

**Zeitschrift:** Penelope : Zeitschrift zur Belehrung u. Unterhaltung für das weibliche Geschlecht  
**Herausgeber:** E. Looser  
**Band:** - (1847)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Die erste Sorge für das Kind, seine Behandlung und Ernährung  
**Autor:** M.H.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-327205>

### **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:** 15.01.2026

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

8. Lieferung.

Febr. 1847.

# PHENELOPH

Beitschrift

zur

BELEHRUNG U. UNTERHALTUNG

für das

**weibliche Geschlecht.**

Heransgegeben von C. Looser und gedruckt bei A. Gyr in Langenthal.



## Die erste Sorge für das Kind, seine Behandlung und Ernährung.

(Eingefandt von Mad. S. in B.).

Des Weibes schönste, edelste und größte Bestimmung auf Erden ist — Mutter, d. h. nicht bloß Gebährerin und Ernährerin, sondern auch Pflegerin und Erzieherin des Kindes zu sein. Wie viele erkennen und beherzigen aber den Werth, die Größe und Wichtigkeit dieser unserer hohen Bestimmung zu wenig! Wie wenige vermögen unsere große Aufgabe in ihrem ganzen Umfange zu erfassen und zu lösen! — Es ist freilich wahr — das rechte Erziehen ist eben so schwierig als wichtig. Schon die erste Behandlung und Erziehung des Kindes erfordert der gewissenhaftesten Sorge, der ernstesten Aufmerksamkeit, des tiefsten Nachdenkens und der größten, jeder Hingebung und Aufopferung fähigen Liebe. —

Das Ergebniß eigenen Nachdenkens und eigener Erfahrung, wie die wichtigsten Lehren der besten Ärzte und Erzieher über dieses Kapitel — will nun eine Mutter hier ihren lieben Mitschwestern in möglichst einfachen und wenigen Zügen mittheilen, nicht in der Anmaßung, damit viel Neues aufs Tapet zu bringen, aber in der Hoffnung, das alte erprobte Gute zu befestigen, zu besserem Neuem anzuregen und manches eingerostete verkehrte Alte wo möglich zu verdrängen. Dies thut sie mit dem apostolischen Zurufe:

„Prüfet Alles und behaltet das Beste!“

Die Mutter soll vom ersten Augenblick der Empfängniß auf die freie Entwicklung des Kindes, das sie unter ihrem Herzen trägt, Rücksicht nehmen. Sie hat sich selbst vor allen physisch und moralisch schädlichen Eindrücken zu beschützen, sich selbst zu bewachen, zu schonen und vor allen Dingen sich so viel möglich vor leidenschaftlichen Zuständen zu hüten, so wie ihrer hohen Bestimmung jede sinnliche Neigung und jeden schädlichen Hang zum Opfer zu

bringen. Sie hat für den täglichen Genuß der freien, reinen, frischen Luft zu sorgen; sie soll sich angemessen, also ja nicht zu beengend kleiden; sie soll eine einfache, gesunde, hinreichende Nahrung erhalten, — mäßig sein im Essen und Trinken, Schlafen und Wachen, — behutsam hinsichtlich solcher Theile des Leibes, die gar leicht verletzt werden können, — vorsichtig, fröhlich gottesfürchtig und gottvertrauend. Sie hat sich besonders zu hüten vor heftigem Tanzen, vor starkem Gehen, Fahren, Lupsen (Heben), Tragen u. d. gl., — vor großen Kümmernissen, heftigem Zorn und Schrecken. Sie hat sich endlich zu hüten vor den so gewöhnlichen Frauen-Baafen-Räthen, vor dem Aderlassen, Lariren und Burgiren. Den Augenblick, wo sie Mutter werden soll, den Übergang vom größten Schmerz zur größten Freude, erwarte sie getrost, mit Hoffnung und Vertrauen. Sie wähle sich eine erfahrene, geschickte Hebamme, die nicht mit Riechmitteln ihr Zutrauen erobern will, — die bei der starken vollblütigen Frau keine hofmännischen Tropfen, keinen Lebensbalsam, Melissengeist u. d. gl. hixige Sachen anwendet, sondern ihr, bei einer allfälligen leichten Ohnmacht, höchstens ein paar Tropfen frisches Wasser ins Gesicht spritzt, oder Essig zum Riechen gibt. — Ist der schwere Kampf vorüber und der Sieg errungen, ist der junge Weltbürger zum Stolz und zur Freude seiner Eltern wohlorganisiert erschienen, — dann hat sich die junge Wöchnerin vor allen Dingen vor den vielen, leider immer noch so gewöhnlichen Mißbräuchen zu hüten, die ihr und ihrem zarten Wesen schaden können. So z. B. gibt man einem neugeborenen Kinde noch hie und da Rhabarber, Mannasaft, reizende Klystire u. d. gl., um, wie man sich ausdrückt, den Kindespech aus den Gedärmen zu entfernen; aber ein so fremdartiger Reiz kann für das Kind nicht anders als nachtheilig sein. Die Natur entfernt durch eigene Kraft, besonders durch die Muttermilch, diese Unreinigkeiten. Und warum will man denn so früh schon aus dem Menschen gleichsam eine lebendige Apotheke machen? — Zu den Vorurtheilen gehört ferner, daß man wähnt, man müsse dem Kinde gleich nach seiner Geburt die Zunge lösen. Das thut ebenfalls die Natur selbst; nur in seltenen Fällen muß ärztliche Kunst zu Hülfe kommen.

Eben so schädlich ist das gewaltsame Drücken des meist länglichen Kopfes der Neugeborenen, um denselben in eine schöne runde Form zu bringen. Man überlegt nicht, daß die schöpferische Natur demselben durch eigene Thätigkeit eine regelmäßige Gestalt zu geben vermag und daß durch das Drücken das zarte, breiartige Gehirn leicht Schaden leiden kann, so daß Blödsinn, Gedächtnißschwäche u. d. gl. die Folgen davon sein können.

Es ist ferner zu merken, daß Licht und Luft, so wohlthätig und unentbehrlich sie auch zum Gedeihen jedes organischen Wesens sind, nur allmählig auf das neugeborene Kind einwirken dürfen. Ein zweckmäßiges Dämmerlicht und eine lauwarme reine Luft sind Anfangs am naturgemähesten und zuträglichsten. Später, jedoch im Winter nicht vor der sechsten und im Sommer nicht vor der dritten Woche, soll kein Tag vorübergehen, ohne ihm den belebenden Genuß der frischen Luft verschafft zu haben. Das Licht lasse man mit Vorsicht auf das Auge wirken. Man lege das Kind nicht so, daß es in unnatürlicher Stellung oder mit Anstrengung die Augen gegen die Helle wenden müsse. Viele Menschen sind schon deswegen schielend geworden, weil man ihnen bei der Wiege das Licht meistens oberhalb des Kopfes hinstellte. — Ebenso vermeide man schon in den ersten Tagen und Wochen einen zu schnellen Wechsel des Lichts und der Temperatur. Was diesfalls selbst dem Erwachsenen schadet, muß natürlich dem schwachen, zarten, noch ganz unabgehärteten Wesen ungleich mehr schaden. —

Thöricht ist es, das zarte Kind gleich Anfangs, sogar im Winter, kalt zu baden. Allerdings soll und muß es oft gereinigt und gewaschen werden, aber zuerst mit lauem, später mit etwas kälterem und nur nach und nach mit kaltem Wasser. Wohlthätig wirkt, zumal beim erstarkten Säugling, das Baden im reinen Quellwasser, welches durch die Mittagssonne temperirt und erwärmt worden ist.

Nachtheilig ist das Taufen mit kaltem Wasser, namentlich im Winter, wenn die Entfernung von der Kirche groß ist. Man warte mit der Taufe ein paar Wochen zu oder nehme sie lieber in der Stube vor, nämlich da, wo es die kirchlichen Verordnungen nicht hindern.

Sehr unnatürlich und verwerflich ist das feste Einwickeln des Kindes in Tücher und Betten, weil es die freie Bewegung und das Wachsthum hindert, die Verdauung beeinträchtigt und den Lauf des Blutes hemmt.

Da indessen der zarte und biegsame Körper im Anfang allerdings einer Unterstützung bedarf, so mag eine leichte Umhüllung immerhin zweckmäßig sein. Man bekleide das Kind mit feiner, reiner Leinwand, darüber mit Flanell und umwicke dann den Leib ganz locker mit einer Binde, welche eine Hand breit und gestrickt sein muß. Die Arme müssen frei bleiben. Auch die Beine sollen einen Spielraum haben und bewegt werden können.

Sehr nachtheilig ist das zu starke Einhüllen des Kopfes, weil dadurch der bei Kindern ohnedies sehr starke Blutandrang zum Kopfe sehr befördert wird. Vollends schädlich ist das gänzliche Zudecken desselben z. B. während des Schlafes, weil es dadurch gezwungen wird, die schon eingeathmete Luft noch einmal einzuathmen und weil die Wärme sich dadurch zu sehr häuft. Man erhalte und befördere die natürliche Transpiration, steigere sie aber nicht zu sehr, noch vielweniger unterdrücke oder ersticke man sie.

Für die erste Nahrung des Kindes hat die Natur selbst gesorgt. Es findet sie an der Brust der eigenen Mutter. Heil ihm, wenn ihm diese von der Natur ihm selbst angewiesene Quelle nicht entzogen wird! — Eine Mutter, die ihre Kinder nicht selber säugen will, verdient ihren Ehrennamen nicht; sie gleicht einer Kuckucksmutter; sie handelt unnatürlicher und grausamer als die wildesten Thiere. Es ist ihre heiligste Pflicht, ihr Kind an der eigenen Brust zu nähren oder zu stillen.

Indessen gibt es Fälle, wo das Selbststillen nicht möglich, oder weder für die Mutter, noch für das Kind heilsam ist. Solche Fälle sind vor allen Dingen, wenn die Mutter gar zu schwach oder wohl gar krank ist. Dann darf das Selbststillen schon um der Selbsterhaltung und auch des Kindes wegen nicht Statt finden. Auch ist es diesem schädlich, wenn Kummer, Furcht, Sorge oder irgend welche Leidenschaften auf das Gemüth der Mutter einströmen. — Diese muß vor Allem — Gemüthsruhe und eine gute Diät beobachten, und dazu mitzuwirken und dafür mitzusorgen, ist des Ehemanns, ist des Vaters, heilige Pflicht, eine Pflicht, die leider aus Unverstand oder Rohheit und Leidenschaftlichkeit nur zu häufig außer Acht gelassen wird. — Sie muß zur bestimmten Zeit hinlänglich essen und alle stark gewürzten, gesalzenen und geräucherten, blähenden, fetten und sauern Speisen, so wie alle erhitzen, spirituösen, sauren und scharfen Getränke vermeiden. Je einfacher die Speisen und Getränke, desto besser.

Wenn die Mutter wegen Kränklichkeit und ähnlicher Umstände ihr Kind nicht selber stillen kann, dann ist für eine Säugamme zu sorgen. Diese darf aber weder zu jung, noch zu alt sein, nicht über 35, aber auch nicht unter 20 Jahre haben. Das beste Alter ist zwischen den 20 bis 25 Jahren. Zu dieser Zeit steht das Weib in der größten Blüthe und Kraft. Sie darf ferner nicht zu oft geboren haben oder lange vor der Mutter entbunden worden sein und gestillt haben. Am besten ist es, wenn sie etwa 4 bis 6 Wochen vor dieser nieder gekommen ist. — Sie darf ferner nicht kränklich sein, keinen übelriechenden Athem, keine stark schwitzenden Hände und Füße, keine Hautausschläge haben u. d. gl. Sie soll einen geraden Wuchs, keinerlei körperliche Gebrechen und keine fehlerhafte Sinne besitzen. Ihre ganze Leibesbeschaffenheit muß das Gepräge einer gesunden, kräftigen Person in sich tragen. — Sie muß endlich nicht zornmüthig, nicht leidenschaftlich, nicht unreinlich, nicht lügenhaft und überhaupt nicht unsittlich sein. Ist man so glücklich, eine solche, körperlich und geistig gesunde Amme gefunden zu haben, so trage man Sorge für ihre Erhaltung, versehe sie mit hinlänglicher, zweckmäßiger Nahrung, bewahre sie vor Schrecken und jeder heftigen Gemüthserschütterung, — schließe sie nicht immer

in die Kinderstube ein, verschaffe ihr kleine, leichte Arbeiten und öftere Bewegung in freier, reiner Luft.

Das Säugen geschehe nicht, wie es in der Regel der Fall ist, wenn das Kind schreit, sondern so viel möglich nach einer bestimmten Ordnung und nicht öfter als alle zwei oder drei Stunden. Auch reiche man dem Kinde, ohne die dringendste Nothwendigkeit, die Brust nicht zur Nachtzeit, damit dadurch der, ihm und der Mutter gleich nothwendige und heilsame Schlaf nicht gestört werde. Eben so wenig lasse man das Kind im Schlafe fortsaugen, damit es nicht den Magen überlade oder die Milch unverschluckt im Munde behalte, wodurch sie säuerlich wird, Schwämmchen erzeugt und nicht selten Schmerzen in den Eingeweiden verursacht.

„Aber“, wird man einwenden, „wie anders kann man denn ein Kind zur Ruhe bringen, als durch das Stillen? Etwa durch Wiegen oder mit dem Zulp?“

Ei bewahre! Das Wiegen ist nicht absolut nothwendig, ja öfteres ganz schädlich, und was den Zulp (Küller, Lüttcher, Lutschg) betrifft — fort mit ihm! Er ist nicht nur überflüssig, sondern wohl gar verderblich. —

Gegen ein mäßiges Wiegen habe ich im Grunde nichts einzuwenden; es scheint mir für die erste Lebensperiode vielmehr die unschuldigste und zweckmäßigste Bewegung zu sein; aber ein heftiges Wiegen muß durchaus schaden, es kann die Nerven schwächen, das zarte, noch schwach beschützte Gehirn auf eine nachtheilige Weise zu sehr erschüttern und leicht den Kopf verlegen. Ueberhaupt sollen alle Bewegungen, die man mit dem Kinde vornimmt, sanft und mäßig sein. —

Der Zulp ist durchaus zu verwerfen. — Wird er mit Brod versüßt, so wird er leicht sauer; nimmt man allerlei Süßigkeiten, so verderben sie den Magen und später die Zähne. In den meisten Fällen verursacht der Zulp auch ein großes Maul.

Eine eckelhafte Gewohnheit ist es, dem Kinde, wenn es schreit, den Finger in den Mund zu stecken. Es gewöhnt sich dadurch so sehr an das Fingersaugen, daß es am Ende seine eigene Finger, Halskragen und d. gl. in den Mund steckt und diese Gewohnheit Jahre lang beibehält.

„Aber was soll denn gegen das so gewöhnliche Schreien der Kinder geschehen?“ wird man nochmals fragen.

Ich erwiedere darauf folgendes: Das Schreien der Kinder ist allerdings gewöhnlich; es ist aber auch natürlich, nothwendig und heilsam. Dies — weil es den Blutumlauf, die gleichförmige Vertheilung der Säfte und die Verdauung befördert. Sobald ein Kind das Licht der Welt erblickt, so schreit es, und wir schließen nichts weiter daraus, als daß es lebt. Eben so sollten wir es in der Folge machen, wenn ein Kind schreit. Die Mutter pflege das Kind nur sorgfältig und gehörig, dann wird das Schreien innert seinen Schranken bleiben. Sie gebe dem Kinde zu rechter Zeit und gehörig die zweckmäßige Nahrung, sie ändere das Kindzeug mit reinem frischem, sobald es beschmutzt ist; sie lasse den Säugling nur nicht in der Kasse liegen; sie halte ihn in gehöriger Wärme, weder am Ofen noch am Fenster, in einer solchen Wärme, daß die Erwachsenen eher etwas Wärme, als Kälte verspüren, nicht aber hizen und schwitzen: sie lasse in Stube und Kammer öfters frische Luft ein, aber mit Vorsicht, sie lege das Kind schlafen, sobald die Zeit vorhanden ist. Ein großer Fehler ist es, wenn man den Kindern um ihres Schreiens willen sogleich alle Wünsche gewährt. Dadurch werden sie gewöhnt, noch in spätern Jahren Alles mit Schreien zu erzwingen. —

Um auf die Ernährung des Kindes zurückzukommen, so bemerke ich, daß unter ganz gehörigen Umständen, bei völliger Kraft und Gesundheit der Mutter im Anfang die Muttermilch allein ganz hinreichend und zweckmäßig ist. — Ist diese aber nicht genügend vorhanden, dann muß allerdings eine Ergänzung stattfinden und später jedenfalls. Diese Ergänzung kann zunächst aus frischer lauwarmen Kuh- oder Ziegenmilch bestehen, allenfalls mit etwas Wasser und Zucker vermischt. Später können festere, nahrhafte, doch leicht verdauliche Nahrungsmittel



gereicht werden; als Sago, Gries, Fleischbrühe gekocht mit Eigelb und d. gl. Man vermeide zähe, mehlig, fettige Breie, Mehlbrei (Pappe), trockne Semmel, Kuchen, Backwerk, Fleisch, Wein, Bier, Schokolade, Kaffee und d. gl. — Gemüse, Obst, saure Nahrungsmittel und Fleischspeisen dürfen die Kinder nicht eher genießen, bis sie Zähne haben. Die Natur gibt auch hierin einen Wink: erst mit dem Eintreten der Zähne dürfen und können Kinder feste Speisen genießen.

Man Sorge ferner dafür, daß die Kinder nicht auf einmal zu viel genießen, lasse sie lieber öfter, aber mäßig essen. Das Maß der ihnen darzureichenden Nahrungsmittel muß ihren Verdauungs- und Aneignungskraften angemessen sein und dahin beschränkt werden, daß sie nicht mehr genießen, als zum Wachsthum nöthig ist. Man bedenke, daß der Magen eines Kindleins ein — Mäglein ist und nicht zu einem Malter sack erweitert werden soll. Dickbäuche und Vielfraße werden nicht geboren, wohl aber — erzogen. — Es ist unnatürlich und verderblich, die Kinder zu überfüttern und sie wie Mastgänse mit Speisen vollzustopfen. O wie oft wird hierin gesündigt! Wie viel Mißbrauch wird insbesondere mit dem Mehlbrei (der Pappe, dem Milchmüßlein) gemacht! Will und muß man dem Kind Müßlein geben, so bereite man es nur nicht, wie so gewöhnlich, aus Milch und Mehl, sondern man reiche ihm lieber ein Brodmüßlein. Dazu weiche man Schild oder Wasserringe, d. i. eine Art Brezel, mit Einem Wort, stark aufgegangenes Brod in frischer Milch oder schwacher Fleischbrühe auf. Man kann auch statt Milch und Fleischbrühe baares Wasser benutzen. In diesem Fall muß das Müßlein in Schmalz oder Flösbutter etwas gekocht sein. Aber man muß es ihnen nicht vorkauen (münzeln), weil der Speichel der gesündesten Menschen in der Regel übelriechend und scharf ist. Die Kinder besitzen einen eigenen Speichel, der besser taugt. —

Wer aus herkömmlicher Gewohnheit oder aus Vorurtheilen von den so gewöhnlichen, verstopfenden Milchmüßlein nicht ablassen kann, Sorge wenigstens dafür, daß das Mehl in der Milch lange gekocht werde.

Wem die Gesundheit und das Leben des Kindes lieb ist, wache in den ersten Lebensjahren überhaupt über die Lebensordnung desselben, — bewahre es vor Überfluß, gewöhne es an Mäßigkeit und halte Lasterbissen, Naschwerk u. d. gl. von ihm zurück.

Was das Entwöhnen des Kindes betrifft, so muß man nicht zu schnell damit verfahren; es muß allmählig geschehen; man reiche ihm immer weniger und seltener die Brust. Eine plötzliche Entziehung derselben würde nicht nur die Kräfte des Kindes schwächen, sondern dürfte auch der Mutter Verhärtungen in der Brust zuziehen. — Mit den Zähnen, welche in der Regel nach dem dritten Vierteljahr erscheinen, soll das Kind kauen und nicht mehr saugen. Da ist denn vielleicht eine Art Zusp als Übergang vom Sagen zum Kauen am rechten Ort; nämlich ein weder zu kleines noch zu großes Stück etwas festes, nicht zu stark gesalzenes, getrocknetes, rauhes Fleisch.

So viel, oder auch so wenig, für diesmal über die erste Sorge für das Kind und dessen erste Behandlung und Ernährung, nochmals mit dem apostolischen Zurufe:

„Prüfet Alles und behaltet das Beste!“

Das nächste Mal vielleicht zur Fortsetzung wieder etwas Ähnliches  
von

einer erfahrenen Mutter.

## Der Kaffee.

(Eingefandt von einer „Kaffeeschwester.“)

Kaffeeken, Kaffeeken, du himmlischer Trank!  
Dir weihe ich jezo mein schönster Gesang!  
Dein wallendes Feuer, das Nerven durchglüht  
Durchwalle, durchglühe, begeist're mein Lied!