Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 29 (1925-1926)

Heft: 9

Artikel: Die Hygiene der Wohnung

Autor: W.S.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-668623

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: 18.10.2025

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

es wirklich. Aber wir waren schon nahe genug und besorgten nichts mehr. Durch die allgemeine dicke, weißgraue Luft sahen wir mein Haus, und ein gerader bläulicher Rauch stieg aus demselben empor, wahrscheinlich von dem Feuer kommend, an dem Maria, die Haushälterin, unser Mahl in Bereitschaft richtete. Wir legten hier wieder die Steigeisen an und gingen langsam hinunter, bis wir auf ebenem Boden waren, wo wir sie wieder wegtaten.

Das Lämpchen.

Mir fräumte, daß ich höhwärts reiste, Dem Tor der Seligkeiten nah. Da spürt' ich, wie von Gottes Geiste Ein kühler Zweisel mir geschah.

Und als gebeugt, mit müdem Klopfen, Ich frierend an der Pforte stand, Kam zart wie silberseines Tropsen Dein selig Stimmlein durch die Wand: "Berzeih sein frübes Licht. Er büßte — Sieh, Herr! nun glüht es wieder hell". Das Tor sprang auf und golden grüßte Mich Gottes ewiger Gütequell.

Du strahltest: "Komm!" und trugst — im Segen D, tief als wie im Leid bewährt — Mein Seelenlichtlein mir entgegen, Das deiner Liebe Hauch geklärf.

Seinrich Fischer.

Die Hngiene der Wohnung.

Von Dr. med. W. S.

Es ift ein großer und praktisch entscheidenber Unterschied, ob man gesundheitliche Fürsorge bei der Anlage eines neu zu erbauenden Hauses berücksichtigt, oder ob man sich mit der vorgefundenen, oftmals der Neuzeit nicht in allen Punkten entsprechenden Anordnung in einem alten, winkeligen Hause behelfen muß. Wird an die Errichtung eines neuen Hauses gegangen, so kann bei richtiger und rechtzeitiger überlegung und Beratung auch unter verhältnismäßig einsachen, räumlich beengten und beschränkten Verhältnissen den gesundheitlichen Ansorderungen in genügendem Maße Rechnung getragen werden.

Bei den alten, gar nicht selten recht unzwecksmäßig gestalteten, aber heute mehr als je wertsvollen Wohnungen ist Behelsen nötig. Besonsders da, wo auf engem Platz, vielleicht nur in wenigen Zimmern, relativ viele Menschen zussammenwohnen müssen, sind oft die tatsächlich vorhandenen Schwierigkeiten zu groß, als daß den gesundheitlichen Notwendigkeiten immer die gebührende Berücksichtigung verschafft wersden könnte.

Gerade aber in solchen Häusern und Wohnungen, wo durch beengten Raum oder durch ungeschickte Sinteilung die gesundheitliche Fürsorge äußere Hemmnisse sindet, da wird die innere Hygiene von wesentlicher Bedeutung. Hier kann außerordentlich vieles geschehen, was äußere Schädlichkeiten wieder ausgleicht, ihren ungünstigen Einfluß verschwinden läßt. Der Arzt wird sich hier immer nur mit der Kolle des Beraters begnügen müssen, der eigentliche Helser — ist die Hausfrau. Auch unter schwierigen Verhält= nissen wird die eine Wohnung ein gesunderes Gepräge tragen als die andere, je nach der Hand, die sie sorgend instandhält. Überlegung und Fleiß helsen da der Gesundheit der gan= zen Familie oft mehr als teure Medikamente.

Im Innern der Wohnung müssen zwei Grundpfeiler anzutreffen sein, die einfach und selbstverständlich klingen, aber schwer überall durchführbar find: Ordnung und Rein= lichkeit. Wie Ordnung die beste Gesund= heitshilfe ist, im Alltagsleben, im Berufsleben, in der Ernährung, so ist sie es auch im inneren Gefüge der Wohnung. Jedes Ding an den Platz zu tun, an den es gehört, erfordert eine rasch poriibergehende Arbeit, die sich in Erspa= rung von Energien reichlich belohnt macht. Auf abgespannte, ermüdete Nerven übt nichts einen wohltuenderen, beruhigenderen Einfluß aus als Ordnung im Haus, im Zimmer, im Rüchen= schrank, am Schreibtisch. Auch die schwer zu behandelnde Wohnküche ist dann eine dauernd wohnliche Stätte. Eine gewisse Pedanterie schadet dabei nichts, wenn auch ein übermaß von Ordnungssucht, wie jedes übermaß, nur neue Reizung eigener und fremder Nerven her= vorruft. Arbeitskraft und Nerven der Hausfrau erfahren außerordentliche Schonung, wenn sie die im einzelnen geringe Mühe nicht gescheut hat, alles dorthin zu tun, wo es hingehört, und wenn sie ihre Wohnungsgefährten zu gleicher Art erzogen hat. Denn für's erste spart sie sich Mühe und Ärger des Suchens, zum zweiten entlastet sie ihr Gedächtnis, das nicht für jeden Gegenstand einen neuen Platz behalten muß, zum dritten übt die schon im Unterbewußtsein vorhandene Gewißheit der Ordnung auf ihre Nerven und ihre ganze Gemütsstimmung beruhigenden Ginfluß aus.

Hand in Hand damit geht die Bedeutung der Reinlichkeit für die häusliche Ge= sundheit. Die Entfernung von Schmutz aller Art, das Reinigen des Bodens, die Beseitigung des Staubes, das sind alles keine Arbeiten, die nur zur Verschönerung des Zimmers die= nen, — obwohl auch das hübsche Aussehen der täglichen Umgebung in bedeutendem Maße zur Gefund= und Frischerhaltung des inneren Men= schen beiträgt. Aber mit der Entfernung der Unreinlichkeit werden gleichzeitig Krankheits= erreger aller Art beseitigt, die namentlich dort gedeihen, wo bei Mangel an Licht Schmutz und Abfälle ihnen reichlich Nahrung gewähren. Aus dem gleichen Grund ist die rasche Entfer= nung von Spül- und Putwasser, die Beseiti= gung von Abfällen, so wichtig. Die Reinigung der Treppe ist keine leere Erfindung schönheits= durstiger Sauberkeitsnörgler, sondern von Bedeutung für das ganze Haus: auf der Treppe vereinigen sich durch die Ablagerung des Stragenschmutes, durch Reinigung der Schuhe und Kleider die Keime übertragbarer Krankheiten aus allen Stockwerken. Von der nicht gerei= nigten Treppe aus wird die Unreinlichkeit in alle Wohnungen getragen.

In der Keinigung der Wohnung wurde früher oft zuviel getan. Es ist eine unnötige Belastung, alle Woche sämtliche Fenster zu puten, so wichtig diese Keinigung von Zeit zu Zeit ist, um dem Licht ungehinderten Zutritt zu gewähren.

Bur Reinlichkeit gehört rechtzeitige und außzgiebige Lüft ung der Zimmer. Die kohlensfäurereiche, verbrauchte Luft muß durch frische, sauerstoffreichere ersett werden. Im Sommer wird man danach streben, die Fenster mögslichst viel offen zu halten. Im Winter genügt kurzeß, umfassendes Öffnen sämtlicher Fenster, um einen richtigen Luftwechsel herbeizuführen; dabei strömt frische kalte Luft in daß bewohnte Zimmer, aber seine Wände werden in der kurzen Zeit noch nicht abgefühlt, und es geht nur

wenig Wärme verloren. Darum ist kurzes, ausgiebiges Lüften besser als langes Offenhalten eines kleinen Spaltes. Das Schlafzimmer soll nicht geheizt sein; für nächtliche Öffnung der Fenster, die in der wärmeren Jahreszeit selbstwerständlich sein sollte, ist im Winter eine gewisse Gewöhnung Voraussetzung, um Schädigungen zu vermeiden. Der hauptsächliche Wohnraum darf im Winter nicht überheizt sein, die Temperatur nicht mehr als 17—18° Celsius betragen. Auf dem Ofen muß ein wassergefüllter Verdampfungstopf für die erforsberliche Feuchtigkeitserfüllung der Luft sorgen.

Je mehr Licht und Sonne die Wohnung hat, desto besser. Sonnenlicht tötet Krankheitsfeime. Südwohnungen sind deshalb mit Recht die begehrtesten, zumal auch in der "heißen" Jahreszeit in unserem Klima die Südlage sich höchstens an einzelnen Tagen unangenehm bemerkbar macht. Das Sonnen der Betten hat seine hygienische Grundlage. Es muß darauf Bedacht genommen werden, daß Augen anstrengende Beschäftigungen wie Nähen und Schreiben möglichst in Nähe des Lichts vorgenommen werden.

Die Frage, ob für K in der ein eigener R aum empfehlenswert ist, ist heute nur schwer zu besprechen, denn meist ist sie nicht ersüllbar, sei es aus Raummangel oder im Winter aus der Schwierigseit, ein neues Zimmer zu heizen. Wo die Gelegenheit sich bietet, ist sie unbedingt zu ergreisen: die Beschränkung der Kinder auf ein eigenes Zimmer gewährt den arbeitenden oder ermüdeten Eltern mehr Ruhe, und umgesehrt kann den Kindern die erfordersliche Bewegungs= und Lärmfreiheit eher gegeben werden. Die Überlegung, ob für Cheleute gemeinsame oder getrennte Schlafzimmer besser sind, hat in der Regel mit gesundheitlichen Erwägungen nichts zu tun.

Das Zimmer des Dienstmädchen zum Telbar zugänglich sein. Hier wird auch heute noch viel gesündigt, — ein schweres Bergehen gegenüber der Gesundheit anvertrauter Wohnungsgefährten. Wohnungen, die aus vier und fünf Zimmern bestehen, haben zuweilen ein Mädchenzimmer, das den einfachsten gesundheitlichen Anforderungen Hohn spricht. Es wäre hier besser, einen überflüssigen "Salon" auszuräumen und das gewonnene Zimmer dem Dienstmädchen zur Verfügung zu stellen.

Soweit man sich am laufenden Wasser

waschen kann, ist das jeder anderen Waschegelegenheit vorzuziehen. Der gesundheitlich bedeutungsvolle Drang zur Körperreinigung sindet um so eher Befriedigung, je mehr die äußere Gelegenheit erleichtert wird.

Ein ernstes Kapitel ist das Verhalten gegenüber erkrankt en Wohnungangehörisgen. Namentlich die Untermieter, die zuweilen nur zum Schlasen in die Wohnung kommen und oft dem Wohnungsinhaber kaum näher bekannt sind, spielen hier zuweilen eine große Rolle. Ist ein Wohnungsgefährte den einer ansteckenden Krankheit ergriffen, so muß er im Interesse der gefährdeten Gesunden unbedingt

in ein eigenes Zimmer gelegt werden, das später gleichwie die von dem Kranken benützten Gegenstände desinfiziert werden muß. Auch für den Kranken selbst ist diese Jolierung das Beste, da er so ganz ungestört und unbehelligt in Ruhe gesunden kann. Bo infolge der beschränkten Wohnungsverhältnisse aber ein gesgesondertes Zimmer nicht zur Verfügung steht, ist die Verbringung in ein Krankenhaus der beste und einzig gangbare Weg. Er sollte denn auch in solchen Fällen zum Rutzen der Kranken wie der Gesunden ohne langes Zaudern betreten werden.

Keimlicher Tanz.

Auf stillem Weg beim Sternenglanz, da dreht ein Wesen sich im Tanz und summt dazu ein kleines Lied, froh, daß es keiner hört und sieht. Wer tanzt so unterm Sternendom? Ein Blumengeist, ein Elf, ein Gnom? Wer dreht sich einsam und geschwind? ach, nur ein selig Menschenkind. Ein Menschenkind, das manchen Tag ein Glück frug, dem es sast erlag, das mit verklärtem Angesicht nun fanzend sucht sein Gleichgewicht. Verstehend schaut es dann empor zu der Gestirne lichtem Chor und fühlt sich mit den Sternen eins im Glückesrausch lebend'gen Seins.

M. Schubert, Felbmeilen.

Von allerlei guten Engeln am Sterbebette großer Menschen.

Von Heinr. Göhring.

Englands großer Dichter John Milton hatte Kuhm und Ehre in reichem Maße, nicht aber Frieden und Glück für seine Seele gefunden. Dreimal versuchte er, sich eine Lebensgefährtin zu erringen, und dreimal ward ihm nichts als Enttäuschung zuteil. Seine erste Frau, Marh Bowel, entpuppte sich als ungemein leichtfertig, weshalb er sich voll Abschen von ihr wandte; seine zweite Frau, die treffliche Katharina Woodcock, entriß ihm schon nach einem Jahr der unerfättliche Tod, und seine dritte Frau, Elisa= beth Minshut, war ihm wohl in seinen Leidens= jahren eine treue Pflegerin, blieb aber seinem Seelenleben gegenüber fremd und verftändnis= los. Nur an seiner jüngsten Tochter, "seinem guten Engel", fand er eine geduldige und ver= ständige Mitarbeiterin, die ihm in der letzten Zeit seines Lebens, in die seine größten dich= terischen Leistungen fallen, das ihn umgebende Dunkel — unablässige Arbeit hatte ihm das Augenlicht geraubt — burch ihre aufopfernde Liebe erhellte und ihm durch Niederschrift seiner Gedanken das Arbeiten ermöglichte. Einen sol=

chen guten Engel befaß Friedrich Hebbel in sei= ner Tochter Christine, der späteren Frau Kaizl= Hebbel, deren interessante Veröffentlichungen einen tiefen Einblick in das Leben des Nachklas= sikers gewähren. Friedrich Rückert hatte in sei= ner Tochter Marie, des Vaters weiblich verfei= nertem Ebenbild, eine treue Pflegerin. Hierher gehören unter anderem Ludwig Feuerbachs Tochter Leonore, Goethes Schwiegertochter Ot= tilie, Dostojewskis Tochter Ljuba. Mehr noch als die Tochter war Dostojewskis zweite Frau der gute Engel im Leben des ruffischen Dich= ters. Von ihr wird erzählt, daß sie der Spiel= leidenschaft des Gatten selbst das letzte Hemd geopfert hätte. Otto Ludwigs Gattin pflegte den hoffnungslos Kranken, halb gelähmt Da= niederliegenden mit selbstvergessener Aufopfe= rung. Ühnliches berichtet der Biograph von Ferdinand Freiligraths Frau Ida. Auch Wilhelm Hauffs Frau — sein über alles geliebtes Bäschen — verschönte ihrem Gatten die letzten schmerzlichen Erdenstunden. Auch Eduard Mörikes Frau, die sich von ihrem Gatten getrennt