Zeitschrift: Das Schweizerische Rote Kreuz
Herausgeber: Schweizerisches Rotes Kreuz
Band: 57 (1948)
Heft: 2

Artikel: Kleidung und Wärme
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-974329

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

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

KLEIDUNG *und* WAERME

Mit der kalten Jahreszeit ziehen wir uns wärmer an, beachten aber vielfach Grundsätzliches nicht. Es kommt nicht in erster Linie darauf an, dass wir recht viele Kleider als schützende Hüllen um unseren Körper legen, das Wesentliche ist, uns so zu kleiden, dass so wenig Wärme wie möglich an die kalte Aussenluft abgegeben wird. Mit andern Worten: wir sollten möglichst Wärme sparende oder Wärme speichernde Stoffe und Gewebe wählen.

Wichtig ist auch zu wissen, wie sich das Wärmeleitungsvermögen bei den verschiedenen Stoffen verhält; wobei auch dasjenige der Luft nicht zu vergessen ist. Die Luft besitzt das geringste Wärmeleitungsvermögen, speichert also die Wärme am besten. Zu verschiedenen trockenen Geweben verhält sich ihr Leitungsvermögen folgendermassen

Luft	= 1
Wolle	= 6
Seide	= 19
Baumwolle und Leinen	= 29

Wenn wir diese Zahlen betrachten, so ergibt sich, dass nächst der Luft Wolle die Wärme am besten speichert und Baumwolle diese am schnellsten abgibt. Wir haben also im Winter bei unserer Bekleidung zwei Grundsätze zu beobachten:

1. Die Kleidung soll so sein, dass wir um den Körper eine möglichst dicke Luftschicht behalten, und sie soll aus Geweben verfertigt sein, die Wärme schlecht leiten. Aus obenstehender Tabelle ersehen wir, wie es nicht von ungefähr kommt, dass seit alters für Winterkleider besonders Wolle verwendet wird, wenn auch wahrscheinlich ohne Kenntnis der physikalischen Gesetze betreffend Leitfähigkeit und Wärmeabgabe.

2. Die Stoffe für Winter-Unterkleider sollen möglichst locker und lufthaltig gewoben oder gestrickt sein. Wenn wir zwei Wollstoffe vom selben Gewicht, aber von ungleicher Dichte vor uns haben, so gibt, nach rein physikalischen Ueberlegungen, der loser gewobene Stoff viel weniger Wärme ab. Je dichter also ein Gewebe, gleichgültig welchen Stoffes, desto weniger Luft enthält es, und desto weniger hält es warm.

Im Winter gibt unser Körper automatisch weniger Wärme ab als im Sommer. Es kommt nun aber nicht allein darauf an, diese Wärme möglichst am Körper zu behalten, sondern auch, den Körper vor der kalten Aussentemperatur zu schützen. Wenn wir also ausgehen, sind die weniger luftdurchlässigen, also möglichst dicht gewobene Stoffe geeignet. Der Wärmehaushalt des Körpers wird am besten dadurch unterstützt, dass auf dem Körper selbst wollene, eventuell seidene, leicht gewobene Stoffe getragen werden, die äusseren Kleider jedoch aus dichten Geweben bestehen.

Die bisherigen Ausführungen beziehen sich ausschliesslich auf trockene Stoffe. Bei nassen Geweben ist die Wärmespeicherungsfähigkeit um mindestens die Hälfte geringer. Die Feuchtigkeit, die durch Niederschläge oder durch Schweissabsonderung in die Kleidungsstücke gelangt, hat wieder die Tendenz, zu verdunsten. Die Verdunstungsenergie wird von der nächsten Wärmequelle geliefert; das ist unser Körper. Durch diese Wärmeabgabe wird er aber empfindlich abgekühlt. Alle Kleidungsstücke sind deshalb, sobald sie feucht und nass werden, abzulegen und erst nach gutem Trocknen wieder zu verwenden. Ganz nachdrücklich muss hier auch auf das Schwitzen hingewiesen werden. Viele Erkältungskrankheiten haben ihre Ursache nur darin, dass viel zu wenig daran gedacht wird, schweissfeuchte Kleider erst wieder anzuziehen, nachdem sie völlig getrocknet, eventuell sogar gewaschen sind. Dass Fußschweiss kalte Füsse verursachen kann, ergibt sich aus dem Vorgesagten. S.