

Zeitschrift:	Schweizer Hebamme : officielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici
Herausgeber:	Schweizerischer Hebammenverband
Band:	34 (1936)
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: 24.01.2026

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

Bindegewebssbildner auf und organisieren das Fibrin. Der Eiter wird aufgesaugt und auch hier kann endlich eine Narbe bleiben. In der Brusthöhle findet man oft solche „Narben“ von früheren Brustfellentzündungen; sie stellen sich dar als Verwachungen des Rippenfells mit dem Lungenfell, ebenso verwachsen in der Bauchhöhle nach Entzündungen und Operationen Teile mit einander und können oft zu großen Beschwerden führen. Wenn man sie durch eine neue Operation löst, so werden immer neue Verwachungen geschaffen. Alle Menschen reagieren allerdings auch hier nicht in derselben Weise.

Wenn Eiter lange Zeit nicht aufgesaugt werden kann, weil zu viel da ist oder weil die Umgebung schlecht aussaugt, so kann es zur Verkalfung des Eiterherdes kommen. Der menschliche Körper nimmt aus der Nahrung viel Kalksalze auf, die er ja zu seiner Knochenbildung benötigt. Nun hat er die Fähigkeit, diesen Kalk auch da abzulagern, wo eben Eiter nicht aufgesaugt wird. Man findet solche Kalkherde besonders in alten Tuberkuloseherden. Zum Beispiel findet sich oft nach abgelaufener Eileitertuberkulose der oder die Eileiter mit diesem fäsigem Brei gefüllt, der Kalkkörper enthält; oder es ist überhaupt nur noch ein Kalkkörper da.

Eine interessante Erscheinung ist auch die sog. Phagocytose (vom griechischen phago = ich fresse und cytos = Zelle). Die Phagozyten sind also Fremzzellen. Wenn im Gewebe bei der Entzündung Gewebsstücke oder andere feine Fremdkörper vorhanden sind, so häufen sich dort wie schon gesagt die aus den Blutgefäßen ausgewanderten weißen Blutzellen an. Unter ihnen nun befinden sich solche Phagozyten. Diese nehmen die Fremdkörper in sich auf, seien diese nun Bakterien oder Staub und Kohlenteilchen, z. B. Ruß, wie er ja bei allen Kulturmenschen so massenhaft in der Atemluft zu finden ist. Auch der Farbstoff zerfallener roter Blutförperchen wird so aufgenommen und sogar ganze weiße Blutförperchen. Die Phagozyten bleiben oft an Ort und Stelle oder sie werden im Lymphstrom weitergeschleppt und bleiben dann in den Lymphdrüsen liegen oder sie geraten in die Blutbahn und lagern sich in Milz, Leber und Knochenmark ab.

In anderen Fällen, wenn die zu entfernen den Körper zu groß für eine Zelle sind, bilden sich sog. Riesenzenellen, das sind Zellen, die eine größere Anzahl von Kernen haben. Sie können auch Teile aufnehmen oder sie fressen die Fremdeiteile an, so daß sie allmählich aufgelöst werden. Bei Tuberkulose findet man vielfach solche Riesenzenellen in den Schütteln; sie nehmen Tuberkelbazillen auf, die sich in ihnen oft sogar noch vermehren.

Man hat in der Phagocytose einen Kampf der Körperzellen gegen die eingedrungenen Bakterien sehen wollen; doch handelt es sich vielmehr um eine Art Ernährungsvorgang.

Wenn etwas auch geschmacklich so wunderbar bekommt, so muss es auch dem Körper anschlagen. In der Tat sind es abertausende von Familien, die seit Jahren Banago als unentbehrliches Frühstücksgetränk verwenden.

(C 28)



Schweiz. Hebammenverein

Zentralvorstand.

Die Zeit läuft und bald ist der 22. Juni vor der Türe, wo die Schweizer Hebammen sich in Winterthur treffen. Wir freuen uns heute schon recht und hoffen, daß es vielen möglich sein wird, die Tagung zu besuchen. Auch ist Winterthur sehr zentral gelegen. Reserveiert Euch daher den 22. und 23. Juni. Heute schon an alle ein herzliches Willkommen. Die Festkarte kostet Trinkgeld inbegriffen, Fr. 17.— Für Nichtmitglieder Fr. 18.— Bitte ja die Mitgliedskarte nicht zu Hause zu lassen. Die Festkarte kann jedes im Casino in Empfang nehmen, zwei Minuten vom Bahnhof. Am Dienstag Morgen, 6 Uhr 30, ist eine Autofahrt vorgesehen nach Kyburg, wo das Frühstück eingenommen wird. Die Mitglieder möchten wir aber herzlich bitten, sich rechtzeitig anzumelden bei Frau Enderli, Präsidentin, Steinberggasse 53, Winterthur, oder per Telefon 23.632. Wenn keine Antwort Frau Tanner, Kemptthal, Telefon 33.121, intern. 309. Die Präsidentin bittet alle, die Anmeldung bis zum 19. Juni an sie einzufinden.

Sollte irgend was noch nicht klar sein, dann bitte uns anzufragen.

Aber nochmals am 22. und 23. Juni auf nach Winterthur und auf ein frohes Wiedersehen hoffend, verbleiben mit kollegialen Grüßen:

Wohlen/Windisch im Mai 1936

Für den Zentralvorstand:

Die Präsidentin: Die Sekretärin:
M. Marti, P. Günther,
Wohlen (Arg.) Tel. 61.328. Windisch, Tel. 312.

Einladung

durch

43. Delegierten- und Generalversammlung in Winterthur

Montag und Dienstag den 22. und 23. Juni 1936

Traktanden für die Delegiertenversammlung.

Montag, den 22. Juni 1936, punkt 15 Uhr
im Casino in Winterthur.

1. Begrüßung durch die Präsidentin.
2. Wahl der Stimmenzählervinnen.
3. Appell.
4. Jahresbericht pro 1935.
5. Jahresrechnung pro 1935 und Revisorinnenbericht.
6. Bericht über das Zeitungsunternehmen pro 1935 und Bericht der Revisorinnen über die Rechnung pro 1935.
7. Berichte der Sektionen Luzern und Graubünden.
8. Anträge der Sektionen und des Zentralvorstandes:
 - a) Sektion Basel-Stadt:
Es soll der Schweiz. Zentralvorstand bis auf weiteres nicht verlegt werden, sondern verbleiben wie bisher, mit Fr. Marti als Zentralpräsidentin.
 - b) Sektion Zürich:
Da statutengemäß die Amtszeit der jetzigen Vorort-Sektion abgelaufen ist, möchte sich die Sektion Zürich hiermit um die Übernahme dieses Amtes für den neuen Zeitabschnitt bewerben.
 - c) Zentralvorstand:

1. Der Schweizerische Hebammenverein möge den Beitritt zur internationalen Vereinigung der Hebammenverbände beschließen.
2. Bericht und Antrag über die Möglichkeit der Wiedereinbringung der 9000 Fr. an die Zentralkasse.

9. Wahlvorschlag:
 - a) der Vorortsektion für die neue Amtszeit 1937/1942.
 - b) einer Redaktorin.
10. Wahlvorschlag für die Revisionssektion der Vereinstafse.
11. Wahlvorschlag für die Revisionssektion des Zeitungsunternehmens.
12. Bestimmung des Ortes der nächsten Delegiertenversammlung.
13. Umfrage.

Traktanden für die Generalversammlung.

Dienstag, den 23. Juni 1936, punkt 10½ Uhr
im Stadthausaal in Winterthur.

1. Begrüßung.
2. Wahl der Stimmenzählervinnen.
3. Genehmigung des Protokolls der letzten Delegierten- und Generalversammlung.
4. Jahresbericht.
5. Rechnungsabnahme pro 1935 und Revisorinnenbericht.
6. Bericht über das Zeitungsunternehmen pro 1935.
7. Berichte und Anträge der Delegiertenversammlung.
8. Wahl der Vorortsektion (Zentralvorstand) für die Amtszeit 1937/1942.
9. Wahl der Revisionssektion für die Vereinstafse.
10. Wahl der Revisionssektion für das Zeitungsunternehmen.
11. Bestimmung des Ortes der nächsten Delegierten- und Generalversammlung.
12. Umfrage.

Kolleginnen! Heute schon möchten wir Euch bitten, die beiden Tage des 22. und 23. Juni für unsere Veranstaltungen zu reservieren und hoffen wir, in Winterthur recht viele Kolleginnen begrüßen zu können.

Besüglich des Innendetermins, des Bankett- preises und der Angaben über das Programm siehe Mitteilungen des Zentralvorstandes. Also auf Wiedersehen in Winterthur!

Mit kollegialen Grüßen

Wohlen/Windisch, im April 1936.

Für den Zentralvorstand:

Die Präsidentin: Die Aktuarin:
M. Marti, Frau Günther,
Wohlen (Arg.), Tel. 68. Windisch (Arg.), Tel. 312.

* * *

Traktanden für die Krankenkasse.

1. Jahresbericht pro 1935.
2. Abnahme der Jahresrechnung und Bericht der Revisorinnen.
3. Wahl der Rechnungsrevisorinnen für das Jahr 1936.
4. Änderung der Statuten Art. 23 betreffs Bundesbeitrag und Stillgeld-Auszahlungen (Weisungen vom Bundesamt).
5. Wahl der Vorortsektion für die Krankenkasse.
6. Antrag der Sektion Luzern:
Es soll die Krankenkasse-Kommission an den Schweiz. Konkordats-Verband den Antrag einreichen, daß nur denjenigen Hebammen das Geburts-Honorar entrichtet werde, die Mitglied des Schweiz. Hebammen-Vereins und deren Krankenkasse sind.
7. Verschiedenes.

Die Präsidentin: Frau Akeret.

Contra-Schmerz besiegt
prompt jede Form von Migräne,
Ischias, Zahn- u. Nervenschmerzen

1922

Krankenkasse.

Krankgemeldete Mitglieder:

Frau Schefler, Zunzgen (Baselland)
 Frau Baumgartner, Kriessern (St.Gallen)
 Frau Büttikofer, Kirchberg (Bern)
 Frau Langhart, Ramsei (Schaffhausen)
 Frau Diet-Gerber, z. B. Heiligenschwendi (Bn.)
 Fr. Christine Conrad, Sils-Domleschg
 Frau Hilbrunner, Wassen i. E.
 Frau Sager-Troxler, Gerlischwil (Luzern)
 Mlle. B. Schneider, Biel
 Mme. Marg. Bégin-Biasca, Prosto (Tessin)
 Frau Gnädinger, Ramsei (Schaffhausen)
 Frau Staub-Schäfer, Mengen (Zug)
 Frau Schärer, Ob. Steinmaur (Zürich)
 Frau Marie Ramser, Oberwil (Bern)
 Frau Maria Barizzi, Zürich
 Fr. Lina Moor, Ostermundigen (Bern)
 Frau Fähndrich, Lenzburg (Aargau)
 Fr. Elise Mani, Zweifelden (Bern)
 Frau Hermann, Zürich
 Mlle. Melanie Modou, Orsonnens (Freiburg)
 Mme. Borgnano, Romanet (Waadt)
 Frau Guggisberg, Solothurn
 Frau Wullschleger, Aarburg (Aargau)
 Frau Riemensberger, Bichwil (St. Gallen)
 Frau Emma Meier, Unt. Chrendingen (Aarg.)
 Frau Burkhalter, Uettligen (Bern)
 Sig. Montini Orsolina, Taverne (Tessin)
 Frau Böhler, Basel
 Mme. Pittet, Châllex (Waadt)
 Frau Bandi, Maienfeld (Graubünden)
 Mlle. Emilie Bobal, Lausanne
 Frau Loosser, Ebmatingen (Zürich)
 Fr. Sophie Wirth, Hägglingen (Aargau)
 Frau Huber, Hombrechtingen (Zürich)
 Frau Meret-Müller, Rheinau (Zürich)
 Frau Anna Mandel, Zürich
 Frau Rost-Nos, Zürich-Höngg
 Frau Estermann, Flawil (St. Gallen)
 Frau Wiesmer, Hüttwilen (Thurgau)
 Frau Troxler-Röber, Mauensee (Luzern)
 Frau Hinderling, Schlatt, z. B. Rähmismühle (Zürich)
 Frau Josefine Schmid, Altendorf (Uri)
 Frau Elise Bachmann, Winterthur (Zürich)
 Frau Marie Müller-Krebs, Belp (Bern)
 Fr. Hüttenmoser, Rorschach
 Fr. Hermine Kunz, Wald (Zürich), z. B. Spital St. Gallen

Angemeldete Wöchnerinnen:

Frau Göldi-Leuener, Bientz (St. Gallen)
 Frau M. Studer-Studer, Oberbuchsiten (Sol.)
 Frau Marie Steiger-Schwyzer, Sursee (Luz.)
 Frau M. Santeler, Hub-Fimmelsberg (Thurg.)
 Frau M. Santchi, Leichelen b. Gunten (Bern)
 Frau Marie Morf-Hürlmann, Töök-Winterthur (Zürich)

Eintritte:

440 Frau Irene Krämer-Winkler, Bern, Lentulusstraße 26, 9. April 1936.
 147 Fr. Anna Hüsli-Schmid, Trimbach (Soloth.) 11. März 1936.
 263 Fr. Maria Ursula Honegger, Breitennatt, Wald (Zürich), 1. April 1936.

Seien sie uns herzlich willkommen.

Die Krankenkassekommision in Winterthur:

Frau Aderet, Präsidentin.
 Frau Tanner, Kassierin.
 Frau Rosa Manz, Altuarin.

**A. Suter, Drogerie,
 am Stalden 27, Solothurn
 Kräuterhaus, Parfumerie
 und Sanitätsartikel**

Prompter Versand Vorteilhafte Preise
 Telephon 18.23

1908

Vereinsnachrichten.

Sektion Appenzell. Zu einem schönen, gemütlichen Nachmittag gestaltete sich unsere am 20. April in Bühler stattgefunden Frühjahrsversammlung. Der Besuch war erfreulicherweise recht gut. Von der Firma Kaffee Hag wurde uns vor Beginn der Versammlung ein Gratis-Kaffee serviert und ein Kakao-Probe-muster Ka-aba verteilt. Es mundete uns allen vor trefflich. Wir werden nicht versäumen, Kaffee und Ka-aba weiterhin den Wöchnerinnen zu empfehlen. Im Namen aller Anwesenden möchte ich der Firma Kaffee Hag unser besten Dank aussprechen.

Um 2 Uhr eröffnete Frau Aderet mit einem herzlichen Begrüßungsgruß an Frau Aderet, Präsidentin der Krankenkasse, die Versammlung. Der geschäftliche Teil war rasch erledigt. Der Kassabericht wurde auf die Herbstversammlung verschoben. Als Delegierte nach Winterthur wurde einstimmig unsere Präsidentin gewählt. Frau Aderet, die unterdessen einen Spaziergang durch Bühler gemacht hatte, erschien um 3 Uhr wieder. An Stelle eines ärztlichen Vortrages wurden uns aus den neuen Statuten der Krankenkasse mehrere Paragraphen genau und eingehend erklärt. Es war eine Freude, Frau Aderet zu hören. Wir bekamen in manches einen genauen Einblick, was man bis dahin nur halb oder gar nicht verstand. Wir danken Frau Aderet wärmstens für die Arbeit und Mühe, die sie sich gegeben hat, und wünschen, daß die Führung der Krankenkasse noch viele Jahre unter dieser bewährten Leitung bleiben möge.

Nach dem obligaten Zvieri gab unser ältestes Mitglied, Frau Möslti von Stein, einige Appenzellerlieder zum besten, die freudiges Gehör fanden.

Die Altuarin: Frau M. Christen.

Sektion Aargau. Unsere letzte Versammlung in Brugg war mäßig besucht. Es hätte den Vorstand gefreut, wenn die Mitglieder unserer Referentin, Frau Aderet, etwas mehr Interesse entgegengebracht hätten. Frau Aderet brachte uns viel Interessantes und Wissenswertes über unsere Krankenkasse und möchten wir auch an dieser Stelle ihr nochmals herzlich danken für ihren Besuch.

Von der Firma Guigoz wurden Prospekte über ihre Produkte verteilt.

Als Delegierte nach Winterthur wurden Frau Weber, Gebensdorf, und Frau Seeger, Holderbank, gewählt.

Wir bitten unsere Mitglieder, sich den 22. und 23. Juni für die Delegierten- und Generalversammlung in Winterthur zu reservieren.

Der Vorstand.

Sektion Baselland. Unsere am 21. April in Liestal abgehaltene Frühjahrsversammlung, war, trotz der ungünstigen Witterung, von 31 Mitgliedern besucht. Ob der in unserem Fachorgan angekündigte "Wanderfilm", oder die Traktanden so zahlreich zum Besuch aufforderten, wissen wir nicht. Aber auf alle Fälle bot uns der Film viel Neues und Lehrreiches. Von der begleitenden Schwester M. Hagnmann wurden wir eingehend über die genauen Anwendungen und Neuerungen der Wanderpräparate genau aufgeklärt. Am Schlusse der Veranstaltung wurde allen Anwesenden von der Firma durch Schwester Hagnmann ein Geschenk überreicht, was bei allen große Freude erweckte und von der Vorsitzenden auf das Beste verdankt wurde. Möchten nicht unterlassen, auch noch an dieser Stelle der Firma Dr. A. Wandler in Bern das so reichlich Gebotene herzlich zu danken. Wir wünschen und hoffen nun, daß der Film "Kinder- und Krankenpflege in aller Welt" von recht vielen Berufsschwestern angeschaut werden kann. Der vorgerückten Zeit wegen mußten wir nur rasch zum zweiten Teil übergehen. Das von Frau Spillmann gut abgefaßte Protokoll wurde verlesen, von der Ver-

sammlung genehmigt und von der Präsidentin bestens ver dankt. Im weiteren wurden die Traktanden der Schweiz. Tagung in Winterthur durchberaten und die Delegierte gewählt. Aus der Wahl ging Fräulein Hofer hervor. Schlüssendlich wurde unser knurrende Magen befriedigt und nach ein wenig gemütlich Beisammensitzen und Gedanken austauschen mahnte der Zeiger der Uhr zum Aufbruch. Mit einem Auf Wiedersehen im Juli konnte unsere, diesmal ausnahmsweise ruhig verlaufene Tagung, geschlossen werden.

Die Präsidentin: Frau Schaub.

Sektion Baselstadt. Am 29. April machten wir eine prächtige Autofahrt nach Läufgen ins Frauenheim Wolfsbrunnen. Die Vorsteherin des Heims, das in musterhafter Ordnung geführt wird, zeigte uns das große Unternehmen welches für uns sehr interessant war, speziell die Kinderabteilung hat uns sehr gefallen. Die vielen kleinen und größeren Kinder sind bei sorgfältiger Pflege untergebracht, und man sah den kleinen Schützlingen an, daß sie sich alle wohl fühlen.

Nach etwa 1½ Stunden holte uns Herr Spicher, unser zuverlässiger Chauffeur, ab, und frohgemut fuhren wir über Gelterkinden und durch weitere blühende Ortschaften, bis wir in Rheinfelden im Hotel Schiff landeten. Nach einem kräftigen Zobig und einer lustigen Heimfahrt kamen wir abends 7 Uhr in Basel an; es war ein herrlicher Nachmittag, wir werden die schönen Stunden so schnell nicht vergessen, aber so viel können wir verraten, daß es nicht die letzte Fahrt ist, die wir dieses Jahr machen.

Am 27. Mai haben wir beschlossen einen Ausflug ins Waldhaus zu machen. Die Kolleginnen sind gebeten, um 2½ Uhr auf dem Reichenplatz zu sein. Hoffentlich finden recht viele Kolleginnen Zeit, an dem Ausflug teilzunehmen. Also auf Wiedersehen am 27. Mai.

Für den Vorstand:

Frau Albiez.

Sektion Bern. Bei zahlreicher Beteiligung hat unsere Vereinsversammlung stattgefunden. Fr. Dr. Walter hielt einen Vortrag. Sie referierte über das "Parapackverfahren", welches ein Wärmebeilverfahren ist auf wissenschaftlicher Grundlage. Die Anwendung wurde vorgeführt durch Frau Triten. Parapack ist eine Schwipackung. Die für diese Behandlung in Betracht kommenden Krankheits-Arten sind solche, bei denen der Organismus mit Stoffwechselschläden überlastet ist, deren er sich durch die Ausscheidungsorgane normalerweise nicht genügend entsiedigen kann. Dazu sind zu rechnen: Rheumatismus. Unter dieser Sammelbezeichnung pflegt man eine Anzahl verschiedener Krankheitszustände zusammen zu fassen, die an den Bewegungsorganen — Knochen, Bändern, Muskeln, Sehnen — ihren Sitz haben und sich vor allem durch Schmerzen kund tun; im weiteren Sinne rechnet man gewöhnlich aber auch Erkrankungen der Nerven mit dazu, die ähnliche Erscheinungen machen und nicht selten mit den eigentlichen rheumatischen Störungen verbunden auftreten. Hierher gehören akuter und chronischer Muskelrheumatismus, z. B. Hexenschuß, steifer Hals, akuter und chronischer Gelenk rheumatismus. Bei rheumatischen Erkrankungen ist das Parapack-Verfahren das dankbare Anwendungsgebiet. Zuletzt erweist es sich aber auch gerade hier als wirtschaftlich und vorteilhaft, denn erfahrungsgemäß wird die Krankheitsdauer, z. B. bei der als hartnäckig bekannten Ischias, ganz wesentlich abgekürzt, auch werden erhebliche Kosten dadurch erspart, daß Arzneimittel, Einspritzungen, nicht zuletzt auch kostspielige Badekuren überflüssig werden.

Ferner sind die Parapackpackungen bei allen möglichen Krankheiten anzuwenden. Zur Untersuchung dieser Behandlung wende man sich an Fr. Dr. Walter, Kornhausplatz 15. An-

dieser Stelle verdanken wir der Referentin ihre Ausführungen nochmals aufs Beste.

Am 18. Mai macht unser Verein einen Frühlingsbummel nach Thun, zur Besichtigung der Uhrtaverke und Kunstdöpferei. Abfahrt mittags 11 Uhr 55. Sammlung beim Billetschalter 11 Uhr 40. Zur Beteiligung bitte anmelden bei Frau Bucher, Viktoriaplatz 2. Zu diesem Anlaß laden wir alle Kolleginnen herzlich ein zahlreich teilzunehmen und pünktlich zu erscheinen.

Der Vorstand.

Sektion Biel. Nun stehen wir schon wieder am Schlüß eines Vereinsjahres. Am 28. Mai, punkt 15 Uhr, wird im Schweizerhof unsere Generalversammlung abgehalten, wozu wir alle Kolleginnen von nah und fern herzlich einladen.

Um unsere neugegründete Hilfsstätte für bedürftige Hebammen ein wenig zu speisen, beschloß der Vorstand die Durchführung des Glückssackes. So bitten wir an dieser Stelle unsere Mitglieder recht herzlich, zahlreich zu erscheinen und Päckli für den Glückssack mitzubringen. Kolleginnen, die an der Teilnahme der Versammlung verhindert sein sollten, können schon jetzt Päckli an unsere Präsidentin Frau Schwarz in Nidau senden, wo sie gerne und mit bestem Dank entgegen genommen werden. Wir hoffen gerne, daß alle Kolleginnen an dieser wohltätigen Sache regen Anteil nehmen.

Und nun auf ein frohes Wiedersehen am 28. Mai im Schweizerhof.

Der Vorstand.

Sektion Luzern. Einladung zu unserer am Donnerstag, den 28. Mai, nachmittags 2 Uhr im Hotel Konkordia in Luzern stattfindenden Jahressammlung, und eruchen wir unsere Mitglieder, möglichst vollzählig zu erscheinen. Traktanden: Appell, Protokoll, Jahressbericht der Präsidentin, Bericht der Kassierin, Wahl des Vorstandes und Einzug der Jahressbeiträge sowie allgemeine Umfrage. Diese Versammlung wird uns die verehrte Zentral-Präsidentin Fr. Marti mit ihrem werten Besuch beeindrucken und verschönern. Wir eruchen daher nochmals alle Kolleginnen, denen es irgend wie möglich ist, an dieser Versammlung zu erscheinen.

Mit kollegialem Gruß

Im Auftrage: Frau Barth.

Sektion Schaffhausen. Unsere nächste Versammlung mit Vortrag von Herrn Dr. Fröhlich findet Donnerstag, den 28. Mai, 2 Uhr in der Randerburg Schaffhausen statt. Wir möchten alle Mitglieder bitten, wenn immer möglich vollzählig zu erscheinen. Leider war es nicht möglich, die Versammlung auf einen früheren Termin anzusehen, weil wir Herrn Dr. Fröhlich nicht früher gewinnen konnten. Unseren frischen Mitgliedern empfehlen wir die besten Wünsche für baldige Genesung. Der für dieses Jahr wiederum geplante Glückssack wird

erst in einer Herbstversammlung zum Verkauf kommen. Gaben hiefür werden aber jetzt schon mit bestem Dank entgegengenommen und sind an Frau Hangartner, Präsidentin in Buchthalen abzuliefern.

Auf Wiedersehen am 28. Mai.

Der Vorstand.

Sektion Schwyz. Unsere Frühlingsversammlung vom 5. Mai war ausnahmsweise gut besucht. Daraus ergibt sich, daß die Kolleginnen mit Vorliebe in der Waldstadt konferieren. Die Vereinsgeschäfte und Berichte nahmen ziemlich viel Zeit im Anspruch. Das Interesse der Versammelten war sehr rege. Vergessenes wurde wieder aufgefrischt und viel Neues wurde bekannt gegeben. Das Anerbieten und Unterbieten kam zur Sprache und wurde sehr gerigt. Der Vorstand wurde wieder für zwei Jahre in globo gewählt. Als nächster Versammlungsort wurde Schwyz bestimmt. Wir hoffen dort recht viele Kolleginnen begrüßen zu können. Besonders mögen sich jene, die jetzt im Frühling nicht gehen können, einfinden. Es ist notwendig, daß sich alle Mitglieder um die Sektionsgeschäfte kümmern.

Für den Vorstand

Die Aktuarin: Frau Baumert.

Sektion Solothurn. Unsere letzte Versammlung vom 27. April in der "Bierhalle" zur Klus war ziemlich gut besucht. Schade, daß sich nicht mehr Kolleginnen einfinden konnten. Herr Dr. von Burg hielt uns einen sehr lehrreichen Vortrag. Der Herr Referent sprach über "die Lungentuberkulose und ihre Erscheinungen, Bronchitis, Frühfälle". Auch wurden uns Röntgenbilder gezeigt. Auch über Nierenkrankheiten, Diabetis (also Zuckerkrankheit), Blutfestung und Blutdruck sprach Herr Dr. von Burg. Wir danken dem Herrn Referenten aufs wärmste. Die Anwesenden werden es nicht bereut haben, daß sie gekommen sind.

Der Vorstand.

Sektion St. Gallen. Unsere Versammlung vom 30. April war, des schlechten Wetters wegen, mäßig besucht. Es wurden die Traktanden und Anträge für die Delegierten-Versammlung besprochen. Anschließend wählten wir auch die Delegierten zum Hebammentag in Winterthur. Frisch auf nach Winterthur am 22. und 23. Juni.

Frohes Wiedersehen.

Die Präsidentin: Frau O. Schüppfer.

Sektion Thurgau. Unsere Versammlung, verbunden mit ärztlichem Vortrag, wird am 25. Mai, nachmittags 2 Uhr im "Engel" in Münchwilen abgehalten.

Vollzähliges Erscheinen erwünscht.

Der Vorstand.

Sektion Werdenberg-Sargans. Unsern werten Mitgliedern die Bekanntmachung, daß unsere nächste Versammlung Mittwoch, den 20. Mai, nachmittags um 2 Uhr stattfindet; voraussichtlich im Bahnhofsbuffet in Sargans.

Ebenfalls möchte ich nicht vergessen, allen mitzuteilen, daß uns unsere verehrte Zentral-Präsidentin Fr. Marti auf den 20. Mai ihren werten Besuch in freundlicher Weise zugesagt hat. Wir wollen hoffen, vollzählig erscheinen zu können. Für den Vorstand: L. Rue sch.

Sektion Winterthur. Den Mitgliedern zur Kenntnis, daß im Mai keine Versammlung stattfindet, dagegen am 11. Juni die letzte vor dem Fest. Wir bitten die Kolleginnen, zahlreich zu erscheinen, um noch alle Vorbereitungen zu besprechen. Der Vorstand.

Sektion Zürich. Unsere Aprilversammlung im Hörsaal der Universitäts-Frauenklinik war sehr gut besucht. Nach Erledigung der Vereinsgeschäfte hielt uns Herr Dr. med. Wernli, Spezialist für Lungenkrankheiten, einen sehr lehrreichen Vortrag über "Lungentuberkulose und deren Bekämpfung". An Hand von wertvollen Lichtbildern konnten wir die Verheerungen sehen, die die gefürchtete Krankheit am menschlichen Körper verursacht. Mit großer Freude konnten wir auch die Heilungen beobachten, wenn die Krankheit bei Zeiten entdeckt wird und der Patient in eine Heilstätte gebracht werden kann.

Wir werden dem Herrn Referenten für das Gebotene noch lange dankbar sein, und möchten ihm gerne auch noch an dieser Stelle unser Dank aussprechen. Die nächste Versammlung findet am 26. Mai im "Karl dem Großen" um 2 Uhr statt. Es ist die letzte Versammlung vor dem Schweiß. Hebammentag und wir hoffen auf zahlreiches Erscheinen.

Die Aktuarin: Frau Bruderer.

Umfstellung von Körper und Seele im Frühling.

Es ist noch nicht so lange her, da war der Frühling gleichbedeutend mit einer Zeit absichtlicher energischer Einwirkung auf den Körper. Die Gewohnheit der "Frühjahrskuren" galt damals als Grundlage des jährlichen Gesundheitsplanes. Herzliche Vorschriften wurden genau beachtet, ob sie nun auf Diät- oder Badeturen sich erstreckten, Abdämpfe, Abführ- oder Blutreinigungsmittel benützten. Daneben hatten zahlreiche Familien ihre eigenen, in weitreichender Tradition überkommenen Frühjahrskuren.

Dieser allgemein verbreiteten Sitte lag eine sehr wichtige und richtige Beobachtung zugrunde. Im Frühjahr sind Körper und Seele fühlbar gesunden, sich umzubauen und umzustellen. Das Entrinnen aus dem grauen Bann kalten Winters in die Wärme, in Sonne und freie Natur, bereitet die Möglichkeit solcher Umstellung vor. Beim modernen Kulturmenschen kommen die periodischen Einfüsse, denen das Leben aller Natur unterliegt, oft nicht so klar zum Ausdruck. Manches hat sich ver-

Dialon-Puder

hervorragend bewährter Kinderpuder zur Heilung und Verhütung des Wundseins

Neu! DIALON-PASTE

bei vorgesetztem Wundsein

Kleine Tube . Fr. 1.25

Grosse Tube . Fr. 2.—

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.

1904

wischt, manches Ursprüngliche scheint unter der Decke aufgepropfter Gewohnheiten verschwunden. Auch die großen Einflüsse, die vom Kosmos her einwirken, lassen sich nicht wegfürsteln. Sie werden deutlich fühlbar und sichtbar, ob man auf sie achten will oder nicht. Auch der Mensch ist nur eine kleine Feder in dem umfassenden Getriebe: sie biegt und entspannt sich, je nachdem das große Fahrrad des Weltentriebes seine gleichmäßigen Vorwärtsrotierungen auf untergeordnetere Achsen überträgt.

Am bekanntesten ist die seelische Umstellung im Frühling. Die Dichter, die den Naturwissenschaftlern immer um mindestens zwei Monate längen in der Erkenntnis voraus sind, haben aus dieser Wahrnehmung nie ein Geheimnis gemacht. kaum einer hat aber dieses Ahnen um ein verborgenes Wissen in so schöne Worte gebracht wie Hugo von Hofmannsthal in seinem wunderfeinen Gedicht „Vorfrühling“:

„Es läuft der Frühlingswind
Durch tahié Alen.
Seltsame Dinge sind
In seinem Wehn.“

Die „seltsamen Dinge“ äußern sich in verschiedenster Seelenbeeinflussung. Charakteristisch ist dabei das Schwankende, heute „himmlisch hoch jauchzend“, nahezu berauscht von Glücksgefühl und Lebensfreude, morgen „zu Tode betrübt“, das Opfer einer schweren seelischen Depression. Diese Schwankungen des seelischen Befindens im Frühling werden mit raschen Veränderungen in Luftdruck oder Luftpelzitität in Zusammenhang gebracht, dadurch aber nicht verständlicher. Die ja auch sonst wirksame Witterungsfaktoren stoßen vielleicht im Frühjahr auf periodisch geschwächten Seelenzustand; dadurch ist ihnen ein wirksamer Angriff möglich.

So ist auch der überraschende Zusammenhang verschiedener krankhafter und ans Krankhaften grenzender Erscheinungen zu erklären, auf dem Hellbach aufmerksam gemacht hat. Im Frühling und Frühsommer ereignen sich gleichzeitig die meisten Selbstmorde, die meisten Sexualverbrechen und die meisten Erregungszustände Geisteskranker. Hellbach erblieb als eigentliche Ursache des Erregungsvorganges,

der den drei genannten Vorkommnissen zugrunde liegt, soweit nicht andere Umstände mitspielen, den Erwärmungsvorgang, dem eigentlichen Charakteristikum dieser Jahreszeit. Das Krankhafte, um das es sich im allgemeinen bei derartigen Menschen handelt, wird als gesteigerte Labilität der Seele betrachtet. Auf dieser gemeinten Grundlage finden sich dann so verschiedenenartige Naturen wie Selbstmörder, Sexualverbrecher und Geisteskranke zusammen.

Der sexuell anregende und belebende Charakter des Frühlings ist eine der bekanntesten Umstellungen während dieser Jahreszeit. Die neuzeitliche Statistik hat hier Beziehungen gezeigt, die früher wohl gehahnt, nicht aber zahlmäßig bekannt waren. Die meisten Geburten finden in Europa in den Monaten Januar bis April statt, wobei der Februar besonders hohe Ziffern aufweist; dann noch einmal im Monat September. Diese Ziffern bedeuten, daß die meisten Zeugungen im Frühling — unter dem allgemein belebenden Einfluß dieser Jahreszeit — stattgefunden haben, namentlich im Mai, und wieder um die Weihnachtszeit, diesem Fest frohen Feierns. Schleiche und außereheliche Geburtenziffern werden von diesen jahreszeitlichen Schwankungen im ungefähr der gleichen Weise berührt.

Es gibt eine Seelenbeschaffenheit, bei der in ziemlich regelmäßigerem Wechsel Zeiten der Depression mit solchen gehobenen Lebensgefühls abwechseln. Die gewöhnlichen, sehr häufigen Grade dieses Zustandes werden als Hypothymie bezeichnet, die schweren Formen bilden das manisch-depressive Freizein. Es ist nun auffallend, daß sehr oft solche Depressionszustände in den Winter fallen, um im Frühling einer Periode gehobener Lebensauffassung Platz zu machen.

Allerdings kommt auch gerade das Umgekehrte vor, und es wäre für den Wechsel der Seelenstimmung hier verantwortlich zu machen. Kennzeichnend ist dafür die von Hellbach berichtete Geschichte eines Mannes, bei dem ursprünglich die depressiven Zustände in den Winter, die gehobenen, manischen, in den Sommer gefallen waren. Da die depressive Periode aber immer ungefähr 5—6 Monate,

die manische 7—8 Monate umspannte, kehrte sich das Verhältnis zur Jahreszeit allmählich um. Solange die Depression des Mannes in den Winter fiel, sah er am Winter nur das Traurige, Tote, Dunkle, Kalte; als später die manische Stimmung in den Winter fiel, wurde ihm diese Jahreszeit zur erfreulichen Zeit der Geselligkeit, der Kunstgenüsse, der Winterportfreuden, der winterlichen Landschaftsschönheit. Es zeigt sich hier, daß derartige Seelenzustände den Eigenlauf, unabhängig von der Jahreszeit, haben können, während gerade in leichteren Fällen, bei allgemeiner Nervosität, der Einfluß des Frühlings usw. überwiegend sein kann. So kommt es zu der Enttäuschung der Nervösen, die den ganzen Winter hindurch voll Sehnsucht auf den Frühling warten, wenn er aber da ist, seinen Anforderungen an die Umstellung des Organismus oft nicht gewachsen, daher voll von Unlustgefühlen sind und sich diese Rücksichtnahme hochgespannter Erwartungen nicht erklären können. Geniale Menschen sind, wie Lombroso festgestellt hat, im Früh- und Spätsommer am fruchtbarsten, am leichtesten und gewinnbringendsten schöpferisch tätig.

Die körperliche Umstellung im Frühling mahnt dazu, Krankheitsäußerungen zum Teil anders zu betrachten und zu behandeln, als zu anderen Jahreszeiten. Es sind das neuere Feststellungen, die aber auf uralte, ärztliche Unrichten zurückgreifen. Hippocrates und Galen hatten schon darauf aufmerksam gemacht, daß der Frühling eine gewisse Art von Krankheiten, „die durch die erneute Bewegung der Säfte entstehen“, unter Umständen gefährlich werden könnte. Hier knüpfen neuere Beobachtungen an, die im Ausschlag (Exzem) der Säuglinge hauptsächlich eine Frühjahrskrankheit erblicken. Das Säuglingsexzem soll demnach in den ersten Jahresmonaten nur milde — um eine Gefährdung zu vermeiden — und erst in der zweiten Jahreshälfte energischer angegriffen werden. Auch andere Krankheiten wie Gürtelrose, Schuppenflechte sollen vor allem im Frühjahr auftreten; man hat diese Beobachtung mit einer Steigerung der Tätigkeit der innersekretorischen Drüsen in Zusammenhang gebracht. Damit ist freilich nicht viel

Futterwechsel

und die damit verbundenen Schwankungen in der Qualität von Frischmilch bedeutet eine **böse Zeit** für die Kleinen.

Milkasana

die reine Hochdorfer Trockenvoll-milch, von guter und gleichmäßiger Qualität, überbrückt diese Schwierigkeiten.

Schweiz. Milchgesellschaft A.-G., Hochdorf (Luz.)

Züchtige Hebammme

für Ferien-Ablösung in Spital für den Monat Juli gesucht.
Offerten unter Nr. 1934 an die Exped. d. Bl.

Blühendes Aussehen,
kräftigen Appetit, erhöhtes Wohlbefinden
schafft Ihnen eine Kur mit

Energon
Kraftnahrung

Energon schöpft seine grosse aufbauende, belebende und verjüngende Kraft aus der Natur, aus besten Nährstoffen, physiologischen Salzen und Extraktten aus alpinen und tropischen Heilpflanzen.

Preis per Büchse Fr. 3.50. Muster durch TRUTOSE A.-G., Zürich 8

1917

erklärt. Immerhin ist es nicht unwahrscheinlich, daß solche Beziehungen bestehen.

Vielleicht hängt damit auch das verschieden große Wachstum der Kinder im Frühjahr und in andern Jahreszeiten zusammen, wie es sich aus statistischen Zusammenstellungen ergibt. Bei Kindern ist von März-April bis Mitte August, also im zweiten Jahresdrittel, eine starke Längenzunahme, dagegen Abnahme des Gewichtes zu verzeichnen. Im dritten Jahresdrittel, von Mitte August bis Ende November oder Mitte Dezember, kommt es zur stärksten Gewichtszunahme bei schwächerer Längenzunahme. Im ersten Jahresdrittel, von November-Dezember bis März-April ist sowohl Gewichts- wie Längenzunahme mittelstark. Dass überhaupt im Frühling Lebenskräfte und Kräfte stärker drängen und quellen — bei Menschen wie bei Pflanzen — das zeigt sich ja auch bei der Scheinblüte mancher Tuberkulöser im Frühjahr, die oft in überraschender Besserung einer plötzlichen Verschlechterung vorausgeht.

Soweit gesundheitliche Kuren im Frühjahr vorgenommen werden, sollen sie diese natürlichen Umstellungsvergänge im Körper unterstützen und geschickt verwerthen. Der Gedanke der alljährlichen Gesundheitskuren ist gut, — gleichgültig mit welchem wissenschaftlichen Namen man das belegt oder ob man die alten Hausmannsworte von „Säfteerneuerung“ und „Blutreinigung“ benutzt. Ist man von der Zweckmäßigkeit und Förderlichkeit derartiger Gesundheitskuren ganz allgemein überzeugt, so wird man ihren Gebrauch im Frühling jedenfalls für am besten und naturgemäßesten betrachten.

Dr. W. Schweinsheimer.

Hygiene und Entwicklungsjahre des Mädchens.

Die Übergangszeit, in der sich aus dem Mädchen das geschlechtsreife Weib entwickelt, bedeutet eine Revolution im gesamten Körper mit tiefgehenden Umgestaltungen, an denen vor allem das Blutdrüsensystem tätig beteiligt ist. Hand in Hand damit geht eine bedeutungsvolle Veränderung und Ausgestaltung des Seelenlebens vor sich.

Es entwickelt sich nicht nur das Schamgefühl vor dem andern Geschlecht, verbunden mit einem lebhafteren Interesse für dieses, sondern ganz allgemein verzieht sich das Verhältnis zur Umwelt. Während das Kind egoistisch die Welt nur von dem Standpunkt aus betrachtet, was es von der Umgebung für sich erlangen kann, beginnt in der Pubertät das Individuum sich über sein Ziel und seine Zukunft Gedanken zu machen. Wie der Körper in dieser Zeit eine verstärkte Wachstumstendenz zeigt, so entwickelt sich auch der Geist sehr intensiv und rasch. Lebhaft wird verschlungen, neue Eindrücke werden gesammelt und gierig aufgenommen. Das Verlangen, sich andern Menschen anzuschließen, das Interesse über die eigene Familie hinaus führt zu Mädchenfreundschaften, zur Aufstellung bestimmter Ideale, zu Schwärmerien, deren Gegenstand oft Lehrer, Künstler und namentlich Bühnengrößen beiderlei Geschlechts sind. Es besteht in dieser Zeit ein gewisser Kraftüberschuss mit Erscheinungen, die ja allgemein bekannt sind und beim Knaben die Siegesjahre, beim Mädchen die Backfischjahre kennzeichnen. Das „Persönlichwerden“ führt dazu, daß man sich gern gegen Autorität aufbaut, verschlossen, launenhaft gegen Erwachsene wird. Der Vorläufer der unverstandenen Frau ist der unverständige Backfisch. Das Mädchen führt Tagebücher über seine Erlebnisse und seine Gedanken, die Schrift bekommt eine persönliche Note;

häufig sind die Erscheinungen sprunghaft, Verlangen nach Einsamkeit wechselt mit Geselligkeitsbedürfnis, Autoritätsglauke mit umstürzerischen Ideen, Übermut mit Depression — Aprilwetter des Lebens! Die seelischen Vorgänge der Pubertät sind oft von nachhaltigem Einfluß auf das Leben; Erlebnisse und Eindrücke dieser Zeit bleiben im Unbewußten haften, wirken als geheime Triebkräfte fort und können die Quelle von Neurosen werden.

Das starke Wachstum des Körpers, die Ausgestaltung des ganzen Organismus benötigt reichliches Aufbaumaterial; entsprechend ist der Appetit wesentlich gesteigert. Dadurch entsteht jener Kraftüberschuß, der auch wohlträgige Folgen hat; denn es ist Tatsache, daß Mädchen und Knaben in der Zeit der Pubertät viel weniger von Krankheiten besafen werden als vor und nach der Pubertät. Zum Teil kommt das davon, daß sich in der Pubertät die sog. lymphoiden Organe, wie Hals- und Kehlkopfmakeln, zurückbilden, wodurch viele Krankheitsscheinungen, die von diesen Organen ihren Ausgang nehmen, seltener auftreten. Während jedenfalls Krankheiten besonders häufig vom 7. bis 13. Lebensjahr auftreten, senkt sich die Krankheitskurve in der Pubertät stark, um dann wieder emporschneinen, namentlich die der Tuberkulose.

Anderseits gibt es verschiedene Erkrankungen, die für die Entwicklungszeit des Mädchens charakteristisch sind. Die aus dem Eierstock stammenden chemischen Stoffe wirken auch auf die Tätigkeit der andern Blutdrüsen. Eine der wichtigsten unter diesen ist die Schilddrüse, und wir sehen tatsächlich zur Zeit der weiblichen Pubertät ein stärkeres Anschwellen des Halses, das auf Größenzunahme der Schilddrüse zurückzuführen ist. Damit kommt es aber auch zu vermehrter Absonderung der spezifischen Stoffe der Schilddrüse, wodurch gewisse Krankheitsscheinungen hervorgerufen werden können: ge-



Wo ein kleiner Erdenbürger seinen Einzug hält, muß doppelte Sauberkeit herrschen. Da brauchen Mutter und Kind viel reine, frische und zuverlässig desinfizierte Wäsche, damit ihre Gesundheit keinen Schaden nimmt. Hier zeigt sich Persil so recht als guter Helfer. Das Säubern der Wäsche geht flink, billig und schonend. Was aber die Hauptsache ist, sie wird gleichzeitig zuverlässig desinfiziert. Persilgepflegte Kranken-, Kleinkinder- und Wöchnerinnen-Wäsche ist besonders weich und angenehm — eine Wohltat für die empfindliche Haut.

HENKEL & CIE. A.G., BASEL

DP295a



Generationen

wurden schon mit Nestlé's Kindernahrung grossgezogen. Und wie sind sie gediehen! Aus gesunden, gut entwickelten Kindern wurden tüchtige Männer und Frauen und aus diesen lebensfrohe Greise. Im Alter kehren sie wieder zu ihrer Nestlé-Nahrung zurück, die dank der reichen Mineralstoffe den Organismus stählt und stärkt.



Die Büchse
Fr. 1.75

Erfolgreich inseriert man in der „Schweizer Hebammie“

steigerte Herzaktivität und vermehrte Pulzahl, hochgradige Nervosität, Zittern in den Händen, Schweißausbrüche usw.; sie bilden in ihrem höchsten Grade die sog. Bajedowsche Krankheit mit dem typischen Hervortreten der Augäpfel. Auf diese Symptome ist darum in der Pubertät ganz besonders zu achten.

Eine zweite Erkrankung, die auf den Chemismus des Ovariums zurückgeht, ist die Bleichsucht der Mädchen. Sie beruht auf einer Schädigung des Blutkarbostoffs. Die Bleichsucht (Chlorose) eignet nur dem weiblichen Geschlecht. Erfreulicherweise nimmt sie seit ungefähr zwanzig Jahren ganz auffallend ab, wahrscheinlich weil die Frauen auf den Schnürleib verzichtet haben und lose Kleidung tragen.

Unter dem Einfluß der Ovarien entwickeln sich auch die Hautdrüsen stark, besonders die Talgdrüsen. Ihre Absonderung wird wesentlich gesteigert; dadurch entstehen Stauungen in den Drüsen, die durch Infektion mit Eiterbakterien zu der bekannten Erscheinung der Hautpickel führen, die sich in der Pubertät häufig im Gesicht, an der Stirne und am Nacken zeigen. Eine weitere Folge der gesteigerten Talgabsonderung sind die Kopfschuppen.

Auch die bekannten Rückgratverkrümmungen sind ein Pubertätsleiden; sie sind, wie man heute annimmt, hauptsächlich die Folge einer Spätachitis. Der verhältnismäßig weiche Knochen erfährt durch schlechte Haltung in der Schule, die wieder zum Teil auf konstitutionelle Schwäche der Rückenmuskulatur zurückzuführen ist, Verbiegungen, gegen die nicht wieder verordnet werden sollten, sondern Mittel, welche die Knochen stärken, wie Lebertran, Phosphor und gewisse Vitamine, ferner und vor allem Gymnastik.

Häufig tritt eine gewisse Blässe auf, die sog. Schulanämie, die aber eigentlich, wie die Blutuntersuchungen ergeben, im Gegensatz zur Bleichsucht, gar keine Blutarmut ist, sondern durch

neröse Zusammenziehung der Blutgefäße in der Haut verursacht ist. Ein nervöser Gefäßkrampf dürfte auch die in dieser Zeit so häufige Migräne sein.

Mädchen in der Pubertät neigen überhaupt zu gesteigerter Reizbarkeit und Ermüdbarkeit des Nervensystems, verbunden mit Energieangel und geringer Widerstandsfähigkeit. Gerade in dieser Zeit bilden sich gelegentlich auch schwere fiktive und geistige Schäden aus.

Die Blutungen sind zu Beginn der Pubertät oft sehr unregelmäßig; treten sie häufig auf oder sind die Blutverluste zu groß, so führt dies zu Schwächung des jungen Organismus, die schon deshalb von großer Bedeutung ist, weil sie die Disposition zu tuberkulöser Erkrankung steigern. Der Arzt hat hier energisch einzutreten.

Das Pubertätsalter erfordert von den Eltern besondere Aufmerksamkeit. Die revolutionären Vorgänge im zarten Organismus des Kindes nehmen Körper und Geist stark in Anspruch und können zu Schädigungen führen, die oft im ganzen Leben nicht mehr gutzumachen sind. Vor allem ist, wie schon erwähnt, die genügende Zufuhr der Aufbaustoffe durch die Nahrung zu sichern. Diese soll einfach sein, und mit Rücksicht auf die Empfindlichkeit des Nervensystems sind Alkohol, schwarzer Kaffee, viel Gewürz und allzu üppige Fleischkost zu meiden.

Der Eintritt der ersten Blutung macht auf die Kinder oft tiefen Eindruck, und das Erstrecken über das ungewohnte Ereignis wirkt auf das Nervensystem nicht selten dauernd nach. Sobald sich die Zeit der Pubertät nähert, ist darum das Mädchen durch die Mutter rechtzeitig auf das bevorstehende aufmerksam zu machen und zu belehren, daß es sich dabei um ganz natürliche Vorgänge handelt. Das gibt der Mutter Gelegenheit, die Tochter über die physiologischen Aufgaben des Weibes überhaupt in der natürlichsten Weise aufzuklären.

Selbstverständlich sind gerade in dieser Zeit auch alle übrigen Gebote der Hygiene streng durchzuführen. Reinlichkeit, Lust, Sonne sind die natürlichen Bundesgenossen gegen Krankheit und Schwäche des Körpers und des Geistes. Leider fällt ja die körperliche Entwicklung zusammen mit der gewiß unentbehrlichen, aber nicht in jeder Beziehung hygienischen Einrichtung der Schule, mit dem Klopfenunterricht. Energetische Gegenmaßnahmen sind zu ergreifen: Gymnastik, Schwimmen, Ausflüge in die freie Natur und geeigneter Sport schaffen das Gegengewicht. Allerdings ist vor Übertreibung zu warnen, da körperliche Überanstrengung das Herz schädigen kann. Im richtigen Maß ausgeführt, sichern die körperlichen Übungen auch den für dieses Alter besonders wichtigen neun- bis zehnjährigen Schlaf und lenken die Gedanken ab.

Die Eltern, namentlich die Mütter, müssen mit Liebe und Aufmerksamkeit die Veränderungen beobachten, die sich in der Seele des Mädchens vollziehen. Es ist notwendig, auf die Eigenheiten der Kinder einzugehen, die in diesem Alter üppig spritzende Phantasie aufklärend einzudämmen, Schwärmerien und Übertreibungen auf das richtige Maß zurückzuführen und den Gedanken und Neigungen nach Unlichkeit die Richtung zu geben, die für das zukünftige Leben als wünschenswert erscheint. Schablonenhafte Strenge ist zu vermeiden. Liebe und Verständnis sind notwendig, um zwar konsequent, aber auch mit dem nötigen Takt die richtigen Wege zu weisen.

Wichtige Küchenkräuter.

Die durchgreifende Neuorientierung in der Kochkunst hat der Hausfrau vielerlei Fragen zum Lösen aufgegeben. Der Frischostisch, bestehend aus Obst verschiedener Sorten, macht

Frisch . . .

Ihre Spezialherstellung, die ihr ein Maximum an Regelmäßigkeit während der ganzen Zeit sichert und die ihr ermöglicht, in leichten Flocken verdaut zu werden, genau wie die Muttermilch, verringert keine ihrer Nährstoffe. Das bestätigen einwandfrei die gewissenhaften Versuche des Dr. A. Arthur über die Guigozmilch, die in einer Broschüre zusammengefaßt veröffentlicht wurden, welche wir Ihnen auf Verlangen gerne zusenden.

Die

Guigoz

Milch ist also eine frische Milch, weil sie ihre Vitamine intakt bewahrt, insbesondere: Vitamin A (Wachstum), Vitamin B (Nahrungsverwertungsfaktor) und Vitamin C (antiskorbutisch).

Dies ist der Grund, weshalb sie,

wachstumfördernd,

dem Kinde zu einem ausgeglichenen, gesunden, kräftigen und widerstandskräftigen Organismus verhilft.

Guigoz

Greyerzer Pulver-Milch.

1912

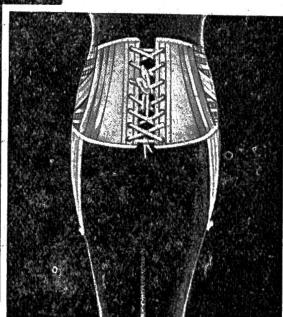
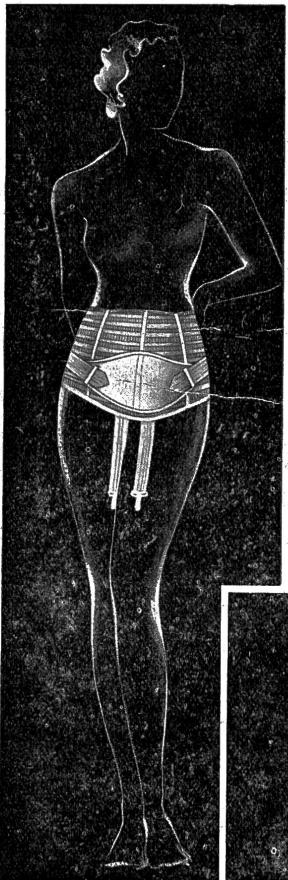
Nach Operationen und Krankheiten

hat sich die SALUS-Leibbinde Modell V ganz besonders bewährt. Ihr spezieller Schnitt und der äußerst wirksame Stuttgart geben dem Körper einen sicheren, angenehm fühlbaren Halt. Aber auch bei Senkungen der Unterleibsorgane leistet dieser Gürtel stets ausgezeichnete Dienste. Modell V ist eine von Aerzten immer wieder mit Erfolg verordnete Binde.

SALUS-Binden sind durch die Sanitätsgeschäfte zu bezahlen, wo nicht erhältlich, direkt von der

Korsett- und SALUS-Leibbinden-Fabrik

M. & C. WOHLER
LAUSANNE No. 4



1903

ihre nicht viel Kopfzerbrechen. Schwieriger ist schon die richtige Zubereitung des Frühgemüsetisches und eines vollwertigen vegetarischen Essens. Die Nahrung muß doch schmackhaft und nährstoffreich sein. Früher hat man, wenn eine Speise flau war, einfach mit Salz und Pfeffer als Zugabe nachgeholzen. Heute wissen wir, daß uns der Kochsalzgenuss vielerlei Schädigungen gebracht hat. Da alle Nahrungsmittel von Natur aus einen bestimmten Kochsalzgehalt haben, ist die Zugabe von Salz als naturwidrige Salzüberlastung zu betrachten. Die Nahrungsaufnahme soll uns ein Genuss, eine Freude sein.

Die pflanzlichen Gewürze, unsere Küchenkräuter, müssen den Kochsalzzuschuß ersetzen, weil sie nicht nur durch kristallinische Salze, sondern auch durch ihren großen Gehalt an Duftstoffen, den ätherischen Ölen, in jeder Beziehung für Gesunde und Kranke sehr vorteilhaft wirken. Viele Küchenkräuter sind gewiß nicht zu unserem Nachteil heute wieder "modern" geworden und wenn wir für diesmal raumeshalber nur einige erwähnen, hoffen wir doch, die Frage des Würzens unserer Speisen mit Küchenkräutern wieder in den Vordergrund zu rücken. Gewiß werden wir uns dann, ob gesund oder krank, auf jede Mahlzeit freuen.

Basilikum, Königskraut oder Königsbalzam. Diese Pflanze ist nicht nur ein wertvolles Heilkraut, das, weil es schleimlösend, appetitanregend, schweiß- und wasserdurchlässig, abführend, nervenberuhigend und wärmtörend wirkt, bei Lungen-, Magen-, Darm-, Blasen- und Rierleiden heilend hilft, sondern das beste und billigste Gewürz. Die jungen Blätter der ca. 35 cm hohen im Garten gezogenen Pflanze haben einen lieblichen Zitronengeruch und eignen sich als Salat. Wenn wir dieselben trocknen

und pulverisieren, erhalten wir ein vorzügliches Gewürz für Gemüse und Salate.

Bohnenkraut, Pfefferkraut, Weinkraut. Diese stark aromatische Pflanze findet wohl deshalb als beliebte Würze hauptsächlich bei Kohl, Gurken und Erbsen Verwendung, weil sie die blähende Wirkung der vorgenannten Gemüse eindämmt.

Dill, eine ca. 80 cm hohe Pflanze aus der Familie der Doldengewächse, wird wegen seines aromatischen Geruchs zum Einmachen der Gurken und des Sauerkrauts verwendet. Die als Dillfrüchte bekannten Früchte haben die Heilkräfte des Kämmels und Fenchels. Es wird ein Öl daraus gewonnen, das erwärmende und krampfstillende Eigenschaften hat und darum gegen Blähungen und Koliken gute Dienste leistet.

Fenchel. Die Wurzelsprossen, hauptsächlich aber die jungen, zarten Stengel, werden als Salat gegessen. Die unreifen Dolden legt man zu eingemachten Gurken. Der Fenchelsame leistet vorzügliche Dienste als Tee wie als Pulver bei Brustwasserfucht und Katarhinen. Er fördert die Verdauung und ist darum gegen verschiedene Magenübel sehr gut. Fenchelknolle und Blätter mit Gurken, Tomaten, rohem Blumenkohl vermischen geben einen ausgezeichneten und gesunden gemischten Salat.

Majoran ist wegen seiner schleimauflösenden und schleifstreibenden Kräfte sehr geschätzt. Die Pflanze enthält viel ätherisches Öl und einen starken, durchdringend gewürzhaften Geruch und Geschmack. Mit Majoran würzt man Celeriesalat, Spinat, Bratlinge, Bohnen, Erbsengemüse.

Hausfrauen, die über einen eigenen Garten verfügen, pflanzen und verwenden in der Küche zum eigenen Wohle und zu demjenigen ihrer Familie nachfolgende Kräuter: Anis, Basilikum,

Bohnenkraut, Boretsch, Cellerie, Dill, Estragon, Fenchel, Kerbel, Knoblauch, Lauch, Lavendel, Majoran, Petersilie, Pfefferminze, Raute, Rosmarin, Salbei, Schnittlauch, Zitronenmelisse, Zwiebeln.

Weitere wertvolle Gewürze wie Thymian, Schafgarbe, Beifuß, Wacholderbeeren, Kümmel, Brunnenkresse finden wir auf Wiesen und in Wäldern.

Auch dem Auge gib zu essen!

Wer kann verhüten, daß ihm das Wasser im Munde zusammenläuft, wenn er daran denkt, daß er eine Zitrone aussaugt? Niemand! Es ist ein automatischer Vorgang, den wir durch unsern Willen nicht zu meistern vermögen! In der weisen Zentrale unseres Nervensystems wird in dem Augenblick, wo Säurezufuhr angemeldet wird — eben durch den Gedanken an das Saugen an der Zitrone — der Befehl erteilt, die überschüssige Säure durch vermehrte Speichelabsondierung abzufümpfen. Die Erforscher der körperlichen Funktionen, die Physiologen, haben durch sinnreiche erdachte Experimente längst erwiesen, daß bei jedem Gefunden, der ans Essen denkt, schon bei diesem Gedanken der Magen anfängt, Verdauungssäfte abzusondern, damit die Speisen sofort von den Flüssigkeiten empfangen werden können, die notwendig sind, um sie für die Aufnahme in den Körper brauchbar zu machen.

Wer körperlich schwer arbeitet, braucht selten über das Verlagen seines chemischen Mechanismus zu klagen. Aber der abgehetzte Mensch der Großstadt, der zu wenig Bewegung und infolgedessen Minderleistungen seines Körpers zu verzeichnen hat, ist häufiger Störungen der automatischen Appetitregulation ausgesetzt. Ein kleiner

Ein wichtiger Faktor

bei der Ernährung des Flaschenkindes ist die Wahl eines geeigneten Kohlenhydratzusatzes zum Schoppen. Rohrzucker und Milchzucker vergären im Darm sehr leicht und führen zu Verdauungsstörungen. Der beste Nährzucker ist

NUTROMALT WANDER

ein Dextrin-Maltosegemisch. Es bewirkt keinerlei Darmgärung und wird deshalb nicht nur bei Durchfällen, sondern auch schon von Anfang an beim gesunden Säugling mit bestem Erfolg verwendet.

Dr. A. Wander A. G., Bern



Biomalz
wirkt so gut
weil kaum
genossen
schon im Blut

Früher war es in jeder Familie üblich, dass man im Frühling eine Blutreinigungs- und Stärkungskur durchführte, um den Körper von den Schlacken des Winters zu reinigen und zu stärken für den kommenden Sommer. Eben in den geheimen Naturkräften des Frühlings liegt es, dass jede Stärkungskur sich jetzt viel besser auswirkt.

Dass Biomalz im Frühling ganz besonders wirkt, ist vielfach bewiesen.

Trick tut hier Wunder: wenn man die Speisen appetitlich anrichtet, wenn man die Vorstellung des Essens durch gefällige Aufmachung reizt, dann erhalten die Verdauungsdrüsen den Anstoß, so zu wirken, wie es im Interesse der Gesundheit notwendig ist. Ein lieblos auf den Teller gelegtes Futter nimmt einem den letzten Rest von Ersatz, aber eine nette Aufmachung mit grüner Umrandung aus Petersilie, Grünkohlspitzen, Salatblättchen und anderen Leichtigkeiten wirkt wie ein Zauberstab auf die Drüsen, auf die es ankommt. Dabei handelt es sich um mehr als bloß um die Erhöhung des Appetits.

Wenn die Verdauungsfäste in ungenügender Menge abgedreht werden, wird die Speise nicht richtig verarbeitet, es kommt zu Gärungsvorgängen im Darm und zu leichterer Unfälligkeit gegen die mikroskopischen Störer unserer Gesundheit. Wer sich ohne Freude am Essen zum Futter zwingt, darf sich nicht wundern, wenn ihm die Speise nicht bekommt. Wer mit Genuss isst, verdaut doppelt gründlich. So wird die appetitliche Anrichtung der Speisen zu einer hygienischen Notwendigkeit, die über die Förderung des Wohlgefallens hinaus sich als direkte Förderung der Gesundheit erweist.

Die Atmung als Verhütungs- und Heilmittel von Krankheiten.

Hauptsaache, um Krankheiten zu verhüten und zu heilen, ist es, die Atmung so zu halten, daß der Auswurf schädlicher Selbstgifte usw. als Krankheitsursache möglichst gefördert wird. Vor allem trachte man, zu diesem Zwecke beim Einatmen die Luft der Lunge und dem Blute möglichst rein zuzuführen. Wir müssen deshalb alle

Orte und Gelegenheiten meiden, wo viel giftige Kohlensäure in der Luft sich findet, welche die Blutlüftung oder die Ausscheidung der Kohlensäure aus dem Blute verhindert. Man merke hiebei den Spruch: „Der Mensch gehört nicht dahin, wo viele Haine sind!“ Man atme stets durch die Nase bei geschlossenem Mund, denn die Nasenhöhle mit ihren vielen Windungen ist so recht dazu angestan, Krankheitskeime zurückzuhalten; der Mund gehört zum Essen, nicht zum Atmen. Wenn man durch die Nase atmet, wird auch die Luft besser vorwärm, was sehr wichtig ist. Das Gähnen und Recken bedeutet Sauerstoffhunger, darum gähnt man auch morgens im Bett und streckt die Arme, weil man über Nacht zu viel lähmende Kohlensäure in den Säften anggesammelt hat.

Also man mache gegen Abend in freier Luft Gähnübungen ungefähr zehnmal nach einander, wobei man die Arme kräftig emporstreckt. Der Bureauarbeiter, aber auch andere Arbeiter, vergessen auf das richtige Atmen, sie sollten öfters ans offene Fenster treten und Tieftätigungen gebrauchen. Man legt dabei die beiden Hände auf das Hinterhaupt, tritt an das offene Fenster, macht eine starke Tieftätigung durch die Nase bei geschlossenem Mund und hält die Luft so lange zurück, bis man genügt ist, auszuatmen. Man kann hiebei in Gedanken aufwärts zählen, bis man eine gewisse Zahl erreicht hat, wo man ausatmen muß. Für alle, die in schlechter Luft zu leben genötigt sind, empfehlen sich noch weitere Anwendungen, wie Schulterheben und -senken, Schulter vor und zurück, Schulterkreisen, Armkreisen, Armheben mit Rumpfseitwärtsbewegen, Stabüberheben, Hantelkreisen in Armdurchwärtsstrecke usw. Das Asthma entsteht durch Kohlensäureüberschluß in den Säften, somit ist es eine Hauptsaache, das Blut rechtzeitig von

der Kohlensäure zu befreien. Dies versucht man durch stärkere Betätigung der Ausatmung zu erreichen.

Sehr wichtig ist das Schlafen bei offenem Fenster oder wenigstens so, daß man bei geöffnetem Türe oder Fenster des Nebenzimmers schläßt. Das Schlaizimmer soll im Winter etwas geheizt sein, damit die Lüftung durch die Mauer besser vor sich geht. Weiter muß auch die Zimmerluft eine gewisse Feuchtigkeit haben, weil in trockener Luft leicht Katarre entstehen.

Dr. med. Walser.

Büchertisch

Sprachenpflege. LE TRADUCTEUR, eine Zeitschrift in Deutsch und Französisch, beide Sprachen rein und richtig nebeneinander gestellt, wird überall dort willkommen sein, wo Vorleseministerien schon vorhanden sind, und das Bestreben besteht, sich in angenehmer Weise weiter zu unterrichten. Probeheft kostenslos durch den Verlag des TRADUCTEUR in La Chaux-de-Fonds (Schweiz).

Kinderheim St. Gallen

(Eigentum der Hülfsgesellschaft)

nimmt Kinder von den ersten Lebenstagen bis zu vier Jahren auf. Nach Maßgabe des Platzes finden auch stillende Mütter, sowie kranke und körperlich zurückgebliebene Kinder Aufnahme.

Mäßige Verpflegungspreise unter Rücksichtnahme der Verhältnisse.

Leitung: Dr. Hoffmann, Spezialarzt für Kinderkrankheiten; Oberschwiefer Marie Wilhelm.

Aufzunahme bei der Oberstweifer, Tempelauerstr. 58, Telephon 35.



Galactina

Vom 1. bis 3. Monat . . .

geben Sie dem Säugling Galactinaschleim: Haferkleim, Gerstenschleim oder Reisschleim. Die Galactina-Schleimextrakte enthalten alle wertvollen Stoffe des Kornes, zur Verdauung vorbereitet. Was unverdaulich ist, wird herausgeholt, damit der zarte Verdauungs-Apparat des Säuglings in keiner Art belastet wird. Die Galactina-Schleimextrakte sind die beste Ergänzungsnahrung zur Muttermilch, auch der beste Ersatz, wenn die Mutter dem Kind ihre Brust nicht geben kann. Sie werden mit Hafer beginnen, dann abwechselungsweise Gerste, Reis und wieder Hafer. Durch die Abwechslung schlägt die Nahrung besser an, das Kind hat mehr Appetit und gedeiht, dass es eine Freude ist.

Galactina-Haferschleim . . . Fr. 1.50
Galactina-Reisschleim . . . Fr. 1.50
Galactina-Gerstenschleim . . Fr. 1.50

Kindernahrung

macht gesund u. stark

Vom 4. Monat an . . .

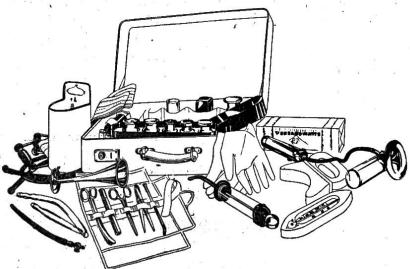
braucht der kleine Erdenbürger mehr, weil jetzt sein Mineraldepot aufgebraucht ist, das er bei der Geburt erhielt. Muttermilch allein vermag nicht mehr zu genügen. Nun geben Sie ihm das altebekannte Galactina-Kindermehl oder Galactina 2. Das erste enthält 50% reine, keimfreie Alpenmilch, nach Spezialverfahren pulverisiert. Dazu lebenswichtige Keimlinge des Vollkorns und wertvolle mineralische Aufbausalze. Also nicht nur eine gewöhnliche Mischung von Zwieback und Trockenmilch! Galactina 2 enthält neben Alpenmilch, Keimlingen und Nährsalzen noch Carotin, das reizloseste und doch wirksamste aller Gemüse. Es entspricht den modernsten Prinzipien der Säuglingsnahrung und gilt als die beste Übergangsnahrung von der Muttermilch- und Kindermehl-Periode zur Gemüsenahrung.

Galactina-Kindermehl . . . Fr. 2.—
Galactina 2 mit Gemüse . Fr. 2.—
(durch Rückvergütung billiger)



Im Frühling und Sommer aufpassen mit der Milch

Unser neuer
Hebammenkoffer
in Suitcase-Form



1915

aus bestem Rindleder, Elephant braun, 45 cm Länge,
 findet in Hebammenkreisen grossen Anklang.

Sein elegantes, hübsches Äusseres, die solide Qualität
 und seine praktische Inneneinteilung entsprechen allen
 Anforderungen der Neuzeit.

Der Inhalt kann nach Vorschrift oder praktischen
 Erfahrungen zusammengestellt und übersichtlich ein-
 geordnet werden.

**Alles, was die Hebammme für ihre Praxis braucht,
 ist auch bei uns zu billigsten Hebammenpreisen
 erhältlich.**

Hausmann
 SANITÄTS
 GESCHÄFT

St. Gallen — Zürich — Basel — Davos — St. Moritz



*zur Behandlung der Brüste im
 Wochenbett*

1916

verhütet, wenn bei Beginn des Stillens angewendet,
 das Wundwerden der Brustwarzen und die Brust-
 entzündung.

Umschädlich für das Kind!

Topf mit steriles Salbenstäbchen
 fr. 3.50 in allen Apotheken oder
 durch den Fabrikanten

Dr. B. Studer, Apotheker, Bern

Brustsalbe „Debes“



**Schweizerhaus
 Puder**

ist ein idealer, antiseptischer Kinderpuder, ein zuverlässiges Heilmittel gegen Wundliegen und Hautrötung 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.

1910

Hebammen erhalten auf Wunsch Gratisproben von der
 Chemischen Fabrik Schweizerhaus, Dr. Gubser-Knoch, Glarus.

Erfolgreich inseriert man
 in der „Schweizer Hebammme“

WORINGER



30 JAHRE LANG ...

von vielen angefeindet, versucht nun jeder, BERNA nachzuahmen. Endlich haben alle eingesehen, was die Aerzte und Hebammen schon lange sagten: eine Nahrung, die **absolut alles** bieten will, muss aus dem Vollkorn gezogen sein — es muss BERNA sein!



Berna
 SÄUGLINGSNÄHRUNG

Verienbedürftige Hebammen

finden bei einer Kollegin im Berner Oberland liebvolle Aufnahme.
 Offeren befördert unter Nr. 1932 die Expedition dieses Blattes.

Jüngere Hebamme

übernimmt Ferien-Ablösung in Spital oder Privat.

Offeren befördert unter Nr. 1927 die Expedition dieses Blattes.

Zu verkaufen:

Sehr gut erhaltene
 Hebammenausrüstung.
 Frau Späni-Dürlimann,
 Andwil (St. Gallen)

1933

Gewissenhafte Hebamme

übernimmt Ferien-Ablösung.

Offeren befördert unter Nr. 1928 die Expedition dieses Blattes.



Gegen Einsendung dieses Inseratenausschnittes

erhalten Hebammen eine Gratisdose der seit 35 Jahren bewährten

Zander's Kinderwundsalbe

Zander's Kinderwundsalbe mild gegen Wundliegen.

Versand: **Schwanenapotheke**
Zander, Baden. 1909

Dieser einfache

Anti-Varis

1920

Beutel

beseitigt Krampfadern, Nach konsequenter Tragen
 gehen auch die ange-
 schwollenen Adern wieder auf ihren gesunden
 natürlichen Zustand zurück.
 Ein Versuch überzeugt.

**Anti-
 Varis**

Preis Fr. 4.50
 Preis Fr. 4.50
 Preis Fr. 4.50
 Preis Fr. 4.50

Zur ges. Beachtung!

Bei Einsendung der neuen Adresse
 ist stets auch die alte Adresse mit
 der davor stehenden Nummer
 anzugeben. :: ::