Zeitschrift: Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege : Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

Herausgeber: Elektro-Homöopathisches Institut Genf

Band: 12 (1902)

Heft: 6

Artikel: Die Kleidung

Autor: Sandoz, G.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038540

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: 16.07.2025

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

vollgültig ihrer Aufgabe nachgekommen zu sein, wenn sie den Kindern gegenüber den gewöhnlichsten materiellen Pflichten genügen, und allenfalls einen andern für die Wahrung der höhern Güter ihrer Sprößlinge bezahlen, damit dieselben nicht ganz und gar der Verwahrlosung anheimfallen. — So sind denn freilich die Kinder der begüterten Familien nicht übel bestellt; sie finden einen bezahlten Mentor, der Elternstelle an ihnen vertritt. Wohl ihnen, wenn dieser Mentor ein Mann von Herz und Geist und nicht bloß ein Spekulant ist, und er sich das Wohl der ihm Anvertrauten würdiger zu Herzen nimmt, als diejenigen, deren Pflicht es in erster Linie gewesen wäre.

Wie steht es aber um die Kinder der Familien, in denen alle Faktoren einer annähernd guten Erziehung fehlen, die Eltern von schlechter Art, oder schlechte Erzieher sind, die Familienverhältnisse zerrüttet und keine Mittel, die armen angemessen unterzubringen, wie das in den begüterten Schichten schließlich möglich und im Interesse der Kinder der zweckdienlichste Ausweg ist? — Wie steht es um die Kinder rechtschaffener, ernster und auf deren Wohl bedachter, aber armer Eltern, die tagsüber vom frühen Morgen bis zum späten Abend dem Brot nachgehen und der Kindererziehung kaum den gerinsten Teil ihrer Zeit widmen können, so daß die Kinder neben der Schule auf der Gasse herumschlendern ohne Pflege, ohne Aufsicht, wie wir das in den großen Bevölkerungszentren treffen? Sie fallen der Verwahrlosung anheim, beschreiten den Weg der Verrohung und schließlich den des Verbrechens. — Die Gerichtsbücher wissen von den Folgen einer vernachlässigten Erziehung zu erzählen. — Früher ließ man die Sache gehen, kümmerte sich wenig oder gar nicht um verlassene und verwahrloste Kinder. — Die neueste Zeit darf es sich zur Ehre anrechnen, dieser Richtung, diesen Mißständen in unserm sozialen Leben, so weit es möglich ist, ihre Aufmerksamkeit zu schenken, und diesem sozialen Krebsschaden entgegenzutreten, wenn auch jetzt noch nicht all das erreicht werden kann, was zu erreichen man bestrebt ist."

Die Kleidung.

(Dr. G. Sandoz.)

(Aus dem französischen übersetzt.)

Unser Organismus befindet sich unter dem Einflusse der ihn umgebenden Körper; die athmosphärische Luft vor allem macht durch ihre physikalischen und chemischen Eigenschaften die Thätigkeit der menschlichen Maschine in hohem Grade von ihr abhängig. Der Zweck der Kleidung besteht eben darin, unsern Körper so viel als möglich gegen die äußeren Einflüsse zu schützen. Die Kleidung soll zu unserer Stärkung beitragen und muß vor allem die Thätigkeit der Haut begünstigen. Sie muß uns Schutz bieten nicht nur gegen die Kälte und die Hitze, aber auch gegen die Feuchtigkeit und die Trockenheit. Sie hat auch die Aufgabe, uns vor Anprall und Reibungen gegen äußere Gegenstände und vor Ermüdung zu bewahren. Endlich muß sie auch zur Erhaltung der körperlichen Reinheit beitragen.

Wenn auch jedes Tier es fertig bringt, sich und seinen Jungen ein schützendes Obdach zu verschaffen; so der Haas sich, seinem Instinkte folgend, seinen unterirdischen Bau gräbt, der Vogel sich sein Nest baut, so versteht es doch nur der Mensch Stoffe zu weben, Tücher zu verfertigen, Stroh zu flechten und Pelzwaren zusammen zu nähen, um sich ein tragbares Haus zu schaffen, welches ihm erlaubt, allen möglichen Klimaten Trotz zu bieten. Wenn der Winter vor der Thüre steht, da sucht die

Schwalbe eine wärmere Himmelsgegend auf, der Mensch aber zieht einen noch wärmeren Rock oder einen Mantel an, wollene Strümpfe und pelzgefütterte Handschuhe, und geht so seinen gewöhnlichen Beschäftigungen nach, unbekümmert um wirbelnden Schnee und kalten um ihn wehenden Wind. Ohne die Kunst, sich zu kleiden, hätte der Mensch sich nie über die ganze Erde ausgebreitet; die Kleidung allein erlaubt ihm Gegenden zu bewohnen, die von andern sich durch Temperaturunterschiede bis zu 80° C. auszeichnen.

Das Material, aus welchem der Mensch seine Kleider herstellt, ist ebenso sehr dem Pflanzenreich als dem Tierreich entnommen. Zu dem ersteren gehören die Fasern der Stengel des Hanfes und des Flachses, die Samenhüllen der Baumwollenstaude, der Stroh der Getreidepflanzen. Zu dem, welches dem Tierreiche entnommen ist, zählen wir zunächst das Produkt des Seidenwurmes, den Flaum und die Federn der Vögel, die Wolle des Schafes, das Haar des Pferdes, des Kameels und verschiedener Nagetiere, und endlich alle möglichen Tierpelze und das Leder.

Ob nun zur Herstellung von Leinwand oder Kleiderstoffen die eine oder andere Substanz verwendet wird, darüber muß man sich doch klar sein, daß die Kleider an und für sich dem Körper weder Wärme noch Kälte mitteilen; sie werden eben warm oder kühl genannt, je nachdem sie für die Wärme mehr oder weniger durchdringlich, d. h. je nachdem sie gute oder schlechte Wärmeleiter sind.

Um uns warm zu halten, muß die Kleidung den durch die kältere Umgebung und den durch die eigene Ausstrahlung stattfindenden Wärmeverlust unseres Körpers möglichst verhindern; um uns vor allzugroßer Hitze zu bewahren, muß sie diese Wärme in gegebenen Grenzen von der Oberfläche unseres Körpers abhalten. In beiden Fällen müssen die Kleider die Eigenschaft von schlechten Wärmeleitern haben.

Die Rolle, welche die Kleidung der Feuchtigkeit gegenüber spielt, abgesehen davon, ob dieselbe von unserem eigenen Körper oder von seiner Umgebung herrührt, hängt ebenfalls von der größeren oder geringeren Leichtigkeit ab, mit welcher dieselbe das Wasser durchdringen läßt, mit einem Worte, sie hängt von der hygroskopischen Eigenschaft der Stoffe ab.

Um uns vor der Feuchtigkeit zu schützen, müssen die Kleider dem Durchdringen des Wassers bis zu einem gewissen Grade Widerstand leisten. Immerhin müssen sie aber nicht absolut undurchdringlich sein, denn in diesem Falle würden sie gute Wärmeleiter werden und die Ausdünstung der Haut verhindern; dieses erklärt sehr einfach warum man in einem impermeablen Kleid so leicht friert wenn man stille steht und umgekehrt so schnell zu warm hat wenn man geht. Ein Stoff also, welches das Wasser nur langsam aufsaugt, ist einem impermeablen Kleide unbedingt vorzuziehen. Im entgegengesetzten Falle aber, d. h. wenn ein Kleid mit allzugroßer Leichtigkeit das Wasser aufnimmt und sich schnell mit Feuchtigkeit sättigt, wird er dadurch impermeabel und ein guter Wärmeleiter; ist also nicht zu empfehlen. Um allen Anforderungen zu genügen, muß das Kleid, wenn es uns vor der Feuchtigkeit schützen soll, das Wasser nicht nur langsam aufsaugen, sondern auch ebenso langsam wieder abgeben. Wenn ein Kleid, sei es durch Schweiß, sei es durch Regen, durchfeuchtet ist und diese Feuchtigkeit zu rasch wieder abgibt, d. h. zu schnell trocknet, kann es auf der Körperoberfläche eine zu starke und daher gefährliche Erkältung erzeugen.

Sowohl dem physiologischen als auch dem hygieinischen Standpunkt entsprechend, muß also unsere Kleidung im allgemeinen die Eigenschaft eines schlechten Wärmeleiters haben, muß das

Wasser langsam an sich ziehen und ebenso langsam wieder abgeben.

Das Material und die Gewebe, aus welchen der Mensch seine Kleidung anfertigt, bieten in diesen verschiedenen Beziehungen sehr merkliche Unterschiede.

Was die Wärmeleitung anbetrifft, so kann man, von den Stoffen welche gute Wärmeleiter sind, zu denen welche schlechte Wärmeleiter sind, übergehend, folgende Stufenleiter festsetzen: Hanf- und Flachsleinwand, Baumwollentuch, Seiden, Wolle; Haare, Pelz, Federn, Flaum.

Im allgemeinen kann man sagen, daß das Vermögen der Wärmeleitnng um so schwächer ist, um je mehr die Gewebe Luft aufnehmen, da letztere an und für sich ein schlechter Wärmeleiter ist. Die engmaschigen Stoffe sind im Winter kälter und im Sommer wärmer als die weitmaschigen; ein nasses Kleid ist deshalb kälter als ein trockenes, weil das Wasser, ein guter Wärmeleiter, in seinem Gewebe die Luft, den schlechten Wärmeleiter, verdrängt hat; ein neues wollenes Hemd, welches durch die hervorstehenden Wollhaare noch von einer Art leichten Flaumes überzogen ist, das die Luft festhält, ist wärmer als ein schon getragenes wollenes Hemd, welches diesen Flaum verloren und dessen Gewebe sich mehr zusammengezogen hat; reine Strümpfe sind wärmer als unreine, da aus den letzteren die Luft durch den Druck beim Gehen herausgetrieben oder durch die feuchte Ausdünstung der Füße ersetzt worden ist.

In Bezug auf die Eigenschaft der Gewebe, die Wärme zu absorbieren oder durchgehen zu lassen, hat die Farbe auch einen Einfluß, wenn auch einen geringen. Vom stärkeren zum geringeren Grade dieser Eigenschaft übergehend, ist folgende Stufenleiter festzustellen: schwarz, dunkelblau, hellblau, grün, purpurrot, hellrot, gelb, weiß. Ein schwarzes Kleid wird im Sommer wärmer und im Winter kälter sein als ein blaues, rotes, gelbes oder weißes. Die Araber und die Kabylen haben also recht, wenn sie Sommer und Winter sich in weißer Wolle kleiden.

Vom Gesichtspunkte der Absorption der Feuchtigkeit betrachtet, bieten die verschiedenen Gewebe ebenfalls ihre Gradunterschiede. Diese Eigenschaft der Absorption vermindert sich in folgender Reihenfolge: Hanf und Flachs, Baumwolle, Wolle, Seide. Aus diesem erklärt sich, warum man in der Regel für Unterkleider Gewebe von Flachs und Lein benützt und warum ein leinenes oder Flanell-Hemd dem seidenen Hemde vorzuziehen ist, trotzdem man letzteres so oft versucht hat, in Mode zu bringen.

Zu dem Allem haben wir noch hinzuzufügen, daß die Stoffe gegenüber den Gerüchen ungefähr sich ebenso verhalten, wie gegenüber der Wärme; dunkelfarbige Stoffe absorbieren die Gerüche leichter und halten dieselben länger zurück als hellfarbige.

Diese sind, kurz zusammengefaßt, die Kenntnisse, welche uns in der Wahl unserer Kleidungsstoffe leiten sollen. Nachdem was wir vorausgesetzt, ist es logisch, daß wir zur Herstellung unserer intimeren Bekleidung Leinwand von Hanf, Flachs oder Baumwolle nehmen, weil diese Gewebe die Eigenschaft besitzen, die Absonderungen der Haut leicht zu absorbieren und weil sie nachher leicht gewaschen und getrocknet werden können. Der Handwerker, der Ackerbauer, welche streng arbeiten müssen, der Tourist, der mühsame Märsche unternimmt, zarte und gegen Kälte empfindliche Leute, werden sich besser befinden, wenn sie Hemder von Wolle oder Flanell tragen, da dieselben den Schweiß leicht absorbieren und dabei die Feuchtigkeit nur langsam wieder abgeben. Bei der Sommerhitze wird es viel angenehmer sein, leichte und hellfarbige Oberkleider zu tragen, als schwere und dunkelfarbige. Für lange Märsche sind Flanellkleider ganz besonders zu empfehlen, und wollene Strümpfe

sind den baumwollenen vorzuziehen; die ersteren sind nicht nur weicher und deshalb besser vor Ermüdung bewahrend, sondern sie schließen zwischen ihren Maschen mehr Luft ein und schützen deshalb mehr vor Erkältung. Im Winter wird man lieber schwerere und zugleich weitmaschige Gewebe tragen, welche im Stande sind, so viel Luft als möglich festzuhalten; wenn man durch das Uebereinanderlegen mehrerer Kleider rings um den Körper mehrere Luftschichten bildet und festhält, wird man sich auch dann mit Erfolg vor der Kälte bewahren, wenn man auch verhältnismäßig leichte Kleider anzieht. Bei der Krankenpflege wird man zur Herstellung von Blusen und Schürzen weiße Stoffe von Hanf oder Leinwand vorziehen, weil diese Gewebe leicht zu waschen sind und weil sie die Gerüche, ihrer hellen Farbe wegen, weniger aufnehmen und festhalten.

Es würde uns viel zu weit führen, wenn wir die verschiedenen Kleidungsstücke in ihrer Beziehung zu den verschiedenen Körperteilen einer eingehenderen Prüfung unterziehen wollten. Uebrigens macht die tyrannische Modesucht, die leider so selten vernunftgemäß und logisch ist, alle hygieinischen Vorschriften illusorisch. Man hört ja viel lieber auf die Ratschläge des Schneiders oder der Schneiderin und Modistin, und vor allem sind es die Damen, welche nur zu oft die Sklavinnen sind und die Opfer ihrer illustrierten Modezeitungen aus Paris.

Und doch gibt es Regeln, die man immer beobachten sollte, wenn die Form eines Kleides und die Art und Weise, dasselbe an den Körper anzupassen, in Frage kommt.

Vor allem soll als allgemeine Regel festgesetzt werden, daß die Kleider bequem und weit genug sein müssen. Die Kleidung hält in der That den Körper innerhalb einer künstlich begrenzten Athmosphäre und es ist notwendig, daß die Luft sich leicht erneuern kann; die Ventilation unseres tragbaren Hauses ist ebenso wichtig, als diejenige unserer wirklichen Wohnung. Weite Kleider hemmen übrigens die Thätigkeit der Haut weniger als enge; sie schützen uns auch besser von den Temperaturunterschieden und gestatten unseren Bewegungen mehr Freiheit.

Kleider dürfen unter keinen Umständen weder schnüren noch irgend einen Druck ausüben, denn in diesen Fällen würden sie dem Kreislauf des Blutes und der freien Thätigkeit der inneren Organe hindernd entgegen treten.

Zu hohe und zu enge Halskragen geben leicht zu Blutandrang nach dem Kopfe und zu Kopfschmerzen Veranlassung. Leute, welche einen Kropf oder einen zu dicken Hals haben, müssen noch viel mehr als andere alles vermeiden was den Hals beengen oder drücken könnte, um nicht die Rückkehr des venösen Blutes nach dem Herzen zu erschweren und die Blutstauung in der vergrößerten Schilddrüse (Kropf) zu vermehren; außerdem wird durch Bewegung des Halses der Kehlkopf gedrückt, was zu unvollständiger und peinlicher Athmung führt. — Wenn aber auch einerseits Druck auf den Hals und Beengung desselben ernste Nachteile nach sich ziehen können, so ist anderseits die Mode der stark ausgeschnittenen Kleider, wie sie bei Bällen und anderen festlichen Anlässen getragen werden, eine Mode, welche sowohl vom Standpunkte der Hygieine als auch von demjenigen der Sittlichkeit nicht gebilligt werden kann. Indem so das Weib die Reize ihrer Schultern und eines Teiles ihrer Brust vor indiskreten Blicken bloß stellt, setzt sie nur allzu oft eine sehr zarte und sehr empfindliche Gegend ihres Körpers stark wechselnden Temperaturgraden aus, welche Luftröhrenentzündung zur Folge haben und in den Lungenspitzen das Terrain vorbereiten können, auf welchem sich später der gefürchtete Bazill der Lungenschwindsucht niederlassen wird.

Aus den selben Ursachen, wegen welchen zu enge Halskragen vermieden werden sollen, sind weiche Hüte den harten vorzuziehen, da letztere durch Druck auf die Blutgefäße die Ernährung des Haarbodens beeinträchtigen und, zum Ausfall der Haare Veranlassung gebend, zur Ursache der Kahlköpfigkeit werden. Strumpfbänder, welche den Blutkreislauf in den Beinwenen erschweren und leicht Krampfadern und in der Folge auch Krampfadergeschwüre erzeugen, sind besser durch elastische Bänder zu ersetzen oder durch Schnüre, welche an der Taille befestigt werden können. Eng anliegende Gürtel und Schnüre um den Leib sind ebenfalls verwerflich; viel besser würde es sein, die Unterkleider durch Tragbänder zu befestigen als durch einschneidende Schnüre um den Leib. Sehr breite, mehrfach um den Leib gewundene Binden, aus Flanell oder Wolle verfertigt, schnüren viel weniger als schmale, lederne Gürtel und schaden nicht wie diese; ja sie können sogar dem Arbeiter oder dem Gymnastiker, die sich großen Muskelanstrengungen aussetzen, nützlich sein, indem sie die Leibesorgane stützen und der Bauchwand festeren Halt geben. (Schluß folgt.)

Korrespondenzen und Heilungen.

Greiz, 25. Februar 1902.

Herrn Dr. Imfeld,
Arzt des elektro-homöopath. Institutes in Genf.

Sehr geehrter Herr Doktor.

Ihrer Anordnung gemäß, habe ich vom 1. Febr. bis heute Nerveux und Canceveux 3 trocken eingenommen und die Einreibungen mit weißer Salbe um die Ohren fortgesetzt. Diese Kur ist mir sehr gut bekommen, das **Ohrensausen** ist nun auch auf dem linken Ohre bedeutend besser geworden, so daß ich jetzt wieder recht gut höre.

Bitte um ihren weiteren guten Rat.

Im Voraus aufs herzlichste dankend, zeichne hochachtungsvollst ergebenst

H. W., Oberlehrer.

Bagnols (Var) Frankreich, 11. März 1902.

Herrn Dr. Imfeld,
elektro-homöopathisches Institut in Genf.

Hochgeachteter Herr Doktor.

Gegen meine Krankheit, welche die hiesigen Aerzte als **Hystero-Epilepsie** bezeichnet haben, verordneten Sie mir, unter Datum des 20. Oktober vorigen Jahres, eine Kur bestehend in A 2 + C 1 + F 1 + S 1, 2. Verd., 2 mal täglich 3 N, zum Essen 3 S 3, Kola-Coca vor den Mahlzeiten, abends, gleichzeitig mit dem N, 2 F 1, und Einreibungen des Rückengrates mit der alkoholischen Lösung von A 2 + F 2 + G. Fl.

Ich bin so glücklich, Ihnen mitteilen zu können, daß seitdem ich Ihre Kur mache die **Anfälle** gar nicht wiedergekehrt sind, während sie sonst vorher sehr häufig auftraten. Ich fühle mich auch seit längerer Zeit überhaupt viel ruhiger und schlafe viel besser, namentlich wenn ich abends die 2 Korn Febrifuge 1 nehme. Wenn ich erst im Bette bin, so schlafe ich sehr leicht ein, mein Schlaf ist ruhig und bin ich während desselben nicht mehr von den schrecklichen Träumen verfolgt. Ich esse nun auch mit gutem Appetit und erfreue mich einer guten Verdauung; bin auch bedeutend kräftiger geworden, habe ein gutes Aussehen und fühle mich überhaupt nicht mehr krank. Die Hauptsache ist aber die, daß ich von den schrecklichen Anfällen befreit bin.