

**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 23 (1913)

**Heft:** 3

**Artikel:** Unser allgemeines Befinden auf einer Luftfahrt

**Autor:** Endriss, K.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1037883>

#### 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:** 13.02.2026

**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 Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 3.

23. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

März 1913.

Inhalt: Unser allgemeines Befinden auf einer Luftfahrt. — Kürzt den Kindern die Schlafenszeit nicht. — Eine Vorfrühjahrskrankheit. — Aus welchem Grunde soll man die Tierquälerei verdammen? — Ueber das Sterben. — Schutzpockenimpfung und Erblichkeit der Tuberkulose. — Korrespondenzen und Heilungen: Fallucht; Nierenentzündung; Gallensteinleiden; nervöses Herzleiden; Gebärmutterblutungen.

### Unser allgemeines Befinden auf einer Luftfahrt.<sup>1)</sup>

Von Prof. Dr. A. Endriß.

Der Ausblick auf einer Bergesspitze hat gewiß einen besonderen Reiz; er läßt unser gesamtes seelisches Empfinden höher schwellen und erhebt uns über das Alltagsleben. Unvergleichlich erhabener und freier aber ist das Gefühl, das uns im Luftfahrzeug beim Fluge durch das Allmeer der Lüfte beherrscht. Auf der Bergeshöhe, da bedräüt uns noch die Schwerkraft der Erde. Sie läßt unseren Fuß straucheln und versetzt uns in jenes eigentümliche Gefühl gestörten Gleichgewichts, das wir Höhenschwindel nennen. Anders im Luftschiff. Nicht die Spur einer Anwandlung von Schwindel oder ähnlichen Angsten beschleicht uns hier. Wie das schwebende Fahrzeug selbst, dem wir uns anvertraut haben, trocken wir siegesgewaltig der irdischen Schwere. Unser Schiff ist eine Welt

für sich, eine Welt, die den Lüften angehört und diese Welt hat es uns angetan, daß wir uns in ihr heimisch fühlen, so heimisch, wie zu Hause in der Stube. Mancher, der ein Luftfahrzeug erstmals besteigen soll, mag sich einer gewissen ängstlichen Sorge nicht erwehren können, aber beim ersten Aufstieg schon schwindet seine Angst und an ihre Stelle tritt frischer Wagemut. — Es bleibt mir eine unvergessliche Erinnerung, als ich zum ersten Male — es war über dem Frankfurter Flugplatz an Bord der Victoria Luise bei einer Fahrt nach Düsseldorf im Mai 1912 — mich tüchtig aus dem Luftschiff herausbeugte und allseitig herum- und hinabschaute, um meine Gefühle zu prüfen, wobei ich wenigstens ein bisschen Schwindelerregung oder irgend ein anderes kleines Unbehagen erwartet hatte, und zu meinem Erstaunen wahrnehmen mußte, daß ich förmlich gesetz war gegen alle derartige Zustände. Nicht mit Grauen, nein, mit aller Lust schaut man vom Flugschiff hinab auf das Land und mag es noch so tief da unten liegen. Und auch dann, wenn die Achse des Schiffes sich schief stellt, wenn seine Bodenfläche steigt oder fällt, bleibt man ganz unbehelligt von allen unangenehmen Empfindungen, ja man wiegt sich

<sup>1)</sup> Mit Genehmigung des Verlags Gustav Ehb, Stuttgart, wurde der Aufsatz als Probe den im Laufe des Frühjahrs erscheinenden offiziellen Luftschiffführern für die Stationen der deutschen Luftschiffahrtsgesellschaft entnommen. (Abdruck nur mit Veröffentlichung vorstehender Angabe gestattet.)

förmlich in Sicherheit und ich habe den Eindruck, daß erst im Augenblick wirklicher Gefahr diese Verhältnisse sich ändern könnten. — Ob dies aber auch wirklich der Fall ist?

Dieses merkwürdige Sicherheitsgefühl, ja dieses Gefühl ruhiger Lust, das jeden Luftfahrer mehr oder weniger ergreift, ist aber, wenn wir uns die obwaltenden Verhältnisse klar machen, gar wohl zu verstehen. Die Fahrt im Reich der Lüfte bringt uns die wichtigste, die allgemeinste Nahrung für unseren Körper, die frische Luft. Welch köstliche Brise weht uns da oben entgegen! Da verlangen unsere Lungen wirklich durstig nach ihrem Lebenselement. Stellt doch unser Blut ein Heer von Lebewesen dar, und wie jedes Tierchen die bessere Nahrung trefflicher herausfindet, so lechzen auch unsere Blutkörperchen mit aller Gier nach der reinen Lust, und die verdünnte Höhenluft belebt den ganzen Körper zusehends. Man spürt, wie das Blut regsamer in den Adern fließt, wie die Haut kräftiger mitatmet und wie der gesamte Körper lebensvoller wird, bei aller Seelenruhe, die sich seiner mehr und mehr bemächtigt. Wohl werden zuweilen auf der Luftfahrt, wie mir von erfahrenen Fliegern mitgeteilt wurde, auch unangenehme Düfte, z. B. über chemischen Werken, noch in Höhen von einigen 100 m wahrgenommen, aber dies sind Ausnahmefälle und im allgemeinen ist die Luft der freien Höhe von großer Reinheit.

Die Versorgung mit reinster Luft kommt in allererster Linie unseren Nerven zugut. Sie zu speisen und zu erhalten ist unseres Blutes Hauptaufgabe, beide sind einer Güte oder einer Ungüte, und je besser unser Nervensystem ernährt ist, desto seelisch ruhiger, kühler, aber auch ziel- und taten sicherer arbeitet der große Mechanismus unserer Sinne. — Im Luftschiff, erhoben in die reinen, von Staub und jedem Dunst der freien Lüfte, sind wir nerven-

stärker. Was befähigt denn die Gemse, schwindelfrei von Felsenzacke zu Felsenzacke mit aller Sicherheit zu springen? Doch ganz offenbar ihre Nervenstärke, die sie, ein Kind der Hochgebirgsluft, durch diese empfing. Wohl könnte man einwenden, so rasch im Flugschiff nervenstärker zu werden, sei aber ein anderes Ding. Und doch ist dem wirklich so. — Einen höchst merkwürdigen Fall, der in schönster Weise bestätigt, wie die Luftfahrt günstig einzuwirken vermag, erzählte mir jüngst ein Luftfahrgenosse. Als ich mit ihm über den guten Einfluß einer Luftreise auf das persönliche Wohlbefinden sprach, bemerkte er, daß er dafür ein vorzügliches Beispiel anführen könne. Er sei neulich infolge Genusses eines nicht gut bekommlichen Weins am Abend zuvor am frühen Morgen mit starkem Kopfweh erwacht und dann mit diesem behaftet zu einer Luftfahrt aufgestiegen — sofort habe dieses Kopfweh nachgelassen und sei bald ganz verschwunden gewesen —, als er jedoch nach ein paar Stunden wieder zur Landung gekommen, hätten sich alsbald aufs Neue die Kopfschmerzen eingestellt, wenn auch lange nicht so stark wie zuvor.

(Prof. Dr. G. Jägers Monatsblatt für Lebenskunde und Gesundheitspflege.)

(Schluß folgt.)

## Kürzt den Kindern die Schlafenszeit nicht.



In unserer mit allerlei Kinderkrankheiten überreich bedachten Zeit sucht man nach mancherlei Mitteln, um die entstandenen Nebel zu heilen und vergißt dabei nur allzu oft die Mittel, den Erkrankungen — vorzubeu gen. Eine vernünftige Körperspflege legt vielmehr Gewicht