

Geschichte und Beschreibung der Insel Helgoland.

Als im Sommer 1826 die auf Betreiben des Schiffbauers Jakob Andreen Siemens begründete Aktiengesellschaft Seebad Helgoland die ersten vier Badekarren auf der Düne und zwei am Strande des Unterlandes auffahren liess, war hätte damals die glänzende Entwicklung des Seebades Helgoland vorausgesehen. Die edle Absicht seines verdienstvollen Begründers, der damals zunehmenden Verarmung der Insel durch Errichtung einer Badeanstalt zu steuern, war, so schwer es auch erst wurde, die ersten Aktien an den Mann zu bringen, schon bald von Erfolg gekrönt, wenn auch das Aktien-Unternehmen erst im Jahre 1854 durch die Unterstützung der englischen Regierung eine grössere Rentabilität erlangte und damit den Bewohnern der Insel einen guten Verdienst brachte. Schon nach 2 Jahren nach seiner Begründung, im Jahre 1828 zählte das Seebad Helgoland 104 Badegäste, 30 Jahre später 2278, im Jahre 1888 noch 8820, eine Zahl, die sich, nachdem Helgoland zwei Jahre später aus englischem in deutschen Besitz übergegangen war, 1898 auf 20 669 und im Jahre 1911 auf 85048 Badegäste vermehrte. Interessant ist das Felsenland, wild und zerrissen wie sein rotes Gestein ist auch seine Geschichte.

Die geographische Lage der Insel und ihre geologischen Eigentümlichkeiten zu beschreiben, ist nicht die Aufgabe dieses Buches. Jedermann weiß, wo Helgoland liegt und wie es zu erreichen ist, und wer einmal den roten Fels und die blendend weisse Düne gesehen, wer einmal vom grünen Oberland hinausgeschaut hat über das blaue Meer mit seinen wunderbaren Farbenreizen in Luft und Wasser, der trägt das Bild des trotzigen Felsenlands plastischer und anschaulicher mit sich, als es ihm alle Poesie der Beschreibung vermitteln kann. Ja

Grün ist det Lunn
Road is de Kant
Witt is de Sunn
Deet is det Woapen
Van't hillige Lunn!

das sind die von der Natur bestimmten Landesfarben Helgolands, die der Insel ihr eigenes Gepräge, ihre malerische Eigentümlichkeit verleihen.

Das Verkehrsleben Helgolands spielt sich im Ober- und Unterland und das Badesleben auf der Düne ab. Die Verbindung zwischen Ober- und Unterland vermittelt eine bequeme, breite, 182 Stufen zählende Treppe, sowie ein elektrischer Fahrstuhl. Die 1½ Kilometer von der Insel entfernte Düne ist der Lebensnerv des Seebades Helgoland, denn auf ihr befindet sich der herrliche, steinfreie, feste und ebene, nur allmählich abfallende Badestrand.

Von den

Sehenswürdigkeiten des Unterlandes

sei hier in erster Linie auf die von der preussischen Regierung begründete Königl. Biologische Anstalt hingewiesen, die die Aufgabe hat, die ganze Nordsee, besonders aber Helgoland und seine Umgebung, in physikalisch-chemischer, geologischer, zoologischer und botanischer Beziehung zu erforschen. Mit diesem Institut ist eine Meteorologische Station verbunden. Zwar ist der Zutritt zu dieser Zoologen und Botanikern zu praktischen Arbeiten und Untersuchungen dienenden Anstalt nur Fachleuten gestattet, doch bietet das mit der Biologischen Anstalt verbundene See-Aquarium, dessen Besuch Jedermann freisteht, ein überaus anschauliches Bild des submarinen Pflanzen- und Tierlebens der Nordsee, dessen Entwicklung in seinen wichtigsten Arten von den niedersten Meeresalgen und Seetieren bis zu den bekanntesten Spezies in den verschiedensten Altersstufen und in ihrer ganzen Farbenpracht lebend vor Augen geführt wird. Nicht minder interessant ist auch das Nordsee-Museum, dessen wertvollstes Objekt die vom Reich angekaufte berühmte Vogelsammlung des früheren Helgoländer Regierungsekretärs Gätké ist. Die reichhaltige Sammlung füllt den unteren Stock des Museums, während im oberen Stock die Tiere und Pflanzen des Meeres, Fische, Hummern, Austern etc. in ihren Entwicklungsstadien konserviert sind, anschließend, eine Darstellung ihrer Fangarten. Hochinteressant ist auch die reiche Sammlung der Muscheln, Schnecken und Algenarten des Meeres sowie der Gesteinsarten und Versteinerungen von der Insel und der Düne. Eine weitere Sehenswürdigkeit ist ferner das von F. H. Schmidt in Altona erbaute Kurhaus, das unmittelbar am Strande vor der Landungsbrücke gelegen ist und eine entzückende Aussicht auf Strand und Reede bietet. Seine offenen Glashallen sind ein Lieblingsaufenthalt der Fremden bei schönem Wetter, zumal sie bequeme Gelegenheit schaffen, den Konzerten der Kurkapelle, deren Musikpavillon direkt gegenüber gelegen ist, zu lauschen. Bällen und sonstigen festlichen Veranstaltungen dient der große prächtige Speisesaal, an den sich kleinere Speisesalons, Konversationszimmer, Billard- und Lesezimmer anschließen. Das Musikzimmer mit Flügel befindet sich im ersten Stock, in dem den Ökonomen eine Anzahl eleganter Fremdenzimmer nach der Seeseite zur Vermietung überlassen sind. Am Strande entlang wandernd, sehen wir das Denkmal Hoffmanns von Fallersleben, in der Nähe das Theatergebäude. Das an der äußersten Südsseite des Unterlandes gelegene Badehaus, das durch seine neuzeitlichen Einrichtungen und auch sonst eine Hauptsehenswürdigkeit der Insel ist, findet sich an anderer Stelle eingehend beschrieben. Die Hauptstrasse des Unterlandes ist die durch ihre vorzüglichen Gasthäuser und großen Kaufläden bekannte Kaiserstrasse, in der sich auch das Nordsee-Museum und daneben die Post befindet. Hier biegt die durch ihre doppelte Reihe Ahornbäume von Lustwandlern so bevorzugte stillere Siemenstrasse, bekannter unter dem Namen „Bindfadenallee“, ein. Aus der breiten Kaiserstrasse führt uns der Weg durch die an Verkaufsläden aller Art so reiche und durch ihr überaus reges Geschäfts- und Verkehrsleben ausgezeichnete Treppenstrasse, auf den durch sein nächtliches

Leben und Treiben allen trinkfröhlichen Fremden bekannten Markusplatz von Helgoland, der den Abschluß des Unterlandes bildet. Hier beginnt die große breite Treppe, deren 182 bequem zu ersteigenden Stufen ein noch bequemerer Fahrstuhl nach dem Oberland abkürzt. Ehe wir dieses besteigen, treten wir vorher, uns zurück zur Landungsbrücke wendend,

eine Bootsfahrt um die Insel an.

An der Ostküste entlang, von der wir bei einiger Entfernung einen schönen Ausblick auf die Häuser des Oberlandes geniessen, biegen wir um die durch ihre starken Geröllhalden bemerkenswerte Nordspitze herum, vor der sich ein einzelner Felskegel in malerischer Form, der Nathurnstack, wie ein drohender Finger emporreckt. Wir fahren weiter. Ein lautes Gekreisch in den Lüften und auf dem Wasser macht uns auf den nahen Lummenfelsen, den ständigen Sommersitz der im Frühjahr zu Hunderten vom hohen Norden zum Briten nach Helgoland kommenden Lummen aufmerksam. Die nun kommende Westküste ist schauerlich tief eingeschnitten, dann die sog. Gatten (Toren), wie Trichter- oder Insunken-Gat, Grot-Höll, Junk-Gat, Hoyshörn, Nonne, Prädtsstuhl oder Kanzel. Die Südspitze schließt als letzter Einzelfelsen der Neistack, auch Ingelskark genannt, ab. Neben ihm stand früher der sagenumrankte Felsen „Mönch“ von dem aber jetzt kaum noch ein Rest aus dem Wasser ragt. Um die Südspitze herumführt uns das Boot an der auf festem Felsgrund aus mächtigen Quadern errichteten Mole vorbei zum Ausgangspunkt unserer Rundfahrt, der Landungsbrücke. Den größten Genuß aber gewährt solche Rundfahrt bei Mondschein, ein Schauspiel von überwältigender Schönheit. Ein- oder zweimal im Sommer ist den Badegästen Gelegenheit geboten, mit einer größeren lampion- und fackelgeschmückten Bootsflotte mit Musikbegleitung die nächtliche Rundfahrt um die malerisch in allen Schluchten und Grotten, in allen Felseinschnitten, Spitzen und Toren, von den Ufern die hohen Felsenwände hinauf in künstlicher Beleuchtung aufflammende Insel mitzumachen. Wer das zu sehen, wird das Zauberland Helgoland nimmer vergessen. Das Schauspiel der Grottenbeleuchtung mit seiner glühenden Farbenpracht hat Fr. Oetker in seinem Werke „Helgoland“ in geradzue meisterhafter Sprache geschildert.

Den Rundgang auf dem Oberland,

dem Hochplateau der Insel, der uns die weiteren Sehenswürdigkeiten Helgolands erschließen soll, beginnen wir an der Nordspitze (Nathurn). Wir wandern über die sog. „Kartoffelallee“ an der Nebelsignalstation vorüber zum Flagenberg und von dort an der Kaserne und dem neuen Verwaltungsgebäude vorbei zu dem 24,4 Meter hohen Leuchtturm. Daneben auf dem Bredderg steht der alte Leuchtturm „die Bake“, auf dem sich eine Marine-Signalstation befindet. Südlich vom alten Leuchtturm liegt der Modernberg, der uralte Hünengraber barg. Am Armenhaus, „Lange Jammer“ genannt, vorbei führt der Weg zu einer bedeutenden Sehenswürdigkeit Helgolands, zur Kirche, von deren buntemalter Decke ein schöner Miniaturausführung ein dreimastiges Segelschiff, das Geschenk des früheren englischen Gouverneurs Sir Fritz Harding Maxse herabhängt. Zwei silberne Altarleuchter stiftete Gustav Adolf VI. von Schweden zur Erinnerung an seinen Aufenthalt auf Helgoland 1811. Dicht bei der Kirche, in der Villa „Zur schönen Aussicht“ wohnte einst Heine, hier schrieb er einen Teil seines herrlichen Nordsee-Zyklus. Eine Marmortafel bezeichnet die Sätte. In der Nähe ganz im Grün versteckt ein kleines Häuschen mit der Aufschrift „Villa Hoffmann von Fallersleben“, die Geburtsstätte unseres deutschen Nationalhelden durch die Kirchenstrasse zum Falm, der am Rande des Felsens hinlaufenden Hauptstrasse des Oberlandes, von der man einen herrlichen Fernblick über das Unterland, das Meer und die Düne genießt. Hier befindet sich die Kaiserliche Kommandantur. In seiner Nähe ebenfalls am Falm, im Hotel Belvedere wohnte im Jahre 1840 unser weiser Schlachtendenker und Jenker von Moltke, der sich damals mit Mary von Burt, die beim Bäcker Joh. H. Payens wohnte, in dessen Haus verlobte. Auch Emil Rittershaus pflegte seinen Sommersitz auf Helgoland in einem Hause am Falm aufzuschlagen.

Die Vegetation des Oberlandes ist sehr dürrig, nur wenig Rasenfläche und Kartoffelland und bei den Häuschen etwas Garten und niedriger Baumwuchs, doch findet man in den Gärten oft einen reichen Blumenflor, namentlich Rosen, die oft noch bis zum Winter Blüten treiben. Nach Adam von Bremen, der um die Mitte des 11ten Jahrhunderts von Helgoland schrieb, hatte die Insel keinen Baum — arborem nullam — eine Erscheinung, für die sich sogar noch ältere Quellen anführen lassen. Als Willibrord und Ludger, die Bekehr der heidnischen Insulaner, sich um das Jahr 785 an den Heiligümern des Fosite vergriffen, werden von Altfried, zweiter Bischof zu Münster, in seiner Beschreibung dieser Vorgänge und der Insel Tierweide und Quelle, aber keine Haine und Bäume erwähnt. In neueren Schriften wird gewöhnlich nur ein Baum genannt, der Maulbeerbaum im Garten des ersten Predigers.

Der Helgoländer

repräsentiert unter allen Nordsee-Insulanern am reinsten den typisch germanischen, echt friesischen Charakter sowohl in seiner äußeren Erscheinung wie in seiner Sprache. Seine Mundart ist klangvoll und wohltönend und zeichnet sich durch einen großen Reichtum an Vokalen aus. So bildet Helgoland mit seiner selbständigen friesischen Mundart, die, aller äußeren und inneren Einflüsse ungeachtet, sich bis heute erhalten hat, das kleinste Sprachgebiet überhaupt. Die

männlichen Bewohner der Insel sind breitschulterige, gedrungene Gestalten mittlerer Größe, die Frauen schlank von zarter Gesichtsfarbe und zierlicher Anmut der Bewegungen. Blonde Haare und blaue Augen sind vorherrschend. In ihrem Wesen sind die Helgoländer ruhig und wortkarg, im Handeln umsichtig und entschlossen. So verschlossen auch das Innenleben des Insulaners ist, so überrascht er aber oft im geselligen Verkehr durch seinen trockenen Humor und seine Schlagfertigkeit. Das Freiheitsgefühl und Selbstbewußtsein des Helgoländers ist traditionell, er fühlt sich als Freier unter den Freien. Bemerkenswert ist die leider immer seltener werdende farbenfrohe und kleidreife Nationaltracht der Helgoländerinnen, die nur bei ganz besonders festlichen Gelegenheiten angelegt wird.

Die Wohnungen

auf Helgoland zeichnen sich durch größte Reinlichkeit aus, blitzblank vom Keller bis zum Dach und behaglich dazu. Oft sind die Zimmer mit altem wertvollen, vom Großvater auf den Enkel vererbten Ton- und Porzellanbesitz, oder mit alten Kupfergefäßen geschmackvoll ausgestattet. An den Fenstern blendend weiße Gardinen und Blumenbesten. In einer Gärtnerei auf dem Oberland werden geschmackvoll Rosenstöcke gezogen. Das Plateau ist mit Kartoffeln, Klee, Gerste und Hafer, wenn auch spärlich angebaut, Wiesenland ist wenig vorhanden. Jedes Haus besitzt eine oder mehrere ausgemauerte und ausgemietete Zisternen zur Ansammlung und Aufbewahrung des Regenwassers, die von oben, unten und den Seiten das angesammelte Wasser vor jeder Verunreinigung schützen. Verunreinigungen auf dem Wege vom Dach bis zur Zisterne werden durch polizeilich vorgeschriebene und kontrollierte mechanische Vorrichtungen zurückgehalten. Die Zisternen werden in regelmäßigen Zeitabständen leergepumpt und gründlich gereinigt. Jedenfalls hat diese Art der Helgoländer Wasserversorgung nicht vor einer zentralen Wasserversorgungsanlage den eminenten Vorteil, daß Krankheitskeime nicht übertragen werden können. Die Art der Abfuhr ist hygienisch einwandfrei. Der beste Beweis für ein hygienisch tadelloses Funktionieren der jetzigen Einrichtungen ist der, daß in den letzten Jahren kein Fall der Infektionskrankheiten, die mit Vorliebe durch Einrichtungen der Wasserversorgung und Abfuhr verschleppt werden, auf der Insel vorgekommen ist. Jetzt ist Vollkanalisation eingerichtet, die mit Seewasser gespült wird. Ein großer Teil der Häuser ist schon angeschossen.

Seit 1912 ist die Insel auch mit elektrischem Licht versorgt.

Von höchstem Interesse für jeden Naturfreund, besonders den Binnenländer, ist die

Pflanzen- und Tierwelt des Meeres

bei Helgoland. Reicher und mannigfacher als an irgend einem andern Punkt der deutschen Küste entfaltet sich hier das Leben des Meeres. Weite unterseeische Wiesen von grünen, braunen und roten Tangen und Algen bedecken bei Niedrigwasser zum Teil frei liegend, den roten Felsgrund rings um Insel und Düne, belebt von einem mannigfaltigen Heer von Muscheln, Schnecken, Fischen und anderen Tieren. Das Sammeln derselben und das Angeln der Dorsche, Haie und Makrelen gehören zu den schönsten Reizen des Bades Lebens. Die obersten Schichten des klaren Seewassers sind im Sommer belebt von den reizenden, lebendigen Glocken gleichenden Quallen und im August und September erfüllt von Milliarden kleiner infusorienartiger Tieren (Noctiluca), die bei Nacht die wunderbare, reizvolle Erscheinung des „Meeresleuchtens“ hervorrufen. In den Kaminen der überstürzenden Wellen, im Kielwasser der Boote oder wenn das Wasser durch die Ruder, die plätschernde Hand oder durch einen Steinwurf bewegt wird, überall flimmert und leuchtet es in phosphorischem Lichte.

Sehr anziehend ist auch das Vogelleben auf Helgoland. Über 300 Vogelarten besuchen im Herbst und Frühjahr auf ihren Wanderzügen in großen Scharen unsere Insel und benutzen den roten Felsen zu kurzerzeitiger und Nordamerika. Zu den wenigen Brutvögeln Helgolands gehören die Lummen, nordische Taucher, die von Februar bis Ende August zu Tausenden um Helgoland leben und an einer steilen Felswand der Westseite, dem „Lummenfels“, ihre Brutplätze haben. Andere fast zu allen Jahreszeiten vorkommende Vögel sind Seeschwalben, Taucher und Strandläufer, deren Jagd zu den beliebtesten Unterhaltungen der Badegäste gehört. Unzertrennlich von dem roten Felsen ist aber die schneeige Möve. Die blütenweißen Helgoländer Möven mit ihren rotgetupften gelben Schnäbeln, wie vermehren sie die märchenhafte Poesie des Felsenlands, wenn sie in langen Schwärmen dicht gereiht auf den Brückenköpfen sitzen oder den Reisenden weit auf die offene See geleiten und mit scharfem Schnabel auf zugeworfene Bissen stoßen.

Seit 1892 besteht auf Helgoland die königl. Preussische Biologische Anstalt. Sie ist eine wissenschaftliche Anstalt, deren Aufgabe die Erforschung der Nordsee, ihrer Tier- und Pflanzenwelt und insbesondere der Naturgeschichte der nutzbaren Seetiere ist. Sie ist nach dem Muster der zoologischen Station in Neapel eingerichtet und bietet den alljährlich in größerer Zahl nach Helgoland kommenden Zoologen und Botanikern Plätze und Mittel zu ihren wissenschaftlichen Arbeiten über die Bewohner des Meeres. Eine Errungenschaft der letzten Jahre ist das mit der Biologischen Anstalt verbundene schon erwähnte Nordsee-Museum.

Eine wunderbare Gelegenheit, das Leben und Treiben der Bewohner der Nordsee und ihres Grundes zu beobachten, bietet das neuarbeitete Aquarium der königl. Biologischen Anstalt, wo in 10 grossen Schaubecken die eigenartigsten und farbenprächtigsten Fische, Quallen, Schalthiere, Schnecken, Austern, Muscheln, Pflanzen zur Beobachtung lebend gehalten werden. Das Aquarium ist täglich dem Badepublikum geöffnet.

Wer aber am Strande oder auf dem Meereshoden Studienobjekte suchen will, dem sei der vom Kustos der königl. Biologischen Anstalt, Dr. P. Kuckuck, herausgegebene Leitfaden „Der Strandwanderer“ auf das Warmste empfohlen. Das kleine handliche „Büchlein veranschaulicht in naturgetreuen farbigen Darstellungen und durch erklärende Beschreibung alle Arten von Strandpflanzen, Meeressalgen und Seetieren und ist so ein angenehmer Begleiter auf Exkursionen am Strand und auf dem Wasser.

Klimatisches.

Helgoland ist von allen Badeorten Deutschlands, ja selbst Europas, der reinsten Repräsentant des See- und Inselklimas. Nach genauen bakteriologischen Untersuchungen steht es fest, daß ein Wind, welcher mindestens 30 Seemeilen über die Oberfläche des Meeres hinreichend, fast völlig keimfrei ist; Helgoland erhält demnach von allen Richtungen reinen und keimfreien Seewind. „Der Felsen selbst“, sagt von Kobbe, „erzeugt keine vom Erdkörper herrührende Kräfte: ein Schiff mit Hochbord liegt er mitten im Meere, auf den der Wechsel des irdischen Dunstkreises nicht herüber drängt. Er bewahrt hier die ihm eigentümliche Gleichmäßigkeit in Luftwärme und Feuchtigkeit viel beharrlicher.“ Die Eigenschaften des Seeklimas werden wir also bei dem Klima Helgolands in hervorragendem Maße wiederfinden. Das Seeklima ist vor allen Dingen dadurch ausgezeichnet, dass es neben einem hohen Feuchtigkeitsgehalt der Luft, welcher sich fast stets in der Nähe des Sättigungspunktes hält, viel geringere Temperaturschwankungen aufweist als das Klima des Binnenlandes. Auf Helgoland, wo die Feige und Maulbeere zur Reife kommen, ist z. B. die Durchschnittstemperatur des kältesten Monats Januar + 1,7° C., die des wärmsten, August, + 16,4° C., während beide Zahlen für Berlin + 2,4 und + 18,8° C. lauten. Wie mit den Jahreschwankungen verhält es sich auch mit den Monats- und Tageschwankungen der Temperatur, die letztere, welche für den Badegast in erster Linie in Frage kommt, betrug im Mittel auf Helgoland nur 3,3° C.

Die unmittelbare Nachbarschaft der großen Salzwassermengen bringt es außerdem mit sich, daß der Herbst bis zum Monat Dezember hier auf Helgoland bedeutend gleichmäßiger als in den südlichen Kurorten Meran, Bozen und Montreux ist, eine Tatsache, der noch viel zu wenig Beachtung geschenkt wird. Speziell für Lungentuberkulose im Anfangstadium bietet Helgoland wie kein zweiter Platz, dank dieser natürlichen Vorzüge, einen hervorragenden Heilfaktor. Den Badegast interessieren natürlich am meisten die Temperaturverhältnisse der Luft oder des Seewassers während der Badesaison auf Helgoland: es schwankt die durchschnittliche Luftwärme während der Monate Juni bis September zwischen 10 und 15° C., während die Nordsee als niedrigste und höchste Temperatur 12 und 20° C. aufweist. Auf Grund dieser Faktoren eignet sich Helgoland vorzüglich als Winterkurort.

Kurmittel.

Reine ozonreiche, feuchte Seeluft, Seebäder, Licht.

Drei Hauptfaktoren, denen mit Recht ein eminentes Einwirkungsvermögen auf den menschlichen Organismus zugeschrieben wird. In dieser herrlichen Seeluft mit ihrem hohen Sauerstoff- und Feuchtigkeitsgehalt, in ihrer gemäßigten Temperatur atmet der Asthmiker und Emphysematiker frei und tief, derjenige, der durch langen chronischen Katarrh der Luftwege gequält wurde, sieht diesen Plagegeist sehr schnell hier schwinden, der nervös Abgehetzte und Abgespannte fühlt bald mit Behagen, wie sich Elastizität und Energie bei ihm heben.

Als unterstützendes Moment kommen die Seebäder hinzu mit ihrem Salzgehalt von 3,5–3,9‰; ob sie kalt auf der Düne oder warm in dem musterartig eingerichteten Warmbadehausa oder in dem vor Zugwind geschützten Schwimmbassin mit seiner stets um 5° erhöhten Wassertemperatur genommen werden. Das richtet sich nach dem einzelnen Krankheitsfall. Anwendungsweise und richtige Steigerung zu bestimmen, sollte stets dem behandelnden Arzte überlassen werden, insbesondere ist solchen Besuchern Helgolands, welche das Bad als Nachkur benutzen wollen oder Heilung von nervösen oder schwache Zustände suchen, dringend anzuraten, sich beim Beginn der Kur Ratschläge beim Arzt zu holen, da ein unrichtiger wie übertriebener Gebrauch der kräftigenden Heilmittel nicht das gewünschte Resultat liefern kann. Jedenfalls sollte nur ein ganz Gesunder sofort am Strande baden und gewöhnlich immer noch mit der Einschränkung, daß er die ersten beiden Bäder in der Weise nimmt, daß er einige Wellen mit dem Rücken auffängt und sich darauf gut und kräftig abreibt und ankleidet. Später kann die Bäderzeit bis auf fünf Minuten ausgedehnt werden. Stets aber sollte nach zwei bis drei Bädern ein Tag ausgesetzt werden. Daß nie mehr als einmal am Tage gebadet werden soll, braucht wohl kaum erwähnt zu werden.

Unterstützt werden die beiden ersten hervorragenden Heilfaktoren durch die Fülle des strahlenden und reflektierten Sonnenlichts, des Feindes aller bösen Mikroorganismen.

Die Gesamtwirkung dieser drei Faktoren, insonderheit von Luft und Wasser, macht sich schon nach kurzem Aufenthalt geltend durch gesteigerten Appetit, tiefen erquickenden Schlaf, auffallende Hebung des Allgemeinbefindens und der gesunkenen Spannkraft, stärkerer Energie der Herzstätigkeit, besseres Funktionieren aller übrigen wichtigeren Organe des Körpers.

Hellanzeigen und Gegenanzeigen.

Außer der großen Schar von Erholungsbedürftigen, welche alljährlich aus den großen Städten überarbeitet und an Körper und Geist abgespannt an das Gestade der Nordsee eilen und die gewiß Helgoland nicht verlassen werden, ohne hier die Spannkraft und Geistesfrische für weitere Arbeit wieder erlangt zu haben, kann Helgoland in erster Linie allen denen empfohlen werden, die an akuten und chronischen katarrhalischen Affektionen der Luftwege (Nasen-, Rachen-, Kehlkopf- und Lungenkatarrhen) leiden.

Ferner ist der Gebrauch der heilsigen Heilmittel angezeigt für Nervenleiden aller Art, auch Magen-, Darmkatarrhen nervöser Natur, Ischias, chronischen Rheumatismus, für Leiden, die auf mangelhafter oder schlechter Bluterzeugung beruhen (Bleichsucht, Blutarmut, Haut- und Muskelschwäche, skrofulöse Erkrankungen, Rachitis, bestimmte Frauenleiden), Schwächezustände nach geistiger oder körperlicher Überanstrengung, sodann als Nachkur von Karlsbad, Marienbad, Aachen etc., vor allen Dingen aber Tuberkulose der Lungen im Anfangstadium speziell im Spätherbst, Oktober bis Mitte Dezember.

Gegenanzeigen bilden die akuten und Infektionskrankheiten, sowie solche Krankheiten, die mit Blutungen und profuser Eiterung einhergehen, schwere unkompenzierte Herzfehler, endlich schwere cerebrale Reizzustände (verschlimmern sich hier sogar auffallend), sowie alle unheilbaren Gehirn- und Rückenmarksleiden.

Das Heufieber

und der Heufieberbund auf Helgoland.

Unter den katarrhalischen bzw. nervösen Erkrankungen hat das gefürchtete Heufieber mehr und mehr die Aufmerksamkeit und das Studium der Ärzte erregt. Auf diese überaus lästige und peinliche Krankheit übt Helgoland nachgewiesenermaßen, wie kein einziges anderes Nordseebad eine geradezu spezifische Wirkung aus. Der unglückliche Kranke fühlt hier sofort seine Beschwerden schwinden, der Katarrh der Nase und der Augen schwindet in kürzester Zeit, der von Heuasthma gequälte Patient atmet am ersten Tage seines Aufenthaltes freier und tiefer, überwindet seinen Anfall spielend. Versuchsweise besuchen in der Saison 1901 verschiedene Heufieberkranke, Laien und Ärzte, von hier aus andere Nordseebäder, um deren Wirkung auszuprobieren, aber schon am andern Tage nach ihrer Abreise warteten sie Leidensgenossen telegraphisch vor dem Nachkommer: sie selbst fühlten sich erst wieder wohl, als sie auf unserer Insel waren. Helgoland muß als der günstigste Platz für Heufieberkranke angesehen werden, einmal wegen der größeren Entfernung vom Festland, und dann infolge des geringen Umfangs der Insel, der es ermöglicht, daß alles vorhandene Gras noch vor der Blütezeit abgemäht wird, wofür Gemeinde und Fortifikationsverwaltung im Interesse der Heufiebergäste in dankenswerter Weise Sorge tragen. Natürlich kann Helgoland trotz dieser günstigen Bedingungen nicht völlig als immun angesehen werden, da vollkommene Blütenfreiheit ja kaum zu erreichen ist. Eine ebenso irrthümliche Auffassung ist es, daß ein mehrere Jahre wiederholter Aufenthalt auf der Insel die Disposition zum Heufieber verschwinden mache, also Heufieber völlig heile. Daß aber Helgoland, namentlich sein Unterland, nahezu ganz immun ist, das beweist die von Jahr zu Jahr wachsende Frequenz an Heufieberkranken. Im verflossenen Jahre waren es allein ca. 300 Personen, die Linderung oder Heilung ihres oft qualvollen Leidens auf dem roten Felsenstüchlein.

Erwähnt sei noch, daß sich die an dieser qualvollen Krankheit Leidenden im Jahre 1892 zu einem Verein zusammengeschlossen haben, dem „Heufieberbund von Helgoland“. Dieser heute schon 2000 ordentliche Mitglieder wirklich zum Heufieber disponierte Personen — zählende Bund hat es sich zur Aufgabe gestellt, Leidensgefährten durch Rat und Tat zu unterstützen, den Alleinstehenden Anschluß zu geben (speziell Damen finden das Lebenswichtigste Entgegenkommen bei den drei Vorstandsmitgliedern des Bundes), sodann auch milde Gaben zu benutzen, um armen Heufieberkranken den Aufenthalt auf Helgoland zu ermöglichen. Der Vorsitzende des Bundes ist der Kaufmann Otto Schulz, Hannover.