

**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatschrift des Sauter'schen Institutes in Genf  
**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf  
**Band:** 27 (1917)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Zimmerlüftung [Fortsetzung und Schluss]  
**Autor:** Jaeger, Gustav  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1037936>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

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

# Sauter's Annalen

## für Gesundheitspflege

Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgegeben unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 9.

27. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

September 1917.

**Inhalt:** Zimmerlüftung (Fortsetzung und Schluß). — Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz (Fortsetzung). — Die Bergkrankheit. — Heilsame Wirkung der Musik auf Kranke. — Fange an! Korrespondenzen und Heilungen: Augenentzündung; Blinddarmentzündung; Luftröhrentzündung.



### Zimmerlüftung.

Von Prof. Dr. med. Gustav Jaeger.

(Fortsetzung und Schluß.)

Ehe wir von diesem Gesichtspunkt aus die Zimmerlüftung besprechen, ist folgendes vorauszusetzen: Wenn der üble Geruch von einem warmen Körper erzeugt wird, z. B. einer brennenden Lampe, einer angebrannten Speise, einem stinkenden Ofen, brennenden Zigarren und Pfeifen, so wird das größere spezifische Gewicht durch die Wärme unwirksam und er steigt in die Höhe und kann sich in einem geheizten Raum, weil auch die Wärme in die Höhe steigt, dort längere Zeit behaupten, aber sobald ihm die Wärme nicht mehr zu Hilfe kommt, macht sich das höhere spezifische Gewicht geltend und er sinkt zu Boden.

Nun zur Lüftung. Da in menschengesüllten Räumen, natürlich besonders wenn sie geheizt sind, neben den üblen Gerüchen in der Regel auch eine lästige Ueberhitzung eintritt und der Abzug der Wärme natürlich an der Decke am leichtesten vor sich geht, so hat sich eine Lüf-

tungsweise durch Oeffnungen in der Zimmerdecke eingeführt. Daß durch diese eine Ueberhitzung der Räume verhindert werden kann, steht fest, allein für die Befreiung derselben von üblen Gerüchen ist sie in der Regel ungenügend. Wenn nicht vom Zimmerboden her ein genügender Auftrieb der Luft erfolgt, diese also ruhig steht, so sinken die in ihr befindlichen üblen Gerüche, ganz besonders die von den dort befindlichen Menschen erzeugten, ruhig abwärts. Wer das noch nicht weiß oder glaubt, stecke einmal in einem Wirtshaus die Nase unter den Tisch und er wird zugestehen: „Da unten aber ist's fürchterlich!“

Aber auch bei schwachem Auftrieb geschieht dies bei der Deckenventilation; sobald die Luft durch die Oeffnung der Decke getreten ist und sich dort abkühlt, sinken die in ihr enthaltenen üblen Gerüche zum Teil durch die Oeffnung in den Raum wieder hinab. So kommt es, daß man so häufig in solchen Räumen, in denen man sich auf die Deckenventilation verläßt, trotz dieser eine sehr schlechte Luft findet.

Mit dem gleichen Uebelstand leiden auch alle mit den Fenstern verbundenen Lüftungsvorrichtungen, da sie die verhältnismäßig reinste, die Oberschichten bildende Luft abführen und

auf die Bodenluft gar nicht oder ganz unvollständig einwirken. Am meisten gilt das natürlich von den bei uns üblichen Lüftungen durch die oberen Fensterflügel. Selbst wenn zwei gegenüberliegende Oeffnungen einen lebhaften Luftzug durchs Zimmer unterhalten, wirkt dies erheblicher bloß auf die oberen Luftschichten, denn wollte man ihn so verstärken, daß er auch die Bodenluft aufwirbelt, so entsteht ein Zug, der auf die Dauer nicht ertragen wird. Besser ist in dem Stück natürlich das englische Fenster, weil hier eine tieferliegende Gegenöffnung vorhanden ist, aber zu einer stärkeren Wirkung auf die Bodenluft kommt es auch hier nur, weil die untere Oeffnung immer noch zu hoch liegt, wenn die Außenluft ziemlich kälter ist, also in das Zimmer auf den Boden herabsinkt. Aber selbst dann ist sie nicht vollständig, denn wenn die Bodenluftbewegung nicht so stark ist, daß sie die üblen Gerüche bis zur Höhe der oberen Fensteröffnung aufwirbelt, der einzigen Stelle, wo sie sich entfernen können, so hilft auch das englische Fenster nicht gründlich. In der Nähe des Fensters wird allerdings gute Luft herrschen, aber im Hintergrund des Zimmers nicht.

Daraus folgt, daß eine Beseitigung der üblen Gerüche der Zimmerluft nur durch eine Oeffnung möglichst nahe am Fußboden bewerkstelligt werden kann, wobei aber folgendes zu beachten ist. Da die Bodenluft schwerer als die Außenluft ist, so braucht sie keinerlei Antrieb und fließt von selbst ab, aber es darf sie kein Gegenstrom aus der Außenluft in das Zimmer, der die gleiche Oeffnung zu benützen bestrebt ist, daran hindern. Ein solcher ist aber stets vorhanden, wenn eine obere Gegenöffnung die wärmere Luft an der Decke abführt. Dem kann nur dadurch abgeholfen werden, daß die untere Oeffnung genügend weit ist.

Dies führt zu der Lüftung durch eine Türe,

besonders wenn man sie noch mit einem über der Türe angebrachten beweglichen Oberfenster verbindet; durch eine so breite, vom Boden bis fast an die Decke reichende Oeffnung fließt die übelriechende Bodenluft ungehindert unten ab und oben zieht die gute Außenluft langsam nach. Geht der Wind nicht auf die Türöffnung, so ist dabei die Luftbewegung im Zimmer so gering, daß von einem Zug nicht die Rede ist, und deshalb bietet diese Lüftungsart nicht nur an sich, sondern auch für die Säuberung der Zimmerluft von üblen Gerüchen die allerbeste Lösung der Lüftungsfrage für Zimmer.

Ich habe hierüber jüngst folgende persönliche Erfahrung gemacht. An einem ebenerdigen Gartensaal mit anstoßender geschlossener Regelpahn befand sich zwar eine Türe ins Freie, aber da sie auf der Wetterseite lag und in Angeln sich bewegte, so konnte man sie nicht offen lassen, und so herrschte immer, trotz sonstiger Ventilation in der Decke und in dem Oberteil der Fenster, eine verstockte Luft. Eine nötig gewordene Vergrößerung gab Gelegenheit, die Türe von der Wetterseite auf die südliche Seite zu verlegen und als Schutztüre einzurichten, über der sich noch ein drehbares Oberlicht befindet. Es ist gegen früher geradezu staunenswert, wie schnell durch diese Türe der gegenüber vorher erst noch bedeutend vergrößerte Raum sich vollständig lüftet und fast ohne merklichen Zug.

Die gleiche Erfahrung kann man in Gasthöfen machen. Hat man ein Zimmer mit einer Türe auf einen Balkon, so lüftet sich nach Oeffnung derselben in kürzester Zeit das Zimmer bis in seinem Hintergrund, während durch das Oeffnen der Fenster erst nach stundenlanger Dauer eine erträgliche Luft zu erhalten ist und der Hintergrund immer bedenklich bleibt.

Nun kommt in praxi das „Aber“. Wo haben unsere Zimmer eine zur Lüftung geeignete

Türe? In unseren deutschen Mietkasernen führen alle Zimmertüren entweder in ein anderes Zimmer oder in einen Hausflur, wohin Küche, Abort und andere Verlichkeiten ihre üblen Gerüche einströmen lassen, und dieser Hausflur ist wieder durch eine Türe gegen den einzig möglichen Abflußweg, die Treppe hinunter abgeschlossen<sup>1)</sup>. Zudem soll die abfließende Bodenluft nur durch gute ersetzt werden von der Außenluft her.

Hier gibt es nur zwei Lösungen. Die eine, einfachste, findet man gelegentlich in Schlössern und Gasthöfen mancher südlichen Städte, die früher Paläste waren, besonders aber in Genf. Sie besteht darin, daß ein oder alle Fenster bis zum Fußboden herabreichen und außen ein Brüstungsgitter gegen das Hinausfallen haben. Ein solches Fenster wirkt natürlich genau wie eine Türe. Alle Fenster so zu machen, ist selbstverständlich nicht nötig, aber diese Lösung scheitert daran, daß die Einheitlichkeit der Hausfassade von außen bedenklich gestört wird, wenn nicht alle Fenster gleich sind. Die zweite Lösung ist die Anbringung eines Balkons. Sie ist zwar teurer, gewährt aber den zweiten großen Vorteil, daß man nicht bloß durch das Öffnen der Balkontüre das Zimmer am schnellsten lüftet, sondern auch selbst auf dem Balkon am besten und angenehmsten auslüften kann, was nach längerem Zimmeraufenthalt eine Erquickung ist.

Leider sind bei uns die wenigsten Häuser mit Balkonen versehen und wenn an einem Haus wirklich einer ist, so sieht man fast nie einen Menschen darauf. Und warum? Wenn man die Wohnung betritt, so findet man, daß der Balkon an der sogenannten guten Stube angebracht ist, in der man weder wohnt noch

<sup>1)</sup> Die englischen Einfamilienhäuser sind auch in dem Stück besser, weil sich die Hälfte aller Zimmer auf die Treppe öffnen.

schläft und die man in der Regel überhaupt nicht betritt.

Eine Wandlung in dieser Richtung hervorzurufen ist vielleicht dem Luftkurwesen vorbehalten, denn an solchen Plätzen trifft man Kurhäuser, in denen die Fremdenzimmer entweder alle oder doch meistens sich auf Plattformen, Veranden oder Balkone öffnen. In dieser Beziehung ist mir namentlich ein meist von Amerikanern benütztes Sommerfrischehaus in dem bekannten Mürren im Berner Oberland aufgefallen, an welchem ich nicht weniger als 64 Balkone zählte. Möchten sich unsere städtischen Miethausbauer doch an so etwas eine Lehre abnehmen. Woher kommt die zunehmende Stadtlucht im Sommer? Unter anderem auch davon, daß man in den verständnislos gebauten Miethauskästen selbst keine frische Luft schnappen kann und es unten auf der Straße stinkt.

(Dr. Gustav Jaeger's Monatsblatt für Lebenskunde und Gesundheitspflege.)



## Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz.

Von Dr. Imfeld.

*Mens sana in corpore sano.*

(Fortsetzung.)

### 2. Die Mäßigkeit.

Die Mäßigkeit ist eine große Tugend; sie ist aber auch ein Gesetz der Natur, ein Gesetz der Hygiene, von welcher die körperliche und geistig-seelische Gesundheit des Menschen abhängt.

Die Mäßigkeit besteht in einem geregelten Gebrauch unserer physischen und psychischen Fähigkeiten. Die Mäßigkeit lehrt uns sowohl in unseren Empfindungen wie in unseren Lebensgenüssen gewisse Grenzen nicht zu überschreiten. Die Mäßigkeit ist die Beschränkung unserer Leidenschaften; sie entspricht, mit einem Wort,