

**Persistenter Identifier:** 1580125921904\_1882

**Titel:** Professor Dr. G. Jägers Monatsblatt : Zeitschrift für Gesundheitspflege u. Lebenslehre

**Autor:** Jaeger, Gustav

**Ort:** Stuttgart

**Datierung:** 1882

**Signatur:** XIX/218.4-2,1882

**Strukturtyp:** volume

  

**Lizenz:** <https://creativecommons.org/publicdomain/mark/1.0/deed.de>

**PURL:** [https://digibus.ub.uni-stuttgart.de/viewer/image/1580125921904\\_1882/1/](https://digibus.ub.uni-stuttgart.de/viewer/image/1580125921904_1882/1/)

  

**Abschnitt:** Kleider- und Bettreinigung

**Strukturtyp:** article

  

**Lizenz:** <https://creativecommons.org/publicdomain/mark/1.0/deed.de>

**PURL:** [https://digibus.ub.uni-stuttgart.de/viewer/image/1580125921904\\_1882/107/LOG\\_0044/](https://digibus.ub.uni-stuttgart.de/viewer/image/1580125921904_1882/107/LOG_0044/)

Aber noch etwas, für mich und das Wollregime nicht minder Wichtiges, muß ich Ihnen mittheilen. Schon vom zarten Knabenalter an erinnere ich mich, oft der Grippe ausgesetzt gewesen zu sein, und das hat sich bis in mein jetziges Alter von 47 Jahren jedes Jahr mehrere Male wiederholt, namentlich aber jedes Frühjahr, oft aber auch im Sommer, oder im Herbst, wahrscheinlich durch Erkältung im Leinenhemd. Nachdem ich im Winter Flanellhemden und Sommers Flanellappen trug, erinnere ich mich nur an Grippe im Frühjahr, die ich in einigen Tagen durch Schwitzen im Bett wieder wegbrachte. Früher dauerte die Grippe immer 2—3 Wochen. Der ganze Winter und das Frühjahr gingen diesmal aber vorüber ohne die geringste Störung in meiner Gesundheit. Meine Familienglieder, meine Zöglinge bekamen Schnupfen, Husten u. s. w., meine Kinder die Wasserpocken, meine Frau Halsentzündung, nur an mir ging die Witterung diesmal spurlos vorüber. Soll da das Trikothemd die Ursache sein? Ich glaube es!

Noch etwas: Wahrscheinlich aus Ursache des vielen Schwitzens war ich von jeher sehr zu Schüttelfrost geneigt. Ich trinke viel Wasser und da kam es vor, daß mich nach ein Paar Gläser Wasser im höchsten Sommer mitten im Tage ein Schüttelfrost anfiel, der durch Bewegung, Turnen u. s. w. wieder bald verging. Dieser Schüttelfrost trat auch oft ein, wenn ich Abends zu Hause saß, — Sommer oder Winter ganz gleich — studierte, las 2c. und ein oder zwei Glas Bier trank, dann mich entkleidete, das Baumwollnackthemd anzog und mich zu Bett legte: Ich hüllte mich gut ein, klapperte mit den Zähnen  $\frac{1}{4}$  Stunde und kam nach und nach in Schweiß, schlief ein und am andern Morgen war wieder alles vorüber. Ein Schüttelfrost trat aber nie ein, wenn ich in einer Restauration ein Glas Bier trank und dann nach Hause ging. Ja oft konnte ich mich nicht einmal ganz entkleiden und mußte mit den Kleidern zu Bette gehen. Seit Oktober v. J., seitdem ich das Trikothemd Tag und Nacht trage, ist auch **nie** nur eine Umwandlung von Frost über mich gekommen, bei sonst ganz gleicher Lebensweise, und da ist ganz entschieden das Trikothemd die Ursache. Wenn ich mir das Alles überlege, bin ich herzlich froh an der Wollkleidung und danke Gott, daß er es Ihnen hat gelingen lassen, die Vortheile der Wollkleidung zu entdecken. Ich fühlte das Bedürfniß, Ihnen die Auseinandersetzung zu machen; wenn ich Ihre Geduld und Zeit dadurch zu sehr in Anspruch genommen habe, so bitte ich sehr um Entschuldigung.

M.

### Kleider- und Bettreinigung.

Das in voriger Nummer angeschlagene Thema von den Farben entpuppt sich mir immer mehr in seiner Tragweite, und es soll keine Nummer dieses Blattes mehr hinausgehen, ohne weitere Aufschlüsse

in der Sache zu bieten, aber ich muß die Bemerkung vorausschicken, daß eine vollständige Klärung nach theoretischer und praktischer Seite mit ganz besonderen Schwierigkeiten zu kämpfen hat, so daß von einer sofortigen vollständigen Applanierung vorläufig keine Rede sein kann. Ueberhaupt haben wir es ja bei unserer ganzen Sache nirgends mit dem absolut Vollkommenen zu thun, sondern nur damit, das Schlechte durch das Gute, das Gute durch das Bessere und das Bessere durch das noch Bessere zu ersetzen. Das sehen wir sofort bei der Reinigungsfrage. Unser Bestreben geht dahin, Kleider und Betten herzustellen, welche den schädlichen Theil der menschlichen Ausdünstung nicht annehmen, sondern nur den guten. Vollkommen werden wir dieses Ziel nie erreichen. Wir können uns ihm nur nähern. Unser altes Baumwoll- und Leinenhemd ist ein Kleidungsstück, das schon nach 2 bis 3 Tagen, bei einem Sommerschweiß schon nach ein paar Stunden gesundheitsgefährlich wird und gewaschen werden muß; das sagt uns schon unser Hautgefühl — es eckelt unsrer Haut davor. — Es ist nun niemals behauptet worden, daß ein Wollhemd in infinitum getragen werden kann, ohne daß dieses Eckelgefühl sich einstellt. Nur das ist richtig, daß man das Wollhemd 10 bis 15 mal länger tragen kann, als ein weißes, aber endlich kommt eben auch der Zeitpunkt, wo es schmutzig ist und der Reinigung bedarf, und ich bin der festen Ueberzeugung, es wird uns niemals gelingen, ein Hemd zu schaffen, das nie gewaschen zu werden braucht.

Wenden wir uns zur Oberkleidung. Wer jemals, wie ich, im Sommer Leinwand- oder Baumwollkleidung getragen hat, weiß wieder, daß man dieselben schon nach wenigen Tagen zu waschen gezwungen ist, weshalb man sie auch speziell „Waschkleider“ nennt. Mit unsren wollenen Oberkleidern stand die Sache so: dieselben bestanden nur außen aus Wolle, innen aus Pflanzenfasern. Da die meisten Menschen nur auf ihre Außenseite etwas geben und diese, weil wollen, den Schmutz viel weniger annimmt, so wurde es bei den meisten Leuten üblich, die Oberkleider wenig oder gar nicht zu waschen, wobei man nicht bedachte, daß in dem leinenen und baumwollenen Unterfutter sich jetzt ein wahrer Augiasstall von gesundheitsgefährlichem Gestank und Schmutz ansammelt.

Hier hat das Wollregime wieder Wandel geschaffen, indem es die stinkend werdende Pflanzenfaser beseitigte. Aber Vollkommenes ist auch hier nicht geschehen. Es kommt auch für die wollene Oberkleidung ein Zeitpunkt, wo sie durch Concentration des aufgesammelten Ausdünstungsgeruchs reinigungsbedürftig geworden ist. Man lese das in Nr. 2 „das Wesen der Krankheit“ über die Concentration Gesagte nach.

Der Unterschied zwischen Ober- und Unterkleidung ist nur der, daß die letztere rascher reinigungsbedürftig wird, als die erstere.

Wie verhält sich nun zu dem das Farbstoffregime? Die Antwort ist einfach: Die Farbe ist nicht der einzige, aber ein wesentlicher Faktor, ob die Waschbedürftigkeit früher oder später eintritt, und in

dieser Beziehung lassen meine Untersuchungen keinen Zweifel darüber, daß die schwarze Farbe die Waschbedürftigkeit ganz bedeutend steigert und völlig ungefärbte Wolle vom hygienischen Standpunkt aus die geringste Waschbedürftigkeit hat. Da die Naturwolle weiß und braun vorkommt und erstere vom ästhetischen Standpunkt aus waschbedürftiger ist, so muß dem Naturbraun der höchste Rang zugestanden werden. Ich will hier ein paar Ziffern geben. In der letzten Nummer gab ich bei schwarzer Farbe den Unterschied zwischen „schmutzig“ und „gewaschen“ in einem Fall auf 70 %, in einem andern Fall auf 35 % an. Bei einem neuen Versuch mit einer schwarzen Hose erhielt ich an der gefährlichsten Stelle derselben nach fünfwöchentlichem Tragen einen Unterschied von 32 %. Bei einer braunen Hose, die jedenfalls länger getragen war, betrug der Unterschied zwischen schmutzig und gewaschen nur 0,1 %, was so viel ist wie Null!

Auf weitere Farben werde ich in den folgenden Nummern zu sprechen kommen. Heute soll nur die praktische Frage erörtert werden, wann und wie sollen wir unsere Oberkleider und Betten reinigen?

Die erste Frage beantworte ich kurz dahin: sobald jemand irgend welche Ursache hat, mit seiner Gesundheit und seinem Allgemeinbefinden nicht völlig zufrieden zu sein, möge das Uebel Namen haben, welche es wolle: Kopfweh, Zahnweh, Sodbrennen, Rheumatismus, Catarrh, Schlaflosigkeit, Arbeitsunlust u. s. f. soll er seine gesammte Kleidung und Bettung reinigen.

Das Wie? erledigt sich einfach so: wenn man sieht, daß ein Kleidungs- oder Bettstück schmutzig ist, so wasche man dasselbe. Ist es in dem Stück noch tadelfrei, so genügt die Entdunstung mit Ozogen oder, was noch billiger und einfacher ist, mit Kampher. Ich habe einen vergleichenden Versuch mit Ozogen und Kampher gemacht. Eine schwarze Hose, die schmutzig 11,7 % Unlust erzeugte, erlangte durch Ozogenisirung eine Lustwirkung von 28 %, also eine Differenz von 39,7 %. Ein Kopfkissen, welches schmutzig 11,8 % Unlust gab, also ganz genau so schmutzig war, wie die Hose, erhielt durch Kamphorisirung 20 % Lustwirkung, mithin Differenz 31,8 %, trotzdem daß ich es vor der zweiten Messung eine Nacht benützt hatte, dasselbe also jedenfalls wieder ein wenig beschmutzt worden war. Mithin darf ich mit Bestimmtheit behaupten, Kampher bringe den gleichen Effekt hervor, wie Ozogen.

Die Proceedur ist die denkbar einfachste: man steckt alle Bettstücke Morgens in einen Kleiderkasten, in dem ein Stückchen Kampher liegt oder Ozogen verspritzt ist, nimmt sie ein paar Stunden vor Schlafengehen wieder heraus, damit der noch restirende Kampher- oder Ozogengeruch noch etwas verfliegen kann und die Sache ist fertig.

Für die Kleider genügt es, sie über Nacht in den mit Kampher belegten Kasten zu hängen, dann sind sie Morgens rein.

Ein anderer Punkt ist natürlich der: nachdem die Wirkung der Farbe erkannt ist, tritt an die Normalgeschäfte die Aufgabe heran, ihre Fabrikate auch in dieser Richtung zu vervollkommen. Daß das nicht mit einem Schlag geschehen kann, ist einleuchtend. Der Anfang ist gemacht, und die Sache wird um so rascher gehen, je entgegenkommender die Abnehmerschaft sich verhält.

### Eine Diskussion.

Kritisirt zu werden ist eine sehr nothwendige Sache, weil es Gelegenheit schafft, Klarheit zu gewinnen und zu verbreiten. Ich benütze einen mir zugekommenen Brief eines Wollenen (Ingenieur R.), um mich über einige Punkte in Parenthese näher zu äußern.

„Verehrtester Herr Professor! Sie werden es nicht verschmähen, wieder einiges von der hiesigen kleinen Colonie Wollener zu erfahren, wenn es auch nicht viel Thatächliches enthält. Vor allem kann ich constatiren, daß trotz ausgedehnter Bureauarbeit (von Morgens sieben bis Abends sieben), welche mir die Möglichkeit zu Spaziergängen raubt, mein Leibeszustand ein normaler ist, die von Ihnen prophezeite resp. versprochene Abnahme der Fettigkeit und Zunahme der Muskelhärte ist trotz des fortwährenden Bureaußigens eingetreten. Ganz würde der Bauch freilich erst bei ausgedehnter Bewegung weichen.“ (Jäger: Hier ist ein zweiter Faktor die Zeit und das Farbstoffregime). „Ihre Theorieen sind mir vollständig geläufig. Bei andern Personen dagegen wird häufig mit der Verachtung eines Theils Ihrer Theorieen auch das ganze System verworfen. Hat doch mein eigener Vater, ein im Alter von 74 Jahren noch vollständig kräftiger Mann, den Ausspruch gethan: „Der kommt noch ins Irrenhaus mit seiner Wolle!““

(Jäger: Hierzu erlaube ich mir statt weiterem beifolgende Notiz zu geben: Der 81jährige Vater des in Stuttgart lebenden Rückertbiographen Dr. C. Beyer, dem von seinem Sohne längere Zeit vergeblich das Tragen der Wolle empfohlen worden war, schrieb im Oktober 1880, nachdem er 14 Tage lang von den furchtbarsten ihm allen Schlaf raubenden Schmerzen geplagt worden war, seinem Sohne: „Das übersendete Wollhemd hat auf meinem Leibe ein wahres Wunder gewirkt. Heute Nacht waren die Schmerzen in meiner Seite nicht mehr zum Aushalten; da wechselte die Mutter mein Leinenhemd mit dem Wollhemd. Die Wirkung war so auffallend, daß ich nach einer halben Stunde schon Linderung verspürte, kurze Zeit darauf einschlafen konnte und bis früh acht Uhr schlief. Ich kann auch jetzt außer Bett sein und fühle wenig Schmerzen mehr. Gott möge weiter helfen!“)

„Meine Geschwister, darunter ein Arzt, suchten mich bei gelegentlichen Besuchen zur Leinwand zu bekehren. Die Aufstellungen in der Monatschrift erklären sie für Unsinn, und wenn ich ihnen Auseinandersetzungen über ihre Theorieen machen will, ergreifen sie die Flucht.“