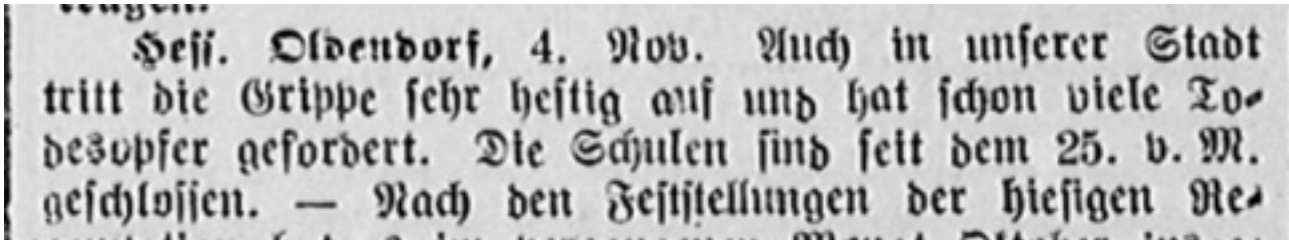


## November 1918: Weltweite Grippe-Epidemie trifft auch Schaumburg

Zu den politischen und seelischen Erschütterungen sowie der elenden Ernährungslage im zuende gehenden Ersten Weltkrieg traten mehrere Wellen der verheerenden „Spanischen Grippe“. (Unter diesem Stichwort finden sich im Internet ausführliche Informationen.)

### Schulen geschlossen

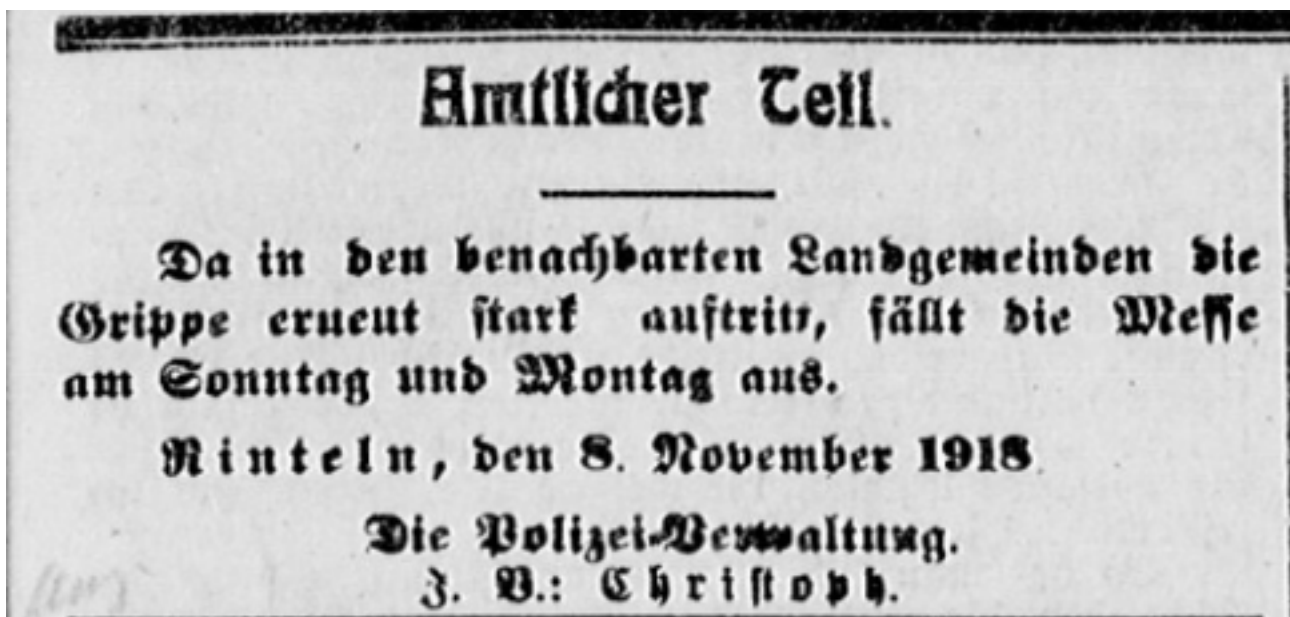


**Hess. Oldendorf, 4. Nov.**

*Auch in unserer Stadt tritt die Grippe sehr heftig auf und hat schon viele Todesopfer gefordert. Die Schulen sind seit dem 25. v.M. geschlossen.*

*(Schaumburger Zeitung v. 05.11.1918)*

### Rintelner Messe fällt aus



*Da in den benachbarten Landgemeinden die Grippe erneut stark auftritt, fällt die Messe am Sonntag und Montag aus.*

*Rinteln, den 8. November 1918*

*Die Polizei-Verwaltung*

## Aus dem Kreise und Umgebung.

Rinteln, den 8. November 1918.

\* Die diesjährige Herbstmesse am Sonntag und Montag ist der Grippegefahr wegen aufgehoben.

Rinteln, den 8. November 1918

\* Die diesjähriger Herbstmesse am Sonntag und Montag ist der Grippegefahr wegen aufgehoben.

(Schaumburger Zeitung v. 09.11.1918)

### Licht und Luft gegen alle Seuchen

Über die Ursachen der Krankheit war sich die Medizin im Unklaren. Das auslösende Virus wurde erst 1933 entdeckt. Zur abhärtenden Vorbeugung „gegen alle Seuchen“ wurde in der Schaumburger Zeitung das „Lichtluftbad“ empfohlen, also der unbedeckte Aufenthalt im Freien:

## Die Abhärtungsmittel gegen Krankheitsgefahr.

Die mannigfachen Leiden des Krieges haben die Gesundheit der Menschen meist stark erschüttert und die schnelle Verbreitung der Grippe und die Schwere ihres Auftretens zeigt, wie groß die allgemeine Anfälligkeit für Krankheit bereits geworden. Da ist es überaus wertvoll, wenn wir uns nach zweckmäßigen Abhärtungsmitteln umsehen, die unsere Widerstandskraft zu erhöhen geeignet sind, die ja allein uns gegen die Unbill der Herbst-Witterung Schutz gewähren kann.

Nun besitzen wir im „Lichtluftbad“ ein ausgezeichnetes Mittel, unseren Körper widerstandsfähig gegen alle Seuchen zu machen, die die Kulturvölker so sehr schwächen. Wirken doch Luft und Licht belebend auf das Dasein des Menschen. Der unmittelbare Reiz der Luft auf die Haut regelt die Blutverteilung, die Sauerstoffaufnahme und Kohlenstoffauscheidung werden erhöht. Und wie die Luft, so wirkt auch das Sonnenlicht überaus günstig. Die menschliche Haut hat überaus wichtige Aufgaben, sie ist Schutzhülle, Gefäß- und

**Die Abhärtungsmittel gegen Krankheitsgefahr.**

*Die mannigfachen Leiden des Krieges haben die Gesundheit der Menschen meist stark erschüttert und die schnelle Verbreitung der Grippe und die Schwere ihres Auftretens zeigt, wie groß die allgemeine Anfälligkeit für Krankheit bereits geworden. Da ist es überaus wertvoll, wenn wir uns nach zweckmäßigen Abhärtungsmitteln umsehen, die unsere Widerstandskraft zu erhöhen geeignet sind, die ja allen uns gegen die Unbill der Herbst-Witterung Schutz gewähren kann. Nun besitzen wir im „Lichtluftbade“ ein ausgezeichnetes Mittel, unseren Körper widerstandsfähig gegen alle Seuchen zu machen, die die Kulturvölker so sehr schwächen. [...]*

*(Schaumburger Zeitung v. 09.11.1918)*