

Zeitschrift:	Schweizer Hebamme : officielle 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:	28 (1930)
Heft:	2
Artikel:	Was sind Vitamine?
Autor:	[s.n.]
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-952040

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: 05.01.2026

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

Die Schweizer Hebammme

Offizielles Organ des Schweiz. Hebammenvereins

Erscheint jeden Monat einmal.

Druck und Expedition:

Bühler & Werder, Buchdruckerei zum „Althof“
Waghausgasse 7, Bern,
wohin auch Abonnements- und Insertions-Aufträge zu richten sind

Verantwortliche Redaktion für den wissenschaftlichen Teil

Dr. med. v. Fellenberg-Lardy,
Privatdozent für Geburtshilfe und Gynäkologie.
Spitaladerstrasse Nr. 52, Bern.

Für den allgemeinen Teil:

Fr. Marie Wenger, Hebammme, Vorrainestr. 16, Bern

Abonnements:

Jahres-Abonnement Fr. 3. — für die Schweiz
Mr. 3. — für das Ausland.

Insertate:

Schweiz und Ausland 40 Cts. pro 1-sp. Petitzelle.
Größere Aufträge entsprechender Rabatt.

Inhalt. Was sind Vitamine? — Bestprechung. — Glückwunsch. — Aus der Praxis. — Schweiz. Hebammenverein: Zentralvorstand. — Zur gesl. Notiz. — Krankenliste: Krankgemeldete Mitglieder. — Angemeldete Wdhnerinnen. — Eintritte. — Todesanzeige. — Vereinsnachrichten: Sektionen: Aargau, Basel-Land, Basel-Stadt, Bern, Luzern, Rheintal, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau, Werdenberg-Sargans, Winterthur, Zürich. — Ueber die Entwicklung der Frühpflege. — Vermischtes — Erfreubenswerte Ziele unserer Landfrauenvereine. — Anzeigen.

Zu meinem letzten Artikel über zwanzig Jahre Redaktion der Schweizer Hebammme sind mir eine Anzahl freundlicher Zuschriften zugekommen, die mir zeigten, daß die wissenschaftlichen Aufsätze von den Leserinnen unseres Blattes gelesen und geschätzt werden. Ich danke den freundlichen Briefschreiberinnen, besonders auch dem sehr lieben Hebammenverein St. Gallen herzlich für diese Kundgebungen; ich werde mich auch in Zukunft bemühen, ihren Erwartungen, so viel an mir liegt, nach Kräften zu entsprechen. Dr. v. Fellenberg.

Was sind Vitamine?

Jede von meinen verehrten Leserinnen hat schon in dem Angeleiteteil der Zeitungen vielfache Unpreisungen dieses oder jenes Präparates gelesen, das als besonders vitaminreich geführt wird und infolgedessen von Jedermann genommen werden sollte. Da taucht denn die Frage auf: Was sind eigentlich die Vitamine, von denen heute so unendlich viel geschrieben und gesprochen wird?

Die Aufmerksamkeit der Forscher war schon seit langer Zeit auf gewisse Krankheiten gerichtet, deren Wesen man sich nicht erklären konnte. Wenn z. B. eine Schiffsmannschaft, vielleicht bei einer Fahrt ins nördliche Eismeer, sei es zum Robben- oder Walfischfang, sei es zum Zwecke der Erforschung bisher unbefannter Gebiete oder Meeresstraßen längere Zeit nur gefallenes Fleisch und Konserven zu essen bekam, so meldete sich der schlimmste Feind der Seeleute, der Scorbust. Es ist dies eine Krankheit, deren hervorstechendstes Zeichen Blutungen der Schleimhäute, besonders des Zahnschlüssels ist. Es erfolgt allgemeine Entkräftigung und mancher Seemann verfiel dem Tode durch diese Krankheit. Merkwürdigerweise gelang die Heilung der Überlebenden leicht, sobald sie wieder in bewohnte und weniger öde Gegenden kamen und dort Gelegenheit hatten, frisches Gemüse und andere nicht konservierte Nahrungsmittel zu sich zu nehmen. Also mußte die Ursache des Scorbuts im ausschließlichen Genuss dieser eingemachten Eßwaren gesucht werden.

Eine andere ähnliche Krankheit, deren Anzeichen aber mehr auf dem Gebiete der Nerven lagen und sich in Schmerzen und Lähmungen äußerten, war besonders in Japan und anderen asiatischen Ländern unter der ärmeren Bevölkerung heimisch: die Beri-Beri, von den Japanern Rakte genannt. Es stellte sich heraus, daß der ausschließliche Genuss von geschältem und poliertem Reis die Ursache davon war.

Die Asiaten sind große Reiseesser und diese Feldfrucht ist dort sehr billig, so daß ärmere Volkskreise sich fast nur davon ernähren. Wenn nun solche Menschen ungeschälten Reis mit seinen inneren Hüllen aßen, so blieben sie von der Rakte verschont. Also mußte mit dem Polieren des Reises ein für die Gesundheit wichtiger Stoff verloren gehen.

Dann wieder gaben andere Krankheiten in Europa zu denken. Man konnte sich das Auftreten von englischer Krankheit, der Rhachitis bei Kindern wohl aus falscher Ernährung erklären; aber die Zusammenhänge blieben dunkel.

Im Tierexperiment konnte man auch durch Fütterung mit unzureichiger Nahrung Erkrankungen hervorrufen, die dann durch entsprechenden Nahrungswechsel geheilt werden konnten. So kam man allmählich zur Überzeugung, daß es bestimmte Stoffe geben müsse, deren Fehlen eben zu solchen Krankheiten führt. Aus den Schalen des Reises, aus grünen Gemüsen, aus Schalen von Aepeln und anderen Früchten gelang es, solche Stoffe frei zu machen und im Versuch zu verwerten: sie ergaben gleiche Wirkung wie die Nahrungsmittel, aus denen sie gewonnen wurden. Zunächst handelte es sich um die Bekämpfung der Beri-Beri und des Scorbutes.

Man bemerkte, daß sich in diesen Stoffen gewisse Elementgruppen vorhanden, die Stickstoff enthalten und die die wirksame Atomgruppe darzustellen schienen. Darum zählte man sie zu den „Aminen“, wie der Chemiker Stoffe mit dieser Gruppe nennt; und, da sie zum Leben und zur Gesundheit notwendig schienen, nannte man sie Lebensamine, Vitamine.

Wenn auf einem Gebiete die Forschung zu einem neuen Resultat gekommen ist, so breitet sich immer gleich ihr Feld aus, und immer neue Erfolge auf dem erschlossenen Gebiete werden erreicht. Dazu kommt aber noch, daß, sobald solche Ergebnisse bekannt werden, sie gleich in ihrer Bedeutung überholt und auf allerlei Gebiete ausgedehnt werden, wo sie oft nicht hingehören. Als durch die Arbeiten von Semmelweis, Lister und Koch die Bakteriologie begründet wurde, war bald die Überzeugung in weiten Kreisen vorhanden, alle Krankheiten kämen nur von den Bakterien her. Als später durch Birch sen., Kocher, Reverdin und andere die Aufmerksamkeit auf die Erkrankungen infolge Mangels der Schilddrüse gelenkt wurde, und sich daraus allmählich die ganze Lehre von den Drüsen mit innerer Absonderung entwickelte, da gab es bald keine Krankheit mehr, die nicht auf solcher zu geringer oder veränderter Absonderung beruhen sollte. Heute ist der Vitaminmangel an allem schuld. Man beschränkt sich nicht darauf, diese da anzuwenden, wo es notwendig ist, sondern die Industrie hat sich wie

immer der Sache bemächtigt, und ihre zahllosen Erzeugnisse müssen auch vertrieben werden; also soll jedermann von der Notwendigkeit überzeugt werden, vitaminhaltige Nahrungsmittel oder Medikamente zu sich zu nehmen.

Dabei vergibt man aber ganz, daß im allgemeinen die für das Leben nötigen Vitamine in der gewöhnlichen gemischten Nahrung des Kulturmenschen und noch mehr in derjenigen des Naturmenschen schon enthalten sind, und daß nur in Ausnahmefällen die Zufuhr vermehrter solcher Stoffe nötig ist. Denn wenn dem nicht so wäre, so wäre wohl die ganze Menschheit in den paar Millionen Jahren, seit Auftreten des Menschen auf dem Erdball, schon längst an Vitaminmangelkrankheiten zu Grunde gegangen.

Da gewisse Vitaminmangelkrankheiten auch bei normal ernährten Menschen auftreten, so scheint daraus hervorzugehen, daß diese einen tieferen Grund haben müssen, als einfache unzureichende Ernährung. Dieser Grund muß die Aufnahme der natürlichen Vitamine bei solchen Kranken beeinträchtigen und muß durch vermehrte Zufuhr künstlich dargestellter beseitigt werden können.

Bei der Erforschung der Vitamine, an der sich Ärzte und Chemiker beteiligten, kam man bald darauf, daß diese Stoffe nicht einheitlicher Natur sind, sondern sich in verschiedene Gruppen teilen. Man bezeichnete diese verschiedenen Vitamine mit Buchstaben des Alphabets und bis heute erstrecken sie sich von A bis E. Diese verschiedenen Vitamine haben verschiedene Wirkung, die sich auf bestimmte krankhafte Zustände bezieht.

Das Vitamin A ist verwendbar bei gewissen Erscheinungen des Wachstumsstillstandes, besonders bei kleinen Kindern und bei einer Augenerkrankung, der sog. Xerophthalmie. Häufiger kommt schon das Vitamin B zur Verwendung, das eben gegen die Beri-Beri, gegen Ödemkrankheit (Auftreten von wässriger Flüssigkeit in den Geweben als selbständige Erkrankung) und gegen Pellagra, eine Krankheit, die bei Genuss von verdorbenem Mais entsteht, gerichtet ist. Das Vitamin C ist dasjenige, das den Scorbust verhindert oder heilt. Das Vitamin D verdient besonders die Aufmerksamkeit der Hebammen und Geburtshelfer: seine Wirkung richtet sich gegen englische Krankheit (Rhachitis) und es wird auch bei Osteomalazie (Knochenverweichung in der Schwangerschaft) mit Erfolg benutzt. Endlich hat man noch das Vitamin E gefunden, das einen Einfluß gegen Unfruchtbarkeit zu haben scheint.

Hier interessieren uns besonders die beiden letzteren Formen. Das Vitamin D hat in den allerletzten Jahren besonders stark die allgemeine Aufmerksamkeit erregt. Man kann bei Hatten im Versuch künstlich Rhachitis erzeugen. Wenn man sie nun mit violettem oder ultra-

violettem Licht bestrahlt, so erzielt man Heilung. Auf rhachitische Kinder angewandt, erwies sich dies Verfahren als wirksam, so daß bald eigene Bestrahlungsseinrichtungen geschaffen wurden, in denen Lampen von eigenartiger Natur besonders stark ultraviolette Strahlung aussandten. Natürlich waren das nur Ersatzeinrichtungen an Stelle des natürlichen Sonnenlichtes, das immer noch am besten wirkte, aber nur besonders Bevorzugten in ausgiebigem Maße zur Verfügung stand, d. h. solchen, die in nebel-freiem Hochgebirgsklima wohnten, oder sich einen Aufenthalt dort leisten konnten. Doch wurden Kinderanstanzen in solchen Lagen geschaffen und so neben anderen Krankheiten besonders auch die Rhachitis dort behandelt.

Bei weiterem Nachforschen nach der Natur dieser Strahlenwirkung kam die Erkenntnis, daß unter dem Einfluß der Strahlung sich gewisse Stoffe im lebenden Körper veränderten und dadurch wirksam wurden. Man versuchte, diese Strahlung in anderer Weise wirksam zu machen. Man bestrahlte Milch und gab sie rhachitischen Ratten zu trinken und, siehe da, sie wurden geheilt. Ebenso Kinder, die solche mit ultravioletten Strahlen behandelte Milch tranken. Dann versuchte man, andere Stoffe ebenso wirksam zu machen; man bemerkte, daß ein gewisser in Fettkörpern vorkommender Stoff diese Veränderung bewirkte, es war das Ergosterin. Wenn man dies bestrahlte, bekammt man einen besonders wirkamen Körper, der Vigantol genannt wurde.

In allen Kliniken, wo das Vigantol benutzt wurde, fand es gute Aufnahme und erwies sich als sehr wirksam gegen die Rhachitis. Man kann sagen, daß infolge dieser neuen Forschungen die Wahrscheinlichkeit besteht, daß in absehbarer Zeit die englische Krankheit verschwinden oder doch sehr eingeschränkt werden wird.

Ermutigt durch diese Erfolge versuchte man nun auch vorbeugend zu wirken. Es scheinen auch hier sehr ermutigende Resultate sich gezeigt zu haben. Aber bei dieser Gelegenheit macht man die Beobachtung, daß die Behandlung mit bestrahltem Ergosterin nicht in unbeschränkter Gabe und Dauer fortgeführt werden kann. Wenn man zu lange damit fortfährt, können schwere Schäden auftreten. Es zeigen sich Kalkablagerungen in verschiedenen Organen, besonders in den Blutgefäßen und in den Nieren. Man hat allen Grund, vor unvorsichtiger Anwendung dieser Mittel, z. B. durch Spitalpersonal ohne ärztliche Überwachung ernstlich zu warnen. Gerade dieser Tage war in der Münchner Medizin. Wochenschrift ein Fall erwähnt, wo eine Krankenschwester im Kinderhospital einem Kinde Vigantol zu lange verabreicht hatte und es so an den Stand des Grabs brachte.

Bei den guten Erfolgen der Rhachitisbehandlung wurden bald Versuche gemacht, auch die Knochenerweichung der Schwangeren damit zu behandeln. Der Erfolg war auch hier ein guter und ich habe selber einen solchen allerdings wenig vorgeschrittenen Fall beobachtet, wo die Krankheit bald zum Stillstand und zur Heilung

kam. In einem anderen Falle, wo sich bei einer alten Frau von über 75 Jahren ein Kalkschwund der Wirbelsäule ausgebildet hatte, so daß sie einen krummen Rücken bekam und Schmerzen darin litt, konnten diese Schmerzen durch Vigantol rasch zum Verschwinden gebracht werden und auch die Wirbelsäule krümmte sich nicht weiter.

Das Vitamin E ist in seiner Wirkung noch wenig bekannt; auch weiß man noch nicht viel über Erfolge bei Unfruchtbarkeit. Darum möchte ich hier einen eigenen Versuch bei Vögeln anführen. Ich besitze eine Anzahl Wellensittiche, kleine grüne und gelbe Papageien, die aus Brasilien und Auftritten stammen. Nach einigen Brutnächten während zweier Jahren blieben diese Vögel während mehrerer Jahre unfruchtbar; sie begatteten sich nicht und legten keine Eier. Auf den Rat eines bedeutenden Gynäkologieprofessors gab ich ihnen während einiger Zeit angekennige Kolbenhirse als Beigabe zum Futter. Die Keimlinge von verschiedenen Pflanzen enthalten nämlich das Vitamin E, das eben als Fortpflanzungsvitamin für die Entwicklung des Keimlings notwendig zu sein scheint. Nach ganz kurzer Zeit zeigten die Vögel eine lebhafte geschlechtliche Betätigung, die Weibchen legten in die vorbereiteten Nistkästen ihre Eier und brüteten sie teilweise aus; ja, ein Weibchen war dabei so unermüdlich, daß es im Herbste vor Erschöpfung starb. Wie sehr der Geschlechtstrieb oder besser der Fortpflanzungstrieb angefacht wurde, zeigte sich auch darin, daß zwei Weibchen um den Besitz des störreren Nistkästen so ergriemt kämpften, daß sie blutige Köpfe davon trugen. Vielleicht wird auf dem Gebiete der menschlichen Unfruchtbarkeit auch einmal in ähnlicher Weise mit Vitaminen etwas zu erreichen sein.

Wir sehen also, daß die Vitamine sehr wirksame Stoffe zur Behandlung verschiedener Unregelmäßigkeiten darstellen; daß sie aber auch bei unnötigem Gebrauch schwere Schäden im Gefolge haben können. Sie dürfen daher nur unter ärztlicher Überwachung und in genau bestimmten Gaben Verwendung finden und nur so lange, als es wirklich nötig ist. Einen Vorteil von regelmäßigen Genüß von fabrikmäßig hergestellten Vitaminerzeugnissen kann sich der Gesunde nicht versprechen; er findet in seiner täglichen Nahrung alle die notwendigen Vitamine, wie die Natur sie darbietet.

Besprechung.

Deutscher Hebammenkalender 1930: Die neueste Auflage des Deutschen Hebammenkalenders enthält vorerst ein Tagebuch mit je zwei Wochentagen auf einer Seite; dann folgen eine Anzahl Tabellen und eine Reihe von Vordrucken zu Bemerkungen über bevorstehende Geburten, und eine Adressentafel. Dann finden wir eine Arbeit von Herrn Prof. Dr. Walther in Gießen: Für Fortbildung und Berufscarbeit, worin in ganz kurzer Form alles Nötige zu

einer raschen Wiederholung der Kenntnisse der Hebammme über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett, Kinderernährung und Pflege, und dann über die erste Hilfe bei Unglücksfällen und einiges über den Krebs angeführt sind. Belehrung über Rechtsverhältnisse und Angaben über die Hebammen angehende Belange (Hebammenverein, Hebammen Schulen usw.) folgen. Selbst eine Multiplikationstabelle und ein immerwährender Kalender fehlen nicht; d. h. letzterer ist beschränkt auf die Jahre von 1801 bis 1980.

Der Kalender ist herausgegeben von Prof. Dr. Walther und vom Allgemeinen Deutschen Hebammenverein und erschienen im Verlag von Elwin Staude, Osterwieck am Harz.

Glückwunsch.

"Herrn Dr. von Zellenberg zur 20jährigen Tätigkeit als Redaktor der Schweizer Hebammme" in Verehrung und Dankbarkeit gewidmet."

Mit diesen kurzen Worten möchten wir im Namen aller Leserinnen unsern geschätzten Jubilar begrüßen und beglückwünschen, ihm unsern besten Dank aussprechen für alles, was er uns in diesen vielen Jahren zur Belehrung und Anregung für unsern Beruf geboten.

Den Leserinnen der "Schweizer Hebammme" beruflich Wissenswertes zu bieten, war stets Zweck und Ziel unseres Redaktors, und es ist ihm auch gelungen, diese Aufgabe reißlos zu erfüllen.

Wir könnten nicht behaupten: dieser oder jener Artikel hätte uns nicht besonders interessiert. Für uns, die wir unsern Beruf lieben und ihn als Lebensaufgabe erfaßt haben, ist alles interessant, was irgendwie mit demselben verbunden ist. Wir sind stets dankbar für alles, was uns auf diesem Gebiete, so gleichsam als geistige Kraft, geboten wird.

Daher freuen wir uns, daß Herr Dr. von Zellenberg auch fernerhin bereit ist, uns seine Zeit zur Verfügung zu stellen. Möge seine fruchtbringende Tätigkeit auch in Zukunft sich auswirken zum Segen aller Schweizer Hebammen.

Im Namen
vieler dankbarer Leserinnen.

Aus der Praxis.

1. Fall. Schon oft habe ich meine Kolleginnen beneidet, wenn ich Fälle aus der Praxis in unserm lieben Vereins-Organ las, wobei die Hebammme immer alles so fehlerlos machte. Leider war dies bei mir nicht immer der Fall. Hoffe gerne, meine Kolleginnen werden mir nicht zürnen, wenn ich diesmal einen begangenen Fehler aus meinem Wirken bekenne, denn jede weiß ja, daß beim Bekennen der Vorschlag zum Bessern auch schon da ist.

Der regelmäßige Gebrauch von

DIALON-PUDER

sichert

das Wohlbefinden der Kleinen,
die Dankbarkeit der Mütter.

Das sollte Sie veranlassen, nur den glänzend bewährten **Dialon-Puder** anzuwenden und zu empfehlen.
Versuchsmengen und Musteröschen zur Verteilung an Ihre Wöchnerinnen kostenlos zu Diensten.

Fabrik pharmazeutischer Präparate Karl Engelhard, Frankfurt a. M.

Zu beziehen durch die Apotheken, Drogerien und einschlägigen Geschäfte. — Sämtliche Spezialitäten-Großhandlungen weisen auf Wunsch Verkaufsstellen nach.