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: 32 (1934)

Heft: 1

Rubrik: Mitteilungen

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: 09.12.2025

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

Bedingungen heilen zu laffen, wobei auch die Möglichkeit einer Besestigung mit Draft, wie bei anderen Anochenbrüchen, nicht ausgeschlossen war. Dann dachte man daran, den Erfolg des Singriffes zu einem bleibenden zu machen, insbem man die Heilung so vor sich gehen ließ, daß die schräge durchsägten Knochen verschoben und in der Längsrichtung auseinandergezogen wurden. So hoffte man das Becken für die folgenden Geburten dauernd erweitert zu haben.

Leider entsprachen auch hier die Erfolge nicht gang den Boraussetzungen. Die Anochenwunde heilte nicht immer so ideal wie man wünschte und auch hier tamen später oft Watschelgang vor; schlimmer noch war, daß hie und da an Stelle des fchlecht geheilten Beckenringes, wo die Erweiterung war, Eingeweide sich vordrängten und ein Bruchschaden entstand.

Da überdies mahrend berselben Sahre der Raiserschnitt oder beffer die Schnittentbindung bedeutend verbeffert wurde, lief diese der Scham= fugenspaltung den Rang ab und lettere wurde nur noch selten in ganz besonderen Fällen ausgeführt. So ist es auch heute noch.

Bevor wir aber nun auf diese Verbesserungen eingehen, muffen wir noch von den Beichteilen

des Salstanals reden.

Schon in früheren Zeiten war man bazu gelangt, bei träger Eröffnung ober in Notfällen, wenn die Geburt beendet werden mußte, bevor der Muttermund erweitert war, diesen fünstlich zu behnen. Man ersetzte so die von innen andrängende Kraft durch eine von außen eingeführte. Das Hauptinftrument dazu war, wie bei allen menschlichen Arbeiten, die Hand. Man führte erst einen oder zwei Finger in den Gebärmutterhals ein, dann drei und spreizte sie, wobei zur Erweiterung die dadurch verstärkten Wehen mithalsen. War eine genügende Erweiterung da, so dehnte man nun mit zwei Fingern der beiden Hände weiter, bis die ganze

Sand eingeführt werden konnte. 2118 nun die Aseptik sich entwickelte, fing man an, der Hand nicht mehr ganz zu trauen, man suchte nach auskochbarem Ersat. Da sich unterdeffen die Gummiindustric zu entwickeln begonnen hatte, ließ man Kautschukblasen fabrizieren, die, mit einem Schlauche versehen, mit Wasser gefüllt werden konnten. Dies waren die sogenannten Kolpeurnnter und Metreurynter, zwei ganz überflüssige Fremdwörter, die aber die große Gelehrsamkeit ihrer pompösen Erfinder dartun sollten (euryo heißt auf griechisch ich erweitere, kolpos die Scheibe und metra die Mutter, Wort vom gleichen Stamme wie das deutsche, hier also Gedärmutter). Man sührte diese Blasen zusch in die Gehörmutter und füllte ein oder auch in die Gebärmutter und füllte sie unter Druck mit sterilem Wasser. Dadurch dehnten sie oft ganz gut und unter Erregung von Wehen die Weichteile. Man hatte elastische Ballons und auch feste, die ihre Form behielten. Andere zogen den künstlichen Blasen Tierblasen vor, die mit Glyzerin gefüllt wurden. Da tierische Blasen die Eigenschaft haben, Wasser durchdringen zu lassen, aber dickere Flüßigkeiten nicht, so drang bei diesen Gewebsstüssigkeit von leichtstüssiger Art durch die Blasenwand in das Glyzerin im Inneren ein und vermehrte ben Inhalt, jo daß der Druck der Blafe auf den Muttermund verftärtt murde.

Aber diese Blasen wirkten für viele zu lang= sam; sie gingen auch leicht zu Grunde, da ber Rautschuck sich damals noch nicht lange aufbewahren ließ, ohne brüchig zu werden. Man juchte asso diese Blasen durch Metall zu erseben. Ein Frauenarzt in München, Dr. A. Mueller,

der Wiederentdecker der Armlöfung nach Deventer-Muester, erfand eine "Tulpe", d. h. ein Instru-ment in Form einer halbgeöffneten Tulpen-blüte, deren einzelne Blumenblätter für sich eingeführt und dann am Stiel zusammengeschlossen wurden. Durch Zug am Stiel wurde der Muttermund gebehnt. Dieser Apparat gleicht in seiner Wirkung ziemlich bem nicht elastischen Ballon.

Von einem anderen Grund geht der Erweiterer von Boffi, einem italienischen Professor der Beburtshülfe, der in Genua lehrte, aus. Bier handelt es sich um ein Instrument, bei dem vier Arme in zusammengeschlossenem Zustande in den Mut-termund eingeführt werden. Durch eine Schraube am Griff können nun diese Arme langsam nach und nach auseinander gespreizt werden. Wenn eine gewisse Dehnung auf etwa Zweifrankenstück-größe erreicht ist, wird das Instrument abge-nommen und über die schlanken Enden der Arme breitere Hulfen geftülpt, die den Angriffspunkt an der Innenfläche des Halskanales und des inneren Muttermundes breiter machen, um Einrisse zu verhüten. Das Instrument wird wieder eingeführt und langsam weitergebehnt. Man kann so nach Angaben des Erfinders in etwa einer halben Stunde den Muttermund auf Sandtellergröße bringen und nun die Wendung oder die Zangenentbindung anschließen.

Ich habe seinerzeit noch als Affistent das Inftrument öfters benütt und ganz gute Erfolge gesehen. Aber leider kam es in Mißkredit, wie auch die vielen kleinen Verbesserungen, die junge Uffiftenten "erfanden"; damals glaubte jeder, er musse einen verbesserten "Bossi" auf den Markt bringen. Der Grund des Mißkredites war, daß das Instrument eben nicht nur in Notfällen und mit äußerster Borficht benütt wurde. Man glaubte vielfach dadurch die Geburt auch in normalen Fällen abkürzen zu müssen; und bald häuften sich die Veröffentlichungen von durch den Bossi verursachten schweren, ja oft tötlichen Zerreißungen des Muttermundes. Beut braucht fast niemand mehr den Erweiterer: aber richtig und in geeigneten Fällen angewandt, ist es sicher noch heute ein nütliches Wertzeug für den erfahrenen Geburtshelfer.

Während noch diese Methoden ausprobiert wurden, kamen die ersten Nachrichten von der neuen Art, die Schnittentbindung durchzuführen. Man hat bei allen Fortschritten in der Naht der Gebärmutter doch nie recht gewagt, die Schnittentbindung dann auszuführen, wenn schon Anzeichen von Insektion unter der Geburt da waren. Wenn eine Frau mehrsach untersucht worden war, wenn sich die Geburt länger hin= gezogen hatte und Fieber auftrat, so hieß es Hände weg! und es wurde nach alter Sitte die Perforation des kindlichen Ropfes, oder die

Berftückelung bes Rindes gemacht. (Fortsetzung folgt.)

Schweiz. Hebammenverein

Zentralvorstand.

Unsere Delegierten= und Generalversammlung findet wie allen befannt fein wird, in Burich statt. Wir wurden nun gebeten, dieses Jahr mal die sogenannten Glückspäckli zu machen, damit man in die Unterstützungstaffe einen Ruschuß erhalte. Wir sind nun gerne bereit dies zu besorgen, tropdem es eine ziemliche Arbeit ift, und möchten allen Mitgliedern mitteilen, daß wir gerne Gaben in Empfang nehmen, sei es in bar ober natura. Vielleicht find die Sektionspräsidentinnen so freundlich und nehmen bei den nächsten Versammlungen diese Angelegenheit auf die Traktandenlifte.

Schon jest möchten wir an alle Mitglieder mit der Bitte herantreten, eventuelle Gaben, welche wir jett schon verdanken, nicht etwa erst nach Zürich mitzunehmen, denn die Sache muß porher ins Reine gebracht werden. Daher geben wir diese Mitteilung in dieser Nummer bekannt.

Wir hoffen gerne, daß die Mitglieder so freundlich sind und sich darnach richten. Alle Gaben sind an Frs. Marti zu senden.

Mit follegialen Grüßen!

Die Bräsidentin: M. Marti, Wohlen (Aarg.), Tel. 68.

Für den Bentralborftand: Die Aktuarin: B. Günther, Windisch, Tel. 312.

Krankenkasse.

Rrantgemelbete Mitglieber:

Frau Fricker, Malleran (Bern). Frau Mörgeli, Seen-Winterthur. Frau Thalmann, Plaffegen (Freiburg).

Frau Chalmann, Platfehen (Freibur Frau Sorg, Schaffhaufen.
Frau Hubeli, Frick (Nargan).
Frau Landolt, Derlingen (Zürich).
Mile. Mayor, Leyfin (Waadt).
Frl. Kehrli, Innertfirchen (Vern).
Frau Meli, Wels (St. Gallen).
Frau Urm, Recherkwil (Solothurn).

Frau Michlig, Ried-Brig. Frau Frehner, Beltheim = Winterthur (Zürich). Frl. Stähli, Hilterfingen (Bern).

Mme. Betrifen, St. Leonhard (Wallis). Mille. Betriech, St. Leongard (Walls). Frau Bühler-Kaufmann, Grünmoos (St. Gall.) Frau Spaar, Dübendorf (Zürich). Mme. Bijchoff, Daillens (Waadt). Frau Regli, Realp (Uri). Frau Raef, Riederglatt (St. Gallen).

Frau Zeugin, Duggingen (Bern).

Frau Gnädinger, Ramsen (Schaffhausen). Frau Schilter, Attinghausen (Uri).

Frau Hamiet, Attingunfen (Utr). Frau Haffinen, Leuf-Suften (Ballis). Frau Heifinen, Kotkrenz (Zug). Frau Bodmer, Erlinsbach (Aargan).

Frau Luginbühl, Krattigen (Bern).

Fran Enginougi, Arturigen (Seen). Fran Müller, Belp (Bern). Fran Küffer, Gerolfingen (Bern). Frl. Sophie Kutishaufer, Münchwilen (Thurg.). Fran Wyß, Dulliken (Solothurn).

Frau Schaad, Lomiswil (Solothurn).

Frau Schaad, Komismi (Solothurn)
Frau Haufer, Zürich.
Wime. Besson, Vernier (Gens).
Frau Stöckli, Viel (Vern).
Frau Kuhn, Wollishosen (Zürich).
Schwester Buhholzer, Zug.
Wime. Carl Chaillet, Gens.
Frau Felber, Egerkingen.

40

Ausgetretene Mitglieder Frau Mufter=Stoll, Meffen (Solothurn)

1. Juli 1933. Mle. Corboz, Lausanne (Waadt) 22. Oftober 1933.

Frau Imfand, St. Ulrichen (Ballis) 11 20. Oftober 1933.

Mme. Morier, Lausanne (Waadt) 1. Juli 1933.

202 Frau Schäppi, Horgen (Zürich) 23. Oftober 1933.

Frau Rickli, Gams (St. Gallen) 1. Juli 1933.

Schwester Markus, Zug (Zug)

26. August 1933. Frl. Giezendanner, Unterwaffer (St. Gallen) 31. Dezember 1933.

Frau Jäggi, Gerlafingen (Solothurn) 31. Dezember 1933. Frau Bumbacher, Rotrift, jrüher Sektion

Zürich, 31. Dezember 1933. Frau Schärren, Möriken (Aargau) 31 Desember 1933

Frau Kämpf, Dietikon (Zürich) 31. Dezember 1933.

Die Rrankenkaffekommission in Winterthur:

Frau Acteret, Präsidentin. Frl. Emma Lirchhofer, Kassierin. Frau Rosa Mang, Aktuarin.

Todesanzeige.

Nach längerem Leiden starb am 1. Januar im 70. Altersjahre unser liebes Mitglied

Frau Mener-Denzler

Wollishofen (Zürich). Wir werden der lieben Berftorbenen ein gutes Andenken bewahren, denn sie war ein friedliches und treues Mitglied.

Die Kranfenfassefommission in Winterthur.

Krankenkasse-Rotiz.

Die Mitglieder haben sich jest schon nach ben neuen Statuten zu richten, fiehe in der Hebammen-Zeitung, Mai-Nummer 1933. Um Ende derfelben ist beigefügt worden: Unfenntnis der Statuten wird nicht berücksichtigt.

Diejenigen Mitglieder, die vorher schon an einer andern Krankenkasse teilnehmen, nach her der Bebammen- Rrankenkasse beitreten, haben statt Fr. 8.— Fr. 9.— zu bezahlen, weil die Hebammen-Krankenkasse berechtigt ist, Fr. 4.— Bundesbeitrag einzuziehen in vierteljährlichen Raten mit den ordentlichen Quartalsbeiträgen.

Auch wird keine Kücksicht genommen. Pa-tientinnen, die ihre Krankenanmeldescheine nicht innert sieben Tagen einsenden, werden nach dem siebenten Tag Abzug um soviele Tage zur Folge haben, als die Anmeldefrist überschritten ist; in den Statuten Art. 19 steht es deutlich geschrieben: Die Patientinnen haben den Schaden selber zu tragen. Die Präsidentin ist nicht verpflichtet, um

eingeholte Krankenscheine nachher zu bitterk. Rur teilweise Erwerbs- und Arbeitssähigkeit

begründen keinen Anspruch auf Krankengeld. Feder Arbeit hat sich die Patientin — auch

Waschen und Pupen — zu enthalten. Solchen, welche den Anordnungen des Arztes nicht Folge leisten, wird für den betreffenden Krankheitsfall das Krankengeld nicht bezahlt.

Das Ausgehen der Batientinnen ist in den Statuten festgelegt und es hat fich jede darnach zu richten.

Die Bräfidentin: Frau Aderet.

Ein gesundes, glückliches, freudiges neues Jahr wünschen wir allen unsern Mitgliedern und es möge die Zukunft uns alles nur Gutes bringen. Die Krantentaffe-Kommiffion.

Vereinsnachrichten.

Sektion Aargan. Allen unfern lieben Deit= gliedern und Rolleginnen ein, wenn auch verspätetes, segensreiches neues Jahr. Möge ihnen bas 1934 recht viel Freude und Befriedigung im Berufe, bor allem Gefundheit und guten Mut in Diesen schweren Krifenzeiten bringen.

Unsere Generalversammlung findet Freitag den 2. Februar im alkoholfreien Restaurant "Helvetia" in Aarau, nachmittags 2 Uhr statt. Anträge für die schweizerische Delegiertenversammlung werden schon an der Generalversammlung entgegengenommen. Herr Dr. Hüßy wird uns wiederum mit einem Vortrag unsere medizinischen Kenntnisse auffrischen und Neues bringen.

Wir erwarten recht zahreiches Erscheinen. hoffen auch wieder einmal Kolleginnen aus dem Bezirk Rheinfelden und Muri begrüßen gu dürfen, deren Besuch in den letten Jahren Der Borftanb. fehr selten war.

Sektion Bafelland. hiermit gur Renntnis= nahme, daß unsere Jahresversammlung Dienstag, den 30. Januar nachmittags 2 Uhr, in der Gemeindestube "zum Falken" in Lieftal stattfinden wird.

Wir möchten bitten, die allfälligen Gaben bis 29. Januar nach dem Versammlungslotal zu fenden. Der Borftand wird dann, um Borarbeiten erledigen zu können, sich schon am Vormittag in Dorten einfinden; um Zeit für das Uebliche zu gewinnen.

zu geminicu. Traktanden: Begrüßung, Appell, Proto-koll, Kaffabericht, Vereinsbericht, Tombola, gemeinsames "Zoben" und Berschiedenes. Zu wessen Gunsten der Reinertrag der Tombola verwendet wird, wurde ja an der Herbstwer-sammlung beschlossen; darum bleibe kein Mitglied zurück im Geben.

Anläglich unserer Vorstandssitzung vom 27. Dezember beklagte sich die Kassiererin, daß wieder Nachnahmen nicht eingelöst, auch Bußen nicht bezahlt worden seien; wenn keine schrift= liche Entschuldigung vorgebracht murde, gibt es boch folche. Un der Sitzung wurden wir einig, solche und andere Abweichungen nicht einreißen zu laffen; entweder ift man treues Bereinsmitglied und kommt feinen Berpflichtungen nach ober man ift nicht Mitglied.

Solch unliebsame Vorkommnisse vermehren Die Arbeiten der Raffierin und nehmen ben Bereinsbeutel unnötigerweise in Anspruch. Gin Gratiszoben schmekt boch auch einmal gut im Jahr, nicht mahr? Wenn aber nichts mehr in den Beutel kommt, ift fo etwas aussichtslos! Mit besten Bünschen zum angetretenen 1934.

Der Vorstand.

Sektion Balelstadt. Unfern werten Mitgliedern zur Kenntnis, daß am 31. Januar, nachmittags vier Uhr, die Generalversammlung im Frauenspital ftattfindet; wir bitten die Kolleginnen, recht zahlreich zu erscheinen.

Der Borftand.

Sektion Bern. Un unserer diesjährigen Generalversammlung, welche Mittwoch, den 24. Januar stattfindet, wird unsere Sektion das 40jährige Jubilaum feiern.

Der Bortrag, gehalten von Herrn Prof. Dr. Guggisberg, findet puntt 2 Uhr im Hörfaal statt

Unsere Traktanden sind folgende: 1. Begrüßung; 2. Jahresbericht; 3. Kaffabericht; 4. Bericht der Revisorinnen; 5. Wahl des Vorstandes und der Rechnungsrevisorinnen; 6. Bestimmung der Unterstügungssumme; 7. Antrage; 8. Unvorher= gesehenes.

Nach der Versammlung, ca. 5 ½ Uhr, finden wir uns zum Nachtessen (Fr. 3.50) im Gesell= schaftshaus Militärgarten, Militärstraße 38 (vis à vis der Kaserne), ein. Für den um 8 Uhr beginnenden unterhaltenden Teil ift ebenfalls auf's beste gesorgt. Wir haben die "Zeitglocken= gesellschaft" in Bern zu einigen Darbietungen verpflichtet, die bestimmt ausgezeichnet sein werden. Der Schluß ift nach 10 Uhr vorgesehen. Für auswärtige Mitglieder werden wir freies Nachtquartier besorgen. An alle unsere Kollegsinnen geht die freundliche Einladung, durch ihr bollgähliges Erscheinen unserer Sektion an ber Feier ihres Jubilaums die Chre zu erweifen.

Ein Rückblick über das Wirken und Bestehen unseres Vereins folgt in nächster Nummer.

Wir bringen ferner zur Kenntnis, daß die Kaffiererin in den nächsten Tagen den Jahresbeitrag per Nachnahme erheben wird.

Der Borftand.

Sektion Graubunden. Vor allem wünschen wir unsern Kolleginnen ein recht gesegnetes Neues Jahr, im lieben Daheim und im Berufe. Berglichen Dank allen, die an Beihnachten und Neujahr liebe Grüße und Bünsche gesandt haben.

Unsere Dezember-Versammlung war gut besucht und es hat uns der Besuch der Zentral-Bräsidentin sehr gefreut. Ihre Worte fanden allgemeinen Beisall und es sei ihr im Namen aller herzlich gedankt. Wir glauben, es wäre nur vom Guten, wenn die Sektions-Versammlungen hin und wieder vom Zentral-Borftand besucht würden. Dadurch bekame er einen beffern Ueberblick über die Verhältnisse der Hebammen in den verschiedenen Kantonen, sind diese doch in jedem Kanton andere. Wartgelder, Taxe usw. follten doch in erster Linie dem Zentral-Vorstand genau bekannt fein.

Wir gedenken im Februar und März Bersammlungen abzuhalten, in Reichenau und im Engadin.

Näheres wird in der Februar-Nummer befannt gegeben. Mit beftem Gruße!

Der Borftand.

Sektion Luzern. Gin Jahr hat wieder feinen Lauf vollendet. Ob die guten Wünfche, die jeweils beim Beginn eines neuen Jahres getauscht werden, alle in Erfüllung gehen, fast können wir dies nicht glauben. Das Leben bringt wir dies nicht glauben. Das Leben jedem Menschen Freud und Leid. Daher wünschen wir jeder Kollegin guten Mut und frohe Zuversicht für jede Lebenslage. ein herzliches Glückauf und viel Segen in Beruf und Familie im neuen Jahre.

Der Borftand.

Sektion Nid- und Obwalden. Die Jahres= versammlung findet ftatt den 24. Januar, nach= mittags 2 Uhr, im neuen Schulhaus in Bergiswil, verbunden mit ärztlichem Vortrag von herrn Dr. Bucher, Frauenarzt. Ueber ein fehr interessantes Thema wird referiert.

Wir möchten es allen Kolleginnen ans Berg legen, boch recht zahlreich an dieser Bersamm= lung zu erscheinen (bitte, nur wegzubleiben, wenn es der Beruf wirklich erfordert). Nach jo langen Ferien darf wohl jede guten Willen zeigen. Alfo merkt Euch den Mittwoch 24. Jan.

Auf Wiedersehen in Bergiswil.

Der Borftand.

Sektion Schaffhausen. Unfern Mitgliedern geben wir zur Renntnis, daß unsere hochbetagte Kollegin Fraul. Anna Welti in Stetten am 11. Dezember ins bessere Jenseits heimgehen durfte. Schon in jungen Jahren erlernte sie den Hebammenberuf und übte denselben Sahr= zehnte hindurch in treuer Pflichterfüllung aus. Sie war eine derjenigen, die unserer Sache immer großes Interesse darbrachte und kaum an einer Versammlung war sie unter den Fehlenden. Wir werden fie daher fünftig fehr vermiffen und die liebe Verftorbene in gutem Undenken behalten. Un der Beerdigung, Die in Lohn stattsand, nahmen fünf Kolleginnen teil. Allen lieben Kolleginnen nachträglich noch

die besten Wünsche für 1934.

Frau Brunner.

Sektion Solothurn. Wir möchten noch furg alle Rolleginnen bitten, die Generalversammlung, die am 29. Januar, nachmittags 2 Uhr, statt= findet, nicht zu vergeffen.

Alfo in der Metgerhalle. Ebenfalls nicht zu vergessen sei unser Glückssack, je mehr sich der= selbe füllt, desto luftiger wird es werden. Wir erwarten einen Massenausmarsch und freuen uns auf ein par Stunden der Gemütlichkeit. Der Vorstand.

Sektion St. Gallen. Wir möchten unfern Mitgliedern mitteilen, daß am 1. Februar unsere diesjährige Hauptversammlung stattfindet. Es stehnungsberichtes, des Revisorinnenberichtes, Berschiedens zu Wirbensberichtes, bes Revisorinnenberichtes, Berschiedenes zu. Wir hoffen, bei dieser Gelegenheit viele Kolleginnen in unferer Mitte begrüßen zu können und freuen uns darauf. Und weil die Versammlung erst zwei Wochen nach Ersicheinen der Zeitung stattfindet, soll sie des

wegen ja nicht vergessen werden. Also auf Wiedersehen Donnerstag den 1. Februar, 2 Uhr, im Spitalkeller.

Für den Borftand: Schwester Boldi Trapp.

Sektion Werdenberg-Sargans. Den werten Mitgliedern teilen wir mit, daß die Jahress versammlung Dienstag den 23. Januar, nachmittags 21/2 Uhr, im Schulhaus Trübbach stattfindet.

Herr Dr. Grämiger, Bezirksarzt, ist wieder freundlich und wird uns einen Vortrag halten, verbunden mit Lichtbildern, betitelt Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett". Wir erwarten zu dieser Versammlung voll= zähliges Erscheinen. Nach dem Vortrag werden wir ins Hotel Bahnhof geben und bort die Berhandlungen erledigen und ben Raffee trinten.

Allen Rolleginnen Glück und Segen zum neuen Jahr. Mit freundlichem Gruß

Für den Vorstand: Frau Lippuner. Sektion Winterthur, Unfere diesiahrige Generalbersammlung findet den 25. Januar, 14 Uhr im Restaurant Metgerhof (Neumarkt) statt. Traktanden: Die statutarischen. Glücksack nicht vergessen. Es wird ein Betrag aus der Raffe an Das gemeinsame Bankett geleiftet.

Unentschuldigtes Wegbleiben von der Generalversammlung Fr. 1.— Buße. Vollzähliges Erscheinen erwartet

Der Borftand.

Sektion Bürich. Das neue Jahr hat uns bereits mit dem ersten Tag eine traurige Botschaft gebracht. Unser allseits so sehr geschätztes Mitglied, Frau Anna Meier-Denzler, ist ganz unerwartet von uns geschieden! Wir wußten wohl, daß Frau Meier nicht mehr ganz bei Kräften war, niemals aber hätten wir an ein solch schnelles Verlaffen gedacht. Wer sie kannte, weiß, was wir und was die Angehörigen an ihr verloren haben. Sie war eine liebe, tätige und treue Kollegin und wir werden ihre vortrefflichen Dienste nie vergessen. Frau Meier hatte sich noch sehr auf das 40-jährige Jubi-läumsfest des Schweiz. Hebammenvereins gefreut, den sie ja auch mitgründen half. Aber es sollte nicht mehr sein. Ruhe sanft, liebe treue Rollegin, unser Dank reicht weit über bein Grab hinaus.

Am 23. Januar 1934 findet also unsere Generalversammlung statt, und zwar im "Franzistaner", Niederdorfstraße, Zürich 1. beginnend um 3 Uhr und Bankett um 5 Uhr.

Traktanden: Jahresbericht, Rechnungsbe-richt über Bereins- und Unterstützungskasse, Bericht der Rechnungsrevisorinnen, Wahlen, Glücksach, Generalversammlung und Jubilaum. Liebe Mitglieder erscheint recht zahlreich und

vergeßt die Anträge und Glückspäckli nicht. Unentschuldigtes Fernbleiben der Stadthebammen also Fr. 1.— Buße,

Der Vorstand.

Jubiläum.

esesesesese

Bor einigen Tagen konnte in Menzingen Frau R. Staub-Schicker, Hebamme, auf ihre erfüllte 50 jährige Tätigkeit in diefer Berggemeinde zurückblicken. Weit über zweitausendmal wurde fie in diesen Jahren gerufen, um Mutter und Kind in schwerer Stunde beizustehen. Wie viel Sorge und Mühe, wie viel Aufopferung liegt in dieser runden Zahl verborgen! Ein seltenes Ereignis ist, daß neben der Jubilarin deren Tochter, Frau Adelheid Iten (seit 27 Jahren) sowie deren Großtochter, Fräulein Adel= heid Iten (seit 1 1/2 Jahren) praktizieren, so daß in Menzingen aus berfelben Familie jest gleichzeitig drei Generationen als Hebammen tätig sind.

Frau Staub, die in vorbildlicher Weise pflicht= getreu und still während 5 Jahrzehnten allen gegenüber gleich hilfsbereit ihren Beruf ausgeführt hat, verdient heute warme und dankbare Anerkennung der ganzen Gemeinde.

Abelheid Iten, Hebamme, Menzingen (Zug). energe rerected

303030 DECEE

Woher die Kindlein kommen.

Bar oft in langen, stillen Nächten, Wenn Klapperftorch mir Arbeit bringt, So fängt er etwa an zu brichten Woher er auch die Kindlein nimmt.

Abseits von Menschen gang allein, Da liegt ein stilles Weiherlein. Don grünen Wiesen ist's umgeben Und eine Birke steht daneben. Und Wasserjungfern gart und fein, Die wiegen sich im Sonnenschein. Im Schilf es lispelt geheimnisvoll And Mücken tanzen rings wie foll. Doch nachts verstummt das wilde Leben And nirgends tut sich etwas regen. Es schläft die Mücke, es schläft das Schilf, Die Wasserjungfer ihnen hilft Und fraumt von Sonne und Liebe und Freud. 2Ind ach, noch so manchem Berzeleid. Der Mond nur einsam Wache halt; Die Wasserjungfer ihm gar gefällt. Er kußt die Schöne sachte, gang sacht, Aus ihren Träumen sie nicht erwacht.

And kommt man nun zu diesem Teich,
— Denn das ist Papa Storch sein Reich Ein Klappern läßt sich dann vernehmen; Schon fängt sich's im Wasser an zu regen. Was bewegt sich denn da so rosig und sein? Das sind die lieben Kindelein! Da ein Händchen, dort ein Füßchen aus dem Wasser

hier eins aus den Aeuglein den Schlaf sich reibt And eines schon munter, das euset ihm zu: "Ach, Papa Storch, du störst uns're Auh!" Am den Hals ihm schmiegt's sein Aermlein so weich Und bettelt: Nimm mich mit, hab' genug von dem Teich, Ich möchte den Menschen Freude bringen Und ihnen ein Liedlein bom Simmelreich singen.

Ach Gott, wer könnte da widersteh'n And achtlos am Teiche vorübergeh'n! So nimmt er denn solch ein Elschen mit. Aber was fängt er nun an damit? Er bringt das Menschlein der Storchentante, Die sicher weiß eine gute Bekannte, Die gern ein solch liebes, rosiges Kind Bei ihr in Berg und Saus aufnimmt, Die es hegt und pflegt und es bewacht, Und aus ihm einen füchtigen Menschen macht.

Mun ist zu End' die Beschichte schon, Der Storch winkt noch einmal und fliegt davon. Ich bleibe zurück, das Kindlein im Arm. Sein Körperlein schmiegt sich an mich so warm. Ich bring es der Mufter und leg ihr's ans Herz, Dergessen ist aller Jammer und Schmerz. In die kleinen Aeuglein sie schaut verzückt, Ihr Herz saft zersprings vor lauter Glück. And die Sternlein am Himmel bleiben steh'n, Mie haben sie glücklichere Menschen geseh'n,

S. Gehri.



Eingesandt.

(Nachstehender Artikel erscheint umftände= halber etwas zu spät. Siehe in Nr. 10, Jahrgang 1933).

Fühle mich verpflichtet, dem mutigen Zentral-Vorstand und unserer verehrten Redaktion herzlich zu danken für die tapfere Verteidigung gegen den scharfen Angriff von Seiten des einstigen Hebammen-Lehrers (er war auch der meinige) und jezigen Professors Dr. Labhardt in Bafel.

Herr Prof. Labhardt hat fich nun felbst geschnitten. Seine Gedanken waren nicht weislich überlegt und er mußte nun eine Erwiderung entgegen nehmen, mit der er niemals gerechnet hat; eine Entgegnung für seine Berson, die er wahrscheinlich das erstemal in dieser Weise an sich zu nehmen gezwungen ward. So soll es jeder Ungerechtigkeit widerfahren, mag sie noch so hoch auf weltlicher Leiter stehen.

Daß man die Allgemeinheit angegriffen, das ist der Schwerpunkt. Auswüchse gibt es leider unter jedem Stand; hierinnen ift auch die Aerzteschaft nicht verschont. Das konnte schon unser großer Weister ersahren unter seinen Jüngern.

Daß die Herren Aerzte über diesen Artikel der Entgegnung in der schweizerischen medizinischen Wochenschrift nicht auf etwas andere Gebanken gekommen, bezweifle ich nicht. Bielsteicht kommt auch Serr Prof. Labhardt zur Befinnung. Zum ersten Angreifer möchte ich nur noch nebenbei bemerken, daß diesem Heb-ammenverunglimpfer sicher bei seiner Geburt halt doch eine Bebamme erfte Silfe und Sandreichung tat.

Vor allem freue ich mich, daß wir einen Berband haben; in demfelben einen Borfit, der sich um das Wohl und Weh sämtlicher wie auch einzelner Berufsschwestern annimmt.

Im Anschluß sei mir noch eine Aeußerung

erlaubt, die mich schon so oft beschäftigte. Wir sollten mehr Gemeinschaft mit den Klinik-Hebammen pflegen. Austausch wäre nötig gegenseitig, damit sie auch uns und unser Be-rufsleben kennen und begreifen lernten. Wir kennen das ihrige, sie aber (mit wenigen Ausnahmen) nicht das unfrige. So könnten wir uns die Hände reichen und es würde eine Schranke fallen, die man immer deutlich zu fühlen bekam, so bald man in einer Klinik in irgend einer Art etwas zu tun hatte. Bekommt man dies auch nicht von allen zu fühlen, so doch von der Mehrzahl. Ich frage, sind wir denn nicht alle Berufsschwestern, die in der Klinik und wir draußen? Tun wir nicht ein und dasselbe Amt an unsern Mitmenschen? Das würde ein Zukunftsbild werden, dem sicher auch von ärztlicher Seite Achtung geschenkt würde. Stellen wir uns vor: Wenn die weisen Frauen von der Klinik für ihre Kolleginnen draußen Bartei ergriffen — was würde das für eine Harmonie werden unter diesen zwei Arbeits= schichten. Gemeinsam ben Weg gehen mit dem



hervorragend bewährter Kinderpuder zur Heilung und Verhütung des Wundseins

Erhältlich in den Apotheken, Drogerien und einschlägigen Geschäften

Probemengen stehen kostenlos zu Diensten

bei der Generalniederlage:

O. Brassart, Pharmaceutica A.-G., Zürich, Stampfenbachstrasse 75

Fabrik pharmaceutischer Präparate Karl Engelhard, Frankfurt a. M.

1712

einen Gedanken: wir sind alle gleich nötig, die in der Alinik und die in der Außenprazis. Die Herren Aerzte können es einmal nicht machen ohne uns. Also der älteste Frauenberuf bleibt bestehen.

Bitten wir die Kolleginnen von den Kliniken, nicht nur die Zeitung zu halten und nur die Hörjaal-Verjammlungen zu besuchen, sondern auch den monatlichen Zusammenkünsten, wenn irgend möglich, beizuwohnen und so den näheren Anschluß zu pflegen. Probieren wir's. Gott gebe uns den Segen und die Kraft hiezu.

Run noch an jedes Einzelne die Bitte:

Tun wir unser Möglichstes, damit wir stets uns verantworten können. Erniederige keines das andere. Seien wir milde im Urteil einander gegenüber. Denke ein jedes an die eigenen Schwächen, an den eigenen Kampf, aber auch an den größten Sieg über sich selbst. Immer und immer muß ich es wiederholen: Hiten wir uns vor dem Genusse des Allfohols, damit wir klar bleiben und ein Beispiel seien. Sei jede oder werde jede eine Lisbeth Burger und so geben wir unserem alten und heiligen Beruf die Ehre.

Wochenbettegumnaftif.

Das Wochenbett ist eine schwere und bedeustungsvolle Zeit für die Mutter, gilt es doch jett die Frau körperlich wieder so herzustellen, daß sie den Anforderungen des Alltags wieder gewachsen ist. Diese Vorbereitung auf die Arbeit der Mutter leistet die Natur nicht allein, sondern die Patientin muß auch selbst aktiv mithhelsen, um so das Wirken der Natur zwecks

mäßig zu unterstüten.

Betrachten wir alle die mannigsachen Vorsgänge der Rückbildung der weiblichen Organe im Wochenbett. Gebärmutter und Muttermund, Mutterbänder und die Muskulaturen vom Bauch und Beckenboden, alles zeigt das Streben nach Rückbildung und Festigung. Gebärmutter und Muttermund besorgen ihre Arbeit naturgemäß ohne unser weiteres Dazutun. Nicht gleich verhält sich aber die Rückbildung von Mutterbändern und Muskulatur. Hier müssen wir durch eigene gute Hisselstung sene Straffseit der Organe erreichen, die sie vor der Geburt beseisen haben, und unsere Hisselstung heißt Gymnastit im Wochenbett.

Um den Wert der Leibesübungen ganz zu ersassen, ist es notwendig, vorerst in Kürze den Frauenkörper zu betrachten. Die Fraugeigt ganz andere Körperverhältnisse als der Mann, sie nähern sich denen des kindlichen Körpers: Der Rumps ist länger, Arme und Beine aber kürzer. Trog dem längeren Rumps aber hat die Frau ein kürzeres Brustbein, woburch wieder die Bauchmuskeln verhältnismäßig länger werden. Die Schulterbreite ist geringer als beim Mann, das Becken aber breiter und

geräumiger, als Anpassung an die spezissischen Geschlechtsausgaben. Der Körper der Frau ist ja belastet, dem werdenden Kinde Obdach und Rahrung zu geben, eine Aufgabe, die bei allen Frauen ihre großen Einwirkungen auf den gessanten Körper zur Folge hat, denn Schwangersichaft und Geburt stellen die schwersten Ansorseberungen an die Muskulatur des Bauches und Beckenbodens und auch an die Blutzirkulation in den Venen.

Auch die Fettentwicklung der Beden- und hüftgegend, ebenfalls ein Geschlechtsmerknal der Frau, muß im Gleichgewicht gehalten werden, daß sie weder zu start sich auspräge, noch andererseits gänzlich verschwinde.

Das Becken der Frau neigt sich nach vorn tieser und hat somit eine Schrägstellung, die notwendig ist, um die inneren Organe zu halten. Ift nämlich das Becken zu schief gestellt, so drücken die innern Organe auf die Kauchnuskulatur, die im Laufe der Zeit nachgeben und es kommt zum Hängebauch. Ist das Becken aber gerade gestellt, so drücken die Eingeweide unverhältnismäßig stark auf den Becken boden, ohne die Stüge des Knochens beanspruchen zu können, und es kommt leichter zum Vorfall.

Unsere Aufgabe ift es nun, die Muskeln zu ftärken und das Becken in seiner Normallage zu erhalten, und dies erreichen wir durch eine zwecknäßige und mit Energie durchgeführte Gymnastik. Bevor ich aber deren Wirkung näher bespreche, möchte ich in Kürze die an der kantonalen Entbindungs unstalt durchgeführten Uebungen erwähnen.

1. Armübung, Arme hoch, seitwärts und nach vorn. Ich möchte gleich hier bemerken, daß jede Uebung dreimal durchgeführt wird.

2. Arme seitwärts hoch unter gleichzeitigem Aufrichten des Körpers von der liegenden in die sitzende Stellung. Eine Uedung, die nicht nur die Musteln des Schultergürtels beausprucht, sondern auch besonders die langen Rückenstrecker beeinsluft und so der Wirbelfäuse wieder Halt verschafft.

3. Mit in den Nacken geschlagenen Händen den Körper aus der liegenden in die sitzende Stellung bringen. Diese Uebung ist noch eine

Verstärfung der vorhergehenden.

4. Die Atemübungen, d. h. Arme vorwärts hoch mit tiesem Einatmen durch die Nase, Arme senken mit Ausatmung durch den Mund. Gerade dieser Uebung ist große Bedeutung zuzuschreiben, denn sie wirkt nicht nur auf die Muskulatur des Rückens und der Brust, sondern sie dient auch zugleich zur guten Durchlüftung der Lunge und regt die Blutzirkulation im ganzen Körper an, sie wird daher nicht nur dreimal, sondern fürsimmal ansgeführt.

5. Hände in den Hüftstütz. Die Beine werden aufgestellt, und nun wird das Becken langsam von der Unterlage gehoben und wieder gesenkt Diese Uebung kräftigt nicht nur die langen Bauchmuskeln, fondern sie beansprucht auch die Beckennuskulatur.

6. Ebenfalls Heben des Beckens von der Unterlage und nun in dieser Stellung Spreizen der Knie und wieder schließen. Neben den obengenannten Muskeln werden hier besonders auch die großen Muskelgruppen des Obersichenkels gestärkt und geschmeidig erhalten.

7. Anziehen der Beine aus gestreckter Stels lung in stärkste Beugestellung und wieder Strecken. Diese Uebung wird zuerst mit jedem Bein einzeln ausgeführt und nachher mit beiden

Beinen zusammen.

8. Beinkreisen ebenfalls jedes Bein gesondert und dann beide Beine gleichzeitig. Auch bei diesen beiden Uebungen werden die gesamten Muskeln der Lenden, des Bauches, des Beckenbodens und der Oberschenkel gruppenweise nacheinander in Anspruch genommen und wieder gesöst. Gerade diese Uebungen tragen viel bei zum geschmeidigen Gehen, wenn die Wöchnerin endlich das Bett wieder verlassen hat.

9. Atemübungen wie oben, nur diesmal bei geöffneten Fenftern, damit die Lungen nun gut

mit Sauerstoff durchlüftet werden.

All diese Uebungen beanspruchen nur acht bis zehn Minuten Zeit und bedeuten deshalb für die Hebanme kaum eine Mehrbelastung, denn diese 10 Minuten wird sicher jede übrig haben, um sich der Böchnerin zu widmen. Sie sehen aus der Anordnung der Uedungen, daß wir nicht einseitig gewisse Körperpartien bevorzugen, sondern wir üben die Muskeln des Oberkörpers, des Kückens, die Bauch und Beckenmuskeln und diesenigen der Beine ungestähr gleich, vielleicht mit einer ganz geringen Bevorzugung von Bauch und Becken, da ja gerade diese Muskelgruppen durch Schwangersichaft und Gehwangersichaft und Geburt hauptsächlich geschädigt wurden.

Durch all diese Uebungen werden aber nicht nur die Muskeln gestrafft, sondern es wird auch eine natürliche und schöne Haltung, sowie ein schmerzsreies Tragen der Wirbelsaufe und des Beckens ermöglicht und wir verhüten damit den Hängebauch und den Vorsall. Bei allseitiger Durchbildung der Körperteile schult sich nämlich von selbst das Gesühl der Körpererhaltung, sodaß er sich mit der Zeit von selbst gerade einstellt.

Lassen wir aber umgekehrt die Frau ruhig im Bette liegen, und trachten nur mit einer Leibbinde die Rückildung zu besördern, so erschlassen die Muskeln durch die Trägheit und beim Ausstelnen der Wöchnerin macht sich dies seinzelnen Muskeln sind nicht mehr gewohnt, gegenseitig zu arbeiten und so die große Körperhaltung zu bedingen. Sie sind durch das untätige Liegen zu schwach geworden und die Ermüdungsschmerzen machen sich nach kurzer Zeit bemerkdar, und die Klagen über diese Kückenschmerzen können wir oft noch nach zahren in der Sprechstunde hören. Oft sind wir dann gezwungen, den armen Frauen das Tragen eines künstlichen Korsetts zu empsehlen,

Kind 31

("Meiteli") würde in gute Pflege genommen. Offerten befördert unter Nr. 1717 die Exped. d. Bl.

OHRS

der billige der zweckmässige

Krampfadern - Strumpf.

Lieferung nur durch Wiederverkäufer. — Verlangen Sie Muster zur Ansicht und Bezugsquellen-Nachweis.

Generalvertretung für die Schweiz: Egli & Co.,
Brüttisellen / Zch.

[OF 11080 Z]

Tel. 932.310

WACHSTUMS-KURVEvon NOFLLE G. geboren den 25 XII- 24

6.4 Kg
5.4 Kg
4.8 Kg
1 der Gebunt
1 lag 1 Monat 2 Monate 3 Mon
Wurde von den
ersten Tagen an mit
Pulvermilch Guigoz
ernährt

Herzliche Bitte Blinden alle Sehenden

an die glücklichen Eltern sehender Neugeborner; damit äufnet Ihr unsere **Unterstützungskasse** für alle Notfälle in unserem dunkeln Dasein.

verschenkt unsere Geburts-Karten und Couvert-Verschluss-Marken

Einzahlungen auf Postcheckkonto Nr. IX 1170, St. Gallen, und Bestellungen, auch nur auf Muster, die kostenlos abgegeben werden, nimmt dankend entgegen:

Die Zentralstelle d. schweizerischen Blindenwesens, St. Gallen. nicht mit Unrecht, weil sich nun nach den verflossenen Jahren der Uebelstand doch nicht mehr völlig beheben läßt. Früher aber hätten die Frauen vor diesen Schmerzen bewahrt werden können durch eine mit aller Energie betriebene Wochenbettsgymnastik, durch die den Müttern gezeigt wird, daß hier nicht ein künftliches, sondern nur das geübte, eigene Muskelkorsett

die schöne Haltung wiedergibt. Oft muß gerade die Wochenbettsgymnastik einen Ausgleich schaffen für die Alltags- und Berufsschädigungen im Leben der Frau. Indem sie den ganzen Körper erfaßt, bringt sie diesen Ausgleich zustande, sowohl dei Frauen mit vorwiegend sitzender Lebensweise, wie Nähe-rinnen und Beamtinnen, als auch dei solchen mit vorwiegend stehender Tätigkeit, wie Arbeiterinnen an Maschinen und Vertäuferinnen 20. Auch viele verwöhnte Frauen, die nur noch Anto und Lift benügen, und ihre Bein- und hüftmusteln taum mehr zu benötigen scheinen, brauchen umso dringender die Gymnastik. Das Alltagsleben mit seinen verschiedenartigen Berrichtungen zeigt oft die Unzweckmäßigkeit der Bewegungen. Betrachten Sie nur einmal die Frauen, wie sie einen Gegenstand vom Kaften herunternehmen, oder etwas von der Erde aufheben, oder auch nur beim Spazieren in der Stadt. Der ganze Körper ift oft wie verkrampft, große Partien ihrer Mustulatur werden angeftrengt für relativ fleine und einfache Bemegungen in gang unnüber Beise und andere Partien liegen dann törichterweise brach. Betrachten Sie im Gegensat bazu bas Rind, mit bem unaufhörlichen Streben nach Bewegung. In diesem Spielen des Kindes mit feinem eigenen Körper hat die Natur den wahren Unfangspunkt der körperlichen Runftbildung gegeben. Dieses Spiel der Bewegung und die Formschönheit der Haltung muffen wir dort zurückerobern, wo sie verloren gegangen ift.

Auch die Fettentwicklung an Becken und Höftlinie wird ins richtige Maß zurückgedrängt durch die Ausführung befonders der Beinbewegungen, ohne daß aber das Fett gang verschwindet. Die Uebungen dienen also auch der Berschönerung des Frauenkörpers, was besonders in der heutigen Zeit sicher nicht außer Acht gelaffen werden barf.

(Schluß folgt.)

Schlaflosigkeit.

Bei jedem Schlaflosen liegt eine besondere Ursache für sein Leiden vor. Die Schlaflosigkeit fann gelegentlich auftreten und nicht mehr als eine vorübergehende Unannehmlichkeit sein, sie kann aber einen Menschen sehr lange Zeit qualen und zur Erschöpfung führen. Zwischen diesen zwei angersten Graden des Uebels gibt es viele Zwischenstufen und jeder Mensch hat wohl die Schlaflofigkeit in irgend einer Weise schon tennen gelernt.

So viele verschiedene Menschen es gibt, fo viele verschiedene Ursachen hat die Schlaflosig= teit; ja bei ein und demselben Menschen hat fie nicht jedesmal dieselbe Urfache. Und da kaum bei einem Leiden so wie bei diesem die Behand= lung zuerst den Quell suchen und abgraben ist sie für jeden Menschen verschieden. Aus ihrem Wesen ergibt es sich, daß der Arzt vom Kranten Selbsterkenntnis und Mithilfe verlangen muß, ja daß in sehr vielen Fällen bei Ginsichtigen die Selbsthilfe genügt.

Wir wissen, daß wir alle Ursachen der Schlaflosigkeit und alle ihre Formen bei weitem nicht aufzählen und die Behandlung nicht erschöpfend bartun können, nur einige Sauptformen, Winke, Ratschläge mögen hier Plat finden; der Gin= fichtige mag immer baraus für seinen besonderen Fall etwas entnehmen.

Wir können die Schlassosigkeit in drei große Arten abteilen.

Die gelegentliche oder vorübergehende Schlaflosigfeit tritt bei sonst Gesunden bann ein, wenn eine große Aufregung vorhergegangen, oder noch eher, wenn eine solche zu erwarten ist; wohingegen der ganz Gesunde nach starken Aufregungen, seien sie freudiger oder schmerzlicher Art, gewöhnlich in einem desto tieferen Schlafe seine Nerven vollständig erholt; ja man kann sagen, daß derjenige, den der Schlaf nach einmaliger (nicht oft und regelmäßig sich wieberholender) Aufregung flieht, keine gefunden und widerstandsfähigen Merben hat; ihnen fehlt die Spannfraft und die Erholungemöglichkeit in tiefster Erschlaffung = Ent= fpannung. Gelegentliche Schmerzen, Bahnweh, Verwundungen ftoren den Schlaf. der Tee, Raffee ober Katao nicht gewohnt ist, halt eine Taffe diefer Getrante, wenn fie in der Abendzeit genossen wurden, bis nach Mitsternacht wach. Rur der Abgestumpste antwortet nicht mehr auf diesen Nervenreiz.

Die nach gleichen Zeitabschnitten ober mit andern Zuständen vergesellschaftete ftets wiederkehrende Schlaflosigkeit. Es gibt eine Menge von Zuständen im Leben des Einzelnen, die immer wiederkehren, meist nach gleichen Paufen. Wer sich die Mühe nehmen wollte, einmal sich und seine Umgebung, Menschen, Tiere, zu beobachten, würde diese Erscheinung aufzeichnen können. In der Natur kennt man sie 3. B. im Wechsel der Jahreszeiten. Philosophen und Metaphysiter haben wiederkehrende Buftande in noch viel größeren als Jahreszwischenräumen feftstellen fönnen; auch unser Schlaf ist solch wiederkehrenden Zuständen unterworfen; 3. B. dem Wechsel des Mondes, dem Auftreten des Föhns, der Tagund Nachtgleiche, ber Zeit der längsten und der kürzesten Tage. In Vollmondsnächten, bei trockener Witterung braucht mancher, der sonst seine 8 Stunden schläft, nur 5 Stunden Schlaf. ist dabei erquickt und leiftungsfähig; dieser selbe holt den Schlaf bei trübem Winterwetter und Neumond nach; er kann um 8 Uhr zu Bett gehen und bis 6 oder 7 Uhr morgens schlafen. Das ist keine krankhafte Erscheinung, sondern im Gegenteil das gesunde Anfühlen des Naturmenschen an die Natur. Das "Im gleichen Uhrwerk Gehen" mit dem Geschäfts- und Erwerbsteben, wo einem Schlaf und Ruhe, Erregung und Entspannung nach Bureauarbeit und Bureauschluß zugesprochen wird, ist fein Maßstab für Gesundheit; es ruiniert den Menschen und stumpst ihn ab. - Diese Art der wiederkehrenden Schlaflosigkeit ober vielmehr bes berminderten Schlafbedürfnisses läßt nie Abspannung oder Müdigkeit zurück und gleicht fich immer durch zu andern Zeiten vermehrtes Bedürfnis aus.

Die länger bauernde Schlaflofig= teit. Sie ist die Unfähigteit, Gehirn und Nerven zu entspannen und sich erholen zu lassen; das besagt schon, was für Folgen sie haben muß: Müde Nerven, einen müden Körper, Wider= standslosigkeit. Sie entsteht meist durch zwei Dinge: Erstens durch Mangel an Selbstbe-herrschung. Diese Art tritt bei Menschen auf, die jede Widrigkeit auf sich wirken lassen und

Gesucht:

Junge, tüchtige

Hebamme

in ein Wöchnerinnen-Heim. Gefl. Offerten befördert unter Nr. 1620 die Exped. d. Blattes.



Vorzügliche

Schwan-Unterwäsche

gestrickt, leicht, porös, hygienisch Bestes Schweizerfabrikat Allerlei

Kinder-Artikel

Reiche Auswahl

Billige Preise In unsern Fabrik-Dépôts:

RYFF & Co., A.-G., BERN Gurtengasse 3 Kornhausplatz 3

Alleinverkauf in:

Riel Zürich Genève ,Lama" Centralstrasse 3
Tricosa A.-G. Rennweg 12
Tricosa S.A. Place Molard 11



Junge, tüchtige

AF Hebamme

sucht grössere Privatpraxis, ev. Klinik oder Spital. — Offerten befördert unter Nr. 1719 die Expedition dieses Blattes.



Instrumente Verbandmaterialien

etc.

für Aerzte und Hebammen liefert das

Sanitätsgeschäft W. HÖCH-WIDMER,

> Aarau Telephon Nr. 16.55

sich darüber aufregen, die Sorge, Kummer, Leidenschaft über sich hinauswachsen lassen. Alle die Dinge, mit denen sie nicht fertig werden, qualen sie und lassen sie nicht einschlafen ober wecken sie bei Nacht und halten sie lange wach; gegen Morgen, bald bevor fie aufstehen follten, befällt sie der Schlaf; mit dumpfem Kopse und muden Gliedern muffen fie turz darauf fich erheben. — Die zweite Art der länger dauernden Schlaflosigkeit kommt aus einem Migverhältnis zwischen geistiger und förperlicher Arbeit, oder bei wenig Beschäftigten aus dem bloßen Mangel an letterer. Körperliche Arbeit, die feine wirkliche Ausarbeitung ift, 3. B. bei vielen haus-frauen, bei den meisten Arbeiterinnen, bei vielen Arbeitern, Angestellten in Berkaufsläden usw., gibt Urfache zu Schlaflofigkeit.

Ratichläge für Schlaflose.

Auf welche Weise kommt der Körper in einen Zustand, der die vollkommene Entspannung des Gehirns dis zum gesunden Schlafe verhindert?

Durch die Anhängung von Giften im Blute, durch schlechte Blittverteilung und Hemmungen im Blutlauf. Bei ungenügender körperlicher Ausarbeitung ift das Blut mit Sauren gefättigt, Sarnfäure und besonders Rohlenfäure macht es zu einem Nervengift; solches Blut ift nicht mehr fähig, die verbrauchten und Ab-nützungsstoffe aus dem Gehirn aufzunehmen; es enthält nicht den Sauerstoff und die sonst igen Ernährungsfluffigteiten, mit denen bas Gehirn in der Nachtruhe umspült werden muß und aus denen sich der Wiederaufbau des von ihm bei Tage Verbrauchten vollzieht. Darum tommt es nicht zur Ruhe, es wird gereizt durch den Hunger nach den ihm nötigen Stoffen. Dazu kommt, daß die unausgearbeiteten Musfeln kein Müdigkeitsgefühl haben. Ganz ähnliche Vorgänge spielen sich im Stoffwechsel der aus seelischen Gründen Schlaflosen ab; die Aufregungen hemmen den Stoffwechsel, die Atmung, die Herztätigkeit derart, daß Uebersäuerung des Blutes mit Mangel an Sauerstoff eintritt. Als

Mittel gegen Schlaflosigkeit ist zuerst aufzustellen: Körperliche Ausarbeitung, Regelung ber Blutverteilung, Erleichterung bes Blutum-laufs. Jeder, dem die gesunden Glieder es erlauben, sollte wenigstens einmal am Tage so tüchtige körperliche Bewegungen machen, daß er zum Schwißen kommt und daß seine Lunge zu ausgiebigster Arbeit gezwungen wird; daß dies in guter Luft, am besten im Freien, geschehen muß, ist selbstverständlich. Menschen, denen der Beruf diese Ausarbeitung nicht bringt, machen ersahrung gemäß nur dann förperliche llebungen, wenn sich diese psichtmäßig in ihre Tagesarbeit einschieben. Darum sollen solche die nach Neigung und Möglichkeit gewählte Ausarbeitung zur Pflicht erheben. Empsehlenswert sind: Ein Morgenspaziergang mit Turnen (besonders Arm- und Rumpfbewegungen) und Tiefatmen, die Ausführung des Turnsystems mit Tiefatmen je morgens und abends etwa 20 Minuten, ober die Uebernahme eines Gartens, oder die Anschaffung eines hundes, den man fich als Schutz- und Begleithund selbst abge-richtet usw. Nach der körperlichen Ausarbeitung kommt die richtige Blutverteilung: Man soll früh und sehr wenig zu Nacht essen; später als 5 Uhr soll der wenig sich Ausarbeitende nichts mehr genießen. (Goethe aß jahrelang um 5 Uhr seine Nachtmahlzeit, die aus Obst und Brot bestand, und schrieb diesem Umstande seine gute Nachtruhe und seine geistige Spannfraft zu.) Das Blut freift dann schneller im Körper, die Baucheingeweide brauchen nicht so viel Barme zur Bewältigung der Verdauung, die Warme strömt in die Haut. Gben die in den Verdauungsorganen angesammelte Wärme schafft ein Unbehagen, das das Gehirn stört. Man mache es sich zur Regel, mit warmem Rörper in ein gut angewärmtes Bett zu geben und die Fenster des Schlafzimmers offen zu laffen. Ein rascher Gang im Freien statt des geubten Sindufelns bor dem Zubettegeben bringt die nötigen warmen Füße und die gleichmäßige Sautwärme; einen Erfat bietet Turnen

und fräftige Abreibung der nachten Saut mit den handen oder einem feuchten Lappen; damit diese gleichmäßige Hautwärme erhalten bleibe, soll das Bett vorgewärmt sein. Daß ein vorsgewärmtes Bett verweichliche, ist schädlicher Aberglaube; ich möchte miffen, warum ber Körper gerade vor dem Schlafengehen fo viel Grad Wärme abgeben foll, bis ein kaltes Bett angenehm durchwärmt ist; freilich mit kalter Haut ins Bett kriechen und die kalten Füße an die heiße Bettskasche anstemmen, das ist schädlich. — Durch gleichmäßige Wärmeverteilung werden viele Spannungen, die sich im Rörper tagsüber angesammelt haben, gelöft; für Blutarme, Schwache, nervöß Gereizte, für viele Frauen, für Fabrik- und Bureauarbeiterinnen löst diese Barmeverteilung oft die ganze Schlaffrage. Wer warm ins vorgewärmte Bett geht, wird immer wissen, wie warm er sich für die Nacht zudecken muß, er wird nicht zu-erst zu viele Decken auf sich saden, um dann schwißend zu erwachen und wieder Decken wegzulegen und sich schließlich erkälten. Er wird besonders leicht geneigt sein, auch im Winter ein Fenfter feines Schlafzimmers gang zu öffnen, der Sauerstoff, mit dem er die ganze Nacht sein Blut versorgen kann, wird nicht nur zu ruhigem Schlaf beitragen, sondern eine große Erholung, für den ganzen Körper eine wirkliche Kraftquelle fein.

Diese beiden Ratschläge: Körperliche Ausarbeitung und Ausgleich der Spannungen durch gleichmäßige Erwärmung, sind eigentlich nicht nur Schlasmittel, sondern Bestandteile der täglichen Körperpslege. Sie sollten von jedermann geübt werden, aber der Schlaslose, der sie vernachlässigt haben wird, greise zuerst und sosort zu ihnen. Bei Bettlägerigen oder Kranken, die sich keine körperliche Ausarbeitung gönnen können, kommt in Frage: Tägliche Massige, passive Bewegung aller Gelenke siedes Gelenk etwa zehnmal), dei vorhandener Möglichkeit auch aktive Bewegung im Liegen oder Sizen, Tiefatmen mehrmals im Tage; jeden



Morgen, Mittag und Abend in Paufen etwa

zwanzig tiefe Atemzüge.

Als besondere Schlasmittel verdienen dann gewisse Wasseranwendungen Erwähnung: ein kühser oder ein warmer Leidwickel, eine Dampfstompresse auf den Leid, ein warmes Sithad, ein kaltes Tauchsigdad, eine kühse Abwaschung des Unterkörpers. Diese Anwendungen müssen wissen den Umständen vor dem Zubettgehen vom Seinzelnen ausprobiert werden, sie können je nach den Umständen vor dem Zubettgehen oder beim Auswachen während der Nacht genommen werden. Auch das Luftbad tut gute Dienste, aber man muß dabei mit den Händen die Haut reiben und darf sich keine kalten Füße holen.

Es gibt noch viele Umstände, die als Hilfsmittel beim Ginschlafen dienen können und die Ruhe des Schlafes beeinfluffen: Man gewöhne sich an regelmäßige Schlafenszeit; wer einmal um 9 Uhr und einmal um 11 Uhr zu Bette geht, wird bald merten, daß fein Schlaf leidet; man stehe immer zur selben Zeit auf und liege morgens nicht untätig wach im Bette. Wenn man einmal vor der Zeit auswachen sollte, nach gelegentlichen Aufregungen ober zu Zeiten, wo man überhaupt weniger Schlafbedürfnis hat, stehe man auf und liege nicht stundenlang wach, um gegen Morgen einem unerquicklichen Schlafe zu verfallen; man wird dafür in ber kommenden Nacht einen desto erquickenderen Schlaf haben. Die Beschaffenheit des Bettes ist oft maßgebend: Mancher liebt ein hartes Lager, eine Lage Laub oder Stroh auf Holzbrett will er; der andere kann ohne federnde Unterlage sich nicht ausruhen. Die Lage im Bett ist von Einfluß: Einer schläft schnell ein, wenn er ein paar Minuten lang die Arme hinter den Ropf legt, einer schläft gut auf der rechten, ber andere auf der linken Seite ein; manche lieben die Rückenlage, obwohl es heißt, sie errege durch zu große Erwärmung das Rückenmark. Tatsache ist, daß Leute mit leicht verstopster Nase in Rückenlage besser Bettskatt selbst unwichtig ist die Lage der Bettskatt selbst. Blutarme und auch im Gemüt Bedrückte ichlasen besser, wenn der Kops genau so tief oder noch etwas tiefer stegt, als die Füße; Kinder und jugendliche Personen sollten weder Kissen noch Keistissen benügen; diese sind nach Bedarf erst bei vorgeschrittenem Alter angezeigt. Man sieht täglich, wie Tiere sich gerne unter Kückendeckung hinlegen und eine Abneigung vor einem Ruhelager in der Mitte eines Kaumes haben. Es erweckt ein instinktmäßiges Geborgensein, wenn das Bett in einer Ecke und nicht frei steht. Gegen Steinmauern mag das Spansnen eines Wolkender, die Füße gegen Süden kehrt, schläft besser, die Füße gegen Süden kehrt, schläft besser.

Jur Regelung des Schlases haben wir noch die seelischen Mittel, die oft zu vollkommenem Ersolge führen. Ich habe wenig Vertrauen zum vielgeratenen Zählen oder ähnlichem; auch das krankhaste Nichtbenkenwollen sührt zum Gegenteil des Gewöninschten. Auch dier, wie sast überalt, kommt man am weitesten, wenn man statt aller Verneinung des Schlechten eine Bejahung sett, etwas tut: Man sage sich freisich zuerst, das ein Nachdenken über Unangenehmes sett zu nichts sühren kann, daß nach erquiestlicher Ruhe am nächsten Zage Unabwendbares erträglicher, daß bei Aenderdarem eher praktische Gedanken kommen, und dann nehme man sich bei der Hand und gehe zurück in seine Kindere, in seine Jugendzeit oder ins Märchenland. Man sühre sich an einen früheren Lieblingsaufenthalt, ins Esternheim, zur Großmutter, in die Schule, an einen bekannten Ort, wo man jeden Gegenstand noch dur sich sieht und gehe von einem zum andern, in Zimmer, Hos und Garten, und besehe das alles einzeln. Oder man erzähle sich ein Märchen, eine Sage, recht langfam

und behaglich, in Aleinmalerei, man wird selten weit kommen und darüber einschlafen.

Ueber giftige oder vielmehr laut Reklame stets "ungistige, unschädliche, harmlose" Schlafsmittel soll hier wenig gesagt sein. Der Kluge slieht sie; nur dem hoffnungstos Leidenden müssen wir sie lassen. Hören wir aber doch, was Herr Sanitätsrat Dr. med. Kühner dasrüber schreidt:

"Man mag über die Bedeutung derartiger angeblicher Beilmitttel denken wie man will, stets vergegenwärtige man sich vor deren Ge= brauch die schrecklichen Gefahren, welche dem Kranken drohen. Gerade die große Menge der in neuester Zeit von der Industrie auf den Markt gebrachten angeblich schlafmachenden Mittel gibt uns den besten Beweis dafür, daß noch feines gefunden worden, das allen Anforderungen entspricht. Go viel neue Schlaf= mittel, so viel neue Krankheiten! Es liegt in der Wesenheit aller ersundenen und noch zu erfindenden Arzneimittel, daß keines Schlaf bringt, ohne bei kürzerer oder längerer Dauer die Gefundheit zu schädigen. Für den Kranten, ber von Schmerzen gepeinigt wird oder ftundenlang in seinem Bette schlaflos liegt, erscheint die erste Gabe eines schlafmachenden Mittels als Wunderbalfam. Da es aber bei längerem Gebrauch, infolge allmählicher Gewöhnung, ebenso wie beim Genuß des Alfohols, immer neuer Reize in machsender Stärfe bedarf, um die gewünschte Wirkung zu erziesen, so werden durch allmähliche Steigerung der Gabe so tieferregende Beränderungen im Körper hervorgerufen, daß die Erscheinungen einer Bergiftung, die schädlichsten Folgen für Körper und Geift, unausbleiblich find.

Ebenso üble Folgen äußert die plößliche Unterbrechung in der Darreichung des Gistes. Insolge der allmählichen Gewöhnung an das Gist ist die Willenskraft, die Energie meist so



Zu Versuchen liefern wir Hebammen gerne 1 große Probestasche umssonst und positirei. Wir bitten, bei beren Bestellung auf diese Zeitung Bezug zu nehmen.

Käuflich in 1/1 und 1/2 Flaschen zu Fr. 5. — und Fr. 2.50

Scott & Bowne, Std., Zürich 5.

1715 / II



Stelle-Ausschreibung.

Infolge Wegzug ist die Stelle der **Gemeinde-Hebamme** in **Stäfa** am Zürichsee neu zu besetzen. Bewerberinnen wollen ihre Anmeldung mit Ausweis über Alter, Studiengang und bisherige Tätigkeit bis Ende Januar a. c. an den Präsidenten der Gesundheitsbehörde Stäfa, Herrn Gemeinderat **A. Wettstein** in **Uerikon-Stäfa**, einsenden.

herabgesest, daß eine Entziehungskur meist nur bei einer strengen Behandlung in einer Anstalt mit Ersolg durchgesest werden kann. Man möge sich diese abschreckenden, traurigen Bilder vergegenwärtigen, bevor man zum Morphium, Sulsonal, Amylenhydrat, Paralbehyd, Hypnon, Hypsiin, Methylal, Urethan, Somnal, Cannadis, Bromkali oder eine Menge "neuester" Schlafmittel, deren Anzahl saft jeden Tag ungebührslicherweise vermehrt wird, greift."

Ueber Abhärtung.

In unserer Zeit ift der Kampf ums Dasein recht schwer geworden. Er erfordert einen ganzen Menschen, einen Menschen, der gesund an Leib und Seele ift. Unser Körper fann ichon etwas außhalten, unter der Voraussetzung allerdings, daß er abgehärtet ift. Abhärten heißt hart machen und es ist das gerade Gegenteil, was viele zärtliche Mütter, sogar in unserem sports lichen Zeitalter, immer noch tun, sie "ver-päppeln" ihre Kinder. Kein rauher Luftzug darf das Kleinchen treffen und es wird übermäßig warm eingepackt. Und wenn das Kind dann doch einmal an die Ralte kommt, find Husten und Schnupfen unausbleibliche Folgen. Wir sind ja in dieser Beziehung schon ges scheiter geworden als unsere Großmütter. Wir lassen die Säuglinge strampeln und stellen sie samt ihrer Kutsche bei jedem Wetter ins Freie. Aber es gibt eben immer noch Mütter, die ihr Kleines aus lauter Liebe und Fürsorge zu warm anziehen. Was soll benn eigentlich ab-gehärtet werden? Nun, mit einem Wort: der ganze Körper. Die Musteln, daß fie auch eine größere Anspannung verträgen; der Magen, daß er nicht gleich den Dienst versagt, auch wenn er bekommt, was ihm nicht gerade paßt. Vor allem soll man auf die Abhärtung der

Haut bedacht sein. Die Saut ift ja der Regulator für unser Wohlbefinden. Sie sorgt für Ausscheidung der schlechten Stoffe aus dem Blut. Ift diese Ausscheidung unterblieben, so tellt sich Fieber ein und die übrigen Organe werden in Mitteldenschaft gezogen. Die Wärme erschlafft die Haut, die Kälte stärkt sie. Es ist ganz unnötig, die Kleinen immer mit warmem Wasser zu waschen. Die Haut wird ungemein gestärkt, wenn sie kalt gewaschen und gehörig frottiert wird. Regenwasser ist den Kleinen zum Waschen bekömmlich. Luftbäder sind für groß und klein von ungemeinem Wert. Je nach der Witterung verlegt man sie ins Zimmer und turnt dabei gehörig. Die Kinder machen mit Begeisterung mit. Jede Abhärtung muß all-mählich und nicht sprungweise geschehen. Wer nun während der heißen Tage Wasser- und Kutkhöder genommen hat der fahre rukig Luftbäder genommen hat, der sahre ruhig weiter. Alles mit Maß; man wird sowohl das eisig kalte Wasser, wie den Luftzug vermeiden. Aber gerade die Saut muß wenigstens einmal am Tage unbeschwert atmen können und darum find Luftbäder so besonders wertvoll. Kleinen werden auch in einer Art abgehärtet, wenn man sie nicht wehleidig macht. Biele Mütter eilen dem Kinde gleich zu Hilfe, wenn es einmal umfällt und machen ein großes Lamento, wenn ein Loch im Knie ist. Das Kleine wird körperlich und seelisch abgehärtet, wenn seine kleine Person nicht überall Mittelpunkt und Gegenstand ängstlicher Fürsorge ift.

Joo es im Sanshalt viel zu fäubern gibt, da ift PER ihr bester Verbündeter im Kampf um die häusliche Reinheit. Beim Geschirradwaschen genügt 1 Eflöffel PER auf 10 Liter Wasser.

Büchertisch

Sur Bernfswahl. In der heutigen Zeit, wo das Erwerdsleben namhafte Schwierigkeiten bietet, ift auch die richtige Berufswahl von besonderer Bedeutung und werdient doppelte Beachtung, weshalb Schul- und Waisenbehörden, Lehrer und Erzieher gewiß ein um so größeres Bedürfnis empfinden, den aus der Schule ins Erwerdsleben übertretenden Anaben und ihren eine Begleitung bieten zu fönnen. Un solchen dickleibigen Büchern ift freilich tein Mangel; aber nicht jedermann kann sie beschaffen, nicht alle sind empsehlenswert. Eine Flugschrift, die in Inapper Form die wichtigften Regeln enthält und unsere einheimischen Berhältnisse berücksichtigt, dürfte daher gewiß vielen Exsiehern und Familienvätern willkommen sein.

Die Schrift sei allen Eltern, Erziehern und Schulkommissionen zur Anschaffung und allseitigen Berbreitung bestens empsohlen.

Aug pas

ift Kollegialität, wenn Sie unser Bereins-Organ zum Inserieren empsehlen und unsere Inserenten berücksichtigen.

Gemischte Kost verschreibt der moderne Arzt

Gemischte Kost heisst, die übliche Milchnahrung beizeiten durch Pflanzen-Kost, Roh-Gemüse und Roh-Früchte ergänzen. Gemischte Kost ist heute die Lösung, nachdem die Rohkost allein als zu einseitig, als ungenügend sich erwies.

Wie viel Arbeit und Mühe die sorgfältige Zubereitung von Gemüse- und Früchte-Breilein erfordert, und wie sehr Unsorgfältigkeit und Versehen durch Verdauungsbeschwerden sich rächen, weiss jede Mutter und besser noch der Arzt. Deshalb verschreiben moderne Kinder-Aerzte die neuzeitliche Galactina 2, die von der alten wie der neuen Ernährungslehre das beste enthält.

Von der Rohkost das Carotin, das reizloseste und doch wirksamste aller Gemüse, sowie die wachstumfördernden Bestandteile keimender Pflanzen (Weizenkeimlinge). Von den altbewährten Nährmitteln enthält "Galactina 2" die hochwertige, keimfreie Alpenmilch, den speziell präparierten Zwieback, die wertvollen, durch Malz aufgeschlossenen und in leichtverdauliche Form gebrachten lebenswichtigen Stoffe des Vollkornes, dazu den für die Bildung von starken Knochen und Zähnen so wichtigen, glyzerinphosphorsauren Kalk.

Deshalb wirkt Galactina 2 so gut!

Mein Kindchen bekommt nun schon längere Zeit Ihre neue Galactina 2 und gedeiht dabei vorzüglich. Die Gewichtszunahme ist viel regelmässiger geworden, wohl aus dem Grunde, weil die Verdauung ohne Störungen arbeitet. Ich glaube, diese neue Kindernahrung mit dem fixfertigen Gemüsezusatz wird sehr geschätzt werden; es erspart viel Arbeit, und so kann man jede Mahlzeit frisch zubereiten.

Frau R. K. in B.

Der gebrauchsfertige **Gemüseschoppen.**

Die "Galactina 2" mit dem Gemüsezusatz ist vom dritten Monat an wirklich hervorragend, ich empfehle dieselbe überall, und meine Kundinnen sind damit überaus zufrieden.

Frau F. G., Hebamme und Pflegerin.



Verlangen Sie uns Muster Galactina Belp-Bern



Magenbeschwerden?

Unwohlsein — Erbrechen — Verdauungsstörungen? Dann nehmen Sie

St. Josef-Magentropfen

aus einem

Schweizer Frauenkloster

Flasche Fr. 2.95 Versand franko gegen Nachnahme Karl Dürmüller, Apotheker, Zürich 21. Hauptpostfach 306

Für Hebammen 10 %

(P 84 Z) 1713 / IV



Schweizerhaus Puder



ist ein idealer, antiseptischer Kinderpuder, ein zuverlässiges Heilund Vorbeugungsmittel gegen Wundliegen und Hautröte bei Säuglingen und Kindern. Schweizerhaus Puder wirkt mild und reizlos, aufsaugend und trocknend. Beim Massieren belebt und erfrischt er die Haut und erhält sie weich und geschmeidig.

Hebammen erhalten auf Wunsch Gratisproben von der

Chemischen Fabrik Schweizerhaus, Dr. Gubser-Knoch. Glarus.



Staunen

muss man, wenn man bedenkt welche Entwicklung ein Kindlein im ersten Lebensjahre durchmacht, welche Wunder in der Hauptsache durch die Milch vollbracht werden. — Eine wirklich zuverlässige Kindermilch ist die gezuckerte, kondensierte Alpenmilch mit der "Bärenmarke".



1704 / 2

Salus - Leibbinden

(ges. geschützt)



1705 / V

werden nach den uns gemachten Angaben und Vorschriften für jeden Zweck speziell angefertigt. Daher Garantie für tadellosen Sitz und zweckentsprechende Ausführung.

Jede Binde trägt innen den gesetzlich geschützten Namen "SALUS"

Zu beziehen durch die Sanitätsgeschäfte, wo nicht, direkt von der

Salus-Leibbinden-Fabrik M. & C. Wohler, Lausanne Nr. 4

Kostenlose Auswahlsendungen und Kataloge stehen den Hebammen jederzeit zur Verfügung.



Wo Muttermilch fehlt, ist "MALTOVI" der beste Ersatz.

Auch für grössere Kinder ist es ein hervorragendes, Blut und Knochen bildendes Nahrungsmittel.

Bei Verdauungsstörungen wirkt "MALTOVI" wunderbar.

Zu beziehen in Apotheken, Lebensmittelgeschäften und Drogerien, wo nicht, beim Fabrikanten J. Stäuber, Amriswil.

(K 4030 B)

Verlangen Sie Gratismuster.!

1706 a / I

Erfolgreich inseriert man in der "Schweizer Sebamme"

