Atemzüge des Menschen in der Minute

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Pestalozzi-Kalender**

Band (Jahr): **17 (1924)**

Heft [2]: **Schülerkalender**

PDF erstellt am: **28.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

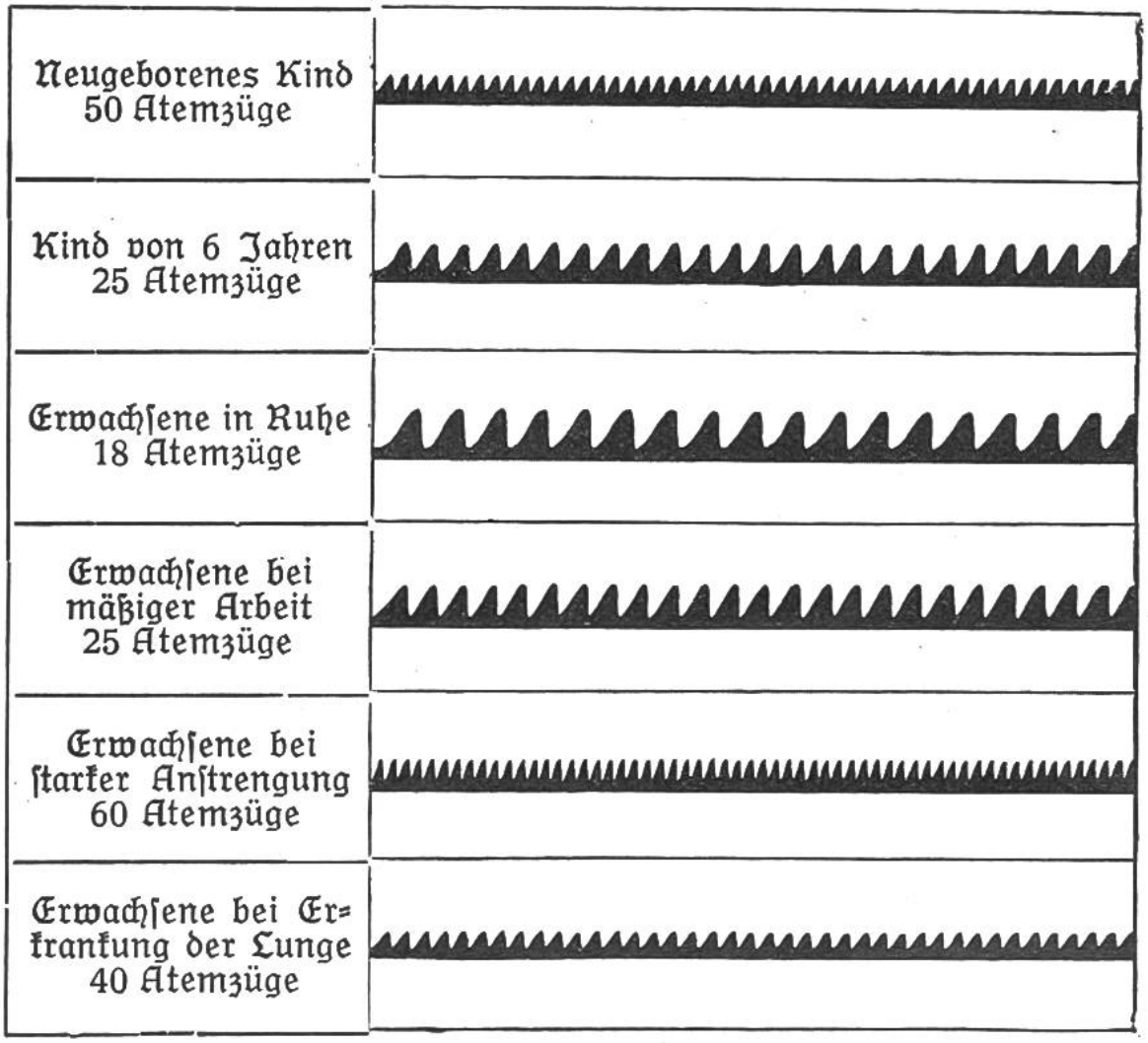
Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Atemzüge des Menschen in der Minute



Diese graphische Darstellung zeigt, daß die Atmung sich dem Sauerstoffbedürfnis anpaßt. Ist z. B. bei der Lungenentzündung ein Teil der Lunge außer Tätigkeit, so wird durch häufigere Atmung dennoch genug Luft zugeführt, um das Leben zu erhalten. — Weil bei der normalen Atmung stets noch ein Teil der eingeatmeten Luft in den Lungen zurückbleibt, soll man zeitweilig besonders tief ausatmen, um eine vollständige Lufterneuerung zu bewirken. Übe diese Luftgymnastik vor allem draußen in freier Natur und mache auch vorteilhaft begleitende Armbewegungen. Anleitungen findest du in allen Buchhandlungen. Alle Turner und Renner behelfen sich durch passende tiefe Atemübungen. Selbstverständlich sollen die Wohnräume auch so bemessen sein, daß sie einen längeren Aufenthalt ohne Nachteil gestatten. Man rechnet 20 Kubikmeter Luftraum pro Person. Ist dieses Verhältnis nicht erreicht, muß häufig gelüftet werden.