

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 34 (1930-1931)
Heft: 12

Rubrik: Aerztlicher Ratgeber

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: 30.12.2025

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

Das war starker Pfeffer. Zornig und spöttisch fuhr es ihr heraus: „Wenn dies der Fall wäre, wüssten Sie hoffentlich, wer ich bin und wo es war.“

Begütigend meinte er: „Ich machte doch nur einen Scherz.“

Ihr aber war nicht scherhaft zumute, und um der unangenehmen Situation ein Ende zu bereiten, sagte sie:

„Vielleicht haben Sie mich an einem Kongreß getroffen.“

„Ah!“ fragte er gedehnt, „gehen Sie auch an Kongresse?“ und spielte mit seinen schlanken unberingten Händen. „Vor ein paar Monaten war ich an einem Erziehungskongreß in Paris und zuletzt noch in Genf!“

„Genf!“ rief sie aus, und dann kam es wie eine plötzliche Erleuchtung über sie.

„Sind Sie etwa der Herr, der mir nach dem gemeinschaftlichen Bankett beim Ausgang ein paar verbindliche Worte sagte und mir behülflich war, den Mantel anzuziehen? Aus Höflichkeit wollte ich Ihnen denselben Dienst leisten.“

Sie aber wiesen meine Hilfe mit den Worten zurück: „Lassen Sie es, seit ich verheiratet bin, hat mir niemand mehr in den Mantel geholfen.“

Ein verlegenes Lächeln spielte um seinen Mund. Die Enttäuschung war groß, daß sich der heimliche „Traum“ bloß als Kollegin entpuppte. —

Wie fröhlich lachte sie, als sie etwas später ins Hotel zurückkam und allein war — die Situation war wirklich zu komisch gewesen!

*

Tags darauf lachte sie nicht mehr. Sie sah ihn in der Bahn nach Zürich sitzen — bleich, mit verstörtem Blick, nervös. Mit erschreckender Gewissheit erkannte sie, daß er zu jenen vielen Tausenden von unbefriedigten Menschen gehörte, die in ihrer Herzensnot und Seeleneinsamkeit auf die Berge flüchten, um Verständnis und Frieden zu suchen und ohne sie zu finden, wieder hinunter müssen, in die Qual des Unverständenseins zurück. Thilde Nellum.

Aerztlicher Ratgeber.

Von Dr. W. H.

Das appetitlose Kind.

Appetitlose Kinder machen den Eltern viel zu schaffen und doch sind die Eltern oft vielfach selbst schuld, wenn die Kinder nicht recht essen wollen und den Appetit verlieren. Viel zu wenig sind überhaupt noch die Grundzüge für eine vernünftige Ernährung der Kinder bekannt. Wie der Erwachsene bedarf das Kind für seinen Stoffwechsel und zum Aufbau seiner Körpermasse an Nährstoffen Eiweiß, Fett, Kohlehydrate und Salze. Nach Prof. Erich Müller in Berlin sind von den Eiweißstoffen für das Kind diejenigen tierischer Herkunft am wichtigsten; am wertvollsten sind Leber, Gries, Milz und Nieren, minderwertig sind die pflanzlichen Getreidearten, am tiefsten stehen die Hülsenfrüchte. Am besten ist die Ernährung, die aus Fleisch und etwas Milch besteht. Die natürlichen frischen Nahrungsmittel bilden die zweitmäigste Mischung aller vier Nährstoffgruppen. Was die Gemüse anbelangt, so ist es notwendig, diese für das Kind in ihrem eigenen Saft zu kochen, um ihnen die für die Ernährung so wichtigen Mineralstoffe zu erhalten; das Brühwasser soll nicht fortgegossen werden. Weil oft

zu wenig Mineralstoffe in den gekochten Speisen enthalten sind, greift das Kind gierig nach rohen Nahrungsmitteln.

Wenn die Mutter über Appetitlosigkeit des Kindes klagt, so ist zunächst die Frage zu prüfen, ob das Kind wirklich zu wenig ist und ob es sich nicht vielmehr um unangebrachte Überfütterungs- und Mästungsversuche vonseiten überängstlicher Mütter handelt. Dadurch wird das Gegenteil erreicht, was man wollte, und das Kind wird wirklich zu einem nichtessenden Kinde. Häufig zeigen sich diese Ernährungsschwierigkeiten beim Übergang vom Säuglings- zum Kleinkindesalter. Natürlich wird Appetitlosigkeit als ein Symptom bei zahlreichen Kinderkrankheiten beobachtet, unter anderem bei der Tuberkulose. Ob eine solche Krankheit vorliegt, festzustellen, ist Sache des Arztes. Bei diesen Betrachtungen soll nur von der Appetitlosigkeit der Kinder die Rede sein, die durch falsche und unzweckmäßige Ernährung hervorgerufen wird. Diese kann die Qualität und auch die Quantität der dem Kind gereichten Kosten betreffen. Dazu kommen Unregelmäßigkeiten in der Nahrungszufuhr. Prof. L. F. Meyer und

Dr. Nassau, Berlin, erinnern daran, daß die Regelmäßigkeit der Nahrungszufluhr, also der Wechsel von Mahlzeit und Pause zwischen den Mahlzeiten, der beim Säugling mit großer Sorgfalt eingehalten wird, beim Kleinkind oft genug vergessen wird. Unnötigerweise werden oft kleine Zwischenmahlzeiten gegeben. Aber nur das strenge Festhalten an der Vierzahl der täglichen Mahlzeiten kann die Störung des Appetits fernhalten, die aus unzweckmäßigen Zwischenessen erwachsen. Als gründlicher Verderber des Appetits wirken vor allem Süßigkeiten (Schokolade, Kuchen und Bonbons), die für viele Stunden das Hungergefühl verdecken. Übermäßiger Milchgenuss ist eine der häufigsten Ursachen der Appetitlosigkeit. Wenn ein Kind 4—6 Mal am Tage ein Täschchen Milch trinkt, so wird nicht nur dadurch ein beträchtlicher Teil des tatsächlichen Nahrungsbedarfes bereits gedeckt, sondern es kommt auch zur Appetitlosigkeit, da der Milchgenuss bei vielen älteren Kindern ebenso wie bei den Erwachsenen ein langanhaltendes Sättigungsgefühl hervorruft. Abwechslung und Veränderung der Nahrung ist notwendig, wenn die Lust erhalten bleiben soll. Nur in einer gemischten Kost sind die Stoffe enthalten, die den Appetit anregen. Milch sollte bei Klein- und Schulkindern nie in größerer Menge wie 300—500 Gramm am Tage gereicht werden, manchmal ist sogar ein völliger Verzicht auf Milch geboten, um Raum für andere wichtige Nahrungsmittel zu schaffen. Unzweckmäßige Zufuhr von Flüssigkeiten kann ebenfalls zur Appetitlosigkeit führen. Dünne Suppen und Brühen als Einleitung einer Mahlzeit genossen, können gleichfalls zur Appetitlosigkeit führen. Bei appetitlosen Kindern sollte man daher auf die Suppe ganz verzichten. Dasselbe gilt für das reichliche Trinken von Wasser. Unzweckmäßig große Nahrungsmengen, zu denen das Kind gezwungen wird, führen ebenfalls oft zur Appetitlosigkeit. Bei dieser Form der Nahrungsablehnung spielt das seelische Moment eine Rolle. Wenn letzteres der Fall ist, dann müssen die Ernährungsschwierigkeiten durch Erziehungsmaßnahmen, durch

Strenge und oft auch durch Strafen beseitigt werden. Ganz verkehrt ist bei nervösen Kindern die übertriebene Sorge der Eltern um die Nahrungsaufnahme des Kindes, die ständige Angst, daß das Kind hungert und die Bedeutung, die der Mahlzeit beigelegt wird, verleidet mit der Zeit manchem Kinde das Essen vollständig. Es gibt auch Kinder, deren Nahrungsbedarf an und für sich sehr gering ist, die aber trotz geringer Nahrungsmenge eine gute Entwicklung zeigen.

*

Die Taubenfräze.

Eine bisher wenig bekannte Krankheit, die Taubenfräze, ist in der letzten Zeit in Zürich wiederholt beobachtet worden und hat dadurch zu einer gewissen Beunruhigung geführt. In der Dermatologischen Universitätsklinik in Zürich wurden mehrere Patienten behandelt, die besonders nachts an heftigem Zucken litten und an den Armen und Beinen einen Ausschlag zeigten, der durch zahlreiche kleine rote Knödelchen charakterisiert war. Eine Patientin gab an, daß eine Taube zwischen Vorfensterrahmen und Fenster des Schlafzimmers nistete; das Gefieder der jungen Taube, die ausgekrochen war und welche die Patientin aufzog, soll von kleinen Tieren gewimmelt haben. Die Patientin beobachtete, daß abends die gleichen Tierchen aus den Holzröhren und Fugen unter dem Fensterbrett hervorkrochen. Eine Augenscheinnahme in der Wohnung ergab, daß tatsächlich, sobald das Licht angezündet wurde, aus allen Röhren die Tiere zum Vorschein kamen. Bei der Untersuchung erwiesen sich die Tiere als Milben, deren Darm voll Blut war. Das Zürcher Gesundheitsamt verfügte alsdann die Säuberung der Brutstätten und Aufenthaltsorte der Tauben und die Desinfektion der von Milben befallenen Räume. Es warnte ferner vor dem allzu intimen Verkehr beim Füttern der Tiere, besonders vor dem Anlocken in die Wohnräume, da die Milben infizierter Tiere in die Wandröhren und Polstermöbel wandern.

Redaktion: Dr. Ernst Schmann, Zürich 7, Rütistr. 44. (Beiträge nur an diese Adresse!)  Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Verlag von Müller, Werder & Co., Wolfbachstraße 19, Zürich.

Insertionspreise für schweiz. Anzeigen: $\frac{1}{4}$ Seite Fr. 180.—, $\frac{1}{2}$ Seite Fr. 90.—, $\frac{1}{4}$ Seite Fr. 45.—, $\frac{1}{8}$ Seite Fr. 22.50, $\frac{1}{16}$ Seite Fr. 11.25
für ausländ. Ursprungs: $\frac{1}{4}$ Seite Fr. 200.—, $\frac{1}{2}$ Seite Fr. 100.—, $\frac{1}{4}$ Seite Fr. 50.—, $\frac{1}{8}$ Seite Fr. 25.—, $\frac{1}{16}$ Seite Fr. 12.50

Allgemeine Anzeigenannahme: Aktiengesellschaft der Unternehmungen Rudolf Moosse, Zürich, Basel, Bern und Agenturen.