Die Hygiene der Wohnung

Autor(en): **W.S.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift**

Band (Jahr): **29 (1925-1926)**

Heft 9

PDF erstellt am: **01.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-668623

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

es wirklich. Aber wir waren schon nahe genug und besorgten nichts mehr. Durch die allgemeine dicke, weißgraue Luft sahen wir mein Haus, und ein gerader bläulicher Rauch stieg aus demselben empor, wahrscheinlich von dem Feuer kommend, an dem Maria, die Haushälterin, unser Mahl in Bereitschaft richtete. Wir legten hier wieder die Steigeisen an und gingen langsam hinunter, bis wir auf ebenem Boden waren, wo wir sie wieder wegtaten.

Das Lämpchen.

Mir träumte, daß ich höhwärts reiste,
Dem Tor der Seligkeiten nah.
Da spürt' ich, wie von Gottes Geiste
Ein kühler Zweifel mir geschah.

Und als gebeugt, mit müdem Klopfen,
Ich frierend an der Pforte stand,
Kam zart wie silberfeines Tropfen
Dein selig Stimmlein durch die Wand:

„Verzeih sein trübes Licht. Er büßte —
Sieh, Herr! nun glüht es wieder hell".
Das Tor sprang auf und golden grüßte
Mich Gottes ewiger Gütequell.

Du strahltest: „Komm!" und trugst — im Segen
O, tief als wie im Leid bewährt —
Mein Seelenlichtlein mir entgegen,
Das deiner Liebe Hauch geklärt.

Heinrich Fischer.

Die Hygiene der Wohnung.

Von Dr. med. W. S.

Es ist ein großer und praktisch entscheidender Unterschied, ob man gesundheitliche Fürsorge bei der Anlage eines neu zu erbauenden Hauses berücksichtigt, oder ob man sich mit der vorgefundenen, oftmals der Neuzeit nicht in allen Punkten entsprechenden Anordnung in einem alten, winkeligen Hause behelfen muß. Wird an die Errichtung eines neuen Hauses gegangen, so kann bei richtiger und rechtzeitiger Überlegung und Beratung auch unter verhältnismäßig einfachen, räumlich beengten und beschränkten Verhältnissen den gesundheitlichen Anforderungen in genügendem Maße Rechnung getragen werden.

Bei den alten, gar nicht selten recht unzweckmäßig gestalteten, aber heute mehr als je wertvollen Wohnungen ist Behelfen nötig. Besonders da, wo auf engem Platz, vielleicht nur in wenigen Zimmern, relativ viele Menschen zusammenwohnen müssen, sind oft die tatsächlich vorhandenen Schwierigkeiten zu groß, als daß den gesundheitlichen Notwendigkeiten immer die gebührende Berücksichtigung verschafft werden könnte.

Gerade aber in solchen Häusern und Wohnungen, wo durch beengten Raum oder durch ungeschickte Einteilung die gesundheitliche Fürsorge äußere Hemmnisse findet, da wird die innere Hygiene der Wohnung von wesentlicher Bedeutung. Hier kann außerordentlich vieles geschehen, was äußere Schädlichkeiten wieder ausgleicht, ihren ungünstigen Einfluß verschwinden läßt. Der Arzt wird sich hier immer nur mit der Rolle des Beraters begnügen müssen, der eigentliche Helfer — ist die Hausfrau. Auch unter schwierigen Verhältnissen wird die eine Wohnung ein gesunderes Gepräge tragen als die andere, je nach der Hand, die sie sorgend instandhält. Überlegung und Fleiß helfen da der Gesundheit der ganzen Familie oft mehr als teure Medikamente.

Im Innern der Wohnung müssen zwei Grundpfeiler anzutreffen sein, die einfach und selbstverständlich klingen, aber schwer überall durchführbar sind: Ordnung und Reinlichkeit. Wie Ordnung die beste Gesundheitshilfe ist, im Alltagsleben, im Berufsleben, in der Ernährung, so ist sie es auch im inneren Gefüge der Wohnung. Jedes Ding an den Platz zu tun, an den es gehört, erfordert eine rasch vorübergehende Arbeit, die sich in Ersparung von Energien reichlich belohnt macht. Auf abgespannte, ermüdete Nerven übt nichts einen wohltuenderen, beruhigenderen Einfluß aus als Ordnung im Haus, im Zimmer, im Küchenschrank, am Schreibtisch. Auch die schwer zu behandelnde Wohnküche ist dann eine dauernd wohnliche Stätte. Eine gewisse Pedanterie schadet dabei nichts, wenn auch ein Übermaß von Ordnungssucht, wie jedes Übermaß, nur neue Reizung eigener und fremder Nerven hervorruft. Arbeitskraft und Nerven der Hausfrau erfahren außerordentliche Schonung, wenn sie die im einzelnen geringe Mühe nicht

gescheut hat, alles dorthin zu tun, wo es hingehört, und wenn sie ihre Wohnungsgefährten zu gleicher Art erzogen hat. Denn für's erste spart sie sich Mühe und Ärger des Suchens, zum zweiten entlastet sie ihr Gedächtnis, das nicht für jeden Gegenstand einen neuen Platz behalten muß, zum dritten übt die schon im Unterbewußtsein vorhandene Gewißheit der Ordnung auf ihre Nerven und ihre ganze Gemütsstimmung beruhigenden Einfluß aus.

Hand in Hand damit geht die Bedeutung der Reinlichkeit für die häusliche Gesundheit. Die Entfernung von Schmutz aller Art, das Reinigen des Bodens, die Beseitigung des Staubes, das sind alles keine Arbeiten, die nur zur Verschönerung des Zimmers dienen, — obwohl auch das hübsche Aussehen der täglichen Umgebung in bedeutendem Maße zur Gesund- und Frischerhaltung des inneren Menschen beiträgt. Aber mit der Entfernung der Unreinlichkeit werden gleichzeitig Krankheitserreger aller Art beseitigt, die namentlich dort gedeihen, wo bei Mangel an Licht Schmutz und Abfälle ihnen reichlich Nahrung gewähren. Aus dem gleichen Grund ist die rasche Entfernung von Spül- und Putzwasser, die Beseitigung von Abfällen, so wichtig. Die Reinigung der Treppe ist keine leere Erfindung schönheitsdurstiger Sauberkeitsnörgler, sondern von Bedeutung für das ganze Haus: auf der Treppe vereinigen sich durch die Ablagerung des Straßenschmutzes, durch Reinigung der Schuhe und Kleider die Keime übertragbarer Krankheiten aus allen Stockwerken. Von der nicht gereinigten Treppe aus wird die Unreinlichkeit in alle Wohnungen getragen.

In der Reinigung der Wohnung wurde früher oft zuviel getan. Es ist eine unnötige Belastung, alle Woche sämtliche Fenster zu putzen, so wichtig diese Reinigung von Zeit zu Zeit ist, um dem Licht ungehinderten Zutritt zu gewähren.

Zur Reinlichkeit gehört rechtzeitige und ausgiebige Lüftung der Zimmer. Die kohlensäurereiche, verbrauchte Luft muß durch frische, sauerstoffreichere ersetzt werden. Im Sommer wird man danach streben, die Fenster möglichst viel offen zu halten. Im Winter genügt kurzes, umfassendes Öffnen sämtlicher Fenster, um einen richtigen Luftwechsel herbeizuführen; dabei strömt frische kalte Luft in das bewohnte Zimmer, aber seine Wände werden in der kurzen Zeit noch nicht abgekühlt, und es geht nur wenig Wärme verloren. Darum ist kurzes, ausgiebiges Lüften besser als langes Offenhalten eines kleinen Spaltes. Das Schlafzimmer soll nicht geheizt sein; für nächtliche Öffnung der Fenster, die in der wärmeren Jahreszeit selbstverständlich sein sollte, ist im Winter eine gewisse Gewöhnung Voraussetzung, um Schädigungen zu vermeiden. Der hauptsächliche Wohnraum darf im Winter nicht überheizt sein, die Temperatur nicht mehr als 17—18° Celsius betragen. Auf dem Ofen muß ein wassergefüllter Verdampfungstopf für die erforderliche Feuchtigkeitserfüllung der Luft sorgen.

Je mehr Licht und Sonne die Wohnung hat, desto besser. Sonnenlicht tötet Krankheitskeime. Südwohnungen sind deshalb mit Recht die begehrtesten, zumal auch in der „heißen" Jahreszeit in unserem Klima die Südlage sich höchstens an einzelnen Tagen unangenehm bemerkbar macht. Das Sonnen der Betten hat seine hygienische Grundlage. Es muß darauf Bedacht genommen werden, daß Augen anstrengende Beschäftigungen wie Nähen und Schreiben möglichst in Nähe des Lichts vorgenommen werden.

Die Frage, ob für Kinder ein eigener Raum empfehlenswert ist, ist heute nur schwer zu besprechen, denn meist ist sie nicht erfüllbar, sei es aus Raummangel oder im Winter aus der Schwierigkeit, ein neues Zimmer zu heizen. Wo die Gelegenheit sich bietet, ist sie unbedingt zu ergreifen: die Beschränkung der Kinder auf ein eigenes Zimmer gewährt den arbeitenden oder ermüdeten Eltern mehr Ruhe, und umgekehrt kann den Kindern die erforderliche Bewegungs- und Lärmfreiheit eher gegeben werden. Die Überlegung, ob für Eheleute gemeinsame oder getrennte Schlafzimmer besser sind, hat in der Regel mit gesundheitlichen Erwägungen nichts zu tun.

Das Zimmer des Dienstmädchens muß geräumig und für Licht und Luft unmittelbar zugänglich sein. Hier wird auch heute noch viel gesündigt, — ein schweres Vergehen gegenüber der Gesundheit anvertrauter Wohnungsgefährten. Wohnungen, die aus vier und fünf Zimmern bestehen, haben zuweilen ein Mädchenzimmer, das den einfachsten gesundheitlichen Anforderungen Hohn spricht. Es wäre hier besser, einen überflüssigen „Salon" auszuräumen und das gewonnene Zimmer dem Dienstmädchen zur Verfügung zu stellen.

Soweit man sich am laufenden Wasser

waschen kann, ist das jeder anderen Waschgelegenheit vorzuziehen. Der gesundheitlich bedeutungsvolle Drang zur Körperreinigung findet um so eher Befriedigung, je mehr die äußere Gelegenheit erleichtert wird.

Ein ernstes Kapitel ist das Verhalten gegenüber erkrankten Wohnungangehörigen. Namentlich die Untermieter, die zuweilen nur zum Schlafen in die Wohnung kommen und oft dem Wohnungsinhaber kaum näher bekannt sind, spielen hier zuweilen eine große Rolle. Ist ein Wohnungsgefährte von einer ansteckenden Krankheit ergriffen, so muß er im Interesse der gefährdeten Gesunden unbedingt in ein eigenes Zimmer gelegt werden, das später gleichwie die von dem Kranken benützten Gegenstände desinfiziert werden muß. Auch für den Kranken selbst ist diese Isolierung das Beste, da er so ganz ungestört und unbehelligt in Ruhe gesunden kann. Wo infolge der beschränkten Wohnungsverhältnisse aber ein gegesondertes Zimmer nicht zur Verfügung steht, ist die Verbringung in ein Krankenhaus der beste und einzig gangbare Weg. Er sollte denn auch in solchen Fällen zum Nutzen der Kranken wie der Gesunden ohne langes Zaudern betreten werden.

Heimlicher Tanz.

Auf stillem Weg beim Sternenglanz,
da dreht ein Wesen sich im Tanz
und summt dazu ein kleines Lied,
froh, daß es keiner hört und sieht.

Wer tanzt so unterm Sternendom?
Ein Blumengeist, ein Elf, ein Gnom?
Wer dreht sich einsam und geschwind?
ach, nur ein selig Menschenkind.

Ein Menschenkind, das manchen Tag
ein Glück trug, dem es fast erlag,
das mit verklärtem Angesicht
nun tanzend sucht sein Gleichgewicht.

Verstehend schaut es dann empor
zu der Gestirne lichtem Chor
und fühlt sich mit den Sternen eins
im Glückesrausch lebend'gen Seins.

M. Schubert, Feldmeilen.

Von allerlei guten Engeln am Sterbebette großer Menschen.

Von Heinr. Göhring.

Englands großer Dichter John Milton hatte Ruhm und Ehre in reichem Maße, nicht aber Frieden und Glück für seine Seele gefunden. Dreimal versuchte er, sich eine Lebensgefährtin zu erringen, und dreimal ward ihm nichts als Enttäuschung zuteil. Seine erste Frau, Mary Powel, entpuppte sich als ungemein leichtfertig, weshalb er sich voll Abscheu von ihr wandte; seine zweite Frau, die treffliche Katharina Woodcock, entriß ihm schon nach einem Jahr der unersättliche Tod, und seine dritte Frau, Elisabeth Minshut, war ihm wohl in seinen Leidensjahren eine treue Pflegerin, blieb aber seinem Seelenleben gegenüber fremd und verständnislos. Nur an seiner jüngsten Tochter, „seinem guten Engel", fand er eine geduldige und verständige Mitarbeiterin, die ihm in der letzten Zeit seines Lebens, in die seine größten dichterischen Leistungen fallen, das ihn umgebende Dunkel — unablässige Arbeit hatte ihm das Augenlicht geraubt — durch ihre aufopfernde Liebe erhellte und ihm durch Niederschrift seiner Gedanken das Arbeiten ermöglichte. Einen solchen guten Engel besaß Friedrich Hebbel in seiner Tochter Christine, der späteren Frau Kaizl-Hebbel, deren interessante Veröffentlichungen einen tiefen Einblick in das Leben des Nachklassikers gewähren. Friedrich Rückert hatte in seiner Tochter Marie, des Vaters weiblich verfeinertem Ebenbild, eine treue Pflegerin. Hierher gehören unter anderem Ludwig Feuerbachs Tochter Leonore, Goethes Schwiegertochter Ottilie, Dostojewskis Tochter Ljuba. Mehr noch als die Tochter war Dostojewskis zweite Frau der gute Engel im Leben des russischen Dichters. Von ihr wird erzählt, daß sie der Spielleidenschaft des Gatten selbst das letzte Hemd geopfert hätte. Otto Ludwigs Gattin pflegte den hoffnungslos Kranken, halb gelähmt Daniederliegenden mit selbstvergessener Aufopferung. Ähnliches berichtet der Biograph von Ferdinand Freiligraths Frau Ida. Auch Wilhelm Hauffs Frau — sein über alles geliebtes Bäschen — verschönte ihrem Gatten die letzten schmerzlichen Erdenstunden. Auch Eduard Mörikes Frau, die sich von ihrem Gatten getrennt