

**Zeitschrift:** Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

**Herausgeber:** Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

**Band:** 13 (1905)

**Heft:** 19

**Artikel:** Ratschläge für die Ernährung der Säuglinge

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-546383>

### **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:** 21.01.2026

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

Welt hinausgehen, der nicht damit versehen wäre. Alle unsere einfachen Personen-, alle unsere Schnellzüge, die Züge aller Sekundär- und Kleinbahnen, kurzum nahezu  $\frac{11}{12}$  sämtlicher Wagen entbehren jedoch dieser so dringend notwendigen Einrichtung und dienen daher als Brutstätten des Bazillus seiner Verbreitung. Und dies um so mehr, als gerade in diesen Zügen und Abteilen sich sehr häufig Menschen bewegen, die von Haus aus nicht die notwendige Erziehung in der Ästhetik der Lebensäußerungen erhalten haben! War ich doch vor ganz kurzem erst wieder einmal Zeuge davon, wie ein Abteil eines von Mannheim nach Freiburg i. B. laufenden Schnellzuges durch drei durchaus gesunde und jeder Erkrankung der Lungen, ja selbst jedes Katarrhes entbehrende Insassen derart vollgespuckt war, daß ohne Ekel kein Mensch mehr dasselbe betreten konnte. Und so lief der Wagen, nachdem nach einstündigem Aufenthalt die drei „Attentäter“ denselben verlassen hatten, noch Stunden lang weiter. Alle diese Erscheinungen sind ja genugsam bekannt und bedürfen eigentlich keiner weiteren Erläuterung, denn jeder, der Auge und Ohr offen hält und den Mißständen im öffentlichen Verkehr seine Aufmerksamkeit zuwendet, wird diese Erfahrung alltäglich von neuem machen können.

Auch hier kann nur der Ansturm der öffentlichen Meinung Abhilfe schaffen und an eine Pflicht mahnen, die in dem Augenblick übernommen worden ist, wo die Erkenntnis von den Verbreitungswegen des Tuberkelbazillus zum Allgemeingut geworden, und wo auf Grund dieser auch die Eisenbahnverwaltungen sich dem Kampf gegen den gefährlichsten Feind der modernen Menschheit angeschlossen haben. Auf diesem Wege ist aber nicht damit genug getan, daß man Verbote und Warnungen anschlügt, sondern man muß vor allem dafür sorgen, daß auch die praktische Möglichkeit gewährt wird, den Verboten nicht zuwiderzuhandeln, und dies kann nur geschehen durch die ausnahmslose Aufstellung von Speinäpfen in sämtlichen Zügen und Wagen! (Blätter für Volksgesundheitspflege.)



### Ratschläge für die Ernährung der Säuglinge

hat das Medizinalkollegium von Hamburg erlassen und läßt dieselben durch die Zivilstandsämter, die Ärzte und Hebammen verteilen. Sie lauten:

1. Jeder Mutter vornehmste Pflicht ist es, ihr neugeborenes Kind an der eigenen Brust zu nähren. Oft gelingt das Stillen erst nach mehreren Tagen, deshalb dürfen die Versuche nie zu früh als aussichtslos aufgegeben werden. Es gibt außer schwerem Fieber, Schwindsucht, großer Schwäche und wenigen anderen vom Arzt zu beurteilenden Krankheiten der Mutter keinen Grund, der das Stillen verbietet. Für Mutter und Kind ist es das gesündeste. Insbesondere während der gefährlichen Monate Juli, August und September sollte jedes Neugeborene nur an der Mutterbrust genährt werden.

2. Selbst schwächliche Kinder gebrauchen nicht mehr als sechs, höchstens sieben Mahlzeiten täglich. Zwischen denselben soll jedesmal eine Ruhezeit von drei Stunden

liegen, nachts zwischen 11 und 5 Uhr soll möglichst keine Nahrung gereicht werden. Nach wenigen Tagen gewöhnt sich jedes Kind daran. Man gebe knappe Mahlzeiten; viele Kinder werden nur durch Ueberfüttern krank. Lutscher, Schnuller u. dgl. verwöhnen das Kind und machen es krank, darum fort damit! peinlichstes Sauberhalten des Kindes und seiner Umgebung, häufiges Trockenlegen desselben, gute Lüftung des Zimmers erhalten es gesund.

3. Sobald irgend eine Unregelmäßigkeit, insbesondere Hautausschlag, Erbrechen, Durchfall, grüner Stuhlgang sich zeigt, oder wenn das Kind nicht ordentlich zunimmt, rufe man den Arzt.

4. Zur künstlichen Ernährung verwende man verdünnte, reine, frische Kuhmilch (Vollmilch). Ärztlicher Rat ist bei Einleitung derselben empfehlenswert.

Kondensierte Milch oder Zusätze von Kindermehlen und Kindernahrung aller Art sind teurer als Kuhmilch. Man reiche sie in den ersten Lebensmonaten nie ohne Vorschrift des Arztes.

5. Die Vollmilch muß dem Alter des Säuglings und seiner Entwicklung entsprechend mit Wasser verdünnt und danach aufgekocht werden. Einen ungefähren Maßstab gibt für den gesunden Säugling die untenstehende Tabelle. Es muß jedoch nachdrücklichst betont werden, daß ein ganz allmählicher Uebergang von schwächerer zu stärkerer Milchmodung notwendig ist, und daß die Tabelle nur Durchschnittsmaße gibt. Zur Gesamttagesmenge setze man je einen Teelöffel voll Kochsalz und einen Eßlöffel voll Zucker.

Alter des Kindes	Milchmischung für 24 Stunden	Zahl und Größe der täglichen Mahlzeiten
1. Woche	$\frac{1}{4}$ l Milch, $\frac{1}{2}$ l Wasser	nur 7 Mahlzeiten zu 50—60 g
2. Woche		nur 6 Mahlzeiten zu 90—100 g
3. und 4. Woche		nur 6 Mahlzeiten zu 120 g
2. Monat	$\frac{1}{2}$ l Milch, $\frac{1}{2}$ l Wasser	nur 6 Mahlzeiten zu 150 g
3. Monat		nur 6 Mahlzeiten zu 170 g
4. bis 6. Monat	1 l Milch, $\frac{1}{2}$ l Wasser	nur 6 Mahlzeiten zu 180—220 g
Nach dem 6. Monat Vollmilch ohne Zusatz.		

6. Falls man nicht den Soxhletapparat benutzt, bereitet man sich die gesamte Mischung für den Bedarf von 24 Stunden am besten auf einmal, kocht dieselbe in einem sauberen Topfe auf und stellt dieselbe dicht zugedeckt in ein offenes Gefäß mit kaltem Wasser, das man öfters erneuere. Nur an heißen Sommertagen koche man die Milchmodung abends noch einmal auf. Die Einzelmahlzeit wird jedesmal in die Saugflasche abgegossen und in dieser angewärmt, ehe man sie dem Kinde gibt. Alle in der Saugflasche zurückgelassenen Reste gieße man sofort aus und verwende sie nicht wieder für den Säugling, bürste Flasche und Sauger in kaltem Wasser, spüle sie dann in heißem Wasser, lege den Sauger in eine kleine Schale mit kaltem reinem Wasser und stelle die Flasche umgestülpt trocken. Die Bürste muß täglich ausgekocht werden.

