Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 22 (1965)
Heft: 10

Artikel: Verwöhnung kranker Kinder
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969180

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

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

anlagung zum Dickwerden hat, wird bestimmt ebenfalls aus den gegebenen Ratschlägen Nutzen ziehen. In der Regel hängt dieser Umstand mit einer Unterfunktion der endokrinen Drüsen zusammen, wobei entweder die Schilddrüse oder die Keimdrüsen am Übergewicht beteiligt sind. In solchem Falle ist die Einnahme eines pflanzlichen Jodproduktes, wie beispielsweise Kelpasan, unbedingt angebracht. Hand in Hand damit wird auch die richtige Ernährung erfolgreiche Wirkung zeitigen. Der Neigung, möglichst viel auszuruhen, sollte man durch regelmässige Bewegung im Freien, und zwar in gesunder, frischer Luft, entgegenarbeiten. Dabei ist Tiefatmungsgymnastik sehr ratsam, da der ganze Körper, also auch die endokrinen Drüsen, durch gründliche Sauerstoffaufnahme günstig angeregt wird. Wer die Ratschläge befolgt, wird zumindest eine Erleichterung erfahren, auch wenn der Mangel nicht völlig behoben werden kann. Es kostet Mühe, einer mangelhaften Drüsentätigkeit aufzuhelfen, weshalb jene, die bloss ihre Lebensweise zu ändern haben, damit sie nicht übergewichtig werden, eine geringere Anstrengung auf sich nehmen müssen, um Erfolg zu haben. Sie sollten dieser daher auch nicht aus dem Wege gehen.

Verwöhnung kranker Kinder

Früher steckte die umsichtige Mutter ihr krankes Kind ganz einfach ins Bett, verschaffte ihm störungsfreie Ruhe, ausgiebigen Schlaf nebst entsprechender Diät, ja, liess es je nach den Umständen sogar kurze Zeit fasten. Nie verwöhnte sie den kleinen, unpässlichen Erdenbürger mit Leckerbissen und Schleckereien, auch nicht mit grösserer Aufmerksamkeit als sonst. Die Zeit, die sie erübrigen konnte, verwendete sie für eine naturgemässe, geschickte Behandlung. Sie nahm Zuflucht zu Kräutertees und Wickeln und sorgte für eine stille, ruhige, zuversichtliche Atmosphäre, denn Aufregungen und Zerwürfnisse gehören nicht ans Krankenbett. Ihre Nerven waren also noch stark genug, um die Pflege ohne aufregende Nervosität und Angstgefühle zu verrichten, und ihr Motto war, jegliche Verwöhnung auszuschalten, denn sie war klug genug, um zu wissen, dass die mit der Krankheit begonnene Verwöhnung nach beendeter Erkrankung ihre Fortsetzung verlangt, weshalb es besser war, damit überhaupt nicht zu beginnen. Viel wichtiger schien ihr eine sachliche Pflege zu sein, die alles daran setzte, um den Krankheitszustand durch entsprechende, natürliche Anwendungen möglichst günstig auszunützen. Statt das Fieber zu verdrängen, verstand sie es, dieses gründlich auszuwerten, damit möglichst viele Schlacken und Giftstoffe verbrannt werden konnten. Auf diese Weise konnte der Körper durch die richtig behandelte Krankheit einen gewissen Nutzen ziehen, und die Kinder waren nach der Genesung ohne Verwöhnungserscheinungen gesünder als zuvor.

Leider ist jedoch die geschilderte Einstellung in Krankheitszeiten wie noch so viel anderes zur Seltenheit geworden. In der Regel beherrschen Angst, Furcht und Nervosität die Erwachsenen, wenn ein Kind erkrankt. Statt die ruhige Gelassenheit, die die Mütter früherer Zeiten aufbrachten, nachzuahmen, verwöhnt man den kleinen Erdenbürger, der die Lage glänzend auszunützen versteht, so gut, dass er das Verwöhntwerden auch nach Verlauf der Krankheit nicht mehr aufzugeben denkt. Gerade wie Notverordnungen, die während eines Krieges angebracht sein mögen, in Friedenszeiten nicht ganz selbstverständlich wieder verschwinden, sondern zum Verdruss der Bevölkerung auch ohne jegliche Notlage oft genug noch weiter bestehen bleiben, so wird sich auch die Torheit des Verwöhnens nicht ohne weiteres beheben lassen, wenn schon die Gesundheit wieder erlangt ist. Ja, es mag sogar vorkommen, dass sich ein Kind, dem man die ihm liebgewordene Verwöhnung wieder entzieht, in eine

vorgetäuschte Krankheit flüchtet, um wieder verhätschelt zu werden.
Mag es schon schwer sein, in leichten Krankheitsfällen die Verwöhnung auszuschalten, dann wird es noch viel schwieriger sein, davon Abstand zu nehmen, wenn das Leben eines Kindes auf dem Spiele steht. Die Angst vor einem etwelchen Verlust versetzt manche Eltern in eine innere, haltlose Unruhe, und die Furcht, Vorwürfe einheimsen zu müssen, macht manche blind. Kinder, die man jedoch nicht verwöhnt, sind glücklicher als jene, die ihren Willen durchsetzen können, weil sie die Erwachsenen beherrschen. Es ist in dem Falle also vorteilhafter, die Pflegeansichten unserer Vorfahren nachzuahmen.

Infektionsschäden

Es kann vorkommen, dass Infektionskrankheiten, wie beispielsweise der gefürchtete Keuchhusten oder die heimtückische Scharlach, nicht richtig ausbrechen oder sonstwie nicht richtig ausgeheilt werden. Wenn die zurückbleibenden Gifte vor allem im Gehirn Schädigungen hervorrufen, dann können die entstandenen Störungen auch das Gemüt des Kindes angreifen, so dass es das seelische Gleichgewicht verliert und sich infolgedessen wie ein verwöhntes Kind unwillig, unstet und massleidig benimmt. Weder zu grosse Rücksichtnahme noch zu straffe Strenge helfen die gestörte Harmonie wieder auszugleichen. Um durch zu grosses Entgegenkommen das Kind nicht zu verwöhnen oder durch zu unnachgiebige Strenge sein Gemüt nicht zu vertrotzen oder zu verhärten, wird es am besten sein, sein Benehmen aus einer gewissen Entfernung zu beobachten, indem man dabei ruhig der eigenen Beschäftigung nachgeht. Kann sich das Kind in fesselndem Spiel oder einer nützlichen Arbeit vergessen, dann hat man viel gewonnen. Man erspart ihm vor allem unnütze und aufregende Reibungen mit der Umwelt, wenn man es in seiner Zufriedenheit alleine lässt und keine Störung verursacht. Das Kind braucht viel ungezwungene Bewegung in frischer Luft, zwanglose Entspannung und eine gemütliche Atmosphäre. Naturkost und entgiftende Naturmittel können viel zur Besserung des Zustandes beitragen. Sehr wichtig ist auch genügend Schlaf. Ehrgeiz und Übergewissenhaftigkeit werden an den Reserven zehren, weshalb man den Eifer des Kindes stets überwachen und in nüchterne Bahnen lenken muss.

Unfälle

Diese Ratschläge gelten auch bei Unfällen, die vor allem den Kopf schwer geschädigt haben. Es ist allerdings in solchen Fällen oft sehr schwer, die verzweifelten Ausbrüche von Hilf- und Haltlosigkeit des Kindes nicht durch Verwöhnung beheben zu wollen. Voll Entrüstung mag ein solches Kind Befehle ablehnen; lenkt man ein, begegnet es aber auch gewährter Rücksichtnahme mit genau dem gleichen Unwillen. Wie man es in solchen Fällen auch macht, nie führt es zu einer zufriedenstellenden Lösung, und der Betreuer des Kindes hat nur zu oft den Eindruck, einen kleinen Kandidaten für die Gemüts- und Nervenheilanstalt vor sich zu haben. Leider kann der Zustand mit der Zeit auch so weit führen, besonders, wenn die Entwicklungsjahre nicht günstig verlaufen. Oft braucht dann nur noch ein erschütterndes Erlebnis hinzuzukommen, und die leicht verwundbare Empfindlichkeit ist völlig aus den Fugen, die mühsam erworbene Widerstandskraft bricht verheerend zusammen, so wie sich ein Dammbruch äussern mag, wenn er den Wasserfluten freien Lauf ins Tal gewährt. Selbst grosser Geschicklichkeit gelingt es in solchen Fällen nicht immer, der unaufhaltsamen Katastrophe eines Nerven- und Gemütsleidens erfolgreich entgegenwirken zu können. Die innere Zerrissenheit verunmöglicht die Einstellung zu heilsamer, ausgeglichener Gelassenheit. Solche Kranke sind unberechenbar, mag man sie verwöhnen oder auch nicht.
Gut wird sich jedoch auch für sie das Tragen gewisser Verantwortlichkeiten

auswirken oder auch das blosse Ergreifen einer ablenkenden, befriedigenden Arbeit. Wer einmal masslos traurig oder entrüstet war, hat womöglich selber erlebt, wie segensreich sich in solchem Falle nützliche, wenn auch harte Arbeitsleistung auszuwirken vermag, kann man sich dadurch doch am raschesten wieder auffangen, da die Arbeit ablenkt, beruhigt und befriedigt. Vor Jahren berichtete einmal eine bekannte Zeitschrift von den Erfahrungen einer amerikanischen Nervenheilanstalt, die mit Erfolg versuchte, ihren Insassen durch das Überbinden von Verantwortlichkeiten erneutes Selbstvertrauen, Lebensmut und Freudigkeit einzuflössen. In manchen Fällen gelang es, die dadurch Geheilten wieder in den Wirkungskreis des Alltagslebens einzuführen. Auch Unfälle mit Wirbelbrüchen können sich durch grosse Schwächung sehr ungünstig auswirken und das ganze Leben hindurch infolge verminderter Widerstandskraft Anfälligkeit zu allerlei Krankheiten verursachen. Viel hängt in solchem Falle von der inneren Tragfähigkeit eines Patienten ab. Besitzt er geistigen Rückhalt, wird er auftretende Schwierigkeiten auch stets ohne seelische Schädigungen überbrücken können. Nebst dem Halt, den ihm seine geistige Einstellung bietet, hilft ihm auch ein befriedigendes Arbeitsziel oder Wirkungsfeld. Manch ein Kranker ist sehr tapfer, indem er sich nicht verwöhnen lässt. Gleichwohl hat der Gesunde oftmals Mühe, seinen geschwächten Zustand zu begreifen und ihn bei auftretenden Erwägungen immer in Betracht zu ziehen. So mag es vorkommen, dass er ungewollt unter Umständen ungerechterweise vom Kranken zu viel fordert. Das ist die Kehrseite der Verwöhnung, und auch diese muss man geschickt zu umgehen wissen.

Andere Verwöhnungsmöglichkeiten

Es gibt noch andere Schädigungen, die Eltern und Kinder vor grosse Probleme stellen können. Kinder, die auf irgendeine Weise verkrüppelt sind, dürfen den Mangel, den sie zu überbrücken haben, nicht entmutigend empfinden. Statt sie zu verwöhnen, indem man sie bemitleidet, sollte man ihnen Aufgaben stellen, die das Leben verschönern und wertvoll gestalten. Es gibt da eine Vereinigung von Künstlern, die infolge Verkrüppelung mit dem Mund oder den Füssen malen. Sie lehnen jegliches Mitleid ab und wünschen in ihrem Wirkungsfeld nur die notwendige Absatzmöglichkeit. Durch künstlerisches Schaffen überbrücken sie die körperliche Behinderung, und dies ist gut und richtig.

Sehr benachteiligt sind natürlich auch Kinder mit fortschreitendem Augenleiden, da sie unter dem lähmenden Eindruck des Erblindens stehen können. Auch solche Kinder sollte man nicht verwöhnen und nicht unnötig rühmen. Es ist gut, wenn sie ein Wirkungsfeld finden, das sie befriedigt. Vorteilhaft ist es vor allem, wenn sie damit andern dienlich sein können, denn im Geben vergisst man eher seine Not. In vorbeugendem Sinne könnte ein solches Kind die Blindenschrift und verschiedene Handfertigkeiten, deren sich die Blinden als Erwerb befleissigen, erlernen. Nur darf es dadurch nicht irgendwie ungünstig beeinflusst oder gar entmutigt werden. Es soll dies nur für den Notfall geschehen, dessen Tragik sich unter Umständen weniger belastend auswirken kann, wenn der Kranke dagegen gewappnet ist. Tritt jedoch das Schlimmste nicht ein, trägt man an dem Gelernten auch nicht schwer, im Gegenteil, man kann es im Dienste des Schwächeren verwerten, was dem Leben mehr Inhalt zu geben vermag, als es das genussreiche Dasein Gesunder oft bietet. Der Umgang mit diesen mag belebend wirken und ermuntern, nie sollte er jedoch das eigene Unvermögen zu stark zum Bewusstsein bringen. Der Leidende sollte sich immer mit jenen vergleichen, die noch grössere Schwierigkeiten mit innerer Gelassenheit zu überwinden vermochten.

Kürzlich beklagten sich gesunde, stramme Bauernsöhne bei uns, weil sie es trotz unablässig harter Arbeit nicht zu dem not-

wendigen Erfolg bringen könnten. Dabei hört man sie aber bei den Feldarbeiten oft frohgemut singen. Gesunder, erholungsreicher Schlaf besiegt Müdigkeit und Mutlosigkeit immer wieder, auch übertreffen Gesundheit und Frohgemut die Annehmlichkeiten erleichterter Lebensweise bei weitem. Oder kann eine eintönige Fabrikarbeit trotz dem regelmässig klingenden Lohn gleiche Genugtuung hervorrufen, wie dies die belebende Arbeit in der freien Natur zustandebringt? Wenn schon der Kranke seinen Weg zur Lebensbejahung finden muss, wieviel mehr der Gesunde! Auch er sollte eben seine Lage nie mit jenen vergleichen, die sich verwöhnen liessen, sondern mit jenen, die schwere Lasten frohgemut tragen.

Das Fruchtbarkeits-Vitamin E

Die römischen Gladiatoren wussten noch nichts von Hormonen und dem Vitamin E. Aus Erfahrung wussten sie jedoch, dass sie bei ihren Wettkämpfen viel leistungsfähiger waren, wenn sie sich tags zuvor einen Stierhoden beschafften, um ihn als Nahrung zubereiten zu lassen und ihn alsdann zur besonderen Kräftigung einzunehmen. Es musste ein kluger Mann gewesen sein, der biologisch richtig denken und schlussfolgern konnte, um solch eine Lösung finden zu können. Oft war es Zufall, oft gutes Beobachten oder auch klares Überlegen, das zu Entdeckungen führte, deren wir uns heute dankbar bedienen, um Ernährungsfehler, die als Mangelkrankheiten und Avitaminosen in Erscheinung treten, verbessern zu können.

Ausgesprochene Vorzüge von Vitamin E

Es sind nun 43 Jahre her, seit der Forscher Evans die Existenz des Vitamins E nachweisen konnte. Inzwischen stellte man fest, dass es gegen Zeugungsunfähigkeit und Unfruchtbarkeit kein natürlicheres Mittel gibt als Vitamin E. Wie manche Frau hätte durch öftere Fehlgeburten nicht soviel Herzeleid erleben müssen, wenn sie von der Wirkung des Vitamins E eine Ahnung gehabt hätte. Mit diesem Vitamin kann nicht nur ein Abortus verhindert werden, seine Einnahme beeinflusst auch die normale Entwicklung des Fötus und gewährleistet eine gut verlaufende Schwangerschaft.

Vitamin E ist jedoch nicht nur für die Frauen wichtig. Auch bei den Männern ist eine normale Funktion der Geschlechtsdrüsen sehr stark von der genügenden Einnahme des Vitamins E abhängig. Auf diese normale Funktion sind anderseits wiederum Vitalität, Arbeitsfreude und Ausdauer angewiesen.

Vitamin E beeinflusst auch den Aufbau und die Funktion der glatten und gestreiften Muskeln und kann somit eine Muskeldegeneration verhüten. Dies ist in bezug auf die Herzmuskeln besonders heute von grosser Bedeutung. Die Einnahme von Vitamin E hat sich daher bei Herzmuskelschwäche neben den üblichen natürlichen Herzmitteln wie Crataegisan, Auroforce und anderen mehr, sehr günstig ausgewirkt und bewährt. Ein Mangel an Vitamin E ist vor allem auch sehr nachteilig für das Nervensystem.

Bei Vitamin-E-Mangel wurde im Bindegewebe auch eine Quellung der Zwischenzellsubstanz und eine verminderte Festigkeit der Gefässwände festgestellt. Damit verbunden sind ebenfalls Stauungen in den Kapillargefässen und ebenso eine verschlechterte Blutzirkulation beobachtet worden. Dies alles führt zu einer Reihe von Stoffwechselstörungen und vor allem zu einem erhöhten Sauerstoffverbrauch.

Wenn Störungen in der Entwicklung und im Wachstum festgestellt werden, können diese auch mit vergrösserten Vitamin-E-Gaben beeinflusst werden. Bei Störungen während der Wechseljahre bewähren sich mittlere Gaben von Vitamin E sehr gut. Rheumatische Leiden sollen mit Vitamin-E-Gaben ebenfalls günstig beeinflusst werden. Auf jeden Fall ist Vitamin