimmen heiter und haben einen ausgezeichneten Einfluß auf den Gemütszustand.

Also gerade im Winter gewähren Blumen und Pflanzen Gesunden wie Kranken mannigfache hygienische Vorteile. Da wird Hygiene des Körpers mit Diätetik der Seele zur wahren Harmonie vereinigt. „Von jeher ist daher“, sagt Max Hessdörffer in seiner „Zimmergärtnerei“: „die Blumenpflege eng verknüpft mit dem deutschen Familienleben. In den Palästen der Fürsten und an den Fenstern der ärmlichsten Arbeiterwohnungen, überall finden wir Blumen, überall fesseln sie die Bewohner an das Heim, das sie behaglich gestalten, und überall werden sie zu einer Quelle reiner Freuden für die Besitzer, denen sie geringe Mühe tausendfältig danken durch reiches Wachstum und üppiges Blühen. Wenn es mit der

Blütenpracht des Sommers, mit dem Fruchtgegen des Herbstes vorüber ist, wenn die letzten müden Blätter fallen, kalter Regen und späterhin eisiger Frost uns mehr denn sonst an das Haus fesseln, dann werden die Blumen im Zimmer auch jenen unentbehrlich, die während des Sommers die freien Stunden in Feld und Wald oder im eigenen Garten verbringen konnten. Wenn die weiße Decke das matt gewordene Grün der Wiese verhüllt, wenn sich die Zweige der Nadelbäume tief beugen unter der Last des Schnees, starre Eisblumen die Fenster bedecken, so bereitet es ein unbezahlbares Vergnügen, drinnen im behaglich erwärmten Zimmer Blumen grünen und blühen zu sehen, das ganze Heim mit holdem Frühlingszauber und angenehmem Duft erfüllend“.

Wie fröhlich redet zum Gemüte  
Im Winter eine duftige Blüte.  
Eine Blum' am Fenster mit buntem Schimmer  
Macht heller und freundlicher das Zimmer.

(Joh. Trojan.)

## Scharlach — Scharlachsieber,

Dr. Umfeld.

(Fortsetzung und Schluß.)

Nachdem wir nun die Krankheit, ihre Symptome, ihren Verlauf, ihren Ausgang und ihre Komplikationen beschrieben haben, wollen wir uns ein wenig mit der Pflege und der Behandlung der Scharlachkranken beschäftigen.

Vorerst wollen wir aber in Kurzem von den Schutzmaßregeln sprechen, welche während einer herrschenden Epidemie überhaupt und auch während einer Scharlach-Epidemie vorzunehmen sind. Vor allem ist es nötig hier zu betonen, daß es kein Arzneimittel gibt welches die magische Kraft besitzt während einer Epidemie, oder auch in sonstigen Zeiten, gesunde Menschen