

**Zeitschrift:** Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 3 (1931-1932)

**Heft:** 11-12

  

**Artikel:** Mein Kind ist immer noch nicht sauber! : Ein Notschrei

**Autor:** Lange, Hanna

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-968660>

### **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:** 19.02.2026

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



## Mein Kind ist immer noch nicht sauber!

### Ein Notschrei.

Wenn ein Kindchen  $1\frac{1}{4}$  —  $1\frac{1}{2}$  Jahr alt geworden ist und es macht in der Stille der Nacht immer noch sein Bettchen naß, dann glauben manche Mütter diesen Klageruf ausstoßen zu müssen. Ich muß gestehen, wenn im Kreise der Mütter ein solches Thema besprochen wurde, habe ich stillgeschwiegen, um nicht zu verraten, daß meine Tochter mit... 2 Jahren noch nicht sauber war. Wenigstens nächtlicherweise nicht. Tagsüber konnte ich mich überall mit ihr sehen lassen. Aber am Morgen nach zwölfstündiger Nachtruhe — da war das Bettchen naß, und ich habe sogar den Mut, zu sagen, daß ich darin keinen Anlaß zur Aufregung fand und mich mit der Tatsache abfand, dass es eben Windeln zu waschen gab.

Man wird mir glauben, dass es keine Gleichgültigkeit war, die mich veranlaßte, so nachsichtig zu sein. Wenn ein Kind frühzeitig sauber ist, so hat die Aufmerksamkeit und Energie der Mutter den größten Anteil an dem Verdienst. Daran hätte es bei mir nicht gefehlt. Es waren andere Gründe, die mich veranlaßten, ein Auge zuzudrücken.

Die Erziehung zur nächtlichen Sauberkeit macht es notwendig, am Abend gegen 10 Uhr und des Morgens recht früh das Kind aus dem Schlaf zu nehmen und auf das Töpfchen zu setzen. Mütter sagten mir, daß nur während der ersten Male das Kind bei dem Aufnehmen wirklich wach würde. Bald gewöhne es sich daran und erledige das Geschäftchen im Schlafe. Bei den Kindern dieser Mütter mag das ja zutreffen, bei meinem Kind jedenfalls nicht. Am Abend ging es noch mit dem Wiedereinschlafen, weil es dunkel war, und unser Kleines, ein lebhaftes Kind, plauderte nur kurze Zeit noch mit sich selbst und schlief dann wieder ein. Nach dem Aufnehmen am Morgen gegen 5 —  $5\frac{1}{2}$  Uhr ist dagegen das Einschlafen niemals geglückt. Unser Kind ermunterte sich sehr schnell und wollte bald aufgenommen werden.

Nun ist unser Mädel gesund und kräftig, aber dennoch befürchtete ich, daß der zweimal unterbrochene Schlaf und vor allen Dingen das nicht richtige Ausschlafen auf die Dauer nachteilige Folgen haben könnte. Auf einen Versuch wollte ich es nicht an-

---

Was ist das für eine Entspannung aus der Alltagsarbeit, wenn man in den herrlichen Wintergefilten mit ihren vielen Farben-Schattierungen Herz, Lunge und Nerven kräftigt! (A. Glucker)



kommen lassen. Es kam noch hinzu, daß das Herausnehmen des Abends gegen 10 Uhr oft noch erfolglos war, und so war das das erste, was ich aufgab. Dann faßte ich den Entschluss, auf jeden Fall auch am Morgen das Kind ausschlafen zu lassen, denn wichtiger als frühzeitige Sauberkeit erscheint mir doch der gesunde, ununterbrochene Schlaf mit den Segnungen, die er mit sich bringt. An dem Kopfschütteln meiner Bekannten habe ich mich nicht gestört, denn schließlich muß jedes Kind auf seine besondere Art gepflegt werden.

Jedenfalls möchte ich allen Müttern raten, die ein zartes, empfindliches Kind haben, nicht allzu eifrig auf frühzeitige Sauberkeit hinarbeiten, ein gesunder Schlaf bringt Gesundheit und Frische. Wund ist deswegen mein Kind nie gewesen. Milch oder andere Flüssigkeiten habe ich ihm zwei Stunden vor dem Schlafengehen nicht mehr gegeben.

Und sauber ist es auch geworden, und ich möchte sagen, ganz von selbst ist es geschehen. Eines Morgens rief mich meine Kleine, strampelte sich nackt und rief vergnügt: saubere Heia! Ich hatte nämlich schon seit langer Zeit jeden Morgen, wenn ich an ihr Bettchen trat, gefragt: „Haben wir denn auch eine saubere Heia?“ um ihr klar zu machen, was ich mit der Zeit von ihr erwartete. Nach dem gebührenden Bewundern, der Belohnung durch ein Blätzchen und dem Versprechen, das große Ereignis auch dem Papa zu melden, ist ihr Sauberkeit von da ab Ehrensache geworden. *Hanna Lange.*

---

### Schädliches Gemüsebrühwasser.

Um verschiedene eingegangene Fragen auf einmal beantworten zu können, lassen wir nachfolgend eine treffende Antwort erscheinen. Sie stammt aus dem Juniheft 1931 der Monatsschrift „Das Reformhaus“ und wurde von Dr. Ragnar Berg verfaßt.

Prof. Rost hat Mitteilungen über Versuche veröffentlicht, die auch in der Tagespresse erschienen sind, wonach die gewöhnlich als Düngemittel gebrauchten Kalisalze bei Versuchstieren eigenartige Erkrankungen hervorgerufen haben sollen. Er zieht daraus den Schluß, daß die leicht löslichen Salze in den Pflanzen lebensgefährlich wirken müssen, weshalb man die Gemüse abbrühen solle. Herr Prof. Rost ist leider auf dem Gebiet der Ernährungsversuche anscheinend Laie, sonst hätte er wissen müssen, daß die von ihm