

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 36 (1960-1961)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Säuglingspflege unorthodox  
**Autor:** Heim-Aebli, Küngolt  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1074174>

#### 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:** 14.01.2026

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

## SÄUGLINGSPFLEGE UNORTHODOX

Von Künigolt Heim-Aebli

Je mehr Kinder man aufzieht, um so weniger vorbildlich wird man. In dem Maß, wie die Erfahrung zunimmt, nimmt die Eignung zur Ratgeberin ab. Denn längst ist der Hang zu Versuchen vergangen, nichts weiß man mehr zu berichten über neue Öle oder neue Müesli; so wie die diversen Fläschchen im Badezimmer verschwunden sind, so sind auch die ausgeklügelten Pflegemethoden des Säuglingskurses, mit denen der Erstgeborene noch aufgepäppelt wurde, verblaßt. Nur das Gerüst ist noch geblieben, das Altbewährte, das Unumgängliche, das Minimum, zu dem selbst abgebrühte Sechskinder-Mütter sich verpflichtet fühlen.

Und wenn ich Ihnen nun dieses Gerüst beschreibe, so eben darum, weil es – ein Gerüst ist. Es soll den Unterbau bilden, auf dem alle, die noch Freude und Lust zu Versuchen haben, freudig drauflos pröbeln und päppeln können. Und es soll, wenn manchmal das Pröbeln mißrät (das kann mitunter gar nicht anders sein), den Trost liefern, daß mit der Zeit und der Erfahrung die Kinderpflege ganz von selber ins Lot kommt. Meine eigenen Erfahrungen möchte ich Ihnen nicht anempfehlen; Erfahrungen müssen immer selber wachsen. Es genügt aber, in einer deprimierten Stunde zu wissen, daß der richtige Instinkt in jeder von uns Müttern drinsitzt; und es tröstet, wenn man hört, daß er sich mit der Zeit ohne Forcierung immer sicherer und richtiger ausbildet.

### *Einfache Ernährung*

Eines Tages stellt man verblüfft fest, daß man eigentlich gar nicht «modern» vorgeht. Es gab einen Zeitpunkt, wo ich erkannte, daß ich meine eigenen Kinder fast genau so ernährte,

wie ich selber als Säugling ernährt worden war. Ich glaube, das war der Punkt, wo mein Instinkt fertig ausgebildet war: ich hatte den allgemein gültigen und immer richtigen Weg gefunden.

Unsere Kinder werden sehr einfach ernährt. Nicht zwar, daß ich die neuzeitlichen passierten Gemüschen in Döschen, die fertig gekochten Schleime und Breie nicht schätzte (ich brauchte alle, die mir als Muster zugesandt wurden, mit Vergnügen auf), aber eine Mutter fängt vom dritten Kind an zu sparen. So kochen und passieren wir die Karotten eben selber (Spinat und Blumenkohl gibt es der Verdauung wegen nur ab und zu), fügen etwas Kartoffeln und nußgroß Butter dazu, und das Mittagessen, bereichert durch eine Banane oder einen geraffelten Apfel, ist schon fertig. Wenn ich es nicht vergesse, so gibt's zweimal pro Woche ein Eigelb, aber die vielgerühmte rohe Leber, das muß ich gestehen, die unterdrücke ich. Nachmittags begeht unsere neunmonatige Jüngste nur Früchte, wenn's heiß ist noch einen Orangensaft, und um vier Uhr kaut sie seelenvergnügt an einer Brotkrume. Abends um sechs Uhr verspeist sie mit großem Appetit das obligate Mus aus Grieß oder Maizena, wozu wir ihr Zitronensaft geben (vitaminreicher als Orangensaft und ungefährlicher für die Verdauung). Morgens hat sie keinen Schoppen, sie hat ihn schon vor einem Monat mit Abscheu verschmäht; wir geben ihr dafür einen Milchmehl-Brei aus vorgekochtem Weizenmehl (diesmal vorgekocht, denn wer hätte neben den fünf andern Kindern und dem Vater, die ihr Morgenessen haben müssen, zu mehr Zeit? Schon aber fängt sie an, beim Porridge der Großen mitzuhalten). Es ist selbstverständlich, daß auf diese Weise ernährte Kinder nicht besonders dick werden, ja, ich glaube, unsere sind nur halb so groß wie die durchschnittlichformatigen Kinder. Sie gehen aber früh, sind gesund und zäh, und marschieren mit zwei Jahren schon acht Kilometer weit – was braucht es mehr?

### *Körperpflege und Bekleidung*

Ich habe keine Angst vor der Langeweile. Deshalb befolge ich den gleichförmigen Plan nicht nur in der Ernährung, sondern auch in der Körperpflege. Wir brauchen sehr wenig Dinge

dazu: etwas Mandelöl, ein wenig Borsalbe, Watte, Puder und Ströme von Wasser. Allerdings haben mich meine beiden letzten mit ihrer überempfindlichen Haut gezwungen, mehr Sorgfalt zu verwenden: so mußten wir zu Kleie fürs Bad greifen, eine Zeitlang sogar zu Pelsano-Zusatz, und wir haben Mandelölsalbe machen lassen, um den Mädchen mit den rötlichen Haaren ihr weißes Häutchen zu schützen.

Ebenso einfach ist unsere Bekleidung: vom ersten Tag an stecke ich die Säuglinge in Hosen, leichte wollene oder noch lieber solche aus Flanell, die man sieden kann. Dazu gehört ein leichtes Baumwoll-Leibchen und ein dünnes wollenes Pulloverchen (Schlüttli liebe ich nicht), die jeden Tag gewechselt werden. Wir waschen sie stets sofort aus, so daß wir mit einem kleinen Vorrat auskommen, und befolgen im übrigen die Regel, den Kindern fast eher zu wenig als zu viel anzuziehen. Und was die Windeln betrifft: in der Regel wickeln wir in Windeln, wie man es schon vor zwanzig Jahren tat, brühen sie abends mit Seifenwasser und spülen sie morgens rasch aus. Mit den üblichen Papierwindeln machte ich früher keine besonders guten Erfahrungen. Heute aber gibt es die sogenannten «Schwedenwindeln», es sind zeitsparende Wegwerfwindeln (das Windelwaschen erübrigt sich, also besonders empfehlenswert für die mit Arbeit überlastete, junge Mutter), bei deren Verwendung die Haut des Säuglings nicht mit Zellstoff, sondern mit einer zarten Baumwollsicht in Berührung kommt, so daß Wundsein und Rötung ausgeschlossen sind. Und ein weiterer Vorteil: Man steckt sie in speziell dafür geschaffene Höschen aus Plastik, die kochfest sind.

Im allgemeinen ist mir das Windelnproblem deshalb kein großes Problem, weil unsere Kinder alle recht früh reinlich sind. Ich habe mir damit keine Lorbeer verdient, denn ich habe mir auf diesem Gebiet recht wenig Mühe gegeben – zu einem großen Teil ist das wohl Veranlagung. Deshalb bin ich keine Anhängerin von allzu früher Töpfchen-Gewöhnung, sondern ich pflege sie erst, wenn sie richtig allein sitzen können (Alter: neun bis elf Monate). Dann allerdings tun wir es sehr genau, alle Stunden einmal, was mir in dieser Zeit immer das äußerst unangenehme Gefühl gibt, mit der Stoppuhr in der Hand zu leben. Nach einem halben Jahr pflegen sie sich dann meistens von selber zu melden, und bald darauf

war wenigstens die vorbildliche Hälfte der Kinderschar schon Tag und Nacht trocken. Die übrige Hälfte allerdings brauchte nachts fast drei Jahre, bis sie es verstanden. Ich glaube aber, daß das Reinlichkeitsproblem vor allem auf der psychologischen Ebene gelöst wird, und habe mir deshalb weder ernährungsmäßig (abends gibt's Kompott oder Suppe und Milch, ungeachtet des Flüssigkeitsgehaltes), noch mit nächtlichem Aufnehmen (das mir für Eltern und Kind eine Tortur scheint, außer das Kind rufe von selber) je den Kopf darüber zerbrochen. Ich habe nur eines mit Betonung getan: mich mit aller Kraft bemüht, der Sache keine allzu große Wichtigkeit beizumessen! Reinlich zu sein sollte selbstverständlich sein, und also soll man dieses Erziehungs-Problem auch als selbstverständlich behandeln. Gewiß habe ich nie mit Lob gegeizt, wenn die sehr Kleinen sich darin vorbildlich benahmen, habe aber mit heftigem Tadel zurückgehalten, wenn sie im Eifer des Spielens oder in der Nacht dagegen verstießen. Man präge dem Kind unmerklich ein, daß das von selbst kommt, und es wird es glauben und darnach tun. Macht man aber eine große Sache daraus, so kommt manch intelligentes Kind auf die Idee, man könne der Mutter, der das so wichtig sei, darin eigentlich einen Tort antun. Oder es gerät, wenn es allzu peinlich sich bemüht, folgsam zu sein, unter einen ungesunden Zwang.

### *Natürliche Lebensweise*

Immer wieder habe ich konstatiert, daß das erste Jahr des Kindes eigentlich in drei Teile zerfällt: in einen ersten von etwa drei Monaten, wo behutsam auf Ruhe und Wohlbefinden des Säuglings geachtet werden muß, und wo bei den unsrigen (und ich glaube nicht nur bei ihnen) vor allem das Luftschlucken und Aufstoßen nach dem Trinken eine äußerst wichtige und zeitraubende Rolle spielen; einen zweiten Teil, der aus lauter Wohlbehagen besteht, das Kind fast nie schreit, stundenlang allein und wach und vergnügt ist; und einen dritten, der durch die erwachende Persönlichkeit des Kindes bereits recht anspruchsvoll und oft sogar mühsam ist. Gerade jetzt habe ich ein solches Wesen zu hüten, ein geistig schon recht regsgesames Kind, das sich oft ob seiner noch körperlichen Unzulänglichkeit maßlos ärgert. Manchmal langweilt es sich,



# Das neue FAB tut meiner Wäsche gut

...und ist so nützlich und unentbehrlich!

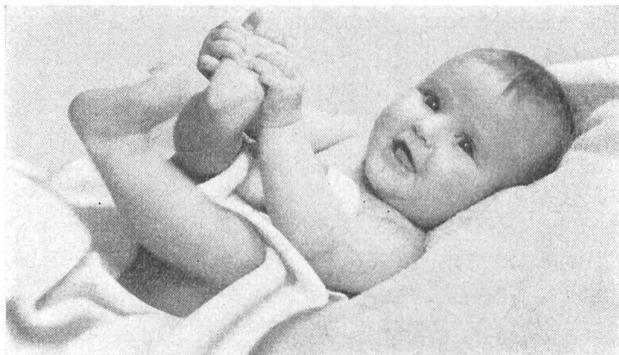
Grosse Wäsche, Wochenwäsche,  
weiss oder bunt...

FAB erleichtert die Plage mit all  
diesen Wäschepflichten!

Zum Beispiel Windeln



Und Baby sieht man an, wie gut ihm solche Pflege tut!



Denn Windeln bleiben weich und geschmeidig, weil FAB das natürliche Fett der Stofffasern schützt! Und gibt es etwas Angenehmeres und Wichtigeres für Babys Wohlbehagen als mollig weiche, duftend frische Windeln?

Das neue FAB

macht weisse Wäsche leuchtend weiss  
macht bunte Wäsche leuchtend bunt  
macht alle Wäsche leuchtend sauber



Geprüft und empfohlen vom  
Schweiz. Institut für Hauswirtschaft



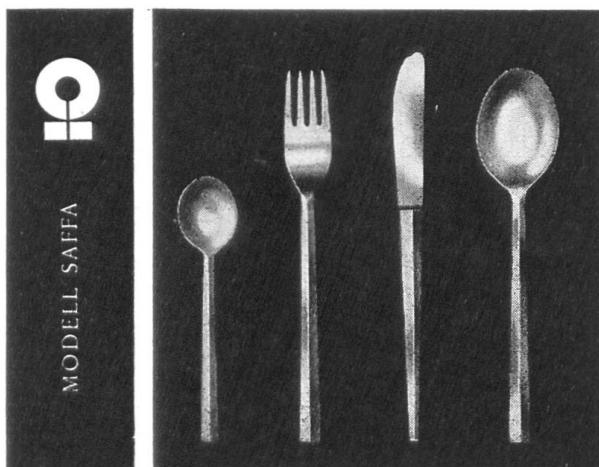
...und alles duftet wie sonne- und windgetrocknet!

manchmal verstrupft es fast, weil es noch nicht allein aufstehen kann, es ist unzufrieden mit dem Laufgitter und unzufrieden mit der Stille im Kinderzimmer, und da kann das Geschöpfchen, das bisher kaum je geweint hat, eine ganze Stunde lang ergiebig brüllen.

Es wird niemanden erstaunen, daß meine unorthodoxe Erziehungsweise auch in dieser Beziehung unorthodox ist. Bei uns kann niemand einen Säugling brüllen hören, vor allem den Brüdern des Säuglings drückt es das Herz ab, was zur Folge hat, daß die Kleinste in ihren schwierigen Stunden ständig in den Armen und den schmutzigen Fingern eines ihrer Schulbuben-Brüder steckt. Zufällige Gäste, die solches erblicken, schaudert das sichtlich, Großmütter sind dagegen, Babysitters verbieten es ganz einfach, und doch weiß ich eigentlich nicht recht, warum? Gewiß, die Buben könnten es fallen lassen, und natürlich sind sie unsauber – auch nach vorhergegangener Waschkur, und selbstverständlich wird die Kleine damit verwöhnt. Mit Schmutz kommt aber ein jedes Kind früher oder später in Berührung, und verwöhnt sollte – das ist wenigstens meine ketzerische Meinung – jedes Kind hin und wieder werden. Wenn es der Großvater darf, warum dann nicht auch der älteste Bruder? Er nennt sich «Kinderminister», schabt ihr Äpfel und zerdrückt Bananen, befreit sie von den nassen Windeln und putzt ihr das Näschen. Und mir scheint immer, keines unserer vorhergehenden Kinder hätte schon derart früh eine intensive Beziehung zur Umwelt gehabt, so früh schon Schalk und Witz gezeigt, Spaß verstanden und Unterhaltung geschätzt wie dieses Jüngste, das von Anbeginn an in regem Verkehr mit seinen Geschwistern stand.

Es ist nicht zu leugnen, daß bei uns ein Säugling nicht so sehr als Säugling, sondern vielmehr einfach als kleines Kind behandelt wird. Natürlich schaue auch ich in den ersten paar Monaten auf Ruhe des Kindes, doch bald darnach verwischen sich die Grenzen, man läßt vieles durch und tut vieles nicht, was peinlich säuberliche und pflichtbewußte Mütter eben tun. Das kommt einmal von der etwas légeren Routine der kinderreichen Mütter her, die instinkтив ahnen, bis wohin sie mit ihrer légèreté gehen dürfen. Es ist aber nicht nur Lässigkeit. Es ist ebenso sehr die Überlegung: warum soll dieses Kind in seinem ersten Jahr behandelt werden, als wäre es in einer Klinik? Gesundheitlich läßt sich das ja kaum rechtfertigen, seelisch aber gewiß schon gar nicht. Warum soll dieses arme Kind nur haben und bekommen, was gesund, nützlich, bekömmlich und förderlich ist? Schließlich bemüht man sich bei seinen andern Kindern auch um eine Mischung von Erlaubtem und Unbekömmlichem (nicht nur Spinat, sondern auch Zuckerzeug), von Pflichten und Vergnügen, wie kann man da darauf bestehen, daß das erste Jahr des kleinen Erdenbürgers tadel- und makellos sein muß?

Deshalb gebe ich meinen Säuglingen zu essen, wann sie wollen (meist wollen sie es nämlich zu ganz vernünftigen Zeiten), ich hebe sie auf, wenn sie schreien (denn meist haben sie einen Grund), manchmal verwöhne ich sie und manchmal vernachlässige ich sie (dann nämlich, wenn sie das eine oder das andere wollen). Seit ich so handle, habe ich viel mehr Vergnügen an meinen Babies, und diese hingewiederum genießen ihr erstes Erdenjahr offensichtlich viel mehr als dies einst ihre ältesten Geschwister taten.



## EIN NEUES **SOIA** BESTECK

von bestechender Reinheit in Linie und Form  
100 Gr. Hartglanz-versilbert

Auszeichnungen 1. Preis im Entwurfs-Wettbewerb  
für das SAFFA-BESTECK  
und «Die Gute Form 1958»

ERHÄLTLICH IN DEN FACHGESCHÄFTEN



Welche  
hat  
recht?

Ich bin für Roco Ravioli  
mit Tomatensauce (in der grünen Dose).

Nicht von ungefähr die meist verlangten Ravioli in der Schweiz: typisch italienisch im Teig, in der Fleischfüllung und in der fixfertigen Tomatensauce. Ideal, um rasch etwas Besonderes aufzutischen!

Und ich bin für die neuen  
Roco Raviolinature (in der weissen Dose).

Der Teig – richtig al dente – und die Füllung sind echte Roco Qualität. Zutaten und Sauce kann ich selber wählen. Wenn's pressiert, genügen Reibkäse und reichlich braune Butter (Kochzeit 2 Minuten!).

# Roco Ravioli

seit 25 Jahren die meist gekauften!



**GRATIS**

**„Kleines Kochbuch für Ravioli-Freunde und Ravioli-Feinde“**

Die besten Rezepte aus dem Roco Ravioli-Wettbewerb — neu, vielseitig, originell. 20 Seiten mit grossen Farbfotos. Wenn Sie noch keines erhalten haben, so füllen Sie bitte diesen Coupon aus.

In offenem Couvert mit 5 Rp. frankiert an Roco Rorschach senden

Name:

Strasse:

Ort:

Sch

# Kinderstimmen – urecht, unverlierbar festgehalten dank EMITAPE

EMITAPE, die Vertrauensmarke von His Master's Voice,  
Columbia, British-Broadcasting-Corporation u.a.

EMITAPE-Tonbänder für jeden Zweck und für  
jedes Tonbandgerät sind im guten Fachgeschäft erhältlich.



Star der Tonbänder Tonband der Stars

**EmiTape**

Sehr preiswert und von höchstem  
Tonwert. Schont Tonköpfe, streckt  
sich nicht, wellt und quirlt nicht.  
Generalvertretung für die Schweiz:  
Werder & Schmid AG., Lenzburg

