

www.e-rara.ch

Die Pflege des Kindes im ersten Lebensalter

Heim-Vögtlin, Marie

Zürich, 1898

elib.ch

Persistent Link: <https://doi.org/10.3931/e-rara-152404>

www.e-rara.ch

Die Plattform e-rara.ch macht die in Schweizer Bibliotheken vorhandenen Drucke online verfügbar. Das Spektrum reicht von Büchern über Karten bis zu illustrierten Materialien – von den Anfängen des Buchdrucks bis ins 20. Jahrhundert.

e-rara.ch provides online access to rare books available in Swiss libraries. The holdings extend from books and maps to illustrated material – from the beginnings of printing to the 20th century.

e-rara.ch met en ligne des reproductions numériques d'imprimés conservés dans les bibliothèques de Suisse. L'éventail va des livres aux documents iconographiques en passant par les cartes – des débuts de l'imprimerie jusqu'au 20e siècle.

e-rara.ch mette a disposizione in rete le edizioni antiche conservate nelle biblioteche svizzere. La collezione comprende libri, carte geografiche e materiale illustrato che risalgono agli inizi della tipografia fino ad arrivare al XX secolo.

Nutzungsbedingungen Dieses Digitalisat kann kostenfrei heruntergeladen werden. Die Lizenzierungsart und die Nutzungsbedingungen sind individuell zu jedem Dokument in den Titelinformationen angegeben. Für weitere Informationen siehe auch [Link]

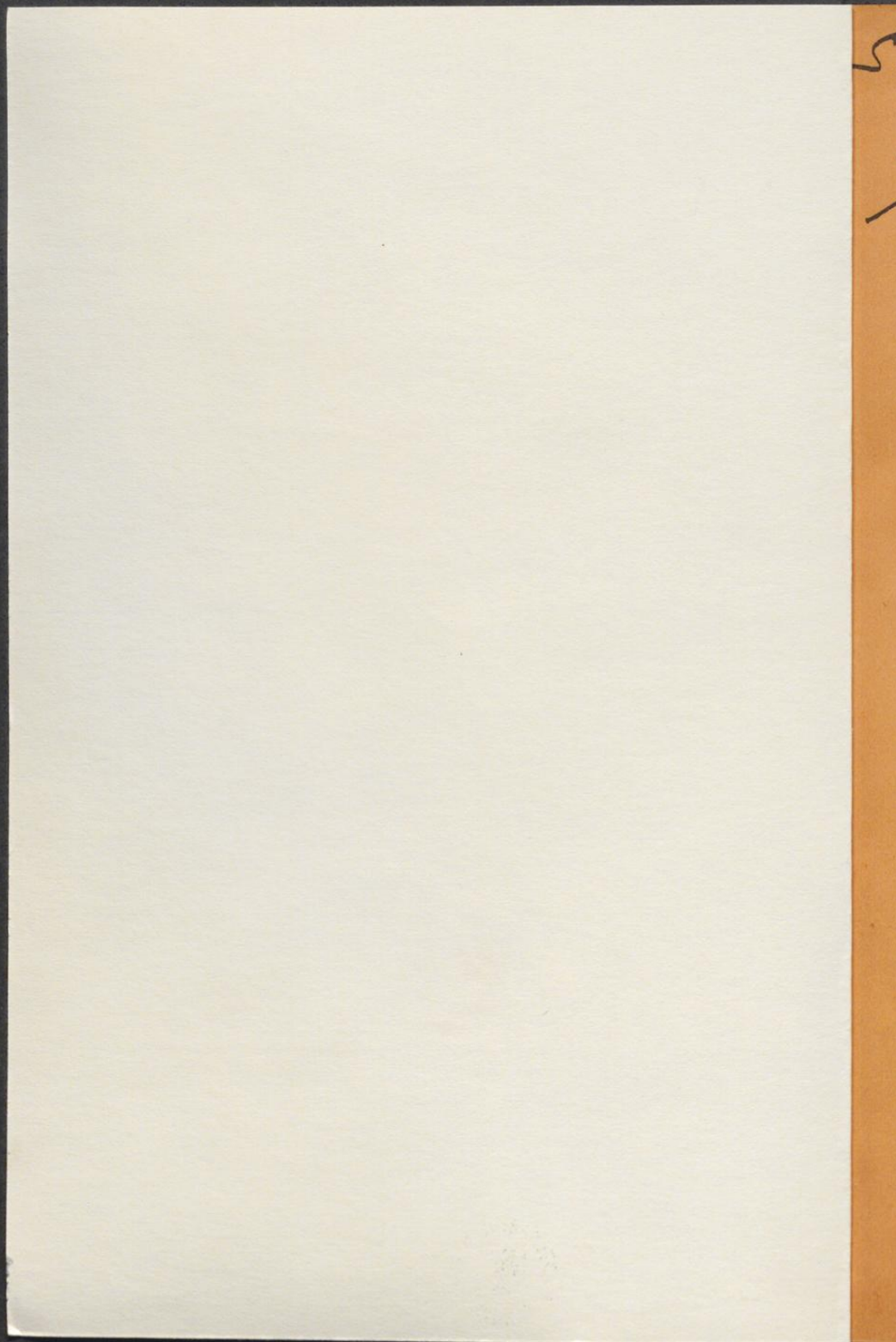
Terms of Use This digital copy can be downloaded free of charge. The type of licensing and the terms of use are indicated in the title information for each document individually. For further information please refer to the terms of use on [Link]

Conditions d'utilisation Ce document numérique peut être téléchargé gratuitement. Son statut juridique et ses conditions d'utilisation sont précisés dans sa notice détaillée. Pour de plus amples informations, voir [Link]

Condizioni di utilizzo Questo documento può essere scaricato gratuitamente. Il tipo di licenza e le condizioni di utilizzo sono indicate nella notizia bibliografica del singolo documento. Per ulteriori informazioni vedi anche [Link]

Br

13.663





Belehrende Schriften
herausgegeben vom
Schweizerischen gemeinnützigen Frauenverein.

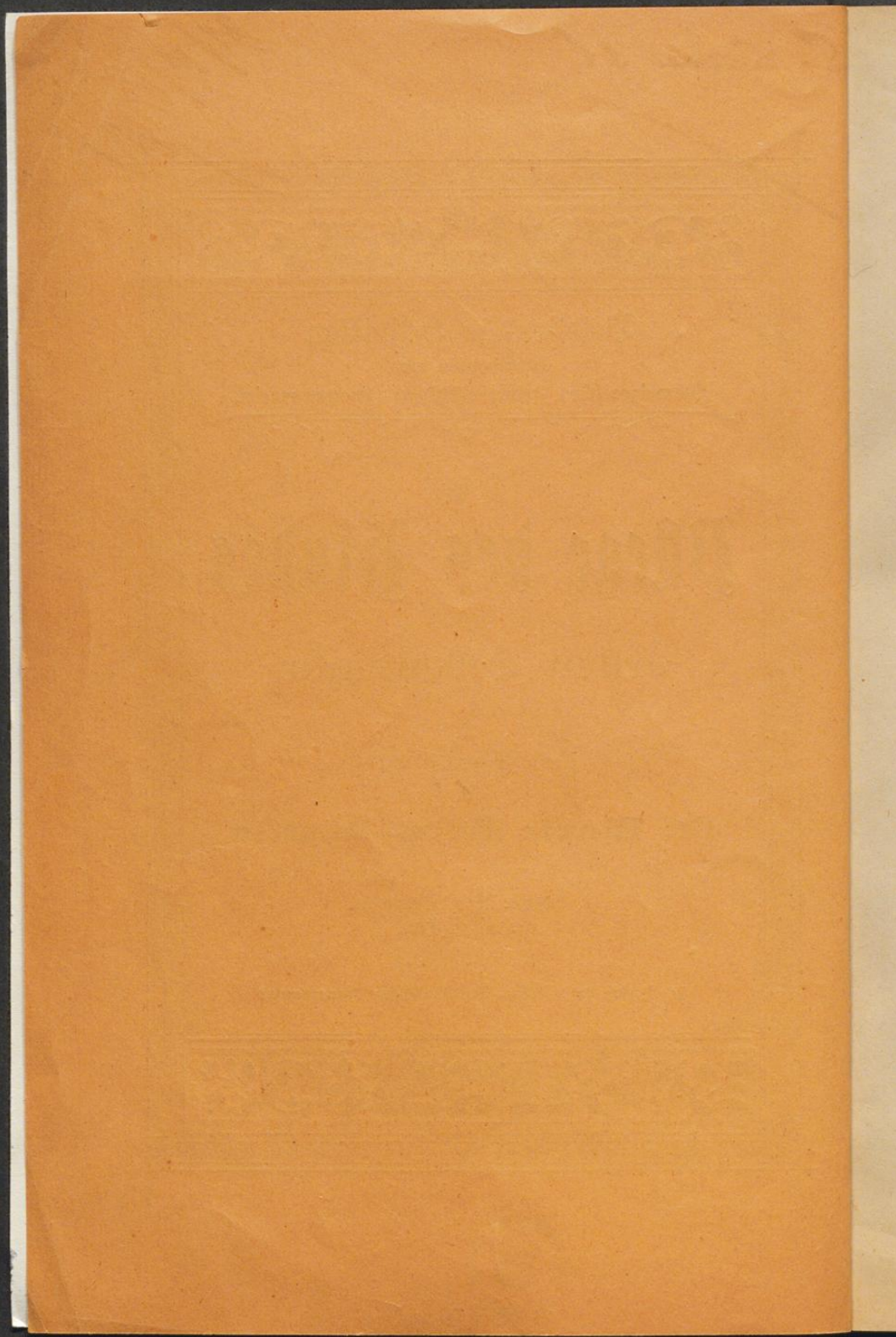
Die
Pflege des Kindes
im
ersten Lebensjahr

In Briefen
von
Dr. Marie Heim-Dögtlin

1. Auflage: 20 000 Exemplare.
Preis: 15 Cts.

Im Verlag des Schweiz. Gemeinnützigen Frauenvereins
1898.





Die
Pflege des Kindes

III

ersten Lebensjahr

In Briefen

von

Dr. Marie Heim-Dögflin



Luzern
Buchdruckerei G. Kessler
1898

Inhalts-Verzeichniss.

	Seite
Erster Brief.	
Das Kinderbett. Kleidung. Nöthige Anschaffungen	5
Zweiter Brief.	
Die Pflege der Haut	10
Dritter Brief.	
Die Wohnung. Luftgemüß	12
Vierter Brief.	
Die Wage. Die natürliche Ernährung des Kindes an der Mutterbrust. Die Amme	14
Fünfter Brief.	
Die Trinkflasche. Das Kochen der Milch	25
Sechster Brief.	
Die künstliche Ernährung	28
Siebenter Brief.	
Die körperliche Entwicklung	42
Achter Brief.	
Die Gesundheitsstörungen des Säuglingsalters. Die Impfung	44
Neunter Brief.	
Die geistige Entwicklung	54
Zehnter Brief.	
Anhang. Erklärung der Kurven	59

Vorwort.

Liebe junge Freundin!

Du hast mich um Angabe einer Schrift gebeten, woraus Du praktische Belehrung für Deine Aufgabe als Mutter schöpfen könntest.

Obschon eine Reihe von empfehlenswerten Schriften über Kinderpflege zu nennen wären, biete ich Dir doch an, selbst Deine Ratgeberin zu sein. Ich tue dies auf Grund der Erfahrungen, die ich sowohl als Arzt in der Ueberwachung fremder Kinder, wie als Mutter in der Pflege meiner eigenen Kinder gesammelt habe. Und ich hoffe, in dieser Doppelstellung durch das Hineinleben in alle kleinsten Einzelheiten der kindlichen Entwicklung da und dort noch eine Lücke ausfüllen zu können, die bisher offen geblieben ist.

Zürich, Juni 1898.

Dr. Marie Heim-Vögtlin.

Dortmund

Stiege: junge Frauen

Die Stadt wurde im Jahre 1818 durch einen Brand fast ganz zerstört. Die Bevölkerung betrug zu dieser Zeit nur 10.000 Einwohner. Infolge der Zerstörung wurde die Stadt in verschiedene Quartiere eingeteilt. Die Hauptquartiere waren die Altstadt, die Vorstadt und die Neustadt. Die Altstadt war die älteste Siedlung und wurde im Jahre 1818 fast vollständig zerstört. Die Vorstadt war eine neu angelegte Siedlung und wurde im Jahre 1818 fast vollständig zerstört. Die Neustadt war eine neu angelegte Siedlung und wurde im Jahre 1818 fast vollständig zerstört.

Stiege, 1818

Dr. Heinrich H. H. H.

Erster Brief.

Das Kinderbett. Kleidung. Nötige Anschaffungen.

Meine erste Aufgabe ist die Besprechung der Vorbereitung zum Empfang Deines lieben Kindleins. Du glückliche Mutter kannst Dich mit allem versehen, was zu einer sorgfältigen Kinderpflege gehört! Wir wollen darob aber nicht der Mütter vergessen, die sparen müssen, ob schon die Gesundheit ihrer Kinder ihre wichtigste Sorge ist.

Als Bettchen rate ich Dir, für das erste Halbjahr einen Stubenwagen einzurichten, worin Du das Kindlein, ohne es zu wecken, bequem vom Wohnzimmer ins Schlafzimmer und auch ins Freie bringen kannst. Die ganze Ausstattung kannst Du selbst besorgen. Zu unterst in den Wagen kommt ein Spreusack, darauf eine kleine, dicht anschließende Kopshaarmatratze, die Du zum größten Teil mit einer Kautschukunterlage bedeckst. Kaufe ja nicht der Billigkeit halber den schlechten grauen Kautschuk, der bald hart wird und abscheulich riecht, sondern den schwarzen, der sich mit heißem Wasser waschen läßt. Auch die unbemittelteste Mutter sollte, z. B. als Gabe der Wöchnerinnenvereine, eine solche Unterlage besitzen, sonst ist es um Reinhaltung des Bettchens von vorneherein geschehen. Im Winter muß dieser kalte Stoff mit einem dicken Wolltuch bedeckt werden, für den Sommer genügt Doppelmolton. Nun bedecke das ganze Maträzchen mit einer Windel, die Du, sobald Dein Kindchen ein paar Wochen alt ist, nochmals mit einer kleinen Kautschuk- und Moltonunterlage schützen mußt. Das kleine Kopshaarkissen soll dem Köpfchen eine leicht erhöhte Lage gewähren; Federkissen sind unstatthaft. Die Wolldecke, die Du in eine Windel einschlägst, sowie das leichte Flaumdeckchen richte in der Größe so ein, daß sie Dir auch für das im zweiten Halbjahr zu beziehende hölzerne Bettstättchen dienen können; der Wärme halber sind diese den eisernen vorzuziehen.

Die weitere Einrichtung des Bettstättchens soll, solange das Kind nicht rein gewöhnt ist, die gleiche sein wie die des Korbwagens. Ein Vorhang hat

zur Abhaltung des Lichtes keinen Zweck; die Neuglein des Neugeborenen bedürfen keiner künstlichen Dämmerung. Auf dem Land weiß man nichts von Vorhängen, und doch kommen Augenkrankheiten nicht häufiger vor als in der Stadt; auch schlafen die ans Licht gewöhnten Kinder ebenso ruhig. Der Nutzen des Vorhangs besteht hauptsächlich im Schutz gegen Staub und Fliegen; meist dient er aber zum Abhalten der Luft und wird dadurch direkt schädlich. Zum Aufenthalt im Freien dagegen ist er als Schutz gegen Zugluft und Sonnenstrahlung von Nutzen. Jedenfalls soll er nur aus dünnem, am besten dunkelgrünem Stoff bestehen.

Was Du Deiner armen Nachbarin für ein Bettchen besorgen sollst? fragst Du. Kaufe ihr einen großen, ganz glatt geschälten, ovalen Weidenkorb, füttere ihn mit Matrazendrill aus und lege einen gut gefüllten, dicht anschließenden Spreusack hinein, auch ein Spreukopfstissen. Kautschuk und Wolltuch dürfen von keiner geringern Qualität sein als Deine eigene Anschaffung. Als Decke gib eines Deiner Kopfstissen. Dieses Bett kann für das erste Lebensjahr des Kindchens genügen. Auch das ärmste Kind sollte sein eigenes Bettchen haben. Das Zusammenschlafen des Kleinen mit der Mutter im gleichen Bett ist nicht nur der mütterlichen Ausbünstung halber ungesund, sondern es ist sogar sehr gefährlich. Oft schon sind Neugeborene durch ihre schlafende Mutter erbrücht worden.

Im Winter müssen die Neugeborenen sogar im warmen Zimmer gut in die Decken gehüllt werden; auch so noch sind ja die Händchen immer kalt. Im Sommer dagegen sollen die Aermchen zu freier Bewegung unbedeckt bleiben. Im Winter läßt man den Kleinen die Wärmflasche, mit trocknen Windeln als Vorrat bedeckt, im Bettchen; im Sommer dagegen und bei ältern Kindern genügt es, daß das Bettchen vorgewärmt werde.

Nun wollen wir die Kleidung durchnehmen. Dein kleiner Frühlingsbote, der durch seinen Ankunftsstermin schon so viel vor den Winterkindern voraus hat, braucht nicht mit so dicker Wolle empfangen zu werden, wie es bei jenen notwendig ist. Winterkinder sollen immer mit wollenen Unterjäckchen, lieber mit gestrickten als mit genähten, gekleidet werden, im strengsten Winter sollte auch das Oberschlüttchen von Wolle sein. Bei zu leichter Kleidung müssen die Neugeborenen

einen Teil ihrer Körperkräfte hergeben, um die mangelnde äußere Wärme zu ersetzen. Erst bei richtiger dauernder Frühlingswärme soll die Wolle durch Baumwolle (vorzüglich sind die Zäckchen aus sogenannter Reformbaumwolle) vertauscht werden. Zum Empfang für Dein Kindlein halte immerhin für die ersten 2 Monate wollene Unterschlüßchen oder baumwollene gestrickte Oberschlüßchen bereit. Bei warmem Sommerwetter aber wird ein baumwollenes kurzärmeliges Hemdchen und ein gestricktes Baumwollschlütchen genügen; größern Kindern läßt man die ganzen Ärmchen bloß, daneben sollen sie baumwollene Windelhöschen und kurze Kleidchen tragen. Sorge wo möglich für soviel Auswahl und Abstufung in der Wärme der Kleidchen, daß Du das Kindlein nach dem Thermometer, das in Deinem Zimmer nicht fehlen soll, nicht nach dem Kalender kleiden kannst. Sei auch namentlich für recht weite Ärmel und für gut übereinander schließende Rückenteilchen besorgt. Bei jeder Erkältung nimm wieder die wollenen Unterleidchen hervor. Neugeborene sollen auch mitten im Sommer bei kühlem Wetter Wolle tragen. Die planmäßige Abhärtung gehört normalerweise erst ins zweite und dritte Lebensjahr, wo tüchtig mit kaltem Wasser nachgeholfen werden kann. Das Köpfchen laß unbedeckt, im Sommer auch im Freien; nur bei Husten und Schnupfen ist im Zimmer, bei Wind im Freien ein Häubchen am Platz.

Die Bauchbinde strickst Du Dir am besten aus starkem Baumwollgarn, 6 cm breit, 50 cm lang, mit Bindband versehen. Die Knaben läßt man, ihres heftigern Geschreis wegen, die Binden länger tragen als die Mädchen; mit 7 bis 8 Wochen kann man sie bei guter Nabelbeschaffenheit weglassen; werden sie öfter durchnäßt, so sind sie schon der Hautreizung halber nicht mehr zweckmäßig. Wickle die Binde nie fest, wodurch die Atmung des Kindes behindert würde; auch Windeln und Umluch müssen den Beinchen etwas freie Bewegung erlauben.

Weißt Du auch, daß ein Kind, das reichlich trinkt, in den ersten Monaten, bevor es aufs Töpfchen gesetzt wird, im Stand ist, 24 große und ebensoviel kleine Windeln täglich naß zu machen? Daraus ziehe einen Schluß auf den Stoß Windeln, den Du brauchst, wenn Du nicht in Verlegenheit geraten willst. Im Winter, bei nassem Wetter, bei schlechter

Einrichtung zum Trocknen würdest Du einen Vorrat von 40 großen und fast ebenso vielen kleinen Windeln brauchen! Leider können das so viele Mütter nicht leisten; dann aber müssen sie im Laufe des Tages waschen, sonst kommt die böse Versuchung, das Kind selten trocken zu legen, oder ungewaschene Windeln zu trocknen; eine abscheuliche Gewohnheit, die verpestete Zimmerluft und Wundwerden des Kindes unfehlbar zur Folge hat.

Früher glaubte man, um gut für sein Kind sorgen zu wollen, dürfe man die große Ausgabe für leinene Windeln nicht scheuen. Heutzutage aber ist man zur Einsicht gekommen, daß Baumwolle für alles Kinderzeug, die kleinen Windeln ausgenommen, viel zweckmäßiger ist als Leinwand. Ein dichter, aber recht geschmeidiger Stoff paßt für Windeln, vor allem Flanellette, die man in weiß und farbig haben kann. Denke nur ja nicht daran, Deiner armen Nachbarin der Billigkeit halber Windeln aus leichtem Stoff zu schenken. Das wäre eine sehr zweifelhafte Wohlthat, denn sofort würden auch alle andern Umhüllungen des Kindes durchnäßt. Viel lieber eine recht gute Windel als zwei dünne. — Die kleinen Windelchen mache womöglich aus alter Leinwand, mit Rücksicht auf das leichte Wundwerden des Kindes. Sie sind nur in den ersten Monaten nötig, wenn das Kind sich noch sehr viel naß macht; später werden sie Dir zwar auch gute Dienste leisten, wenn Du eins der kleinsten in die Höschen stopfst; diese kannst Du dadurch oft vor dem Naßwerden retten.

Schneide die Windelchen quadratisch, 40 bis 50 cm breit; sie werden dreizipflig gefaltet zwischen die Beinchen des Kindes geschoben. Die großen Windeln müssen 80 cm hoch und 110 cm breit sein; aus Kleinern schlüpft das 4 bis 5 Monate alte Kind immer wieder heraus. Wasche die Windeln nicht mit Soda, sondern der empfindlichen Haut des Kindes halber mit Fettlaugenmehl. Wenigstens 2 mal die Woche sollten die Windeln gekocht werden, sonst bleiben sie nicht schön weiß. — Für Winterkinder muß man sich mit 2 bis 3 warmen wollenen Untüchern versehen; für Dein Sommerkind kannst Du aber in heißen Tagen Tücher aus Piqué oder Barchent gebrauchen. — Willst Du das Kleine trocken legen, so breite aufs Waschlissen erst das Untuch aus, darauf kommt ein kleiner, ganz weicher Hautschuß, den Du mit einer Doppelmoltonunterlage deckst; nun die große und die dreizipflig

gefaltete kleine Windel. Im Winter und bei Neugeborenen auch zur kühlen Sommerzeit müssen die in Bereitschaft liegenden, gründlich ausgetrockneten Windeln im Ofen oder auf der Wärmflasche im Bettchen warm gehalten werden.

Das Traglissen fängt an, vielerorts aus der Mode zu kommen. Gewiß mit Unrecht; denn nicht nur wird das Kind darin beim Aufsein und Austragen gründlich warm gehalten, sondern es erhält für den schwachen Rücken in den ersten Monaten eine wertvolle Stütze. Zu diesem Zweck mußt Du das Lissen aber aus einer festen Schicht Roßhaar, mit Wolle bedeckt, herstellen, damit es einen guten Halt gibt. In den zwei ersten Monaten soll das Kind immer im Lissen ausgetragen werden. — Mit 4—5 Monaten, wenn der Rücken so erstarrt ist, daß das Kleine auf deinem Arm sitzen will, so vertausche am Tag die Windeln mit Windelhöschen, aus Wolle bei kühlem, aus Barchent bei heißem Wetter; dann ziehst Du ihm ein nur bis an die Füßchen reichendes Röckchen an, damit es seine Beinchen tüchtig zum Laufenlernen vorbereiten kann. Auf warme Füßchen mußt Du besonders bedacht sein; zur Winterszeit tun den ganz Kleinen sogar in den Windeln wollene Strümpfchen sehr gut. Im Sommer genügt für die Größern nachts eine Windel. Sobald das Kind anfängt, sich selbst aufzurichten, so mußt Du für kürzere Kleidchen und Schuhe mit festen Sohlen sorgen, damit es sich freier bewegen kann und sich gewöhnt, fest und nicht schief aufzutreten.

Nun haben wir noch den Waschtisch auszurüsten: Ein großes Waschlissen aus Roßhaar, ein Frottiertuch, worauf beim Baden noch eine Windel kommt, um die Nässe aufzunehmen, ein abgetheiltes Waschbecken mit zwei Schwämmen, damit das Gesichtchen seinen eigenen habe, Seife (bei Kopfschuppen ist Marmorseife empfehlenswert), Babethermometer, ein Topf Zinksalbe, eine Schachtel feines Puder (nicht Bärappfamen), ein Fieberthermometer, eine kleine Nystierspritze, Wärmflasche, Spiritusapparat und Trinkfläschchen, zu guter Letzt ein Nachttöpfchen.

Die Badewanne kann für den Anfang ganz gut aus einem kleinen ovalen Wascheimer bestehen, den Du auf einen Stempel stellst. — Nun bist Du bereit, das liebe Kindlein mag erscheinen, wann es will!

Bei Deiner armen Nachbarin sorge dafür, daß ein besonderes Waschbecken mit Schwamm und Seife, Babethermometer, Zinksalbe, Wärmflasche, Spiritusapparat und Trinkfläschchen zur Hand ist; diese notwendigsten Dinge sollten auch der ärmsten Mutter nicht fehlen.

Zweiter Brief.

Die Pflege der Haut.

Nun wollen wir Schritt für Schritt die Hülfsleistungen durchgehen, die das Kindlein nach seiner Geburt von seiner Pflegerin empfängt. — Die erste Wohlthat, die ihm erwiesen wird, ist das Bad. Gib es immer am Morgen und nie bald nach einer Mahlzeit. Erlaube nie, daß Dein Kind ohne genaue Wärmemessung des Wassers gebadet werde. Man bildet sich wohl gewöhnlich ein, in der Schätzung der Wassertemperatur so viel Uebung zu bekommen, daß das Messen überflüssig werde. Ich habe mich aber vielfach selbst überzeugt, daß dies nicht wahr und auch das beliebte Schätzen der Temperatur mit dem Ellbogen ganz unzuverlässig ist.

Mit kalten Händen geprüft, tarierst Du das Wasser zu warm, mit warmen Händen kommt es Dir zu kalt vor. So kann man sich bis auf einige Grade Réaumur täuschen.

Zu heiße Bäder bewirken aber Blutandrang zum Gehirn, „Sichter“; zu kalte Bäder sind, abgesehen von der Erkältungsgefahr, eine Kräfteentziehung für das Kind. Im Sommer wie im Winter ist die normale Badwärme für das Neugeborene 28° R. In heißen Sommertagen dagegen geht man bei einige Monate alten Kindern auf 27 und 26° herunter; auch kann die Dauer des Bades, die anfänglich nur wenige Minuten betragen soll, zum Vergnügen und zur Erfrischung des Kleinen verlängert werden.

Wasche zuerst mit einem weichen Lappchen aus einem besondern Schüsselchen die Augen, dann den Mund. Dann reibe mit Schwamm und Seife das Körperchen tüchtig ab. Namentlich beachte die Kopfhaut, die sich so leicht mit Fettschuppen bedeckt; diese müssen, falls sie hartnäckig sind, abends mit Del eingerieben werden. Halte die Kopfhaut peinlich rein. Es ist törricht, zu meinen, die Haut über den offenen Fontanellen, d. h. die Stellen, an denen die Schädelknochen anfänglich offen bleiben, vertrage ein sanftes Reiben nicht. Das Badetuch mit der

Windel mußt Du, durch die Wärmflasche oder im Ofen erwärmt, bereit halten; die nasse Windel entferne rasch und reibe das Kindlein mit dem Frottiertuch tüchtig ab, während die Wärmflasche die Kleidchen im Bettchen gründlich vorwärmt. Die Schenkelhautfalten fette mit Zinksalbe schon zur Vorsorge ein. Dann sei flink mit dem Anziehen, damit das hungrige Kindlein bald gesättigt wird!

Das tägliche Bad während des ersten Lebensjahres versteht sich für Deine Verhältnisse von selbst; aber auch die ärmste Mutter sollte ihrem Kind diese Wohlthat gewähren. Wie frisch und geschmeibig wird die Haut, wie frei die Bewegungen der nackten, ungehemmten Glieder! Wie glücklich lacht das entwickeltere Kind, mit seinen kleinen Eimerchen und Trichterchen und Sieben im Wasser spielend — es ist der schönste Moment seines Tages!

Vom zweiten Vierteljahr an sollst Du überdies das Kleine jeden Abend vor seiner letzten Tagesmahlzeit in gut gewärmtem Zimmer am ganzen Körper anfänglich mit lauem, bald aber mit kühlem Wasser rasch abwaschen und dann tüchtig abreiben. Auch tut eine kühlere Abwaschung nach dem Bad zur heißen Jahreszeit sehr gut. Das sind die ersten Schritte zur Abhärtung.

Nun bekommt das Kindlein seine Mahlzeit — dieses wichtige Kapitel wollen wir aber in einem spätern Brief besprechen —, und dann soll es schlafen, immer auf der Seite liegend, damit, falls es im Schlaf brechen müßte, das Erbrochene leicht abfließen könnte. Schon oft sind Neugeborene erstickt, indem das Gebrochene ihnen bei Rückenlage in die Luftröhre geriet.

Güte und pflege den Schlaf Deines Kindes; es bedarf seiner sowohl zum körperlichen wie zum geistigen Gedeihen; die ruhige Entwicklung seiner Nerven und seines Gemüthes ist davon abhängig. Reichlicher, ungestörter Schlaf ist ihm so nötig wie zweckmäßige Nahrung. Söhne deshalb Deinem Kinde Dein ruhigstes Zimmer und vermeide alles, womit Du seine Schlafzeit verkürzen könntest.

Wird es nun nach seinem langen Badeschlaf wach, ist es trocken gelegt und hat wieder getrunken, so wird ihm eine neue Wohlthat zu teil, der Genuß der frischen Luft.

Dritter Brief.

Die Wohnung. Luftgenuß.

Du bist in der glücklichen Lage, mehrere Zimmer zu Deiner Verfügung zu haben, und es ist Pflicht, daß Du Deinem Neugeborenen nicht nur den ruhigsten, sondern auch den lustigsten, sonnigsten Raum anweist. Wie viel für die kindliche Gesundheit von guter Luft abhängt, sieht man aus den zahlreichen Fällen von englischer Krankheit und Siechtum aller Art bei Kindern, die in feuchten, sonnenlosen, unlüftbaren Räumen ihr erstes Lebensjahr zubringen müssen. Die beste Ernährung und sonstige Pflege kann diesen Schaden nicht überwinden. Reine Luft ist eine ebenso wichtige Lebensbedingung wie zweckmäßige Ernährung. Auch im Winter sollst Du mehrmals täglich in den Wohnräumen Deines Kindes die Fenster offen lassen. Staub und Küchenrauch halte sorgfältig ab. Auch der Tabakrauch schadet nicht nur dem Raucher selbst, sondern auch seinem Kinde. Ein Glück, daß Dein Mann sich von dieser verderblichen Gewohnheit frei gemacht hat! Suche doch den Mann Deiner armen Nachbarin zu ermuntern, daß er noch vor der Geburt ihres Kindes seine abscheuliche Tabakpfeife fortwirft, womit er seine kleine Einnahme auf Kosten der Ernährung der ganzen Familie schmälert und die ohnehin knappe Luft der kleinen Räume vergiftet! Tut er es nicht sich selbst und seiner Frau zu liebe, dann vielleicht doch seinem Kinde!

Im Sommer halte den ganzen Tag die Fenster von Wohn- und Schlafzimmer offen, bei warmem Wetter im Schlafzimmer auch nachts; bei kühlem Wetter bleibe das Fenster des anstoßenden Zimmers und dessen Durchgang offen. Halte ein Thermometer im Wohn- und Schlafzimmer. Ist das Kinderbettchen schön warm und das Kind recht warm angezogen, so braucht die Zimmer-Temperatur 13—14 Grad Réaumur nicht zu überschreiten, und nachts genügen 12 Grad vollkommen; nur mußt Du Dich selbst für die Nachtpflege mit warmer Kleidung schützen. So bleibt dem Kinde das Köpfchen kühl, und seine Atmungsorgane werden nicht durch ungesunde Treibhausluft verwöhnt. In den warmer

Kleidchen brauchst Du es auch nicht bis über die Ohren unter die Decken zu stecken, sondern Du kannst ihm am Tage die Arme zu freier Bewegung unbedeckt lassen. Das Kinderbettchen mußt Du so stellen, daß es weder der direkten Luftströmung beim Fenster, noch der Zugluft, noch der Ofenhitze ausgesetzt ist. Mahne doch auch Deine Nachbarin, daß sie ihr Zimmer nicht so unvernünftig heize, wie arme Leute dies gewöhnlich thun.

Dein Frühlingskindchen kannst Du bei schönem Wetter schon in seinen allerersten Lebenstagen, vor Wind und direkter Sonnenstrahlung geschützt, stundenlang an die Luft bringen, am besten im Korbwagen. Nur tue es nie gleich nach dem Bade. Winterkinder kann man selten vor März zum ersten mal austragen. Sogar halbjährige Kinder soll man bei starkem Frost, Nebel und Wind zu Hause behalten. Ueberaus verwerflich ist die Sitte, die Kinder mitten im Winter als ersten Ausgang oder Ausfahrt zur Taufe in die Kirche zu bringen. Schon manches zarte Leben ist durch dieses Wagnis zu Grunde gerichtet worden. Im Sommer sollten die Kleinen, die Schlafzeit nach dem Bad ausgenommen, den ganzen Tag im Freien weilen können. Wäre dies nur auch in dürftigen Verhältnissen möglich! Kannst Du den Wagen an geschützter Stelle im Freien lassen, so ist das Austragen mit der Umständlichkeit der für das Kind so lästigen Toilette natürlich ganz überflüssig. Das Ausfahren in gut gefedertem Wagen mußt Du nicht vor dem fünften Monat anfangen, und dann auch nur auf ganz ebener Straße. Das Schütteln auf dem Pflaster, auf holpriger Straße, beim Uebergang über die Trottoirrandsteine ist dem empfindlichen kleinen Gehirn schädlich, auch dem Magen. Es kann Kinder zum Brechen, zu unruhigem Schlaf, zu nervösen Zuckungen bringen, die früher nie derartige Störungen gekannt haben. Auch warne ich Dich besonders davor, Dein Kind, wie es so häufig geschieht, aus Bequemlichkeit schon früh im dreirädrigen Wagen zu fahren. Es ist nicht zum Ansehen, wie diese jungen Geschöpfchen, statt von ihrer Ausfahrt Freude und Erfrischung zu genießen, in den unbequemsten Stellungen und besonders im Schlaf herumbaumeln, zu empfindlichem Schaden für Kopf und Rücken. Kinder unter zwei Jahren sollten überhaupt in solchen Wagen nicht gefahren werden.

Vierter Brief.

Die Wage. Die natürliche Ernährung des Kindes an der Mutterbrust. Die Amme.

Zum Beginn unserer Unterhaltung über die Ernährungsfrage möchte ich Dir ein Wort sagen über die Bedeutung regelmäßiger Gewichtsaufzeichnungen als Kontrollmittel für die kindliche Ernährung. Die passendste Wage hierfür ist eine einfache kleine Dezimalwage, auf der Du das Kindlein anfänglich liegend, später ganz bequem sitzend wiegen kannst und die daneben auch für den Haushalt die besten Dienste leistet. Du glückliche Mutter darfst Dir ja sogar eine Kinderwage kaufen!

Das Durchschnittsgewicht reifer Knaben bei der Geburt ist 3250 gr, reifer Mädchen 3125 gr. Kinder unter 3000 gr sind meist etwas zu früh geboren oder überhaupt schwächlich beanlagt, oder ihre Mutter war nicht bei Kräften während der Schwangerschaft. 4000 gr Geburtsgewicht ist hierzulande nicht sehr häufig, und 5000 gr und darüber ist eine Seltenheit. Ich glaube an ein 10 Pfund schweres Kind nur, wenn ich weiß, wie und von wem es gewogen worden ist.

Gleich nach der Geburt fängt ein Gewichtsverlust an, hauptsächlich herrührend von der Abgabe als Darm- und Blasenentleerung, während noch fast keine Nahrung aufgenommen wird. Die durchschnittliche Gewichtsabnahme wird auf mindestens 220 gr angegeben. Die Größe und Dauer der Abnahme hängt vornehmlich von der Ernährungsweise, auch vom Geburtsgewicht ab. Schwerere Kinder zeigen geringere und kürzere Abnahme als leichtere, Brustkinder geringere als Flaschenkinder. Im günstigsten, seltenen Falle erreicht sie ihr Ende am dritten Tag und beträgt bloß 125 gr (s. Kurve II b). Flaschenkinder, zumal von geringem Geburtsgewicht und bei starker Milchverdünnung verlieren aber mehrere hundert Gramm und nehmen selten vor Ende der zweiten Woche wieder langsam zu. Im günstigsten Fall wird das Geburtsgewicht am Ende der ersten Lebenswoche wieder erreicht.

Im Anhang an meine Briefe werde ich Dir als Erläuterung der Bedeutung des Wägens einige Gewichtskurven mit Angabe der jeweiligen Ernährungsweise vorlegen, und ich hoffe, daß Du in der Folge meine Sammlung solcher Kurven durch eine recht ideale aus Deiner eigenen Erfahrung bereichern werdest! Was man unter Gewichtskurven versteht, werde ich Dir im Anschluß an die beigegebene Tafel erklären. Studiere nur die Zahlen genau, Du wirst reiche Belehrung daraus schöpfen!

Daß Du Dein Kindlein monatelang täglich wiegest, möchte ich nicht von Dir verlangen. Interessant ist es immerhin, nur darfst Du Dich nicht von den öftern unerklärten Schwankungen nach unten erschrecken lassen, welche sich, wenn keine Störung zu Grunde liegt, gewöhnlich schon am folgenden Tage durch ein starkes Steigen ausgleichen. Diese Tageschwankungen sind meist nur vom augenblicklichen Füllungsstande von Darm und Blase abhängig. Doch schon ein Schnupfen, ein leichter, fieberloser Katarrh, Zahnbeschwerden, anhaltende schwüle Hitze, schlechtes Wetter mit Behinderung des Luftgenußes drücken sich durch vorübergehendes Flachwerden oder Sinken der Kurve aus. Ein plötzlicher Anfall von Magendarmkatarrh aber kann bei einem kleinen Kinde in der Zeit von zwei bis drei Tagen eine Abnahme bis zu einem Kilo zur Folge haben. Eine anhaltende, ungenügende Gewichtszunahme ohne nachweisbare Erkrankung soll Dich jedoch sofort auf die Wahrscheinlichkeit eines Ernährungsfehlers hinweisen.

In den ersten 2 Monaten empfehlen sich jedenfalls 2 bis 3 Wägungen wöchentlich. Wiege immer zur selben Zeit, unmittelbar vor dem Bade, also bei leerem Magen, das völlig entkleidete Kind; hülle es dabei stets ins gleiche Wolltuch, damit Du immer die gleiche Tara abzurechnen hast; die Gewichte kannst Du abzählen und notieren, wann Du das Kind in seinem Bettchen versorgt hast. Lege von vorneherein ungefähr die Gewichte vom letzten mal auf, dann ist die Ergänzung des Fehlenden bald herausgefunden. Auf diese Weise ist die Wägung in kürzester Zeit abgemacht und für das Kind durchaus keine Plage.

Wie viel Hoffnung setze ich auf Dich, daß Du eine rühmliche Ausnahme machen werdest unter den heutzutageigen Müttern unseres Landes, von denen so wenige ihre Kinder selbst nähren! Du bist ja immer

gesund gewesen, stammt aus einer gesunden Familie, warst an ein arbeitsames Leben gewöhnt; auch in der Schwangerschaft bist Du, wie es zur Gesundheit gehört, in richtigem Maße tätig gewesen und hast Dich eines guten Appetits und Schlafes erfreut. Deine Brüste sind gut entwickelt, das Drüsengewebe ist leicht unter der geschmeidigen, von blauen Adern durchzogenen Haut durch zu fühlen; die gut fassbaren glatten Warzen hast Du schon längst mit kaltem Wasser tüchtig abgehärtet, sie entleeren bei leichtem Druck schon große Tropfen wässerige Milch. Am guten Willen fehlt es Dir auch nicht, wie es hingegen oft der Fall ist bei Frauen, die fürchten, durch das Stillen etwas von ihrer Schönheit einzubüßen oder in ihren Vergnügungen gehemmt zu sein, oder ihren Geschäften zu wenig nachgehen zu können. Du wirst auch nicht zu den vielen gehören, die, mitgerissen durch das allgemeine schlechte Beispiel, überhaupt keinen Glauben an die Möglichkeit und keine Einsicht in den Segen des Selbststillens haben. Diese wissen nicht, daß die Frau, die nie ein Kind genährt hat, der schönsten Mutterfreuden verlustig gegangen ist. Was ist es für eine Freude, ein liebes Kindlein an der Brust zu halten, das mit vollen Zügen seine beste Nahrung aufnimmt, die Händchen vor Eifer gegen die mütterliche Brust gestemmt, die Augen weit geöffnet, laute Tönchen des Wohlbehagens von sich gebend, während der Ueberfluß der Muttermilch ihm zu den Mundwinkeln herausfließt! Das Glück, seinem Kinde alles in allem zu sein, begreift nur die Mutter, die es erfahren hat!

Die Bemitleidenswerten, die stillen möchten, aber nicht können, sind sicher geringer an Zahl, als die, welche nicht wollen oder die sich durch unverständigen Rat abwenbig machen lassen. Gänzlicher Milchmangel mag diese verhindern, oder allgemeiner Schwächezustand, Mißbildung der Warzen, erbliche Krankheiten in der Familie, oder die bittere Notwendigkeit, ihrem Verdienst außer dem Hause baldigst wieder nachzugehen. Ueber die gesundheitlichen Gründe, welche eine Mutter vom Stillen abhalten sollen, darf nur der Arzt entscheiden.

Laß mich Dir einige Notizen über die Statistik der Kindersterblichkeit zur Bekräftigung meiner Worte geben. Sind sie auch zu Deiner eigenen Belehrung überflüssig, so kannst Du sie doch unter Deinen Bekannten verbreiten und dadurch da und dort einem Kindlein zu seinem Naturrecht verhelfen.

Während der Belagerung von Paris 1870—71 starben nur 17 Prozent der Neugeborenen, trotz der schweren äußern Verhältnisse, gegenüber 33 Prozent der gewöhnlichen Zeiten. Die Mütter waren damals eben gezwungen, ihre Kinder selbst zu stillen.

Ein französischer Statistiker berichtet, daß unter Kindern von Verbrecherinnen, die im Gefängnis von ihren Müttern genährt werden mußten, 19 Prozent starben, von den außerhalb des Gefängnisses künstlich, doch unter Kontrolle genährten 43 Prozent. In Schweden und Norwegen ist die natürliche Ernährung allgemein. Die Folge ist eine Säuglingssterblichkeit von bloß 10—13 Prozent. Eine in München erhobene Statistik ergab: Säuglingssterblichkeit bei natürlicher Ernährung 15 Prozent, bei künstlicher 85 Prozent. In einer größern Stadt Süddeutschlands starben 44 Prozent Kinder aus christlichen Familien, aber nur 8 Prozent Judenkinde. Die jüdischen Mütter hielten dort das Stillen für ihre Pflicht!

Dies sind nur wenige, aber sprechende Beispiele für den enormen Unterschied zwischen den beiden Ernährungsweisen; ich könnte Dir die Zahl verzehnfachen und namentlich entsetzlich traurige Beispiele aus der Ostschweiz vorlegen, wo das Stillen auch auf dem Lande und in den gebirgigen Gegenden zur Seltenheit wird. Bei unbemittelten Familien ist natürlich das Ergebnis der künstlichen Ernährung noch viel schlimmer als in guten Verhältnissen. Andererseits ist es höchst auffallend, wie Brustkinder bei sehr mangelhafter übriger Pflege doch gut gedeihen können. Die armen Mütter sollten also noch eifriger als die bemittelten bemüht sein, ihre Kinder selbst zu nähren. Schon die Rücksicht auf die große Geld- und Zeitersparnis und die Bequemlichkeit sollte bei ihnen gewichtig in die Waagschale fallen! Und wenn auch die Milchquelle früh versiegen sollte, schon ein paar Wochen Brustnahrung ist dem Kinde eine Wohlthat, selbst da, wo von Anfang an neben der Brust zur Sättigung die Beihülfe der Flasche nötig sein sollte.

Verzage ja nicht, falls die Milch sich nicht schon in den ersten Tagen reichlich einstellt. Nach langsamer, mühsamer Geburtsarbeit und starkem Blutverlust kommt die Milchabsonderung oft erst am dritten oder vierten Tag recht in Gang, bei Erstgebärenden überhaupt langsamer als bei Frauen, die schon gestillt haben. Unterdessen soll aber das Kind doch regelmäßig

angelegt werden so oft es hungrig ist; denn das Saugen an der Warze befördert die Milchbildung und ist unter allen Umständen unschädlich. Nur daß dem Kindein, falls es zu wenig zu schlucken bekommt, gleich nach dem Saugversuch Milch — nicht Wasser! — mit der Flasche gereicht werden muß. Ich habe einen Fall erlebt, wo die Milch sich erst am siebten Tage einstellte, um dann sieben Monate auszureichen! Hebammen und Pflegerinnen verlieren gewöhnlich zu früh die Geduld; da ist es an der Mutter, energisch auf den Versuchen zu beharren. Häufig kann das zweite Kind gestillt werden, auch wenn für das erste keine Milch vorhanden war.

Laß Dein Kind nicht, wie es noch vielerorts, auch namentlich bei künstlicher Ernährung geschieht, erst lange aushungern, bevor Du es an die Brust nimmst. Hörst Du es, wie es häufig vorkommt, schon in der ersten Lebensstunde im Bettchen an seinen Händchen oder an einem Luchzipfelchen lutschen, oder kann es nicht zur Ruhe kommen, so schicke Dich, falls Du nicht sehr erschöpft bist, gleich zum ersten Versuch an. Gib zuerst die Brust, aus der beim Druck die Milch am leichtesten ausfließt; lege Dich mit dem Oberkörper auf die Seite, halte des Kindes Köpfchen etwas in die Höhe, stecke ihm die Warze ins Mündchen und laß ihm ein paar Tropfen Milch einfließen. Viele Säuglinge sind sofort geschickt genug, die Warze fest zu fassen; bei andern, besonders bei Erstlingskindern, braucht es oft viel Mühe und Geduld, bis sie ordentlich saugen können. Tritt die Warze nicht gehörig hervor, so soll sie vor dem Anlegen mit der Milchpumpe herausgezogen werden. Passe immer auf, daß Du das Näschen des Kindes freihältst, damit es gut atmen kann, und laß es an der Warze nicht bloß lutschen, wodurch diese rasch wund wird, sondern nimm ihm die Warze weg, falls es nicht ordentlich zieht; dadurch wird es zu energischem Saugen wieder angeregt.

Ist das Stillen recht im Gang, so soll die anfänglich prall gefüllte Brust bis zur Schlassheit ausgetrunken sein und der Säugling schlafend buchstäblich abfallen. Reiche ihm nur eine Seite auf einmal; die Milch wird kräftiger durch langes Verweilen in der Brust. Erst beim Entwöhnen, wenn lange Pausen mit Flaschenmahlszeiten dazwischen kommen, kannst Du im Notfall beide Brüste geben. Vor und nach jedem

Trinken reinige die Warze mit reinem frischem Wasser. Lege ein wollenes Tuch über die Brüste, dann braucht Deine übrige Kleidung nicht besonders warm zu sein.

Werden die Warzen geröthet, rissig und schmerzhaft, so laß zweiprozentiges Karbolwasser aus der Apotheke holen und lege damit befeuchtete feine Weinwandläppchen auf, die Du mit klebendem Guttaperchaspapier bedeckst, so daß die Weinwand nicht trocknet und die Warzen vor jeder Reibung durch die Kleider geschützt sind. Die Warzen müssen dann natürlich vor dem Stillen besonders sorgfältig abgewaschen werden. Genügt dies nicht zur Heilung, so mußt Du ein Warzenhütchen mit Glasfuß aufsetzen, dessen Kautschukauflatz mit mehreren ganz großen Löchern versehen wird, so daß das Kind nicht die Milch außer aus der Brust auch noch aus dem Hütchen ziehen muß. Die Anstrengung des Saugens wird ohnehin durch das Hütchen stark vermehrt, und oft muß die Milch durch eine dritte Person erst angezogen werden, bevor das Kind trinken kann. Das Hütchen ist also bloß ein Nothbehelf. Wollen die Warzen nicht rasch heilen, so laß sie unbedingt durch den Arzt besichtigen. Merke Dir doch ja, daß Du die Warzen peinlich rein halten mußt; denn die meisten Entzündungen der Brust kommen nicht etwa von Erkältung, sondern von Verunreinigung wunder Stellen an den Warzen her.

In den ersten Wochen stille das Kind, wenn es zwei Stunden nach der letzten Mahlzeit wach und unruhig ist; aber nie soll die Pause kürzer sein. Am Tage laß es nicht länger als vier Stunden schlafen; dann wecke es und gib ihm zu trinken, damit seine hauptsächlichste Nahrungsaufnahme auf den Tag fällt und es Dir dafür nachts umso länger Ruhe läßt.

Im ersten Monat rechne täglich ungefähr neun Mahlzeiten, davon nicht mehr als zwei zwischen 10 Uhr nachts und 6 Uhr morgens. Die nächtliche Nahrungsverweigerung schon in den ersten 2 Lebensmonaten, wie sie jetzt vielfach angeraten wird, halte ich, wenn das Kind wach und hungrig ist, für eine Grausamkeit für Kind und Pflegerin. Die Mahlzeiten des Neugeborenen sind noch so knapp, daß sie ihm nicht für viele Stunden genügen können; der Hunger aber muß den Kleinen ebenso schädlich sein wie den von schwerer Krankheit Geplagten.

Ein gut genährtes Kind kann gewöhnlich ohne grausamen Zwang vom dritten Monat an gewöhnt werden, nachts nur ein mal und vom fünften Monat an nichts mehr zu verlangen. Brustkinder schlafen allerdings selten durch, solange sie noch etwas von der Brust bekommen. Im zweiten Monat soll die Pause durchschnittlich zweieinhalb-, im dritten dreistündlich sein; später genügen sechs, im zweiten Halbjahr fünf Mahlzeiten im Tag. Ich halte kleinere Mahlzeiten mit kürzern Pausen für zweckmäßiger als die gewöhnlich nur durch Zwang erreichbaren langen Pausen, die eine jeweilige starke Magenüberfüllung erfordern, wenn die Nahrungsmenge genügend sein soll. Auch in dieser Hinsicht stelle ich das Bedürfnis des Neugeborenen dem des Genesenden gleich. Frühgeborne Kinder pflegen aus Schwäche sehr lange anhaltend zu schlafen. Diese langen Pausen zwischen der Nahrungsaufnahme vertragen sie aber nicht. Man muß sie in den ersten Wochen am Tage alle zwei Stunden, in der Nacht alle drei Stunden wecken und füttern.

Nach jedem Trinken halte den Säugling aufrecht, bis er aufgestoßen hat, und erschrick nicht, wenn ihm dabei ein wenig Milch ausläuft; das ist kein Brechen, sondern beweist nur reichliche Sättigung. Nur das spätere Ausschütten säuerlicher, schon geronnener Milch ist krankhaft.

Wenn nun, vielleicht schon nach wenigen Monaten, die Zeit kommt, wo die Brust sich von einem Stillen zum andern weniger prall füllt, wo das Kindchen mit Trinken bald fertig ist und nachher, statt in tiefen Schlaf zu versallen oder vergnügt um sich zu blicken, anfängt, unruhig mit dem Köpfchen umher zu fahren und zu weinen, oder wenn es schon vor Ablauf von zwei Stunden sichtlich wieder hungrig ist, dann tritt die ernste Frage an Dich, ob Deine Brust ihm auch noch genügen kann. Hier muß vor allem die Wage den Entscheid geben, ob es an der Zeit ist, mit künstlicher Nahrung nachzuhelfen.

Die Einsicht, daß ein Kind ungenügend ernährt ist, sei es natürlich oder künstlich, kommt meistens zu spät, wenn sie sich auf das bloße Aussehen des Kindes stützt. Dann hat es meist schon empfindlichen Schaden erlitten. Nur die Wage gibt Dir, an Hand der zu Gebote stehenden Durchschnittsgewichtstabellen, den sichern Anhaltspunkt, ob Du mit der Nahrungsweise auf rechtem Wege bist. Stehst Du in einem solchen Zweifelsfall, so wiege Dein Kind mehrmals wöchentlich.

Findest Du keine oder eine unter der Norm stehende Gewichtszunahme, so mußt Du am Tage, zu der Zeit, da Dein Kind am meisten wach zu sein pflegt, eine künstliche Mahlzeit einschalten. Unterdessen hat die Brust Zeit, sich wieder tüchtig zu füllen. Gib zuerst gut durchgekochte Kuhmilch, zur Hälfte mit Haferschleim verdünnt, bald aber geringere Verdünnung; wird dies gut ertragen, so vertausche die Milch mit einem dünnen Hafermehlbrei (das Recept folgt später), falls der vierte Monat schon erreicht ist; dadurch wird das Kind länger gesättigt bleiben. Ist eine zweite Mahlzeit nötig, so bestche diese zuerst aus Milch mit Haferschleim, bald aber aus einem zweiten Brei. Allmählig gehst Du daneben zu ganzer Kuhmilch über. Dabei suche aber Du selbst durch beste Ernährung und möglichste Vermeidung von Ueberanstrengung Deinerseits die völlige Entwöhnung soweit wie möglich hinauszuschieben. Behalte dem Kinde bis zuletzt die Brust für die Nacht, nachher folgt die nächtliche Abgewöhnung von selbst; denn das Kind will in der Nacht lieber nichts, als die Flasche oder eine längliche Brustmahlzeit. Wo möglich laß die Entwöhnung sich innerhalb vieler Wochen abwickeln. Wird dabei die künstliche Nahrung allmählig kräftiger, so leidet das Kindlein in seiner Entwicklung keinen Schaden. Plötzliches Entwöhnen aber bringt, namentlich im Sommer, entschiedene Gefahren, mindestens einen längern Stillstand in der Gewichtszunahme. Denn die Kinder, die mehrere Monate die Brust bekommen haben, wollen im Anfang gewöhnlich durchaus nichts von einem Gummifanger wissen; auch der Geschmack der andern Milch ist ihnen anfänglich zuwider. Es ist deshalb sehr zu empfehlen, daß man den Neugeborenen schon öfter ein paar Schlückchen Zuckerrwasser oder Fenchelthee aus der Flasche gebe, um sie an diese zu gewöhnen und ihnen dadurch einen schweren Uebergang zu ersparen. Verweigert das Kind durchaus die Flasche, so muß es sich gleich an das Trinken aus der Tasse gewöhnen, ein langsame, mühsames und unreinliches Geschäft. Oft nimmt das Kleine die Flasche von einer Fremden, während es sie der Mutter oder Amme verweigert.

Falls Du in der Mitte der Säugungszeit von der Periode überrascht wirst, so mußt Du deshalb nicht sofort ans Entwöhnen denken. Oft kommt nachher wieder eine lange Pause. Meist ist die Milch in diesen Tagen etwas spärlicher, allerdings oft nur ganz vorübergehend. ...

wenn das Kind von dieser Zeit an Leibschmerzen oder Diarrhoe bekäme oder ungesättigt bliebe, so müßtest Du mit Entwöhnen beginnen. Ich habe wiederholt Mütter und Ammen gesehen, die monatelang regelmäßig ihre Periode hatten, ohne daß die Ernährung des Säuglings den geringsten Schaden erlitt. Auch da gibt die Wage den Ausschlag. Eine erneute Schwangerschaft dagegen müßte in Deinem und des Kindes Interesse dem Stillen ein Ende machen. Eine neue Empfängnis ist zu dieser Zeit zwar nicht häufig, aber durchaus nicht so unwahrscheinlich, daß die Möglichkeit einfach dem Schicksal überlassen bleiben sollte. Es ist Elternpflicht, zu verhüten, daß dem ersten Kind durch das Werden eines zweiten seine beste Kräftequelle entzogen werde.

Du hast mich gefragt, wie lange das Stillen denn eigentlich dauern sollte? Nun, in unserm in dieser Beziehung so verwahrlosten Land kann man wohl einfach antworten: So lange Du Milch hast und bei Kräften bleibst. Es ist ja die größte Seltenheit, daß eine schweizerische Städterin imstande ist, ihr Kind über das erste halbe Jahr hinaus zu nähren. In vielen Berggegenden freilich ist es damit weit besser; da genügen die meisten Frauen noch ihrer Mutterpflicht, und es kommt nicht selten vor, daß das zweijährige Kind ein Stühlchen holt, um der Mutter auf den Schoß zu steigen mit der Bitte: Mutter laß mich saugen! Solch glückliche Verhältnisse dürfen wir freilich für unsere Landbevölkerung der Ebene nicht in Betracht ziehen. In Frankreich, im Elsaß und namentlich in Italien werden die Kinder vielfach bis über das erste Lebensjahr hinaus mit gutem Erfolg gestillt. Bei uns kann man aber als Regel annehmen, daß für das Kind im zweiten Halbjahr die allmähliche Gewöhnung an künstliche Nahrung vorteilhafter ist. Denn die Frauen, die es weiter bringen möchten, werden meist körperlich und gemüthlich erschöpft, und das Gedeihen der Kinder nimmt ein Ende.

Daß mich Dir zum Schluß noch einige Winke über Dein eigenes Verhalten während der Säugungsperiode geben! Bemühe Dich, die gelassene, gleichmäßige Stimmung, deren sich Deine Umgebung während Deiner Schwangerschaft so sehr erfreut hat, in diesen zweiten Abschnitt des mütterlichen Lebens mitzunehmen, und vergiß keinen Augenblick, daß Dein Kindlein von Deinem körperlichen und gemüthlichen Zustande

ebenso abhängig ist, wie vor seiner Geburt. Pflege möglichst Deinen Schlaf, denn in die Zeit der vollkommenen Ruhe fällt die reichlichste Milchbildung. Wenn irgend möglich, gönne Dir am Nachmittag eine Stunde völliger Ruhe, nicht nur während der ersten Wochen, sondern während der ganzen Zeit des Stillens. Vermeide schwere Arbeit, aber sei geschäftig nach Deiner Gewohnheit und halte Dich mit dem Kleinen möglichst viel im Freien auf. Nähre Dich reichlich mit Fleisch-, Milch-, Eier- und Mehlspeisen; starke Säuren und scharfe Gewürze vermeide vollständig; nach einigen Wochen jedoch kannst Du den Versuch machen, ob Gemüse und gekochtes Obst Dir erlaubt ist, d. h. ob das Kindlein keinen Schaden davonträgt. Bei Neigung des Kindes zu Durchfall wirst Du diese Speisen sofort vermeiden. Eine rechte Portion Hafermehlbrei zwei- bis dreimal täglich ist besonders anzuraten. Die Sorge für nahrhaftes Getränk ist übrigens nicht minder wichtig. Denn beim Stillen ist man immer und immer wieder durstig, wie es sich von selbst versteht bei der großen Menge Flüssigkeit, die man abgibt. Glücklicherweise brauche ich Dir weder vom Wein noch vom Bier abzuraten, da Du den Segen der völligen Abstinenz schon längst erlauft hast und es für eine Sünde halten würdest, Deinem Kinde eine vom Alkoholgenuß abhängige Milch zu reichen. Es wird Dir im Gegenteil eine Wonne sein, zu wissen, daß Dein Kind die Alkoholabstinenz mit der Muttermilch eingesogen hat. Wenn doch bei der vielfachen Anpreisung von Bier für stillende Frauen bedacht würde, daß dieses fast nur $\frac{1}{10}$ des Eiweiß- und Zuckergehalts der Milch enthält! Halte Du Dir also abgekochte Milch, Milchcacao oder dünnen Hafermehlbrei immer in Bereitschaft und trinke davon, so oft Du durstig bist, auch nachts, wenn Du für das Kleine aufstehst. Eine zufällige, leicht fieberhafte Erkrankung ist gewöhnlich kein Grund, das Stillen zu unterbrechen. Solltest Du aber den Appetit verlieren, mager und blaß werden, beim Stillen ziehende Schmerzen in den Brüsten und im Rücken spüren, Dich matt und verstimmt fühlen dann ist es Zeit, mit der Entwöhnung zu beginnen.

Einige wenige Worte noch über die Ammenfrage, in der getrosteten Hoffnung zwar, daß sie Dein Kindlein nicht berühren werde!

In unsern einfachen Verhältnissen entschließt man sich zum Halten einer Amme gewöhnlich nur, wenn es sich um eine Lebensfrage für das Kind

handelt, zumeist bei schweren Magen-Darmerkrankungen, oder in Familien, wo ein Kind nach dem andern in den ersten Monaten an Tuberkulose oder Ernährungsstörungen gestorben ist und nun ein letztes Hülfsmittel versucht werden soll, um ein ferneres Kind von vorneherein in eine andere Bahn zu leiten. Die Wahl einer Amme muß immer der genauen Untersuchung eines kundigen Arztes unterstellt sein, wobei der Zustand des eigenen Kindes der Amme besonders ins Gewicht fällt. Dieses soll eher älter als jünger als der zu ernährende Pflégling sein. Das Alter der Amme zwischen 20 und 35 Jahren ist passend; es sei lieber eine Person vom Land als eine Städterin; der Vorzug wird immer diejenige treffen, die nachweislich schon einmal mit gutem Erfolg gestillt hat. Ihre Körperhaut soll rein von Ausschlag sein, die Zähne gesund, die Farbe der Lippen frisch, die Brüste voll, auf Druck die Milch in weiten Strahlen entleerend. Auslaufen der Milch spricht durchaus nicht immer für großen Reichtum, eher für dünne Beschaffenheit der Milch. Tuberkulose und Strophulose der Amme würde sich höchst wahrscheinlich, Syphilis sicher auf das Kind vererben, sowie auch die gesunde Amme von einem syphilitischen Nährkind angesteckt wird. Die Lebensweise der Amme soll nicht zu verschieden von ihrer früheren Gewohnheit sein; regelmäßige leichte Arbeit ist ihr zuträglicher als Müßiggang. Im Anfang soll sie nicht zu reichlich mit Fleisch genährt werden, woran sie nicht gewöhnt war; im übrigen gelten für sie die gleichen Grundsätze, die ich für Dich genannt habe, namentlich auch in Bezug auf die Getränke. Es ist durch physiologische Untersuchungen erwiesen, daß der Alkohol bei stillenden Frauen zum Teil in die Milch übergeht. Es wird leider trotzdem fast allgemein angenommen, daß Ammen Wein, besonders aber reichlich Bier als milchbeförderndes Mittel bekommen sollen. Wie häufig aber sind die Folgen davon Schlaflosigkeit der Säuglinge, Zuckungen, Aufschreien im Schlaf, sogar Stichter (Gehirnkrämpfe), überhaupt die Grundlage zu bleibender Nervosität! Durch Belehrung und freundlichen Zuspruch ist eine Amme leicht zur Einsicht zu bringen, daß ihr kein Unrecht geschieht, wenn man ihr das Bier versagt, dagegen Milch in reichlichem Maße zur Verfügung stellt. Ein gutes Beispiel des ganzen Hauses und freundliche Behandlung werden den Sieg über eine allfällige Verstimmung gewinnen.

Regelmäßige Wägungen des Kindes sind bei der Ammenernährung am allernotwendigsten, da die Amme in ihrem eigenen Interesse immer geneigt sein wird, eine Störung in ihrem Milchreichtum zu verheimlichen. Ueberhaupt ist eine genaue Ueberwachung der Ammen sehr am Platz, und die Rolle der Pflegerin sollst Du ihr nie anvertrauen, es wäre denn, daß Du ihren Charakter von lange her schon kennst. Unbewachte Ammen nehmen meist nachts die Säuglinge zu sich ins Bett, um ungestörter schlafen zu können, werden auch häufig dabei angetroffen, wie sie bei den Ausgängen mit dem Kind auf der Straße neue Anknüpfungen suchen. Laß die Amme also nicht allein mit dem Kind schlafen, und vertraue es ihr zum Spaziergang nur an, wenn Du ihres Charakters vollkommen sicher bist.

Fünfter Brief.

Die Trinkflasche. Das Kochen der Milch.

Bevor wir uns über die wichtige Aufgabe der künstlichen Ernährung unterhalten, wollen wir das Kochgeschirr und die Trinkflasche besprechen, welch letztere, wie ich Dir im vorigen Brief geraten habe, vorzüglich auch bei einem Brustkind öftere Anwendung finden sollte.

Eine einfache helle Glasflasche, für den Anfang zwei, später drei Deziliter haltend, kann völlig genügen; willst Du es aber recht bequem haben, so kaufe eine durch Striche und Zahlen eingetheilte Maßflasche, die Dir das Abmessen der Milchmischung erleichtert. Unter keinen Umständen laß Dich zu einer Flasche mit inwendig angebrachtem Glasrohr oder Kautschukschlauch verleiten. Diese sind niemals rein zu halten, sondern ein wahres Verderben und schon aus dem Grunde verwerflich, weil sie die Pflegerin veranlassen, dem Kinde das Fläschchen ins Bett zu geben, um es dann damit seinem Schicksal zu überlassen. Dabei trinkt das Kleine unregelmäßig, verliert den Sauger oder schläft damit

im Munde ein, während die Milch bei halb verbrauchter Mahlzeit erkaltet, um nachher etwa wieder aufgewärmt zu werden. Eine Reihe von Störungen, von Schwämmchen (Mundfäule) bis zum schweren Magenkatarrh schließen sich an diese Unsitte, die man leider nicht nur in beschränkten Privatverhältnissen, sondern in so vielen Anstalten, aus Bequemlichkeit begehrt. Immer sollst Du das Kleine zum Trinken mit erhöhtem Köpfchen auf dem Arm halten, ihm auch nie liegend im Bettchen zu trinken geben, denn dabei schluckt es zu viel auf einmal und kann nicht aufstoßen. Bei meinen 3 Kindern habe ich nur 2 mal Brechen erlebt, das eine mal, als ich mit dem Brustkindchen (Kurve II) im fünften Monat im Kinderwagen auf etwas unebener Straße ausfuhr, das andere mal, als ich dem Flaschenkindchen, das sehr unruhige Nächte hatte im dritten Monat sein Milchfläschchen im Bettchen reichte, um es nicht völlig zu wecken. Ich habe die Lehre daraus gezogen und überliefere sie Dir wieder!

Das beste Mundstück ist ein schwarzer Gummizapfen, von denen Du gleich mehrere kaufen sollst, weichere für Milch oder Wasser, größere und festere für den spätern Brei. Das Loch sollst Du selbst machen. Kaufe nie schon durchlöcherzte Zapfen; denn diese sind immer mitten in der Nacht durchgestochen; an dieser Stelle aber reißen die Löcher sofort weiter ein, und dann muß das Kind zu viel schlucken. Das Loch gehört einen halben Centimeter unter die Naht und wird für Neugeborene mit einer glühenden Nähnadel Nr. 4 durchgestochen. Die Prüfung, ob das Loch die richtige Größe habe, ist folgende: Fülle den umgekehrt gehaltenen Zapfen ganz mit Wasser; dann sollen einzelne Tropfen in rascher Folge ausfließen, aber nicht ein zusammenhängender Wasserstrahl. Gibst Du dem Kinde Milch-Schleimmischung, so halte beim Trinken das Loch nach unten, bei Darreichung von Wasser oder Thee nach oben. Denn wenn das Zapfenloch nach unten gekehrt ist, so läuft die dickere Flüssigkeit leichter aus; durch das Kehren des Loches nach oben wird dagegen verhindert, daß das Kind zu viel von der dünnern Flüssigkeit ansaugt. Auf diese Weise paßt der gleiche Zapfen für Schleimmischung und für Thee. Immer soll die Flasche so steil gehalten werden, daß der ganze Zapfen mit Milch gefüllt ist, sonst muß das Kind Luft mitzuschlucken.

Halte alle diese Angaben nicht für überflüssig genau; Du weißt nicht, wie viel Plage Du Dir und dem Kinde ersparen kannst, indem Du sowohl das Luft- und Ueberschlucken wie das zu mühsame Saugen verhüteest.

Ein wichtiges Kapitel ist ferner das Kochgeschirr. Zum Aufwärmen von Milch und Kochen von Brei kaufe ein Email- oder Nickelpfännchen, das gut auf Deinen Spiritusapparat paßt. „Wie und womit aber soll ich die Milch durchkochen?“ fragst Du. Nämlich Dein Kindchen mitten im Sommer zur Welt, hätte es keine Unvorsichtigkeit auf Muttermilch, und wärest Du eine reiche Frau, die sich lange eine Pflegerin halten kann, so würde ich Dir raten, einen Sorhlet-Apparat zu kaufen, in welchem die Zerstörung aller in der Milch enthaltenen Gärungskeime am gründlichsten durchgeführt werden kann. Die Milch wird in diesem Kochapparat für 24 Stunden portionenweise in acht bis zehn Fläschchen gefüllt und in diesen gekocht; diese werden dann erst jeweilen bei jeder Mahlzeit geöffnet. Ich fürchte aber, daß die Reinigung der vielen Fläschchen Dir zu umständlich, die Beschaffung des Apparates und das häufige Ersetzen der gesprungenen Fläschchen Dir zu kostspielig wären. So rate ich Dir und jeder, auch der dürftigsten Mutter einen einfachsten Kochapparat an, der gestattet, die Milch ohne Ueberkochen beliebig lang zu kochen. Kaufe einen hohen, zwei Liter haltenden Email-Kochtopf. Auf diesen laß Dir vom Spengler statt eines Deckels einen Blechtrichter anpassen, der in den Topf hinabreicht und mit mehreren Reihen von Sieblöchern versehen ist. Die kochende Milch fließt durch die obern Löcher aus und fällt durch die tiefer liegenden wieder in den Topf zurück. Laß die Milch 20 Minuten auf diese Weise weiterkochen. Es existiren übrigens im Handel mehrere gute, einfache Milchkochapparate die den gleichen Dienst leisten (Sollmann, Dettli &c.); die genannte Vorrichtung ist aber bei gleicher Leistung der billigste Apparat von allen.

Sechster Brief.

Die künstliche Ernährung.

Obgleich ich sicher darauf zähle, daß die Frage der künstlichen Ernährung Dein Kind in seinen ersten Lebensmonaten nicht berühren wird, so möchte ich Dich doch mit meinen Grundsätzen auf diesem Gebiete der Kinderpflege bekannt machen, und rechne darauf, daß Du nicht nur das Praktische, sondern auch das wenige Theoretische, das ich Dir vorbringen will, mit Interesse anhören wirst.

Der einzige Ausgangspunkt zur Durchführung einer vernünftigen künstlichen Ernährung ist die Zusammensetzung und Beschaffenheit der Muttermilch.

Wir wollen uns zunächst nur mit dem gewöhnlichsten Ersatz der Muttermilch, der frischen Kuhmilch, beschäftigen. (In unsern Berggegenden vertritt die Ziegenmilch mit bestem Erfolg deren Stelle.)

Nicht nur ihrer chemischen Beschaffenheit, sondern auch ihrer absoluten Reinheit halber gibt die Muttermilch die besten Ernährungserfolge. Sie gelangt direkt aus der Brust in den kindlichen Mund, und keine schädlichen Keime aus der Luft oder von den mit der Tiermilch in Berührung kommenden Gegenständen — melkende Hände, Geschirr &c. — können sich ihr beimischen. Das lehrt uns, daß wir mit äußerster Sorgfalt auf vollkommene Reinhaltung der Milch achten sollen. Sie komme aus einem reinlichen Stall und stamme wo möglich nicht von einer einzigen Kuh, sondern von mehreren Tieren, wodurch sie eine viel gleichmäßiger Zusammensetzung erhält; auch kommen allfällige Krankheitsstoffe einer einzelnen Kuh in der Mischmilch weniger empfindlich zur Wirkung. Trockenfütterung der Kühe ergibt die gleichmäßigste, zuträglichste Kindermilch, verteuert sie aber um das Zweifache bis Dreifache. Die Fütterung der Tiere mit Abfällen aus Fabriken liefert eine durchaus unpassende, wässerige Milch. Viele Kinder empfinden schon den Uebergang

vom Trocken- zum Grünfütter im Frühjahr durch Blähungen und Neigung zu Durchfall. Zu dieser Zeit soll die Milch besonders sorgfältig gekocht und nötigenfalls auch bei mehrmonatlichen Kindern vorübergehend wieder mit Schleim vermischt werden.

Ungekochte Milch ist für Kinder durchaus verwerflich. Daß sie auch für Erwachsene nicht ungefährlich ist, beruht auf der Häufigkeit der Tuberkulose (Perrucht) bei Kühen und dem Uebergang von keimfähigen Tuberkelpilzen in die Milch.

Laß Dir die Milch für 24 Stunden wo möglich in einem Verschlußglas bringen; stelle sie (aber nicht bei heißem Gewitterwetter!) eine halbe Stunde in den Keller und gieße sie nun sorgfältig bis auf das letzte Viertel in Deinen Kochtopf. Dabei wird der Fettgehalt der Säuglingsmilch etwas vermehrt, und allfällige Melk unreinlichkeiten bleiben am Boden des Gefäßes sitzen. Bemerkst Du einen schmutzigen Bodensatz, so gieße die Milch vor dem Sieden durch ein reines Tuch. Miß das Quantum genau ab, dann laß die Milch 15 bis 20 Minuten lang in dem erwähnten Kochtopf sieden, und nun ergänze die durch Einkochen verminderte Menge mit abgekochtem Wasser auf die ursprüngliche Menge, damit wieder normalwertige Vollmilch hergestellt wird. In gut verschlossenem Glas stellst Du die aufzuhebende Milch in einen kühlen, trockenen Raum. Durch diese Behandlung werden die Gärungskeime der Milch, welche so leicht Verdauungsstörungen im kindlichen Magen hervorrufen, zerstört und ihr weiterer Zutritt abgehalten. Das Verfahren heißt Sterilisation. Die Mischung der Milch mit Schleim und Zucker soll jeweilen erst vor der Mahlzeit hergestellt werden. Kinder, welche so zubereitete Milch erhalten, leiden viel seltener an Blähungen, Durchfall und Brechen; ihre Zunahme ist rascher und regelmäßiger als bei bloß einmal aufgekochter Milch.

Als Ausgangspunkt für die Grundsätze der künstlichen Säuglingsernährung muß der Vergleich der chemischen Zusammensetzung von Frauenmilch und Kuhmilch dienen.

Eine Reihe von Forschern haben übereinstimmend gefunden, daß Frauenmilch und Kuhmilch nahezu die gleiche Menge Fett enthalten, nämlich 3,6—4 %. Hingegen weist die Frauenmilch 6,5—7 % Milchzucker auf; das ist nahezu 2 % mehr als die Kuhmilch. Salze sind in der Frauenmilch nur ungefähr halb so viel wie in der Kuhmilch enthalten, nämlich

10,8 %. Fett und Zucker der beiden Milcharten sind in gleicher Form vorhanden. Ein großer Unterschied besteht aber sowohl in der Menge wie in der Form der Eiweißstoffe. Nach vielen übereinstimmenden Untersuchungen enthält die Kuhmilch von diesen 3,4 %, wovon ungefähr $\frac{4}{5}$ als Casein (Käsestoff) und $\frac{1}{5}$ als Albumin, eine in gelöstem Zustande befindliche Eiweißart. Ueber den Eiweißgehalt der Frauenmilch gehen die Angaben weit auseinander. Frühere Untersuchungen, die zum Teil auch heute noch aufrecht erhalten werden, ergaben 2,4 bis gegen 4 %; in den letzten Jahren wurden mehrfach viel geringere, bis auf 1 % heruntergehende Eiweißwerte gefunden. Der größte Teil des Eiweißes der Frauenmilch besteht, im Gegensatz zur Kuhmilch, aus dem gelösten Albumin, ein geringerer Teil aus Casein. Das gleiche Verhältnis besteht auch in Bezug auf den für die kindliche Knochenbildung so wichtigen Phosphorgehalt. Die Phosphorfleischsäure nämlich ist in der Kuhmilch nur $\frac{1}{7}$ so stark vertreten wie in der Frauenmilch, während der schwerer lösliche Phosphorgehalt der Kuhmilch viel größer ist als der Gesamtgehalt der Frauenmilch an Phosphor. Es scheint, daß diesem Mehrgehalt der Frauenmilch an löslichen Eiweiß- und Phosphorverbindungen ihre größere Zuträglichkeit für die Säuglingsernährung zuzuschreiben ist.

Ob die Frauenmilch mehr oder weniger Eiweiß enthalte, ist allerdings eine wichtige Frage, auf die wir aber nicht näher eingehen können. Es ist für uns aus der erwähnten Verschiedenheit der Angaben praktischerweise nur der Schluß zu ziehen, daß wir in Bezug auf die Darreichung des Eiweißgehaltes in der künstlichen Nahrung besser tun, uns an die Erfahrungsergebnisse von Nährmethoden zu halten, als an eine theoretische Berechnung.

Nicht nur in der Quantität, sondern auch in der Qualität unterscheidet sich überdies der Haupteiweißstoff der Kuhmilch, der Käsestoff, von dem der Frauenmilch. Dieser gerinnt im kindlichen Magen in ganz feinen Flocken; jener bildet darin große, ziemlich feste Klumpen, die den kindlichen Verdauungskräften mehr Widerstand entgegensetzen als die Gerinnel der Frauenmilch. Man hat nun gefunden, daß bei Verdünnung der Kuhmilch mit Wasser der Käsestoff feinsflockiger gerinnt. Diese Beobachtung hat dazu geführt, daß man als Hauptgrundsatz für die künstliche Ernährung die Behauptung aufgestellt hat, die Kuhmilch sei nur dann dem Säugling zuträglich, wenn sie stark durch Wasser verdünnt werde.

Die meisten Vorschriften für Kinderernährung geben insolgedessen

an, daß den Neugeborenen die Kuhmilch mit 3 Teilen, Kindern im 2. Monat mit 2 Teilen Wasser verdünnt werden müsse; einzelne Kinderärzte raten sogar 4—5 fache Verdünnung an. Frühestens mit 10 Wochen soll Milch und Wasser zu gleichen Teilen, Vollmilch erst mit 6, oder 7, oder gar erst mit 9 Monaten gereicht werden!*) Zur Aufbesserung wird meist ein geringer Zusatz von Zucker empfohlen. Auch die Vorschrift, die den zu vielen Tausenden verbreiteten Sorhletschen Kochapparaten beigelegt wird, gibt sehr starke Verdünnung an. Nun wollen wir den Nährgehalt dieser Mischung mit dem der Frauenmilch vergleichen. Ein 8 Wochen altes Kind verbraucht nach sorgfältig angestellten Wägungen vor und nach jeder Mahlzeit ungefähr 900 Gramm (= 9 Deziliter) Muttermilch. In diesem Quantum erhält es nach den oben genannten Zahlen an Nährstoffen ungefähr 10 bis 20 Gramm Eiweiß, 34 Gramm Fett, 56 Gramm Zucker, 2 Gramm Salze. Dagegen enthalten 900 Gramm Kuhmilch-Wassermischung 1:2 höchstens 10 Gramm Eiweiß, 11 Gramm Fett, 15 Gramm Zucker, 2 Gramm Salze. Folglich erhält das künstlich ernährte Kind höchstens das Normalquantum Eiweiß, ein Drittel des Normalgehaltes an Fett und ein Viertel Zucker. Trotz dieses Ausfalls wird in den betreffenden Belehrungsschriften doch nur für den Zuckermangel, und auch hiefür nicht einmal allgemein, ein teilweiser Ersatz angeraten. Verschiedene Schriften verlangen aber sogar für das 8 Wochen alte Kind noch eine Milchverdünnung 1:3. Danach gibt man ihm bloß ein Viertel (18,5 statt 73) des normalen Gesamtnährgehaltes. Um bei dreifacher Verdünnung diesen Gehalt zu erreichen, müßte das 8 Wochen alte Kind $3\frac{1}{2}$ Liter seiner Mischung täglich verzehren!

Nach diesen Grundsätzen werden heutzutage Millionen Kinder ernährt. Ueberall spricht und schreibt man warnend von den Gefahren der Ueberfütterung; diese entsetzliche Unterernährung dagegen wird als Grundsatz gelehrt. Aus lauter Furcht, die kindliche Verdauung durch etwas zu viel Käsestoff und Stärkemehl zu beschweren, werden die Gefahren der Herabsetzung der Nährstoffe auf ein Drittel oder sogar ein Viertel völlig außer acht gelassen. Was muß da für ein kraftloses Geschlecht entstehen!

Alle Schriften über künstliche Kinderernährung beginnen mit dem

*) Nur Heubner in Berlin macht eine Ausnahme, indem er schon von den ersten Lebenswochen an $\frac{2}{3}$ Milch mit $\frac{1}{3}$ Schleim gibt und dabei natürlich sehr schöne Erfolge hat.

Sage: „Unverdünnte Kuhmilch wird von dem Säuglingsmagen nicht verdaut!“ Nun ist es aber Tatsache, daß bis vor wenigen Jahrzehnten, vielfach auch heute auf dem Lande und unter der städtischen Arbeiterbevölkerung, vor allem aber in unsern Berggegenden, die künstlich zu nährenden Kinder vom ersten Lebenstage an unverdünnte Kuhmilch erhalten und dabei vortrefflich gedeihen. Und es ist nicht sterilisierte, oft nicht einmal besonders reinlich gehaltene Milch. Auch leben diese Kinder vielfach in schlecht gelüfteten Stuben und unreinlich gehaltenen Bettchen, so daß man nicht der reinen Luft das Verdienst der merkwürdigen Verdauungsleistung des Säuglingsmagens zuschreiben kann.

Ich habe zahlreiche Erkundigungen über diese Frage in Berggegenden eingezogen. Unter vielen übereinstimmenden Berichten erwähne ich nur wörtlich die folgende schriftliche Mitteilung aus Elm (Kanton Glarus):

„Die Kuhmilch wird hier den Säuglingen nicht verdünnt, höchstens in den ersten acht Tagen ganz wenig. Die ärmsten Leute würden es für Sünde halten, ihren Kindern die Milch abzuschwächen. Mit Kuh- und Ziegenmilch wird kein Unterschied gemacht; im Sommer, da die Kühe auf der Alp sind, behilft man sich mit Ziegenmilch. Der Gesundheitszustand der Säuglinge ist ein durchschnittlich sehr guter. Ein Auszug aus dem Geburtsregister der letzten 18 Jahre ergibt bei durchschnittlich 25 jährlichen (in Summa also 450) Geburten und durchschnittlich sehr armer Bevölkerung 44 Todesfälle im ersten Lebensjahr, also nicht ganz 10 Prozent (gegen 31 bis 32 Prozent unserer Städte). Viele Kinder werden künstlich, oder doch nur zu geringem Teile an der Brust ernährt.“

Einen weiteren zuverlässigen Bericht aus Schwanden will ich noch angeben: „Vorletzte Woche wurden hier Drillinge geboren, die jetzt schon ganze Milch bekommen und ganz gesund sind. Gestillt wird hier nur ausnahmsweise; Milchverdünnung ist eine Seltenheit; aber die meisten Kinder laufen mit oder vor einem Jahr.“

Auch aus hiesigen städtischen Kreisen von bessern Arbeiter- und Handwerkerfamilien sind mir eine große Anzahl Fälle bekannt, wo kräftige Kinder unverdünnte Kuhmilch schon in der ersten Lebenswoche vorzüglich verdauten. In Kinderspitälern von Paris und Mailand sind schon oft elende, ausgehungerte Säuglinge direkt aus Euter von Ziegen gelegt und dadurch vom sichern Tode gerettet worden. Wieder ein Beweis, daß unverdünnte Tiermilch vom kindlichen Verdauungsapparat gedeihlich verwertet werden kann.

An der Hand der erwähnten Tatsachen muß ich Verwahrung einlegen gegen die Behauptung, daß unverdünnte Kuhmilch dem Säuglingsmagen überhaupt unzutraglich sei. Ich möchte vielmehr konstatieren, daß der unverminderte, oder doch nur wenig und kurz vorübergehend verminderte Kuhkäsestoff, wenn auch nicht vollständig, doch zum großen Teil verarbeitet wird. Ferner, daß der allfällig unverarbeitete Rest, welcher dem Ueberschuß an Kuhkäsestoff gegenüber demjenigen der Frauenmilch ungefähr entsprechen mag, die allgemeine Verdauungstätigkeit bei normalen Kindern nicht zu beeinträchtigen pflegt. Finden sich denn nicht auch in den Entleerungen gedeihlichster Brustkinder in den ersten Lebenswochen oft reichliche unverdaute Käsestoffgerinnsel vor?

Es wird vorgeschrieben, daß, „sobald sich bei einer Milchverdünnung von 1 : 2 Verdauungsbeschwerden einstellen oder feste weiße Klümpchen, d. h. unverdaute Käsestoffgerinnsel in den kindlichen Entleerungen beobachtet werden, eine weitere Verdünnung von 1 : 3, selbst von 1 : 4 angezeigt sei“. Wäre es aber nicht näher, die Ursache von Ernährungs- oder Verdauungsstörungen in dem bedenklichen Mißverhältnis von Wassermenge zum Nährstoff zu suchen? Und sollte des Kindes Geschrei nicht öfter von Magenverweiterung und Hunger, als von der Schwerverdaulichkeit des Kuhkäsestoffes herrühren? Kann man überhaupt von den in solch verdünntem Maße zur Wirkung kommenden Magensäften noch verlangen, daß sie ihre Verdauungsarbeit noch leisten? Es ist doch bekannt, daß man Magenleidenden mit schlechter Eiweißverdauung das Trinken bei den Mahlzeiten verbietet, damit ihre Magensäfte, Pepsin und Salzsäure unverdünnt auf die Speisen einwirken können. Liegt die Nutzenanwendung nicht auch für die kindliche Verdauung nahe?

Ich habe dementsprechend immer beobachtet, daß solche verwässerte Kindchen, die immer brachen, immer hungrig waren und weinten und kaum eine Zunahme zeigten, sofort einen erfreulichen Aufschwung nahmen, wenn ihnen statt der angepriesenen weitem Verdünnung ihre Nahrung verbessert wurde. Natürlich muß dies langsam und sehr sorgfältig geschehen, aber doch regelmäßig und fast täglich steigend und indem das Wasser sofort durch Haferschleim ersetzt wird.

Es wird allgemein angenommen, daß der Kuhkäsestoff vom Säuglingsmagen nicht so vollständig ausgenützt werde als derjenige der Muttermilch. Man sollte denken, daß dies ein Grund wäre, den Kuhkäsestoff

in reichlicher Menge zu geben, damit das Kind für seinen starken Eiweißbedarf doch eine genügende Menge davon zur Verarbeitung bekomme. Nun wird aber statt dessen durch die übliche Verdünnung das so wichtige, aber spärlich vorhandene Albumin fast vollständig entzogen. Dasselbe gilt für den geringen Gehalt an Phosphorfleischsäure. Um den Mängeln der Kuhmilch nachzuhelfen, sollte ihr statt solcher Verdünnung lieber ein leicht verdaulicher künstlicher Eiweiß- und Phosphorzusatz beigegeben werden. Wo sollen denn die Säuglinge bei der Hungerkost die Stoffe zu ihrer Blut- und Knochenbildung hernehmen?

So lange wir noch keinen Beweis haben, daß solche Verdünnung zum Wohle des Säuglings erforderlich ist, wollen wir uns in diese Verkümmerung der kindlichen Nahrung nicht finden. Sagt doch Sorhlet selber im Anschluß an seine neue Verordnung, die etwas geringere Verdünnung vorschreibt, in Bezug auf die dreifach verdünnte Kuhmilch: „Daß dieses Mißverhältnis ein schreiendes ist, drücken die Opfer einer solchen Ernährungsweise laut genug aus: Wasser wird eben auch durch noch so vollkommenes Sterilisieren nicht zu Muttermilch; es vermehrt die Zahl der nassen Windeln, aber nicht das Körpergewicht!“

Es ist nun zwar durchaus nicht meine Absicht, der Verabreichung von unverdünnter Kuhmilch schon in den ersten Lebenswochen das Wort reden zu wollen! Allerdings sehe ich mit großer Betrübniß bei unserer Landbevölkerung, die noch vor kurzer Zeit mit der Vollmilch so gute Erfolge erzielt hatte, das Wassersystem sich einbürgern. Aber für städtische Verhältnisse mit einer schwächlichen Bevölkerung halte ich eine leichte Milchverdünnung auf kürzere Zeit für vorsichtig. Im übrigen handle ich in meinen Vorschriften nach dem Grundsatz: Die kräftigste Nahrung, die ein Kind gut verdaut, ist die zweckmäßigste.

Wo und wie finden wir aber eine allseitig befriedigende Lösung der schwierigen Aufgabe, vollkommene Verdaulichkeit mit normalem Nährgehalt und billigem Preis zu vereinigen?

Es existieren eine Menge von künstlichen Präparaten, die sich rühmen, einen vollständigen Ersatz der Muttermilch zu bieten. Auf die Kindermehle als erste Säuglingsnahrung wollen wir hier gar nicht eingehen, da sie sämtlich mehr Stärkemehl enthalten, als der Säuglingsmagen zu verdauen vermag. Die verschiedenen künstlichen

Milchkonserven, welche den Nährgehalt an Fett, Eiweiß und Zucker der Frauenmilch entsprechend enthalten (Albumosen-Milch, Somatosen-Milch, Pfunds Eiweißrahmgemenge u.) sind alle sehr empfehlenswert, weil sie im Gegensatz zu andern Präparaten ein normales Quantum Eiweiß bieten. Aber ihr Preis ist für gewöhnliche Verhältnisse viel zu hoch. Die Gärtnersche Fettmilch, wie sie von der Berner Alpen-Milchgesellschaft in Stalben, Emmental, geliefert wird, wollen wir als vorzügliches und zudem schweizerisches Präparat näher besprechen. Durch Wasserzusatz und nachheriges Centrifugieren wird bei diesem Verfahren ein Teil des Käsestoffes entzogen, der Fettgehalt wird erhöht und der Zuckergehalt durch Zusatz von 3,5 Prozent Milchzucker auf den Normalwert der Frauenmilch gebracht. Infolge dieser Behandlung gerinnt der Käsestoff fein, flockiger. Diese Milch stellt in gewisser Hinsicht das Natürlichste und Beste dar, was zum Ersatz der Muttermilch bisher geliefert worden ist. Leider aber wird der Eiweißgehalt auf 1,5 Prozent herabgesetzt, was zwar nach den herrschenden Anschauungen ein Vorteil sein soll, mir aber als grundsätzlicher Mangel des Verfahrens erscheint. Durch das Centrifugieren werden sämtliche Unreinigkeiten der Milch ausgeschieden; überdies schließt sich eine sorgfältige Sterilisation dem Verfahren an.

Das Beste ist, daß die Kinder diese Fettmilch von Geburt an unverdünnt erhalten sollen, der Tatsache entsprechend, daß die Muttermilch vom vierten Tage des Stillens bis zum Ende des ersten Jahres nur geringen Schwankungen unterworfen ist. Die Gewichtszunahmen erweisen sich auch als höchst erfreuliche.

Enthielte die Gärtnersche Fettmilch die genügende Menge Eiweiß, und wäre ihr Preis nicht für allgemeine Verwendung zu hoch*), so könnte ich mit ihrer Empfehlung diese Erörterung schließen. Dieser beiden Nachteile halber müssen wir erwägen, auf welchem Wege wir zu einer vollwertigen Säuglingsnahrung gelangen können, die auch unbemittelten Eltern zugänglich ist.

Da Du speziell meinen Rat verlangst, so will ich mich darauf beschränken, Dir anzugeben, in welcher Weise ich nach vieljähriger Erfahrung auf dem Gebiete der Kinderpflege verfare, um meine Pfleglinge trotz der anfänglich als notwendig erachteten Milchverdünnung nichts entbehren

*) 1 Liter kostet 60 Cts. ohne Glas.

zu lassen und sie in kurzer Zeit zur Vollmilch überzuführen. Als Beispiele des Ergebnisses führe ich Dir im Anhang die Kurven IIa, IIb, IV und V an. Sie sind aus einer großen Sammlung ganz ähnlicher Aufzeichnungen entnommen. Du wirst durch den Vergleich mit den Kurven I und III ersehen, wie weit gesunde Kinder mittelst kräftigerer Nahrung die angegebene Durchschnittsentwicklung überholen können.

Uebereinstimmend mit dem dringenden Rat vieler Kinderärzte verwen-
de ich zur Milchverdünnung nicht Wasser, sondern Hafer Schleim (bei
Neigung zu Durchfall vorübergehend den weniger nahrhaften aber eher
stopfenden Gerstenschleim). Früher war das Robinsonsche Hafer- und
Gerstemehl das beste mir bekannte Produkt. Seit einer Reihe von
Jahren aber verwende ich ausschließlich ein Mischungspräparat, nämlich
Neuronat-Hafermehl, welches in der Schweiz unter dem Namen
„Frenz Kraft-Hafermehl“ im Handel ist *). Dieses Präparat hat
vor allen andern den Vorzug eines sehr hohen Eiweißgehalts (35 Proz.),
welcher erreicht wird durch Zusatz von 1 Teil feinstem Neuronatmehl
in 3 Teilen eines ganz feinen Hafermeihls. Neuronat ist ein Pflanzen-
Eiweißpräparat, erfunden und dargestellt von Dr. Hundhausen in Hamm
in Westfalen. Vielsache physiologische Versuche haben erwiesen, daß dies
Pflanzeneiweiß den gleichen Wert hat wie das tierische Eiweiß, indem es vom
menschlichen Verdauungsapparat vollständig verarbeitet und zur Ernährung
des Körpers aufgenommen wird. Dies gilt nach meinen Erfahrungen
auch für den subtilsten kindlichen Magen und Darm. Den Beweis
dafür gibt Dir die Kurve No. V, welche die glänzende Entwicklung
eines Frühgeborenen bei der Anwendung dieses Nährmittels darstellt.
Leider war das Neuronat noch nicht im Handel, als meine eigenen
Kinder noch klein waren; sie wären sonst wohl noch weiter ge-
kommen, wie man nach dem Vergleich ihrer Kurven (No. IIa u. IIb)
mit derjenigen meines Pflegekindest (No. IV.) vermuten kann. Dieses
ausschließlich künstlich, aber mit Neuronatzusatz genährte Kind, mit dem
kleinsten Anfangsgewicht, der stärksten Abnahme, das etwas zu früh
geboren worden war und einen sehr schweren Lebensanfang gehabt hatte,
weist in seinem ersten Lebensjahr eine größere absolute Zunahme auf,

*) Zu beziehen durch die Apotheken oder direkt von Gebr. Frenz, Chocoladen-
fabrik Aarau; für Deutschland vom Fabrikanten, R. Hundhausen, Hamm, Westfalen.

als die zwei Kinder IIa u. IIb, die längere Zeit Brustnahrung hatten und selbst die Durchschnittsgewichtszunahme weit überschritten!

Für die ganz geringe Menge Stärke, welche dem Neugeborenen in dem aus jenem Präparat hergestellten Schleim zugeführt wird, ist die Verdauungsleistung seines Mundspeichels gerade genügend, wie die ganz verdauten Stuhlentleerungen mir immer bewiesen haben. Der Schleim wird 20 Minuten lang gekocht, für je 24 Stunden auf einmal, dann durch ein reines Tuch gegossen, die Mischung mit Milch aber nur jedesmal vor der Mahlzeit hergestellt. Anfänglich genügt per Tag 1 Theelöffel Mehl auf 2 Deziliter Wasser; später soll die Menge des Schleims vermindert, sein Gehalt aber erhöht werden, indem man ihn dicker kocht, und zwar so, daß er im 2. Monat beim Erkalten steif wird. Ich lasse hier ein Schema der allmählig zur Vollmilch übergehenden Mischung folgen:

Verhältnis von Schleim zu Milch:

1. Woche	1 : 1	6. Woche	1 : 3
2. "	5 : 6	7. "	1 : 4 $\frac{1}{2}$
3. "	4 : 5	8. "	1 : 6
4. "	2 : 3	9. "	1 : 8
5. "	1 : 2	10. "	Vollmilch

Die Verstärkung der Mischung soll aber nicht nur einmal wöchentlich, sondern je den 3. bis 4. Tag um ein Kleines vorgenommen werden. Um die Mischung rasch verbessern zu können, muß man sie möglichst sorgfältig berechnen. Da muß anfänglich mit halben Eßlöffeln oder Teelöffeln der Flasche gerechnet werden, so daß dem Kinde die Veränderung im Nährgehalt kaum bemerkbar wird. Kinder, die anfänglich Wasser statt Schleim und an stärkere Verdünnung gewöhnt waren, können in den spätern Wochen nicht ohne Schaden in das gegebene Schema zurückgeführt werden. Die Steigerung muß da viel langsamer vor sich gehen.

Du wirst an Hand der gegebenen Zahlen berechnen können, daß mein Schleimzusatz den Ausfall an Eiweißstoffen mehr als deckt. Trotz dieses Ueberschusses werden die gesamten Eiweißstoffe vorzüglich verarbeitet. Das feinkörnige Meuronat hilft offenbar, die groben Gerinnsel des Kuhlasesstoffes zu verteilen. Das infolge der Verdünnung mangelnde Fett wird ungefähr ausgeglichen durch das früher angegebene Abgießen der obern Schicht der Kindermilch. Dem fehlenden Zucker-

gehalt, der in der ersten Woche ungefähr sieben Gramm per Tag beträgt, ist leicht durch Zuckerzusatz, den Du auch aus den gegebenen Zahlen berechnen kannst, aufzuhelfen. Auch die Vollmilch sollte noch einen kleinen Zusatz von Zucker erhalten, dessen Gehalt in der Kuhmilch um ein Drittel geringer ist als in der Frauenmilch. Der Rohrzucker kann unbedingt den Milchzucker ersetzen.

Selbstverständlich gelten all diese Angaben nur für reife und gesunde Kinder. Frühgeborne oder überhaupt schwächliche Kinder verlangen eine anfänglich stärkere und viel länger anhaltende Milchverdünnung, die übrigens den gleichen allgemeinen Grundsätzen folgen kann. Es ist nicht möglich, für solche Säuglinge eine bestimmte Vorschrift aufzustellen. Da hilft nur die sorgfältigste Beobachtung der Mutter zu einem guten Ziel. Doch habe ich auch bei diesen Kindern die Verdünnung nie über anfänglich 1 Teil Milch zu 2 Teilen des nämlichen, nur noch dünnern Schleims gehen lassen und bin meist mit oder schon vor 6 Monaten auf ganze Milch gekommen.

Wenn der Säugling mit 8 bis 10 Wochen auf Vollmilch gebracht ist, so kommt die Frage: „Soll nun die Milch für lange Zeit die einzige Nahrung bleiben?“ Die Mehrzahl der Kinderärzte raten dazu. Die Kinder können dabei ganz gut gedeihen; aber da sie eine große Menge Flüssigkeit zu sich nehmen müssen, um genügend genährt zu sein, so ist die Plage mit dem fortwährenden Nassliegen groß. Uebrigens werden diese reinen Milch Kinder sehr häufig im zweiten Lebensjahr unförmlich fett und doch muskelschwach und lernen infolge dessen spät gehen.

Die praktische Erfahrung zeigt nun, daß ein leichter Brei ungefähr von der 10. Woche an, anfänglich einmal täglich als letzte Tagesmahlzeit, später ein zweites mal nach dem Bad und nebst der Vollmilch von kräftigen Kindern nicht nur vortrefflich vertragen wird, sondern daß sich dabei die Gewichtszunahme sofort erheblich steigert (s. Kurve IIa). Die Kinder liegen bei der festern Nahrung viel weniger naß, ein großer Vorteil für den nächtlichen Schlaf; auch hilft die reichliche Sättigung auf die Nacht hin über die Qual der erzwungenen nächtlichen Nahrungsverweigerung hinweg. Uebrigens würden Kinder, die in den ersten zwei Monaten Meuronat-Hafermehlschleim bekommen haben, durch völligen Entzug dieses Nahrungsmittels eine starke Einbuße an Eiweißstoffen erleiden.

Deshalb lasse ich meinen Pfléglingen den Brei von dem nämlichen Mehl bereiten, das bedeutend weniger Stärkemehl enthält als Gries, Zwieback, Semmelmehl u.

Anfänglich wird ein Theelöffel Neuronat-Hafermehl mit einem Stückchen Zucker auf 2 Deziliter Milch und $\frac{1}{2}$ Deziliter Wasser 20 Minuten lang auf schwachem Feuer gekocht. Allmählig wird das Wasser weggelassen und der Brei dicker gegeben, doch immer noch so flüssig, daß er durch ein größeres Loch im Gummizapfen getrunken werden kann. Die Kurve Nr. 4 betrifft mein genau nach diesen Grundsätzen genährtes Pflégkind. Da es erst an seinem 11. Lebenstag in meine Pflege kam, so fehlen Angaben über die Gewichtsveränderungen der ersten Woche.

Was den Preis des Krafthafermehls betrifft, so kann man wohl sagen, daß er verhältnismäßig für den Wert niedrig ist. Eine Pfundbüchse kostet Fr. 1. 50. $2\frac{1}{2}$ Büchsen reichen für 2 Monate Schleimbereitung aus. Der Brei erfordert 20—40 Gramm täglich, also für 10 Monate ungefähr 18 Büchsen, demnach im Jahr eine Gesamtausgabe von ungefähr 30 Fr. Doch ist auch diese Ausgabe für manche Familie noch zu viel. Für diese möchte ich raten, offenes feinstes Hafermehl zu kaufen, nach der angegebenen Adresse staubfeines Neuronatmehl zu beziehen (das Kilo kostet 2 Fr.) und die Mischung, 3 Teile Hafermehl auf 1 Teil Neuronat, selbst herzustellen. Daraus ergibt sich eine weitere beträchtliche Preisverminderung.

Du möchtest noch etwas über die Surrogate der frischen Kuhmilch hören. Daß ich die Gärtner'sche Fettmilch an deren Spitze setze, habe ich bereits erwähnt, schon der Einfachheit ihrer Anwendung halber. Sehr gute Resultate gibt auch die kondensierte Milch von Romanshorn, die ohne Zusatz auf $\frac{1}{3}$ eingekocht ist, in Büchsen versandt wird und in großen ausländischen Städten, in heißen Ländern, für Meerereisen, überhaupt wo gute frische Milch fehlt, sehr empfehlenswert ist. Den gleichen Wert hat die Edelweiß-Milch von Gökau. Auch frühgeborenen, schwächlichen oder zu Darmkatarrh neigenden Kindern pflegt die kondensierte Milch besser zu bekommen als die frische. Der Zuckergehalt der kondensierten Milch von Cham, die eine bedeutende Verbreitung erworben hat, ist so enorm im Verhältnis zum Fett- und Eiweißgehalt, daß sie sich nicht zur ausschließlichen Säuglingsnahrung auf längere Zeit eignet.

Die Zahl der empfohlenen Kindermehle ist so groß, daß wir sie gar nicht aufzählen wollen. Und jedes rühmt sich, ein vollkommener Ersatz der Muttermilch zu sein. Alle Kinderärzte ausnahmslos sind der Ansicht, daß sie, trotz der Bequemlichkeit ihrer Anwendung wegen ihres großen Stärkegehaltes nicht statt Kuhmilch verwendet werden sollen. Im ersten Lebensmonat liefert nur die Ohrspeicheldrüse in ganz geringer Menge einen Gärungstoff, welcher fähig ist, die an und für sich dem Säuglingsmagen unverdauliche Stärke in Zucker überzuführen und dadurch verwertbar zu machen. Erst im Verlaufe des zweiten Lebensmonats tritt die zur Stärke-Umwandlung viel wirksamere Bauchspeicheldrüse langsam in Tätigkeit. Ihre Leistungsfähigkeit ist aber ganz ungenügend zur Verarbeitung der großen Menge Stärke, welche bei ausschließlicher Ernährung mit den sogenannten Kindermehlen verbraucht wird. Aus dem gleichen Grunde ist die Säuglingsfütterung mit Mehls- und Griesbreien u. in den zwei ersten Lebensmonaten durchaus verwerflich. Vom vierten Monat an aber können all die Kindermehle mit Vorteil neben Vollmilch als Brei 1—2 mal täglich gegeben werden. Immerhin stehen sie alle dem Meuronat-Hafermehl im Nährwert weit nach, und doch ist ihr Preis wesentlich höher.

Wie große Portionen Milch man dem Säugling geben solle, fragst Du? Auch auf diese Frage findet man die Antwort in der Milchmenge, die die stillende Mutter ihrem Säuglinge liefert. Sorgfältige wiederholte Wägungen des Kindes vor und nach dem Stillen haben, durch den Unterschied der beiden Gewichte, multipliziert durch die Zahl der täglichen Mahlzeiten, zu einer Durchschnittsschätzung der Milchmengen geführt, welche ein Kind in den verschiedenen Monaten des ersten Jahres per Tag verbraucht. Hier gebe ich Dir einige solcher Zahlen:

Im 1. Monat durchschnittlich	600 gr	(die ersten Tage nicht eingerechnet)
" 2. "	700 "	
" 3. "	840 "	
" 4. "	950 "	

vom 5. Monat an allmählich aufsteigend bis zum 12. zirka 1300 Gramm. Doch dürfen diese Durchschnittszahlen keinen strengen Maßstab darstellen. Denn die Milchmenge, die ein Säugling in der einzelnen Mahlzeit zu

sich nimmt, ist bei ganz normalen Verhältnissen ungemein schwankend. Für die künstliche Ernährung ergibt sich daraus der Schluß, daß für die einzelnen Mahlzeiten keine knapp abgemessenen Portionen gereicht werden dürfen. Ueberhaupt kann man kein bestimmtes Quantum als Norm vorschreiben, denn das quantitative Nahrungsbedürfnis der Kinder ist individuell ganz verschieden; es hängt ab von ihrem Entwicklungsgrad und von der Qualität ihrer Nahrung. Daß ein Kind, welches mit 10 Wochen halb Milch halb Wasser bekommt, mehr von dieser Mischung trinken muß, als das zu dieser Zeit mit Vollmilch genährte, liegt auf der Hand. Das Richtige scheint mir, dem Kinde jeweilen etwas mehr anzubieten, als es voraussichtlich verbrauchen wird, schon der Wärmeerhaltung der Milch wegen. Das Kind soll nie zum Schluß an der leeren Flasche saugen müssen. Es kommt dabei im traurigen Gefühl seiner Ungefättigkeit ins Weinen und bricht leicht, statt nach der Mahlzeit vergnügt zu sein oder einzuschlafen. Auch ließe sich in diesem Falle keine normale Pause innehalten. Ich habe nie gesehen, daß ein gut genährtes Kind sich an der Flasche übertrinkt! Das sieht man nur bei Hungerkindern. Also: Laß es trinken, bis es die Flasche ablehnt!

So lange Dein Kind mit der besprochenen Nahrung, Vollmilch und zweimal Brei täglich, zufrieden ist, sie mit Appetit verzehrt und dabei normal zunimmt, ist kein Grund zu einer Veränderung vorhanden. Je länger die ausschließliche Milchkost andauert, desto besser! Es kommt aber häufig vor, namentlich bei mühsamem Zahnen, daß gegen das Ende des ersten Jahres die üblichen Portionen Milch oder Brei nicht mehr ausgeirunken oder ganz verweigert werden. Dann ist es an der Zeit, mittags eine kräftige Fleischsuppe mit Gersten- oder Hafermehl, Gries, Eierelauf u. mit dem Löffel zu geben. Auch ein weichgekochtes Ei oder eine leichte Eierspeise wird gewöhnlich gerne genommen und gut verdaut. Statt des Breies kann man Zwieback oder Weißbrotbröckchen mit kochender Milch übergießen und diese Mischung mit dem Löffel reichen. Fleisch, Gemüse, Obst, vor allem Kartoffeln und Mehlspeisen sollen im ersten Lebensjahr ausgeschlossen sein.

Ich warne Dich davor, Dein Kind schon früh mit den Erwachsenen zu Tisch zu nehmen. Durch den Anblick der verschiedenen Gerichte wird ihm seine Naturnahrung frühzeitig verleidet, und sein Betteln um

die Nahrung der Erwachsenen findet nur zu geneigtes Gehör. In erhöhtem Maße gilt diese Warnung für alle erregenden Getränke. Kaffee und Thee schon sind durchaus verwerflich; alle alkoholhaltigen Getränke aber sind für Kinder ein grausames Gift. Und das gilt nicht nur für ihr erstes Lebensjahr, es gilt für ihre ganze Entwicklungszeit. Willst Du Deinem Kinde, vor allem wenn es ein Knabe ist, einen unschätzbaren Segen mit auf seinen Lebensweg geben, so erziehe es von seiner frühesten Kindheit an zur Ueberzeugung, daß jedes alkoholische Getränk ihm nur Schaden bringen kann. Damit schüttest Du Dein Kind vor zahllosen leiblichen und geistigen Gefahren; als fertiger Mensch wird es Dir tausendfachen Dank für Deine Fürsorge sagen!

Siebenter Brief.

Die körperliche Entwicklung.

Du möchtest nun einen Ueberblick über die körperlichen Fortschritte eines gesunden Kindes im ersten Lebensjahr haben. Betrachten wir einmal das Körperchen eines Neugeborenen. Ist es völlig ausgetragen, — 48 bis 54 cm lang —, wiegt es 3000 Gramm oder darüber, so bringt es eine rote, glatte, kaum behaarte Haut mit auf die Welt. Die Nägelchen sind vorstehend, die Kopfknochen fest, die Ränder der Fontanellen ziemlich scharf und dick und die Stimme und Bewegungen kräftig. Am 5. bis 7. Tag pflegt der Nabelschnurrest abzufallen. Kräftige Kinder heben schon im 2. Monat ihr Köpfchen, und mit 3 Monaten kann man sie vorübergehend gut unterstützt, aufrecht auf dem Arm tragen. Mit 4 bis 5 Monaten sitzen sie aufrecht im Stühlchen mit unterstütztem Rücken, mit 6 bis 7 Monaten ununterstützt auf dem Boden. Mit 9 bis 10 Monaten beginnt das Rutschen am Boden und das selbständige Aufstehen durch Halten an Möbeln. Bald darauf schiebt das Kind Stühle vor und marschirt hinterher. So bereitet sich langsam das Laufenlernen vor.

Höchstens $\frac{1}{2}$ aller Kinder jedoch laufen mit einem Jahr. Auch bei völliger Gesundheit können all die genannten Fortschritte um mehrere Monate verzögert sein und das Laufenlernen bis zum vierten Lebenshalbjahr auf sich warten lassen. Sehr fette Kinder z. B. haben gewöhnlich keinen starken Knochenbau und lernen deshalb meist spät laufen. Die Fortschritte sind von der Lebensweise und von den angeborenen Körperanlagen abhängig. Frühes Laufenlernen beweist einen kräftigen Knochenbau und ist deshalb ein erfreuliches Entwicklungszeichen. Am Ende des zweiten Halbjahres schließen sich allmählig die Fontanellen; ein längeres Offenbleiben weckt den Verdacht auf englische Krankheit. Das Längenwachstum des Kindes beträgt im ersten Lebensjahr ungefähr 20 cm.

Ueber das anfängliche Durchschnittsgewicht haben wir schon gesprochen. Aus den Tabellen wirst Du sehen, daß die Gewichtszunahme vom 1. bis zum 3. Monat am stärksten ist. Sie kann ausnahmsweise bei Brustkindern über 400 Gramm per Woche betragen. Als normale Durchschnittszunahme bei gesunden Brustkindern werden für den ersten Monat 25, für den zweiten 35, für den dritten 28 Gramm per Tag angegeben. Dann folgt eine allmähliche Verminderung der monatlichen Zunahme bis auf 6 Gramm im 12. Monat. Du wirst sehen, daß meine Tabellen diese Zahlen stark überschreiten. Es wird angegeben, daß die Verdoppelung des Geburtsgewichtes gegen das Ende des 5. Monats erreicht werden sollte; meine beiden eigenen Kinder erreichten diese Höhe mit 3 Monaten, das künstlich genährte Pflegekindchen, das zudem 14 Tage zu früh geboren war, mit 3 Monaten und 13 Tagen. Gewiß ein Beweis für die Zuträglichkeit seiner kräftigen Nahrung! Die wenigsten Kinder kommen mit einem Jahr auf 10 Kilogramm. Uebrigens ist ein hohes Gewicht am ersten Geburtstag nur dann ein erfreuliches Zeichen, wenn das Kind Anstalten zum Laufen macht. Denn sonst versteckt sich unter den Fettwülsten der Hand- und Fußgelenke nur zu oft die Knochenaufreibung der englischen Krankheit!

Die ersten Zähne, die 2 untern Schneidezähne, pflügen frühestens um 6., meist erst im 7. oder 8. Monat durchzuschneiden. Nach einer mehrwöchentlichen Pause folgen die 4 obern Schneidezähne meist ziemlich

rasch aufeinander. Oft erscheinen die ersten Backzähne vor den untern seitlichen Schneidezähnen. Gewöhnlich stehen erst am Ende des 3. Halbjahres die 12 ersten Zähne da. Eine völlige Regelmäßigkeit in der Reihenfolge und im Zeitpunkt besteht bei der Zahnung überhaupt nicht. Es kommt ja vor, daß Kinder schon Zähne auf die Welt bringen. Andere können bei guter Allgemeinentwicklung das ganze erste Jahr zahlos bleiben. Einmal sah ich ein Kind, das alle vier Eckzähne bekam, bevor ein Schneidezahn sich zeigte!

Sehr später Beginn des Zahnens ist im allgemeinen ein Zeichen von schwacher Knochenbildung und wird besonders bei der englischen Krankheit beobachtet. Doch gibt es auch kräftige Kinder, welche an ihrem ersten Geburtstag bloß drei oder vier Zähne aufzuweisen haben. Deshalb ängstige Dich nicht, falls Dein Kleines in diesem Punkt keinen ganz regelmäßigen Weg machen sollte; ist es im übrigen ein Muster von gesunder Entwicklung, so mögen die Zähne kommen wann sie wollen!

Achter Brief.

Die Gesundheitsstörungen des Säuglingsalters. Die Impfung.

Die Pflicht der Mutter gegenüber der Gesundheit ihres Säuglings besteht in erster Linie darin, Krankheiten zu verhüten. Ich will Dir darüber einige Winke geben.

Eine Frau, die am Ende der Schwangerschaft an scharfem gelbem Ausfluß leidet, soll sich vom Arzt ein desinfizierendes Mittel für Scheidenspülungen geben lassen und diese täglich machen, auch während der Geburt, und zwar mehrmals, wenn diese einen langsamen Verlauf nimmt; auch soll sie durch die Hebamme mit derselben Flüssigkeit aufs gründlichste äußerlich gewaschen werden. Sonst laufen die

Augen des Kindes Gefahr, beim Durchpassiren durch die Geburtswege von dem scharfen Schleime angesteckt zu werden. Dann entsteht die gefährliche ansteckende Augenentzündung, wodurch schon so viele Kinder unrettbar erblindet sind. Es kommen auch leichtere, ungefährliche Augenentzündungen bei Neugeborenen vor, welche durch fleißiges Auswaschen der Lider mit lauwarmem Camillenthee und gleichen Umschlägen sich bald bessern, aber in ihren Anfängen nur durch den Arzt von den bössartigen Formen zu unterscheiden sind.

Bei der Geburt eines Knaben achte darauf, ob die Harnröhrenmündung gehörig offen, nicht durch die Vorhaut verklebt ist, und ob das Kind ohne zu schreien in tüchtigem Strahl Wasser lassen kann. Denn häufig besteht eine Beengung der Harnröhrenmündung durch die Vorhaut; auch vollständiger Verschuß kommt vor. Ist das Uebel nur unbedeutend, so kann man durch täglich mehrmaliges Zurückdrängen der Vorhaut die Eichel und somit die Harnröhrenmündung frei machen, und es bedarf keiner weitem Behandlung. Sollte aber der Knabe im Wasserlassen gehemmt sein, so muß sofort der Arzt gerufen werden.

Anhaltende Stuhlverstopfung kommt nicht nur bei künstlich ernährten, sondern auch bei Brustkindern öfter vor. Infolge davon können im Alter der Säuglinge Risse entstehen, die die Stuhlentleerungen äußerst schmerzhaft machen und die Kinder veranlassen, sie zurückzuhalten, wodurch vermehrte örtliche Beschwerden entstehen. Blähungen, Appetitlosigkeit, Brechen, sogar Gehirnfongestionen und Sichteranfälle kommen im Gefolge von hartnäckiger Verstopfung vor. Du sollst deshalb bei einem ganz jungen Säugling nie 24 Stunden vorbeigehen lassen, ohne für Stuhlentleerung zu sorgen. Dies darfst Du nie mit Abführmitteln erreichen wollen; sie sind dem kindlichen Magen gefährlich. Das einzige richtige Hilfsmittel ist ein Klystierchen. Eine kleine rote Ballonspritze Nr. 1 mit schwarzem, nicht zu dickem Ansatz aus Hartgummi, auf den Du zweckmäßig noch einen zweiten biegsamen aufsehest, ist das beste Instrument dazu. Lauwarmes Wasser, bei hartnäckiger Verstopfung mit Zusatz von etwas Olivenöl, ist ganz genügend; nie darfst Du Seife dazu verwenden; auch Seifenzäpfchen sind, als viel zu starker Reiz für den kindlichen Darm, ganz verwerflich. Ist der Ballon nicht vollständig mit Flüssigkeit gefüllt, so sprizest Du dem Kinde Luft ein, und das Klystier

wird dadurch nutzlos und schmerzhaft. Beim Füllen der Spritze drückt Du deren Boden mit dem Daumen ganz ein und hältst so den Ansaß in die Klystierflüssigkeit. Nun zieht die Spritze diese auf; sie füllt sich aber beim ersten mal nur unvollständig. Halte nun die Spritze wieder aufrecht und drücke wieder mit dem Daumen gegen den Boden. Dadurch entweicht die noch in dem Ballon befindliche Luft. Ohne den Daumen loszulassen, hältst Du nun den Ansaß zum 2. mal in die Flüssigkeit, worauf die Spritze sich so vollständig füllt, daß in aufrechter Haltung derselben bei leisem Druck gegen den Boden die Flüssigkeit schon aus der Ansaßspitze fließt. Solche einfache Klystierchen können längere Zeit ohne jeden Schaden täglich gegeben werden. Oft genügt schon eine tägliche kleine Portion lauwarmen Zuckerwassers. Abführmittel gib nie ohne den Rat des Arztes. Bei anhaltender Neigung zu Verstopfung muß gewöhnlich durch einen Wechsel der Nahrung nachgeholfen werden; nicht aber durch die gewöhnlich angerathene Abschwächung derselben, die das Gedeihen des Kindes nur zurückhält, ohne die Verstopfung zu heben.

Das Speien des Kindes ganz kurz nach der Mahlzeit, so lange die Milchverdauung im Magen noch nicht begonnen hat, ist zwar eine lästige aber nicht eine gefährliche Erscheinung, und nicht Erbrechen zu nennen. Sie kann gewöhnlich verhütet werden, indem man das Kind gehörig aufstoßen läßt und es vor dem Hinlegen eine Weile aufrecht hält; kräftige Nahrung wird auch viel weniger ausgespien als stark gewässerte. Auch muß das Luftschlucken und Ueberschlucken vermieden werden. Bekommt das Kind eine Mahlzeit, bevor die frühere den Magen verlassen hat, bei Milchnahrung vor Verfluß von 2, bei Breinahrung vor 3 Stunden, so wird der Magen durch das Zusammentreffen von unverdauter mit verdauter Nahrung gereizt, und es kommt zu wirklichem Brechen säuerlicher Milch mit großen Käsestoffgerinnseln.

Brechen und Durchfall, diese gefährlichsten Säuglingserkrankungen, verhüteest Du, außer der Pünktlichkeit in der Darreichung, am besten durch peinliche Reinlichkeit und durch sorgfältigstes Mischen und Zubereiten der Nahrung. Bei dem ersten derartigen Anfall aber sei auf Deiner Hut und reiche dem Kinde nur knappe Mahlzeiten in langen Pausen. Wenn sich die Störung trotzdem wiederholt, so laß sofort alle Milch

beiseite, gib puren Haferschleim, aus ganzen oder gemahlernen Körnern bereitet (die Hafersfloeken geben den allerfeinsten Schleim), und hole den Arzt. Bei aufgetriebenem Leib, Leibschmerzen und Abgang von Blähungen wirkt vorzüglich ein warmes Camillen-Klystierchen, vor allem ein warmes Camillenbad und nachheriges Einreiben des Leibes mit warmem Del und Bedecken desselben mit einem gewärmten Flanell-Lappen. Bei Durchfall ist ein warmes Klystierchen von einer dicken Stärkeabkochen sehr wirksam zur Stopfung und durchaus unschuldig, so daß Du es ohne ärztlichen Rat geben darfst. Ist das Kindchen noch sehr jung, so soll die Ballonspitze Nr. 1 zwar sorgfältigst gefüllt, aber nur zur Hälfte in den Darm ausgedrückt werden. Eine größere Menge könnte den Darm reizen, statt ihn zu beruhigen. Folgen trotz des Weglassens der Milch und dem Stärkeklystier weitere Entleerungen, sehen diese ganz unverdaut oder sogar grünlich aus und sind sie augenscheinlich von Leibschmerzen begleitet, so brauchst Du unbedingt ärztlichen Rat für das Patientchen.

Sei sehr sorgfältig im Waschen und Trocknen der Geschlechtsteile und Hautfalten des Kindes; bestreiche sie mit feiner Zinksalbe und pudere sie wenn nötig ein, bevor aus der Rötung der Haut ein eigentliches Wundsein entsteht. Kannst Du dies nicht verhüten, so bedecke die kranken Stellen mit feiner, durch Zinksalbe besetzter Leinwand und halte dadurch die Hautfalten auseinander: so kannst Du dem Kindlein große Schmerzen ersparen.

Bei dem häufigen Auswaschen des kindlichen Mundes ist immer die Gefahr vorhanden, daß die zarte Schleimhaut verletzt werde. In den kleinen Rissen entwickelt sich dann besonders leicht die Mundfäule (Schwämmchen, Soor). Ich rate Dir deshalb, Deinem Kindchen nur im Bad und zwar mit größter Sorgfalt den Mund zu waschen, es aber nach seinen Mahlzeiten damit zu verschonen. Es ist ja auch so schade, wenn es durch diese Plagerei am Einschlafen verhindert wird.

Kommt Dir ein Säugling mit Mundfäule vor, so besichtige den verwendeten Gummizapfen, ob er regelmäßig nach dem Gebrauch sorgfältig umgekehrt und ausgespült und im reinen kalten Wasser aufbewahrt wird. Ist der Zapfen inwendig grünlich angelauten, so muß er fortgeworfen werden. Der Mutter aber rate, nach jedem

Trinken mit einem feinen Löffchen und 1-prozentigem Vornwasser, das je ohne Rezept in der Apotheke erhält, sorgfältig die weißen Flecken auf der Mundschleimhaut und Zunge des Kindes abzutupfen, aber ja nicht etwa mit Zuckermasser oder Honigsäftchen, wie es früher gebräuchlich war und heutzutage noch oft geschieht. Unter dem Einfluß des Zuckers vermehren sich die krankheitserregenden Pilze nur um so rascher. Brechen und Darmtarrh schließen sich sehr oft an diese Mundkrankheit an. Brustkinder bekommen fast nie Mundfäule, wohl aber fast alle, die auf den Lutschebeutel (Nüggi) angewiesen sind. Dieser Nothbehelf für ärmliche Verhältnisse ist für Kinder wohlhabender Eltern durchaus zu verdammen. Aber bei Kindern, deren Pflege wenig Zeit gewidmet werden kann, muß man sich doch fragen, was schlimmer ist: Schreien lassen, bis es zum Brechen, oder zu einem Nabel- oder Leistenbruch kommt, oder als Beruhigung beim Wachen und zum leichten Einschlafen den unappetitlichen Stöpsel in den Mund stecken?

Bei sorgfältiger, peinlichster Reinhaltung ist ein Kautschuklutscher mit großer Scheibe wohl mehr häßlich als gefährlich zu nennen; aber leider wird er gerade da am meisten verwendet, wo es an aller Reinlichkeit fehlt. Dann aber birgt der Lutscher eine Reihe von Gefahren in sich. Auch werden kleine Scheiben öfter verschluckt. Ich freue mich der Ueberzeugung, daß ich Dein Kindchen nie mit einem Lutscher im Munde antreffen werde!

Wir sprachen oben vom Nabelbruch. Wenn einige Tage nach Abfall der Nabelschnur der Nabel nicht zusammengezogen und völlig trocken ist, sogar etwas übelriechende Eiterung zeigt, so muß etwas Verbandwatte mit 1prozentiger Carbolvaseline eingeschoben und darüber die Nabelbinde lose angelegt werden. Die Beschäftigung durch den Arzt ist notwendig, wenn sich diese Eiterung nicht sofort vermindert; denn es können lebensgefährliche Erkrankungen des Säuglings dadurch entstehen. Handelt es sich aber bloß um langsames Zusammenziehen und leichtes Raffen des Nabelrings, so wird täglich etwas Maunpulver eingestreut, was fast immer bald zum Ziele führt. Bildet sich in der Höhlung ein rotes Zäpfchen, so muß der Arzt eine Nekrose mit Höllenstein vornehmen. Daß das Kind, namentlich den jungen Säugling, nie anhaltend schreien, ohne genau der Ursache nachzuforschen und sie womöglich zu heben.

Sonst riskierst Du das Entstehen eines Nabel- oder Leistenbruchs, ein große Plage für Kind und Mutter. Wölbt sich der Nabel beim Schreien etwas vor, so lege ein wenig zusammengebrückte Verbandwatte hinein und binde den Leib sorgfältig, bis aus der Wölbung eine Vertiefung geworden ist. Wegen eines richtigen Bruchs müßtest Du Dich an den Arzt wenden. Der Leistenbruch ist an einer beim Schreien hervortretenden kleinen Geschwulst in der Schenkelbeuge erkenntlich und erfordert sofort ärztliche Hülfe.

Sehr viele Neugeborene werden zur Zeit des Nabelschnurabfalles stark gelb am ganzen Körperchen, und mancher jungen Mutter wird dadurch ein arger Schrecken eingeflößt. Es handelt sich aber fast immer um eine ganz unschuldige, mit der normalen Umbildung des Nabels zusammenhängende Erscheinung. Oft dauert diese Gelbsucht wochenlang bei bestem Wohlbefinden des Kindes. Es gibt aber auch eine gefährliche Gelbsucht, im Anschluß an Nabelerkrankungen, welche wohl immer von einer Verunreinigung des Nabels (Infektion) von außen herrührt und zum Tode führen kann. Die Beobachtung des Nabels und das kindliche Allgemeinbefinden entscheidet sofort darüber, ob es sich um eine unschuldige oder eine bössartige Gelbsucht handle.

Schon jeden Schnupfen des Säuglings mußt Du mit Sorgfalt beachten, da sich leicht ein tiefer gehender Katarrh daraus entwickeln kann und das Kindchen im Saugen und durch Beengung des Atmens sehr gestört wird. Erhöhe sofort das Kissen im Bettchen, setze dem Kleinen ein Häubchen auf und reibe ihm die Nasenwurzel fleißig mit warmem Del ein. Wird das Kind heiser und tritt Husten ein, so lege ihm warme nasse Umschläge ums Halschen und stelle auf jede Seite des Bettchens eine große Schüssel voll kochenden Wassers. Hat das Bettchen einen Vorhang, so schlage diese beiden Hälften über die dampfenden Schüsseln, damit die Einatmung der warmen, mit Feuchtigkeit gesättigten Luft die Atmung des Kindes erleichtere. Sollte Fieber und ein heiserer, bellender Husten trotz dieser Hülfsmittel sich einstellen — dies geschieht gewöhnlich in den letzten Stunden vor Mitternacht — so hole sofort den Arzt. Auf einen Apparat von unschätzbarem Wert bei Erkrankungen der Atmungsorgane der kleinen Kinder will ich Dich aufmerksam machen: den sog. Bronchitislette. Es ist, wie der Name zeigt,

ein aus England stammender Kessel zur ununterbrochenen Herstellung von Wasserdampf. Die Besorgung des Apparates ist höchst einfach und die Dampferzeugung kräftig und gleichmäßig. Bei Auffüllung des Wasserbehälters mit kochendem Wasser durch ein seitliches Zuleitungsrohr kann der Apparat tagelang ununterbrochen arbeiten. Die auflösende, beruhigende Wirkung dieses Hilfsmittels bei allen Erkrankungen der kindlichen Luftwege ist ganz auffallend. Die einzige Schattenseite ist der hohe Preis, 30 Fr. Sieh Dir die Einrichtung in einem Sanitätsgeschäft an, und verzichte lieber auf ein neues Kleid zu gunsten dieser Anschaffung. Mehrere Familien können ja auch den Apparat zusammen halten, denn auch Erwachsene machen bei Katarrhen der Athmungsorgane mit größtem Vorteil davon Gebrauch.

Das Fieberthermometer gehört zur Ausrüstung der Kinderstube so gut wie das Babethermometer. Ist Dein Kindlein ohne bekannte Ursache weinerlich, sein Köpfchen geröthet, die Haut heiß, der Atem beschleimigt und die Augen glänzend, so versäume nicht, sofort die Temperatur zu messen. Bei Neugeborenen geschieht dies gewöhnlich im After, wofür das Thermometer aber keine Kugel, sondern einen länglichen Quecksilberbehälter haben muß. Dieser wird gut geölt und 2 cm tief in den After eingeführt; so ist die Messung in 4 Minuten beendet. Größere Kinder sträuben sich gegen diese Methode, lassen aber bei freundlichem Zureden die in 10 Minuten vollständige Messung in der Achselhöhle, wobei das Thermometer fest hineingehalten werden muß, gewöhnlich ohne Widerstreben geschehen. Kinder sind leichter zu Fieber geneigt und erreichen verhältnismäßig höhere Temperaturen als Erwachsene.

Zeigt das Thermometer in der Achselhöhle (die Aftertemperatur ist 4—5 Zehntelsgrad höher) 38,5 bis 39°, fehlen aber bestimmte Krankheitserscheinungen, so mache dem Patientchen einen lauwarmen nassen Wickel. Du breitest ein wollenes Untuch auf ein Bett aus, darauf kommt eine trockene, doppelt gefaltete Windel, auf diese eine in lauwarmem Wasser ausgerungene zweite Windel, die etwas kürzer als die erste gefaltet sein muß. Das bis auf das zurückgeschlagene Säckchen ausgezogene Kind legst Du nun auf das nasse Tuch, so daß dieses ihm bis zur Achselhöhle reicht, und wickelst nun rasch erst das nasse Tuch, dann die trockenen Tücher recht dicht um das Kind, schlägst das Säckchen herunter und legst

den kleinen Patienten sofort in sein zu kühler Jahreszeit gut gewärmtes Bettchen. Geht die Temperatur bis gegen 40° , so muß das Wasser für den Wickel bloß Zimmervärme haben. Willst Du nun dem Kindchen den Schreck der plötzlichen Abkühlung ersparen, so lege auf das nasse Tuch eine Schicht dünner alter Mousseline. Dann bringt die Kälte und Kälte erst allmählig auf die Haut des Kindes ein, und es empfindet nur die Wohlthat der langsamen Abkühlung seiner heißen Haut. Kommt das Patientchen zu Ruhe und Schlaf, so laß es ungestört im Wickel liegen, bis es erwacht. Oft läßt sich ein solcher Fieberanfall, ohne daß man dessen Ursache ergründet, zumal zur Zeit des Zahnens, durch einen Wickel dauernd überwinden. Bleibt aber die Unruhe bestehen auch nach wiederholten Wickeln und sinkt die Temperatur nicht, so hole den Arzt. Das müßtest Du aber sofort tun, wenn eine starke Fieberbewegung von Husten, Heiserkeit, Schluckbeschwerden, Brechen, Durchfall, Zuckungen, Schmerzensäußerungen begleitet wäre. Immerhin versäume nicht, das Kind zu wickeln, während Du den Arzt erwartest, denn in jedem Fall erweist Du ihm damit eine Wohlthat.

Auch bei nicht fieberhaften nächtlichen Unruhezuständen der Kinder, wie sie in der Zahnperiode, zumal im Anschluß an die sogenannten „Zahnschwielen“, eine Art Nesselausschlag, vorkommen, leisten kühle, nasse Wickel ausgezeichnete Dienste. Nervöse Kinder, die nachts immer von neuem wach werden, nie still liegen können, immer wieder für nichts der Mutter rufen, können durch einen Wickel, auf den sie vorbereitet werden, zu ihrem und der Mutter Nutzen in sofortigen tiefen Schlaf verfallen. Pflege dies Hilfsmittel; es wird Dir manche Sorge und manche unruhige Nacht ersparen! — Bei den so lästigen „Zahnschwielen“ hat sich mir die „antiseptische Wundpasta“, eine Salbe von Apotheker Müller in Zürich, in den Apotheken erhältlich, besonders wirksam erwiesen.

Die englische Krankheit, Rhachitis, besteht in mangelhafter Kalkablagerung in den kindlichen Knochen, wodurch diese nicht rechtzeitig die normale Festigkeit erlangen. Diese Krankheit ist die Ursache so vieler Verkrümmungen und Verkrüppelungen des Rückgrats, des Beckens, der Rippen und Glieder, namentlich der Beine, verhängnisvoll besonders für Mädchen wegen der daraus entstehenden Mißbildungen der Beckenknochen. Sie findet sich hauptsächlich in ärmlichen Verhältnissen großer Städte,

bei Kindern schwächlicher, scrophulöser oder tuberculöser Eltern, bei überwiegender Stärkemehlnahrung, in schlecht gelüfteten, feuchten Wohnräumen. Sie äußert sich durch auffallende Größe des Kopfes oder durch eine von der normalen abweichende Kopfform, Schiefheit desselben, glatte Abflachung des Hinterkopfes infolge des Druckes beim Liegen auf den weichen Schädelknochen, langes Offenbleiben der Fontanellen, Verdickung der Hand- und Fußgelenke und der Rippenknorpel, schmale, sogenannte Hühnerbrust, furchige und unregelmäßige Form der spät erscheinenden Zähne, aufgetriebenen Leib, Schwißen am Kopfe, auffallende Schwäche und Verkrümmung des Rückens, spätes Gehenlernen bei oft sehr frühzeitiger geistiger Entwicklung. Die Verhütung dieser traurigen Krankheit liegt an der Beschaffung von allergünstigsten Lebensbedingungen, wie sie leider nur einem kleinen Teil der Kinderwelt zu teil werden kann. Diese Kinder sind zu Gehirn-, Lungen- und Darm-erkrankungen ganz besonders geneigt und gehören unter die spezielle Aufsicht des Hausarztes. Ebenso diejenigen, welche infolge einer scrophulösen Anlage an Drüsenanschwellungen und ausgedehnten Kopf- und Körperausschlägen leiden.

Noch ein Wort über die Beschwerden der Zahnperiode. Wie habe ich immer die Mütter beneidet, die mir von den Ueberraschungen durch plötzliches Entdecken von neuen Zähnen bei ihren Kindern rühmten! Nur daß dies gar nicht immer die kräftigsten, sondern sogar manchmal recht knochen schwache Kinder waren, deren Kieferknochen eben dem Zahndurchbruch nicht viel Widerstand leisteten. Also liegt in dem schweren Zahnen immerhin manchmal noch ein gewisser Trost! Der unruhige Schlaf, die Unregelmäßigkeit des Appetits, die geringe Gewichtszunahme, die Launenhaftigkeit und Heftigkeit, dies alles muß eben doch mit den meisten Kindern durchgemacht werden, auch die Empfindlichkeit gegen jede äußere Schädlichkeit. Es ist eine überaus törichte Meinung, daß Brust- und Darmkatarrhe während des Zahnens nichts zu bedeuten haben, ja sogar daß Durchfall den Kindern zu dieser Zeit gesund sei! Achte im Gegenteil während des Zahnens mit besonderer Sorgfalt auf jede krankhafte Erscheinung. Leicht als zu andern Zeiten steigert sich eine vernachlässigte kleine Störung zu einer ernstlichen Erkrankung. Sorge besonders für Kühlehaltung des Köpfchens und regelmäßige Stuhlentleerung, um

einer Gehirnreizung vorzubeugen. Gib dem Kinde, um es zu unterhalten und zu beruhigen, etwas Unschädliches und nicht zu Hartes zum Kauen, eine Tristrurzel, ein unbemaltes Kautschukspielzeug, eine harte Brotrinde. Reiche ihm lauwarmes Zuckerwasser, wenn Du den Eindruck hast, daß es durstig ist. Im übrigen überlaß das Zahnen der Natur; mit künstlichen Mitteln kannst Du dem Kinde nichts erleichtern.

Zum Schluß dieses Briefes noch ein Wort über die Impfung. Es freut mich sehr zu hören, daß die Bearbeitung Deiner Freunde, die grundsätzliche Impfgegner sind, Dich nicht beeinflusst hat. Du tust gut, Dein Kindlein nicht während der größten Sommerhitze und nicht mitten im Zahnen impfen zu lassen. Ich habe meine Kinder immer im Anfang des zweiten Vierteljahres geimpft, vor Beginn des Zahnens und bevor sie durch Kratzen die Entwicklung der Impfpusteln stören konnten. Sollten jedoch Pockenfälle in Deiner Nähe vorkommen, so laß das Kindlein sofort impfen, und wäre es auch in den ersten Lebenswochen. Je jünger ein von Pocken befallenes Kind ist, desto geringer seine Aussicht auf Genesung. Säuglinge mit Drüsenanschwellungen, Ausschlag, verdächtigen Lungenerscheinungen sollen nur bei dringender Pockengefahr während der Dauer der Krankheitsercheinungen geimpft werden. Nähe gleich von Anfang an ein feines leinenes Armeelchen in das entsprechende Hemdchen oder Schlüttchen, da die Reibung von Wolle auf den Pusteln schädlich ist.

Das geimpfte Kleine kannst Du sowohl ins Freie bringen, als auch nach dem ersten Tage baden, bis die Impfschnitte sich lebhaft zu röthen anfangen. Dann setze das Baden und Spaziergehen aus und verbinde das Armeelchen sorgfältig mit Verbandwatte und Gazebinden, täglich neu, bis die Pusteln eingetrocknet sind. Rötet sich die Haut zwischen den Pusteln und gegen den Rücken hin stark, so bestreue sie öfter mit 1-prozentiger Carbolvaseline, nicht aber die Pusteln selbst. Meiß täglich die Temperatur und mache bei Fieber und Unruhe lauwarme Wickel. Im Winter darfst Du das Kleine von der ersten Rötung bis zur Eintrocknung der Pusteln nicht ins Freie bringen; auch wird das Baden ausgesetzt, bis die harte Kruste abgefallen ist. Zu frühes Baden bewirkt vorzeitige Lockerung der Krusten und stört die Heilung in der Tiefe der Narbe.

Neunter Brief.

Die geistige Entwicklung.

Die Beobachtung der geistigen Entwicklung Deines Kindleins wird nun bald Deine größte Lebensfreude werden. Wie glücklich wirst Du sein, wenn es Dich beim Erwachen mit dem ersten bewußten Lächeln begrüßt! Wenn es Deinen Bewegungen mit den Augen folgt, Deine Rückkehr zu ihm mit sichtlich Spannung erwartend! Wenn es zum ersten mal deutlich zu erkennen gibt, daß es Dich von allen andern unterscheidet, daß es nach nichts anderm verlangt, wenn es nur Dich bei sich hat! Dann kommen die fallenden Töncchen, an denen Du seine glückliche Stimmung erkennst, und bald auch das laute Aufjauchzen, wenn es Dich nach kurzer Trennung wieder sieht, wenn Du es ins Freie trägst, ihm eine bunte Blume zeigst! Wie werden all diese lieblichen kleinen Fortschritte Dir alle Mühe und Anstrengung seiner Pflege versüßen!

Laß das Kindlein nicht den ganzen Tag in seinem Bettchen liegen, wie es das Ideal so mancher bequemen Mutter ist. Der kindliche Rücken verlangt durchaus nicht das ewige Flachliegen; Du mußt ihn nur anfänglich mit dem Tragkissen, später durch die Haltung Deines Armes gut unterstützen. Nimm das Kleine, wenn es wach ist, ab und zu auf den Arm, halb auf den rechten, halb auf den linken, damit es sich nicht an eine einseitige Haltung gewöhnt. Dabei kannst Du viele kleine häusliche Geschäfte verrichten, deren Mitansehen das Kind unterhält und aufweckt, ohne es aufzuregen. Doch soll es auch wach und allein zufrieden in seinem Bettchen liegen können, wenn es satt und trocken ist. Siehst Du, daß es anfängt mit seinen Fingern oder mit einem Tuchzipfeln zu spielen, so ist es auch an der Zeit, ihm ein kleines Spielzeug zu geben, kleine buntfarbige weiche Bällchen, die es eben im Händchen halten kann; zuerst gefallen ihm die gelben am besten, später rote, dann blaue. Oder gib ihm eine Kassel (Kolli), die es vergnügt schwingen wird, um sich zur Abwechslung auch einmal ins Gesicht zu schlagen. Das hat aber nichts zu bedeuten. Später,

wenn die Zahnunruhe kommt, so gib ihm, wie schon gesagt, ein unschuldiges Kautschuktierchen, an dem es herum beißen kann. Vermeide alles Harte, Scharfe, Eckige, Zerbrechliche, alles Haarige, alle gemalten Farben, ebenso alles, was es zerbeißen oder verschlucken könnte. Es soll nicht vielerlei Spielsachen haben, womit Du es zur Begehrlichkeit gewöhnen würdest. Arme Kinder können sich mit einem einzigen Spielzeuge gewöhnlich besser unterhalten, als reiche Kinder mit einem ganzen Haufen verschiedener Dinge. Laß das Kind Dein Verständnis für seine geistigen Aeußerungen fühlen, ohne diese fortwährend künstlich hervorrufen zu wollen. Sprich und lache mit ihm, aber wiege und schüttle es nicht! Erschrecke es nie, denn damit würdest Du seinem kleinen Gehirn schaden; sprich ihm vor, zeige ihm bunte, glänzende Dinge, sich bewegende große und kleine Tiere; damit weckst Du seinen Geist und erziehst es zur Fähigkeit, sich frühzeitig selbst zu unterhalten. Die Zeit und Mühe, die eine Mutter ihrem Kinde im ersten Lebensjahr in dieser Weise widmet, lohnt sich ihr mit reichlichen Zinsen in seiner spätern Entwicklungszeit.

Ein interessantes Studium ist es für die aufmerksame Mutter, die Entwicklung der Sinnesorgane ihres Kindes zu beobachten. Beim Neugeborenen ist der Geschmackssinn am meisten entwickelt. Früh schon unterscheidet es den Geschmack der Kuhmilch, des Zuckerswassers, des Haferschleims von dem der Muttermilch und gibt sein Mißfallen über den schlechten Tausch durch ablehnende Geberden oder durch Ausspeien zu erkennen.

In seiner ersten Lebenswoche scheint das Kind taub zu sein. Langsam entwickelt sich der Gehörsinn und mit ihm die Beurteilung des Gehörten, das Unterscheiden verschiedener Stimmen, verschiedener Arten von Tönen, von denen die einen plötzlichen, grellen ihm Furcht, die andern, sanftern, wohlklingenden ihm Behagen einflößen. Das Verständnis für gehörte Worte kommt langsam im 2. Halbjahr. Der Geruchssinn macht sich erst nach einigen Monaten bemerkbar.

Die Augen des Neugeborenen sehen wohl, aber das Gehirn versteht das Gesehene noch nicht. Sie bewegen sich noch nicht gleichmäßig, sie arbeiten nicht zusammen; deshalb schielen mehrmonatliche Kinder noch häufig, ohne daß ein Fehler in der Bildung der Augen besteht. Die Richtung und Entfernung der Gegenstände wird noch nicht richtig be-

urteilt, das Kind greift falsch, wenn es etwas fassen will, es greift auch nach dem Monde! Bewusstes Erkennen der Umgebung und einzelner Menschen kommt frühestens im 3. Monat vor. — Der Tastsinn entwickelt sich frühe, denn das Kind ist von Natur neugierig und möchte alles, was in seinen Bereich kommt, befühlen. Lippen und Zunge sind für Kälte- und Wärmegefühl außerordentlich empfindlich; deshalb stößt das Kind erschrocken die Flasche weg, wenn ihm seine Nahrung zu heiß gereicht wird. Das Schmerzgefühl ist anfänglich recht gering, was bei Operationen, die infolge von Bildungsfehlern in der ersten Lebenszeit nötig werden können, den Eltern eine große Beruhigung gewähren mag.

Der angeborne Bewegungstrieb veranlaßt das Neugeborene zum Strampeln mit den Füßchen im Bad, zum Herumsuchteln mit den Armen, bevor diese Leistungen noch irgend einen bewußten Grund haben. Das bewußte Greifen kommt nicht vor dem 3. Monat, das Zeigen erst im 2. Halbjahr. Allmählig geschieht im 5. bis 6. Monat das selbstständige sich Aufrichten zum Sitzen mit Ueberlegung, ebenso der Versuch, sich vom Boden zu erheben, um zu stehen. So wird das Gehenlernen eine bewußte Leistung.

Das Kind lernt den Sinn der mütterlichen Worte allmählig aus ihrem Ton, aus den Mienen und Geberden der Mutter verstehen und es antwortet darauf anfänglich mit lallenden Lauten in verschiedenem Tonfall. Aus diesen entwickeln sich nach und nach bestimmtere Töne, an deren Wiederholung das Kind Wohlgefallen hat. Begreift es die Bedeutung eines oft gehörten einfachen Wortes, so wird es durch den Nachahmungstrieb veranlaßt, diese Laute nachzusagen. So entwickelt sich das Sprechen. — Durchaus nicht immer ist der Zeitpunkt des Sprechenlernens ein Maßstab der allgemeinen Intelligenz. Es gibt sehr kluge Kinder, die alles verstehen, was um sie her vorgeht, und sich durch alle möglichen Töne und Geberden verständlich zu machen wissen, die aber noch am Ende des 2. Jahres kein Wort deutlich sprechen können. Knaben sprechen durchschnittlich später als Mädchen.

Deine erste erzieherische Tätigkeit bei Deinem Kinde soll die Anleitung zur Reinlichkeit sein. Schon im 3. Monat mußt Du anfangen, Dein Kindchen, wenn es wach ist, von Zeit zu Zeit über das Töpfchen zu halten. Du wirst bald ausfindig machen, zu welchen Zeiten dieser

Versuch am meisten Aussicht auf Erfolg hat. Die Stuhlentleerungen eines gesunden Kindes stellen sich häufig schon im 2. Monat regelmäßig zu gleichen Zeiten ein, meist am Morgen nach dem Erwachen, und können dann leicht ins Töpfchen aufgefangen werden. Bleibst Du beharrlich bei der Bestrebung, das Kind rein zu gewöhnen, so wird es Dir auch frühzeitig seine Bedürfnisse zu verstehen geben. Nicht nur ersparst Du Dir selbst sehr viel Arbeit und Auslagen für Wäsche, auch das Kind hat den größten Vorteil von dieser Erziehung. Es wird viel weniger leicht wund und entgeht dem Kampf gegen seinen Eigensinn, den man bei der Gewöhnung in spätern Monaten regelmäßig zu bestehen hat. Vom 2. Halbjahr an müssen die Kinder auch nachts 2—3 mal aufs Töpfchen gesetzt werden; so kann man sie oft schon am Ende des ersten Jahres an nächtliche Reinlichkeit gewöhnen. Dann muß aber die letzte Tagesmahlzeit aus Brei, nicht aus Milch bestehen.

Eritt früh dem Eigensinn Deines Kindes entgegen, wie er sich schon im 1. Halbjahr durch heftiges, anhaltendes Geschrei äußern kann, wenn sein Begehren nicht erfüllt wird. Entferne möglichst von ihm die unpassenden Gegenstände seines Verlangens, um es nicht zu reizen, aber sei auch fest im Verweigern, wo es sein muß. Es wird Deine ruhig ermahnenden Worte an deren Ton verstehen, bevor noch ihr Sinn ihm verständlich ist. Verlange nicht unnötig von ihm, was es ungern leistet, z. B. Küsse oder Händchen geben oder kleine Künste machen, wenn Fremde zugegen sind. Um so fester beharre auf dem Gehorsam, wo er zu seinem Nutzen dient. Verbiete ihm nur das, womit es Schaden stiften kann, und laß ihm möglichst viel Freiheit. Es soll fühlen lernen, daß alles, was Du von ihm verlangst, notwendig ist und zu seinem Besten gereicht. Hüte Dich ja vor jeder Launenhaftigkeit ihm gegenüber, und wecke durch eine gleichmäßige, gütige Behandlung sein Vertrauen zu Dir. Je mehr Du auf diese Weise einen gesunden Grund für sein Gerechtigkeitsgefühl legst, desto leichter und freudiger wird es Dir gehorchen. Schütze das Kind so viel wie nur möglich vor Langeweile. Wenn es auch in seinem Tätigkeitsdrang unbewußt etwas zu Grunde richtet, so ist das noch lange nicht so schlimm, wie wenn es aus Langeweile dazu kommt, zu seiner Unterhaltung die Ausführung irgend eines Streichs auszustudieren. Das ist ein wichtiger erzieherischer Gesichtspunkt, der freilich erst etwas

später in Betracht kommt. Sprich nie in zornigem Tone zu ihm, suche den Gehorsam zunächst durch Liebe zu erlangen; ruhige Strenge ist erst am Platz, wenn freundliche Mahnung erfolglos bleibt.

Folgst Du diesen Grundsätzen, so hast Du am Ende des 1. Lebensjahres Deines Kindes schon einen wichtigen Schritt zu seiner Erziehung getan und für seine weitere körperliche wie geistige Entwicklung den sichern Grundstein gelegt, auf dem Du weiter bauen kannst zu des Kindes und seiner Eltern Segen!

Beßter Brief.

Anhang. Erklärung der Kurven.

Ich muß Dir nun zum Schluß noch ein Wort über den Begriff und die Herstellung der Kurven sagen, da ich hoffe, Du werdest, angeregt durch die Vorlagen, die ich Dir davon gebe, Lust bekommen, die Gewichtszunahme Deines Kindes auch in solch übersichtlicher Weise darzustellen.

Kaufe Dir in einer größern Papeteriehandlung einige Bogen Millimeterpapier, d. h. Papier, welches in beiden Richtungen millimeterweise liniert, somit in Quadrate eingeteilt ist, zähle auf der Grundlinie von links nach rechts die Tage und Wochen von der Geburt an ab und gib von unten nach oben auf der linken Seite in irgend einem Maßstab (z. B. 10 mm = 100 Gramm) das Gewicht an. Nun zeichne für jeden Tag oder jede Woche in dieses Netz das jeweilige Gewicht des Kindes durch einen Punkt ein und verbinde dann alle diese Punkte durch eine Linie, die krumm nach rechts aufsteigen wird. Das ist eine sogenannte Kurve, auf der Du die Art der Gewichtszunahme Deines Kindes bildlich dargestellt siehst. Je besser die Zunahme, desto steiler steigt die Kurve auf. Wo sie weniger steil ist, war die Zunahme geringer, wo sie flach ist, war ein Stillstand, wo sie für mehrere Tage absteigt, muß das Kind irgend eine Störung erlitten haben, welche eine Abnahme herbeigeführt hat. Jede Unregelmäßigkeit in der Kurve ist der Ausdruck irgend eines günstigen oder ungünstigen Einflusses auf die kindliche Entwicklung. Normale Gewichtskurven fallen in den ersten Lebenstagen etwas, um dann erst langsam, halb aber rasch aufzusteigen; vom 3. Monat bis zum Ende des Jahres wird die Linie allmählig immer weniger steil. Um Dir das Verständnis meiner Kurven zu erleichtern, gebe ich Dir noch zwei daraus entnommene Tabellen zur einfacheren Vergleichung.

Kind:	I	IIa	IIb	III	IV	V
Geburtsgewicht (Gewichte in Grammen)	3500	3370	3125	3300	3000	1800
Minimalgewicht..	?	3230	3005	3100	2775	1640
Dauer der Gewichtszunahme...	?	3 Tage	2 Tage	10 Tage	14 Tage	10 Tage
Betrag der Gewichtszunahme...	?	140	125	200	225	160
Geburtsgewicht wieder erlangt nach... . .	?	13 Tagen	7 Tagen	20 Tagen	22 Tagen	10 Tagen
Gewicht nach 3 Monaten...	6350	6400	6250	4750	5550	3400
Gewichtszunahme in den ersten 3 Monaten	2850	3170*)	3120**)	1470	2770†)	1860††)
Gewicht am Schluß des ersten Lebensjahres	9600	11230	10900	?	10870	?
Gesamtzunahme im ersten Lebensjahr	6100	8000	7890	?	8095	?

*) Minimalgewicht beinahe verdoppelt.

**) Geburtsgewicht verdoppelt.

†) Minimalgewicht verdoppelt.

††) Geburtsgewicht mehr als verdoppelt.

Stud:	I	IIa	IIb	III	IV	V
Mittlere tägliche Gewichtszunahme in:						
1. Monat	25	29	33	6	19	12
2. "	35	35	47	18	38	25
3. "	28	40	29	19	33,5	16
4. "	22	33,5	25		31,5	17
5. "	18	28	22		35	27
6. "	14	22	17		15	20
7. "	12	18	15		21	23
8. "	10	10	21		19	
9. "	10	14	18		13,5	
10. bis 12. Monat	7,5	11	12,5		13	

Erklärung der Kurventafel

Kurve I. N. N. (Fleischmann, Wien). Durchschnittliche Gewichtszunahme von kräftigen Kindern mit vorwiegender Brustnahrung. Das Gewicht ist je nur einmal per Monat notiert, deshalb fehlen alle Schwankungen. Diese Kurve ist als Norm für eine gute Zunahme hingestellt worden.

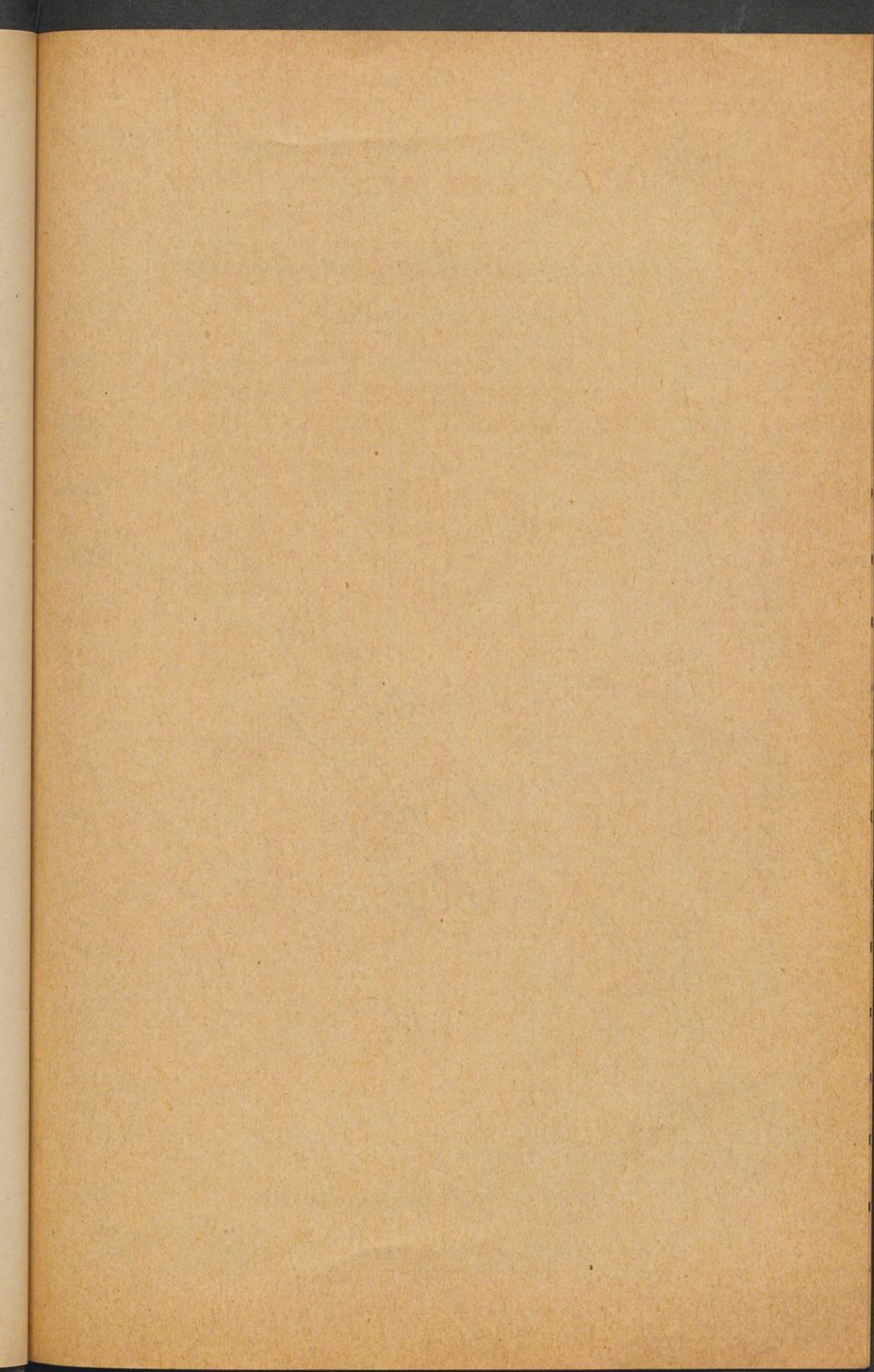
Kurve II a. A. H. (Heim). Mein Knabe, nach meinen eigenen Wägungen. Ernährung: ausschließlich Muttermilch bis zur 8. Woche. Dann 1 mal täglich Kuhmilch mit Hafer Schleim 2 : 1. 9. Woche nebst der Brust 1 mal Kuhmilch mit Schleim 3 : 1 und ein leichter Hafermehlbrei. Darauf folgte sofortige bedeutende Steigerung der Gewichtszunahme. Allmähliche Entwöhnung bis zum Ende des 5. Monats. Vollmilch und 2 mal täglich Hafermehlbrei bis zum Ende des ersten Jahres. Der Knabe läuft mit 1 Jahr.

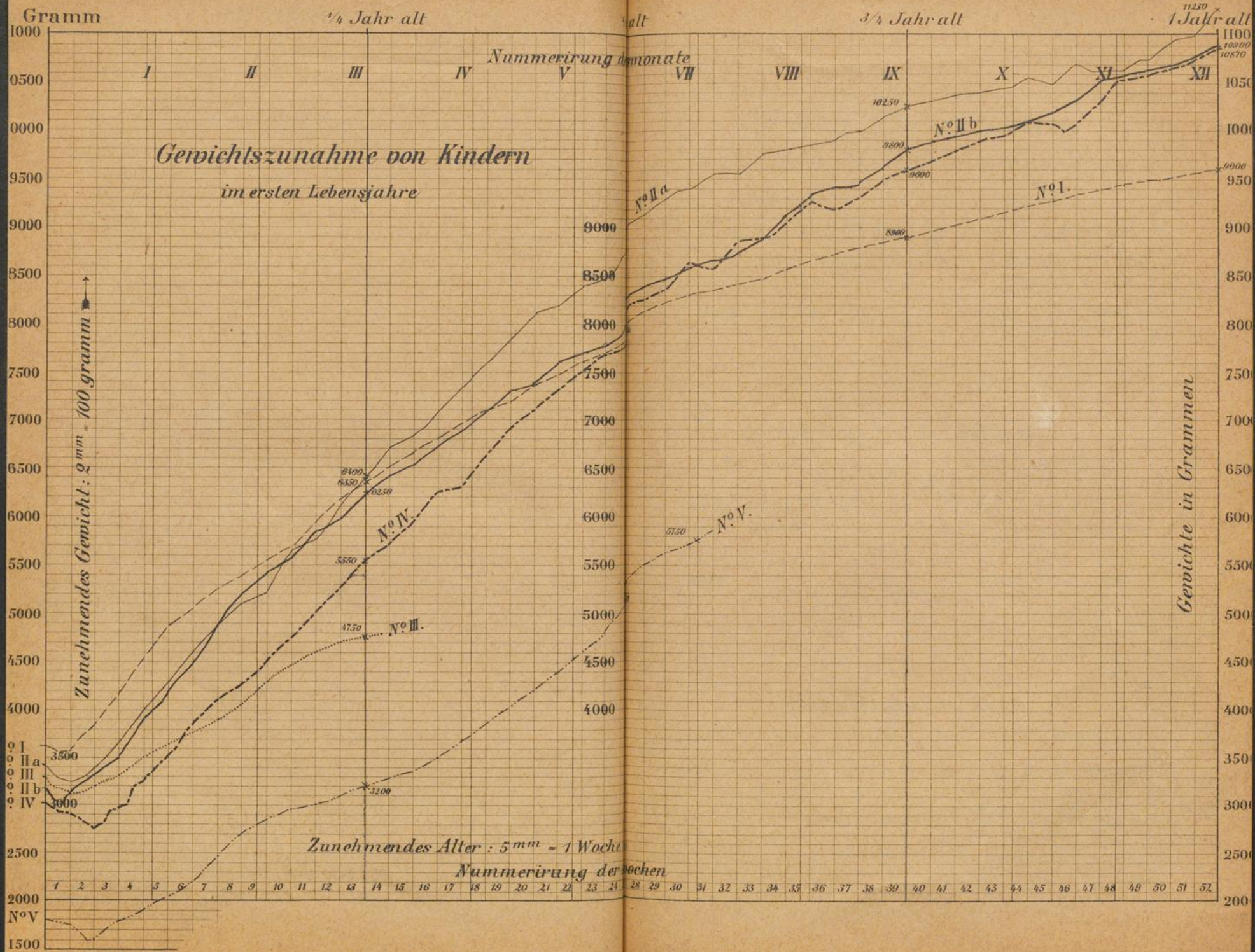
Kurve II b. H. H. (Heim). Mein Töchterchen nach meinen eigenen täglichen Wägungen. Ernährung: ausschließlich Muttermilch bis zum Ende des 3. Monats. Dann 1 mal täglich neben der Brust Hafermehlbrei. 5. Monat 1 mal Vollmilch und 1—2 mal Brei. Am Ende des 6. Monats allmählicher völliger Uebergang zur künstlichen Nahrung. Bis zum Ende des 1. Jahres Vollmilch und 2 mal Hafermehlbrei. Die Schwankungen vom 8. Monat an sind die Folge des langsamsten Zahnens und unruhiger Nächte. Sonst vollständige Gesundheit. Das Kind läuft mit 1 Jahr und 16 Tagen.

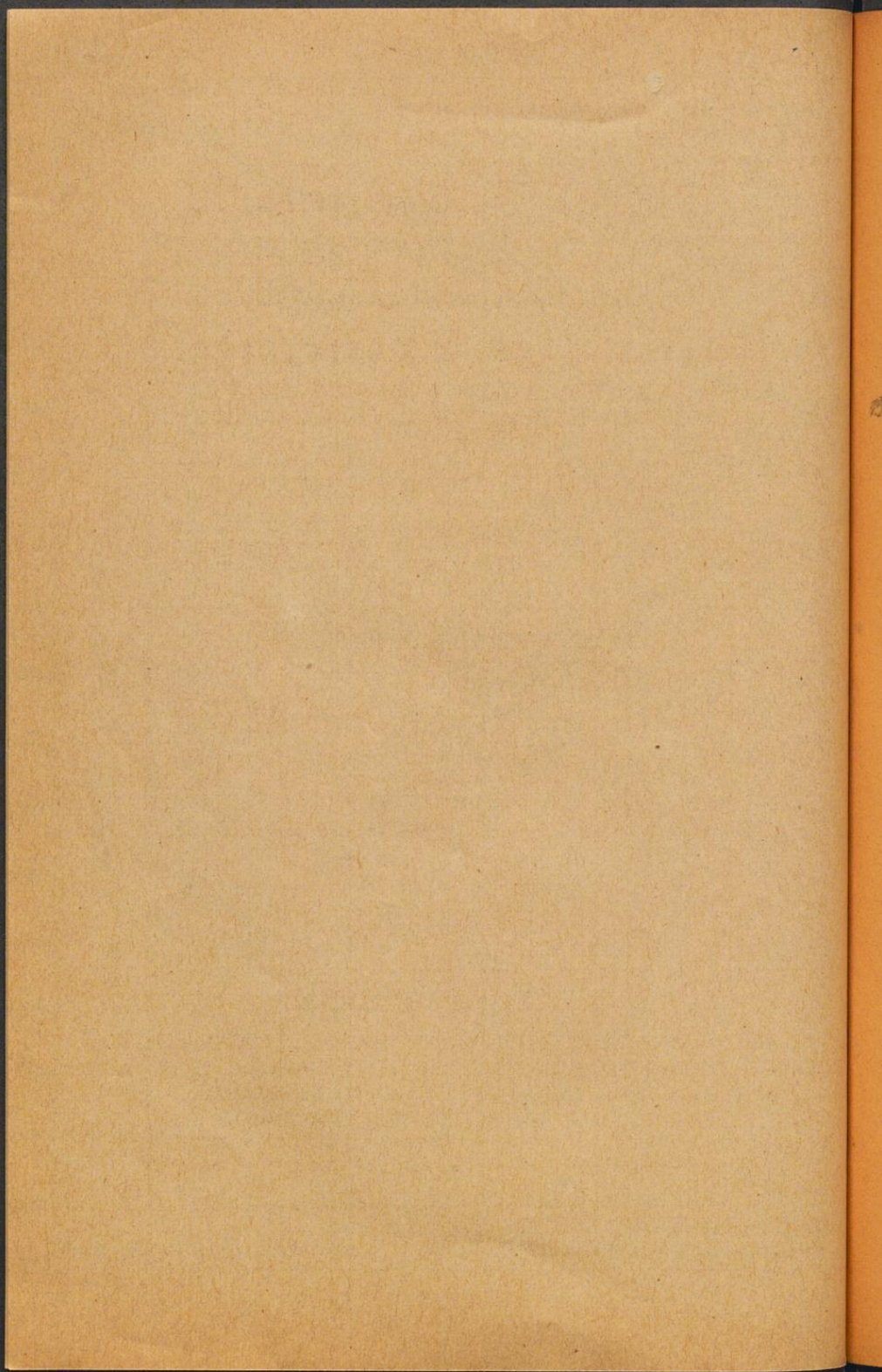
Kurve III. N. N. (Camerer), leider nur bis auf 3 Monate reichend. Gesundes Kind. Ernährung: stark verdünnte Kuhmilch.

Kurve IV. J. H. (Heim). Mein Pflögetöchterchen, 14 Tage zu früh geboren, infolge des Todes seiner Mutter am 11. Lebensstage in meine Pflege übergegangen. Nahrung in den ersten 10 Tagen Kuhmilch und Wasser 1 : 1. Von da an Kuhmilch mit Meuronat-Hafer Schleim 1 : 1. Allmählicher Uebergang zur Vollmilch. Am Ende der 8. Woche 1 mal täglich Meuronat-Hafermehlbrei und Vollmilch. Von der 10. Woche an 2 mal täglich Brei und Vollmilch bis zum Ende des 1. Lebensjahres. Die geringe Zunahme im 6. Monat ist die Folge von anhaltender Hitze und schwachem Appetit. Das Kind läuft an seinem ersten Geburtstag allein durchs Zimmer.

Kurve V. H. S. (Heim). Frühgeborner Knabe vom Ende des 7. Schwangerschaftsmonats. Leider schließen die Wägungen mit Beginn des 8. Monats ab. Ernährung: anfänglich Kuhmilch mit Meuronat-Hafermehlschleim 1:2; bald auf 1:1 gesteigert. Vom 5. Monat an Meuronat-Hafermehlbrei. Zusatz von 2 Löffeln ganz dickem Schleim zur Kuhmilch bis zum Anfang des 2. Lebensjahres. Keinerlei Ernährungsstörungen. Das Körperchen ist vollkommen normal. Der Knabe läuft erst mit 22 Monaten, da in der Zeit zwischen dem 14. und 20. Monat sämtliche 16 Zähne erschienen und das Kind überdies den Keuchhusten durchmachte.







Billige Volksschriften.

Zu beziehen von der Buchdruckerei H. Keller in Luzern.

!! Für jedermann höchst lesenswert und nützlich!!

Rationeller Speisezettel

Bei einem Jahreseinkommen von 1300 Franken

Auf Grundlage von drei prämierten Preisaufgaben zusammengestellt von der Redaktion des „Schweizer. Haushaltsblatt“.

Einzelne Exemplare 30 Cts., bei Partienbezug großer Rabatt.
Bei Einsendung von 35 Cts. in Postmarken erfolgt Franko-Zusendung.

*** Diese Volksschrift, welche nunmehr in ihrer siebenten, ergänzten Auflage vorliegt und bisher in über 17,000 Exemplaren verkauft wurde, ist von der gesamten schweiz. Presse überaus günstig besprochen und zu weitester Verbreitung empfohlen worden.

Die besten und billigsten Nahrungsmittel.

Ein Beitrag zur Hebung der Volksernährung, mit besonderer Berücksichtigung der

Milch- und Käse-Kost

nebst Kochrezepten und einer Beleuchtung der Mittel zur Förderung der Interessen der schweizerischen Milchwirtschaft.

Unter Mitwirkung von Fachmännern verfaßt von A. Drexler in Luzern.

Einzelne Exemplare 30 Cts., bei Partienbezug großer Rabatt.
Bei Einsendung von 35 Cts. in Postmarken erfolgt Franko-Zusendung.

*** Für den praktischen Wert dieses Büchleins spricht wohl am besten der Umstand, daß es vom Vorstand des Schweizerischen Landwirtschaftlichen Vereins unter diejenigen Schriften aufgenommen worden ist, welche derselbe seinen Mitgliedern besonders empfiehlt.

Die Krankenküche.

Ein notwendiges Hülfsbüchlein für die Hausfrau.

— Resultat einer Preisaufgabe. —

Herausgegeben von der Redaktion des „Schweizerischen Haushaltsblatt“

— Preis 80 Cts., partienweise Rabatt. —

Bei Einsendung von 85 Cts. in Postmarken an die Buchdruckerei H. Keller in Luzern wird diese anerkannt ausgezeichnete Schrift überallhin franko versandt.

Belehrende Schriften

herausgegeben vom
Schweiz. gemeinnützigen Frauenverein

Praktisches Kochbüchlein

für den
einfachen Haushalt

Zusammengestellt von Frau B. Beyli
vormals Vorsteherin der Haushaltungs- und Dienstabenschule
in Lenzburg.

Preis 10 Cts.

Siebente Auflage: Hundertstes Tausend.

Koch- und Haushaltungskunde

nebst einem Anhang
über

Die Aufgabe der Frau in sozialer, sittlicher und
pädagogischer Beziehung.

Verfaßt von Frau Pfr. Gschwind.
Vorsteherin der Haushaltungsschule in Kaiseraugst.

Preis 15 Cts.

Dritte Auflage.

