

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

Zug und Dunst. Eine ärztliche Skizze

[urn:nbn:de:bsz:31-339532](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-339532)

## Zug und Dunst.

Eine ärztliche Skizze.

Als die Erde sich geschieden hatte in Festes und Flüssiges, da klärte es sich auch über ihr auf, und über dem Festen und dem Flüssigen liegt die helle Luft. In sie gelangen von dem Festen nur noch wenig feine Theile als Staub, mehr und regelmäßiger von dem Flüssigen der Dunst, der die Wolken am Himmel bildet und als Regen, Hagel und Schnee zu uns herniederfällt.

Die Luft, die auf der Erdoberfläche ruht, ist das Element alles Lebendigen. In ihr leben und athmen wir ein, was uns Leben und Wärme gibt. Der Theil von ihr, der uns diese schenkt, der Sauerstoff, entzündet uns auch das belebende Feuer, das uns Alles schaffen hilft; in ihr erhebt sich durch der Sonne Kraft die Flüssigkeit als beschwingter Dunst, um, getragen von der Luft, den Kreislauf des Feuchten durch Wolken, Thau und Regen, Quellen und Flüsse zu unterhalten, an den alles Wachsen und Gedeihen geknüpft ist.

Doch nicht die Luft und das Wasser sind die schaffenden Elemente des Lebens: Sie selbst sind ruhig und unbewegt. Still für sich würden sie liegen, das Wasser an den tiefen Stellen der Erde, sie ausfüllend mit glatter, klarer, spiegelnder Fläche, ohne Fluß, ohne Welle, ohne das kleinste sich rümpfende Fältchen und ohne jeden schillernden Ring. Ruhig aber und meilenhoch, durchsichtig blau würde die Erde umspannen das Luftmeer, unbewegt und Nichts bewegend, nicht gefühlt, wie wir sie jetzt fühlen als säuselnden Zephyr oder Bäume entwurzelnden Sturm. Fühlen würde sie nur die alte Erde, wenn ihr das Gefühl nicht fehlte oder abgestumpft wäre durch die Gewohnheit, wie bei uns, gegen den lastenden Druck der hochragenden Luftschicht, den wir nicht merken, weil er von allen Seiten gleich ist an und auf der Erdoberfläche, und den wir nur merkbar machen können durch Schaffen eines luftleeren oder luftverdünnten Raums, in den dann die Luft von außen hineindrückt, mächtige Gewalt entfaltend, wie im Barometer, dessen gewichtige Quecksilbersäule sie hoch hinaustreibt, und wie in den Brunnen, in denen sie uns das Wasser nachpreßt, dem zurückgezogenen Kolben folgend.

Aber es ist keine selbstthätige Kraft, dieses Gewicht der Luft, weil sie von allen Seiten gleichmäßig sich entgegenwirkt an jedem Punkte der Erde, in jeder Höhe darüber und darunter; darunter schwerer und weiter oben leichter. Aber die Schwere unten kann Nichts schaffen, wie ein verkehrter Gelehrter glaubte, der den Zug in Raminen dem Druck der schweren Luft unten zuschrieb, welche die leichte obere hinaustriebe. Dieser Druck wirkt



nur nach unten und der Seite, von wo eine gleich schwere, gleich hoch von darüber befindlicher Luft überlagerte Schicht ihr entgegenwirkt und sie zur ewigen Ruhe verdammt, zur langen unnützen, unfruchtbaren Stille, wenn nicht etwas Anderes Ungleichmäßigkeit und Ausgleich, Bewegung hineinbrächte in diese abgegliche Ruhe.

Alle Bewegung, alles Wirken und Leben kommt von dem Feuer, alles Feuer von der Sonne. Was im Erdinnern noch brennt — wenn es brennt —, ist für unser Leben belanglos; und hätte es Belang gehabt, so stammte es wahrscheinlich auch, losgesprungen und selbstständig weggeflogen, von dem großen Mutterherd, der Sonne. Jetzt aber ist es diese allein, die ihr entflohenes und in der Ferne erstarrtes Kind an seiner lebensfähigen Außenseite noch durchstrahlt und wärmt und Alles treibt, was sich hier bewegt und lebt. Auch die Steinkohle, die aus der starren kalten Schicht heraufkommt und feurige Kraft schafft, hat diese nicht von der Erde, sondern von der Sonne, unter deren belebendem Strahl seiner Zeit die Urwälder wuchsen, die dann zusammengestürzt und geschichtet versteinerten in den Schluchten, aus deren Gängen sie nun wieder heraufgeschafft werden, die Träger aufgestapelter Sonnenkraft.

Wenn es regnet, so hat die Sonne vorher die Wolken aus dem Wasser der Erde hinaufgehoben; wenn Schnee und Eis auf den Alpen liegen, aus denen die Bäche und Ströme uns zurinnen, so ist es aus jenen sonnengeschaffenen Wolken auf die Spitzen gefallen, und wenn diese Spitzen kalt und eisig sind, unten aber durch die Wärme des Thals abschmelzen, so

kommt es daher, daß tief unten die Erde die Sonnenstrahlen eingesaugt hatte und sie wieder spendet als gleichmäßige belebende Wärme des Thals, die sie aber nicht in gleicher Kraft hinaussenden kann zu den Spitzen, den unberührten, in eisiger Erhabenheit dauernden. Wenn uns dann, die wir in der drückenden Schwüle des Thales ächzen, ein kühler Luftstrom in der Nähe der Berge erquickt, so fließt er von jenen herab, weil die kalte Luft schwerer wird und sinkt, indeß die leichtere aufsteigt. Dies Verhalten ist überhaupt der einzige und treibende Grund, der das ruhige Gleichgewicht in unserem Luftmeer stört, von dem oben die Rede war, der den Wind macht und mit ihm die Wellen im Wasser, den Luftzug und den Sturm. Die Sonne ist es, die die Mitte der Erde heiß bestrahlt, die Luft hier leicht und warm macht, daß sie aufsteigt, indeß kältere von den Polargegenden her an die Stelle der aufsteigenden zuströmt. So kommen die Winde, und durch die mannigfaltigsten Anlässe ändern sie Form, Stärke und Ausdehnung; die Luft häuft dadurch sich an einer Stelle zu Luftbergen, von denen sie wieder abströmt zu Luftthälern. Aber immer ist die ursprüngliche Kraft, die die Ungleichmäßigkeit hervorrufen und damit die Bewegung, die Sonne.

Sie hat uns die belebende Wärme in jeder Form gestiftet und den befruchtenden Kreislauf der Feuchtigkeit, sie stiftet auch die Bewegung der Luft an, die den Blütenkelch befruchtet und die schädlichen verbrauchten und unbrauchbaren Dünste aus der Nähe der Lebendigen führt, so daß sie immer neue Lebensodem genießen.



Wenn wir in einem geschlossenen Raum, in dem wirklich jeder Luftzutritt von außen unmöglich gemacht ist, athmen, so ist je nach der Größe des Raumes früher oder später die Luft durch den Athemvorgang so verändert, daß wir darin nicht weiter leben können. Wenn ein Feuer in einem solchen Raum brennt, so geht es ihm ebenso. Der glückliche Umstand, der uns im geschlossenen Zimmer leben, den Ofen im Zimmer brennen läßt, ist der, daß unsere Zimmer nicht wirklich geschlossen sind, sondern durch alle Ritzen der Thüren und Fenster, ja durch die Poren der Wände selbst Luft ein- und austreten kann. Nun macht sich wieder die treibende Kraft der Wärme geltend, die warme innere Luft steigt in den oberen Theilen nach außen, die kalte äußere sinkt in den unteren herein, erwärmt sich im Zimmer, steigt in die Höhe, neue kalte folgt von außen, und so erneuert sich die Luft, um uns leben zu lassen. Dem Feuer des Ofens strömt sie ebenfalls zu, weil das Feuer die Luft im Ofen erhitzt, dadurch außerordentlich leicht macht, viel leichter als selbst die warme Luft des Zimmers, welche deßhalb mit ihrem Gewicht die leichte Luft aus dem Ofen in den Kamin und oben zum Schornstein hinausdrängt mit dem Rauch. So kommt der Zug ins Feuer und in den Kamin; jenen leisen Luftzug dagegen, der die Luft zu den Ritzen ins Zimmer hereinbefördert, merken wir kaum in seiner stillen Thätigkeit.

Das ist dem Haushammel recht, der gern warm hat und den Zug fürchtet. Aber weil man diesen nicht merkt, ist er auch etwas mangelhaft und thut oft seine Schuldigkeit nur unge-

nügend. Es dringt dann nicht genug äußere frische Luft herein ins Zimmer, um die Luft auch kleinerer Räume von dem nachtheiligen Dunst, den der Mensch selbst von sich gibt, den auch noch seine Beschäftigungen, Kochen, Waschen, Handwerksverrichtungen, vermehren, so zu verschleichen und durch frische Luft zu ersetzen, daß wir reine Erquickung ohne Staub und Rauch aus der umgebenden Luft athmen, wie es unserer Gesundheit zuträglich ist.

Wenn ein Einzelner in großen Räumen sich aufhält, so mag es gut sein mit dem, was die Ritzen liefern; leider versperrt die verwöhnten Reichen auch noch oft mit Fenstermänteln und Doppelfenstern ihrem geheimen Freunde, dem leisen Zug durch jene, den Weg, und es geht ihnen dann nicht besser als den Armen, von denen viele im engen Raum zusammen sind und sich die Luft abstreiten mit ihrer Athmung, mit ihren Vergnügungen und ihrer Arbeit, die Rauch, Staub und Dunst befördern. Sie können es aber besser haben, wie die Reichen, durch Verstand, wenn sie die Ritzen, statt wie jene zu verlegen, noch erweitern, den Dunst verjagen durch Zug.

Zug! Ja wohl, den fürchtet der Arme wie der Reiche und will sich keinen Rheumatismus holen. Dertweilen haben er und seine Kinder sich draußen oft genug im Zug und Wind herumgetrieben und sind nicht krank geworden; sie haben eben sich herumgetrieben und damit der Erkältung entgegengewirkt, sie haben nicht im Zug geseffen, was allein schädlich ist. Nun, sie brauchen ja im Zimmer sich auch nicht in den Zug zu setzen. So klein ist auch der Armen Zimmer nicht, daß man



nicht einen Fensterflügel oder die Thüre etwas kaffen machen und sich nach der Richtung hinter dem Flügel oder hinter der Thüre hin setzen könnte, wo diese selbst vor dem direkten Zug schützen. Dann breitet sich die eindringende Luft erst im Allgemeinen im Zimmer aus, mischt und erfrischt die Innenluft, und so bekommt man sie ohne Schaden. Man braucht Fenster und Thür gar nicht so weit aufzureißen, wenn es kalt ist; je kälter, in um so engerem Spalt; denn dann dringt um so kräftiger die immer schwerere kalte Luft ein, der Ofen, der die Zimmerluft verschlingt, immer wieder durch die bewegende Wirkung der Wärme, hilft nach. Und im Winter kann man durch einen engen Spalt so viel und mehr frische Luft bekommen, als im Sommer durch ein ganz offenes Fenster, weil es da überall warm ist und die träge, drückende Luft durch keinen Zug in Bewegung gesetzt wird, welche eben nur durch Wärmeunterschiede erzeugt wird. Aber weil da kein Zug entsteht, da macht auch der Hasenfuß Alles auf, wenigstens nach der Schattenseite, oder noch besser, er sitzt oder arbeitet oder bewegt sich im Freien und hat dann reine Luft die Fülle.

Keine Luft und Wärme! Wie freut sich der Mensch darüber, und wie wohl thun sie dem Kranken! Wenn er nur das Frühjahr überstanden, dann glaubt der Brustkranke schon wieder einmal ein Jahr gewonnen zu haben. Der Reiche wandert jenen, der Luft und Wärme, auch im Herbst und im Winter in den Süden nach und erreicht auch oft und lange, was er sucht, in dem Zug nach der Sonne, dem Leben.

Ich will dem Armen Nichts vorspiegeln, daß er Alles



ebenjo gut haben könne, wenn er sich zu nutz macht, was ich ihm oben gesagt. Die Bewegung in freier Luft, die man im Süden und an geschützten ausgesuchten Orten findet, und die größeren Gefahren, die zu Hause bei jedem Schritt drohen, wenn es um das nordische Haus friert und stürmt, sie machen einen herzhaften Unterschied für den armen Kranken, der zu Hause bleiben muß. Aber er kann es doch viel besser haben, als er es sonst oft hätte, wenn er das verständig anwendet, was auch ihm noch die Sonne bietet, wo nicht selbst, so durch ihre Bevollmächtigten, Holz und Kohle. Benutze er sie nur so, daß sie ihm neben Wärme auch noch den richtigen Zug liefern müssen und auf diese Weise reine Luft statt Dunst und Staub. Dann kann er den Winter in seiner Heimath, wenn er sich eine gewärmte, staub- und rauchfreie Stube hält, sehr wohl überstehen. Aber er muß die Wärme nicht durch Zuhalten der Fenster, sondern durch etwas stärkeres Feuern mit oben beschriebnem Luftzug sich verschaffen. An vielen Tagen wird er auch im Winter, wenn er sich die günstigen, sturmfreien, regenlosen, womöglich sonnigen Tagesstunden ausucht, die nöthige Bewegung sich im Freien machen können — mit geschlossenem Munde durch die Nase athmend, warm gekleidet, die Füße durch Gummi- oder Holzschuhe geschützt oder durch baldiges Wechseln des Fußwerks, wenn es naß geworden. Selbst Nachts wird es möglich sein, das bischen wohlthätigen Zugs durch ein leichtkloffendes Fenster hinterm Laden oder durch halboffene Thüre, die in ein Nebenzimmer oder auf den Gang mit etwas kloffendem Fenster führt, sich zu verschaffen

und so möglichst reine Luft zu athmen, frei von dem Dunst ausgeathmeter Gase, welche ein erstes Heilmittel für kranke und schwache Lungen ist. Immer ein Zug, der unsühlbar wirkt, keinen, den man spürt und der erkältet! Also mehr oder weniger öffnen, je nach der Kälte außen, und um so kräftiger anwendbar, je mehr und länger man die Wärme des Ofens auch Nachts damit verbinden kann. Sonst läßt man, ist es bitter kalt, auch einmal nur die Ritzen wirken.

Besser freilich ist's draußen; und wenn der Frühlingssturm Schnee und Nebel des Winters weggefegt und der Kranke sich vor ihm gehütet hat, um nicht mitgefegt zu werden, dann kann Kunst und Aufmerksamkeit so viel als möglich ersetzt werden durch die Natur, die mit der wiederkehrenden Sonne nun Alles von selber spendet. Glücklich der Kranke, der es erreicht, und dem dann die Last des Lebens noch Muße zur Erquickung in Busch und Wald, zum Marsch über Bergeshang und immer weiter bis zum Gipfel läßt. Wohl Mancher mag die Gesundheit im frischen Zug der Wald- und Bergluft wieder völlig zurückgewinnen, die er im Dunst der Werkstatt und Fabrik verloren hatte. Und Mancher wird sie nie verlieren, wenn er dem Zug dorthin in die Ferne, der heilsam jedem Menschen eingepflanzt ist, so bereitwillig folgt, wie sonst dem in der Nähe winkenden Dunst der Schenke und des Trunkes.

