Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 30 (1973)
Heft: 1

Artikel: Vorgeburtliches Gestalten
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554177

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: 07.08.2025

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

Vorgeburtliches Gestalten

Es gab eine Zeit, da legte man sehr grossen Wert auf die vorgeburtliche Beeinflussung, indem man besonders geistig und seelisch alles zu meiden suchte, was ungünstig auf den Embryo einwirken konnte. Man wundert sich daher heute, dass so viele werdende Mütter mehr an die Befriedigung ihrer Gewohnheiten denken als an die Folgen, die solche auf das keimende Leben auszuüben vermögen. Früher war man sogar selbst darauf bedacht, selbst bei Tieren günstige Voraussetzungen zu schaffen. So erfuhr ich einmal vor vielen Jahren von einem englischen Pferdezüchter, dass er seinen trächtigen Stuten besondere Sorgfalt zukommen liess. Er führte sie nämlich regelmässig zu den Hindernisspringen, damit sie als Zuschauer daran Anteil nehmen konnten, denn er war der Ansicht, das könne das werdende Füllen günstig beeinflussen. Es war denn auch so, dass die Stute jeweils mit viel Interesse die schwungvollen Sprünge der Pferde verfolgte. Sie lebte innerlich förmlich mit und bekundete dieses Mitschwingen zeitweise mit lautem Wiehern. Der wohlbekannte Pferdezüchter legt denn auch Rechenschaft ab über sein diesbezügliches, erstaunliches Vorgehen, denn erfahrungsgemäss hatte er feststellen können, dass die Füllen weit schöner wurden, wenn er den trächtigen Stuten die Gelegenheit gab, den auserlesenen, schönen Pferden jeweils bei ihren Übungen und anmutigen Sprüngen zusehen und mitschwingen zu können. Wenn eine solche Feststellung auf wirklichen Tatsachen gegründet ist, dann kann man daraus schlussfolgern, dass Eindrücke und Empfindungen der Mutter auf den Embryo eine Wirkung auszuüben vermögen, und zwar sowohl in günstigem Sinne als auch auf eine gefährdende Art.

Vernünftiges Verhalten

Feststellungen bei Tieren lassen sich auch auf den Menschen übertragen. Grundlegend spielt allerdings die Vererbungsfrage die grösste Rolle. Das schliesst aber nicht aus, dass auch die Zeit der Schwangerschaft ihre entsprechenden Auswirkungen haben kann, sonst wäre ja keine besondere Vorsicht geboten, weil kein Zwischenfall die Schwangerschaft durch eine Früh- oder Fehlgeburt zu unterbrechen vermöchte. Die Zeit der Schwangerschaft unterliegt daher bestimmten Regeln. Sie ist für die Mutter dem werdenden Kind gegenüber sehr wichtig und verantwortungsvoll. Je vernünftiger und natürlicher die Schwangere lebt, desto günstiger beeinflusst sie die Gesundheit des Kindes. Auch das geistige Verhalten der Mutter spielt für das innere Werden des Kindes eine wesentliche Rolle. Aufregende Zeiten färben auf die Mutter ab und können auch das Kind beeinflussen. Eine ruhige beherrschte Schwangerschaftszeit ist Kraftersparnis für Mutter und Kind, was sich besonders auch auf den allgemeinen Nervenzustand günstig auswirken wird.

Genau genommen ist während der Schwangerschaftszeit eigentlich alles mehr oder weniger bedeutungsvoll. Wenn es schon in der übrigen Zeit wichtig ist, wie man lebt, was man isst und trinkt, welche Medikamente man einnimmt, wie man sich empfindungsmässig einstellt, welche Eindrücke man auf sich wirken lässt, um freundlich und zufrieden bleiben zu können, welche Musik man sich regelmässig anhört, um dadurch gestärkt und auferbaut zu werden, dann ist dies zur Zeit der Schwangerschaft doppelt beachtenswert. Wie ungünstig wirkt sich für uns allgemein eine gehässige, streitsüchtige Atmosphäre aus! Sollte sich da nicht die Schwangere davor hüten und statt dessen nach innerem Frieden zu trachten suchen? Sollte sie rauchen und übermässig Alkohol trinken, da man solcherlei Umstände selbst in gewöhnlichen Zeiten als schädigend ablehnte? Vielleicht hat sich die Schwangere schon zuvor lieber mit fragwürdiger Literatur beschäftigt, und hat ferner ihre Zeit mit Radio und Fernsehen vergeudet, statt sich gesunde Bewegung

zu verschaffen. Wird sie nun diese Gewohnheiten zum Guten ändern können oder sie eher beibehalten und verstärken? Es ist so leicht nicht, erst während der Schwangerschaft sich zu einer vernünftigen Einstellung durchzuringen.
Bestimmt spielt bei einer Pflanze der Standort, die Bodenbeschaffenheit und Düngung, das Sonnen- und Mondlicht, Trockenheit, Feuchtigkeit, Stürme, Nebel und Frost, sowie alle anderen äusseren Einflüsse eine wesentliche Rolle, um eine günstige Entwicklung in Form, Schönheit und Wuchs zu erlangen. Wenn dies schon in der Pflanzenwelt der Fall ist, warum sollten wir dann nicht berechtigt sein, eine solche Wirkungsmöglichkeit auch auf uns Menschen zu übertragen? Sollten die inneren und äusseren Einflüsse, mit der eine werdende Mutter zu rechnen hat, nicht auch wesentlich auf die Gestaltung ihres Kindes abzufärben vermögen?

Bedenkliche Vorkommnisse

Mussten es nicht Tausende bitter erfahren, dass gewisse Medikamente, wie beispielsweise das Thalidomid, sogar Missgestaltung und Verkrüppelung des Kindes zur Folge hatten? Noch ist es nicht offenbar geworden, dass auch andere Medikamente ebensolche Einflüsse auszuüben vermögen. Soll dies der werdenden Mutter gleichgültig sein oder sie nicht vielmehr entschieden warnen, alles Gefährliche zu meiden? Niemand, er mag noch so gelehrt sein, kann erklären, auf welche Weise im Embryo eine Verkrüppelung stattfinden kann, so dass die sonst so gut arbeitende Naturgesetzlichkeit wie durch Vergewaltigung aus dem Geleise gebracht wird.
Schon einige Stunden nachdem eine Mutter geraucht hat, sind Nikotin und andere Gifte in der Muttermilch feststellbar, aber trotz dieser offensichtlichen Tatsache kann eine solche Mutter, ausser durch eine entschiedene Warnung, von ihrem törichten Handeln nicht zurückgehalten werden. In den hinter uns liegenden Kriegsjahren war des öftern festzustellen, dass Angst und Schrecken auf ein werdendes Kind missgestaltend einwirken kann. Warum sollte es dann unmöglich sein, dass umgekehrt Freude, Glück und Zufriedenheit von der werdenden Mutter günstig auf ihr werdendes Kind übertragen werden kann, so dass dies die Gestaltung des neuen Lebens günstig zu beeinflussen vermag?

Die väterliche Rolle

Wenn sich schon die werdende Mutter richtig einstellen muss, um das bevorstehende Glück nicht auf störende Weise zu beeinträchtigen, dann sollte sich auch der werdende Vater in seine neue Rolle einzuleben suchen, indem er schon während der Werdezeit des Kindes den Zustand seiner Frau vorsorglich berücksichtigt. Stellt auch er sich richtig ein, dann wird er doppelt entgegenkommend sein und seiner Frau gerne alle körperlich zu schweren Arbeiten abnehmen. Dieses freundliche Verständnis sollte natürlich eine Frau ihrerseits entsprechend wertschätzen und dankbar erwidern, indem sie die häusliche Atmosphäre im allseitigen Interesse so friedlich und angenehm wie nur möglich gestaltet. Bestimmt kann die Schwangerschaft allerlei unliebsame Beschwerden mit sich bringen. Aber es gibt dagegen heute ganz einfache, gute Naturmittel. Auch das gefürchtete Schlechtsein und Schwangerschaftserbrechen kann dadurch günstig beeinflusst und in den meisten Fällen behoben werden. Es ist also keineswegs angebracht, sich einer erdrükkenden Niedergeschlagenheit preiszugeben und sich womöglich in Launen und Gehässigkeiten gehen zu lassen. Auch durch weinerliches Versagen können irgendwelche Störungen nicht überbrückt und behoben werden. Am allerwenigsten ist dadurch dem Kinde gedient und auch für den werdenden Vater sind solche Zustände nicht ermutigend. Auch ihm mag anfangs alles, weil ungewohnt, beschwerlich erscheinen, aber mit gegenseitig gutem Willen lassen sich sämtliche Unebenheiten überbrücken.

Günstige Einsicht

All dies trägt immerhin zur Einsicht bei, dass es schliesslich leichter ist, eine Ehe einzugehen, als eine solche erfolgreich zu führen. Noch leichter ist es, Kinder zu zeugen, als ihnen die notwendigen guten Voraussetzungen zu schaffen, Ja, viele müssen erst lernen, diese wunderbare Aufgabe als grosses Vorrecht und Geschenk des Schöpfers richtig einzuschätzen, denn dann empfindet man es nicht als Last mitzuhelfen, ein Kind so zu formen und zu gestalten, dass es sich auf glückliche Weise entwickeln und entfalten kann. Wenn diese Einsicht schon in der Schwangerschaftszeit vorhanden ist, dann verhilft sie zur verantwortungsbewussten, vorgeburtlichen Erziehung. Was für eine Rolle spielt es schon, wenn man sich dabei auch etwas umstellen muss, indem man lernt, zugunsten des keimenden Lebens auf kleinere und grössere Leidenschaften und Lebensgewohnheiten zu verzichten.

Wenn sich eine Frau in ihre neue Aufgabe vertieft, wird sie leicht Mittel und Wege zur Schaffung guter Voraussetzungen finden, auch wird sie sehr bald über einen wachgewordenen Mutterinstinkt verfügen können, und wenn sie sich zu ihrer neuen Lage bejahend einstellt, dann wird auch dieser Instinkt zur Erleichterung ihrer Aufgabe auf gesunder Grundlage gedeihen und sich als sehr nützlich und unterstützend erweisen können.

Kleidung und Krankheit

Leider wird die Kleidung weniger nach gesundheitlichen Notwendigkeiten, sondern vorwiegend von der Mode bestimmt. Die Minimode kümmert sich keineswegs um Kälteperioden, die zeitweise über unser Land ziehen mögen, weshalb jeweils als Folge dieser Unachtsamkeit eine Menge von Blasen- und Eierstockentzündungen zu verzeichnen sind. Umgekehrt will die Maximode die Hitze nicht anerkennen, was besonders in Südwestafrika bei den Hererofrauen der Fall ist, tragen diese doch selbst bei 35 bis 40 Grad Hitze die altgewohnte Kleidung aus der deutschen Kaiserzeit. Deren Röcke reichen bis zum Boden. Oft verstecken sich darunter sogar zwei Unterröcke und die Bluse mit langen Ärmeln ist bis zum Hals geschlossen. Aus Sittlichkeitsgründen steckte die damals deutsche Regierung das weibliche Geschlecht aus dem Hererostamm in solch übermässig lange, warme Hüllen, und seither wechselte diese Mode nicht mehr. Noch heute näht sich die Hererofrau mit sorgfältigen Stichen von Hand geduldig ihr unbequemes Maxikleid, das sie mit Stolz und Würde zu tragen versteht. Es wirkt sich bei ihnen tatsächlich weniger schwerfällig aus als bei unserer weiblichen Jugend, wenn sie im Bedürfnis nach krassen Gegensätzen das Minikleid unter einem wärmenden Maximantel versteckt.

Das Sprichwort «Hoffart muss leiden», ist schon alt und heute noch wahr. Es hat also immer schon Hoffart gegeben und sie veranlasst auch heute noch die Frauen, ihre Gesundheitspflege zu missachten und lieber einen bleibenden Schaden in Kauf zu nehmen, als modisch aus der Rolle zu fallen. Gerade die Blase und Eierstöcke sind sehr empfindlich gegen Kälte, und zwar vor allem gegen nasse Kälte. Ob nun ein Maximantel genügt, diese Kälte abzuhalten, wenn man darunter doch nur ein Minikleid trägt, ist mehr als fraglich. Nur wer über eine ganz robuste Gesundheit mit sehr guter Blutzirkulation verfügt, ist gegen Erkältungen und Durchkühlungen gefeit. Die meisten Frauen aber sind sehr empfindlich dagegen und ziehen sich dadurch vor allem im Unterleib und in der Niere Schädigungen zu.

Kunstfasergewebe

Auch Kleidungsstücke aus Kunstfasern wie Nylon und dergleichen mehr können ein gesundheitliches Problem darstellen. Obschon es auch in der Hinsicht Menschen gibt, die nicht empfindlich zu sein scheinen, konnten wir doch bei vielen Patienten feststellen, dass Kleidungsstücke