Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 30 (1920)

Heft: 7

Artikel: Stadtluft und Stubenluft als Lebensgifte

Autor: Bohn, Wolfgang

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037827

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: 21.11.2025

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

Stadtluft und Stubenluft als Lebensgifte.

Bon Dr. med. Wolfgang Bohn.

Der zur Erhaltung des Lebens notwendigste Stoff ist die Luft. Ein Mensch kann mehrere Wochen hungern, kann mehrere Tage dursten; aber wenige Minuten der Luftabschließung genügen, um ihn in Lebensgefahr zu bringen. Die höchste Zeit, welche ein Mensch den Atem anhalten konnte, betrug 8 Minuten; doch war in diesem Falle vorher durch Einatmen reinen Sauerstoffes eine Anreicherung des Blutes an überschüssigem Sauerstoff erzielt worden, welche den Bedarf an Atmungsluft für einige Minuten im voraus gedeckt hatte.

Aus der Erkenntnis der Wichtigkeit der "Luftnahrung" würde vernünftigerweise gefolgert werden müssen, daß die ganze Menschheit der Beschaffung reiner und guter Luft ihr Interesse zuwendeen müsse. Leider stimmt das nicht: die "Menschheit" wendet ihr größeres Interesse der Beschaffung krankmachender Nahrung und Getränke zu und kümmert sich um die Luftsragen wenig.

Die Luft, in der wir leben, ist aber ebenso allen möglichen Verschlechterungen ausgesetzt wie unsere Lebensmittel und kann so beschaffen sein, daß sie uns mehr oder weniger schadet und das Leben zerstört. Sie kann die verschiedensten Giftsstoffe enthalten, organische und unorganische, mineralische, mineralische und Bakteriengiste, Staub, Ruß, Dampf und giftige.

Ganz besonders sind es nun zwei Arten der Luft, die allmählich durch ihren Einfluß auf die Lungentätigkeit und Blutbildung zur Verderbnis der Gesamtkonstitution beitragen und schnellen Versall, frühes Altern, vorzeitigen Tod herbeisführen: Stadtluft und Stubenluft; Stubenluft aber ist die ärgere.

Man braucht nicht einmal diejenigen Bobnungen in Betracht zu ziehen, welche von vornherein an Raum und Reinlichkeit viel zu münichen übrig laffen: man beobachte einfach Menichen, die in bestgebautesten, reinlichen und aut gelüfteten Wohnungen ein Stubenleben führen. Trot guter Ernährung und Wohlleben find es bleiche, schwächliche Geftalten, die uns entgegentreten, die in ewiger Angst vor Rheumatismus und Lungenkrantheiten jedem Luftzug, ja felbit im blendenbften Sonnenscheine, aus bem Wege geben, und doch richtet fein Bug, feine Erfältung sie zugrunde, sondern die zugwind= und licht= freie "Schachtelluft", die ihr Lebenselement ift. Sie verfallen ber Blutarmut und Schwindsucht, nnb ber Mangel an Nerventraft läßt feinen ihrer ichonen Blane reifen, feine frohe Tat aus ben beften Gedanken entfteben.

Das Leben ist, vom Standpunkt der Atmungsorgane betrachtet, ein Verbrennungsprozeß. Unsere Lungen nehmen Sauerstoff auf, geben ihn an das Blut ab, wo er, in den ganzen Körper verteilt, die durch die Ernährung zugeführten und verschlackten Stoffe, welche zum Teil Gifte darstellen, verbrennt und das Verbrennungsprodukt, die Kohlensäure, bildet.

Diese gelangt mit dem Blute wieder nach der Lunge zurück, wird ausgeschieden und geht in die Luft über. Hier sorgt der Wind und die grünen Pflanzen, welche sich von der Kohlensäure ernähren, dafür, daß sich jede Menge davon sofort verteilt und nirgends eine Unhäufung stattsinden kann.

So kommt es, daß der Gehalt der Luft an Sauerstoff, der 20,7 Prozent beträgt, annähernd stets derselbe bleibt. Selbst in den schwärzesten Industriezentren ist der Gehalt nicht geringer als in Berg und Wald. Anders ist es schon in Wohnungen und in geschlossenen Arbeitseräumen; hier sind ganz erhebliche Schwankungen möglich.

Eine chemische Abart bes Sauerstoffes ift bas Dion. Frgend eine Bedeutung als Atmungsftoff hat es nicht. Reines Dzon erzeugt fogar Bergiftungserscheinungen, sowie Schläfrigkeit und Mustelzudungen. Aber es ift ein gang ausgezeichneter Gradmeffer für gemiffe Berunreinis gungen in ber Luft. Der Gehalt an vorhandenem Dzon zeigt die Abwesenheit von organischem Staub und übelriechenden Fäulnissubstanzen an. In ben meiften großen Stäbten ift meber in ber Straffen- noch in ber Zimmerluft eine Spur von Dion vorhanden. Regelmäßig finden wir bas Dzon erft in einiger Entfernung von ben Fabritzentren und besonders im Balbe. Diese reine Luft wird von der Lunge gern aufgenom= men, die Atmung wird fraftig und tief, bas gange forperliche und feelische Leben von einem Befühl der Luft und Rraft erfüllt.

Anders wird die Atmung in verdorbener Luft. Der Geruchsinn, der unendlich feiner ist als jedes chemische Untersuchungsmittel, warnt vor der Einmatung schlechter Luft. Uebelriechende Luft erweckt Efel und Widerwillen, bei längerem Aufenthalt Uebelfeit und Appetitlosigseit. Die Atmung wird so oberstächlich wie möglich geshalten, in entlegenen Lungenteilen hört der Luftsaustausch fast auf, es bilden sich Beränderungen an den Blutgefäßen, die bald zur Tuberfelsbidung sühren. Die Berderbnis des ungenügend ernährten Blutes ist da, das Siechtum beginnt.

In dem Gehalt an Kohlensäure haben wir einen zweiten Maßstab für die Verunreinigung der Luft. Normal beträgt er 0,03 Prozent, ist also recht flein. In den Städten, Industriesgegenden, Moorgegenden kann er in freier Luft bis 0,05 Prozent steigen, ist aber schon in dieser Größe als gesundheitsschädigend anzusprechen. Wohnungsluft mit 0,1 bis 0,5 Prozent erzeugt bereits vielsach Kopfschmerz, Schwindel, Uebelkeit. Bei dauerndem Aufenthalt in so vers dorbener Luft beginnen sich alle Zeichen der

Blutentmischung: Müdigkeit, blasse Gesichtsfarbe, tiefe Gesichtsfurchen, Ergrauen und Ausfallen der Haare, kurzum verfrühte Alterserscheinungen einzustellen.

Dieser vermehrte Kohlensäuregehalt an sich würde vielleicht noch erträglich sein, wären nicht in seiner Begleitung allerlei andere Giftstoffe in der Luft regelmäßig vorhanden. Salpetrige Säure, Kohlenwasserstoff, Kohlenornd, Wasserbampf, der die Hauttätigkeit erschwert, und oft einfach eine start erhöhte Temperatur als Probutte der Ausdünstung von Menschen, Masschinen, Gasslammen, flüchtige Fettsäuren aus dem Schweiße der Haut vervollständigen die appetitliche Luftspeisekarte. Gewürzt ist die Luft mit allerlei Staub verschiedenster Herkunft.

Wie schnell die Luft von einer Menschenmenge aufgebraucht wird, dafür einige Tatsachen:

Um 2. Dezember 1848 ereignete sich an Bord des englischen Schiffes "Londonderry" folgende traurige Katastrophe. Wegen des stürmischen Wetters jagte der Kapitän 200 Passagiere in die Kajüten, ließ alle Luken schließen und die Türen mit einem wasserdichten Plan sperren. Nach wenigen Stunden, wo es endlich einem der Reisenden mit Gewalt gelang, einen Ausweg zu erzwingen, waren bereits 72 erstickt.

Bettenkofer untersuchte die Luft in dem prächtigen Hörsaale Liebigs an der Münchner Universität vor und nach einer Vorlesung und fand, daß am Schlusse der gut besuchten Vorlesung selbst in diesem nach allen Regeln der Hygiene erbauten prächtigen Saale der Kohlensäuregehalt auf das Siebenfache gestiegen war. Wie es da in den meisten Wohnungen, Konzertsälen, Kneipen und "Viertunnels" aussieht, kann man sich denken. Und doch spielt sich das Leben für den Großstädter heute gerade in diesen Gisthöhlen der "Kunst" und des Alkoholismus ab. Im Dubliner Gebärhause siel nach Einführung einer neuen ausreichenden Ventilation die Sterblichkeit von

2944 auf 279 von 7658 Kindern. Also waren jährlich mehr benn 2500 Rinder ein Opfer ber ichlechten Luft geworden. Es ift erwiesen, bag bei Unhäufung der Rohlenfäure im Blute bie Blutförperchen fleiner werden, ihre brehrunde Form verlieren, jadig merben und verfrüppeln. Unter dem Ginfluß der verbrauchten ("Erfticungs"=) Luft in Bauslichfeit, Wertftatt, Er= holungslokal beginnt nun eine folche Bertrodnung und Berfrüppelung fich bem ganzen Menichen mitzuteilen, er wird zum Mörgler und Philister, zum Supochonder und Hämorrhoibarier.

Die Lebensdauer fintt gang beträchtlich unter bem Ginfluß der Großstadt-, Rontor- und Industrieluft. Während auf bem Lande jährlich von 50 Menichen einer ftirbt, tomint in ben Stäbten auf 30, in manchen Fabriforten auf 20 ein Todesfall.

Unter 10.000 lebenden Wingern und Landwirten im Alter von 50 bis 60 Jahren fterben in der Schweiz jährlich 220, davon 30 an Tuberfuloje. In England sterben von 10.000 felbständigen Farmern im Alter von 65 bis 70 Jahren jährlich 878, von ebensoviel Bergwertarbeitern im selben Alter 1505. Die Erstickungsfrankheit, wenn ich sie so nennen barf, äußert sich in erster Linie als Tuberkulose. Die Ginatmung von Tuberfelbazillen ift für den gefunden Menschen ebenso unschädlich wie ber Genuß tuberfelbazillenhaltiger Milch. Erft burch die bereits vorhandene ober durch Blutentmischung bedingte allgemeine Körperbeschaffenheit (Konftitution) ist die Möglichkeit zur Entwicklung der Schwindsucht gegeben. Gine angeborene schlechte Ronftitution fann aber durch ein gesundheitsgemäßes Leben getilgt werden; ein unnatürliches Leben jedoch fann zur Entstehung von Schwindfucht führen.

Wir fonnen bis zu einem gewiffen Grabe

Lufthygiene ansehen. Das erklärt die Berbreitung ber Schwindsucht in Gefängniffen und Buchthäufern. Gelbst in den schlimmsten Industriegegenden Englands mar die Schwindsuchtsfterblichfeit noch siebenmal geringer als in den Lonboner Gefängniffen. Als die Engländer Reufeeland lultivierten, bauten fie ben Gingeborenen Dörfer und ließen fie Rleidung anlegen. Darauf breitete sich die Schwindsucht berart aus, daß nichts übrig blieb, als bas Bolf wieder in feine Belte und Balber zurückzusenden und ihm die Rleidungsreform zu erlaffen. (Aneipp=Blätter.)



Die Suppe.

Bon Dr. med. Balfer.

Die Sauptmahlzeit beginnen wir gewöhnlich mit der Suppe, um ben Magen gur Berbauung ber folgenden Speisen tauglich zu machen; aber auch, um die Rahrfalze berfelben in die Gafte überzuführen und gewisse Organe, wie das Berg, das Nervensustem usw. anzuregen. Dies ift beim Gebrauch der Suppe in der Tat ein großer Geminn für die regelmäßige Ernährung. Leiber herrscht aber auch in gewissen Rreisen das Borurteil, die Suppe muffe unter allen Umständen gesund sein, und barum wird so von Unfundigen, beren Grundfat lautet: "Se mehr, befto beffer", auch meift zu viel Suppe gegeffen, ber Magen über Gebühr ausgedehnt, deffen Musteln erschlafft und unwirtsam, wie man foldes bei Landleuten, welche die Suppe überichäten, häufig findet.

Die Suppe fann im Einflang mit obigen Andeutungen in geringer Menge fräftigen, in starter jedoch auch schaben. Bei Leistungsunfähig-Die Schwindsucht als einen Gradmeffer ber feit mit Ausbehnung ober Erweiterung bes