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: 5

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

Teile der Bauchdecken oder nur die untersten Abschnitte unempfindlich machen will, d. h. je nachdem ein Vauchschnitt oder etwa eine Scheidensperation gemacht werden soll. Im ersteren Fall benütt man eine Lösung, die spezifisch leichter ist als die Füsstsgeit im Wirdelkanal; diese Lösung wird also, während sie sich mit der Flüssigkeit mischt und dabei auch schon teilsweise von den Nerventeilen gebunden wird, höher in der Höhle aufsteigen. Dadurch werden höher gelegene Abschnitte des Kückenmarks unsfähig gemacht, den Schmerzreiz nach dem Gehirn zu leiten: der Patient sühlt also nichts.

Im zweiten Falle wird eine spezifisch schwerere Lösung eingespritt; diese sinkt eher tiefer in der mit ihr sich mischenden Flüssigkeit und macht die tieseren Abschnitte unempfindlich. Die Einsprigung geschieht vom Rücken aus zwischen zwei Lendenwirbeldornfortfägen durch. Man kann dort eine Nadel einführen, wenn man den Rücken des Patienten stark nach vorne beugt, so, daß die Dornfortsätze auseinander weichen. Daß man in der Rückenmarkshöhle ist, erkennt man am Ausfließen einiger Tropfen flarer Fluffigkeit; follte man Blut bekommen, so ware dies ein Zeichen, daß man eine Bene verlett hat; es müßte neu eingestochen werden. Wichtig ist, daß die Lösung nicht zu hoch hin= auf in der Markhöhle gelangt; denn, wenn sie das sogenannte verlängerte Mark erreichte, so würde das Mittel das dort liegende Gebiet, das die Atmung leitet mit feinen Nervenzellen, treffen und badurch tame ber Patient in größte Lebensgefahr. Darum fprigt man meift in sitzender Stellung des Patienten ein; wenn man ihn dann nach einigen Minuten niederlegt, so ist das meiste Gift schon verbraucht und die Gesahr vermieden. Auch sprist man meist sehr langfam ein; badurch wird vermieden, daß das Gift mechanisch nach oben getrieben wird. In der Halswirbelfäule liegt die harte Rücken-markshaut (dasselbe, was beim Gehirn die harte Hirnhaut) dem Mark eng an und nur forciertes, ruckweises Einspriten brängt das Gift höher.

Die Rückenmarksnarkose wurde zuerst von den Chirurgen eher abgelehnt; hingegen haben sich die Frauenärzte ihrer von Ansang an ansgenommen; sie finden, daß man bei Innehaltung der nötigen Borsicht in ihr ein wertvolles Mittel hat bei Patienten, die eine Allgemeinnarkose nicht vertragen würden. Sewisse herzakranke und andere Allgemeinseidende ertragen die Rückenmarksnarkose besser als die Allgemeinsnarkose. Aber ganz ohne Gesahren ist sie auch

Da die Kückenmarksnarkose die betreffende Körperregion nur unempfindlich macht, aber das Bewußtsein des Patienten unversehrt läßt, so ist eine oft unangenehme Vegleiterscheinung, daß der Patient während der ganzen Operation alles hört, was vorgeht. Deswegen pslegt man ihn durch Einsprizen von Gisten aus der Mohrreihe oder aus der Familie der Vissenkäuter zu benebeln; dazu verbindet man ihm die Augen.

Rachteilige Folgen der Rückenmarksnarkose können sein: Ohnmachten, Atemlähmungen, wie oben erklärt, dann Lähmungen der äußeren Augenmuskelnerven, endlich auch Lähmungen im Bereich der unteren Körperhälfte, der Beine, des Dammes, der Blase und des Mastdarmes. Häusig treten auch nachträglich oft recht hartnäckige Kopsschauersen auf.

Menschen mit Verkrümmungen der Wirbelspreichen

Menschen mit Verkrümmungen der Birbelssäule in irgend einer Richtung scheiden besser

Die Gesahren der Rückenmarksnarkose haben dazu gesührt, daß man sür Eingriffe am Becken, Dannn, Scheide, Mastdarm noch eine andere Art ausgebildet hat, wodei das Gift nicht in den Hartehaut-Sack gesprift wird, sondern außerhalb dieses in die Kreuzbeinhöhle. Das durch werden nur die dort aus der Höhle austretenden Nerven getroffen, die als Pserdeschweif bezeichnet werden, weil sie sich in dieser Kreuzbeines, wo man eine Delle sühlt, obershalb der Gelenkverdindung mit dem Seishein griffe erzielt man dadurch auch eine gute und ziemlich gefahrlose Unempfindlichkeit.

Büchertisch.

Dr. med. Wilhelm Niederland, leitender Arzt am Sanatorium Schloß Rheinburg: Serzund Artherien halte gesund! Fasten Berlag, Berlin-Lichterfelbe. Preis Am. 1.50.

Der leitende Arzt eines bekannten Sanatoriums legt aus langer, spezialärztlicher Ersahrung leicht verständlich dar, wie man von früh an dem so häufigen "Schlagansall" oder Herzind Gesäßted vorbeugt und wie der Gerzind Gesäßted vorbeugt und wie der Gesäßted und Erkankte sich zu verhalten haben. Er zeigt insbesondere, daß nicht Chemikalien Heilung auf die Dauer dringen, sondern in erster Linie natürliche Heilmittel, die teilweise dis auf den genialen Bolksarzt Prießinis zurückgehen. Ihr einngemäße Anwendung wird aussükrlich deschrieben und durch ausgezeichnete Bilder aus der Prazis des Versassensten den Augestellt. Aufzustlären, zu ermutigen, den Gesunden zu raten, den Kranken zu helsen und hoffnung zu geben ist der Zweck des Buches, den es vorbildich durch seine einsache, klare und jedem verständliche Darstellung erreicht.

Zur gefl. Rotiz.

Den werten Mitgliedern zur Kenntnis, daß Ende Mai der Jahresbeikrag für den Schweiz. Hebannnenverein Fr. 2.18 per Nachnahme ershoben wird. Die Mitglieder werden höfl. gesteten, die Nachnahme einzulösen, um unnötige Porto zu ersparen.

Allfällige Adreßänderungen bitte an untenstehende Adresse zu senden.

Frau Pauli, Hebamme, Schinznach Df. (Aargau).

Shweiz. Hebammenverein

Zentralvorstand.

Nur noch kurze Zeit trennt uns von dem Termin der Delegierten- und Generalver- sammlung in Zürich, wo der Schweizerische Hebannmenderein sein 40-jähriges Bestehen seiern kann, also nicht die Sektion Zürich, sondern der Schweizerische Verein seiert sein Judicum. Die Schweizerische Verein seiert sein Judicum. Die Sache wird noch viel verwechselt, sodaß wir das nochmals richtig stellen möchten. Daher hossen wir, daß recht viele Kolleginnen die beiden Tage reservieren und nach Zürich kommen werden. Die Sektion Zürich gibt sich alle Müße, die wenigen Stunden, die wir dort verweilen zu verschönern, danken wir es ihnen dafür durch regen Besuch.

Am 25. Juni von Morgens 8 Uhr an erwarten uns die Zürcher Kolleginnen am Hauptbahnhof, dann Begleitung in das Hotel zu "Kaufleuten". Daselbst können die Festkarten zum Preise von Fr. 17.— gelöst werden. Mit der Festkarte ist alles inbegrifsen: zwei Bankette, Zimmer, Frühstüt und Trinkgelder. Beide Versammlungen und die Abendunterhaltung finden in den Consenter statt

in ben "Kaufleuten" ftatt. Am 26. Juni, zweiter Tag, werden wir von der Sektion Zürich zu einer Seerundsahrt eingeladen mit Extra-Dampfer. Absahrt zum 7 Uhr morgens ab Bürlikplat. Kückfahrt zum Bürkliplat 9½ Uhr. Die Zugsverbindungen nach Zürich sind ja sehr günstig nach allen Kichtungen, daher lohnt sich ein Besuch auch für Angehörige.

Die Mitglieder machen wir darauf aufmertfam, daß die Mitgliederkarte vorzuweisen ist, ansonst die Bankettkarte Fr. 18.50 kostet.

ansonst die Bankettkarte Fr. 18.50 kostet.

Dann möchten wir die Mitglieder heute schon herzlich bitten, die Anmeldung rechtzeitig zu machen, damit die Sektion Zürich einen Anhaltsepunkt hat, wie viel Zimmer und Bankette benötigt werden. Jedem einzelnen macht das keine Arbeit, dagegen der Sektion Zürich erspart es viel Mühe und wir wollen ihnen doch nicht mehr Arbeit aussachen als notwendig. Schristliche und telephonische Anmeldungen nimmt entgegen: Frau Schnyder, Honneldungen nimmt entgegen; Frau Schnyder, Honneldungen kartenstraße 4, 3011ikon/Zürich (Telephon 49.170).

Auch möchten wir die Mitglieder darauf hinweisen, daß alle Veranstaltungen pünktlich beginnen und bitten wir um diesbezügliche Notiznahme. Zu jeder weitern Auskunft sind wir sehr gerne bereit.

Den Sektionsvorständen teilen wir mit, daß die Delegiertenkarten demnächst versandt werden und falls eine Sektion zu wenig zugestellt befomnt, bitten wir um Mitteilung.

Bir geben heute schon der Hoffnung Ausdruck, daß unsere Tagung einen würdigen Berlauf nehme und rechnen auf eine große Beteiligung und auf ein frohes Wiedersehen.

Allen Mitgliedern, die weitere Gaben gesandt für den Glückssack, möchten wir solche herzlich



DIALEN-PUDER

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

verdanken. Diejenigen, die noch etwas zu fenden gebenken, sei es in bar ober natura, möchten dies tun bis und mit dem 20. Juni. Da wir viele Kelleginnen erwarten, wird es uns freuen, noch Batli oder Gelb zu erhalten, auch bie fleinste Gabe ift willtommen. Nochmals möchten wir die Mitglieder ersuchen, keine Bakli mit nach Zürich zu bringen, nur Gaben in bar werden noch entgegen genommen.

Also auf ein frohes Wiedersehen, mit kollegialen

Für den Bentralborftand:

Die Bräsidentin:

Die Aftuarin:

M. Marti, Wohlen (Aarg.), Tel. 68. Frau Günther, Windisch (Narg.), Tel. 312.

Einladung

41. Delegierten- und Generalversammlung in Zürich

Montag u. Dienstag, den 25. u. 26. Juni 1934

Traftanden für die Delegiertenversammlung. Montag, den 25. Juni 1934, nachmittags 15 Uhr, im Saale zur "Kaufleuten" in Zurich.

- Begrüßung durch die Präsidentin.
- 2. Wahl ber Stimmenzählerinnen.
- 3 Annell.
- 4. Jahresbericht pro 1933.
- 5. Jahresrechnung pro 1933 und Revisorinnen=
- 6. Bericht über das Zeitungsunternehmen pro 1933 und Bericht der Revisorinnen über die Rechnung pro 1933.
- 7. Berichte der Gektionen.
- 8. Anträge der Sektionen: siehe Krankenkasse.
- Wahlvorschlag für die Revisionssettion der Bereinstaffe.
- Bestimmung des Ortes der nächsten Delegiertenversammlung.
- 11. Umfrage.

Eraftanden für die Generalversammlung. Dienstag, den 26. Juni 1934, vormittags 10 Uhr, im Saale zur "Kaufleuten".

- 1. Begrüßung.
- 2. Wahl ber Stimmenzählerinnen.
- Genehmigung des Protokolls der letten Delegierten- und Generalversammlung.
- Jahresbericht.
- Rechnungsabnahme pro 1933 und Reviforinnenbericht.
- Bericht über das Zeitungsunternehmen pro 1933 und Rechnungsbericht.
- Berichte und Antrage der Delegiertenversammlung.

- 8. Wahl der Revisionssektion für die Bereins=
- 9. Bestimmung des Ortes der nächsten Dele= giertenversammlung.
- 10. Umfrage.

Wohlen/Windisch, im April 1934.

Für ben Bentralborftand:

Die Brafibentin:

Die Sekretarin:

M. Marti. Telephon Wohlen 68. B. Günther.

Traftanden für die Kranfenfaffe.

- 1. Abnahme des Jahresberichtes.
- 2. Abnahme der Jahresrechnung.
- 3. Wahl der Revisorinnen für 1934.
- Antrag der Sektion Zürich: Es soll das Krankengeld von Fr. 3. auf Fr. 2.50 herabgesetzt werden.
- Antrag des Zentralvorstandes: Es soll an Sonntagen nur Fr. 1. - Krankengeld ausbezahlt werden.
- 6. Verschiedenes.

Frau Aderet, Brafidentin.

Wie Ihre Kolleginnen urteilen!

"Teile Ihnen mit, dass ich das Nährgries bei einem vier Monate alten, zum Skelett abgemagerten Knäblein habe verabreichen lassen. Zur grossen Freude der jungen Mutter hat sich der kleine Erdenbürger durch Ihr beliebtes Nährgries ungemein erholt; seine Magentätigkeit ist seither viel besser. Senden Signir obeld wie möglich weitere seehs Sie mir so bald wie möglich weitere sechs Pakete."

Frau E. G., Hebamme.

und weitere unzählige Anerkennungsschreiben beweisen die grosse Beliebtheit

Seefeldner's Nährgries

Snezialkonditionen für Hehammen

Offerten und Bezug durch die

Generalvertretung:

E. OSSWALD, ZÜRICH 8

Kreuzplatz 16

(Za. 6650/34 z.)

Krankenkasse.

Rrantgemelbete Mitglieder:

Frl. Hoch, Lieftal (Bafelland).

Frau Brober, Sargans (St. Gallen). Frau Beinemann = Bögeli, Bafel, Bürgerspital.

Frl. Schüpbach, Thun (Bern). Frau Müller, Wallbach (Aargau)

Frau Züff, Wolfhalden (Appenzell). Frau Obrift, Fischingen (Thurgan). Frau Wellauer, Horn (Thurgan). Frau Seeholzer, Schwyz.

Frau Egger, St. Gallen. Frau Leuenberger, Utigen (Bern).

Frau Kamber, Hägendorf (Solothurn). Frau Meier, Bublikon (Aargau).

Frau Metet, Buditton (Antyun).
Mme. Gaynaux, Murift (Freiburg).
Mme. Sanfonnence, Fontaine f. Yverdon.
Frau Mohl, Kafz (Zürich).
Frau Koth-Bönzli, Kottenschwil (Aargau).
Frau Spillmann, Vinningen (Baselland).
Mme. Winiger, Vionna (Wallis).

Frau Leuenberger, Eggiwil (Bern). Frau Gyer, Naters (Wallis).

Fran Gyer, Katers (Wallis). Fran Weber, Wangen (Zürich). Fran Wild, Schwanden (Glavis). Fran Ronan, Tilzbach (Glavis). Fran Böhlen, Bafel.

Frl. Schnüriger, Sattel (Schwyz). Frau Lehmann, Ruffikon (Zürich). Frau Huggenberger, Boniswil (Aargau).

Fran Anggeinerget, Somsbut (Autgun). Fran Rupp, Engelburg (St. Gallen). Frl. A. Baumgartner (Bern). Schwester Bucheli, Schwarzenberg (Luzern). Mme. Salansonnet, Troiner (Gens). Fr. Etter, Märwis (Thurgau). Fran Bischof, Arabolf (Thurgau).

Frau Wathis, Buch-Huttwilen (Thurgau). Frau Wypsti, Seedorf (Uri).

Frau Troyler, Mauensee (Luzern). Frau Schönenberger, Lichtensteig (St. Gallen).

Frau Güntert-Gamenthaler, Wasen i. E. (Bern).

Gintritte:

97 Frl. Marie Gigenmann, Cschenz (Thurgau), 8. Mai 1934.

Settion Teffin:

3 Frl. Maria Gila, Locarno, 18. April 1934.

Frl. Agustoni Siltria, Maggio.

Frl. Ines Camezzi, Cozzi di Colla.

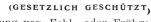
Fri. Ines Camezzi, Cozzi di Colla. Frau Luchini-Nuotli, Massagno. Frau Elisa Gianuzzi-Verga, Marvoggia.
S. Mina Calanco, Clavo.
S. Silvya Lomazzi, Pozza.
S. Madalena Della Monica, Castions.
S. Jnes Zeni Galli, Tesserete, Copagno.
S. Nanni Giovanna, Sessa.
S. Wing Langezi-Fasetti. Passa lucane.

13 S. Mina Lomazzi-Foletti, Bosco luganese.

14 S. Giulietta Cavalli, Bignasco. 15 S. Maria Soldini, Camignola.

Sofia Borrini-Breni, Melano. 17 S. Leoni Adriano, Locarno.

SALUS-UMSTANDSBINDEN





sind zur Vermeidung von Fehl- oder Frühgeburten und zur Erleichterung des Zustandes unentbehrlich. Sie geben dem Rücken und dem Kreuz einen festen Halt, der Unterleib wird von unten herauf wirksam gestützt. Salus-Umstandsbinden werden genau den Massen entsprechend angefertigt; sie sind ärztlich empfohlen und finden in Spitälern und Kliniken mit Erfolg Verwendung.

Anfertigung: beige, weiss und rosa, sowie in diversen Breiten

Jede Binde trägt innen den gesetzlich geschützten Namen "SALUS"

Erhältlich in allen bessern Sanitätsgeschäften oder direkt von der

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

Verlangen Sie illustrierten Gratis-Katalog oder kostenlose Auswahlsendung



- Genini Inocenta, Cresciano. Maria Trongi, Malvaglia-Chiefa.
- Orfolina Montin-Crivelli, Taverna.
- Aurelia Gogna, Bira-Lugano. Brigitta Gugelmann Belli, Paradifo.
- Monti Hedwige, Airolo. Mina Chiasina, Tesserete.
- 25 S. Francesca Poncioni, Ascona.

Seien Sie uns herzlich willfommen!

Die Krantentaffetommiffion in Winterthur: Frau Acteret, Prafidentin. Frl. Emma Rirchhofer, Raffierin. Frau Roja Mang, Aftuarin.

Vereinsnachrichten.

Sektion Bafelland. Bei munderbarem Frühlingswetter versammelten sich die Baselbieter Hebammen am 3. Mai in der Gemeindestube Hatten am 3. Wat in der Gemeindeltübe "zum Falken" in Liestal zur Abhaltung ihrer Frühlingsversammlung. Nach Erössenung derselben machte Frl. Hofer Appell; es sind immer die Gleichen, welche durch ihre Abwesenheit glänzen und dann die Nachnahme mit den Busen resüsseren. Fran Trachsler versas an Stelle von Fran Spillmann das von ihr abserfahre Nrahrfoll das nan der Nersammlung gefaßte Protofoll, das von der Versammlung genehmigt und von der Vorsitzenden bestens verdankt wurde. Als Delegierte an die Schweiz. Tagung in Zürich wurden Frau Schaffner und Frau Schaub gewählt. Wie mir Frl. Rahm heute mitteilte, so findet die Eröffnung des Säuglingsheimes am Donnerstag, den 24. Mai, um 2 Uhr statt. Für uns Oberbaselbieter Heb-ammen kommt der 1313 Uhr-Zug ab Gelterfinden in Betracht.

Hoffen wir nun, daß von Seiten unseres Bereins eine starke Beteiligung sei. Möchte an dieser Stelle Frl. Hofmann ihre freundl. Ginladung nochmals bestens verdanken.

Für den Vorstand: Frau Schaub.

Sektion Bafelstadt. Im ichonen Wonnemonat Mai wollen wir an Stelle einer Sitzung der freundlichen Ginladung von Fräulein hofmann in Allschwil Folge leisten, es findet die offizielle Eröffnung des Kinderheims statt. Fräulein Hofmann ladet alle Kolleginnen recht herzlich ein, an der schönen Feier teilzunehmen; wir rechnen darauf, daß wir recht viele Landhebammen antreffen, und daß es einen schönen. genußreichen Nachmittag gibt. Hoffentlich ist uns St. Petrus noch gut gefinnt und läßt die Sonne tüchtig auf die Häupter der weisen Frauen scheinen.

Also kommt recht zahlreich am Donnerstag, den 24. Mai, nachmittags 2 Uhr. Treffpunkt: Endstation Allschwil, woselbst wir abgeholt werben. Der Borftand.

Sektion Bern. Unsere nächste Vereinssitzung findet statt Mittwoch den 23. Mai, nachmittags 2 Uhr, im Frauenspital. Da wichtige Traktanden zu erledigen find, erwarten wir Erscheinen. Herr Dr. Schmidt, bollzähliges Frauenarzt in Bern, wird uns einen Vortrag halten über das Thema "Krankheiten während und infolge ber Schwangerschaft"

Ferner haben wir das Vergnügen, unfere Mitglieder zu benachrichtigen, daß uns die Firma Nestlé and Anglo-Swiss Condensed Milk Co. in freundlicher Weise zur Besichtigung ihrer Werke in Payerne und Broc eingeladen hat. Sie stellt uns zu diesem Zwecke einen Autocar gratis zur Berfügung. Als Datum ift der 6. Juni festgesett. Treffpunkt: Bundesplat. Absahrt punkt 9 Uhr. Zur Bestellung des Essens und der Plätze im Autocar erbitten rechtzeitige Anmeldung bis 28. Mai an Frau Bucher, Präfibentin, Viktoriaplah 2. Wir laden unsere Kolleginnen des Kantons

Bern ein, recht zahlreich zu erscheinen und ber Firma Neftlé für ihr freundliches Entgegentommen den Beweis unseres Wohlwollens zu Der Borftand. bringen.

Sektion Biel. Der Befuch unferer General= versammlung vom 3. Mai hat ein wenig zu wünschen übrig gelassen. Unter Anwesenheit unserer Zentralpräsidentin Frl. Marti, murde die heikle Frage, die Nichtaufnahme einer Kolslegin in unsere Sektion, flott gelöft. Wir versdanken Frl. Warti ihr Erscheinen nochmals bestens.

Der Vorstand blieb wie bisher. Jahresbericht, Protofoll und Raffabericht murden einstimmig angenommen und bestens verdankt. In unserer Mitte befanden sich zwei Jubilarinnen. Frau Wegeneth in Madretsch und Frau Propst in Finsterhennen können auf eine 40-jährige Berufstätigfeit zurüchlicen. Dem Bunsche unserer Bräsidentin schließen auch wir alle uns an, baß den beiden Gefeierten noch ein langer und recht schöner Lebensabend beschieden fei.

Nach Erledigung des Geschäftlichen folgte allgemeine Diskuffion, die auch gut benützt wurde. Nach einem extra guten "3'Bieri" inzwischen wurde es $17^{1/2}$ Uhr — verabsc nerahichie= beten wir uns gegenseitig mit der Hoffnung, daß wir uns bei der nächsten Versammlung wieder begrüßen dürfen, und dann auch die-jenigen, welche durch Abwesenheit glänzten.

Der neuvermählten Kollegin in Rodez (Frankreich) noch unsere herzlichsten Glückwünsche und besten Grüße. Der Borftand.

Sektion Ob- und Nidwalden. Unfere Bersammlung in Alpnach war gut besucht, was uns fehr freute. Der junge Berr Dr. Fägler, der turger Beit fein Wirtungsfeld in Alpnach angetreten, beehrte uns mit einem Bortrag. Er sprach über Regelwidrigkeiten in der Geburtsperiode. Wir lauschten aufmerksam seinen gut abgefaßten Worten und dankten ihm auf-

richtig dafür. Danken noch an dieser Stelle nochmals und wünschen Herrn Dr. Fäßler recht viel Glück in seiner Pragis in unserem Kanton. Ebenso sei nochmals ein inniger Dank abge= stattet dem Hochw. Herrn Pfarrer Schuler, der so wohlwollend zur Verschönerung des Nachmittags beitrug. Zuerst hielt er uns einen herr= lichen Vortrag, er lautete: "Die Hebamme als Mutter der Kreißenden, des Kindes, überhaupt der ganzen Familie". Es waren so wunderbar schöne Worte, daß man wünschte, alle Kolleginnen im ganzen Schweizerland hätten fie zu hören bekommen. Beim Zabig hat er uns für Unterhaltung gesorgt, indem er einigen Sängern und Sängerinnen den Auftrag gab, uns schöne Lieder vorzutragen. Gemütliche Stunden haben wir verlebt, Alpnach wird uns in guter Erinnerung

Es fei noch erwähnt, daß die gleichen Bor= standsmitglieber wieder gewählt wurden. Unserer Jubilarin, Frau Rosalie Burch in der Sarnerschwändi, welche nun 40 Jahre Storchentante ift, wurden Fr. 30. — überreicht. Der Bräfidentin, Frau Wafer, wurden einstimmig Fr. 20. - 3u= gesprochen, welches sie hier noch bestens ver-

B'hüet Gott, auf Wiedersehen in Lungern. Der Borftand.

Sektion Ratia. Unfere nächfte Berfammlung findet Donnerstag Nachmittag den 24. Mai im Kant. Frauenspital statt. Herr Dr. Müller ist so freundlich, uns einen Vortrag zu halten. Damit es nicht zu große Störung verursacht, wird gebeten, das Spital gemeinsam zu bestreten. Wie verhälte es sich mit den neupatens tierten Kolleginnen, betreffs Eintritt in die Krankenkasse? Gerne will ich hoffen, diesbezüglich das Beste zu vernehmen an der Ver-sammlung. Hoffe auf recht zahlreiches Erscheinen und gruße alle Kolleginnen aufs Befte.

Frau Bandli.

Sektion Schaffhausen. Unfere nachfte Bersammlung findet Mittwoch, den 23. Mai, nachmittags 2 Uhr bei unserer Kollegin, Frau Strähle, Restaurant "Durach", Mühlental, Schaffhausen, statt. Wir hoffen, daß auch diese Bersammlung wieder einen guten Besuch aufweisen wird, um so mehr, als eine unserer Rolleg= innen ihr 40-jähriges Jubilaum feiert. Wie sie vielleicht der Zeitung entnommen haben werden, melbete die Zentralpräfibentin, daß die Gaben für die Geschenfpäfli bereits zahlreich eingehen. Wir wollen in unserer Sektion ebenfalls nicht zurückstehen, und bitten daher, allfällige Ge= schenke am 23. Mai in der Versammlung abzuliefern. Die Bersammlung dürfte fich voraussichtlich nicht zu weit ausdehnen, so daß dann für die obligatorische Magenstärkung, für die uns unsere Kollegin, Frau Strähle, zweifellos etwas Gutes bereit halten wird, noch genügend Zeit verbleibt. Für den Borftand:

Frau Brunner.

Gesucht: Höhern Ferienort

für Familie mit Selbstverköstigung. Offerten erbeten an Frau R. Kölla, Hebamme, Zürich 7, Hottingerstrasse 44.





Herzliche Bitte Blinden all Sehenden

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

Verschenkt unsere Geburts-Karten und Couvert-Verschuss-Marken.

Zum Dank für's Kindlein,

das zum ersten Mal das Licht der Welt erblickt! Gedenkt in Liebe derer, die es niemals sehn!

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.

Sektion Schwyz. Die diesjährige ordentliche Frühlingsversammlung unferes Bereins fand am 5. Mai in Arth unter dem Vorsitze von Berrn J. Marti ftatt. Die üblichen Bereinsgeschäfte waren rasch erledigt mit Ausnahme der Anstellungsdebatte, die zur Besprechung vorgelegt wurde. Neu ausgebildete Hebammen suchen im Kanton Arbeitsbewilligung neben amtierenden Gemeinde-Hebammen. Die hohe Regierung kann bei diefen mangelhaften Gesegierung tum Sel been mangeryaften Ge-sein schon längere Zeit andauernden Geburtenrückgang und dem Spitalbefuche der Kreißenden finden fie faum Arbeitsgelegenheit, die gelernte Berufstätigkeit beizubehalten. Ferner verpfuschen fie sich selbst sowie den schon länger amtieren= ben Hebammen das färgliche Ginkommen. Unter Kolleginnen sollte solches gar nicht vorkommen. Diese Mißstände jollen in Zukunft mit ber äußersten Energie befämpst werden.

Das Protofoll und die Jahresrechnung wurden genehmigt. Als nächster Versammlungsort beliebt Siebnen in der schönen Landschaft March gelegen. Der Bortrag des geehrten Keirenten Herr Dr. med. Holdener wurde von den versehrten Kolleginnen mit größter Ausmerksamkeit entgegengenommen. Dem Reseenten sei für sein vorzügliches Kesercat der beste Dank außgesprochen. Die Versammlung wurde abgebrochen, insolge vorgerückter Zeit. Es wurde noch ein schmackhafter Kassee serviert und seider mußten wir uns zu früh verabschieden von unsern lieben Arther Kolleginnen. Besten Dank sür ürre freundliche Aussamhen. Aus Wiederschn in Siehnen.

Sektion Solothurn. Trot Regenwetter war unsere Oltnerversammlung sehr gut besucht, wir waren mit den Aargauerkolleginnen 55 Personen, die nach allgemeiner Begrüßung auf das Erscheinen von Herrn Dr. Pfähler, Chesarzt des Kantonsspitals in Olten warteren. Leider war unsere Präsidentin abwesend, an ihrer Stelle amtete Krau Ledermann. Vise-Brössentin

amtete Frau Ledermann, Vize-Präsidentin.
Punkt 230 Uhr kam dann unser verehrter Reserent, er hatte schnell den Kontakt zu den Hebammen gesunden und schilderte das Zusiammenarbeiten zwischen Arzt und Hebamme in einer Weise, die nie den goldenen Mittelweg verläßt. Wir hatten das Gesühl, daß deim Vorstragenden auch die Arbeit der frei praktizierenden

Hebannne geschätzt wird, trotzem er auch Vorfteher eines Krankenhauses mit Abteilung für Geburtshisse ist. Wir lernten Herr Dr. Pfähler erneut wieder auch als Mensch kennen, nicht nur als Arzt, und hoffen, daß eine jede Kollegin aus diesem lehrreichen Vortrag etwas mit heimegenommen habe, zum Segen für uns und die uns in der Prazis so oft um Nat fragenden Frauen. Es sei auch hier dem geschätzten Arzt der wärmste Dank ausgesprochen für sein Entegenkommen.

Von beiden Sektionen wurden dann noch rasch die Traktanden erledigt. Als Delegierte für Zürich wurden Frau Gigon, unsere Präsischeitin und Frau Vijekiger. Lassischein andere

bentin und Frau Flückiger, Kafsiererin, gewählt. Bon einer Autofahrt wird diesen Sommer abgesehen, weil hiefür früher zu wenig Interesse vorhanden war. Fräulein Marti warb noch sehr für den Glücksiak, und möchten wir denselben noch allen emviehlen.

Wir hatten bann auf der Heinsahrt noch Gelegenheit, die vortrefflich geführte Kinderkrippe zu besuchen, was und sehr freute. Allen lieden Kolleginnen, die den weiten Weg nicht gescheut, danken wir von Herzen, wer Interesse hat am Verein, hat auch Interesse am Verein, und zussammenarbeiten heißt Fortschritt.

Es war ganz schön, so eine Versammlung mit einer andern Sektion zusammen. Auf Wiedersehen! Der Vorstand.

Sektion St. Gallen. Unsere lette Versamm-lung vom 27. April war nicht so sehr besucht. Es war eigentlich schade, benn obwohl wir feine wichtigen Traktanden auf dem Programm hatten, war es eine rege und gemütliche Bersammlung. Unsere Präsidentin brachte das erste Potokollbuch mit und las uns verschiedene dieser Brotofolle vor. Es sind nun genau 40 Jahre her, am 29. März 1894, daß die Settien St. Gallen gegründet wurde. Wir beschlossen, dies durch ein kleines Festchen im Herbst zu feiern. Durch diese alten Protokolle wurden allerlei Erinner= ungen aufgefrischt und in Liebe mancher Rollegin gedacht, die nun schon nicht mehr unter uns weilt. Namentlich die älteren unserer anwesenden Kolleginnen freuten sich besonders und konnten selbst noch allerlei aus jener Zeit erzählen.

Wir sprachen auch eingehend über unsere kranken Kolleginnen und möchten ihnen allen auf diesem Wege herzliche Grüße und Wünsche

4000

schiden. Wer erreichbar ift, wird wohl hie und da ein Besüchlein auch von einer Kollegin ershalten, leider weiß man auch oft zu wenig Bescheid.

Als Delegierte wurde wieder einstimmig die Unterzeichnete gewählt. Wie lettes Jahr wollen wir vor allem aus Sparsamkeitsrücksichen nur eine Delegierte nach Zürich schicken, hingegen sordern wir die Kolleginnen auf, wer irgend kann, soll sich auch zu diesen sehsammentagen nach Zürich aufmachen.

In den letten Monaten konnten wir drei neue junge Mitglieder in unsere Mitte aufnehmen und zwar am 1. Februar Frl. Marie Brändli, Steinach, und am 22. März Frau Bild, Waldfirch, und Frau Traselet-Beerli, St. Gallen. Wir freuen uns darüber sehr und heißen sie nochmals herzlich willkommen. Da wir statt im Sommer jett eine Pause

Da wir statt im Sommer jest eine Kause einschalten, findet unsere nächste Versammlung erst im Juli statt. Näheres in der nächsten Nummer. Die Aktuarin: Schw. Poldi Trapp.

Sektion Thurgan. Unsere nächste Versammsung sindet am 28. Mai, nachmittags 1½ Uhr, im Löwen in Ermattingen statt. Herr Dr. Boller hat uns in verdantenswerter Weise einen sehr interressanten Vorstrag zugesagt. Der Vorstand hosst, recht viele Kolleginnen begrüßen zu können. Anch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen. Der Vorstand.

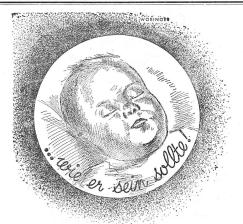
Sektion Werdenberg-Sargans. Unsere lette Bersammlung vom 23. Januar war von 17 Mitgliedern besucht. Herr Dr. Grämiger, Bezirksarzt, sei an dieser Stelle nochmals der beste Dank ausgesprochen für den sehr interessanten Bortrag in Wort und Bild.

Die nächste Versammlung findet statt Diensstag den 29. Mai, nachmittags $2^{1/2}$ Uhr, im Bahnhof-Buffet Sargans, wenn möglich mit ärztlichem Vortrag.

Recht zahlreiches Erscheinen erwartet

Der Borftand.

Sektion Vinterthur. Unsere setzte Versammslung war gut besucht und verdanken wir Frl. Dr. Schmid den sehr sehrreichen Vortrag bestens. Das Thema lautete: "Die Entdeckung des Kindbettsieders durch Dr. Semmelweiß". Es war sehr interessant, der Reserentin in ihren Schilderungen zu folgen und alle waren hochsbefriedigt über den Vortrag. Die nächste Versereichigt über den Vortrag. Die nächste Vers



Der Schlaf des Kleinen!

Aber, ach! er ähnelt den Nächten eines gar schlechten Gewissens! Doch der Arzt, die Hebamme weiss es, das Uebel liegt weiter unten - im Magen! Und bedeufsam hebt er den Finger - und sagt: Liebe Frau, BERNA wäre besser, weil dextriniert,



Bei Brustentzündun: ABSZESSIN

Gesucht in Privat-Klinik: Tüchtige Hebamme und Stations-Schwester.

Die Bewerberinnen müssen sich über eine gründliche fachtechnische Ausbildung, Organisationstalent, gute Umgangsformen und Sprachkenntnisse ausweisen können. Stellenantritt sofort möglich.

Offerten mit Zeugniskopien und Gehaltsansprüchen erbeten unter OF 3967 Z Orell Füssli-Annoncen, Zürich, Zürcherhof. 1740

Adliswil bei Zürich

Wir sind in der Lage, für unsere Gemeinde (5300 Einwohner) die Stelle der **2. Hebamme** baldmöglichst **neu zu besetzen.** Anmeldungen und Anfragen um nähere Auskünfte sind zu richten an die **Gesundheitskommission Adliswil.**

Mitglieder!

Berücksichtigt bei euren Einkäufen in erster Linie Inserenten!

1741

fammlung findet am 24. Mai, 14 Uhr, im Erlenhof statt. Es ist voraussichtlich die lette Bersammlung bor bem Schweizer. Hebammentag in Zürich. Wir bitten beshalb um vollzähliges Erscheinen. Der Jahresbeitrag und die Bußen ber Gettion werden eingezogen.

Da der diesjährige Hebammentag in unserer Nähe ist, werden die Mitglieder gebeten, recht

zahlreich zu erscheinen.

Die Aftuarin: Frau Tanner.

Sektion Bürich. Als festgebende Sektion freuen wir uns herzlich, unsere lieben Kolleginnen von nah und sern zu der Delegiertenund Generalversammlung und besonders zum 40-jährigen Jubiläumssest des Schweizerischen Hebammenvereins einzuladen. Helft alle mit, daß unser Fest, das am 25. und 26. Juni stattfindet, ein recht freudiges Erlebnis werde. Die Verhandlungen und Bankette werden in den Sälen der bekannten "Kausseuten" abgehalten. Am Montag Morgen, den 25. Juni, stehen Kolleginnen unserer Zürcher Sektion am Haupt-bahnhof dereit, um die von allen Seiten herreisenden Gäste zu bewillkommnen und zur "Kausseuen" zu begleiten, wo die Festkarten gelöst werden. Diese Karten enthalten Gut-scheine für zwei Bankette, für Zimmer mit Frühftuck, die Schiffahrt, Trinkgelder inbegriffen, toften Fr. 17. —, für Nichtmitglieder und Fr. 18. 50.

Die Delegiertenversammlung fällt auf den 25. Juni und beginnt punkt 3 Uhr. Auf 8 Uhr abends ist das offizielle Bankett mit Abend=

unterhaltung angesett. Dienstag den 26. Juni bieten wir unsern verehrten Gästen eine Rundsahrt auf unserm schönen Zürichsee. Abfahrt morgens 7 Uhr ab Bürkliplat mit Extra-Dampfer. Rücksahrt zum Bürkliplat gegen 9½ Uhr. Punkt 10 Uhr werden alsdann die Verhandlungen im Raufleutensaal beginnen. Um 13 Uhr herum soll bas gemeinsame Bankett begonnen werden und alsbann der geheimnisvolle Glücksfack aufmarsch= schieren, dem wir einen recht ausgiebigen Er-

Also ein herzliches Willtomm und frohes Wiedersehn in unserm heimeligen "Züri".

Die Bürcher Rolleginnen.

Unsere April-Bersammlung war gut besucht, galt es doch, die Borbereitungen für die Schweizerische Jubiläumsversammlung zu besprechen und die Delegierten unferer Sektion zu bestimmen.

Bei dieser Gelegenheit möchten wir unsere auswärtigen Rolleginnen nochmals bitten, fich zwecks Besorgung von Unterfünften ohne Berzug zu melden und zwar schriftlich oder telesphonisch bei unserer Vize-Präsidentin, Frau Ida Schnyder in Zollikon, Gartenstraße 4, Telephon 49.170.

Ferner erneuern wir unsere Bitte an diejenigen Mitglieder des Schweizerischen Bebammenbereins, die ihm seit der Gründung an-gehören, sich bei unserer Präsidentin, Frau Denzser, Zürich 4, Dienerstraße 75, melden zu wollen.

Unsere nächste Monatsversammlung findet statt: Dienstag, den 29. Mai, nachmittags 2 Uhr, im "Karl dem Großen", wozu wir einen recht zahlreichen Besuch erwarten.

Der Borftand.

Sygiene des Alltags.

Bon Dr. med. Rudolf Neubert.

Alles Leben hat die wundervolle Eigen= schaft, sich anzupaffen. So nütt sich auch ber menschliche Leib im Gebrauch nicht ab, solange bieser Gebrauch in den Grenzen der mensch= lichen Anlage bleibt. Im Gegenteil, unfer Rörper wird ftarter. Diefe Erkenntnis ift bis= her für die Uebung des Bewegungsapparates schon millionensach in die Tat umgesetzt worden. Weniger allgemein ist die Uebung der inneren Lebenskräfte, die Uebung unserer Krantheitsabwehr, die in systematischer Rörperpflege besteht.

Für die inneren Lebensträfte in besonderer Weise wichtig ist die Ernährung. Die Ernährung ist ja auch kein passiber Vorgang; es ist durch-aus nicht so, daß wir irgend etwas in den Körper hineinstopsen, das dann ausgelöst wird und in den Körper übergeht, fondern der Körper mählt unter bem Angebotenen aus. Er verarbeitet die Nahrung, und auch diese Arbeit läßt fich üben vom Rauen an bis zur Darm= tätigkeit. Darum ist es auf die Dauer sehr wichtig, was der Körper zur Auswahl angeboten bekommt, ob die Nahrung alle notwendigen Bestandteile enthält oder nicht. Hier ist besonders zu erinnern an die Bitamine und an die Mineralstoffe, die uns die grünen Pflanzen und das Obst liefern.

Die förperlichen Bewegungen üben den Bewegungsapparat, aber nicht allein, sondern den Blutumlauf, die Atmung und die Ausscheidung dazu. Wer nicht in seinem Beruf täglich Leibesübungen treibt, ber muß bewußt fie als tägliche Sygiene in sein Leben eingliedern.

Ernährung und Leibesübungen forgen bor allen Dingen für die Gefundheit des Rörperinnern. An der Grenze zwischen Innen und Außen steht die Haut. Sie ist ein Schupwall und ein Bächter zugleich, der auch ben Austausch zwischen Innen und Außen vermittelt. Die Hauf gibt und Schutz gegen mechanische Angrisse, aber auch gegen chemische Säuren, Langen, Salzwasser); sie schützt die Gewebe vor Verdunstung, sie schützt den Körper vor Higt und Katte. Sie verhindert, daß die Sonnenstrahlen die zarten Gewebe schädigen, aber sie nimmt auch die Sonnenstrahlen auf und formt ihre Energie für den Körper um. Sie wehrt Bakterien ab und beteiligt sich sogar lebhaft im Kampfe gegen schon eingedrungene Krankheitserreger. Durch Stoffe, die sie dauernd ans Blut abgibt, greift sie auch in die Regelung des gesamten Körpergetriebes ein.

Die natürlichen Lebensreize für die Haut sind die Luft, das Sonnenlicht, sind Temperaturschwankungen, die vor allen Dingen durch Wind und Wasser erzeugt werden, sind die machanischen Reibungen und Einflüsse, vor denen sie eben den Körper schützen soll. Der Haut diese Lebensreize immer und immer wie= der, und zwar regelmäßig, zu geben, das ist es, was sie vor allen Dingen kräftigt, was sie in den Stand setz, sur uns der Gesundheitsschub zu sein, den wir brauchen. Hautübung ist deshalb zuerst wichtig; mit andern Worten, wir muffen die Haut in der Luft und im Licht baden, wir muffen fie reiben, burften und mafsieren. Die Haut ist aber auch Ausscheidungs= organ. Aus den Schweißdrüsen fließt der mit Abfallstoffen beladene Saft. Das Wasser ver= dunftet, die schlechten Stoffe bleiben zurück. Sie dürfen natürlich nicht auf der Haut liegen bleiben. Die Haut darf sich nicht selbst ihre Aus-



scheidungstätigkeiten unterbinden und verstopfen. Tägliches Waschen der Haut des ganzen Körpers, das ist der Gegendienst, den wir ihr erweisen muffen für die großen Dienfte, die

Tie uns täglich leistet.
An einer Stelle hat der Hautpanzer eine große Lücke. Das ist die große Eingangspsorte ins Innere, der Mund. Diese Eingangspsorte ist nun wie das Tor in eine Festung mit des sonderen Schutzürmen versehen. Die Zähne lassen teine großen Brocken durch, der Speichel mit seiner bakterientötenden Rraft schütt bas Rörperinnere, die Mandeln stehen wie Wächter noch einmal am Uebergang von der Mundhöhle in den Körper. Pflege der Mundhöhle muß die Pflege der Haut ergänzen, Pflege im modernen Sinne heißt aber immer wieder üben. Uebe beine Zähne durch kräftiges Kauen, übe den Speichelfluß mit Schwarzbrot und reinige nach jeder Mahlzeit Gebiß und Mundhöhle mit Bürfte und einer guten, weichen Zahnpafte.

Es ist alles sehr einfach, was man zur täg= lichen Gefundheitspflege tun muß. Gefund werden und gefund bleiben ift wirklich eine Tugend. Und nicht umsonst ift die Sälfte aller religiösen Vorschriften im Alten Testament, im Koran, in den Lehren des Buddha, gesundheitlich. Gaben die weisen Religionsstifter ihre Gesundseitsregeln nur, weil sie, wie Amerikaner, etwa erkannt haben, daß Gesundheit Reichtum ist, daß nur der gesunde Mensch arbeitssähig bleibt? Ganz gewiß nicht! Sie wußten vielmehr, daß ber Weg jum Geift, jur Seele über den Ror=

per geht.

Ganz unmerklich läutert und reinigt sich auch die Seele, wenn der Leib regelmäßig und forg= fältig gereinigt wird. Ganz unmerklich straffen sich Wille und Verantwortungsgefühl auch in großen Dingen ber Lebensführung, wenn wir in den kleinen Dingen des Tageslaufes diese Kräfte üben. Und wenn erst die Leibeszucht und Leibespslege zur guten Sitte geworden sind, wenn wir die Bernachlässigung unseres Leibes als unsittlich zu empfinden gelernt haben, dann wird auch Geisteszucht und Seelenkraft aus diesem festen Boden wiedererwachsen.

Es gilt, das Kleine und Geringe treu und regelmäßig zu tun. Laffen wir einen Tageslauf an uns vorüberziehen und halten wir fest, was hierbei zu tun ist! Wir stehen so auf, daß zwischen Ausstehen und Frühstück uns wenigstens eine halbe Stunde Zeit bleibt. Wir merfen das Nachthemd ab, treten ans geöffnete Fenster und recken und strecken uns. Wir stellen unsern Blutkreislauf durch einige Aniebeugen, Supfer, Rumpfbeugen an den Tages= betrieb um, wir spüren nach ben Uebungen auch sosort, daß unser Blut Kohlensäure loswerden will und den neuen Sauerstoff braucht. Wir geben diesem Bedürfnis durch einige tiefe Atembewegungen nach. Unsere Haut hat wäh-rend dieser Uebungen Luft und Licht genossen. sind warm geworden. Wir nehmen den Luffaschwamm und waschen rasch den ganzen Rörper mit fühlem Waffer gründlich ab, und wir reiben ihn dann trocken mit einem rauhen Frottiertuch. Nun erst schlüpfen wir in unsere Kleider. Das Frühstück wird in aller Behaglich= teit genoffen, aber nicht nur Kaffee und weiße Brötchen, sondern neben etwas Obst ein Volls kornbrot und dazu Misch oder Mischkaffee. Dann kommt die Tagesarbeit, unterbrochen durch das Mittagsmahl, natürlich auch wieder nach den neuen, so uralten Erkenntnissen der Ernährungsforschung. Die Grundlage unserer Ernährung soll aus dem Pflanzenreich genomwentuhrtig fon alls dem splanzenteich genomen werden; Gemüse, Kartoffeln, Obst und Brot. Als Ergänzung sind wichtig Milch und Milchprodukte. Eier, Fleisch in verschiedenster Form und Fisch sollen mehr zur Abwechslung, zur Würze und Anregung dienen denn als Hauptnahrung. Nach dem Essen schieden wir zwecknäßigerweise eine kuzse Ruhepause ein, um den Verdauungsorganen Zeit zu lassen, die Nahrung aufzulösen. Dazu brauchen sie viel Blut, und sie entziehen das Blut dem übrigen Körper, besonders dem Gehirn. "Ein voller Bauch studiert nicht gern," das ift ein alter, wahrer Spruch. Dann geht die Nachmittags-arbeit noch einmal so gut. Danach müssen wir, weil wir doch den ganzen Tag im geschlossenen Raum gesteckt haben, uns für eine halbe oder eine Stunde im Freien tummeln. Die besten Leibesübungen gibt das Spiel. Sport mußstets Leistung im Gewande der Freude sein. Sowie diese seelsche Mitgehen wegsällt, ist er als Erholung wertlos, bedeutet er eine neue Belaftung und damit einen Schaden. Nach frischem, frohem, lachendem Sich-Tummeln schmeckt und bekommt das Abendbrot doppelt fo gut. Vor dem Schlafengehen pflegen wir noch ein= mal unsere Haut. Wir reinigen sie mit warmem Wasser von des Tages Schmut, und wenn wir eine sprobe Saut haben, reiben wir einige Tropfen Del in sie ein. Wir reinigen noch ein= mal gründlich Mund und Zähne und legen uns bann zur wohlverdienten Ruhe in das nicht zu weiche, nicht zu warme Bett.

So wenig ift es und so einfach, und doch genügt das hier Vorgeschlagene vollständig, um einen gesunden, gegen Krankheiten widerstands= fähigen Körper zu sichern. — Man muß dies

wenige nur tun.

Abhärtung bes Rindes.

(Bon Dr. W. S.)

Es ift nicht möglich, eine Begegnung mit Krankheitskeimen aller Art zu vermeiden. Darum ist es von so großer Bedeutung, den Körper fo zu fräftigen, daß er eingedrungene Reime rasch unschädlich machen und wieder entfernen fann. Die Disposition zu Krantheiten, d. h., die Be-reitschaft zur Ertrankung, muß von frühester Jugend an nach Wöglichkeit vermindert werden. Eine Erkältung, eine örtliche Unterkühlung schafft sofort Puntte verminderter Widerstandsfähigkeit im Körper; dort siedeln sich die Krankheits-keime an. So ist es zu erklären, daß Menschen, die zu Erkältungen neigen, viel häufiger erkranken als andere, bei denen das nicht der Fall ist.



Das Ziel vernunftgemäßer Körperausbildung muß es daher sein, die Neigung zu Erkältungen herabzusehen. Ein wichtiges Mittel dazu ist die Abhärtung des Körpers gegen Witterungsein-

Was bezweckt die Abhärtung? Der ganze Körper, namentlich die Hahrtung? Der ganze Körper, namentlich die Haut, soll so geübt werden, daß bei entstehenden Veränderungen in Temperatur und Feuchtigfeit die natürlichen Schuhmittel rasch in Tätigkeit treten können. Die Blutgesäße der Haut erweitern sich bei Wärme, verengern sich bei Kälte der Umgebung. Je nachdem gibt die Haut mehr oder weniger Märme ab.

Durch geeignete Abhärtung sollen die Blut-gesäße der Haut erlernen, sich rasch zusammen-zuziehen und wieder auszudehnen, wie es gerade nötig ift. Auf diese Weise gelingt es, örtliche Unterkühlungen zu vermeiden. Die Schaffung eines Angriffspunttes für Krantheitsteime wird

dadurch vermieden. Das Bestreben, Kinder frühzeitig abzuhärten, geht also von einem sehr richtigen Gesichts. punkte aus. Nur wird nicht immer in der richtigen Art dabei vorgegangen. Gerade bei Kindern nuß man bedenken, daß hier ein zwar junger, daher elastischer und anpassungsfähiger Organismus vorliegt, daß man ihn aber nicht fünstlich und naturwidrig unter Bedingungen bringen darf, die nicht geeignet für ihn sind. Vorübergehende oder länger dauernde Schädigung ist sonst die sichere Folge. Gewiß ist, daß mit unvernünftiger Anwendung der Kaltwaffer= abhärtung bei Kindern schon viel Schaben angerichtet worden ist. Eine Zeitlang war es gewissermaßen Mode, die Kinder dadurch abzuhärten, daß man sie abends oder morgens in eine Wanne mit leitungskaltem Waffer ober unter eine kalte Douche brachte. Das abhärtende

Bringip bestand barin, die Zeit dieses kalten Bades allmählich immer mehr zu verlängern. Als Folgeerscheinung trat aber keine gesunds heitliche Förderung ein, sondern es kam zu Blutarmut, häufigen Katarrhen und recht besträchtlicher Nervosität.

Zur vernunftgemäßen Abhärtung wird man die Luft benügen. Die Kinder gehören von Jugend auf möglichst viel ins Freie, bei Regen und Wind so gut wie bei mildem Sonnenschein. Das Kind, bas ängstlich vor jedem Windhauch behütet und beim kleinsten Regen gleich im Zimmer gehalten wird, ift Erfältungstrantheiten viel eher ausgejett als das Kind, das sich an wechselnde Wit-terung gewöhnt hat und daher abgehärtet ist. Nur selten wird die Witterung einmal das

Kind wirklich ans Haus bannen müssen, nämlich dann, wenn heftiger, durchnässender Kegen herrscht oder eisiger Wind das Atmen erschwert. Eine selbstverständliche Boraussesung ist dabei aber geeignete Aleidung. Hiebei "spartanisch" vorgehen zu wollen, rächt sich bitter. Ein Kind macht sich ja für gewöhnlich so viel

Bewegung, daß es schneller warm wird als ein Erwachsener, der langsam und gesetzten Schrittes dahergeht. Doch kühlt das Kind auch rascher wieder ab. Jedenfalls muß es bei kaltem Wetter warm angezogen sein. Sinnlos ift eine Abhart= ungsmethode, die ihren Stolz darein fest, die Rinder mit Halbstrümpfen und hochsommerlicher Aleidung herumlaufen zu lassen, wenn sie in-folge der Kälte zittern und schaudern. Immer die Kinder ins Freie, aber immer in genügend warmer, im Sommer ganz leichter Kleibung!

Von manchen Aerzten werden Luftbäder für fleine Kinder sehr empfohlen. Bei vernünftiger, nicht übertriebener Anwendung find fie zweisellos imstande, Gutes zu leisten. Die Kinder werden beim Luftbad abends vor dem Schlafengehen

furze Zeit gang entkleidet, was ihnen großes Vergnügen bereitet und auch günstig auf die Tiefe des Schlafes einwirkt. Nur gesunde, nicht erkältete Kinder dürfen Luftbäder nehmen, und höchstens fünf bis zehn Minuten, sonst wird die Abkühlung zu stark. In wärmeren Ländern und auch im Sommer im Freien lassen sich längere Luftbäder zum Nußen für die Kinder durchführen. Im Winter muß das Zimmer, in dem das Luftbad genommen wird, natürlich ermärmt fein.

Zur Abhartung der Lungen wie des ganzen Körpers ist das Schlafen dei offenem Fenster da, wo wirklich frische Luft hereinkommt, sehr zu empsehlen. Die ständige Erneuerung der ver-brauchten Luft und ihr Ersat durch sauerstoffreichere ist für die Atmungsorgane gut; auch der Schlaf erfährt dadurch erwünschte Vertiefung. Hinreichende, der Jahreszeit entsprechende Decken find dabei unentbehrliche Voraussetzung. Für Menschen, die von Jugend auf gewöhnt sind, bei offenem Fenster zu schlafen, ist das Schlafen bei geschlossenem Fenster kaum erträglich, auch im Winter. Säuglinge und fleine Kinder follten aber in der kalten Jahreszeit stets bei geschloffenem Fenfter schlafen. Manche fleinen Rinder schlafen von frühester Jugend an im ungeheizten Zimmer und befinden sich wohl dabei. Andere ertragen das jedoch nicht, zumal sich Kinder in der Nacht sehr häufig aufdecken. Im allgemeinen sollten Säuglinge im erwärmten Raum schlafen.

Wirklichen Erfolg wird man in der ganzen Abhärtungsfrage nur mit völligem Gingeben auf die Eigenart jedes einzelnen Kindes haben. Wie es falsch ist, weil das Nachbarskind mit neun Monaten schon laufen kann, das nun auch vom eigenen zu erwarten, so unrichtig ist es, dem Kind den Mantel zu versagen, weil ein anderes bei kaltem Wetter herumläuft. Nicht

Sehr geehrte Hebamme!

Die neuesten Lehren der Säuglingsernährung:

Da wo Muttermilch fehlt:

Galactina Haferschleim

der stets gleichmässige, immer gebrauchsfertige Schleimschoppen,

Galactina Kindermehl

die Knochen bildende Kindernahrung mit Kalk und Weizenkeimlingen,

Galactina 2 mit Gemüse

der neuzeitliche, saubere, rasch zubereitete Gemüseschoppen.

Die drei Galactina-Produkte sind das Beste, das Sie einer Mutter für ihr Kind empfehlen können.

GALACTINA BELP-BERN

Schleimextrakt aus hochwertigem Voll-korn. Er ist der gebrauchsfertige Haferschleim-Schoppen, der stundenlanges Schen erspart und keine nicht ver-Kochen erspart und keine nicht ver-wendbare Rückstände zurück lässt Galactina aus reiner Alpenmilch, speziell prä-pariertem Zwieback, den stoffreichen Weizenkeimlingen und dem wert-vollen glyzerinphosphorsauren Kalk Galactina 2 oder nit Gemüsezusatz Galacin Das ideale Gemüseschöpplein, weil reich an Carotine, dem wertvollsten und reizlosesten aller Gemüsestoffe

1702

Gratismuster jederzeit durch die Galactina- & Biomalz-Fabrik in Belp/Bern

nach Vorschriften, nicht nach einem salsch verftandenen "Ehrgeiz" darf man handeln wollen, sondern nur nach dem, was dem einzelnen Kind gut ist, und das erkennt man vor allem an dem Einfluß auf sein Allgemeinbesinden. In der Regel ist ja beim Kind viel wichtiger als Wiegen, Messen und andere Untersuchungsmethoden die einsache Beobachtung, wie es sich fühlt, ob es vergnügt und munter ist, ob es spielt usw. Auch die Abhärtungsbestrebungen werden nach diesem Gesichtspunkt den größten Ersolg erzielen.

3ft Rehlfopftuberkuloje heilbar?

Auf dem vor einiger Zeit in Kopenhagen stattgesundenen internationalen "Kongreß für Lichtstorschung" waren auch die Heilungsausssichten der Kehlkopftuberkulose mit den der Wissenschaft heute zur Verfügung stehenden Mitteln Gegenstand der Erörterung. Es wurde hier von mehreren Seiten übereinstimmend darauf hingewiesen, daß durch den in den letzten Jahren erzielten Fortschritt die Prognose diese visher fast unheilbaren Krankheit ganz bedeutend gebessert worden ist. Als hervorragende Waffe gegen diese heimtücksiche Krankheit erwies sich

die Lichtbehandlung durch die ultravioletten Strahlen. Während die Vertreter des Finsensuffituts die Methode der Allgemeinbestrahlung des ganzen Körpers mit Bogenlampen propasierten, die sich damit außer einer Besseung des Gesamtzustandes des Erkankten auch eine Heilung der im Kehlkopf sitzenden tuberkulösen herbe versprachen, wurden von anderer Seite die besonderen Vorteile einer örtlichen Behandslung, die sich nach dem neuen Versahren des Wiener Forschers Dr. Gemach manisestieren, hervorgehoben.

Während früher das Prinzip der Methoden lokaler Kehlkopftuberkulosebehandlung darin bestand, außerhald des Körpers, und zwar vor der Mundhöhle, starke Lichtquellen aufzustellen, deren Strahlen durch Reslektion vom Kehlkopfspiegel aus oder auch auf direktem Wege in den Kehlkopf geleitet wurden, besteht die neue Behandlungsweise nach Dr. Gemach darin, daß eine kleine, aber sehr starke Duecksilberlampe, eine Luarzlampe besonderer Konstruktion, in den Kehlkopf direkt hineingesührt wird. Es ist damit erwiesen, daß das direkt auf die erkrankte Stelle einwirkende Licht wirksamer ist, als wenn es über Spiegel in den Kehlkopf hineingelangt.

Wie Dr. Gemach in der "Strahlentherapie"

43. Band, 1923 (Neuer Weg der Lichttherapie der Rehltopftuberkulose, 2. Abteil.) bekannt gibt, empfinden die Erkrankten das neue Verfahren als eine weitgehende Erleichterung. Bei ber Bestrahlung siten sie in bequemer Haltung und können den Kopf frei bewegen, sie fühlen keinen läftigen Druck auf die Zähne, und können, wenn sie ruhig atmen, auf das Würgen verzichten. Die Bestrahlung kann je nach Bedarf alle Minuten und häufiger unterbrochen werden, währenddeffen der Patient ausspucken, aushuften und sich ausruhen kann. Da aber auch für den behandelnden Spezialarzt die Sache äußerst einsach ist, genügen doch nur zwei Handeriffe, nämlich, Herabbrücken der Zunge und Einführen der Lampenspige, so wird auch er diese Heilmittel bei seinen Katienten mit Erfolg anzuwenden in der Lage fein und den Kampf gegen die Kehlkopftuberkulose in der erforderlichen großzügigen Weise aufnehmen fonnen. Wie berfichert wird, läßt die Wirfung dieses neuen Versahrens bei rechtzeitiger Anwendung felten im Stich.

Ing. Frit S. W. Loewe.



Auch Sie bedürfen von Zeit zu Zeit eines natürlichen Kräftigungsmittels, das den ganzen Organismus neu belebt, den Stoffwechsel anregt und das Blut reinigt. Nehmen Sie jetzt

Biomalz Im Frühjahr wirkt es am besten.

In Dosen zu **Fr. 1.80** und **Fr. 3.20** überall käuflich.

Guter Rat.

Die Mutter leidet grosse Not, Rachitis ihrem Liebling droht. Sie weiss nicht mehr wo aus und ein, Wer kann denn hier der Helfer sein?

TRUTOSE!

Das Scharlachfieber herrscht im Land, Gar manches Opfer es schon fand. Dem schlimmen Gaste vorzubeugen, Da hilft, gar viele es bezeugen:

TRUTOSE!

Bébé, der Mutter Stolz und Glück, Im Wachstum plötzlich bleibt zurück, Da gibt es einen Helfer nur, Es führt stets auf die rechte Spur

TRUTOSE!

Das Kindchen zahnt. Gar manche Nacht Hat an dem Bettchen zugebracht Die Mutter bis am frühen Morgen, Wer bricht den Schmerz, verscheuchet Sorgen?

TRUTOSE!

Was gibt dem jungen Körper Kraft? Was starke Knochen ihm verschafft? Was bringt gesundes reines Blut, Blühendes Aussehn — Lebensmut?

TRUTOSE!

38



Aus einem

Schweizer Frauenkloster

stammt die seit Jahrhunderten erprobte, blutbildende

KRAFTESSENZ

sie stärkt Ihre Nerven, steigert Ihr geistiges und körperliches Wohlbefinden, schafft Appetit und Arbeitsfreude. Flasche Fr. 4.80

Versand franko gegen Nachnahme

Karl Dürmüller, Volks-Apotheke,

Langstrasse 39, Zürich.

Für Hebammen 10 º/o

(P 84 Z) 1713 / III



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



Schweizerhaus -



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.

Leibbinden

Schwangerschafts-Binden

erprobte, praktische, beliebte Modelle

Wochenbett-Binden

gleich nach der Entbindung im Bett zu tragen zur Zurückbildung des Leibes

Stütz-Binden

nach dem Wochenbett und nach Operationen Gute Passformen Angenehmes Tragen Grosse Erleichterung

Krampfader-Strümpfe

mit und ohne Gummigewebe Poröse und dichte Gewebe 1721

Auswahlsendungen auf Wunsch bereitwilligst

Hebammen erhalten Rabatt

Sanitätsgeschäft Hausmann

St. Gallen — Zürich — Basel — Davos — Lausanne

Hebammen und Aerzte

empfehlen

erwartenden Frauen und Wöchnerinnen oft das wohlschmeckende, leicht verdauliche



Kraftgetränk von Jobler

Probemuster kostenlos durch die

A. G. Choeolat Jobler, Bern

(P. 32 Y.)

1723

"Bitte senden Sie mir 6 Zander's Kinderrundsalbe, empfehle dieselbe wo ich kann, da ie ausgezeichnet wirkt." Frl. R. R., Hebamme in R.

Die milde Zander's Kinderwundsalbe

Schachtel à Fr. 1.— Gegen Ausschnitt dieses Inserates erhält jede Hebamme eine Dose gratis. Vertrieb: Zander, Schwanenapotheke, Baden VI. 1735

Die Adressen

sämtlicher Mitglieder des Schweizer. Hebammenvereins

auf gummiertes Papier gedruckt, zur Versendung von Zirkularen, Prospekten od. Mustersendungen, sind zu beziehen zum Preise von

Fr. 25. -

von der Buchdruckerei

Bühler & Werder in Bern Waghausgasse 7 — Telephon 22.18