

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

**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 32 (1922)

**Heft:** 7

**Artikel:** Kühlhalten der Wohnungen

**Autor:** Thraenhart

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1037718>

### **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>**

in geringer Menge wirksam sind und die vorhanden sein müssen, um bestimmte Zellfunktionen durchführen zu können.

(Kneipp-Blätter.)

## Kühlhalten der Wohnungen.

Von Dr. Thraenhart in Freiburg i. Br.

Fernhaltung der übermäßigen Sommerhitze aus den Wohnhäusern ist für Gesundheit und Bequemlichkeit von Bedeutung. Große Hitze bewirkt ein Heer unangenehmer Erscheinungen, wie Unlust zur Arbeit, Kopfweh, Schlaflosigkeit und auch Verderben der Nahrungsmittel.

Schon die Hausdächer können einen bedeutenden Teil der anprallenden Sonnenglut abhalten und dadurch namentlich in den oberen Stockwerken die Temperatur erträglicher gestalten. Messungen haben ergeben, daß Dachpappe und Zinkblech mehr Wärme durchlassen als ein Schieferdach; letzteres aber immer noch mehr als ein Ziegeldach.

Außerordentlich verstärkt wird die schützende Wirkung des Daches, wenn unter dem Deckmaterial eine Isolierschicht in Gestalt einer gewöhnlichen Holzverschalung angebracht ist; die dort zirkulierende Luftschicht hält viel Hitze ab.

Auch die Farbe des Daches ist von Bedeutung. Ganz ungünstig ist ein schwarzer Anstrich, da er, wie schwarze Kleidung, viel Wärme aufnimmt. Sehr empfehlenswert ist dagegen das Anfärben der Pappdächer, da ein weißer Anstrich eine erhebliche Herabminderung der Erhitzung zur Folge hat.

Große Wärmespeicher stellen auch die Wände der Häuser dar, welche direkt von den Sonnenstrahlen durchglüht werden. Natürlich wird diese Hitze nach innen in die Zimmer fortge-

leitet. Das beste Schutzmittel bildet da eine Verankung, zum Beispiel mit Wein oder Efeu. Auch könnte es manchem Gebäude nichts schaden, wenn sein „Baustil“ durch freundliches Efeu- oder Weingeranze dem Auge entzogen würde.

Eines der wesentlichsten Mittel zur Kühlhaltung unserer Wohnungen besitzen wir in den Fenstern. Sind diese geschlossen, aber innen und außen gegen die anprallenden Sonnenstrahlen ungeschützt, so dringt eine erhebliche Menge Wärme ins Zimmer. Herabgesetzt wird diese durch einen innern einfachen Leinenvorhang, der viel besser schützt als die großmaschigen „Stores“. Bei den sonst üblichen Fenstervorhängen sind Farbe und Dicke des Stoffes von ausschlaggebender Bedeutung. Dunklere Stoffe sind zweckmäßigerweise an der Fensterseite mit einem hellen Überzug zu versehen. Überhaupt eignen sich helle Stoffe, vielleicht in doppelter Schicht, am besten zur Fensterverkleidung. Weit übertrroffen aber in ihrer Wirkung werden die inneren Schutzvorrichtungen der Fenster durch die Fensterläden, Rölläden, Jalousien.

Das beste Abkühlungsmittel der Wohnungen besteht darin, nachts alle Fenster und Zimmertüren zu öffnen, damit die frische Nachtluft in allen Zimmern die ganze Nacht hindurch Luft, Wände, Möbel, alle Ecken und Winkel ordentlich durchkühlt.

## Der Wert der Augendiagnose.

Von Heilpraktiker Jos. Straß.

Jeder in der Heilkunst Erfahrene weiß, daß das Heilen der Krankheiten leicht ist, sofern man über die Krankheit selbst, sowie über deren Entstehung sich klar ist. Die besten Mittel helfen