

Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 2 (1904)

Heft: 7

Artikel: Ueber das Stillen

Autor: Schwarzenbach

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-948747>

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: 24.01.2026

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



Erscheint jeden Monat einmal.

Druck und Expedition:
Buchdruckerei J. Weiss, Affoltern am Albis.

Redaktion: Für den wissenschaftlichen Teil: Dr. C. Schwarzenbach, Spezialarzt für Geburtshilfe und Frauenkrankheiten, Stockerstraße 31, Zürich II.
Für den allgemeinen Teil: Namens der Zeitungskommission Frau W. Notari, Hebamme, Gotthardstraße 49, Zürich II.

Abonnements: Es werden Jahresabonnements für ein Kalenderjahr ausgegeben;
Fr. 2.50 für die Schweiz und Mark 2.50 für das Ausland.

Inserate: Schweizerische Inserate 20 Rp., ausländische 20 Pfennig pro einpaltige Zeile; größere Aufträge entsprechender Rabatt. — **Abonnements- und Insertionsaufträge** sind zu adressieren an die Administration der „Schweizer Hebamme“ in Zürich IV.

Inhalt:

Hauptblatt: Ueber das Stillen, Vortrag von Dr. Schwarzenbach. — **Eingefandtes.** — Vom ersten Schweizer Hebammentag in Zürich. — Inserate.

Beilage: Schweizer Hebammenverein: Aus den Verhandlungen des Zentralvorstandes. Präsidialwechsel. — Vom Hebammentag. — Besonders Erwünschtes vom Hebammentag. — Neue Mitgliederintritte. — An die Vereinsvorstände. — Krankentasse. — Verdankung. — Bekanntmachung. — **Vereinsnachrichten** der Sektionen Appenzell, Bern, St. Gallen, Rheintal, Solothurn, Winterthur, Zürich. — Todesanzeige. — Interessantes Allerlei: Schweiz, Ausland. — Briefkasten. — Inserate.

Ueber das Stillen.

Vortrag am diesjährigen Schweizerischen Hebammentag in Zürich, gehalten von Dr. Schwarzenbach.

Sehr geehrte Versammlung! Als ich die ehrenvolle Einladung erhielt, am diesjährigen Schweizerischen Hebammentage einen Vortrag zu halten, war ich nicht lange im Zweifel, was für ein Thema ich dafür wählen sollte. Schon lange lag es mir am Herzen, der Hebammenschaft einmal ausführlich und eindringlich meine Ansichten über das Stillen auseinanderzusetzen. Eigene Erfahrungen, sowie mündliche und gedruckte Äußerungen von andern Ärzten haben mich überzeugt, daß auf kaum einem andern Gebiete der Hebammentätigkeit heutzutage Aufklärung so dringend nötig ist, wie in der Lehre vom Stillen.

Das hat verschiedene Gründe. Einmal gibt es für die Hebammenschülerinnen in Geburtshilfe und Wochenbettspflege so viel Neues und Schwieriges zu lernen, daß in den Unterrichtsstunden nicht viel Zeit übrig bleibt für das Studium der natürlichen Säuglingsernährung. Die Hauptsache ist aber das Vorurteil, welches im Publikum gegen das Stillen besteht und gegen welches eine Hebamme ohne gründliche Kenntnisse in dieser Sache nicht aufkommen kann. Die meisten Frauen sollen nach der landläufigen Meinung zu schwach oder zu blutarm oder zu nervös sein, um stillen zu können. Als ob das eine aufreibende und die Gesundheit untergrabende Tätigkeit wäre! Gerade das Gegenteil ist richtig. Die meisten Frauen blühen beim Stillen eigentlich auf, werden rotbackig und nehmen an Körpergewicht zu. Dieses Dickwerden ist ja oft der Grund, weshalb eitle Frauen

ihrem Kinde die Brust vorenthalten. Sie fürchten, dabei ihre schlante Taille zu verlieren. Aber sogar dieser törichte Grund fällt dahin, weil in der Regel mit dem Versiegen der Milch auch die Körperfülle wieder bedeutend abnimmt. Das kann man fast regelmäßig beobachten. Daß das Stillen einen günstigen Einfluß auf die Verkleinerung und richtige Lagerung der Gebärmutter im Wochenbett ausübt, ist Ihnen wohl Allen bekannt.

Schwerer nervöse Frauen eignen sich allerdings deshalb nicht gut zum Stillen, weil ihnen die hierzu nötige Geduld und Seelenruhe abgeht. Bei Lungen- und Nervenkrankheiten wird allgemein vom Stillen abgeraten, bei hochgradiger Blutarmut ebenfalls. Immerhin habe ich gelegentlich beobachtet, daß blutarme Frauen während dem Stillen sich vorzüglich erholten, so daß man den Eindruck bekommt, daß gerade das Säugungsgeheimnis einen günstigen Einfluß auf die Blutbildung ausübt habe. Besonders oft erlebt man das bei Erstgebärenden, welche als junge Mädchen an Bleichsucht gelitten hatten, aber sonst gesund sind. Für solche wirkt das Selbstnähren ihres Kindes zuweilen wie eine Kur, welche sie von ihrem alten Uebel befreit.

Ein weiterer Grund für die Abneigung gegen das Stillen ist die Furcht vor Entzündungen der Brust. Auch diese ist ungeheuer übertrieben, denn die Wöchnerin kann sich durch richtiges Verhalten fast sicher vor solchen Komplikationen schützen.

Das verderblichste Vorurteil ist aber die weit verbreitete Meinung, die Frauen von heutzutage seien gar nicht mehr fähig zum Stillen. Weil die meisten ihre Kinder mit der Flasche aufzuziehen, glaubt man, das müsse so sein. Das ist aber ein großer Irrtum!

Der Glaube an die Unfähigkeit zum Stillen ist bereits so eingewurzelt, daß viele Wöchnerinnen gar keinen Versuch damit machen. Andere probieren es ein wenig, stecken aber sofort alle Bemühungen auf, sobald irgend eine kleine Schwierigkeit sich zeigt oder wenn nicht von Anfang an solche Ströme von Milch fließen, wie sie es für ihre Kinder wünschen. Dieses geringe Vertrauen in die Leistungsfähigkeit der weiblichen Brust ist eine Hauptursache dafür, daß tatsächlich so wenig Säuglinge natürlich ernährt werden.

Es wäre gut, wenn man aufhörte zu jammern: „Unsere Frauen können nicht mehr stillen!“ Man soll vielmehr den Frauen sagen: „Ihr könnt Alle stillen — mit wenigen Ausnahmen —, nur müßt Ihr es richtig anfangen und durchführen!“

Diese Belehrung im Volke zu verbreiten, ist Ihre Sache, geehrte Hebammen. Ungeheuren Nutzen werden Sie unserm Vaterlande bringen und großen Dank bei Ihren Pflegebefohlenen erwerben, wenn es Ihnen gelingt, den Aberglauben auszurotten, daß die Mehrzahl unserer Frauen unfähig sei, ihre Kinder selbst zu stillen. Das ist aber nur möglich, wenn Sie im Stande sind, den Stillmüttern die richtige Anleitung zu geben und bei den mannigfachen Schwierigkeiten jedes einzelnen Falles mit Erfolg zu raten und beizustehen. Dazu möchte ich Ihnen mit den folgenden Ausführungen verhelfen.

Ich würde mir nicht erlauben, so kühne Behauptungen aufzustellen und Ihnen so große Versprechungen zu machen, wenn nicht meine eigene Erfahrung mir bewiesen hätte, daß man tatsächlich die meisten Frauen zum Stillen bringen kann. Allerdings gibt es zuweilen große Schwierigkeiten und was das schlimmste ist: bei gar vielen Frauen versiegt die Milch schon nach wenigen Wochen. Professor Bunge hat nachgewiesen, daß der Alkoholismus der Eltern die Stillfähigkeit der Töchter schädigt, und diese Erkenntnis sollte gerade durch Sie im Volke recht bekannt gemacht werden. Eine andere Ursache für den Verlust oder die Verminderung der Stillfähigkeit ist die schlechte Ernährung eines großen Teils unseres Volkes und diese hat nicht immer ihren Grund in der Armut, sondern ebenso oft im Unverstand der Leute. So viele genießen fast nichts als Wein, Kaffee und Kartoffeln (und dazu noch schlechte!); wie elendiglich dabei der Mensch herunterkommt, das beweisen erschreckend deutlich die bedauernswürdig schwächlichen Gestalten der Landleute mancher Gegenden. Dazu kommt noch die unvernünftige Kleidung vieler Frauen. Nicht nur elegante Dämonen der Stadt schnüren sich in naturwidriger Weise, nein, selbst auf dem Lande, besonders in Fabrikorten, panzern schon ganz junge Mädchen ihre Brust in ein Korsett ein, welches ihnen die freie Bewegung und ausgiebige Atmung unmöglich macht. Das hat auf die Entwicklung der Brüste einen besonders ver-

derblichen Einfluß. Die Erkenntnis dieser traurigen Wahrheiten muß doch jeden rechten Menschen antreiben, gegen diese Mißstände in unferm Volke anzukämpfen, soweit es in seiner Kraft steht.

Wenn es trotz aller Unvernunft gelingt, den meisten Kindern wenigstens für einige Wochen die Mutterbrust zu verschaffen, so ist das für dieselben doch ein unzweifelhafter Nutzen und namentlich darf man hoffen, daß dadurch nicht nur der Versuch zum Stillen wieder allgemeine Sitte werde, sondern daß auch allmählich der Körper der Frau die volle Fähigkeit dazu wieder gewinne.

Ihre Hauptaufgabe ist also, die Ihnen anvertrauten Frauen zum Stillen zu bringen. Lassen Sie sich nun Punkt für Punkt besprechen, wie man nach meinen Erfahrungen und nach den Mitteilungen anderer Ärzte diese Aufgabe lösen kann. Denken wir zuerst an die Vorbereitung zum Stillen. Sie kennen Alle den Rat, in den letzten Wochen der Schwangerschaft die Warzen zu pflegen: man soll allfällige Schnupfkruken mit Del oder Glycerin aufstreichen und mit Seifenwasser entfernen; ferner soll man die Warze täglich mit kaltem Wasser, zuweilen unter Zusatz von Braunwein, waschen. Diese regelmäßigen Waschungen werden leider oft vernachlässigt. Sind die Warzen flach, so sollen sie in den letzten Schwangerschaftswochen täglich vorgezogen werden. In Frankreich läßt man den Mann oder sonst Jemanden öfter an der Warze saugen, um sie hervorzuziehen, ja es wird dort sogar empfohlen, dies von einem jungen Hunde besorgen zu lassen — eine Methode, an der wohl unsere Frauen keinen Geschmack finden würden. Manche raten, vor der Geburt beständig Warzenhütchen aus Gummi oder Ringe um die Warzen zu tragen, wodurch die Warzen ebenfalls herausgedrückt werden sollen, doch ist der Nutzen davon zweifelhaft, und leicht kann dadurch die Haut gereizt werden.

Mindestens so wichtig wie diese körperlichen Maßnahmen ist aber auch die seelische Vorbereitung der Schwangeren zum Stillen. Erstens muß man ihr klar machen, daß es sich um eine ernste, von der Natur gebotene Mutterpflicht handelt, deren Vernachlässigung einen bleibenden Schaden für das Kind nach sich zieht. Zweitens muß man der Schwangeren die Zuversicht beibringen, daß sie sicher werde stillen können. Sagen Sie einfach: „Selbstverständlich können Sie stillen, wenn es richtig angefangen wird!“ Gegenüber Zweiflerinnen soll die ganze rühmlichst bekannte weibliche Beredsamkeit aufgeboten werden. — Es steht nämlich fest, daß der Gemütszustand einen großen Einfluß auf das Verhalten der Milchdrüsen hat. Allbekannt ist ja, daß z. B. großer Schrecken eine schlechte Beschaffenheit der Milch oder sogar plötzliches Versiegen derselben zur Folge haben kann. Daß aber die frohe Zuversicht und der feste Glauben stillen zu können, die Milchabsonderung befördert, daß je weniger bekannt. Dieser Einfluß zeigt sich z. B. in der Beobachtung, daß bei vielen Frauen in dem Momente, wo sie, um ihr Kind zu stillen, anfangen, ihr Kleid aufzuknöpfen, sofort die Milch aus der Brust auszufließen beginnt. Manche geben auch folgende Erfahrung an: sobald sie sich durch einen Blick auf die Uhr überzeugt haben, daß es nun wieder Zeit sei, das Kind anzulegen, so fühlen sie, während sie sich darauf freuen, deutlich die Milch einschießen. Ich kenne eine Frau, die sehrnächst wünschte, stillen zu können, aber sich einbildete, sie sei zu schwach dazu. Am 3. Tage nach der Geburt bekam das Kind noch gar nichts an der Brust und erhielt bereits die Flasche. Da hypnotisierte der Mann, ein Arzt, die Wöchnerin und redete ihr ein: „In zwei Stunden schickt Dir die Milch ein und Du kannst stillen —“ und so geschah es genau! Sie stillte dann mehrere Monate sehr gut. Alles das zeigt doch deutlich den starken Einfluß geistiger Vorstellungen auf die Milchabsonderung. — Die vielen alten, neuen und neuesten Mittel, welche die Milchmenge vermehren sollen, wirken ähnlich

wie das Zureden des hypnotisierenden Arztes: wenn die Wöchnerin daran glaubt, so wirkt eben diese Zuversicht anregend auf die Tätigkeit der Milchdrüsen. Daß manche von diesen sogenannten Milch treibenden Mitteln einfach als Nahrungsmittel günstig wirken, ist auch zu bedenken. Aber diesen Dienst leisten in der Regel auch die gewöhnlichen Speisen und Getränke. — Sie sehen also, daß es von der größten Wichtigkeit ist, den Müttern die Ueberzeugung einzufloßen, daß sie fähig seien, ihre Kinder selbst zu nähren.

Zur richtigen Vorbereitung auf das Wochenbett hin gehört es dann noch, der Schwangeren zu erklären, daß sie, so lange sie stillt, unbedingt einer gewissen Schonung und Ruhe bedarf. Ich weiß wohl, daß dies die schwerste Forderung ist, welche man den Stillmüttern auferlegt, und daß sehr viele ihr einfach nicht nachkommen können, weil eben die Not des Lebens sie früh wieder zu strenger Arbeit zwingt. Wenn man aber jede Schwangere bei Zeiten darauf aufmerksam macht, daß sie nach der Geburt für einige Monate einen Teil ihrer gewohnten Arbeit aufgeben müsse, so ist doch Manche in der Lage, sich einzurichten, vielleicht durch Zuziehung einer Verwandten oder einer bezahlten Aushilfsperion. Natürlich ist es dafür notwendig, den Frauen den großen Nutzen des Stillens recht eindringlich zu schildern, damit sie einsehen, daß die allfälligen nötigen finanziellen Opfer durch die Kräftigung der Gesundheit von Mutter und Kind wieder eingebracht werden. Für Angestellte, namentlich Fabrikarbeiterinnen, wäre zu wünschen, daß die Stillmütter, gleich den Kranken, entsprechend entschädigt würden.

Nachdem die Mutter in diesem Sinne vorbereitet worden ist, wird sie sich dem Stillgeschäft mit der Zuversicht, der Energie und Ruhe widmen, welche zur Erfüllung dieser schönen Pflicht notwendig sind.

Eine wichtige Frage ist nun die: wann soll das Kind zum ersten Male angelegt werden? Das könnte eigentlich gleich nach der Geburt geschehen, denn die Neugeborenen stecken sich meist sofort die Säustichen in den Mund und saugen eifrig daran, sobald sie warm eingewickelt und zutriebe sind. Aber in der Regel ist die Frischentbundene so erschöpft, daß sie unbedingt mehrere Stunden vollständiger Ruhe bedarf. Daher legt man ihr das Kind erst etwa 5—6 Stunden nach der Geburt an die Brust. Länger darf man aber nicht warten! denn das Saugen des Kindes reizt die Brust zur Milchabsonderung an. Das ist der Hauptzweck des Anlegens in den ersten Tagen. Das Kind hat noch kein wirkliches Nahrungsbedürfnis. Sein Darm ist ja noch voll von Kindspech; erst wenn dieses abgegangen, entsteht Platz und Bedürfnis nach ausgiebiger Nahrung. Man weiß, daß das Vorstadium der Milch, das sogen. Colostrum, der gelbliche Saft, welchen die Brust gleich nach der Geburt absondert, ein wenig abführend wirkt, also die Ausstoßung des Kindspeches beschleunigt. Auch darum ist es nützlich, das Kind bald nach der Geburt anzulegen.

Oft beginnt man mit dem Stillen viel zu spät. Die Leute sagen dann, es sei ja doch noch keine Milch da! Das ist also eine falsche Ueberlegung, denn ein paar Tropfen von dem nützlichen Colostrum erhält das Kind doch, und das lange Abwarten ist vor allem deshalb schädlich, weil manchmal die Milch ganz ausbleibt oder nur ungenügend einschießt, wenn die Brust den natürlichen regelmäßigen Reiz des Sagens nicht bei Zeiten empfängt. Am ersten Tage nach der Geburt lege man das Kind etwa 2—3 Mal an, am zweiten Tage 3—4 Mal und am dritten Tage bereits regelmäßig alle 2½—3 Stunden. Das muß in jedem Falle gewissenhaft durchgeführt werden und zwar auch dann, wenn das Kind scheinbar nichts bekommt. Nur darf man die Wöchnerin nie dadurch quälen, daß man das Kind ½ Stunde lang oder, wie ich auch schon erlebt habe, über 1 Stunde lang fortgesetzt an die Brust drückt, um es zum Saugen zu zwingen. Damit erreicht man nichts als große Aufregung und Ermüdung

der Mutter und dazu noch wundte Warzen. Vor solcher falscher Energie müssen Sie sich und Ihre Wöchnerinnen bewahren! **Nie darf das Kind länger als eine Viertelstunde an der Brust saugen, gewöhnlich genügen 10 Minuten.** Auch die ersten Bemühungen, das Kind zum Trinken zu veranlassen, sollen jeweils höchstens 20 Minuten dauern.

Eine der Ursachen, weshalb das Kind oft viel zu spät an die Brust genommen wird, ist die verbreitete Meinung, man dürfe das Neugeborene nicht aus dem Schlafe aufwecken. Gewiß soll das immer vorsichtig geschehen, damit das Kind nicht erschreckt. Manche Neugeborene sind aber so matt, daß sie ganz friedlich in den ewigen Schlaf hinüberduseln würden, wenn man sie nicht regelmäßig zur Nahrungsaufnahme wecken würde. Besonders in den ersten zwei Tagen ist es oft notwendig, die Kinder zum Trinken aufzuwecken, weil sie dann noch wenig Hunger haben. Wenn das Aufnehmen nicht genügt, kann man ihnen die Kleidchen öffnen, auch etwa sie mit kühlem Wasser waschen. Oft bessert sich die Appetitlosigkeit sofort, wenn das Kind ins Freie getragen wird. Ist nach einigen Tagen das Bedürfnis nach Nahrung größer geworden, dann darf man auch deshalb die Pausen am Tage nie länger als 3 Stunden werden lassen, weil es sonst bei Nacht infolge Hungers nicht schlafen kann. Dann kommt die Mutter durch das häufige Anlegen um ihre Nachtruhe und das hat schon sehr oft durch Uebermüdung zum Versiegen der Milch geführt. Folglich verlangt es das Wohl des Säuglings selber, daß man ihn am Tage nötigenfalls wecke, um ihm regelmäßig alle 2½ bis 3 Stunden seine Nahrung zu geben. Hat man nach einigen Tagen diese Ordnung erreicht, so läßt sich das Kind bei nächtlichem Schreien mit einigenöffelchen gekochten Zuckersüßwassers beruhigen. — Ferner müssen Sie den Leuten die falsche Meinung ausreden, daß das Schreien des Kindes immer Hunger bedeute, denn dieser Irrtum verführt oft zur Ueberfütterung. **Gleich wie beim Erwachsenen die Regelmäßigkeit und das Maßhalten bei der Ernährung eine Hauptbedingung für die Erhaltung der Gesundheit ist, so gilt dieser Grundsatz auch für die Säuglinge.**

(Schluß folgt).

Eingesandtes.

In Nummer 4 unserer „Schweizer-Hebamme“ werden wir freundlich eingeladen, Erlebnisse aus unserer Praxis zu beschreiben und einzulenden, auch allfällige Fehler, die wir begangen, mitzuteilen.

Einer solch' liebenswürdigen Aufforderung will ich heute Folge leisten und einmal berichten.

Früher waren wir verpflichtet, fleißig Scheidenpflungen zu machen, jetzt nur noch in bestimmten Fällen und auf Anordnung des Arztes. Immerhin hängen noch die meisten Frauen sehr daran und machen der Hebamme nicht ungern Vorwürfe über Gleichgültigkeit, wenn sie es unterläßt. So mache auch ich noch oft Spülungen, wo's eigentlich gar nicht nötig wäre. Da passierte es mir denn und zwar vor Jahren schon zweimal, aber auch wieder ganz vor Kurzem, daß — ich weiß eigentlich gar nicht wie so — das Spülwasser in die Gebärmutter drang. Sei's, daß das Mutterrohr zu weit hinein kam, oder daß die Gebärmutter besonders tief lag.

Das letzte Mal nun war der Verlauf einer solchen Spülung, wie übrigens schon bei den andern frühern, folgender:

Es war bei einer Erstgebärenden am zweiten Tag. Der Damm war vernäht und hatte ich den Glaskanal vorsichtig eingeführt. Nach der Spülung trugen wir die Frau ins andere Bett. Dabei floß ziemlich viel blutiges Wasser ab. Ich erschreckte gleich und befürchtete das Kommende. Die Frau klagte über Unbehagen im Leib, sehr bald aber über wehenartige, heftige Schmerzen. Ich ließ gut warme Umschläge auf den Leib