

Zeitschrift: Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst

Band: 4 (1914)

Heft: 35

Artikel: Hut ab!

Autor: Thraenhart, Gotthilf

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-639674>

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: 18.02.2026

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

Vor einer Gruppe von Offizieren sank er leichend vom Pferd, gehalten von hilfsbereiten Armen.

Man floßte ihm rasch Stärkung ein; dann berichtete er stockend, mit leiser Stimme, aber klar. Nur der General hörte es; die anderen waren zurückgetreten.

Mühsam schloß von M. die Meldung; er war aschfahl geworden. Man rief nach Hilfe.

Mit schmerzverzerrtem Gesicht öffnete der Tapfere die

Augen. Er starrte ins Leere. Ein Seufzer — dann lag er tot auf dem Rasen.

Er hatte einen Schuß im Unterleib; zwei Rippen waren gebrochen.

In Bekleidung hatte er seinen Ritt zu Ende führen müssen, aber es war doch eine Heldenat.

So stirbt ein braver Soldat.

(Aus „Soldaten“. Verlag des deutschen Spielmanns: G. D. W. Callwey, München 1910.)

hut ab!

Eine hygienische Betrachtung von Dr. Gotthilf Thraenhart.

(Nachdruck verboten.)

Heißer Kopf und kalte Füße! Dies Universalleiden der bewegungslosen Leute sucht man immer nur einseitig zu vertreiben und zu verhüten durch Erwärmung der Füße; man gehe dem Uebel doch mal am andern Ende zu Leibe, indem man den Kopf kühlt. Hut ab! Ein erfrischendes Luftbad genommen, wo und wann immer die Gelegenheit sich bietet, auf der Schattenseite der Straße oder im herrlichen Baumshatten, bei trübem Wetter oder nach erquidendem Gewitterregen. Die viel verbreitete Erkältungsfurcht ist ganz töricht und nur künstlich anerzogen. Die Natur selbst hat schon für genügende Erwärmung des Kopfes durch gewaltigen Blutzfluß gesorgt, indem sie ihn von innen her mit vier Fünftelten der ganzen Körperwärme heizt; und diese Wärme wird vom Gehirn wie in einem Blutschwamm festgehalten. Außerdem ist ja der Kopf noch mit einer angeborenen Pelzhülle mit Haaren versehen.

Freilich nimmt der dichte und volle Haarwuchs, dieser natürliche Schutz und Schmuck des Menschen, bei den zivilisierten Rassen immer mehr ab und droht mit der Zeit ganz zu verschwinden, wenigstens bei den Männern. Daran ist zum großen Teil das fortwährende Huttragen schuld. Durch zwei verschiedene Einflüsse schädigt der Hut den Haarwuchs. Erstens schafft er um den Kopf eine ständige, feuchtheiße Atmosphäre, die das Durchdringen der bakterientötenden Lichtstrahlen und eine reinigende Lüftung verhindert. Anderseits übt der Hut, da er nur infolge von Reibung und Festdrücken auf dem Kopf hält, einen zweiten schädlichen Einfluß aus, indem er die Arterien und Venen zusammendrückt, den Kreislauf des Blutes und infolge dessen die Ernährung der haarerzeugenden Organe hemmt. Bei den Frauen ist der Hut meist viel leichter, ruht auf einem dicken Haargeflecht und wird nicht fest auf den Kopf gedrückt.

Ein klassischer Ausspruch über den ursächlichen Zusammenhang von gewohnheitsmäßiger Kopfbedeckung und Kahlföpfigkeit findet sich schon bei dem altgriechischen Geschichtsschreiber Herodot, welcher im zwölften Kapitel seines dritten Buches von einem Besuch der Umgegend von Pelusium, wo Jahrzehnte vorher eine Schlacht zwischen Persern und Ägyptern stattgefunden, ohne daß die Leichen der Gefallenen beerdig wurden, folgendes berichtet: „Die Schädel der Perse sind mürbe, weil dieser Stamm bei Lebzeiten von Anfang an bedeckten Hauptes geht; die Schädel der Ägypter dagegen sind steinhart, weil dieses Volk von Kindesbeinen an baarhäuptig gewöhnt.“ Wie weit in Wirklichkeit der Haarwuchs mit dem knöchernen Unterboden und der Zustand des letzteren mit der Kräftigung und Abhärting von Haut, Muskeln und Nerven des ganzen Kopfes zusammenhängt, sei dahingestellt; aber jedenfalls muß jahrhundertelange Gewöhnung in guter oder schlechter Hinsicht von Einfluß sein.

Die Kahlföpfigkeit unter Männern nimmt heutzutage unbestreitbar bedeutend zu. Man zähle mal in Versammlungen, Theatern, Konzerten, Restaurationen die gelichteten Schädel: 60 Prozent ungefähr beträgt fast stets deren Zahl. Ist es doch sogar vielfach Mode, in Binnenräumen, in Wirtschaften den Hut aufzubehalten. Wenn diese Leute es

wenigstens so machen, wie die Couleurstudenten, die bei jedem Zutrinken — und das kommt nicht selten vor — das weisheitsschwangere Haupt lüften, und auch während des Essens ihren schneidig gescheiteten „Dachs“ ganz unbekleidt allen profanen Blicken auszufügen geruhen.

Wie das viele Tragen einer dichten, festen Kopfbedeckung den Haarboden schädigt, erkennt man namentlich beim Militär. Welch lästigen Anblick bietet z. B. ein „Liebesmahl“ im Offizierskasino: diese herrlichen, kraftstrotzenden Männergestalten mit den schönen, wettergebräunten Gesichtern und — den mehr oder minder kahlen Schädeln!

Ganz unhgienisch ist es auch, daß der Jurist im Gerichtszimmer, gerade wenn er warm wird und sich „ins Feuer redet“, offiziell bedeckt bleiben muß.

Von den mit gelichteten Schädel „bedachten“ Personen behalten viele deshalb gerne den Hut auf, weil dadurch ihr Mangel an Ueberfluß nicht sichtbar wird. Den gleichen Grund hat meistens das Tragen einer Perücke. Wußte doch selbst ein Julius Cäsar es durchzusehen, daß er auf Senatsbeschluß seine Gläze mit einem Lorbeerkrantz verbargen durfte.

Nichts dagegen einwenden kann man, wenn bei Hantierungen, welche viel Schmutz und Staub erzeugen, das Kopfhaar vor Verschmutzung in acht genommen wird. Deshalb trägt der Anstreicher bei der Arbeit eine Papiermütze, der Bildhauer sein Barett, der Schornsteinfeger die Kappe oder den Zylinderhut.

„Werdet wie die Kindlein!“ Sobald das Kindchen so weit gediehen ist, daß es seine Glieder frei bewegen kann, duldet es nichts mehr auf dem Kopf, sondern reiht alles herunter, was aber meistens als Unart bezeichnet wird, während es die berechtigte Neuerzung gesunden Naturtriebes ist. Auch später machen es die Kinder beim Spielen am liebsten noch ebenso, bis sie sich schließlich der hergebrachten Unsitte der Großen fügen.

Licht und Luft sollen recht viel und oft den Haarboden beschriften. Licht wirkt haarwuchsfördernd. Es ist eine bekannte Tatsache, daß Rasieren und Haarschneiden im Sommer öfter notwendig ist, als im Winter, und daß es viel leichter ist, sich in den südlichen Zonen einen Vollbart zuzulegen, als in den nördlichen. Die Fabrikanten von Haarwuchsmitteln empfehlen in ihren Gebrauchsanweisungen stets aufs angelegentlichste diese Licht- und Luftkur, weil sie sehr wohl wissen, daß sie die Grundbedingung für kräftigen Haarwuchs bildet.

Daher „Hut ab“ so oft wie möglich! Wer sehr verweichlicht ist, oder an Kopfgeschwüren leidet, gewöhne sich allmählich daran und härtet seine Kopfhaut so ab, daß sie jede Witterung unbeschadet erträgt, wie es mit der Gesichtshaut der Fall ist. Das wird nicht nur seinem Haarwuchs sehr förderlich, sondern auch seinem ganzen Wohlbefinden höchst dienlich sein. Selbst in der Sonne kann jeder ohne Hut unter dem Schirme wandern. Solche Kopfluftbäder bilden einen unerschöpflichen Hochgenuss. Aus vollster Ueberzeugung ruft die Hygiene in freier Variation:

Mit dem Hute in der Hand

Kommt man ins Gesundheitsland!