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: 23 (1925)

Heft: 5

Artikel: Die Gesundheitspflege während der Schwangerschaft

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-952005

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: 20.10.2025

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

Die Schweizer Hebamme

Offizielles Organ des Schweiz. Sebammenvereins

Erscheint jeden Monat einmal.

Druck und Expedition :

Bühler & Werder, Buchdruderei jum "Althof"

bobin auch Abonnements- und Infertions-Auftrage gu richten find.

Berantwortliche Redaftion für den wiffenschaftlichen Teil:

Dr. med. v. Fellenberg-Lardy,

Bribatdozent für Geburtshilfe und Synafologie. Spitaladerftraße Rr. 52, Bern.

Für den allgemeinen Teil:

Frl. Marie Benger, Debamme, Lorraineftr. 18, Bern.

Abonnemente:

Jahres-Abonnements Fr. 3. — für die Schweiz Mf. 3. — für das Ausland.

Anferate :

Schweiz und Ausland 40 Ets. pro 1-fp. Betitzeile. Größere Aufträge entsprechenber Rabatt.

Inhalt. Die Gesundheitspslege während der Schwangerschaft. — Schweiz. Hehrenderein: Zentralvorstand. — Einladung zur 32. Delegierten- und Generalbersammlung, Montag und Dienstag den 8 und 9. Juni. — Arantenkasse: Ertrantte Mitglieder. — Angemeldete Wöchnerinnen. — Eintritte. — Todesanzeige. — Bereinsnachrichten: Settionen Aargau, Appenzell, Baselland, Baselstadt, Bern, Freiburg, Mhätia, Schasshassen, Schothurn, St. Gallen, Thurgau, Winterthur, Bürich. — Aus der Praxis. — Jichias. — Die Schwarzwurzel als Heilmittel. — Bermisches. — Pro Juventute. — Anzeigen.

Die Gesundheitspflege während der Schwangerschaft.

Die Schwangerschaft ist ein normaler Vorsgang und keine Krankheit. Eine gesunde Frau woll von der Schwangerschaft nicht viel mehr merken, als die Unbequemlichkeit, die die Verstößerung der Gebärmutter gegen das Ende der Zeit mit sich bringt.

Aber leider ist dem nicht immer so, und Frauen, die die Schwangerschaft so leicht durchsmachen, sind zwar keine Ausnahmen, aber doch nicht die große Mehrzahl. So ergibt sich denn dielsach die Notwendigkeit der ärztlichen Besandlung; aber auch dei völlig normalem Bersause sind gewisse vorbeugende Maßnahmen nötig, um zu verhindern, daß Störungen aus Bernachlässigung der Gesundheitspsiege in der Schwangerschaft entstehen.

Bei den meisten Schwangerschaften sind die Grenzen, die die Gesundheit von den Störungen Iheiden, nur schmal, und viele Zustände, die noch ins Gebiet des normalen sallen, streifen doch schwen das Krankhafte.

Die meisten Frauen, besonders die zum ersten Male geschwängerten, zeigen in den ersten Monaten der Schwangerichaft eine Neigung zu lebelkeit und Erbrechen. Dies kann noch nicht als krankhaft angesehen werden; aber viele Frauen empsinden doch diesen fortwährenden Stel so start, daß sie noch später, nach Jahren, die Begleitumstände jener Zeitspanne mit Unlustempsinden. Wenn zum Beispiel eine Frau zu der Zeit des Schwangerschaftserbrechens ein bestimmtes Tapetenmuster, eine bestimmte Ausschicht, gewisse Gerüche (Tabakrauch des jungen Icht, gewisse Westüche (Tabakrauch des jungen in dam nach Jahren noch ein oder der undere Eindruck ein schwangerschaftserbrechens ein betwährt ein schwangerschaftserbrechens ein bestimmtes u.a.) auf sich hat einwirken lassen, de kann nach Jahren noch ein oder der andere Eindruck ein schwanges Gefühl von Eckel und Brechneigung auslösen.

Aranthaft wird das Erbrechen dann, wenn es gehäuft auftritt, wenn es jeder Nahrungsaufnahme folgt, statt nur im nüchternen Zukande aufzutreten. Dann sieht man nach und
nach das Allgemeinbessinden sich verschlimmern;
hbmagerung, Fieber und Beränderungen in
inneren Organen stellen sich ein, und in einklinen Fällen bleibt zur Nettung des Lebens
der Schwangeren nichts anderes übrig, als die
Schwangerschaft zu unterbrechen.

Dit genügt aber auch ein einsacher Wechsel der Umgebung, und ein fürzerer oder längerer Stitalausenthalt läßt das übermäßige Erbrechen derschwing. Solche Fälle legen den Verdacht nahe, das es sich von Ansang an um eine mehr leclische Störung gehandelt habe, besonders um undünstige Einwirkung der besorgten Verwandstell. Dit ist das Erbrechen, das sich dis zum bebe steigern kann, ein Ausdruck eines undes

wußten Protestes der Frau gegen die Schwangerschaft, die sie nicht erwünschte, oder gegen das Kind, indem sie instinktmäßig einen Mivalen sür die Liebe des Mannes ahnen. Doch sind diese Zusammenhänge oft nur mehr zu versmuten, als zu beweisen; die phychoanalytische Literatur führt solche Vorkommnisse an.

Doch wir find durch das Beispiel des Erstrechens von unserem Thema abgekommen und kehren nun dazu zurück.

Wie foll eine Schwangere leben?

Da, wie schon gesagt, die Schwangerschaft kein trankhafter, sondern ein normaler Zustand ist, so ist auch kein Grund vorhanden, der die Schwangere nötigen würde, nicht ihre gewöhnsliche Lebensweise fortzusetzen. Immerhin sind gewisse Abweichungen oft nüglich und zu empselen.

Eine Hauptsache ist von Ansang an eine große Reinlichkeit des ganzen Körpers. Man erreicht diese durch Vollbäder, die nicht zu warm sein sollen, zirka 35° C. Wer aber aus Ersahrung weiß, wie wenig viele Menschen ihren Körper reinlich halten, und wie besonders die Füße ein vernachläßigtes Gebiet in dieser Beziehung sind, der wird vor dem Vollbad zuerst in einem anderen Vecken die Füße waschen lassen.

Die änßeren Geschlechtsteile sollen täglich mit abgekochtem Wasser abgewaschen werden, und zwar nicht mit einem Schwamme, in dem sich die abgewaschenen Batterien ansiedeln und ihn zu einem Brutnest der Insektion machen, sonsern mit Verkandwatte, die, in einem großen Vaket angeschaft nicht so teuer kommt. Wenn dies nicht möglich sein sollte, so muß die Hebeamme den Kat erteilen, daß wenigstens ein Gummischwamm angeschaft und mindestens ein bis zwei Wal wöchentlich ausgekocht werde. Badewannen und Wassernden durch Experimente erwiesen ist, daß Keime mit dem Vadewasserien ist, daß Keime mit dem Badewasser in die Scheide eindringen können.

Biele Frauen werden leicht wund in den Schenkessalten und unter den Brüsten. Solche wunde Hautsalten sind stetz eine Brutstätte von Bakterien; sie müssen Wasser bekämpt werden; kalte Waschungen, von denen sich die Befallene gegen das Brennen Gutes verspricht, ist wahres Gift für die entzündete Haut. Nach jorgfältigem Abtrocknen muß dann die Haut jorgfältig eingepudert werden. Dit ist es auch gut, das Waschen, statt mit Wasser, mit seinem, nicht ranzigem Del an solchen wunden Hautstellen vorzunehmen. Heiße Lustdusche der Erwärmung und Bestrahsung mit elektrischem Licht helsen auch zur Heilung mit.

Darf die Schwangere Fluß oder Seebäder nehmen und schwimmen? Diese Frage wird

oft gestellt. Einige Autoren lassen dies unbebenklich zu; wir sind der Meinung, daß nur sehr geübte Schwimmerinnen, denen dieser Sport keine besondere Anskrengung ist, schwimmen dürsen, andere werden besser nur im wenig tiesen Wasser dachen. Auch sollen diese Bäder nicht zu kalt sein, wie es oft bei unseren Flüssen der Fall ist. Auch Meerbäder in Gegenden mit sehr farkem Wellenschlag sind nicht zu empsehlen; es sind dadurch schon oft Fehlgeburten hervorsgerusen worden.

Was ein serneres Kapitel der Reinlichseit betrifft, so fragen viele Schwangere, ob sie Scheideneinläuse machen sollen oder dürsen. Viele Frauen haben die Gewohnheit dieser Ausspillungen angenommen. Schon im nicht schwangeren sunden bie Scheidenspüllungen dei gesunden Frauen meist entbehrlich; Schwangere sollen, wenn nicht der Arzt aus besonderen Gründen solche verordnet, davon absehen.

Eine Schwangere soll besonders darauf sehen, daß sie alle Tage an die frische Luft kommt, und zwar soll sie spazieren gehen in freier Gegend und nicht glauben, daß ein Herumrennen in der Stadt und in den Kadden beim Besorgungen machen solche Spaziergänge ersehen tann; im Gegenteil, die Gänge sind die gefündesten, die ohne bestimmtes Ziel und also ohne Haft unternommen werden.

Das will nicht sagen, daß eine Schwangere keinerlei Arbeit verrichten soll; im Gegenteil ist eine geregelte Beschäftigung im Hause, die die Gedanken, die ost sont einen melancholischen Rank nehmen, auf sich lenkt, entschieden anzusempschen. Aber die schwere Arbeit: Blochen, Fegen, Heben von Lasten, treppauf und treppabrennen, das soll sie unterlassen. Auch ist nicht gut das sich Strecken nach einem hochgelegenen Gegenstande, den man z. B. aus einem Schrank nehmen will, besonders wenn er noch dazu schwer sit, die Bauchpresse wenn er noch dazu schwer ist, die Bauchpresse wenn er noch dazu schwer sich werden. Kadianken, Nähmaschinennähen sind alle schädlich. Viese Frauen fragen ob sie Reisen nach aus eine nicht zu lange Reise in der Bahn nicht viel schadet, weil meist bei den modernen Bahnwagen die Federung eine gute ist; längere Reisen sollten in kürzere Abschnitte geteilt und dazwischen 1/2 bis 1 Tag jeweilen ausgeruht werden, wobei am besten die Frau dann den Tag im Bette bleibt. Antosahren ist noch weniger zu empsehlen, weil das bestgesederte Auto aus schlecken Straße und Gümpe macht, das die Indeskuten Straßen und Gümpe macht, das die Indeskuten das Resultat einer solchen Fahrt.

Wenn irgend welche von diesen genannten Anstrengungen absolut nicht vermieden werden

fönnen, so soll man boch strenge darauf sehen, daß dies nicht zu einer Zeit geschieht, wo fonst die Periode wieder fällig ware. Denn auch in der Schwangerschaft macht sich die Wellenbewegung im weiblichen Körper geltend, und bie Zeit ber nicht erscheinenden Berioden ift besonders gefährlich.

Was die Kleidung betrifft, so sollen natürlich alle Kleidungsftude, die Bruft, Bauch oder Beine einengen, weggelaffen werden. Die früher üb= lichen Korsetts, die die Mitte der Figur ein= schnürten, um eine "Taille" hervorzuheben, sind glücklicherweise verschwunden und haben einer hugienisch richtigen Kleidungsart Plat gemacht. Hingegen ist in der Schwangerschaft ein fogenanntes "Umstandskorsett", wenn es gut ge-arbeitet ist nur zu empsehlen. Es soll vor allem die untern Partien des Bauches bom Nabel bis zur Schamfuge stüten, ohne fie zu drücken. Vielleicht ebensogut leistet dies eine Bauchbinde, Die aus nicht elastischem Stoffe angefertigt sein foll und dabei durch angebrachte Buge es ermöglichen muß, enger oder weiter gestellt zu werden. Die Binde oder das Korsett werden am besten im Liegen gerade recht angepaßt; sie dürsen auch die Muskeln der Bauchwand nicht brücken, sondern sollen ihnen den Inhalt tragen helfen. Auch die Brufte bedürfen einer Stuge, wenigstens bei Frauen, bei denen sie groß und hangend sind. Ein guter Buftenhalter ift hier am Playe; das oben erwähnte Um-standskorsett erfüllt auch diesen Zweck neben der Stützung des Bauches.

Da die Frau stillen soll und will, so müssen die Brustwarzen schon in der Schwangerschaft vorsorglich gepflegt werden, um zu dieser Aufsgabe tauglich zu werden. Man wird einer Schwangeren den Rat erteilen, die Brufte jeden Tag mit einem Battebausch und warmem Baffer und milber Seife zu reinigen und nachher die Brustwarzen mit einem Tropfen reinen Olivenöls einzufetten. Daß dies nur mit peinlich reinem Waffer geschehen darf, sollte selbstverftandlich fein. Wenn die Bruftwarzen zu wenig hervorragen oder ein wenig eingezogen find, fo kann man fie täglich mit sehr saubern Fingern etwas herausziehen. Bei ausgesprochenen Hohlwarzen wird dies nur felten helfen.

Die Nahrung der Schwangeren sei im allgemeinen die gewohnte; nur in besonderen Fällen muß vom Arzte eine besondere Diät vorge-schrieben werden. Die gesunde Schwangere hat meist einen erhöhten Appetit, wenigstens nach

Berlauf ber ersten Monate; sie kann biesem unbedenklich nachgeben; nur schwer verdauliche und blähende Speisen sind zu vermeiden, besonders am Abend. Im Allgemeinen sei die Kost einsach; viel Fleisch ist nicht anzuraten; im Gegenteil; auch viel Salg und ftart gewürzte Speisen laffe man bei Seite; all dies reigt leicht die Nieren, die jo schon erhöhten Un= sprüchen genügen müssen. Deshalb soll auch bei jeder Schwangeren der Urin von Zeit zu Zeit auf Eiweiß untersucht werden; wenn sich eine Schwangere nicht wohl fühlt, so ift in erster Linie eine Urimmtersuchung nötig. Daß bie Schwangere in der Schwangerschaft häuffiger Urin lassen muß als soust, ist erklärlich durch den verminderten Raum, der der Blase im Becken infolge der Vergrößerung der Gebär-

In der Schwangerschaft treten oft merkwürdige Gelüste bei ben Frauen auf; ein Verlangen nach allerlei unverdaulichen ober unzuträglichen Dingen, wie man lange meinte. Aber ganz so merkwürdig find diese Gelüste doch nicht immer: So zitiert man oft den Wunsch der Schwans geren, Kreide oder Kalt zu sich zu nehmen, den Mörtel von den Wänden abzukraßen und zu effen. Run, die Forschungen in den letten Jahren haben gezeigt, daß der Ralkstoffwechsel im mensch= lichen Organismus eine viel größere Bedeutung hat, als früher wohl geglaubt murde. Und besonders in der Schwangerschaft ist das Kalkbedürfnis gesteigert, da ja das Kind auch an dem vorhandenen Vorrat teilnimmt. Man wird darum solchen Frauen nicht einfach das Ralkeffen verbieten, sondern dafür sorgen, daß ihnen ber nötige Kalt in einer zuträglichen Form als Medikament verabreicht wird.

Schweiz. Hebammenverein.

Zentralvorstand.

Wie Sie aus den Sektionsnachrichten bereits in letter Nummer ersehen konnten, hat unsere Kollegin, Frau Josefa Niederöst in Schwyz, ihr 50 - jähriges Dienstjubiläum seiern dürfen.

Des weitern beging Frau Barbara Daend= liker-Eschmann in Hombrechtikon (Zürich) schon vor einiger Zeitihr 50 = jährige & Amt&- jubiläum (was dem Zentralvorstand leider erst dieser Tage zur Kenntnis gebracht wurde.) Wir entbieten den Jubilarinnen die besten Gratulationen, verbunden mit den herzlichsten Bünschen für ihr ferneres Bohlergeben.

Schaffhausen, den 6. Mai 1925.

Mit tollegialischen Grüßen!

Für den Bentralvorstand:

Die Bräsidentin:

Die Sefretarin:

Frau R. Sorg-Hörler, Vordersteig 4, Schaffhausen.

G. Schnetler,

Einladung

32. Delegierten- und Generalversammlung in St. Gallen.

Montag und Dienftag ben 8. und 9. Juni.

Traftanden

für die Delegiertenversammlung Montag den 8. Juni 1925, nachmittags 3 Uhr. in "Uhlers Konzerthalle".

- 1. Begrüßung durch die Präsidentin. 2. Wahl der Stimmenzählerinnen.

- Jahresbericht pro 1924.
- Jahresrechnung pro 1924 und Bericht ber Revisorinnen.
- Bericht über das Zeitungsunternehmen und Revisorenbericht.
- Berichte der Sektionen Db= und Nidwalden, St. Gallen und Schaffhausen.
- Antrage ber Sektionen:
- a) Settion Romande: "Bu der Dele" gierten= und Generalversammlung ift jeweils ein gewandter lleberseher zuzu ziehen. Dieser ist immer von derjenigen Sektion zu bestellen, welche die Durch' führung der betreffenden Bersammlung übernommen hat. Die Kosten für den Nebersetzer werden je zur Häfte vom Zentralvorstand und der Settion Ro-mande getragen."
- b) Sektion St. Gallen: "Es möchte ben-jenigen Sektionen, deren Kasse es nicht erlaubt, Delegierte an weiter entfernte Generalversammlungen zu schicken, ein Beitrag aus der Bentralkaffe bezahlt merben

Sanitätsgeschäft

M. SCHAE

Schwanengasse 10

Telephon Bollwerk 2425/26 — Telegramm-Adresse: Chirurgie Bern — Adresse für Korrespondenzen: Postfach 11626 Bern Filialen in: Genf, 1 Rue du commerce — Lausanne, 9 Rue Haldimand — Zürich, Uraniastrasse 19.

Komplette Hebammen-Ausrüstungen

Vorgeschriebene Zusammenstellung der Hebammenschule am Kantonalen Frauenspital Bern

(Direktor: Professor Dr. Guggisberg)

Die komplette Ausrüstung ist in einem handlichen, eleganten und soliden Lederkoffer untergebracht und stets am Lager

Man verlange Spezialofferte

Spezialhaus für sämtliche Bedarfsartikel zur Wöchnerinnen- und Säuglingspflege

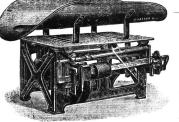
Neue Preise für Gummi-Bettstoffe – Muster stehen zur Verfügung

Für Hebammen Spezial-Rabatt



804

Pasteurislerapparate Soxh Ersatzflaschen und ander



Kinderwaagen in Kauf und Miete erstklassiges Schweizer-Fabrikat