

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 42 (1938-1939)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Lichtbaderäume für Schulen : eine Forderung der neuzeitlichen Kinder-Fürsorge  
**Autor:** A.L.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-662708>

### **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:** 24.01.2026

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

des Wunderbaren bewußt geworden zu sein, das ihm mit diesem vorausahnenden Gesicht widerfahren war, und das doch wesentlich zur Erhaltung seines Lebens beigetragen hatte.

Horn lag in einer bequemen Kabine. Der Schiffsarzt behandelte ihn. Er flößte ihm Getränke ein; war doch Durst das Furchtbarste gewesen, das Horn in den langen, bangen Stunden im Wasser gequält hatte. Man bestrich seinen Leib, seine Glieder mit Salben: die von Salz zerfressene Haut brannte und schmerzte unnennbar.

Jetzt sollte er schlafen. Aber der Schlaf wollte nicht kommen. Die Erregung war zu groß, ja sie steigerte sich noch. Der Arzt hatte eine wohltätige Spritze und brauchte sie. Ein langer tiefer Schlummer erquickte den Geretteten wunderbar. Er fühlte sich wie neugeboren und wußte sich nach

dem schrecklichen Erlebnis jetzt endgültig geborgen.

Die „Delagoa Maru“ nahm Karl Horn mit nach Singapore. Dort wartete er auf die „Mister“, die, das wußte er, auf der Heimreise aus dem fernen Osten dort anlegen würde.

Wer beschreibt das Erstaunen des Bremer Kapitäns und der Mannschaft, wie der längst Verschollene und Verlorene wieder an Bord trat. Als am Morgen nach jener verhängnisvollen Nacht Horn auf seinem Posten vermißt wurde, zweifelte niemand daran, daß er irgendwie den Seemannstod in den Wellen gefunden habe. Niemand ahnte, daß ein Wunder geschehen war.

Schlicht und schmucklos erzählte Karl Horn seine Geschichte. Dann nahm er, als ob nichts geschehen wäre, alsbald wieder seinen Dienst auf.

### Unbekannt.

Irgendwo schlägt dir ein Herz,  
Das macht deine Sehnsucht froh,  
Kennt dich nicht und träumt von dir,  
Weißt du auch nicht wann und wo.

Still verloren irrt ein Glück  
Sehnend durch die Einsamkeit,  
Geh ihm nach, setz Schritt vor Schritt,  
Dünkt es dich auch noch so weit.

Irgendwo ein Mädchen wohnt,  
Irgendwo ein Glück dir lacht.  
Offen steht die Kammertür  
Dem, der nie daran gedacht.

Walter Stegemann.

### Lichtbaderäume für Schulen.

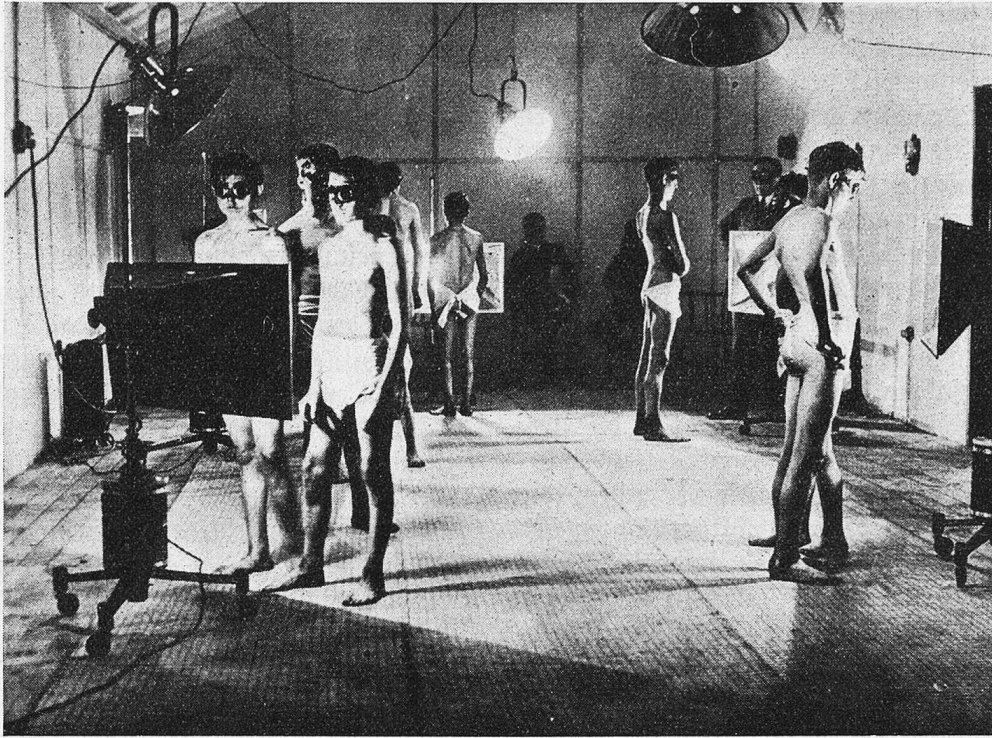
Eine Forderung der neuzeitlichen Kinder-Fürsorge.

Nur etwa ein Dreihundertstel der Sonnenenergie gelangt in Form der heilkräftigen ultravioletten Strahlen bis zur Erdoberfläche, soweit nicht auch dieser Anteil von der Dunstschicht der Industriestädte verschluckt wird. Diese heilkräftigen unsichtbaren Strahlen, die für das Leben vielleicht wichtiger sind als die Lichtstrahlen, die der Welt die bunte Farbigeit verleihen, sind außerdem noch verhältnismäßig schwach, haben nur eine geringe Durchdringungsfähigkeit und werden von jeder Fensterscheibe zurückgehalten, so daß mit Recht ein Arzt von der „biologischen Finsternis“ gesprochen hat, die in unseren Wohn- und Arbeitsräumen herrscht. Hinzu kommt noch, daß besonders in den Großstädten noch vielfach eine Sonnenscheu herrscht, von der man sagt, sie sei verbreiteter als die Wasserscheu. Die heranwachsende Jugend kommt also durchaus nicht überall in der Welt in ausreichendem Maße in

den Genuß der Strahlen, die für ihr Gedeihen von größter Bedeutung sind, ganz besonders nicht in den Städten der mittleren Breiten der Erde, in denen die Sonne vielfach ein seltener Gast ist.

Der kindliche Körper aber ist ganz besonders strahlenempfindlich und nutzt die Strahlen, die man ihm zukommen läßt, in viel besserer Weise aus als der Körper des Erwachsenen. Man hat deshalb schon vor längerer Zeit in Deutschland vorgeschlagen, für Kinder, vor allem in den Schulen, Bestrahlungshallen einzurichten, gewissermaßen „Lichtbaderäume“, in denen gleichzeitig eine große Zahl von Kindern bestrahlt werden können. Zwar nicht von der Sonne, die meistens nicht zur Verfügung steht, wenn man sie braucht, sondern von der „künstlichen Höhen-sonne“, die zwar insofern nicht die Höhen-sonne ersetzt, als ihr die Wärmestrahlen fehlen, die





Lichtbaderaum einer Schule in Sheffield (England).

aber dafür in verstärktem Maße die ultravioletten Strahlen enthält, denen die natürliche Höhen-  
sonne im Hochgebirge hauptsächlich ihre gesund-  
heitsfördernde Wirkung verdankt. In solchen  
Lichtbaderäumen wird sogar durch eine besondere  
Art der Wandverkleidung die Schneedecke im  
Hochgebirge ersetzt, die die heilkräftigen Strahlen  
nicht aufsaugt, sondern zurückwirft.

Im übrigen hat man in Deutschland viel weni-  
ger als in manchen anderen Ländern die künst-  
liche Bestrahlung in den Dienst der systematischen  
Kinderpflege gestellt. In England und den Ver-  
einigten Staaten ist schon seit neun Jahren mit  
großem Erfolg die „künstliche Höhen-  
sonne“ zur Massenbestrahlung von Kindern durch Schul-  
ärzte verwendet worden. England kennt bereits  
seit 1927 staatlich unterstützte Lichtinstitute, schon  
1929 gab es in fast allen größeren Städten Eng-  
lands mehr als 60 derartige Institute und jäh-  
rlich wird über deren ärztliche Ergebnisse genau  
berichtet. Die „Hanauer künstliche Höhen-  
sonne“ nimmt, wie aus diesen Berichten hervorgeht, in  
der englischen Schulmedizin einen immer größe-  
ren Platz ein. Auch in Frankreich gibt es eine  
Reihe mit „Höhen-  
sonne“ ausgestatteter Bestrah-  
lungshallen, und seit Jahren werden schwächliche  
und krankheitsgefährdete, rachitische und skrofu-

löse Schulkinder aus den ärmsten Stadtbezirken  
in diesen Anlagen bestrahlt.

Unverkennbar ist die kräftigende Wirkung der  
Bestrahlung bei schwächlichen Kindern, besonders  
bei solchen, die eine schwere Krankheit hinter sich  
haben, und auch bei Kindern, deren Schwächlich-  
keit an ihrer nervösen Unsicherheit, ihrer Ziel-  
losigkeit zu erkennen ist. Schon nach kurzer Zeit  
schwinden die von schwerer Krankheit zurückgeblie-  
benen Merkmale, der Tätigkeitsdrang wächst, der  
Appetit verbessert sich und ebenfalls der Schlaf,  
bald stellt sich eine Gewichtszunahme ein, und  
mit all dem wird gleichzeitig die Anfälligkeit der  
Kinder gegenüber Neuerkrankungen herabgesetzt.  
Die Ursache des günstigen Einflusses auf Appetit  
und Gewicht ist die Steigerung des Eiweiß-Stoff-  
wechsels als Folge der Bestrahlung. Die Bildung  
des wichtigen Vitamins D wird angeregt, und  
hierauf beruht die Heilkraft der Quarzlampe bei  
der Rachitis, der Englischen Krankheit, deren  
Abnahme in den letzten Jahren nicht zuletzt auf  
die steigende Verbreitung der Ultraviolettbestrah-  
lung zurückzuführen ist. Die Bildung von Hor-  
monen, von Schutz- und Heilstoffen des Organis-  
mus gegen Krankheitsgifte wird angeregt und  
damit das Selbsthilfemittel des Körpers bei  
Schwächezuständen und schweren Ansteckungs-



krankheiten, wie zum Beispiel Tuberkulose, geschaffen. Gleichzeitig werden Blutzusammensetzung und Stoffwechsel verbessert und Blutkreislaufstörungen beseitigt, das Herz und die Nerven werden gekräftigt, und dadurch wird eine weitere Widerstandsfähigkeit des kindlichen Organismus gegen Krankheiten erzielt.

So gibt es kaum Kinder- und Jugendliche-Krankheiten, bei denen die künstliche Bestrahlung nicht als Heilmittel dienen kann, selbstverständlich in den meisten Fällen zusammen mit anderen ärztlichen Verfahren oder Medikamenten. Da ist in erster Linie die Blutarmut zu nennen, die Verarmung des Blutes an den Sauerstoff übertragenden roten Blutkörperchen, die vor allem die weibliche Jugend in den Entwicklungsjahren befällt und oft Tuberkulose und andere schwere Krankheiten zur Folge haben kann. In Gegenden, wo die Sonne fehlt, kann man durch die „künstliche Höhen Sonne“, zusammen mit blutbildenden, Eisen und Arsen enthaltenden Arzneien, eine starke Vermehrung der roten Blutkörperchen erreichen. Auch die Skrofulose beruht auf einer krankhaften Beschaffenheit der Körpersäfte, des Blutes und der Lymphe, führt zu Schwellungen des Gesichtes, der Schleimhäute und der Drüsen und hat ebenfalls oft schwere Krankheiten, wie Lupus und Tuberkulose, zur Folge. Zusammen mit Lebertran können mit der „künstlichen Besonnung“ vorzügliche Heilerfolge erzielt werden. Die dritte verbreitete Kinderkrankheit ist die schon erwähnte Englische Krankheit, die auf einem zu geringen Kalkgehalt der Knochen beruht, durch die eine ungenügende Festigkeit des ganzen Skeletts verursacht wird; die Knochen sind biegsam und können verkrümmen, es entstehen O-Beine und verdickte Gelenke, Lichtbäder führen vielfach zu einer vermehrten Kalkabscheidung in den Knochen und damit zu einem Zurückgehen der rachitischen Verkrümmungen, vor allem dann, wenn, abgesehen von der reichlichen Darreichung von

Lebertran, auch die eigentlichen Ursachen dieser Krankheit, soweit es möglich ist, behoben werden, nämlich Unterernährung, Wohnungselend, Mangel an Pflege, Reinlichkeit und Luft. Vorzügliche Ergebnisse sind auch durch starke Bestrahlungen der Brust- und Rückenhaut bei der Behebung des kindlichen Asthmas erzielt worden. Sogar beim Keuchhusten übt das ultraviolette Licht eine beruhigende Wirkung aus, besonders weil sich der Schlaf bessert und die unangenehmen nächtlichen Anfälle sich verringern. Neuerdings hat man auch wesentliche Erfolge bei der Bekämpfung der Tuberkulose durch ultraviolette Bestrahlung erzielt. Die Sonnenbestrahlung der Tuberkulose beruht nicht zuletzt auf der keimtötenden Kraft der Sonne, einer Kraft, die das Sonnenlicht ausschließlich den kurzwelligen ultravioletten Strahlen verdankt. In der „künstlichen Höhen Sonne“ sind die ultravioletten Strahlen derartig konzentriert, daß sie im Umkreis von 30 Zentimeter in wenigen Sekunden auch die widerstandsfähigsten Keime abtöten. Besonders bei der Knochen- und Drüsen-Tuberkulose ist deshalb die Bestrahlung außerordentlich erfolgreich.

Es ist anzunehmen, daß die Strahlentherapie sich in den nächsten Jahren immer mehr durchsetzt, und daß Behörden und Schulleiter, aber auch Millionen von Eltern von der heilkräftigen Wirkung der geheimnisvollen unsichtbaren Lichtstrahlen immer mehr überzeugt werden. Ist es doch einer der bedeutendsten Fortschritte des letzten Jahrzehnts gewesen, daß man den Heilwert der natürlichen Sonne und des Lichtes für den heranwachsenden kindlichen Körper wieder erkannt hat. Und doch gibt es noch Millionen von Müttern, die zwar nicht versäumen, ihre Blumen in die Sonne zu stellen, damit sie blühen und duften, die aber nicht dafür sorgen, daß ihre Kinder ausreichend Sonne und frische Luft genießen.

A. L.

## Die Liebe aber...

Kurzgeschichte von W. Gollberger.

„Wirst du endlich aufhören, Stump, und deinen Nachbar in Ruhe lassen! Die ganze Zeit sehe ich dich nur spielen und den Unterricht stören.“

„Bitte ja, zuvor hat er mir Tinte in den Sack geschüttet und den Apfel weggenommen. Er gibt nie Ruhe.“

Der solcherart vom Lehrer ermahnte und von

seinem Signachbar verklagte Schüler Stump war unbestritten der Ausbund der Klasse. Schon sein äußerer Anblick war kein ergötzlicher. Rock und Hose glichen einem Sieb, so voll Löcher waren sie. Finster war der Ausdruck seines derben Gassenjüngengesichtes. Es schien, als lagere beständig eine Wolke des Unmutes, des Ungrimms auf