

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: 33 (1925)

Heft: 5

Artikel: Regeln für die Ernährung und Pflege des Säuglings

Autor: Wieland, E.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-973895>

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: 22.01.2026

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

laquelle elle expose sa technique. Le « Manuel à l'usage des organisations de secours » était en voie de préparation lorsque survinrent les inondations de juillet. La Commission en fit immédiatement paraître les chapitres les plus importants et nous ne doutons pas que cette publication ne soit un guide précieux pendant la crise actuelle.

Le personnel de l'organisation de secours visite le plus grand nombre possible d'affamés, afin de se rendre exactement compte de la situation. Les autorités de chaque village établiront la liste des personnes ayant besoin d'assistance et l'on prendra des informations de maison en maison. La Commission a soigneusement étudié les méthodes d'enquête et les expose dans son manuel. Nous relevons quelques indications caractéristiques pour les enquêtes individuelles:

Y a-t-il des traces de farine sur le blutoir ?

Le nombre des couvertures enroulées correspond-il au nombre de bouches déclaré par la famille ?

Regardez dans l'écuëlle du chien pour voir de quoi il est nourri.

L'odeur de la maison révèle-t-elle qu'elle est habitée ?

Des constructions annexes ont-elles été détruites; leur charpente brûlée ou vendue ?

Avez-vous remarqué des portes fermées à clef ?

Une fois les enquêtes terminées, le problème de la distribution reste entier. Ce problème est grandement simplifié lorsqu'on peut appliquer le principe de l'assistance par le travail. Dans ce cas, en effet, la quantité de vivres dépend de la somme de travail fournie par les membres valides de la famille. Les dons du Gouvernement, d'autre part, doivent toujours être également répartis entre les

nécessiteux. Il est préférable de distribuer les rations par fractions successives. Le manuel présente et commente diverses formes de tickets imprimés pour la distribution individuelle ou par famille. Ces derniers doivent recevoir l'empreinte digitale des bénéficiaires.

Regeln für die Ernährung und Pflege des Säuglings

von Professor E. Wieland in Basel.^{*)}

I. Ernährung des Kindes.

A. Ernährung an der Brust.

Die Mutter reiche die Brust so lange sie kann. Zum allermindesten in den ersten 3—4 Lebensmonaten sollte jedes Kind die Brust bekommen, wenn es richtig gedeihen soll. Muttermilch ist und bleibt die beste Nahrung für das Kind. Darum gebe man den Versuch, es an die Brust zu gewöhnen, nicht zu rasch auf. Man lege das Kind erstmals 12 bis 20 Stunden nach der Geburt an und versuche immer wieder, es in Abständen von 3—4 Stunden trinken zu lassen, ohne ihm in der Zwischenzeit irgend etwas anderes zu reichen. Auch wenn anfangs keine Milch da zu sein scheint, kommt die Milchabsonderung dadurch allmählich in Gang.

Die stillende Mutter bleibe bei ihrer gewohnten Kost. Sie nähre sich möglichst kräftig — (reichlich Milch). Geistige Getränke (Bier, Wein) sind unzweckmäßig. Sie befördern die Milchsekretion ebenso wenig wie die vielfach angepriesenen, künstlichen, sogenannten milchtreibenden Mittel.

Es empfiehlt sich, in den ersten Tagen dem Kinde jedesmal beide Brüste zu reichen, aber es nie länger saugen zu lassen, als 10 Minuten, höchstens eine Viertelfunde. Sonst

^{*)} Veröffentlichungen des Gesundheitsamtes Basel-Stadt.

werden die Warzen wund und schmerzen.***) Später bekommt es an einer Brust genug, die abwechselnd alle drei Stunden gereicht wird, nie häufiger als fünf mal am Tage. Nachts haben Mutter und Kind Schlaf und Ruhe nötig; also Nachts nicht anlegen! Man wecke das Kind auch am Tage nicht auf zum Trinken. Es saugt besser, wenn der Hunger es weckt.

Nie entwöhne man im Sommer und nie plötzlich, sondern immer ganz allmählich; am besten so, daß eine Zeitlang zuerst noch die Brust und hernach etwas verdünnte Milch aus der Flasche gereicht wird, oder indem erst eine, allmählich zwei und mehr Brustmahlzeiten durch einen Schoppen verdünnte Milch ersetzt werden. Auf diese Weise gewöhnt sich das Kind nicht nur sicher an das Ertragen der Kuhmilch, sondern man sorgt auch dafür, daß trotz der abnehmenden Milchabsonderung der Brüste jeder Tropfen der unerseßlichen Muttermilch dem Kinde zugute kommt.

B. Ernährung mit der Flasche.

Ist die Mutter wirklich nicht imstande zu stillen, so reiche sie ihrem Kinde im ersten Lebenshalbjahr noch kein Kindermehl (Galactina, Nestlé, Theinhardt und wie diese so-

**) Anmerkung: Zur Vermeidung von wunden Warzen, die gerne eine böse Brust nach sich ziehen, ist es außerdem nötig, die Brustwarze vor und nach jedem Anlegen des Kindes mit in Vorwasser getauchter reiner Watte zart abzuwaschen. Der Mund des Kindes dagegen soll nicht ausgewaschen werden. In der Zwischenzeit bedecke man die Brüste mit einem saubern, weichen Tuche. Schmerzt die Warze trotzdem beim Stillen, oder zeigen sich daran Blutspuren oder kleine Schrunden, so ist sofort ein Warzenhütchen zu benutzen und die Warze jedesmal nach dem Stillen mit Vaseline, oder noch besser mit 5%iger Dermatovaseline zu betupfen. Blutet es weiter, oder bleibt die Warze auch dann noch empfindlich, so muß das Stillen für 1—2 Tage ausgesetzt und die überschüssige Milch mittelst der sauber gewaschenen Finger, oder der Saugpumpe entleert werden, bis die Warze wieder vom Kinde schmerzlos gesaugt werden kann. Das gleiche Verfahren empfiehlt sich bei den sogenannten Hohlwarzen.

genannten „Ersatzmittel der Kindermilch“ alle heißen!) Diese Kindermehle sind kein Ersatz der Muttermilch und wirken meist schädlich. Das beste Ersatzmittel der Muttermilch ist gute Kuhmilch. Diese soll aus einem sauberen Stalle und von gesunden Kühen stammen, soll reinlich gemolken sein und muß nach ihrer Ablieferung zu Hause sogleich in einem Gefäß abgekocht und hernach im gleichen Gefäß gut zugedeckt und an die Kühle gestellt werden. (Im Sommer entweder in laufendes Wasser oder in den Keller!)

Die Milch muß im ersten Lebensmonat des Kindes mit zwei Teilen, vom zweiten an mit einem Teil Wasser oder Schleim verdünnt werden. Jeder Trinkportion soll ein Würfel Zucker (oder ein Kaffeelöffel Milchezucker) zugesetzt werden.

Den Schleim bereitet man so: Nimm einen Eßlöffel Reis-, Gerste- oder Haferkörner (nicht Mehl) auf einen Liter Wasser, koche auf kleinem Feuer langsam ein bis auf $\frac{1}{2}$ Liter und lasse im gleichen Gefäß gut zugedeckt an der Kühle stehen. Der so bereitete, dünne Schleim soll nicht erstarren; er reicht für einen Tag und ist täglich frisch zu kochen.

Den Schleim mische man erst unmittelbar vor dem jedesmaligen Trinken mit der Milch in der Trinkflasche. Die Flasche mit der Mischung stelle man in erwärmtes Wasser und prüfe die richtige Trinkwärme, indem die erwärmte Flasche an das Augenlid gehalten wird. Nicht mit dem Mund probieren! Das ist unappetitlich.

Die Flasche darf nie häufiger als alle drei Stunden gereicht werden, weil der kindliche Magen erst nach drei Stunden wieder leer ist.

Auch reiche man nie so viel auf einmal, daß das Kind nach dem Trinken wieder etwas herausgibt. Speisinder sind keine Gedeihkinder, sondern überfütterte Kinder. Und die Überfütterung mit zu großen und zu häufigen „Schoppen“ ist die gewöhnliche Ursache des Nichtgedeihens und der Durchfälle.

Nachts keine Nahrung! Schreit das Kind nachts, so lege man es trocken und reiche ihm einige Kaffeelöffel Zuckerwasser oder Schwarzte. Es wird bald wieder einschlafen.

Als Grundsatz gelte: nie mehr, oder dickere Nahrung geben, so lange das Kind mit einer schwächern noch zunimmt, (wöchentliches oder 14tägiges Wägen!). Ein vierteljähriges Kind soll in 24 Stunden höchstens $\frac{1}{2}$ Liter Milch, vermischt mit $\frac{1}{2}$ Liter Wasser oder Schleim erhalten; ein halbjähriges höchstens $\frac{2}{3}$ Liter Milch, verdünnt mit $\frac{1}{3}$ Liter Wasser oder Schleim, wobei jedem der fünf Tagesstoppfen à 150 bis 200 g (= 10 bis 12 Strich der gewöhnlichen Milchflaschen) noch ein Stück Würfelzucker zugesetzt wird.

Ist das Kind dreiviertel Jahre alt geworden, so erträgt es meist schon Vollmilch. Davon gebe man nie mehr als höchstens einen Liter im Tag und unterlasse jeden Zucker- oder Mehlsatz.

Ist das Kind mit der ausschließlichen Milchkost nicht mehr zufrieden, so reiche man statt des Mittagstoppens einmal täglich eine dünne Fleischbrühe mit Gries, oder auch einen Zwiebackbrei. Später folgen auf die Suppe einige Kaffeelöffel feingehacktes Gemüse (Spinat, gelbe Rüben, Kartoffelpurée bei hartem Stuhlgang selbst Apfelmus); aber keine Eier. Eier stopfen und sind schwer verdaulich.

Die Trinkflasche und der Kautschuksauger müssen gesondert nach jeder Mahlzeit mit heißem Wasser gereinigt und beide trocken an einem sauberen Orte bis zur nächsten Trinkzeit aufbewahrt werden.

Das Loch im Sauger (mit glühend gemachter Nähnadel hergestellt) sei so klein, daß die Milch nur tropfenweise, nicht im Strahl durchfließt. Dem Kinde bekommt die Milch besser, wenn es gezwungen ist, langsam zu trinken und kräftig zu saugen.

Während des Trinkens setze man die Flasche ein- oder zweimal ab und lasse das Kind trocken aufstoßen (nicht herausgeben).

Nach der Mahlzeit lege man das Kind ruhig auf die Seite in sein Bett, ohne ihm den Mund auszuwaschen und ohne es durch Umhertragen und Liebkosungen aufzuregen.

Auch die leeren Sauger oder Beruhigungszapfen im Munde sind unnötig und schädlich.

Bei richtigem Gedeihen nimmt ein Kind in den ersten Monaten wöchentlich um etwa 100 bis 150 g zu. Es verdoppelt sein Geburtsgewicht bis zum Ende des ersten Lebenshalbjahres und verdreifacht es bis zum Ende des ersten Lebensjahres. Stärkere Gewichtszunahmen sind unerwünscht.

II. Pflege des Kindes.

Man bade das Kind im ersten Lebensjahr täglich (Badetemperatur 28° R. oder 35° C.). Das Gesicht wasche man besser nicht mit Badewasser ab, sondern mit besonderm Wasser; ebenso die Augen (Borwasser). Das Köpfchen seife man im Bade mit milder Glycerinseife ab. Bilden sich auf dem Kopfe Krusten oder Schuppen, so entferne man sie im Bade, nachdem man sie über Nacht jeweilen reichlich mit Del erweicht hat. Nach jedem Bade die Haut gut abtrocknen und mit einem beliebigen Puder oder auch mit feinstem Reismehl einpudern.

Die Kleidung (Hemdchen und Windeln aus Baumwolle, Leinen oder Flanell; Säcken, Häubchen und Umhlangtuch aus Barchent oder Baumwolle, im Winter stets aus dickem Flanell oder Wolle) sei nicht eng, sondern locker und bequem. Vom vierten Monat an Windelhosen aus Barchent, Flanell oder Wolle (strampeln lassen). Man lege keine Gummieinlage in die Windelpackung hinein. Lieber brauche man mehr frische Windeln und lege das Kind nach jedem Nässen trocken.

Als Kinderbett eignet sich am besten ein großer Weidenkorb (auch fahrbar als Stubenwagen), oder ein kleines Bett aus Holz oder Eisen mit durchbrochenen Seitenrahmen, so daß die Luft von allen Seiten zukommt.

Vorhänge sind unnötig. Bett- und Leibwäsche des Kindes müssen peinlich sauber gehalten werden.

Zum Aufenthalt wähle man für das Kind das größte, hellste, luftigste und sonnigste Zimmer aus. Die Küche, oder ein mit Tabaksqualm erfülltes Zimmer sind ein schädlicher Aufenthalt für den Säugling.

Während der Sommerhitze Sorge man für Kühlbleiben der Wohnung durch Abhalten der Sonnenstrahlen — (Läden und Jalousien schließen, Türen öffnen, Nachts lüften! — Leichte Kleidung und ein frischer Luftzug bewahren den Säugling vor den Gefahren der Ueberhitzung.

Man nehme das Kind nicht unnötig auf, sondern lasse es mit Ausnahme der Mahlzeiten ruhig in seinem Bette liegen, bis es von selbst aufsteht.

Man stelle, trage oder fahre von der zweiten Lebenswoche an das Kind täglich einige Stunden ins Freie, an die Sonne (Balkon, geschützter Platz) und zwar Sommer und Winter, sobald die Witterung es irgendwie erlaubt. Luft und Sonne hat das Kind gerade so nötig zum Gedeihen wie Nahrung und Kleidung. Man meide aber Staub, Wind und Regen und ebenso jede Berührung, oder gar Küssen, Anhusten und dgl. des Kindes durch Bekannte, speziell durch ältere Kinder. Dadurch sind schon manche Krankheiten, speziell Keuchhusten, Grippe, Schnupfen und Husten, auf Säuglinge übertragen worden.

Beginnt das Kind mit sechs oder sieben Monaten selbständig zu sitzen und allmählich auch zu kriechen, so lasse man es nicht im ganzen Zimmer auf dem Fußboden herumrutschen, denn dieser wird im Laufe des Tages von den Straßenschuhen der Erwachsenen immer wieder frisch beschmutzt und auch mit Krankheitskeimen infiziert. Auch ist das Kind hier jedermann im Wege. Man setze es daher auf eine saubere Decke, irgendwo in eine durch Möbel oder ein Holzgatter abgeschlossene leere Zimmerecke, wo es tagsüber ruhig spielen

kann, ohne sich zu beschmutzen und ohne die Bewohner in ihrer Arbeit zu stören.

Je älter das Kind wird, desto mehr braucht und beschmutzt es seine Hände und Nägel und desto leichter erkrankt es an sogenannten „Schmutzkrankheiten“ wie Mundfäule, Hautausschlägen, Würmern, aber auch Halsentzündung, Diphtheritis und sogar an Tuberkulose, indem es die schmutzigen Finger oder Gegenstände in den Mund steckt. Zu seiner Gesundheit ist daher häufiges Waschen der unsauberen Kinderhände tagsüber unbedingt nötig. Auch gebe man dem Kinde nur glattes und waschbares Spielzeug in die Hände und lasse keine Gegenstände herumliegen, die es verschlucken, oder an denen es sich verletzen kann.

Wenn das Kind krank ist, erbricht, Durchfälle, Fieber, Husten oder Krämpfe hat, so frage man nicht zuerst alle Nachbarinnen und Bekannte um Rat, sondern zeige es sofort dem Arzte. Bis dahin gebe man bei Erbrechen oder Durchfall keine Nahrung mehr, sondern nur etwas Schleim oder Tee, bei Krämpfen außerdem ein warmes Kamillenbad. Bei Fieber und Husten lasse man das Kind im Bette liegen.

Das Zahnen ist nie die Ursache vom Kranksein des Kindes.

Frühjahrskuren.

Seit jeher spielt in der Volksmedizin der Glaube an geheimnisvolle Naturkräfte eine große Rolle. Zum mystisch Dunklen neigt der Mensch auch dann noch, wenn er bereits zu einer verhältnismäßig hohen Stufe der kulturellen Entwicklung emporgestiegen. Es waren keineswegs die geistig Einfachen, welche sich einstmals der Alchimie, Magie oder Astrologie in die Arme warfen. Im Gegenteil! Hochgelehrte Herren aller Fakultäten, Staatsmänner und Feldherren reichten sich mit den