

**Zeitschrift:** Die Frau in der Schweiz: illustriertes Jahrbuch für Frauen-Bestrebungen

**Herausgeber:** [s.n.]

**Band:** - (1931)

**Heft:** [3-4]

**Artikel:** Die Ernährung des gesunden Säuglings

**Autor:** Krauthammer, M.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-327065>

#### 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:** 18.02.2026

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

## Die Ernährung des gesunden Säuglings.

Das neugeborene Kind bedarf an Nahrung im Verhältnis etwa dreimal so viel wie der Erwachsene. Die Nahrung wird von ihm dazu verwandt, seine Körperwärme zu erhalten und das Wachstum zu ermöglichen. In den ersten Tagen nimmt der Säugling keine Nahrung zu sich, infolgedessen verringert sich sein Körpergewicht in der ersten Woche. In der zweiten Woche gewinnt er das verlorene Gewicht zurück und von der dritten Woche an nimmt er mit ziemlicher Regelmässigkeit an Gewicht zu und zwar in den ersten acht Wochen etwa 200 Gramm pro Woche, dann wird die wöchentliche Gewichtszunahme etwas geringer, das Normalgewicht am Ende des ersten Lebensjahres beträgt etwa 10 Kilogramm. Um diese regelmässige Gewichtszunahme zu erzielen, braucht der Säugling etwa 140 Gramm Frauenmilch pro ein Kilogramm Körpergewicht. Da, wie erwähnt, das Nahrungsbedürfnis des Neugeborenen sehr gering ist, so soll das Anlegen des Kindes frühestens nach 24 Stunden erfolgen, das Kind schläft an den ersten zwei Tagen zu meist, meldet es sich, so reiche man am besten etwas Tee, eventuell mit Zusatz von Sacharin. Vom zweiten bis dritten Tage an soll das Kind regelmässig an die Brust angelegt werden; am zweckmässigsten gibt man dem Kinde tagsüber dreistündlich zu trinken, in der Nacht reicht man höchstens eine Mahlzeit; das Kind gewöhnt sich bald an eine regelmässige Ordnung. Die Zahl der verabreichten Mahlzeiten beträgt dann etwa fünf bis sieben in 24 Stunden. Die Dauer der Mahlzeit soll 15 — 20 Minuten in der Regel nicht überschreiten; in den meisten Fällen hört das Kind, das gesättigt ist, von selbst auf zu saugen. Die Mutter soll beachten, dass die zuerst gereichte Brust möglichst vollständig entleert wird, bevor die andere Brust gereicht wird, um eine Milchstauung, durch die die Sekretion ungünstig beeinflusst wird, zu vermeiden. Die grossen Vorteile, die die natürliche Ernährung vor der künstlichen voraus hat, sind bereits in einem früheren Aufsatz erwähnt. Es ist daher ratsam, dass die Mutter im Falle anfänglich unzulänglicher Milchabsonderung nicht sofort eine künstliche Ernährung einleitet, zumal auch eine längere, knappe Ernährung an der Brust dem Kinde nicht schadet und die Milchabsonderung zuweilen erst nach einiger Zeit ausreichend einsetzt. Tritt nach etwa zwei Wochen noch keine Gewichtszunahme des Kindes ein, so muss die Ernährung durch künstliche Nah-

rung ergänzt werden. Man reicht am besten in 24 Stunden ein- bis zweimal statt der Brust die Flasche, doch ist Sorge zu tragen, dass das Kind nicht zu viel aus der Flasche erhält, sonst wird es leicht entwöhnt, die Brust noch vollkommen zu entleeren und es kommt zur Milchstauung und bald zum völligen Versiegen der Milchabsonderung. Wird auf diese angegebene Weise die gemischte Ernährung sachgemäss durchgeführt, so erlebt man nicht selten, dass noch nach ein bis zwei Monaten die Milchabsonderung der Mutter sich derart steigert, dass die Zulage wieder abgesetzt und das Kind allein mit Muttermilch ausreichend ernährt werden kann. Steht eine Amme zur Verfügung, so kann diese die Nahrungsulagen ersetzen.

Die Entwöhnung des Säuglings beginnt im sechsten bis achten Monat und soll möglichst allmälist durchgeführt werden. Man ersetzt zunächst eine Mahlzeit (nach Czerny) durch 150 bis 200 ccm mit Fleischbrühe gekochter, gut entfetteter Griessuppe. Nach einigen Wochen ist Ersatz einer zweiten Brustumahlzeit durch einen aus Milch und Zwieback hergestellten Brei zu empfehlen. Allmälist werden immer mehr Brustumahlzeiten durch künstliche Nahrung ersetzt bis zur völligen Entwöhnung. Nach der Entwöhnung kann der Speisenzettel schon reichhaltiger sein: man gibt Reis-, Gries-, Nudel-, Kartoffelsuppen, Gries- und Reisbreie, 1 — 2 Esslöffel Gemüsespeisen usw. Am Ende des ersten Lebensjahres soll der tägliche Milchverbrauch des Kindes 1 Liter nicht übersteigen.

Die künstliche Ernährung mit Tiermilch ist mit allerlei Gefahren für den Säugling verbunden. Diese bestehen in Unterschieden in der chemischen Zusammensetzung der Frauenmilch einerseits, der Tiermilch anderseits, ferner in Zersetzung der Tiermilch, die die Darmstörungen verursachen können; endlich darin, dass die Tiermilch auf ihrem Wege vom Euter der Kuh bis zum Munde des Kindes viel leichter mit Krankheitskeimen infiziert werden kann, als die direkt aufgenommene Frauenmilch. Um eventuell vorhandene Krankheitskeime zu vernichten, soll man die Milch längere Zeit auf 60 bis 70 Grad erhitzen, oder kurze Zeit kochen. Längereres Kochen schadet der Milch. Praktisch ist ein 10 Minuten langes Kochen im Boschlet-Apparat. In der Zeit, die zwischen Erhitzen und Verabreichen an das Kind liegt, ist die Milch kühl zu halten. Es erübrigts sich zu erwähnen, dass alle Gefässe, die mit der Säuglingsnahrung in Berührung kommen, peinlichst sauber zu halten sind. Auch bei künstlicher Ernährung erhält das Kind in den ersten 24 Stunden keine Nahrung. Die

Erfahrung hat gelehrt, dass es zweckmässig ist, nicht von Anfang an unverdünnte Kuhmilch zu verabreichen, sondern dieselbe mit Wasser zu verdünnen, die durch die Verdünnung bewirkte Verminderung des Nährgehaltes gleicht man durch Zusätze, am besten mit Milchzucker, aus. Man beginnt also die Ernährung am zweiten Tage mit einer Mischung von einem Drittel Kuhmilch und zwei Dritteln Wasser und 40 bis 50 Gramm Milchzucker. Von dieser Mischung gibt man drei Tage lang drei bis vier Mahlzeiten von je 100 ccm, vom vierten oder fünften Tage an je fünf Mahlzeiten. Im zweiten und dritten Monat geht man auf die sogenannte Einhalbmilch über, d. h. auf eine Mischung von  $\frac{1}{2}$  Liter Kuhmilch auf  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser und 50 Gramm Milchzucker.

Im vierten bis siebten Monat verdünnt man zwei Dritteln Liter Kuhmilch und ein Drittel Liter Wasser und 35 g Milchzucker.

Vom achten Monat ab wird reine Kuhmilch verabreicht. Bekommt diese sprunghafte Erhöhung der Milchkonzentration dem Kinde nicht, so empfiehlt es sich, langsam vorzugehen, mit allmählich steigender Zulage von wenig Löffeln Milch.

Gedeiht das Kind bei der beschriebenen Ernährungsweise nicht, d. h. nimmt es nicht an Gewicht zu, hat Durchfälle oder andere Krankheitszeichen, so ist sofort der Arzt zu befragen. *Dr. M. Krauthammer, Herisau.*

## Des Kindes erstes Wort beim Erwachen.

Es schlafet mis Gofli guet im Bett,  
wien' es Müsli chli ond still,  
en guete Schlof mi's Chröttli hett,  
es ruebet guet ond viel.

Es tuet em aber herzli guet,  
es wachst no über Nacht,  
drom gsehts au us wie Milch ond Bluot,  
ond het so Fortschritt gmacht.

E Freud isch wien' es isch zuteckt,  
wie's ruhig schnüfle tuet,  
sie Beinli under de Decki streckt,  
das tuet em sicher guet.

Es goht em Obig frue zor Rue,  
si's Pläpperle hört uf,  
bald häfft's die müede Aeugli zue,  
es Chüssli kriegt no druf,  
vom Müetti, wo für's sorge tuet,  
es lieb hett Tag ond Nacht,  
wo's allwig hett i gueter Huet,  
scho mängisch Opfer procht.

Und wenn denn s'emsig Müetterli  
recht spot got au zor Rue,  
wenn gflickt sie hett es Füederli,  
iuegts no em Stumpe noe,

es fahrt em lisli über 's Hoor,  
über Päggli — lieb ond sanft,  
was getts au Schöners — isch nüd wohr?  
als so en — Chli-Hansdampf.

Bald zieht si s'Müetti au zor Rue,  
es betet no för 's herzig Chind,  
doch d'Müedi tüend em d'Auge zue,  
ond schlöfe tuets denn gschwind.

Uf eimol chonts go tägele,  
es grüsst de Sunneschi,  
dem chline Ma a Bäggeli,  
wie gsehts so goldig dri.



Ond s'Sönnli loht es nümme logg,  
es schints gär chräftig a,  
jetzt chertsi s'Chröttli vor ond zrogg,  
und fangt z'vertwachene a.

Es riebt no d'Aeugli i ond us,  
ond luegt a d'Decki — d'Wand,  
ond s'Müetti hörts — blibt müsli still,  
tuet — ob es no fest schlof,  
wie gäbet mängi Fraue viel,  
wenn's hettet so en Gof.

Uf eimol tönts mit finer Stimm:  
Guete Tag mi's herzig Müetterli —  
so lieb ond zart ond fin,  
es springt — ond frögts sis Müetterli:  
so weich ond lieb: Därf i  
zo der is Bettli innecho,  
i möcht no e Wili bi der si,  
du häschts so warm derno.

Und s'Müetti züchts mit Händ und Füess  
under Decki — i ihr Bett,  
sie bläuderlet denn froh und süess,  
wenn i's au nu so hett!

*Gustav Rechsteiner, Berlingen.*