

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 43 (1939-1940)  
**Heft:** 15

**Artikel:** Das gesündeste Lebensalter: elf Jahre!  
**Autor:** W.S.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-669942>

#### 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:** 21.02.2026

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

## Das gesündeste Lebensalter: elf Jahre!

Man spricht von der Kindheit als der Lebenszeit voll Glück und Frieden. Und wenn das auch psychologisch nicht ganz zutrifft, so hat es doch einen sehr realen Kern. Das zweite Jahrzehnt des Lebens ist nämlich jene Periode des Menschenlebens, die am wenigsten durch Krankheiten verwirrt ist. Das zeigen die Statistiken aller Länder.

Neuere amerikanische Statistiken zeigen aber noch etwas Genaueres: daß nämlich das elfte Lebensjahr jenes ist, das im Durchschnitt von sämtlichen Lebensjahren die wenigsten Krankheiten aufweist. Sehr kleine Kinder erkranken bekanntlich häufig; die Säuglingssterblichkeit, so sehr sie zurückgegangen ist, bedeutet nach wie vor einen erheblichen Bruchteil an der Gefährdung des Menschenlebens. Aber im zweiten Lebensjahrzehnt sind diese Eigenheiten der frühen Kindheit völlig geschwunden, — und andererseits haben die Krankheiten des späteren Lebensalters noch nicht begonnen, ihren Einfluß spüren zu lassen.

So gering ist in der Tat die Sterblichkeit im elften Lebensjahr, daß an erster Stelle der Krankheiten die Gefährdung durch Unfälle steht, — und doch steht die Anzahl der Unfälle hier auf einem Tiefpunkt. Vor und nach dem zweiten Lebensjahr treten Unfälle im Verhältnis zu anderen Krankheiten weit zurück. In der jüngsten Altersgruppe, zwischen 1 und 4 Jahren, stehen Grippe und Lungenentzündung an erster Stelle der kindlichen Sterblichkeit, dann kommen übertragbare Kinderkrankheiten und erst an dritter Stelle Unfälle. Allmählich rücken dann Unfälle immer weiter nach vorn, bis sie an die erste Stelle kommen.

Es ist dabei immer nicht zu vergessen, daß an sich im Alter von elf Jahren auch die Unfallhäufigkeit sehr gering ist. Bei den elfjährigen Knaben machen nach der erwähnten Statistik Unfälle 28 Prozent der Sterblichkeit aus. Ein Drittel davon ist auf Rechnung von Autounfällen zu setzen. An zweiter Stelle steht die Gefährdung durch Ertrinken, an dritter Stelle Fall und Sturz, dann kommen Verletzungen durch Feuerwaffen. Nächst den Unfällen bedeutet die Blinddarmentzündung eine Bedrohung dieses Lebensalters bei Knaben, dann kommen Herzkrankheiten und Lungenentzündung. Übertragbare Kinderkrankheiten bilden nur 4 Prozent der Todesfälle, tuberkulose etwa 3 Prozent.

Die gefährdenden Krankheiten bei elfjährigen

Mädchen laufen in etwas anderer Reihenfolge. An erster Stelle stehen hier Herzkrankheiten mit 12 Prozent der Gesamtsterblichkeit, an zweiter Stelle kommen Unfälle mit nur 11 Prozent, das bedeutet weniger als die Hälfte der Unfälle bei Knaben. An dritter Stelle kommt auch hier Lungenentzündung, darnach Blinddarmentzündung, und dann Tuberkulose mit 7 Prozent.

Auch wenn man Krankheiten betrachtet, die günstig ausgehen, ist im elften Lebensjahr ein Tiefpunkt der Krankheitshäufigkeit vorhanden. Die allermeisten Krankheiten des Kindesalters — zu jedem Zeitpunkt — nehmen ja glücklicherweise einen günstigen Verlauf, ohne daß weitere Folgen zurückbleiben. Die statistischen Aufzeichnungen zeigen aber, daß das elfte Lebensjahr bei Knaben und Mädchen auch in dieser Hinsicht am meisten begünstigt ist.

Eine merkwürdige Tatsache ist es, daß im allgemeinen Mädchen erheblich widerstandsfähiger gegen Krankheiten sind als Knaben. Das beginnt im Augenblick der Geburt und bleibt bei Frauen bis ins hohe Lebensalter hinein deutlich. Mädchen und Frauen sind — wenigstens in gesundheitlicher Beziehung — ohne jeden Zweifel das stärkere Geschlecht, so sehr diese Feststellung auch einer von früher her übernommenen Volksweisheit widerspricht.

Von der Geburt an ist die weibliche Sterblichkeit geringer. Zu allen Zeiten und in allen Ländern werden mehr Knaben geboren als Mädchen: auf je hundert Mädchengeburten treffen im Durchschnitt je 106 Knabengeburten. Aber dieses ursprüngliche Verhältnis ändert sich rasch. Die höhere Sterblichkeit der männlichen Neugeborenen, der Knaben und der Jünglinge, bringt es zuwege, daß in dem Lebenszeitraum zwischen 21 und 26 Jahren bereits etwa gleichviel Männer und Frauen vorhanden sind; dabei ist von den Einflüssen von Krieg und Auswanderungen abgesehen. Auch weiterhin bleibt die Sterblichkeit der Frauen stets geringer, so daß im Alter von 90 Jahren durchschnittlich 170 und mehr Frauen auf 100 gleichaltrige Männer treffen.

Bei fast allen Krankheiten gehen die Mädchen und Frauen als die stärkeren und widerstandsfähigeren hervor. Das gilt auch da, wo nicht Schäden des Berufes vorliegen, wozu man beispielsweise die stärkere Unfallsgefährdung der Knaben im 11. Lebensjahr, von der oben die Rede war, in gewissem Sinne rechnen könnte.

Die Unterschiede bei Kinderkrankheiten sind nicht sehr groß; immerhin sind durch Diphtherie, Scharlach, Masern die Knaben in vielen Ländern etwas mehr bedroht als Mädelchen. In höherem Maße gilt das für Lungenentzündung, Grippe, Herzleiden, Blinddarmentzündung. Nur eine Krankheit des Kindesalters macht in allen Ländern eine seltsame und unerklärte Ausnahme, das ist der Keuchhusten. Diese Krankheit hat sich immer für Mädelchen gefährlicher gezeigt als für Knaben, namentlich in den ganz frühen Jahren der Kindheit. Eine plausible Erklärung für diese merkwürdige Ausnahme von der sonst durchwegs größeren weiblichen Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten konnte bisher nicht gegeben werden.

Viele Ärzte sind der Ansicht, daß Frauen im allgemeinen bessere und geduldigere Patienten sind als Männer. Sie tragen Schmerzen und Beschwerden bereitwilliger und haben dadurch in der Überwindung der Krankheit selbst direkte Vorteile. Denn ein ruhiger und geduldiger Patient erleichtert seinem Körper die Arbeit der Krankheitsbezwigung, während ein unruhiger und nervöser Patient sich vielfach nicht nur neue Schmerzen schafft, sondern die Heilung hemmt.

Dass aber von Natur aus den Frauen eine größere Fähigkeit zum Tragen von Leiden und Krankheiten gegeben ist, zeigt sich darin, daß schon die kleinen Mädelchen und weiblichen Säuglinge eine geringere Sterblichkeit haben als Knaben. Offenbar ist von der Natur aus den Frauen

hier eine Gabe mitgegeben, die für ihren künftigen Beruf als Mutter besonders wertvoll ist.

Natürlich gibt es auch ganz andere Fälle, und diese Darstellung soll keineswegs bedeuten, daß Knaben etwa durchwegs ungeduldiger im Ertragen von Krankheiten wären als Mädelchen. Jede Mutter und jeder Arzt kennt Knaben, die ein unüberbietbares Beispiel der Geduld und Tapferkeit auch bei schwerer Krankheit geben, wie jeder kleine Mädelchen kennt, die bei den leichtesten Beschwerden schon zu klagen beginnen. Im Einzelfall sind die Verhältnisse ganz anders, und jedes Kind kann seelisch nur nach seinem eigenen Charakter und körperlich nur nach seinem rein persönlichen Befinden bewertet werden.

Aber die Statistik ist eine große Lehrmeisterin zur Beurteilung des Durchschnitts, und sie lehrt uns unwiderleglich das Gesetz, daß Mädelchen und Frauen kräftiger von Gesundheit und widerstandsfähiger gegen Krankheiten sind als Knaben und Männer. Es gibt denn auch Ärzte, die — von der Beurteilung des jeweiligen Einzelfalles abgesehen — kein Bedenken tragen, gewisse schwierige Eingriffe an weiblichen Patienten vorzunehmen, während sie es weniger leicht wagen, sie an Knaben und Männern durchzuführen. Zum Glück sind aber die Fortschritte der Behandlungstechnik so groß, daß die Unterschiede in der Widerstandsfähigkeit der beiden Geschlechter in derartigen Fällen eine immer kleinere Rolle spielen.

Dr. W. G.

## Erziehung zur Chrfurct.

Von M. Steiger-Lenggenhager.

Kürzlich war eine Großmutter mit ihren Enkelkindern bei mir, herzigen, gut erzogenen Mädelchen. — „O ja, gewiß sei es eine Freude mit ihnen, bestätigt sie meine Frage; obwohl..., es sei halt mit den heutigen Kindern nicht mehr dasselbe wie ehedem. Nein, manchmal dünkt es einen doch, es heig afe lei Gattig, wie sie's treiben. Ehemals hatten sie ihr Spielzeug (und bei weitem nicht soviel wie heute), das gehörte ihnen, und damit konnten sie spielen. Jetzt — nun ich hätte ja selbst schon gefunden, die Jugend werde verwöhnt mit diesen Dingen. Aber nicht genug daran, daß sie alles bekommen, was um Geld zu haben sei, nein darüber hinaus wird alles in ihren Spielbereich gezogen, was überhaupt herumsteht und -liegt, ob es nun Großmutter's schön gestickter Fußschemel sei, oder umgekehrt ein Puppenbett ergibt, oder ihr Halstuch, das über der

Sessellehne hängt und in das der Bär eingewickelt wird, ob es Großvaters Sonntagsrock ist, oder das Sophakissen, der Arbeitsbeutel, — gleichviel, man kann's brauchen und nimmt's, ungefragt, in der Überzeugung, daß alles für sie, die Kinder, da sei. Nichts ist ihnen heilig; vor nichts haben sie Respekt; nach Belieben reift man ein Blatt Papier aus dem Block, nimmt man den Bleistift zuhanden, wenn man den eigenen verlegt hat; keine Ahnung von der Achtung, die sie seiner Zeit als Kinder dem entgegenbrachte, was den Erwachsenen gehörte. — Oder hätte je eines von ihnen gewagt, sich in Vaters Fauteuil zu setzen? Nicht einmal in seiner Abwesenheit, selbst wenn man ihn für den ganzen Tag fort wußte; sogar dem Nesthäkchen, das sich immer ein bißchen mehr erlaubte als die andern, wäre es nicht im Traum eingefallen, Vaters ge-