

**Zeitschrift:** Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 3 (1931-1932)

**Heft:** 7

  

**Artikel:** Stoffe

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-968636>

### **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:** 14.03.2025

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

wirkt herzerregend und blutdrucksteigernd, was bei häufiger Wiederholung die Gefäße schädigen muß. Daher das Gebot strengsten Maßhaltens im Genuß dieser drei und die Nützlichkeit des coffeinfreien Kaffees, nikotinarmen Tabaks u. a. m.

Die genannten sind nicht die einzigen Ursachen frühzeitiger Gefäßerkrankung und damit vorzeitigen Alterns, aber es sind die wichtigsten und vor allem diejenigen, gegen die wir uns selbst zu schützen vermögen.

## Stoffe.

*Zweieinhalb Millionen Poren  
Sind zum Dienste auserkoren  
Zu des Körpers Nutz und Frommen  
Haben wir sie wohl bekommen!*

Schon des öfters ist die Tatsache an unser Ohr gedrungen, daß unsere Haut nicht weniger als zweieinhalb Millionen Poren besitzt, die zu unsrer Atmung und zur Schweißabsonderung notwendig sind. Daß man diese Pforten stets offen halten soll, leuchtet daher jedem ein. Immer mehr ist man beflissen durch Baden, Turnen, Massage und Oelen die Haut stets in flotter Tätigkeit zu halten, aber eines vergißt man fast vollständig, nämlich, daß, wenn man nach seiner erfrischenden Hautpflege wieder in die Kleider hineinschlüpft, man den Segen geöffneter Poren wieder aufhebt, da die Kleider in der Regel undurchlässig sind für Luft und Sonne. Nicht allein die dunklen dicken Stoffe der Männerkleidung, nein, sogar die hellen Wäschestoffe sind durch Stärke- und Appreturprozesse so verkleistert, daß sie luftundurchlässig werden. Wie soll da die Haut ungehindert ihre Arbeit verrichten, wenn man sie von jeglichem Zutritt der Luft absperrt?

„Unsere Haut ist dazu bestimmt, von der Luft überflossen zu werden.“ Dieser Ausspruch des bekannten Hygienikers Professor von Pettenkofer sollte die Wahl unsrer Kleidung bestimmen und nicht Mode und Gewohnheit. Wenn man bedenkt, daß ein Teil der Kohlensäure und Harnsäure unseres Blutes durch die Poren der Haut ausgeschieden wird, so begreift man wiederum, warum man diese wichtigen Pfortchen offen halten soll. Undurchlässige Stoffe saugen in der Regel den Schweiß schwer auf. Professor Jäger trat daher mit fester Entschiedenheit für durchlässige Wollkleidung auf.

---

*Gegen die Flut untergrabender Verderben kann der Mensch nicht aufkommen.  
Sein Bemühen ist wie ein Tropfen auf einen heißen Stein. Nur gut, daß die sichere  
Gewähr göttlichen Eingriffs zur vollen Tatsache wird.*

Sowohl Unterwäsche als auch das Oberkleid soll aus luftdurchlässiger Wolle bereitet sein. Auf diese Art hat die Luft freien Zutritt, die Dunststoffe können entweichen und die Gefahr einer Erkältung ist aufgehoben. Professor Jäger geht sogar so weit, daß er auch die Bettwäsche aus luftdurchlässiger Wolle anordnet, ja sogar die Säuglingswäsche ist durchwegs aus Wolle, und es sollen auf diese Art Erkältungskrankheiten ausgeschaltet worden sein.

Heute, wo man die Frage nicht mehr alleine nur von der Kleidungsart abhängig machen kann, da man weiß, welche wichtige Rolle eine naturgemäße Nahrung nebst richtiger Haut- und Körperpflege spielen, heute ist man nicht mehr so ängstlich, um nur Wolle zu seiner Kleidung gebrauchen zu wagen. Die Hauptsache ist, daß die Stoffe, die verwendet werden, luftdurchlässig sind. Professor Jäger war in jeder Hinsicht gegen Stoffe aus Pflanzenfasern, da diese den Schweiß von der Haut nicht so gut abnehmen, wie dies die Wolle zu besorgen vermag. Dafür aber lassen sich sowohl Leinwand als auch Baumwolle weit besser waschen, während die Wolle den aufgesaugten Schweiß schwer wieder von sich gibt. Dr. Lahmann aber tritt für die Baumwolle ein. Die Hauptsache ist eben, daß die Stoffe luftdurchlässig sind, damit verbrauchte Gase entweichen können und frische Luft ihren Zutritt findet. Dieser Luftaustausch erhöht die Hautzirkulation und steigert das Wärmegefühl, sodaß es sich von selbst ergibt, daß man in poröser Kleidung weniger schwitzt und weniger friert als in einer dichten, abgeschlossenen. Es ist daher begreiflich, daß es nichts nützt poröse Unterwäsche zu besitzen, wenn man diesen Vorteil durch luftundurchlässige Oberkleidung wieder aufhebt.

Der Irrtum, daß luftundurchlässige Kleidung die Wärme eher zusammenhalten werde, beruht darauf, daß man vergißt, daß die Luft ein schlechter Wärmeleiter ist. Ist daher ein Gewebe locker, enthält es also viel Lufträume, so entweicht die vom Körper erzeugte Wärme durch diese nur langsam. Daher kommt es, daß auch bei großer Kälte luftdurchlässige Kleidung beste Wärme verschafft.

Dr. Lahmann schreibt über die Wichtigkeit der Hautausdünstung folgendes: „Die Haut ist Ausdünstungsorgan für flüchtige Selbstgifte des Körpers, die durch die Haut entweichen. Wenn man

---

*Schlimmer als alle körperlichen Feinde des Menschen ist seine Unwissenheit in Bezug auf das Vorhaben Gottes. Wer seine Zuversicht aber auf den Völkerfrühling wahren Friedens und göttlicher Gerechtigkeit setzen kann, bleibt frohgemut auch inmitten Schwierigkeiten und Leiden.*

ein paar Tröpfchen Schweiß, besonders eines kranken Menschen, einem kleinen Tier ins Blut impft, so muß es rettungslos sterben. Das ist ein Beweis, wie kräftig die Haut, wenn sie angeregt ist, die Ausscheidung der Gifte besorgt.“ Und dieser Beweis läßt gewiß jeden erkennen, wie schädlich es ist, wenn die Kleidung den Schweiß nicht aufzusaugen vermag und die Luft nicht durchläßt.

Haben wir bis heute die Stoffe nur nach Aussehen und Farben gewählt, so muß von nun an der Blick auf die Art der Gewebe gerichtet werden. Professor Jäger rät sogar, was die Farbe anbetrifft, stets Naturfarbe zu wählen. Auf alle Fälle sollte man darauf achten, keine schädliche Farbe um des lieben Geschmacks willen zu erküren. Hierbei spielt die Strahlendurchlässigkeit noch eine besondere Rolle. Rot läßt z. B. die Ultraviolettstrahlen nicht durch, während blau den Durchgang zur Haut begünstigt. Schwarz zieht die Sonnenstrahlen direkt an und wird mehr erwärmt als weiß, weshalb schwarz besonders bei heißer Witterung gerne gemieden wird. Es ist bei einem dunklen Stoff überhaupt ähnlich, wie wenn man eine sonnen- und luftdürstende Pflanze durch einen umgestülpten Topf von Licht und Luft abschließt. Sie erbleicht. So auch der Mensch, der sich ständig in einer Hülle bewegt, die seine strahlungshungrige Haut abschließt und verschließt.

Erkennen wir all dies, so tritt eben wieder einmal eine neue Pflicht an uns heran, das Aufräumen mit alten Sitten und Gewohnheiten. Das gedankenlose Alltagstreiben erhält einen Einhalt und wir müssen uns überlegen: was für Stoffe wählen wir zum eigenen Wohle und zu demjenigen der Unsern, und wo finden wir sie, von woher können wir sie uns zuversichtlich im vollen Vertrauen verschaffen?

Da gibt uns besonders Dr. med. Frd. Wolf einen guten Rat. Er schreibt unter anderem:

„Ich kenne ein poröses Industriegewebe, das tatsächlich den Zweck einer Kleidungshülle erfüllt: gegen Wärmeverlust zu schützen und zugleich die Haut von Luft dauernd umspülen zu lassen. Es sind dies die porösen Gewebe, die „Korellgewebe“ und Stoffe der Weberei Mahr & Haake, Hamburg. Dieses Korellgewebe hat folgende Vorzüge:

1. Es ist aus sehr gutem, haltbarem Material hergestellt: aus amerikanischer Louisiana Baumwolle oder aus reiner Wolle; Misch-

---

*Man geht mehr an Luftschmutz, denn an Bodenschmutz zugrunde. (Dr. Stanger)*

gewebe aus verschiedenen Fasern (Baumwolle – Wolle) bewährten sich nicht.

2. Die Fäden der Korellstoffe sind mehrfach gezwirnt. Durch die Korellbindung wird erreicht, daß der Stoff auch bei längerem Gebrauch tatsächlich porös bleibt. Jeder Schußfaden des Gewebes (der Quersfaden) wird durch den Kettenfaden umschlungen, sodaß die Schußfäden sich nicht wie bei der gewöhnlichen Webbindung verschieben können und stets eine Luftmasche bleibt.

In dieser Weise werden neben der porösen luftdurchlässigen Unterkleidung auch poröse Bettwäsche, Strümpfe und Anzugsstoffe hergestellt. Man hat also die Möglichkeit, auch bekleidet ein zwar beschränktes, doch dauerndes Luftbad zu nehmen! Ganz sicher wird die Hautatmung durch diese wirklich porösen Gewebe sehr gefördert. Die Kohlensäureausdünstung kann entweichen, das Blut wird entlastet. Zugleich regt der frische Luftstrom den Blutumlauf der Hautendgefäße an, die ganze Zirkulation wird leichter, eine angenehme Wärme und Spannung der Haut wird fühlbar.“

Gleicherweise urteilt Klara Ebert-Stockinger auch über die porösen Wäsche- und Kleidungsstoffe der Tuchfabrik Frd. Hammer, Forst Lausitz 14. Auch die Wäschestoffe dieser Firma weisen alle Vorzüge poröser Gewebe auf. Die Auswahl ist vielseitig und bietet besonders für Frauen und Kinder für Waschkleider hübsche Muster. Auch reizende Seidenstoffe in üblicher Weise wasch- und kochbar werden geboten und dann noch eine ganze Reihe poröser Wollstoffe, die in idealer Weise sowohl der Männer- wie auch der Frauenkleidung beste naturgemäße Dienste zu leisten vermögen. Auch für poröse Bettausstattung ist gesorgt, von der porösen Wäsche bis zur mollig warmen und doch porösen Kamelhaarwolldecke.

Sowohl Dr. med. Frd. Wolf als auch Frau Klara Ebert-Stockinger bezeugen, daß die von ihnen empfohlenen Gewebe an Luftdurchlässigkeit, guter Haltbarkeit und was ebenfalls sehr wichtig ist, auch an guter Waschbarkeit nichts zu wünschen übrig lassen. Klara Ebert empfiehlt ferner noch das Tragen des porösen Waschsamt, den die Firma Leipheimer & Mende, Karlsruhe i. Br. herstellt. Er entspricht allen Forderungen der Hygiene, da er luftdurchlässig, leicht und waschbar ist. Seine schönen Muster sind besonders geeignet, hübscheste Haus- und Kinderkleider zu ergeben.

---

*Was macht alle Lebensverhältnisse so kostspielig?  
Nichts anderes als die Luxusgenüsse und das verschwenderische, vergnügungssüchtige  
Leben.*

In der Schweiz selbst kennen wir leider keine Firma, die nach den erwähnten Prinzipien poröse Stoffe herstellt. Es wäre wirklich wünschenswert, wenn auch bei uns in der Hinsicht das Interesse für hygienische Stoffe soweit wüchse, daß auch von Schweizerfirmen das hergestellt würde, was wir von porösen Geweben an Luftdurchlässigkeit, guter Waschbarkeit und Haltbarkeit verlangen müssen.

Sollte einem unserer Leser bereits eine solche Schweizerfirma bekannt sein, so würde es uns sehr freuen, auch sie unter der soeben genannten Liste neuzeitlich arbeitender Gewebefabrikanten aufzunehmen.

Auf alle Fälle aber werden wir, so uns unser eigenes körperliches Wohlbefinden und dasjenige unserer anvertrauten Lieben am Herzen liegt, dafür besorgt sein, unsere Kleidung nach den Forderungen der Hygiene zu gestalten, wie wir dies ja mit der Ernährung und Körperpflege bereits schon durchführen.

---

## Wanderzellen.

(Fortsetzung)

Wie Odysseus nach jahrelangem Fernsein im Anblick der erstrebten Heimat vom Sturm zurückgeschlagen neu umherirrt, wie Moses nach lebenslanger Wüstenwanderung vom Berge das gelobte Land erschaut, doch nicht betreten darf, so stand ich hier am Ziele jahrelangen Strebens — — vergebens! Wie waren doch in diesem Fall das Tragische und Komische zu Bitternis und Witz gemischt! Ein Brötchen abends genossen, und ich hätte die Forschung um die Lösung eines brennenden Problems bereichert. Treppenwitz der Wissenschaft!

Über die grausame Ironie des Schicksals niedergeschlagen, stürzte ich mich in eine der benachbarten Zottenadern. Ich weiß nicht, wie lange und wohin ich wunsch- und willenlos dahintrief, zur Höhe hinauf, in die Tiefe hinab, rasend rasch in Herzensnähe, bis zu Stillstand langsam in den Außenteilen des Körpers, bis ich schließlich, des Treibens müde, durch ein Äderchen dem Strom entlang kroch und in einem Winkel des Gewebes einschlief. Als ich erwachte, wußte ich nicht, wo ich war. Ich kroch aufs Geratewohl längs eines Zaunes von Bindegewebsfasern und kam an eine Strassenkreuzung, an der zwei große, von gewaltigen Elfenbeinringen

---

*Fanatismus ist blind und schiebt nur einem Uebel alles Unheil in die Schuhe, währenddem doch alle zusammen mitwirken, um das menschliche Dasein zu zerstören.*