

der Einführung der elektrischen Uhren auf den Bahnhöfen. Den Bahnhofsuhrwärtern ist aufgegeben, bei dem jeden Morgen von Berlin eintreffenden Zeitsignal das Pendel der auf ganz schwach Avance regulierten Normaluhr entsprechend anzuhalten, wenn diese auf ca. 10 Sekunden zu früh beim Ruf zeigen sollte.

Leider bedingt die augenblickliche Modetorheit der Flachheit wohl eine zeitweilige Stagnierung der Regulierfähigkeit unserer tragbaren Uhren.

Vor mir liegt zufällig der offizielle Bericht über die Wiener Weltausstellung, Abteilung wissenschaftliche Instrumente, dessen Worte über die Uhren jetzt geradezu als Satire wirken:

„Jetzt wird die Fabrikation der kleinsten Damenuhr nicht mehr als luxuriöse Spielerei betrachtet, sondern den praktischen

Zwecken anzupassen versucht. Deshalb ist man von der flachen Konstruktion fast ganz abgewichen und hat einen stärkeren, höheren Bau einzuführen versucht, und erzielt auf diesem Wege nicht nur einen richtigeren Gang, sondern auch die Vermeidung von öfteren Reparaturen.“

Merkwürdig, auf einer Seite nimmt die Mode, auf der anderen gibt sie: Wer jetzt mit zur Gesellschaft gehört oder gehören will, der schafft sich eine ca. zwei Meter hohe Standuhr mit Gewicht und 95 cm langem Pendel an. Die Besitzer können mit Chamisso sagen:

„Jeder weiß in unsern Tagen,
Was die Glocke hat geschlagen.
Gottlob, nun erfahr'n wir's auch!“

Gesundheitliches aus der Werkstatt.

Als Grundbedingung für das tadellose Arbeiten der geistigen und körperlichen Kräfte ist wohl ohne weiteres die Erhaltung und Ausbildung der Gesundheit anzusehen. In vielen Berufen, welche an eine natürliche, gesunde Umgebung gebunden sind, wie Landarbeiter, Militär usw., wird man daher nur einen kleinen Prozentsatz kranker und schwächerer Leute treffen, während wieder andere Beschäftigungsklassen, unter denen auch die Uhrmacherei mit zu rechnen ist, sehr unter der Ungunst der gewerblichen Verhältnisse zu leiden haben.

Es gehört wahrhaftig kein außerordentlicher Scharfblick dazu, um zu erkennen, daß die meisten Uhrmacher eine stark zurückgebliebene Körperbildung besitzen. Woher dieses Übel stammt, ist, wenn man die heutzutage übliche intensive Ausnutzung der Zeit und der Körperkräfte in Betracht zieht, wohl unschwer nachzuweisen. Zunächst ist es die sehr häufig dumpfe und enge Werkstube, in welcher der junge Mann, der sich unserem Berufe widmet, den größten Teil des Tages zubringt. Es ist ja richtig, daß in den großen Städten sehr schwer geeignete Räumlichkeiten zu finden sind, welche den gesundheitlichen Ansprüchen voll und ganz genügen würden, aber es ist auch nicht wegzuleugnen, daß sich sehr häufig mit geringen Mitteln zweckdienliche Änderungen treffen lassen. Abgesehen von der mangelhaften Beleuchtung, welche manchmal durch Reflektoren usw. wesentlich verbessert werden könnte, und anderen Übelständen, wie ungenügende Lüftung, unzureichende Heizung im Winter und vielen anderen Sachen, will ich heute nur auf einen großen Fehler aufmerksam machen, dem meines Wissens bisher noch sehr wenig Beachtung geschenkt worden ist; es ist dies der Werkstisch.

Der Werkstisch, an welchem wir täglich unsere Arbeit verrichten, an welchem sich ein guter Teil unseres Daseins abspielt, ist, wenn wir die Sache genau betrachten, eigentlich ein großer Feind unserer Gesundheit.

Auf Grund verschiedener Beobachtungen habe ich gefunden, daß die durchschnittliche Höhe der gebräuchlichen Werkstische etwa 90 cm und die Breite etwa 75–85 cm beträgt. Für einen kleinen Arbeiter mögen diese Verhältnisse zur Not gerade genügen, soll aber ein Mensch, welcher durchschnittlich 165–170 cm groß ist, sich dauernd an einem solchen Tisch beschäftigen, so kann das wohl nicht gut ohne nachteilige Folgen für die körperliche Entwicklung geschehen. In einer größeren Lehrwerkstatt sah ich kürzlich sogar für die 14–18jährigen Zöglinge Werkstische aufgestellt, welche nur 75–80 cm hoch waren. Es wurde gesagt, daß man dieses aus Rücksicht auf die kleineren Schüler getan habe, was aber doch durchaus falsch ist, wie sich ohne weiteres nachweisen läßt, denn erstens kann sich ein kleiner Mensch viel besser einem hohen Werkstisch anpassen, indem man einen höheren Schemel wählt und für einen geeigneten Stützpunkt der Füße sorgt, als daß man einen hochaufgeschossenen jungen Mann zwingt, sich täglich viele Stunden an einen niedrigen Werkstisch hinzuhocken, wo sich durchaus keine Gelegenheit finden läßt, die Krümmungen, welche der Körper zu erleiden hat, nach irgend einer Richtung zu beseitigen oder einzuschränken. Zweitens muß man doch auch bedenken, daß der größte Teil der jungen Leute mit 15–16 Jahren schon die Größe von 1,50 m erreicht oder auch erheblich überschritten haben, und es sind gerade die Schäden, welche man in den Entwicklungsjahren dem Körper zufügt, am schwersten oder gar nicht wieder gut zu machen.

Es ist auch durchaus falsch, wenn jemand, dem viel daran gelegen ist, daß sein Brustkasten während der Arbeitszeit nicht zu

sehr beengt werde, einen sehr niedrigen Schemel wählt, um auf diese Weise den Oberkörper zu einer geraden Haltung zu zwingen; man bedenke nur, daß bei einem zu niedrigen Schemel die Organe des Unterleibes sehr stark eingeeengt werden, wodurch die Verdauungstätigkeit wieder derart beeinträchtigt wird, daß die dadurch entstandenen Schäden denen des eingeeengten Brustkorbes mindestens gleichkommen. Der umgekehrte Fall tritt selbstverständlich ein, wenn jemand aus Rücksicht auf die Verdauungsorgane den Schemel erhöht, ohne gleichzeitig die Höhe des Werkstisches mit zu verändern; der gewonnene Vorteil ist dann nur auf Kosten des Brustkorbes erzielt.

Betrachten wir nun zunächst, welche Nachteile dem Körper überhaupt aus dieser überaus unzureichenden Arbeitsweise erwachsen. In erster Linie entsteht namentlich bei Uhrmachern, welche sich viel mit feinen Arbeiten beschäftigen und aus diesem Grunde andauernd das Gesicht möglichst nahe dem zu bearbeitenden Gegenstand bringen müssen, leicht eine starke Krümmung des Rückens und mit diesem im engen Zusammenhange ausgeprägte Engbrüstigkeit. Infolge dieser ungünstigen Stellung der Brust ist es auch nicht möglich, daß die Luft bei der gewöhnlichen Atmung bis in die Lungenspitzen dringt, wodurch dieselbe im hohen Grade widerstandslos gegen Tuberkulose und Lungenkatarrh gemacht wird. Die in die Lunge eingeatmete Luft hat bekanntlich die Aufgabe, dem Blute den nötigen Sauerstoff zuzuführen. Wenn dieser Vorgang jedoch durch ungenügende Atmung beeinträchtigt wird, so entstehen daraus auch Störungen der Blutzirkulation und damit verbunden ungünstige Einwirkung auf die Herztätigkeit.

Wir sehen, daß der Brustkorb durch die oben beschriebene Arbeitsweise schon stark beeinflusst wird, fast noch größer aber treten diese Nachteile bei den Verdauungsorganen zutage, auf welche das viele Sitzen, zumal auf einem zu niedrigen Schemel sehr ungünstig einwirkt. Die am ersten merkbaren Symptome dieses Einflusses sind: Appetitlosigkeit, Kopfschmerz, Unlust zur Arbeit, allgemeine Niedergeschlagenheit und kalte Füße, im schlimmeren Falle Darmkatarrh und Hämorrhoiden. Diese Aufzeichnung ließe sich gewiß noch ergänzen, wenn man noch alle diejenigen krankhaften Erscheinungen aufzählen wollte, welche sich erst in zweiter und dritter Linie aus diesen organischen Störungen ergeben.

Gott sei Dank wird der betreffende Arbeiter ja nicht gleich bei dem mehr oder weniger heftigen Auftreten derartiger Krankheitserscheinungen arbeitsunfähig, sonst würden wir bald überhaupt keine Uhrmacher mehr haben, aber es läßt sich doch ihr unheilvoller Einfluß nachweisen. Es gibt Leute, die stets mit großer Unlust an die Arbeit gehen, vorzeitig ermüden und auch sonst sehr nachlässig bei jeder Handlung sind. Man schiebe da nicht gleich die Schuld auf ein unsolides Leben im allgemeinen (wenn es auch durchaus zu verurteilen ist, daß jemand, der den ganzen Tag über schon an die enge Stube gebunden ist, sich auch abends noch, anstatt sich in der freien Luft Bewegung zu machen, in dumpfen Wirtsstuben usw. bis tief in die Nacht hinein sitzen bleibt), sondern untersuche zunächst, ob die gesundheitlichen Verhältnisse der Arbeitsstube auch derart sind, daß selbst schwächliche Naturen, ohne Schaden zu nehmen, längere Zeit in derselben arbeiten können.

Einen ähnlichen Einfluß wie die ungenügende Höhe des Werkstisches kann auch die zu knapp bemessene Breite desselben ausüben. In den meisten Fällen ist die Platte des Tisches nur 80 cm lang. Rechnet man nun, daß ein Mensch in den Schultern etwa 50 cm breit ist und daß der Schraubstock von der rechten Seite des Werkstisches ca. 20 cm in Anspruch nimmt, so bleiben für die