

Wie wohnt man am besten und gesundesten?

„Eine Bevölkerung, welche dem andauernden Einflusse der Unreinlichkeit in Bezug auf Wohnung, Luft und den eigenen Körper ausgesetzt ist, entartet körperlich und geistig; sie kann weder den Krankheiten, noch den Versuchungen des Verbrechens und Lasters Widerstand leisten!“ (Henry Roberts.)

Die Frage nach der „besten und gesundesten“ Wohnung ist zugleich eine Frage nach den zweckmäßigsten Wohnräumen. Wir haben also zuerst die Zwecke einer Wohnung in das Auge zu fassen und dann zu erwägen, durch welche Mittel und auf welche Weise diese Zwecke erreicht werden können. — Wollen wir uns nicht in theoretischen Träumen verlieren, sondern das praktische Bedürfnis zu befriedigen suchen, so müssen wir mehr für den Einzelnen und seine Familie die Hilfsmittel einer guten Wohnungs-Wahl und -Einrichtung angeben, als daß wir Vorschriften für Staat oder Gemeinde aufstellen dürfen. Denn der Fortschritt im Erkennen und Ausführen der Vorschriften einer vernünftigen Gesundheitslehre ist von jeher erst durch die einzelnen Staatsbürger gefördert worden, bevor er von der öffentlichen Meinung gefordert wurde. —

Als Zweck und Absicht bei Wahl und Einrichtung einer Wohnung bezeichnete schon Burdach „eine Sicherung gegen feindliche Einwirkungen“. Der Feind, gegen welchen man sich verteidigen wollte, war aber nur in den seltensten Fällen die rohe Gewalt (reißender Thiere oder feindlicher Krieger), sondern die Erbauer aller Wohnungen — von den Rohrhütten der Südfsee-Insulaner bis zu künstlichen Erdhöhlen der nördlichen Völker, von den luftigen Schattendächern der Siamesen bis zu den Bauten aus Quadersteinen der alten Aegypter, von den einfachen Sennhütten bis zu den kostbarsten Prachtbauten — haben sich vorzugsweise gegen die feindliche Einwirkung des Klima schützen wollen. Im Süden suchte man Zuflucht vor dem Brande der Sonnenstrahlen, im Norden vor Frost und Schnee, im Thale vor feuchten Nebeln und ungesunden Dünsten, auf der Bergeshöhe vor trockenen, eifigen Winden.

Der gemeinsame „Zweck“ aller Wohnungen ist also: gegen die nachtheiligen Einflüsse des Wetters die Bewohner zu schützen. — Das Wetter bringt Nachteile durch grellen Wechsel der Temperatur, oder durch bedeutende Unterschiede zwischen den Wärmegraden des menschlichen Körpers (+ 30 bis 32° R.) und seiner nächsten Umgebung (Kleider, Luft, Flüssigkeit, feste Körper). Diesen Wechsel zu vermeiden oder doch minder plötzlich und deshalb auch minder gefahrbringend eintreten zu lassen, den Unterschied zu ermäßigen und mithin eine möglichst gleichmäßige mittlere Temperatur der Luft (von etwa + 15° R.) in der Umgebung der Menschen hervorzurufen und zu erhalten, dies ist die „Absicht“ Derjenigen, welche Wohnungen mit wirklicher Erkenntnis ihrer Aufgabe einrichten oder auswählen. — Hierdurch ist zugleich für die Heizung der Wohnräume während des Winters eine diätetische Regel gewonnen und angedeutet, weshalb übermäßige Erwärmung eben so schädlich ist als ungenügende! —

Die Wohnung ist ein künstliches Klima und wirkt auf den lebenden Menschen wie das natürliche Klima, nicht nur durch „mittlere Wärmegrade“, sondern auch durch „Luft“ und „Licht“ ein. Deshalb sei die Luft der Wohnung rein, ohne irgend welchen Geruch, werde genügend erneuert und durch die Aushauchungen der Pflanzen verbessert. Licht aber muß in genügender Menge Eingang finden, sollen nicht die Bewohner bleichsüchtig und blutarm werden (wie die Kellerbewohner großer Städte und die Gefangenen) oder durch Arbeiten bei ungenügender Beleuchtung die Sehkraft ihrer Augen gefährden (wie leider in vielen überfüllten Schulclassen geschieht). Das künstliche Klima unserer Wohnungen soll besser sein als das Klima des Landes.

Hiermit hätten wir Zweck und Absicht bei Wahl der Wohnungen angegeben; doch war es nur der nächste Zweck. Die entfernteren Einflüsse lassen sich aus der Einwirkung des Klima im guten oder schlimmen Sinne erkennen.

Jedes Klima äußert zunächst auf den Stoffwechsel im Inneren des Menschenleibes Einfluß. Je regelmäßiger nun dieser Wechsel der Stoffe — der Einnahme und Ausgabe eines kaufmännischen Geschäftes vergleichbar — von Statten geht, um so kräftiger und gesünder ist der Mensch. Wo Störungen des Stoffumsatzes vermieden werden, wird auch Kraft und Gesundheit mehr gesichert sein, als wo Störungen wiederholt eintreten. Deshalb ist das „künstliche Klima“ der Wohnung durch seine Gleichmäßigkeit und seinen Schutz vor feindlicher Einwirkung des natürlichen Klima ein Förderer der Gesundheit zu nennen. — Den Beweis liefern alle wilden Völkerschaften, welche einer Wohnung entbehren; die Ureinwohner Australiens z. B. sind schwächlich, mager, durch Verdauungskrankheiten, Brustkatarrh und Schwindsucht dem Siechtum und frühen Tode preisgegeben. Männer von 40 Jahren sehen wie betagte Greise aus und gelten auch als solche; 50 Jahr gilt als die höchste Lebenszeit bei ihnen! Das sind die Folgen ihrer Wohnungslosigkeit, durch welche sie den Unbilden der rauhen

Witterung ihres Welttheiles im vollsten Maße ausgesetzt sind. Unreinlichkeit, Missethat mit Hunger abwechselnd, und andere Ausschweifungen unterstützen diese verderblichen Einflüsse, und geben dem Europäer in diesen unglücklichen Wilden ein abschreckendes Beispiel und einen Beweis des Segens der Civilisation und der Gesundheitslehre. — Eben so wie der Mangel einer Wohnung beim Australier die Gesundheit untergräbt und das Leben kürzt, eben so macht eine schlechte Wohnung krank und kurzlebig. Der Mangel einer Wohnung setzt den Körper verschiedenen Störungen des Stoffwechsels aus; die schlechte Wohnung läßt aber nie und zu keiner Zeit einen regelmäßigen kräftigen Stoffumsatz zu Stande kommen. Weshalb? Wir müßten eine medicinische Abhandlung schreiben, wenn wir die Gründe einzeln aufzählen wollten; es genüge für den Augenblick die Nennung der Thatfache.

Wir nennen eine „schlechte“ — weil ungesund — Wohnung diejenige, welche ein schlechtes künstliches Klima bietet: also 1) entweder zu warm ist (im Durchschnitt über + 18° R.), wie im Sommer die meisten Dachwohnungen und Bauernstuben oder Fabrikräume, — oder zu kalt ist (im Durchschnitt unter + 12° R.), wie im Winter die aus Fachwand gebauten leichten Wohnungen, zu allen Jahreszeiten die Kellerräume und viele nach Norden zu gelegene Wohnzimmer, — 2) welche keine reine Luft hat, wie fast alle Schulzimmer, die Arbeitsstuben und Fabrikräume, die engen Schlafzimmer, besonders die sogenannten „Alkoven“ ohne Fenster, die meisten Hospitäler und Gefängnisse, vor allem die Kinderstuben (in denen oft gekocht wird und nasse Windeln hängen, während reine Luft gerade dem kleinen Kinde so dringend nöthig ist), — oder zu trockene Luft hat, wie die Räume mit „Luftheizung“ im Winter, — oder zu feuchte Luft wie viele Stuben zu ebener Erde oder Räume, in denen Arbeiten mit Wasserhülse gemacht werden, — 3) welche zu wenig Licht hat, wie Parterrewohnungen in engen Straßen oder engen Höfen, nach Norden gelegene Arbeitszimmer mit kleinen Fenstern und begrenztem Horizont, wie die Räume der Gefängnisse, die von großen Bäumen allzunahel beschatteten Fenster, — oder zu hell ist, wie einige wenige Häuser, die auch gegen Süden nach neuer Mode mit vier Ellen breiten und fünf Ellen hohen Fenstern versehen sind.

Dies wären die Hauptkennzeichen einer schlechten Wohnung und indem sie vermieden werden, kann bei der Wahl der Wohnung schon ein ziemlicher Grad der Zweckmäßigkeit erreicht werden. — Allein wir wollen dem praktischen Bedürfnisse der Leser noch mehr entgegen kommen.

Stellen wir uns vor, ein Familienvater sei genöthigt seine Wohnung zu wechseln, wenn er zur Miete wohnt, — oder sein Haus sei alt und baufällig, — und er suche nun für sich und die Seinen ein neues Unterkommen. Wie soll er verfahren, um die beste und gesundeste Wohnung auszuwählen? Welche Wohnung wird dem Zwecke einer Verbesserung des heimischen Klima am meisten entsprechen? — Dies sind die Fragen, welche wir nachstehend beantworten.

I. Zunächst beachte man den Grund und Boden, auf welchem das Haus steht. Sumpfiges Erdreich giebt zu vielen Krankheiten (kaltes Fieber, Malaria) Anlaß und macht wenigstens alle Krankheiten langsamer verlaufend, beeinträchtigt also Arbeitsfähigkeit und Erwerbsfähigkeit. In den Ebenen giebt man in Ermangelung besseren Baugrundes dem trockenen „gewachsenen“ (d. h. nicht künstlich aufgefüllten) Sandboden den Vorzug, — in den Berggegenden dem möglichst alten Gesteine, z. B. Granit oder Grauwacke.

Wo feuchtes Terrain nicht zu vermeiden, da sollte man bei Neubauten durch Abzugsgräben und Drainröhren erst mehrere Jahre vor dem Bau den Boden trocken legen, bevor man ihm gestattet, auf die über ihm Wohnenden seinen beständigen, stillen, anfangs wenig merkbaren und doch so sehr bedeutenden Einfluß zu üben.

Auch dann sei das Haus mit großen Kellerräumen und „hohem Parterre“ versehen, während die Wände des Baugrundes nicht mit dem durch Feuchtigkeit bröcklich werdenden „Mörtel“ (aus Kalk, Sand und Wasser), sondern mit „Cement“, welcher unter Einfluß des Wassers hart wie Stein wird und keine Feuchtigkeit durchläßt, vermauert werden.

II. Nie dürfen Kellerräume als Wohnungen benutzt werden. Wo sie bereits bestehen und wegen Wohnungsmangel und theurer Preise der Wohnungen nicht zu umgehen sind, da möge man wie in England das Gesetz geben und auch halten: daß a) das Haus auf allen Seiten mit einem 4 — 6 Fuß breiten Graben umgeben werde, dessen Sohle tiefer liegt als der Zimmerboden der Kellerräume und welcher einen so regulirten Abfluß hat, daß sich niemals Wasser in demselben ansammeln kann, — so wie daß b) kein einziger Raum der Keller, welcher zur Wohnung benutzt wird, ohne Feuerstätte sei, damit die Möglichkeit der Austrocknung und Lüfterneuerung gewährt werde.

III. Wenn in der Nachbarschaft große trockene Sandflächen oder Kalkfelsen sich befinden, welche einen der Gesundheit nachtheiligen Staub bei windigem Wetter in die Räume der Wohnung übertragen und außerdem zu trockene Luft und in Sommertagen durch überhitzte Bodenflächen auch allzu heiße Luft den Bewohnern benachbarter Häuser Nachteile bringen, — so

mög
fläch
die
und
geg
derer
Fro
ein
In
beler
Wid
das
der
im
dies
her
sein
welc
sind
dur
wer
bier
ent
Ge
ON
geg
zu
hin
ih
(au
ho
fre
nö
W
fal
un
un
ob
ob
ge
st
3
lie
fl
w
li
fi
ch
de
u
N
m
E
n
ei
f
n