Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 33 (1976)
Heft: 10

Artikel: Das werdende Kind isst und trinkt mit
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970496

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: 08.08.2025

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

klang. Könnte daher dieser umsichtige Forscher wahrnehmen, dass seine Ratschläge nicht völlig in Vergessenheit gerieten, sondern heute noch gebührende Anerkennung und Anwendung finden, würde er sich darüber bestimmt freuen. Man darf allerdings nicht auf dem verfahrenen Geleise träger Gewohnheit weiterwirtschaften, um die nötige Einsicht zu erlangen, sondern ehrliche Ueberlegung sollte stark genug sein, um die nützliche Wendung herbeizuführen.

Das werdende Kind isst und trinkt mit

Eine werdende Mutter sollte sich unbedingt bewusst sein, dass die Sorgfalt, die sie sich angedeihen lässt, auch dem wachsenden Embryo zugute kommt. Diese Einsicht mag sie davor behüten, ihr Kind durch Unvorsichtigkeit zu gefährden, denn es ist an allem, was sich die Mutter erlaubt, mitbeteiligt. Wenn sie sich daher zuviel gestattet, was gegen die gesundheitlichen Regeln verstösst, dann beeinträchtigt sie dadurch auch das gute Gedeihen des werdenden Kindes sehr stark, wennschon eine gewisse Kontrolle besteht, da die Plazenta allzugrosse Belastungen etwas abschwächt. Dessenungeachtet ruht auf der werdenden Mutter eine grosse Verantwortung, deren sie sich nicht mit gleichgültigem Achselzucken entledigen kann, denn damit lässt sich keineswegs die Tatsache ändern, dass das angefachte Leben vom Benehmen und dem gesundheitlichen Verhalten der Mutter abhängig ist. Was diese trinkt und isst, was sie an Genussmitteln, an Medikamenten, an gesunden und ungesunden Stoffen einnimmt, bevorzugt oder beeinträchtigt den Werdegang des Embryos. An allem hat dieser seinen Anteil, also nicht nur an dem, was gut und förderlich ist, sondern leider auch an dem, was sich schädigend auswirkt. – Das sollte sich eine werdende Mutter fest einprägen.

Krebsgefährdung

Früher war man der Ansicht, Kinder würden nicht an Krebs erkranken, da sich aber heute bei vielen Kindern Krebserkrankungen feststellen lassen, beschäftigen sich seit einiger Zeit europäische, amerikanische und asiatische Forscher mit diesem schwerwiegenden Problem. Sie sind dadurch allgemein zur Ueberzeugung gekommen, dass die Grundlage zu dieser gefürchteten Erkrankung oft bereits im Mutterleibe gelegt wird. Es lässt sich nicht bestreiten, dass krebserregende Stoffe, die die Mutter aufgenommen hat, auch auf den Embryo übergehen, weshalb es in gewissen Fällen zur Dauerbelastung kommen kann. Wenn diese zu gross wird, versagt der kindliche Organismus in seiner Abwehrmöglichkeit schon sehr früh. Die Lymphocyten wie auch alle anderen Abwehrmassnahmen schwächt dies immer mehr und lässt degenerative Erscheinungen mit ihren schlimmen Folgen auftreten. Schon im Kindesalter kann der Krebs also seinen Anfang nehmen, und die Erfahrung zeigte, dass je jünger ein Krebspatient ist, um so schwerer sich seine Heilung erwirken lässt.

Zweckdienliche Umstellung

Wenn all dies so schwerwiegend ist, wie sollte sich da die Mutter verhalten, um günstigere Umstände zu schaffen? Das ist eine Frage, die sich nicht nur zu beantworten, sondern auch zu befolgen lohnt. Damit sich bei der Zeugung eines Kindes das Lymph- und Blutsystem der werdenden Mutter in einem guten Zustand befinden kann, sollte sich diese, wenn immer möglich bereits ein Jahr zuvor einer naturgemässen Ernährung und Lebensweise befleissigen. Dadurch beschafft sie die besten Vorbedingungen. Sie sollte karzinogene Stoffe unbedingt meiden und somit Abstand nehmen von geräuchertem Fleisch und geräucherten Fischen, wie auch von Zigarren- und Zigarettenrauch, wobei es nicht nur gilt, als Selbstraucherin aufzuhören, sondern auch den Aufenthalt in rauchgeschwängerten Lokalen zu meiden. Viele Schmerztabletten und Schlaf-

mittel enthalten karzinogene Chemikalien und sollten daher nicht zu Anwendung gelangen. Dies gilt auch für künstlich gefärbte und aromatisierte Süssigkeiten. Unser Leberbuch erklärt alles, was die Leber ungünstig in Mitleidenschaft ziehen und somit schädigen kann, weshalb auch diese Ratschläge gewissenhaft zu berücksichtigen sind. Früher war es eine Ausnahme, wenn man junge Frauen vor übermässigem Alkoholgenuss warnen musste. Heute muss man dabei sogar auf konzentrierten Alkohol wie Likör und Schnäpse hinweisen, denn seit die Hausbar ihren Einzug hielt, besteht die unmittelbare Gefahr, dass der Alkoholgenuss zur Gewohnheit wird. Diese üble Gewohnheit sollte also frühzeitig abgelegt werden.

Die wichtige Rolle des Sauerstoffes

Mütter, die den Rat befolgen, alle kanzerogenen Einflüsse und Schädigungen von sich fernzuhalten, sollten auch bestrebt sein, eine möglichst sauerstoffreiche Luft einzuatmen. Unter den Ausdrücken kanzerogen und karzinogen verstehen wir krebserregende Stoffe. Wir müssen nun bedenken, dass in der Industrieluft der Städte sowie auf den Autostrassen viele krebserregende Gase zu finden sind. Es ist daher für die werdende Mutter von Nachteil, wenn sie sich ständig in solcher Luft aufhalten muss, weshalb sie bestrebt sein sollte, jede Gelegenheit wahrzunehmen, um sauerstoffreiche Luft erlangen zu können, denn Mangel an Sauerstoff fördert die Bildung von Krebszellen.

Nicht nachgeben lohnt sich

Sehr oft kann die werdende Mutter feststellen, dass sie während der Schwangerschaft Verlangen nach dem hat, was früher für sie gar nicht in Frage kam. Sie muss sich also doppelt bemühen, nicht einfach gedankenlos nach Lust und Laune zu essen und zu trinken. Hat sie einem ungewohnten, womöglich schädigenden Gelüste nachgegeben, entledigt sich der Magen sehr oft der Zumutung wieder, aber leider nicht immer. Das Schwangerschaftserbrechen ist an sich ja etwas Unangenehmes, das man unwillkürlich zu vermeiden sucht. Das Gewohnheitsrauchen aber mag eingefleischt sein und sich weniger gut bekämpfen lassen. Wer daher einem Kind das Leben schenken möchte, sollte mit dieser üblen Angelegenheit ebenfalls frühzeitig brechen, wenn die Entwicklung des Kindes nicht unnötig Schaden erleiden soll. Regel ist demnach für die werdende Mutter, nicht einfach nach Lust und Laune drauflos zu leben, wie es ihr gefällt und sie es gewohnt ist, wenn sie sich nicht schon zuvor eine gesunde Lebensführung angeeignet hat. Die früher gelegte Grundlage und ihr Leben während der neun Monate Schwangerschaft sind massgebend für das Gedeihen des mitbeteiligten Kindes.

Der Hundebandwurm, eine nicht zu unterschätzende Gefahr

Wir mögen besonders Haustiere als gute Freunde unserer Kindheit und Jugendzeit sehr schätzen, dennoch dürfen wir uns ihrer Gegenwart nicht allzu arglos erfreuen, können sie doch unter Umständen Krankheitsträger sein und als solche uns, wenn auch unbewusst und ungewollt, grossen Schaden zufügen. Manches Kind mag nicht verstehen, dass es seinem Hund gegenüber vorsichtigt sein sollte, denn er ist ihm doch schon so oft ein Trost gewesen, wenn in schmerzlichen Umständen nicht einmal die Angehörigen Verständnis für seine Lage zu haben schienen. Die liebevolle Anteilnahme eines Hundes aber lässt das verletzte Kindergemüt meist rasch wieder aufleben, darum die beidseitig innige Anhänglichkeit. Aber trotzdem kann dieser liebe Jugendkamerad auch Gefahren in sich bergen, von denen das vertrauensvolle Kind nichts ahnt. Gerade darum, weil die wenigsten Menschen darüber Bescheid wissen, ist eine diesbezügliche Aufklärung notwendig, wenn man vermeiden will, später in eine lebensgefährliche Lage zu kommen, oder dass