Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 13 (1903)

Heft: 4

Artikel: Zur Physiologie, Hygieine und Diätetik des kindlichen Alters [Fortsetzung]

Autor: Imfeld

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038336

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: 21.08.2025

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

in Juan-les-Pins, als auch in seiner geplanten ländlichen Zurückgezogenheit in der Bourgogne, von allen, Reichen und Armen, geschätzt, geliebt und gesucht, und von morgens früh bis abends spät fand er keine Ruhe mehr und mußte wieder seine ganze Zeit den Kranken widmen, Rat erteilen, pflegend, beruhigend und tröstend. Sein ärztlicher Beruf betrachtete er als eine Mission, der leidenden Menschheit helfend und tröstend beizustehen, und darnach handelte er auch, mit Aufwand aller seiner körperlichen und moralischen Kraft. Sein Wegscheiden hat überall, wo er bekannt war, die größte Trauer hervorgerufen. Reiche und Arme haben an ihm nicht nur den tüchtigen und gewissenhaften Arzt verloren, sondern die ersteren auch eine moralische Stütze, die letzteren einen Wohltäter, alle einen Freund. Am meisten aber trauern um ihn seine Wittwe und seine Töchter, die treuen und liebenden Gefährtinnen seines Lebens. Auch für uns bedeutet sein Ableben ein schmerzlicher Verlust, denn er war ein tüchtiger und treuer Anhänger unserer Sache, und wir werden sein Andenken in Ehren halten. Er ruhe in Frieden!

(Die Redaktion der Annalen)

Zur Physiologie, Hygieine und Diätetik des kindlichen Alters.

(Dr. Imfeld)

(3. Fortsetzung).

4. Die Ernährung des Säuglings.

a) Die naturgemäße Ernährung.

So wichtig nun auch, an und für sich, alle die im vorhergehenden Kapitel erwähnten Maßnahmen sind, welche die körperliche Pflege des Säuglings betreffen, so treten sie dennoch verhältnißmäßig in den Hintergrund gegenüber der noch viel wichtigeren Frage seiner richtigen Ernährung.

Zur Lösung dieser Frage müßen wir zunächst mit allem Nachdruck den Grundsatz feststellen, daß die Frauenmilch, zuvörderst aber die Muttermilch, die einzige naturgemäße Nahrung des Neugebornen und des Säuglings ist. Das neugeborne Kind ist zu seiner Ernährung natürlicherweise auf die Muttermilch angewiesen. Jede Mutter die ihr Kind ernähren kann und darf, soll es unter allen Umständen tun; es handelt sich hier um die Erfüllung einer heiligen Pflicht, und diejenige die diese Pflicht getreulich erfüllt, wird ihren Lohn finden in der Gesundheit des Kindes und in ihrem eigenen Wohlergehen; diejenige aber, die es nicht verstehen will, daß aus ihrer eigenen Brust die natürliche Quelle des Lebens fließt für die Frucht ihres Leibes, versündigt sich gegen die Natur, und somit gegen ihr Kind und gegen sich selbst, und ist für die Folgen verantwortlich.

Zur Begründung dieser Wahrheit könnte ein großes Buch geschrieben werden, wir müßen uns mit wenigen Worten begnügen und wollen nur folgendes erwähnen: Unter allen Himmelsstrichen und bei allen Nationen stimmen die Erfahrungen über die Ursachen der Kindersterblichkeit darin überein, daß dieselbe in dem Maaße zunimmt, als dem Kinde die Muttermilch entzogen und durch eine geringerwertige Nahrung ersetzt wird. Bei der Besprechung des kindlichen Wachstums haben wir schon die

Tatsache angeführt, daß an der Brust ernährte Kinder den künstlich ernährten in den einzelnen Monaten des ersten Lebensjahres um 2—8 Cm. in der Körperlänge vorauseilen. Desgleichen ist von allen Fach-Autoren konstatirt worden, daß eine beträchtliche Differenz besteht in der Gewichtszunahme von Kindern welche an der Mutterbrust und solchen die künstlich genährt werden, und zwar zu Gunsten der ersteren; außerdem ist bei diesen der Fortschritt in der Gewichtszunahme ein regelmäßigerer. Diese Differenz hält sogar für die späteren Jahren des Kindes vor, so daß noch im achten, zuverläßig aber im vierten Jahre, Kinder welche an der Brust genährt wurden um 2000 Grm. Mehrgewicht aufweisen. Dem wollen wir noch beifügen, daß künstlich ernährte Kinder im Allgemeinen auch schwächerer Konstitution sind und allen äußeren Schädlichkeiten gegenüber weniger widerstandsfähig, als die an der Brust ernährten, weshalb sie auch leichter erkranken und ihre Krankheiten einen gefährlicheren Charakter annehmen, was übrigens die schon erwähnte größere Sterblichkeit dieser Kinder bedingt. Die Verdauungsorgane des Säuglings sind eben so beschaffen, daß sie nur die Muttermilch richtig verdauen und daß somit bei Muttermilch das Kind am Besten ernährt wird und sich am kräftigsten entwickelt. Ueberdies müßen wir noch den Umstand erwähnen, daß der Mund des Neugebornen weder der Bewegung des Ergreifens, noch derjenigen des Kauens fähig ist und daß die Zunge nur die Bewegung des Saugens ausführen kann. Das neugeborne Kind kann also nur saugen, aber nicht trinken; somit ist auch in dieser Beziehung die Ernährung an der Mutterbrust die natürlichste und zweckmäßigste.

Wir haben aber gesagt, daß wenn die Mutter ihr Kind selbst ernährt, es nicht nur für die Gesundheit des Kindes vorteilhaft sei, sondern auch für ihre eigene. In der Tat, da ja in der weiblichen Brust die Milchabsonderung zum ganz bestimmten physiologischen Zwecke der Ernährung des Kindes stattfindet, so muß es in erster Linie für die Brust selbst, in zweiter Linie für den ganzen weiblichen Organismus schädlich sein diesen physiologischen Prozeß mehr oder weniger gewaltsam zu unterdrücken. Wir können hier nicht auf die Theorie der intimen physiologischen Wechselbeziehungen eingehen, welche zwischen den Funktionen der Brüste und denjenigen der weiblichen Zeugungsorgane bestehen. Wir wollen nur darauf hindeuten, daß während der Tätigkeit der ersteren, die letzteren für längere Zeit sich relativ ausruhen und daß hingegen bei Frauen welche nicht stillen, die Menstruation durchschnittlich früher eintritt, als bei solchen welche stillen, und dadurch bei den ersteren auch um so schneller die Möglichkeit zu neuer Schwangerschaft gegeben ist. Diese zu früh sich wieder einstellende Tätigkeit der Zeugungsorgane, und der durch diese Tätigkeit bedingte Blutandrang nach denselben, werden sehr häufig zur Ursache von Gebärmutterblutungen und von Entzündungen und Krankheiten jeder Art der Eierstöcke und der Gebärmutter.

Daß ihrerseits die unnatürliche und oft gewalttätige Unterdrückung der normalen und physiologischen Tätigkeit der Brustdrüsen zu Krankheiten derselben, zu Entzündungen, Verhärtungen und Neubildungen Veranlassung geben kann, das muß jedem einleuchten. Ebenso ist es leicht begreiflich, daß diese örtlichen Krankheiten der Brüste und der Organe des Unterleibes notgedrungen ihre Rückwirkung auf den ganzen weiblichen Organismus haben und zu allgemeiner Gesundheitsstörung, zu konstitutionellen Krankheiten, ja selbst zu Gefährdung des Lebens führen können.

Schließlich müssen wir noch der hohen moralischen Genugtuung erwähnen, welche jede

Mutter in sich fühlen muß, die ihr Kind an der eigenen Brust ernährt hat und es nachher stark und blühend hat heranwachsen sehen, die sich sagen kann, daß sie es an ihrem Herzen erwärmt, an ihrem Herzen großgezogen hat, und mit dem Produkte ihres eigenen Blutes nicht nur von ihrem Leibes-, sondern auch von ihrem Seelen-Leben auf dasselbe übergetragen hat, damit es körperlich und geistig sich möglichst nach ihrem Vorbilde entwickle. Es unterliegt auch keinem Zweifel, daß dadurch das Band der Liebe zwischen Mutter und Kind, auch für die Zukunft, auf beiden Seiten ein innigeres sein wird; jedenfalls wird eine solche Mutter viel wärmere, tiefere und innigere Liebe zu ihrem Kinde empfinden, als eine die es nicht selbst ernährt hat oder gar, von seiner Geburt an, es ganz fremden Händen anvertraut hat.

Darum wiederholen wir es noch einmal: Jede Mutter, die ihr Kind selbst ernähren kann und darf, soll es unter allen Umständen tun, und soll sich durch keine Rücksichten von ihrer süßen Pflicht abwendig machen lassen.

Freilich giebt es aber Mütter die nicht stillen können und solche die nicht stillen dürfen. Zu den ersteren gehören solche welche in Folge irgend einer konstitutionellen oder örtlichen Anomalie, entweder keine Milch bekommen, oder deren Brüste zum Säugegeschäft untauglich sind. Allerdings darf nicht unberücksichtigt bleiben, daß fortgesetztes Anlegen an eine anfänglich wenig Milch gebende Brust die Leistungsfähigkeit derselben steigert und sie zum Säugegeschäft fähig macht. Dann aber gehören zu den Frauen welche nicht stillen können auch solche deren Lebensverhältnisse es ihnen, trotz dem besten Willen, unmöglich machen, ihre Zeit und ihre Sorgen ausschließlich dem Kinde zu widmen. Zu der zweiten Kategorie, d. h. zu denjenigen die nicht stillen dürfen, gehören konstitutionell kranke Frauen; so z. B. machen große Schwäche, hochgradige Blutarmut, Skrofulose, Lungenschwindsucht, Krebskrankheit, etc. die Mütter zum Säugegeschäft unfähig; Brustdrüsenentzündungen haben oft dieselbe Folge. Wiederkehr der Menstruation schließt die Mutter nicht notwendig vom Säugegeschäft aus, wohl aber neue Schwangerschaft.

Ist nun die Mutter wirklich nicht im Stande ihr Kind selbst zu ernähren, dann verdient unstreitig eine gute Amme, wo eine solche beschafft werden kann, den Vorzug vor allem andern. Ueber die Wahl der Amme entscheidet sorgfältige ärztliche Untersuchung. Alle bei der Mutter erwähnten Krankheiten machen die Amme selbstverständlich untauglich; Syphilis steht natürlich ganz außer Frage; selbst Ammen mit cariösen Zähnen sind verdächtig und sollen gemieden werden. Bezüglich der Güte und Quantität der Milch muß die Amme den Bedürfnissen des Kindes entsprechen. Die letzte Niederkunft der Amme sollte ungefähr mit der Geburt des für sie bestimmten Säuglings zusammenfallen, oder wenigstens nicht zu weit davon abliegen. Die Amme sollte nicht wieder menstruirt sein, noch viel weniger aber im Zustande der Gravidität. Das günstigste Alter für eine Amme ist das zwischen 20—35 Jahren. Eine blühende und kräftige Konstitution der Frau macht es wahrscheinlich, daß sie gute und genügende Milch liefern könne, daher bei ihrer Wahl die Beschaffenheit der Gesichtsfarbe, des Zahnfleisches, der Lymphdrüsen und natürlich ganz besonders der Brustdrüsen zu berücksichtigen ist. Weiterhin ist zu wünschen, daß sie ihr Geschäft versteht, weshalb eine Mehrgebärende vorzuziehen ist.

Die Amme, die Säugende überhaupt, soll ein geregeltes Leben führen, welches jedoch mit ihren früheren Verhältnissen möglichst übereinstimmt. Schwere oder sehr gewürzige Speisen sind zu vermeiden, im übrigen aber die ge-

wöhnlichen Nahrungsmittel zuzulassen. Von geistigen Getränken sollte die Säugende sich vollständig enthalten; auch in geringen Mengen genossen macht sich ihr Einfluß in der Milch geltend und zwar immer zum Schaden des Kindes. Tägliche mehrstündige Bewegung der Säugenden, mit dem Kinde, in freier Luft ist, wo es die Witterung irgendwie gestattet, im Interesse beider gelegen.

Die ausgebildete Frauenmilch besteht aus Wasser, Käsestoff, Butter, Zucker und Salzen im Verhälnisse etwa von

Wasser	0/00	889.08
Zucker.....	„	43.64
Käsestoff	„	39.24
Butter	„	26.66
Salze	„	1.48

Ihr spezifisches Gewicht schwankt zwischen 1018 — 1045, Mittel 1032.

Allein dieses Verhältnis der Frauenmilch ist durchhaus kein festes, indem alle möglichen zufälligen und notwendigen Umstände auf deren Zusammensetzung und Eigenheit einwirken, so Alter, Gesundheit und die Ernährung der Säugenden, Dauer der Lactation und Dauer des Verweilens der Milch in der Brustdrüse, etc. Die Analysen menschlicher Milch sind daher sehr schwankend.

Wenn die Mutter ihr Kind selbst ernähren will, so soll das Kind schon einige Stunden nach der Geburt an die Brust gelegt werden. Es ist unnütz, ja sogar schädlich, viel länger zu warten; auch soll man sich hüten dem Kinde Zuckerwasser oder ähnliche Tränkchen zu geben, was übrigens in der Regel erbrochen wird. Wessen das Kind bedarf, das findet sich in der Mutterbrust, die wenige Stunden nach der Geburt eine Flüßigkeit — Colostrum — absondert, welche keine fertige Milch ist, aber dem Neugebornen sehr gut bekömmt. Diese Flüßigkeit äußert auf den Säugling eine leicht abführende Wirkung und befreit so seinen Darm des darin befindlichen Meconiums (Kindspech).

Wenige Tage nach der Geburt sondern die Brustdrüsen die fertige Milch ab.

Die Zeit des Stillens wechselt natürlich mit der fortschreitenden Entwicklung des Säuglings. Möglichst bald soll aber eine bestimmte Regulirung eintreten, so daß die Brust zunächst etwa 2stündlich, später nur 2 1/2 und dann 3stündlich, abends spät noch einmal und morgens früh wieder, aber mitten in der Nacht im Anfange nur einmal, später gar nicht mehr gereicht wird, so daß der Säugenden (sei sie Mutter oder Amme) die nötige Zeit zur Erholung gegönnt und kein Vorwand gegeben wird das Kind zu sich in's Bett zu nehmen, was gefährlich und daher strengstens vermieden werden muß. Der Unfug das Kind beim geringsten Schreien immer wieder an die Brust zu legen, ist seiner Gesundheit nur schädlich, und wenn es gar des Nachts geschieht, so kommt nicht nur die Säugende, sondern auch das Kind um seine Ruhe. Anderseits soll aber das Kind am Tage, wenn es schläft, nicht geweckt werden unter dem Vorwande daß es Zeit sei die Brust zu geben, was ja von allzu eifrigen Wärterinnen oder Ammen manchmal geschieht. Viele Kinder leiden nur deshalb immer an Leibschmerzen, Verdauungsstörungen, Durchfall und Erbrechen, weil sie fortwährend und ohne System und richtige Zeiteinteilung an die Brust gelegt werden. Je regelmäßiger das Säugen geschieht, je gleichmäßiger beide Brüste gegeben werden, desto geregelter ist auch die Absonderung der Milch, die ja von diesem normalen Reize abhängt, desto besser steht es auch mit der Gesundheit des Säuglings und der Säugenden.

Daß die Wage über das normale Zunehmen des Kindes und über den Erfolg der Ernährung entscheiden soll und daß deshalb der

Säugling täglich gewogen werden muß, haben wir im Kapitel des kindlichen Wachstums bereits betont.

Die bedeutendsten Kinderärzte haben sich bemüht durch sorgfältige Wägungen festzustellen welcher Menge Milch ein Säugling täglich bedarf um sich bis zu seinem neunten Lebensmonat gehörig zu ernähren. Die Gesammtheit dieser Forschungen ergiebt folgende Mittelzahlen:

Am ersten Tage seiner Geburt nimmt das Kind, noch ungeschickt im Saugen und bei der geringen Menge von Colostrum welche die Brust bietet, davon etwa 3 Gr. bei jedesmaligem Anlegen an die Brust.

Am 2. Tage saugt es jedesmal ungefähr 15 Gr.

Am 3. Tage mehr, aber nicht über 40 Gr.

Am 5. Tage je 50 Gr.

Da während dieser Zeitperiode das Kind 10 mal täglich (d. h. während 24 Stunden) an die Brust gelegt wird, so ist das Resultat:

30 Gr. für den 1. Tag
150 „ „ „ 2. „
400 „ „ „ 3. „
550 „ „ „ 4. „

Während des ersten Monats saugt das Kind jedes Mal 70 Gr., was in 24 Stunden, bei 9maligem Anlegen an die Brust, ungefähr 650 Gr. Milch ausmacht.

Im 2. Monat saugt es jedesmal 100 Gr., was bei 7 Mahlzeiten, in 24 Stunden, 700 Gr. Milch ausmacht.

Während des 3. Monats, jedesmal 120 Gr., im Ganzen 850 Gr. täglich.

Während des 4. Monats, jedesmal 150 Gr., was bei 6 Mahlzeiten, im Ganzen täglich 900—950 Gr. ausmacht.

Diese tägliche Milchmenge bleibt sich ungefähr gleich bis zum 9. Monat und nimmt von da an ab, entsprechend der Menge von anderen Nahrungsmitteln, die das Kind dann bekömmt, bis es sich von diesen letzteren allein ernährt.

Die Entwöhnung der Kinder darf mit dem ersten Eintritt der Dentition stufenweise eingeleitet werden, so daß neben der Frauenmilch, Brei oder dergleichen gereicht wird; mit dem 9. bis 12. Monat kann das Stillen ganz beendet werden. Im Großen und Ganzen ist die Zeit des 10. bis 11. Monats zur Entwöhnung am Besten geeignet. Bis ins 2. Jahr hinein saugen lassen ist entschieden nicht ratsam, da es weder für das Kind noch für die Mutter mehr zuträglich ist; die Milch der Mutter verliert dann an und für sich von ihrem Wert und ist keine zweckentsprechende Nahrung mehr für das Kind; ihrerseits leidet die Gesundheit der Mutter unter dem allzu langen Säugen; Schwäche und Blutarmut sind dann die natürlichen Folgen davon. Beim Entwöhnen ist, je früher es nötig wird um so dringender, dazu zu raten noch durch einige Wochen 1—2 mal täglich die Brust zu reichen, damit das Saugen nicht verlernt werde und, im schlimmsten Falle, die Brust noch Hilfe gewähre. Selbstverständlich darf das Kind nicht zu einer Zeit entwöhnt werden, während welcher es krank wäre oder gar zu sehr unter dem Zahndurchbruche leiden würde. Letzterer entscheidet übrigens über die Entwöhnung ungleich weniger als die Jahreszeit; während des Hochsommers soll die Entwöhnung, namentlich in großen Städten, möglichst vermieden werden.

(Fortsetzung folgt)

Das Reiten.

(Dr. Monin)

(Aus dem Französischen übersetzt).

Das Reiten ist entschieden der schönste und edelste Sport, er verdient wohl auch die Bezeichnung eines aristokratischen Sportes; in