Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 24 (1967)
Heft: 7

Artikel: Verschiedenartiges Bauen
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552868

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: 15.07.2025

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

Verschiedenartiges Bauen

Sturm, Schnee und Kälte zwangen die Menschen, die in den Bergen wohnten, kräftige Häuser aus Stein zu bauen. So sieht man im ganzen Alpengebiet Häuser, die äusserst massiv aus Steinen, teilweise aber auch aus Holz gebaut sind. Unser Titelbild führt uns in eine Engadiner Landschaft, die uns den Beweis erbringt, dass dort die Notwendigkeit starker Bauten besteht. Die Mauern sind denn auch sehr dick, wodurch sie den Unbilden des Wetters standzuhalten vermögen. Aber kalt muten diese Steinbauten an, und es braucht eine abgehärtete Natur, damit man die Zentralheizung nicht vermisst. Die Bergbewohner sind indes nicht verwöhnt, auch entschädigt die kraftvolle Wärme der Höhensonne tagsüber, ja selbst im Winter. Im Wallis sind die Bauten meist aus Holz, das durch die Kraft der Sonnenstrahlen schwarzgebrannt ist. Holzbauten sind wärmer als jene aus Stein, nur sind sie grösserer Brandgefahr ausgesetzt.

Auch im Himalaya und in den Cordilleren findet man feste, massive Häuser, denn es handelt sich dort um die zwei höchsten Gebirgszüge der Erde. So ist die Bauart aus Stein nicht verwunderlich. Sie erinnert teilweise an die Zeit der Inkas, die sich zum Bauen grosser Granitblöcke bedienten. So genau fügten sie die ungleich behauenen Steine zusammen, dass kein Mörtel mehr dazwischen Platz gehabt hätte.

Etwas Eigenartiges

Das war wohl zumeist in den Bergen, denn auf dem Titicacasee begnügten sich die dort lebenden Urus und Inkas schon während der Blütezeit ihres Reiches mit Binsenhäusern. Die Binsen beschaffte ihnen der See, und zwar bauten sie ihre Wohnstätten nicht auf dem festen Land oder am Ufer, nein, sie erfanden etwas ganz Eigenartiges, denn sie beschafften sich sogenannte schwimmende Inseln, indem sie die starken, aus dem See emporwachsenden Binsen über dem Wasser umbogen, so dass sie als Grundlage zum Hüttenbau dienen konnten. Noch heute sind diese schwimmenden Inselsiedlungen die Wohnstätten ihrer Nachkommen. Wenn man sie besucht, fragt man sich unwillkürlich, ob das seichte Wasser unter ihnen nicht der Gesundheit schaden könne? Aber diese Menschen sind nicht übermüdet, wie wir es vielfach sind, und kümmern sich weder um Hygiene noch Luxus. Überaus bequem sitzen sie vor ihren Binsenhütten an der Sonne, flechten Korbwaren aus den Binsen und sind froh, wenn keine Besucher kommen. Ist dies dennoch der Fall, dann verkriechen sie sich in ihre Häuser und höchstens die melodisch weichen Töne einer Flöte vermögen sie aus ihrem Versteck zu locken. Wenn man bedenkt, dass der Titicacasee auf 4000 Meter Höhe liegt, dann wundert man sich, dass die Binsenbauten genügend Schutz bieten, aber die Gegend liegt nahe dem Äquator und so fällt kein Schnee, wenigstens keiner, der liegen bleibt. Die Hütten entsprechen daher den dortigen Anforderungen.

Pfahlbauten unserer Tage und Wohnboote

Im Tiefland, vor allem im Amazonasgebiet baut sich die Bevölkerung ihre Häuser aus Rundholz, und zwar stehen sie wie Pfahlbauten ungefähr 1—1.30 m über dem Boden. Wände sind in dieser heissen Gegend nicht nötig. Das Dach schützt vor dem Regen, obwohl es nur aus geflochtenen Palmblättern besteht. Wenn diese anspruchlosen Wohnstätten direkt auf dem Boden stehen würden, wären sie sehr ungesund infolge der Feuchtigkeit, die trotz der Hitze alles durchdringt. So muten sie denn in ihrer erhöhten Lage wie Pfahlbauten an, die einst die alten Helvetier an unseren Seen zum Schutz im Wasser erstellten. Immer wieder wussten sich die Menschen den Verhältnissen anzupassen, was uns auch China, vor allem Hongkong, bestätigt, denn dort sind vielfach die Wohnboote üblich, doch finden wir diese auch in Europa, denn auch der Hol-

länder liebt es oft, sich in schwimmenden Wohnstätten niederzulassen, nur ist er jedenfalls nicht im gleichen Masse widerstandsfähig gegen Rheuma und Gicht wie die Bewohner der schwimmenden Inseln oder jene der Dschunken, wie die chinesischen Wohnboote heissen. Diese Chinesen leben meist in äusserst bedürftigen Verhältnissen, lieben aber ihre Wohnstätte sehr. Die Bescheidenheit ihrer Lebensweise scheint ihnen gesundheitliche Zähigkeit zu beschaffen, so dass ihnen das Wohnen über dem Wasser mit seiner entsprechenden Feuchtigkeit weniger schadet als uns die modernen Betonbauten.

Lehmhäuser, Höhlen und Eisbauten

In warmen Ländern ist es vielerorts auch üblich, Häuser aus Lehm zu bauen. Sie haben den Vorteil, dass sie gegen Kälte und Hitze, teilweise auch gegen die Feuchtigkeit schützen, nur sind sie keineswegs schön und lieblich, aber vielen geht ohnedies der Sinn für Wohnkultur ab. Wenn die Armut gross und der Arbeitswille gering ist, begnügt man sich mit dem Notwendigen. Auch die nordamerikanischen Indianer bauen mit Lehm. Diese Bauten dürfen allerdings keiner Kälte unter Null ausgesetzt sein, denn wenn sie gefrieren, sprengt das gefrorene Wasser im Lehm die Wand und sie wird zerfallen.

Geschichtliche Forschungen erbrachten den Beweis, dass es einst auch in unserem Lande Höhlenbewohner gab, doch war dies keine Entwicklungsstufe, wie so viele im Widerspruch zum Schöpfungsbericht der Bibel glauben, sondern eine Anpassung an ungünstige Verhältnisse. So hört man denn viel von Flüchtlingen und Verfolgten, die sich in ihrer Notlage Höhlen als Wohnstätten aussuchten. Uns scheint solches Wohnen nicht gesund zu sein, aber noch immer ziehen es gewisse Zigeuner vor, in Höhlen zu wohnen. Bekannt sind in Spanien die Zigeuner, die in der Nähe von Granada als neuzeitliche Höhlenbewohner hausen. Ärmere Indianer von Südamerika ziehen es ebenfalls vor, ausserhalb den Städten in Höhlen statt in festen Wohnungen zu leben, vielleicht, weil die Höhlen schon bereitstehen, also keine Bauprobleme für sie bedeuten.

In Yukatan, wo die Indianer aus Holz und Lehm Hütten bauen, schlafen sie nicht auf dem Boden, sondern in Hängematten, zum Schutz gegen Schlangen, Skorpione und andere gefährliche Tierarten, aber sicher auch wegen der Bodenfeuchtigkeit. Auch bei uns scheut man Erdgeschosswohnungen, die nicht unterkellert sind, weil man sie allgemein als ungesund betrachtet. Schon oft haben wir über verschiedene Wohnverhältnisse erzählt, aber noch nie kam es uns in den Sinn, auch einmal an die Eskimos zu denken, die in Eis und Schnee wohnen müssen. Wir können uns kaum vorstellen, wie ein solches Wohnen auf uns wirken würde, aber es gefällt den Eskimos, die nichts anderes kennen, in ihren sogenannten Iglus, die aus Eisklötzen hergestellt sind, sehr gut. Felle scheinen genügend Schutz zum Wohnen und zum Schlafen zu bieten. Aber es braucht bestimmt auch die gesundheitliche Grundlage eines Eskimos und seine anspruchslose Lebensweise, um es in einer solchen Wohnung aushalten und sich darin wohlfühlen zu können.

Noch vieles könnte man vom Bauen berichten, denn so vielseitig, wie die Menschen selbst sind, wie das Klima ist, in dem sie wohnen, so verschieden wie sich ihre kulturellen Bedürfnisse gestalten, ebenso mannigfach sind auch ihre Wohnverhältnisse und somit ihre Bauweise. Wir lieben schöne Bauten, gesundes und praktisches Wohnen, wir leiden aber auch ebenso darunter, wenn wir hässliche Wohngelegenheiten antreffen. Sehr erstaunt waren wir oft auch über die Bauweise in Nordamerika, wo jeder zu bauen scheint, wie es ihm passt, wenigstens in kleineren Ortschaften. Ferienhäuser stehen oft, wie teilweise auch bei uns in der französischen Schweiz, mitten im Wald. Bei dauernd heissem Wetter mag dies angehen, doch nicht zur Regenzeit, weil es dann zu feucht und kalt ist. Sehr erstaunt waren wir auch über die grosse Zahl von Wohnwagenbesitzern, und da wir uns

selbst einmal die kurze Zeit von ein paar Wochen in einem solchen Wagen aufhielten, waren wir darüber noch mehr erstaunt, dass es der Amerikaner oft sein Lebtag darin aushalten kann; denn wir haben gesundheitlich darunter gelitten.

Befriedigende Lösung

Wenn wir nun all diese Wohngelegenheiten überdenken, befriedigt uns einzig die Aussicht, dass die bevorstehende Zeitenwende auch diese Verhältnisse regeln wird, steht doch darüber geschrieben: «Sie werden Häuser bauen und bewohnen und Weinberge pflanzen und ihre Frucht essen. Sie werden nicht bauen und ein anderer es bewohnen, sie werden nicht pflanzen und ein anderer essen». Ja, es wird sogar noch verheissen, dass die Menschen nicht mehr aufgeschreckt werden, weil sie den Krieg nicht mehr lernen müssen, und das ist für unsere kriegsbedrohte Zeit eine Symphonie und ein Balsam, denn was nützt all das viele Bauen, wenn es nur der Vernichtung ausgesetzt ist?

Falsche Anwendung der Kalorienlehre

Wer vor ungefähr einem halben Jahrhundert über das damalige Verständnis der grobstofflichen Bedeutung von Eiweiss, Fett und Kohlehydraten orientiert war, hatte das Gefühl, das Wesentliche von der Ernährung zu wissen. Redete man von Gemüsenahrung, dann bedeutete dies eine lediglich Abwechslung und geschmackliche Beigabe zu unserem Mahle, denn in den Augen Sachverständiger hatte das Gemüse wenig Wert. Noch erinnere ich mich diesbezüglicher Belehrungen in der Schule, wo wir von massgebender Seite erfuhren, dass beispielsweise der Spinat praktisch für die Ernährung keinerlei Bedeutung habe, da er fast zu 90% aus Wasser bestehe.

Damals war die Lehre vom Verbrennungswert eines Stoffes sehr wertvoll, konnte man dadurch doch ausrechnen, wieviele Einheiten Energie, also wärmeerzeugende Substanz, eingenommen werden mussten, um unseren reinen Energiebedarf an Wärmeeinheiten, in Kalorien ausgedrückt, zu decken und zu veranschaulichen. Bei dieser rein kalorischen Berechnung konnte man jedoch weder die alkoholischen Getränke noch auch den reinen Alkohol gut ausschliessen, obwohl sich daraus ein ganz falsches Bild ergab. Nach blosser Theorie hätte man eigentlich vom Alkohol leben können, da alkoholische Getränke mit Leichtigkeit den Kalorienbedarf dekken.

Es war nach damaliger Ansicht auch nicht schwer, sich seine ungefähr 3000 Kalorien durch Schweinefleisch und weissen Reis zu beschaffen. Man war keineswegs darüber unterrichtet, dass eine solche Ernährung mit bestimmter Sicherheit eine Beriberi-Erkrankung auslösen konnte, wodurch der Mensch trotz den genügenden Kalorien unter Kräftezerfall zugrunde gehen kann. Obschon die Kalorienlehre auch heute noch in beschränktem Masse zur Angabe quantitativer Richtlinien erwähnt werden kann, wäre es als rückständig und unsinnig zu bezeichnen, wollte man sie noch immer als Wertmesser gebrauchen.

Kraftvoll und doch nachteilig

Es ist daher erstaunlich, feststellen zu müssen, dass sich ein Genossenschaftsblatt heute noch vorwiegend auf den Kalorienreichtum der Nahrung stützt und dadurch zu dem Schlusse kommt, reine Rohkost sei Hungerkost. Aber der altmodische Begriff, wer etwas leisten wolle, müsse auch gut essen, findet seiner Einträglichkeit wegen volle Beachtung und wird dem Leser trotz Überholung infolge neuzeitlicher Forschungsergebnisse als alleinig richtige Ansicht vorgestellt. Man kann eine solch beharrliche Rückständigkeit nur bedauern und den Kopf darüber schütteln. Genau so verkehrt wäre es, wenn ein Ingenieur für einen Wagen, den 6 Pferde zu ziehen vermögen, einen 6-PS-Motor verwenden würde, denn dieser könnte die Last, der 6 lebendige Pferde gewachsen sind, niemals ziehen. Heute