

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 17 (1960)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Das unerfreuliche Rauchproblem  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969557>

#### 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:** 27.12.2025

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

sollte man darauf achten, schädliche Farben zu meiden und sie um der lieben Mode oder des Geschmackes willen nicht einfach gleichwohl zu wählen. Nicht nur die Luftdurchlässigkeit ist von gesundheitlichem Wert, sondern auch die Durchlässigkeit der Strahlen. Rot lässt die ultravioletten Strahlen nicht durch, während die blaue Farbe den Durchgang zur Haut begünstigt. Schwarz zieht die Sonnenstrahlen direkt an und wird mehr erwärmt als die weißen Stoffe, weshalb man es besonders bei heißer Witterung gerne meidet. Ein dunkler Stoff wirkt ähnlich wie ein Topf, den man über eine Pflanze stülpt, die der Sonne und Luft bedarf; er wird sie vom Licht und der Luft abschließen und sie muß erbleichen. So ergeht es auch dem Menschen, der ständig in einer Hülle steckt, die seine strahlungshungrige Haut abschließt.

Wenn wir uns um die Beschaffung unserer Haut nicht kümmern, werden wir die Wahl unserer Stoffe nach Geschmack und Mode richten. Sobald wir aber genügend Kenntnis über sie besitzen, wird uns diese die Notwendigkeit vor Augen führen, in Zukunft auch auf die Farbe und das Gewebe zu achten. Wir werden uns vor der heute vielfach üblichen schwarzen Unterwäsche hüten, denn es genügt uns, daß wir womöglich ständig im Gewühl und den Mauern der Städte den Sonnenschein und die frische Luft ohnedies entbehren müssen.

### Neuzeitliche Beobachtungen

So war es denn schon vor Jahren um die wissenschaftliche Bewertung der Stoffe bestellt. Heute scheint man sich jedoch wenig mehr um ihren gesundheitlichen Wert zu kümmern, da Stoffe aus Kunstfasern die natürlichen Gewebe immer mehr verdrängen, obwohl sie den geschilderten Anforderungen nicht entsprechen und manchmal ein gesundheitliches Fiasko zur Folge haben. Interessant sind auch die neuesten Forschungen, die zeigen, daß jeder Stoff ein elektrisches Spannungsfeld auslöst, das den Menschen günstig oder ungünstig beeinflussen kann. Versuche haben gezeigt, daß vor allem Kunstfaserstoffe vom elektromagnetischen Standpunkt aus ungünstig auf die meisten Menschen einzuwirken vermögen, was besonders bei Rheuma, Arthritis und nervenschwachen Personen zur Geltung kommen kann. Von diesem Gesichtspunkte aus sollte reine Baumwolle gewählt werden, noch besser ist reine Wolle und am besten reine Naturseide. Das Vermischen von zweierlei Fasern kann bei empfindlichen Menschen ungünstige Spannungen auslösen. Eigenartigerweise hat seinerzeit schon Mose den Israeliten verboten, Gewebe aus zweierlei Fasern zu tragen. — Diese soeben erwähnten Gesichtspunkte sollten in der zukünftigen Forschung über Gesundheitspflege noch mit berücksichtigt werden.

### Das unerfreuliche Rauchproblem

Sicherlich wissen die wenigsten von uns, daß Goethe ein großer Gegner des Tabakgenusses war. Ja, er war sogar mehr als nur ein Gegner, er war ein erbitterter, verbissener Feind davon. Er sprach allen jenen, die sich zu rauchen erlaubten, fortschrittliches Streben, tatkräftiges Wirken und geistige Ideale ab. Seine entrüstete Einstellung gab er in unerwartet derben, förmlich unerbaulichen Ergüssen bekannt. Daß durch das nutzlos verschwendete Vermögen kein Hungriger satt, kein Nackter bekleidet wurde, lag ihm sehr am Herzen. «Was könnte mit dem Gelde geschehen!» schreibt er und fährt dann fort, noch eine weitere Bean-

standung klarzulegen, wodurch er dem Nichtraucher, der heute noch weniger Rücksicht und Verständnis findet als früher, aus dem Herzen spricht: «Aber es liegt auch in dem Rauchen eine arge Unhöflichkeit, eine impertiente Ungeselligkeit. Die Raucher verpesten die Luft weit und breit und ersticken jeden honesten Menschen, der nicht zu seiner Verteidigung zu rauchen vermag. Wer ist denn imstande, in das Zimmer eines Rauchers zu treten, ohne Uebelkeit zu empfinden? Und wer kann darin verweilen, ohne umzukommen?

## Das Rauchen der Frauen

So empfand Goethe in einer Zeit, da die Nichtraucher noch in der Ueberzahl waren. Was würde er sagen, wenn er das Ueberhandnehmen der geschilderten Unsitte von heute gewahr werden könnte! Wieviel weniger noch könnte er damit einverstanden sein, daß in den letzten Jahren selbst das Rauchen in der Frauenwelt erschreckende Formen angenommen hat! — Frauen, die während des Krieges Hunger und Angst zu überbrücken suchten, entschuldigen sich, indem sie das Rauchen als eine unentbehrliche Hilfe in der Not bezeichnen, wiewohl es sich dabei nur um eine Täuschung, eine betäubende Flucht aus den Schrecken des Daseins handeln konnte, denn diese scheinbare Notwehr übermittelt weder Kraft, noch zielbewußte Ueberlegungsfähigkeit, sondern untergräbt sie noch mehr, als dies die Not zu tun vermag. So kommt es, daß die wenigsten, die in bedrängter Lage zum Rauchen Zuflucht nahmen, es in Normalzeiten mehr lassen können, denn dieses Laster versklavt den Menschen, indem es ihn süchtig werden läßt.

Wie aber kam es, daß selbst in unserer biedern Schweiz heute unter der Frauenwelt mit der größten Selbstverständlichkeit geraucht wird? Da besteht keine Entschuldigung, denn der Krieg hat bei uns keine Veranlassung gegeben, sich dieses Mittels zu bedienen, um dadurch den Druck des Alltags besser überwinden zu können! Gedankenlosigkeit und Geltungsbedürfnis mögen die unliebsame, schädigende Gewohnheit eingeführt und unterstützt haben. Selbst Mädchen, von den Jungens nicht zu reden, rauchen im Geheimen, manche sogar bereits ohne Scheu auf dem Schulweg oder sonstwo, ohne an die Schädigung zu den-

ken, die dies im Wachstumsalter mit sich bringen wird. Aber eben, das Vorbild der Erwachsenen regt an.

## Schade um die gute Luft!

Es ist nicht genug, daß Auto- und Industriegase die gute, erfrischende Luft gesundheitsschädigend verderben, denn der Raucher sorgt zusätzlich dafür, daß sie allüberall, wo er steht und geht, verschlechtert wird, ganz so, wie Goethe dies geschildert hat. Allenthalben wird geraucht, nicht nur in Privaträumen, auch bei gesellschaftlichen Zusammenkünften, in Gaststätten, auf der Bahn, im Flugzeug, am Strand und selbst in den Bergen. Dem Nichtraucher ergeht es dabei tatsächlich wie jenem höflichen Amerikaner, der zu einem rauchenden Bekannten verwundert sagte: «Ich habe gar nicht gewußt, daß Sie die gute Luft nicht ertragen!» Wer einmal in dieser Weise süchtig geworden ist, verliert jegliche Wertschätzung für das gütige Geschenk der reinen, erfrischenden Luft, denn das Feingefühl des Unterscheidungsvermögens ist verdorben und völlig verschwunden. Ja, heute ist die Rauchfrage bestimmt schwieriger zu lösen als zu Goethes Zeit, da sich dieses Laster heute weit schlimmer äußert, weit rücksichtsloser gebärdet und auch weit gefährlicher ist, weil es sich nicht wie anno dazumal bloß um das Rauchen eines natürlichen Tabakes mittels der Pfeife handelt, sondern um raffiniert zubereitete Zigaretten, die nebst der Schädigung des Nikotins durch Zugabe von Aromaverfeinerungsstoffen auch noch die Süchtigkeit zu steigern vermögen.

Hätte Goethe zudem gewußt, daß der Tabakgenuss cancerogen, also krebsfördernd wirken kann, dann hätte er sich bestimmt noch viel entschiedener und kraftvoller dagegen eingestellt.

## Das Fernsehen als Herz- und Nervengift

Eine Beobachtung über das Fernsehen, die vor allem in Amerika festgestellt werden konnte und von führenden, amerikanischen Wissenschaftlern bestätigt wurde, hat mich in meiner Auffassung über diese neuzeitliche Errungenschaft wesentlich be-

stärkt. Wenn durch diese Erfindung etwas Richtiges geboten wird, und wenn man ihr nicht leidenschaftlich verfallen ist, so daß man nicht mehr davon loskommen kann und zuviel dahinter sitzt, dann kann sie bestimmt als phantastische Hilfe zur För-