Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 30 (1920)

Heft: 12

Artikel: Missbräuche in der Ernährung mit Kuhmilch

Autor: Bachmann

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037844

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: 15.12.2025

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

entmischung und ihren Folgefrantheiten: Blutarmut, Rachitis, Zahnfäule und allgemeine Widerstandslosigfeit gegen Krantheiten aller Art.

Dr. hot erflart dies fo, dag durch ben Genuß einer fast absolut reinen und mineralsalzfreien Nahrung (wie es der Runftzucker 3. B. ist) das Blut überschwemmt wird mit Rährstoffen, welche die zu ihrem Aufbau nötigen Mineralfalze bem Rörper entnehmen. Die Folge bavon ift eine zunehmende relative Blutentmischung, die sich in erster Linie äußert in einer Widerstandslofigfeit bes Rorpers gegen icabigende Ginfluffe von außen. Dr. Fifber hat durch zahlreiche Beobachtungen und Untersuchungen von Rindern jedes Alters nachge= wiesen, daß übermäßiger Budergenuß in Form von Braline, Chotolate und Ronditorwaren jeglicher Art (auch ber Feinmehlgenuß gehört in dasselbe Rapitel) die Entwicklung des jugendlichen Organismus in äußerst ungunstiger Beife beeinflußt und jo eine mangelhafte Bilbung und Rräftigung ber einzelnen Organe herbeiführt. Wohl ift der Buder ein Nahrungs: mittel (baran ift nicht zu zweifeln), aber in feiner entmineralifierten Form ein febr gefährliches, benn es führt zu fogen. Raubbau in unserem Rörper, das rasch erzielte Wohlbefinden geht auf Roften der bauernden Gefundbeit und führt daber zu frühzeitigem Berfall (nicht nur der Anochen und der Bahne)!

RUNG RUNG RUNG RUNG

Mißbräudje in der Ernährung mit Kuhmildj.

Von Dr. med. Bachmann.

Seit der wirtschaftlichen Blütezeit vor dem Kriege mit ihrer ungeheuren Entwicklung der Groß- und Industriestädte hatte sich nach englischem Vorbilde die Rindviehzucht in einem früher nicht gekannten Maße entwickelt. Das vermeintliche Bedürfnis der Stadtmenschen rief diese Zeugung hervor. Man ging nämlich allsgemein von der Boraussetzung aus, daß das Fleisch des Rindes alle andere Nahrung an Kraft übertreffe, auch daß für Kinder Kuhsmilch die eigentliche Gesundheitsnahrung sei. Ja, man war so weit von den natürlichen Bershältnissen abgewichen, daß man die fünstliche Ernährung des Neugeborenen mit Kuhmilch falls letztere nur durch langes Kochen bakteriensrei gemacht worden war, statt Muttersmilch nicht mehr für ein lebel hielt.

Gewaltiger Arbeit hat es bedurft, um die Bevölkerung allmählich wieder zu einer mehr pflänzlichen Ernährung zurückzuführen, einer Umwandlung, die in gesundheitlicher und volkswirtschaftlicher Hinsicht von größter Bedeutung ist, aber doch schließlich erst durch die Not des Krieges erzwungen und zum allgemeinen Bewußtsein gebracht wurde.

Wie steht es nun mit der Ruhmilchernährung des Kindes? Der erste Fingerzeig, den
uns die Natur hier gibt, ist der Hinweis auf
die Muttermilch. Sicherlich ist sie für das
Junge jeder Tierart bis zu einem gewissen Alter die allein richtige Nahrung, für das
Kalb also die Kuhmilch. Die menschliche Muttermilch ist aber beträchtlich verschieden von
der Kuhmilch; letztere bildet daher für den
Säugling keinen vollen Ersat, überhaupt für
das Kind keine ideale Nahrung, wie noch vielsach angenommen wird, wenn auch eine sauber
gewonnene Kuhmilch in mäßiger Menge und
in Abwechslung mit anderer Nahrung für das
Kind zweisellos als gesund gesten kann.

Heutzutage wird Kuhmilch aber jedenfalls stark überschätzt. Deshalb merke man sich folgende Tatsachen:

- 1. Die Muttermilch enthält etwa nur die Hälfte Eiweiß, und zwar in einer außerors dentlich viel zarteren Zusammensetzung als die Kuhmilch; auch weniger Zucker.
- 2. Jede Milch ist eine sehr eisenarme Rahrung; ihr Hauptwert besteht in Reichtum an

Ralf. Die Ernährung des Säuglings durch Ruhmilch ist auch aus dem Grunde unvollstommen, weil sie nicht die natürlichen Schutzstoffe zur Verhütung von Krankheiten enthält, welche die Mutterbrust dem Säugling mit der Nahrung gewährt. Weiterhin ist befauntlich ihre Zubereitung in der Flasche umständlich und gibt leicht zu Zersetzungen und Verunzreinigungen Anlaß.

Jedoch nicht über die Säuglingsernährung wollen wir uns heute unterhalten, sondern über die Kinderernährung mit Kuhmilch nach der Säuglingszeit.

Schon etwa vom fünften Monate ab foll felbst ber Sängling fauen lernen und neben Bwieback ober felbst Brotrinde, an ber er feinen Baumen üben fann, weiche Bemufeund Obstnahrung erhalten. Besonders aber vom erften Sabre an muß das Rind an eine bärtere, weniger mäfferige und mannigfaltigere Nahrung gewöhnt werden. Zwar durchaus nicht an Rleisch oder eine sonstige ftart gefalzene ober gemurzte Roft ber Ermachjenen, oder auch an die ichwerer verdaulichen Gemufeforten, fondern an Beigbrot, und bin und wieder etwas gröberes Brot, mas Rinder meift ichon fehr fruh gut vertragen. Sodann an alle Speisen aus Brüte, Grief und sonftige Getreidespeisen, von denen die Safergrüte gang besonders fich empfiehlt, da fie einen reichen Gehalt an Phosphor, Ralf und Gifen zeigt und das Knochengerüft aufbauen hilft. Much eine Anochenbrühe mit viel Gemufe ift febr zuträglich.

Wenn die heute gültige Milchverordnung für Kinder im ersten und zweiten Lebensjahre, soweit sie nicht gestillt werden, ein ganzes Liter Milch zuläßt, so muß diese Menge sür außerordentlich reichlich angesehen werden. In den ersten fünf oder sechs Monaten muß sie ja durch Wasserzusatz zur Verdünnung der zu nahrhaften Kuhmilch noch vermehrt werden, und würde dann nach Ansicht der meisten Kinderärzte dem sindlichen Magen zu viel

Flüffigfeit bieten, abgesehen vom fehr hoben Gimeifigehalt, ber bem Bedürfnis bes Ermach= fenen etwa gleichfame. Im zweiten Lebensjahr gilt mein Einwurf gegen die bobe Milchgabe erft recht, erftens megen bes zu ftarten Gimeißgehaltes, besonders ba nun noch andere eimeißhaltige Nahrung hinzutommt, sofern man bas Rind nicht gang einseitig, gum Beispiel fast eisenfrei, mit Milch allein ernähren will. denfalls ift also vor solch großen Mengen Ruhmilch in diesem Alter zu warnen, selbst wenn es immer einzelne Rinder gibt, die dabei gedeihen. Aber selbst ein Halb- bis Dreiviertelliter, die im britten und vierten lebens= jahre zugeteilt werden, sind als eine fehr reichliche Menge anzusehen, die bei forgfältiger und abwechslungsreicher Ernährung beffer herabgesett werden follte. Die alleinige Er= nährung der Kinder mit Ruhmilch ist oft nur ein durch Bequemlichkeit und Unkenntnis der Mütter eingeriffener Migbrauch.

Wenn nun ein Kind lediglich oder fast nur von Kuhmilch und sonstiger flüssiger mehlhalstiger Rost ernährt wird, so nimmt es oft eine ganz eigenartige frankhafte Beschaffenheit an, die wahrscheinlich in Ueberfüllung mit einer ungesunden Lymphe (weißem Blut) besteht.

Solche Rinder haben ein hohes Gewicht, find febr rund und voll, mas unverständiger= weise Eltern Grund jur besonderen Freude gibt. Ihre Sautfarbe ift aber oft blag, burchicheinend, zuweilen machsartig. Gie mäffern viel aus dem Munde, haben ftarf riechende Stuhle, bei denen Durchfall und Berftopfung abwechselt. Ihre Sautfalten werden leicht naf und mund; fie schwitzen viel im Schlafe. Sie haben wenig Reigung, ihre Musteln zu bemegen und lernen fpat laufen. Ihre biden, runden Backen find mehr zum Saugen eingerichtet, fodaß der Besichtsausdruck burch die entstehenden Backentaschen etwas Bierichrötiges, in die Breite Gehendes gewinnt. Das Rind mit früh entwickelten Raumusteln und Bahnen bietet ein normaleres Aussehen.

Das gutgeübte Rauen hat aber mahrscheinlich auch noch eine andere gesundheitlich wichtige Folge, nämlich die Entlaftung bes gesamten Körpers von seiner überflussigen Lymphe durch die drufigen Organe des Schlundes und Rachens (Mandeln). Bermehrte Mustelbewegung fördert gleichfalls den Lymphstrom. Dadurch wird aber auch das Blut verbeffert, da sich die Lymphe nicht mehr so maffenhaft in die Blutgefäße ergießt, das Blut nicht mehr fo mäfferig gemacht wird. Wie weit badurch die in diesem Alter fo häufigen Rrantheiten, besonders Diph= therie und Scharlach, die von den drufigen Halsorganen ausgehen, verhütet werden fonnen, ift noch nicht befannt, doch liegt diefer Bufammenhang recht nahe.

Jedenfalls kann durch richtige Ernährung des Kindes im Zusammenhang mit Reinlichkeit, guter Hautpflege durch Wasser und Luft, möglichst langem Genuß der frischen Luft täglich, nachts stets bei etwas geöffnetem Fenster, reichlicher Mustels betätigung und vor allem richtiger Ernährung unter Zuhilsenahme von nicht zu viel Auhmilch, die Blutbildung des Kindes mächtig verbessert, franthafte Unlage zur Blutarmut verringert wers den. Blutarmut ist aber heutzutage ein so außersordentlich häusiges Leiden des Kindesalters, daß man nicht ernsthaft genug die Maßregeln zu ihrer Berhütung empfehlen kann, besonders da sie für unzählige spätere Krantheiten die hauptsächlichste Grundlage bildet.

Inhalt von Mr. 11 der Annalen 1920.

Bilder aus der Homöopathenversolgung in Württemsberg. — Die Wichtigkeit einer naturgemäßen Körperspsiege und des Gedankenlebens. — Eicheln und Buchsnüsse. — Prügelpädagogik. — Wie in der Schweizein Abstinentenverein gegründet wurde.



Ī

Bu beziehen durch alle Apotheken und Mineralwaffer-Handlungen



Prospekte kostenlos durch "Fürstl. Bildung. Mineralguellen A.G."



POPULA PREBABIO

Bad Wildungen

Jeder Arzt, jeder Laie, der Bad Wildungen besuchte, weiß, daß der Ruf dieses Bades an der Wirfung seiner beiden altberühmten Hauptquellen beruht, und zwar der

Helenenquelle

bei Rierenleiden, Sarngrieß, Gicht und Stein Der Bersand dieser beiden Duellen zur Haustrinkfur beträgt pro Jahr über $1^1/2$ Millionen Flaschen, das ist mehr als $^9/10$ des Gesamtsversandes der 8 Wildunger Quellen.

Man achte genau auf die Namen "Selenen= und Georg Bictorquelle", da Erjatz weder durch andere Quellen, noch durch fünstliches, sogenanntes Wildunger Salz möglich ist.

Georg Victorquelle

bei Blasenkatarrh und Frauenleiden