Veröffentlichungen des Deutschen Vereins für Volks-Hygiene.

Im Auftrage des Zentralvorstandes in zwanglosen Heften herausgegeben von Sanitätsrat Dr. K. Beerwald, Berlin.

Heft XIII.

Die Pflege des Kindes in den zwei ersten Lebensjahren.

Von

Prof. Dr. Arthur Schlossmann,

Direktor der Klinik für Kinderheilkunde in Düsseldorf.

5. neu durchgesehene Auflage.

(51.—65. Tausend.)

München und Berlin.

Druck und Verlag von R. Oldenbourg.

1912.

Preis 30 Pfennig.

Von 100 Expl. an 25 Pf. | Von 500 Expl. an 18 Pf.

Von 200 Expl. an 20 Pf | Von 1000 Expl. an 15 Pf.

Von 2000 Expl. an 12 Pf.

Veröffentlichungen des Deutschen Vereins für Volks-Hygiene.

Im Auftrage des Zentralvorstandes in zwanglosen Heften herausgegeben von Sanitätsrat Dr. K. Beerwald, Berlin.

Heft XIII.

Die Pflege des Kindes in den zwei ersten Lebensjahren.

Von

Prof. Dr. Arthur Schlossmann,

Direktor der Klinik für Kinderheilkunde in Düsseldorf.

5. neu durchgesehene Auflage.

(51.—65. Tausend.)

München und Berlin.

Druck und Verlag von R. Oldenbourg.

1912.

Vorwort zur fünften Auflage.

Innerhalb von fünf Jahren sind vier Auflagen mit insgesamt 50000 Exemplaren der vorliegenden kleinen Schrift abgesetzt worden. Nun macht sich die fünfte Auflage nötig, da immer weiter Nachfrage nach dem „Pflegebuch“ sich regt. Ich habe bei dem Neudruck wenig geändert. Stilistische Unebenheiten sind nach Möglichkeit beseitigt worden, hier und dort wurde einmal ein Wort oder ein Satz klarer gefaßt. Im allgemeinen ist die Schrift die alte. Nährmittel-Fabrikanten, welche ihr Geschäft bedroht glaubten, haben in Schmähungen dagegen gewütet, fanatische Impfgegner sind über mich und mein Werkchen hergefallen, aber zahllose dankbare Mütter haben mir mündlich und schriftlich versichert, daß sie in mancher bangen Stunde durch mich auf den rechten Weg gewiesen worden sind, daß sie die hier gegebenen Ratschläge sorgsam befolgt haben und daß sie ihrer Kinder Wohlgedeihen dem kleinen gelben Büchlein zuschreiben. Aus dem Tadel der Tadler, aus dem Lobe der Lober konnte ich ersehen, daß ich mit meiner Schrift auf dem rechten Wege bin.

Düsseldorf, Februar 1912.

Arthur Schloßmann.

Inhalt.

Ein neugeborenes Kind in der Wiege, eine Menschenknospe, die hilflos auf ihrer Umgebung Güte und Sorgfalt angewiesen ist, was wäre wohl rührender als dieser Anblick?

Und du, dieses Kindes Mutter, du, in deren Leib sich dieses ewig neue Wunder der Menschwerdung zugetragen, bist du dir deiner Pflichten klar bewußt? Bist du selbst wirklich reif, ein Kind dein zu nennen? Bist du gerüstet und gewillt, für dieses Kindes Leib und Seele so zu sorgen, daß du dich dessen nie zu schämen brauchst?

Eine heilige Aufgabe ist es, ein Kind heranzuziehen, für die Entwicklung des kleinen Körpers zu sorgen und den sich bildenden Geist vor Schaden zu wahren. Unsere Kinder sind unsere Zukunft. Was wir für sie tun, tun wir uns. Was wir in des Lebens ersten Wochen und Monaten verabsäumen, können wir niemals nachholen. Ob unser Kind ein kräftiger, widerstandsfähiger Mensch wird, der sich und den Seinen zur Freude lebt, oder ob es ein dem Kampf ums Dasein nicht gewachsener Schwächling bleibt: die Entscheidung darüber fällt in des Lebens erster Zeit, in den ersten Wochen und Monaten.

Darum heißt es für euch, ihr Mütter: Laßt eure Liebe zur Tat werden, umgebt mit treuer Sorge den Säugling, aber richtet euch bei eurem Tun nur nach

erfahrenem Rate! Vorurteile und Aberglaube, Gleichgültigkeit und Unwissenheit heißen die Gefahren, durch die jährlich Tausende von eben erst erwachten Menschenleben vorzeitigem Tode anheimfallen.

Bis zu dem Momente, wo das Kind geboren wird, führt es sein Leben in der Mutter und als Teil der Mutter. Die Stoffe, die zu seinem Aufbau nötig sind, werden ihm durch das mütterliche Blut zugeführt und diesem entnommen. Wohl versorgt und wohl verwahrt ruht das werdende Kind im mütterlichen Schoße. Mit der Vollendung der Geburt ändern sich mit einem Male die Verhältnisse. Nun heißt es für das Kind ein eigenes Leben leben. Jetzt muß es selbst atmen, um den Sauerstoff den Lungen zuzuleiten, den bisher das mütterliche Blut enthielt. Und die Stoffe, welche zur weiteren Entwicklung nötig sind, müssen dem kindlichen Körper von außen durch die Nahrung zugeführt werden.

1. Die Ernährung des Säuglings.

Die Ernährung, das ist der wichtigste Punkt, welcher nun über Wohl und Wehe des Kindes entscheidet. Von der richtigen oder falschen Ernährung hängt das Wohlergehen und das Leben ab. Und so viel man über die Frage der Säuglingsernährung gesprochen und geschrieben hat, so einfach und so kurz läßt sich der Inhalt alles zu Sagenden wiedergeben. „Stille dein Kind!“ So lautet das lebenswichtige Gesetz, nicht ausgeklügelt von Menschenwitz, sondern geschrieben von der Natur mit unverkennbarer Deutlichkeit.

Natürliche Ernährung.

Stille dein Kind! denn nur dann bist du wirklich seine Mutter, wenn du ihm nicht nur das Leben, sondern aus deiner Brust auch die Widerstandskraft gibst, allen Schädigungen, die diesem Leben drohen, vollwertig und gerüstet gegenüberzutreten.

Stille dein Kind! denn du kannst es. Eine Frau, die kräftig genug ist, ein Kind auszutragen und zu gebären, ist auch kräftig genug, es zu nähren. Glaube nicht, was dir unwissende Nachbarinnen erzählen: weder Blutarmut noch Kreuzschmerzen, weder Nervosität noch sonst etwas soll eine gesunde Frau hindern, ihr Kind zu stillen. Die meisten Beschwerden werden im Gegenteil durch das Stillen behoben. Die Rückbildung der Unterleibsorgane vollzieht sich rascher und geordneter, wenn die junge Mutter nährt. Unterdrückt man den naturgemäßen Vorgang der Milchabsonderung, so kann der Körper der Frau viel eher Schaden nehmen. Auch pflegen die Schwangerschaften sich bei nicht stillenden Frauen schnell zu wiederholen. Es ist aber für Mutter und Kind besser, wenn die Geburtenfolge keine zu rasche ist.

Stille dein Kind! denn du hast Milch genug. Viele Mütter glauben, daß ihre Brust nicht ausreicht, daß die Milch nicht einschießt oder ähnliches mehr. Da heißt es, Vertrauen in sich selbst haben. Mütter, die trotz festem Wollen für ihr Kind nicht genug Nahrung haben, sind eine große Seltenheit und bilden eine Ausnahme von der Regel. Fast immer führt etwas Geduld sicher zum Ziele. Wenn das Kind nur erst kräftig saugt, so zieht es sich selbst die Milch herbei, und dauert es auch einige

Tage, bis der Milchzufluß reichlicher wird, so schadet das durchaus nichts. Der Nahrungsbedarf des Neugeborenen ist ein geringer, und mit wenigen Tropfen des kostbaren Nasses, das der Mutterbrust entquillt, fristet der Neugeborene sein Leben. Manchmal hört man von „schlechter Milch“ oder zu „schwerer Milch“ sprechen; das ist grundfalsch. Die Milch der eigenen Mutter ist immer das beste, das geeignetste Nahrungsmittel für den Säugling.

Stille dein Kind! denn so hast du die beste Hoffnung, es wirklich gedeihen zu sehen. Keine künstliche Ernährung, keine andere Milch, kein Nährmittel, das sich mit dreister Reklame ankündigt, kommt der Muttermilch gleich. Es gibt nur eine wahre Kindermilch, und das ist die, welche eine gütige Natur dem Mutterbusen entquellen läßt. Nicht ohne zwingenden Grund darfst du sie deinem Kinde vorenthalten, denn das Gesetz der Natur gibt ihm ein Recht darauf. Kinder, die von ihrer Mutter gestillt werden, haben eine viel größere Aussicht, am Leben zu bleiben. Sie bieten Krankheit und Tod ungleich größeren Widerstand. Unnatürlich, d. h. nicht an der Mutterbrust genährte Kinder sterben in ungleich höherem Verhältnissatze im ersten Lebensjahre wieder ab. Die Durchfälle, die mit der Sommerhitze epidemisch einzusetzen pflegen, suchen sich ihre Opfer fast ausnahmslos unter den künstlich genährten. Aber nicht nur für das erste Lebensjahr, nein, für das ganze Leben gibt die Mutterbrust dem Kinde erhöhte Kraft und Rüstigkeit.

Stille dein Kind! denn es gibt keine Nahrung, die so billig ist wie die natürliche, welche deine Brust gewährt, und zudem sparst du Arzt und Apotheker. Und

welch enorme Bequemlichkeit für die Mutter bietet das Brustkind! Manche denken anders; sie meinen, es sei bequemer und einfacher, die Flasche zu geben, doch das ist zweifellos ein Irrtum. Die stillende Mutter hat es viel leichter. Mühelos und ungefährdet wächst ihr das Kind heran, und sie kennt nicht die schlaflosen Nächte, die bangen Stunden der Sorge, die nur selten das Flaschenkind den Seinen erspart. Darum bedenke sich auch diejenige Frau, deren Beruf ihr das Stillen erschwert, genau, ehe sie sich für künstliche Ernährung entscheidet. Sorgfältig wäge sie die Vorteile gegenüber den Nachteilen, vergegenwärtige sich die Gefahren, denen sie ihr Kind aussetzt, und mache sich klar, daß oft in der einen Wagschale ein momentaner pekuniärer Vorteil, in der andern aber die Gesundheit ihres Kindes liegt.

Auch das Stillen freilich will nach wohlerwogenen Regeln geordnet sein, und in dieser Hinsicht merke man folgendes:

1. Schon vor der Geburt des Kindes heißt es vorsorgen. Die Brüste werden jeden Tag mit kaltem Wasser gewaschen und ängstlich vor jedem Druck, besonders vor dem schädigenden Korsett, behütet. Die Warzen sollen frei heraustreten; sind sie eingesunken, so versuche man mehrfach am Tage, sie herauszuziehen und die Haut um die Warzen herum, den sog. Warzenhof, durch Einfetten mit Cold-cream oder ähnlichem geschmeidig zu machen.

2. Etwa 6 bis 12 Stunden nach der Geburt wird in der Regel die Hebamme zuerst das Kind der Mutter anzulegen versuchen. Kein Meister wird geboren, selbst das Trinken an der Mutterbrust will gelernt werden.

Oft gehört etwas Geduld zu diesem Lehramt, denn manche Säuglinge stellen sich recht ungeschickt an. Doch bald sind die ersten Schwierigkeiten überwunden, das Kind macht an der richtigen Stelle die richtigen Saugbewegungen. Strömt nun auch die Milch nicht gleich stark herzu, so verliere man ja die Geduld nicht. Manchmal vergehen Tage, bis die Saugbewegungen des Kindes den Reiz abgegeben haben, um die Brustdrüsen zu stärkerer Arbeitsleistung zu bringen. Man darf nicht etwa warten wollen, bis die Milch fließt, um dann das Kind anzulegen; nein, das Kind muß angelegt werden, damit die Milch fließt. Beim Stillen muß die Mutter dem Kinde behilflich sein. Mit der einen Hand hält sie den Kopf des saugenden Kindes hoch, während die andere Hand die Brust von der Nase des Kindes abdrängt (siehe Abbildung Seite 7).

3. In den ersten vier Wochen lege man das Kind 5—6 mal täglich an, später womöglich regelmäßig 5mal. Mehr als 6 mal die Brust in 24 Stunden zu geben, hat man unter allen Umständen zu vermeiden, wenn nicht der Arzt aus bestimmten Gründen einmal eine andere Anordnung trifft. Nachts muß eine Pause von mindestens 8 Stunden gehalten werden, um dem Magen Gelegenheit zum Ausruhen zu geben; denn ein Säuglingsmagen ist ein schwaches Gebilde, dem man nicht zumuten darf, unausgesetzt und ohne Pause zu arbeiten. Auch für die stillende Mutter ist durch diese Pause die nötige Nachtruhe gewährleistet. Zweckmäßig wird man abends um 10 oder 10½ Uhr das letzte Mal die Brust reichen und erwartet dann früh das Erwachen des Kindes,

das manchmal ruhig bis 8 Uhr oder länger schläft. Vor Ablauf der 8 Stunden, also vor 6 oder 6½ Uhr früh,

gebe man unter keinen Umständen wieder die Brust. Führt man diese Regel streng durch, so gewöhnt sich das Kind in wenigen Tagen an diese Ordnung. Die übrigen

Mahlzeiten werden dann auf den Tag ziemlich gleichmäßig verteilt, doch störe man den Schlaf des Kindes nicht um einer Viertelstunde willen.

4. Man gebe bei jeder Mahlzeit nur eine Brust. Diese soll das Kind ganz leer saugen. Das ist besser für den Säugling und für die Mutter. Weiß das Kind, daß es beide Brüste bekommt — und Kinder sind klüger als man denkt und rasch schlecht gewöhnt, — so trinkt es nur, solange die Milch leicht fließt und strengt sich nicht genug an, um die Brust auszusaugen. Der Rest der Milch ist aber am fettreichsten und nahrhaftesten, und auch die Stillfähigkeit läßt bald nach, wenn die Brüste andauernd nicht ganz geleert werden.

5. Man lasse das Kind nicht länger als 15 Minuten an der Brust. Häufig wird es in viel kürzerer Zeit, schon in 5 Minuten und zuweilen auch noch rascher, genug getrunken haben. Dann nötige man das Übersatte nicht, sich weiter den Magen zu füllen. Will man die Milchmenge kontrollieren, die das Kind an der Brust getrunken hat, so legt man es — ohne es auszupacken und ohne etwa ein Wäschestück zu wechseln — vor und nach dem Trinken auf die Wage, und der Unterschied zwischen beiden Summen ergibt die getrunkene Menge. Ein Zuviel wird von Brustkindern meist ohne Beschwerde vertragen, doch genügt eine Tagesmenge von 500—800 g, je nach dem Alter und dem Gewicht des Kindes, vollkommen.

6. Wenn das Kind schreit, so braucht der Grund hierfür nicht Hunger zu sein. Meist ist es umgekehrt: ein Allzuviel an Genossenem macht Leibschmerzen,

und diese wieder veranlassen das Schreien. Jedenfalls darf kein Weinen und Schreien die Mutter dazu führen, das Kind außer der Zeit anzulegen.

Wenn eine Frau die hier gegebenen Regeln befolgt, wird sie von dem Stillen wenig Unbequemlichkeit, an dem Gedeihen ihres Kindes aber nur Freude haben.

Für die Kost der stillenden Mutter gilt die einfache Vorschrift: „Iß, was du zu essen gewohnt bist und was dir bekommt! Nur was dir selbst Beschwerden macht und nicht bekommt, ist auch für dein Kind nicht gut.“ Eine bestimmte Diät für stillende Frauen gibt es nicht. In dieser Richtung wurde früher viel gesündigt und den Müttern durch unnütze Einschränkung ihres Menüs die Eßlust ebenso genommen wie die Freude am Stillen durch den Zwang, Dinge hinunterzuschlucken, die ihnen widerstehen. Es bedarf durchaus nicht des Trinkens von großen Mengen Mehltrank und ähnlichem mehr. Man sorge nur für die Aufnahme der nötigen Flüssigkeitsmenge, und hierbei gibt das Durstgefühl schon den besten Anhalt. Als Getränk eignet sich Milch vorzüglich, dagegen meide man Wein und Bier, denn sie vermehren die Milchmenge nicht und können dem Kinde Schaden bringen. Saure und pikante Speisen kann man dagegen unbedenklich genießen. Vor einem Zuviel an Nahrung sei gewarnt. Durch das Stillen werden alle Körperfunktionen günstig angeregt, damit auch der Appetit, und aus mancher zarten, bleichsüchtigen Frau st während des Nährens eine kräftige, rotwangige geworden. Daher muß man auch darauf achten, daß man des Guten nicht zuviel tut und daß nicht etwa durch zu

starke Nahrungsaufnahme ein zu reichlicher Fettansatz der stillenden Frau erzielt wird.

Die Kleidung sei bequem und leicht, nirgends darf sie einen Druck auf die Brust ausüben. Ein darüber gelegtes Tuch schützt vor Durchnässung durch die ablaufende Milch.

Setzt die Periode während des Stillens wieder ein, so ist darin durchaus kein Grund für das Absetzen des Kindes zu sehen. Wird in einzelnen Fällen vielleicht der Säugling während dieser Tage etwas unruhig und nimmt er nicht so zu wie sonst, so gleicht sich das bald wieder völlig aus.

Wenn irgend möglich soll der Säugling 7—8 Monate ausschließlich gestillt werden, und dann beginnt man vorsichtig mit der Beifütterung. Aber auch wenn es auf die Dauer nicht angeht, das Kind vollkommen an der Brust zu behalten, sei es, daß sie sich den erhöhten Ansprüchen doch nicht voll gewachsen zeigt, sei es, daß die Mutter — vielleicht aus beruflichen Gründen — viel außerhalb des Hauses gehalten wird, so darf der Nutzen einer auch nur teilweisen Brusternährung nicht unterschätzt werden. Jeder Tropfen Muttermilch, den das Kind erhält, ist für seine Zukunft von Bedeutung. Kann es daher nicht ausschließlich natürlich ernährt werden, so setze man doch neben der künstlichen Ernährung die natürliche so lange und so viel wie nur möglich fort.

Zur Verabreichung von Beinahrung oder zur völlig künstlichen Ernährung des Kindes entschließe man sich nur nach genauem Bedenken und nach langem Über-

legen. Denn dieser Entschluß ist ein folgenschwerer. Wie oft kommt die Reue zu spät, und wenn dann nach Wochen oder Monaten das Kind elend und krank wird, wünscht sich die trostlose Mutter den Tag zurück, da sie aus nichtigen Gründen ihm die Brust entzogen hat. Sind nicht äußere Gründe ausschlaggebend, so befrage man vor der Entscheidung, wenn irgend angängig, den Arzt, ob es nicht möglich ist, dem Kinde die Milch der Mutter noch zu erhalten. Muß man aber zur unnatürlichen Ernährung, zur Ernährung durch die Flasche, übergehen, so sei die Mutter sich bewußt, daß sie nun durch vermehrte Aufmerksamkeit und Gewissenhaftigkeit versuchen muß, die erhöhte Gefahr, die dem Kinde dadurch droht, zu bannen.

Wenn irgend möglich, vermeide man den Übergang von der natürlichen zur unnatürlichen Ernährung in den heißen Monaten Juli und August. In diesen ist das Flaschenkind ganz besonders gefährdet und ein Wechsel ist oft verhängnisvoll.

Unnatürliche Ernährung.

Bei der unnatürlichen oder künstlichen Ernährung sucht man die Muttermilch durch die Milch eines Haustieres zu ersetzen. Das Tier, das dabei als Milchlieferant im wesentlichen in Betracht kommt, ist die Kuh. Der Kuhmilch völlig gleichwertig ist übrigens die Ziegenmilch. Was daher von der einen zu sagen ist, gilt auch für die andere.

Die Kuhmilch ist nun von der Natur dazu bestimmt, dem jungen Kalbe als erste Nahrung zu dienen. Die Verdauungsapparate eines neugeborenen Kalbes

sind aber grundverschieden von denen des neugeborenen Menschen, ebenso beider Bedürfnisse an Nahrung. Und so ist es durchaus nicht erstaunlich, daß die Kuhmilch nicht ohne weiteres die Frauenmilch vollwertig zu ersetzen imstande ist.

Hierzu kommt noch etwas anderes. Das Kind an der Brust trinkt die Milch seiner Mutter direkt, unverändert, frisch, roh, körperwarm. Ehe aber die Kuhmilch aus dem Euter der Kuh in den Magen des Kindes kommt, hat sie einen weiten Weg zurückzulegen und geht durch viele Hände. Hierbei wird sie weder besser noch frischer.

Kuhmilch, die zur Ernährung von Säuglingen genommen wird, sollte von gesunden Tieren stammen, möglichst sauber gewonnen und möglichst frisch verabreicht werden. Die Milch, die man im allgemeinen kaufen kann, wird kaum einer dieser drei Bedingungen wirklich gerecht, und in der Minderwertigkeit dieser Kuhmilch liegt eine weitere Gefährdung für den unnatürlich genährten Säugling. Dagegen vermag ich in der Trockenfütterung keinen Vorzug für die Kindermilch zu erkennen. Der Umstand, daß man Kühen das ihnen so gesunde Grünfutter vorenthält, sollte keine Mutter bestimmen, für teures Geld sog. Trockenfütterungsmilch zu kaufen.

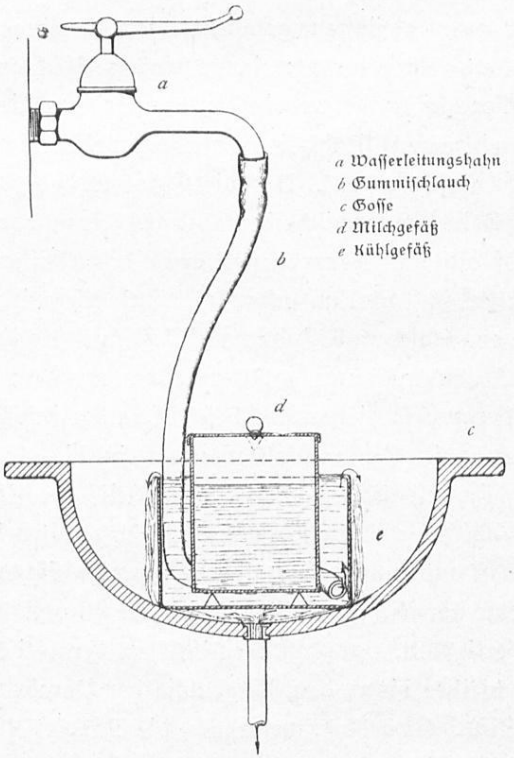
Will oder muß man zur künstlichen Ernährung eines Säuglings schreiten, so suche man, sich eine möglichst gute, d. h. eine möglichst gut und sauber gewonnene, frische Milch zu verschaffen. Je rascher man sie nach dem Melken verarbeitet, desto besser ist es; denn da nur an

wenigen Stellen und auch dort nur ausnahmsweise und zu sehr hohem Preise eine Milch zu erhalten ist, die man Kindern, ohne sie zu gefährden, roh geben darf, so ist man darauf angewiesen, die Milch vor der Verabreichung an das Kind abzukochen.

Am zweckmäßigsten geschieht dies in einem sog. Soxhlet-Apparat: einem großen Blechtopf, der mit Wasser gefüllt ist und in den man sodann die schon für die einzelnen Mahlzeiten portionsweise mit Milch gefüllten Flaschen stellt. Auf die Öffnung der Flaschen werden kleine Gummischeiben gelegt. Nunmehr wird der Topf auf das Feuer gestellt und das Wasser etwa 5 Minuten im Sieden erhalten. Dadurch wird auch die in den Flaschen befindliche Milch zum Kochen gebracht. Nimmt man nun die Milchflaschen aus dem heißen Wasser heraus, so ziehen sich beim Erkalten infolge des Luftdruckes die Gummiplatten etwas in die Flaschenöffnung ein und schließen auf diese Weise die Flaschen luftdicht ab. Der Vorteil des Soxhlet-Apparates besteht darin, daß man mit einmaligem Zurechtmischen und Kochen die sämtlichen Flaschen für den ganzen Tagesbedarf fertigstellt, und daß die Flaschen hermetisch verschlossen bleiben bis zu dem Augenblick der Verabreichung an das Kind. Es bedarf, wenn man die Soxhlet-Flaschen verabfolgen will, nur des leichten Anwärmens, und die Mahlzeit ist trinkfertig.

Da, wo ein Soxhlet-Apparat nicht verfügbar, hat man die Milch, sofort nachdem sie ins Haus gebracht ist, in einem verschlossenen Topf abzukochen und, wenn sie einige — etwa 5 — Minuten gekocht hat, zugedeckt und

möglichst kühl zu halten. Je höher die Außentemperatur ist, zumal wenn es im Hochsommer in den Straßen und Wohnungen schwül und heiß ist, um so mehr wächst die Gefahr, daß die Milch Zersetzungen anheimfällt, d. h.



sauer wird, um so ängstlicher ist dann auf die gegebene Vorschrift zu achten. Fehlt es an einem Eisschrank oder kühlen Keller, so stelle man den zugedeckten Topf mit der Milch in ein etwas flacheres Gefäß und setze dies in den Ausguß unter die Wasserleitung. Man läßt sodann be-

ständig, am besten durch einen über den Hahn gezogenen Gummischlauch, Wasser auf den Grund des Außengefäßes laufen (siehe Abbildung S. 14). Auf diese Weise kann man die Milch frisch und kühl halten.

Nun hat die Erfahrung aber weiter gelehrt, daß junge Säuglinge die Kuhmilch unverändert überhaupt nicht vertragen. Wir müssen daher durch Beimischungen und Zusätze diese erst zu einem für Säuglinge wenigstens einigermaßen brauchbaren Nahrungsmittel machen. Und weiter ist die allergrößte Vorsicht geboten in bezug auf die Menge, die wir dem Säugling geben. Während das Kind an der Brust sich nach Belieben sättigt und etwas zu starke Mahlzeiten ihm kaum Schaden zu bringen pflegen, zumal wenn sie nach obiger Vorschrift gegeben werden, bildet die Überfütterung für den künstlich genährten Säugling eine beständige und schwere Lebensgefahr. Vor dem Zuviel sei daher dringend gewarnt. Die Übernährung, die Überfütterung ist für zahllose Kinder der Grund ihres frühen Todes.

Wir müssen deshalb die Kuhmilch, die wir jungen Säuglingen geben, entsprechend verdünnen und uns vor der Verabreichung einer zu großen Menge dieser verdünnten Milch hüten. Ich empfehle im allgemeinen, bei jungen Säuglingen die Milch zu gleichen Teilen mit Wasser zu verdünnen und langsam den Milchzusatz zu steigern, so daß man mit 7 oder 8 Monaten bei der reinen Kuhmilch anlangt. Voraussetzung bei solchem Vorgehen ist, daß das Befinden des Kindes andauernd ein normales und gutes bleibt, andernfalls ist sofort der Arzt um Rat zu fragen.

Um den Nährwert der Mischungen zu erhöhen, setzt man zweckmäßig der verdünnten Milch etwas Zucker, und zwar am besten Milchzucker, zu. Man würde sich dabei etwa an folgende Tabelle halten können:

Ein Kind erhält in 24 Stunden im:

Lebensmonat:	Milch:	Wasser:	Zucker:
1.	400 g	400 g	30 g[1])
2.	500 „	400 „	30 „
3.	550 „	350 „	30 „
4.	600 „	300 „	30 „
5.	700 „	250 „	30 „
6.	750 „	200 „	20 „
7.	850 „	100 „	20 „
8.	900 „	— „ } Beinahrung	
9.	1000 „	— „ } Beinahrung	

Diese Mengen sind reichlich bemessen, und unter keinen Umständen sollten sie ohne Befragen eines Arztes überschritten werden. Dabei wird man auch bei der künstlichen Ernährung nicht mehr als höchstens 6, bei älteren Kindern am besten 5 Mahlzeiten in 24 Stunden geben. Die genannten oben angeführten Tagesmengen sind also auf 5—6 Mahlzeiten zu verteilen. Nachts muß eine Pause von ebenfalls mindestens 8 Stunden gemacht werden.

Soll die Nahrung ohne Vermehrung der Menge etwas gehaltreicher gestaltet werden, so empfiehlt es sich, der gesamten Tagesportion 100 g Milch weniger, dafür aber 100 g Sahne zuzusetzen. Die Mischungen würden dann wie folgt anzufertigen sein:

[1]) Ein gehäufter Eßlöffel.

Lebensmonat:	Sahne:	Milch:	Wasser:	Zucker:
1.	100 g	300 g	400 g	30 g[1])
2.	100 „	350 „	400 „	30 „
3.	100 „	400 „	350 „	30 „
4.	100 „	450 „	350 „	30 „
5.	100 „	550 „	250 „	30 „
6.	100 „	600 „	200 „	20 „
7.	100 „	700 „	100 „	20 „
8.	100 „	800 „	—	20 „
9.	—	1000 „	—	—

Durch Hinzufügung der Sahne reichern wir die Milchmischung durch Fett an und machen sie dadurch der Muttermilch, grob chemisch betrachtet, ähnlicher; denn ein wesentlicher Unterschied zwischen der Ernährung mit Frauenmilch und mit Kuhmilch ist der höhere Fettreichtum der Frauenmilch.

An Stelle des einfachen Wasserzusatzes wird vielfach Gerstenschleim oder Haferschleim genommen. Die Herstellungsarbeit der Kindernahrung erhöht sich hierdurch, ohne einen entsprechenden Nutzen zu gewähren. In der Regel wird man mit dem bloßen Wasserzusatz ebensogut auskommen wie bei Zufügung des Schleimes. Doch sind Bedenken gegen diesen nicht zu erheben. Die Herstellung des Schleimes wird bewerkstelligt, indem man einen Eßlöffel Gersten- oder Hafermehl mit wenig kaltem Wasser anrührt, alsdann mit

[1]) 30 g Zucker sind ein gehäufter Eßlöffel. Sahne, Milch und Wasser können auch im Meßgefäß gemessen werden; 100 g der Flüssigkeiten entsprechen 100 ccm.

einem Liter Wasser zum Feuer setzt und so lange einkocht, bis die Flüssigkeit auf ½ Liter eingegangen ist. Zum Schluß wird der Schleim durch ein ganz feines Haarsieb durchgeseiht.

Ältere Säuglinge, vom 4. Monat ab, kann man, wenn ihr Gedeihen zu wünschen übrig läßt, zuweilen ausgezeichnet durch Verabreichung von Buttermilch in die Höhe bringen. Diese Buttermilch soll möglichst frisch nach dem Buttern verwendet werden. Man fügt zu einem Liter Buttermilch unter Umquirlen einen Eßlöffel Weizenmehl und einen Eßlöffel gewöhnlichen klaren Zuckers hinzu, erhitzt diese Mischung auf dem Herde, bis sie dreimal aufgewallt ist, und füllt sie alsdann unter Umrühren in die wohlgereinigten Flaschen, die man verschlossen und kühl aufbewahrt. Doch leite man die Verabreichung von Buttermilch oder ähnlichen Nahrungsgemengen bei dem Säugling niemals ein, ohne vorher einen Arzt um Rat gefragt zu haben.

Ganz besonders zu warnen ist vor allen Mischungen, die unter dem Namen irgendeines Erfinders oder Fabrikanten trinkfertig in den Handel gebracht werden, z. B. Backhausmilch, Fettmilch und ähnlichem. Diese fertig in Portionen zu beziehenden Milcharten sind teuer und haben nicht die Vorzüge, die von den Fabrikanten angepriesen werden.

Seit neuester Zeit haben zahlreiche vorgeschrittene städtische Verwaltungen sich mit der Herstellung trinkfertiger Säuglingsnahrung befaßt, und diese kann man nach Rücksprache mit dem Arzte wohl unbedenklich dem Kinde geben.

Vor der Darreichung soll jede dem Säugling gebotene Flasche wieder angewärmt werden. Man muß peinlich darauf achten, daß die Nahrung weder zu warm noch zu kalt gegeben wird. Die **Temperatur der Milch** soll der des menschlichen Blutes entsprechen, also ca. 37° C betragen. Die Flasche wird 3—4 Minuten in einen Topf mit heißem Wasser gestellt und häufig geschüttelt; dadurch kommt die Milch auf die richtige Temperatur. Man kontrolliert sie dabei am besten, indem man die Flasche an das für Temperaturunterschiede besonders empfindliche Augenlid hält. Die Empfindung darf weder die der Wärme noch die der Kälte sein.

Der **Gummisauger**, mit Hilfe dessen die Nahrung gegeben wird, muß unmittelbar nach dem Trinken gründlich, am besten mit Salz, gereinigt und in frischem — ev. abgekochtem — Wasser aufbewahrt werden. Es sind ausschließlich kurze Sauger, die auf den Flaschenhals aufgesetzt werden, zu verwenden und die langen Sauger, die auf den Grund der Flasche herabgehen, zu meiden.

Während das Kind die Flasche trinkt, bleibe die Mutter bei ihm stehen und lasse die Flasche nicht aus der Hand; denn es ist gefährlich, das Kind beim Trinken sich selbst zu überlassen.

Trinkt der Säugling die Flasche nicht aus, so nötige man ihn nicht, biete auch den Rest nicht etwa später an. Was in der Flasche verblieben und nicht ausgetrunken ist, soll nicht wieder verwendet werden. Die Flaschen sind gründlich zu reinigen. Benutzt man zur Milchbereitung einen Soxhletapparat, so spült

man nach dem Trinken die Flasche nur aus, läßt sie mit Wasser gefüllt stehen und reinigt sie dann sorgfältig mit heißem Wasser, Soda und Bürste vor der nächsten Benutzung. Soll dagegen in derselben Flasche dem Kinde die nächste Mahlzeit gereicht werden, so achte man auf sofortige Entfernung aller Milchreste und säubere sie sorgsam.

Streng zu verbieten ist, den Gummisauger nach dem Trinken im Munde des Kindes zu lassen, sowie das Verabreichen eines **Zulpes oder Lutschers.** Damit sind unter allen Umständen Gefahren für das Kind verbunden. Der säuerliche und widerliche Geschmack des Gummis führt zu Zersetzungsvorgängen im Munde, und manche Krankheit verdankt ihre Entstehung dieser leidigen und schwer zu bekämpfenden Angewohnheit. Nichts ist so geeignet, dem Kinde jeden in der Nähe befindlichen Ansteckungsstoff mit Sicherheit zuzuführen, wie eben dieser Lutscher, dem — feucht aus dem Munde des Säuglings fallend — der auf dem Boden befindliche Schmutz anklebt. Wird er nun selbst mit einem Tuche abgewischt, ehe er in des Kindes Mund zurückwandert, so bleiben doch noch übergenug der Keime daran haften, um alle Krankheiten zu übertragen. Gesetzt aber auch den günstigsten Fall — daß nämlich eine sorgsamere Mutter durch Anbinden die Berührung des Bodens vermeidet —, so bleibt immer noch der Staub, welcher auf Bett und Kinderwagen fliegt und auf jeden Fall besser dem Munde des Kindes nicht zugeführt wird. Der Zulp ist also überflüssig und schädlich, und wer sein Kind nicht erst an den Sauger gewöhnt, hat

nicht die Mühe und Last, es später wieder umgewöhnen zu müssen. Kein Kind schreit aus Sehnsucht nach dem Lutscher, wenn man ihm den Gebrauch dieses Trösters nicht erst künstlich angelernt hat.

Das **Auswaschen des Mundes** vor oder nach dem Trinken geschieht noch vielfach, doch muß ausdrücklich hiervor gewarnt werden. Die leicht reizbare Schleimhaut des kindlichen Mundes verträgt derartige Eingriffe schlecht, so daß man besser seine Finger davonläßt. Sauber gehaltene Kinder bekommen auch ohne Auswaschen des Mundes keine Schwämmchen (Soor), das sind die weißen Pilzauflagerungen, die man auf Wangenschleimhaut und Zunge schlecht versorgter Säuglinge zuweilen aufsprossen sieht. Hält die Mutter ihre Brust immer rein, vermeidet sie den Zulp und säubert sie den Sauger beim Flaschenkinde vor dem Trinken peinlich, so braucht sie die Schwämmchen nicht zu fürchten, denn das Kind wird davor bewahrt bleiben. Zeigen sie sich trotzdem, so frage man den Arzt, denn die Schwämmchen sind nicht harmlos, sondern dem Kundigen ein Zeichen, daß etwas nicht in Ordnung ist.

Wollen wir uns also die **Grundlehren der unnatürlichen Ernährung** kurz ins Gedächtnis zurückrufen, so lauten sie etwa folgendermaßen:

1. Stille dein Kind, dann brauchst du die künstliche Ernährung nicht; denn diese ist nie so gut wie die natürliche.

2. Willst du Kuhmilch füttern oder beifüttern, so sei die Milch, die du hierzu verwendest, vor allem frisch.

3. Koche die Milch so bald wie möglich ab; halte sie nach dem Kochen bedeckt und kühl, bis du sie deinem Kinde gibst.

4. Säubere die Milchflaschen und den Sauger peinlich genau.

5. Hüte dich vor dem Zuviel; ein Übermaß an Kuhmilch führt zur Erkrankung deines Kindes.

6. Halte des Nachts eine 8 stündige Pause, und glaube nicht, daß dein Kind hungert, wenn es einmal schreit.

Der beste Maßstab für die Güte der Ernährung — sei es nun die an der Brust, sei es die mit Tiermilch als Beinahrung oder einzige Nahrung — ist das **Wohlbefinden und Gedeihen des Kindes**. Das Wohlbefinden und Gedeihen eines Kindes erkennen wir an seinem Aussehen und Gehaben.

Die H a u t des gut gedeihenden Säuglings sieht rosig aus und sitzt fest auf den Fettpolstern und der Muskulatur auf. Sie zeigt nirgends Rötung und wunde Stellen.

Der Bauch ist nicht aufgetrieben, die **Entleerung des Stuhles** erfolgt 1—3mal täglich. Die Menge und Häufigkeit des Stuhles richtet sich nach der Menge der gereichten Nahrung. Brustkinder, die sehr viel trinken, werden also öfter ausleeren, auch ist dann der Stuhl gehackt und spritzend. Solange ein Kind bei solchen Stühlen an Gewicht zu- und nicht abnimmt, liegt kein Grund zur Besorgnis oder etwa gar zum Abstillen vor. Ernster zu nehmen sind alle Unregelmäßigkeiten der Ausleerung beim künstlich genährten Kinde. Eine leichte Grünfärbung des Stuhles, zumal wenn diese erst nach erfolgter Ausleerung in den Windeln eintritt, hat dabei

zunächst nicht viel zu sagen. Bei jeder Vermehrung der Stühle an Zahl oder bei plötzlicher Veränderung ihres Aussehens oder ihres Geruches frage man aber baldigst den Arzt.

Bei Stuhlträgheit vermeide man Abführmittel aller Art, ebenso auch die Stuhlzäpfchen. Muß in dieser Hinsicht nachgeholfen werden — doch geschieht dies im allgemeinen zu oft und gewohnheitsgemäß —, so gebe man dem Kinde einen Einlauf von abgekochtem Wasser (100 bis 200 ccm), dem man einen gestrichenen Teelöffel Kochsalz zusetzt, oder ein Klistier von 50 g gutem Tafelöl. Die in den Darm einzubringende Flüssigkeit muß in beiden Fällen körperwarm sein.

Die Hauptsache für die Beurteilung, ob eine Ernährung deinem Kinde zusagt oder nicht, ist die **Gewichtszunahme.** Selbstverständlich verhält sich dabei nicht ein Kind wie das andere. Wir haben recht beträchtliche individuelle Schwankungen, und auch das Geburtsgewicht übt einen Einfluß auf die Gestaltung der Gewichtskurve aus. Brustkinder werden wohl immer regelmäßiger und in den ersten Monaten auch besser zunehmen als unnatürlich genährte, bei denen sich eher einmal Gewichtsstillstände finden.

Im allgemeinen nimmt ein Kind zunächst etwa 200 g ab, dann nimmt es wöchentlich zu:

im 1.	Lebensmonat	je 200 g,	im 6.	Lebensmonat	je 130 g
„ 2.	„	„ 200 „	„ 7.	„	„ 120 „
„ 3.	„	„ 180 „	„ 8.	„	„ 110 „
„ 4.	„	„ 150 „	„ 9.—12.	„	„ 80 „
„ 5.	„	„ 150 „			

Das Durchschnittsgewicht beträgt somit bei einem Geburtsgewicht von 3200 g am Ende des:

1.	Lebensmonats	3800 g	7.	Lebensmonats	7450 g
2.	„	4600 „	8.	„	7850 „
3.	„	5250 „	9.	„	8200 „
4.	„	5850 „	10.	„	8500 „
5.	„	6450 „	11.	„	8750 „
6.	„	7000 „	12.	„	9000 „

2. Die Ernährung beim Übergang zur gemischten Kost und während des zweiten Lebensjahres.

Bei künstlich genährten Kindern beginnt man zweckmäßig am Ende des 6., bei Brustkindern am Ende des 8. Monats mit der Beifütterung anderer Kost. Das Brustkind ist, wie in vielen anderen Dingen, so auch darin vor dem Flaschenkinde im Vorteil, daß die Nahrung, die ihm aus der Brust der Mutter zufließt, roh und nicht durch Kochen verändert von ihm aufgenommen wird. Hierdurch werden ihm gewisse Stoffe zugeführt, die das unnatürlich genährte Kind infolge des Abkochens seiner Milch entbehrt.

Um beim Flaschenkinde eine gute Entwicklung des Knochenskeletts und eine reguläre Blutbildung zu erzielen, muß man sich daher früher zur Beigabe anderer Nährbestandteile entschließen. Hierdurch ersetzt man bis zu einem gewissen Grade die Stoffe, die sich in der rohen Milch finden und die durch das Kochen zerstört werden.

Früher pflegte man des Kindes Heil in der frühzeitigen Verabreichung von Fleischbrühe, Fleisch und vor allem von Eiern zu sehen. Heute aber wissen wir, daß

die dem Kinde förderlichen Stoffe gerade in den vegetarischen Nahrungsmitteln zu finden sind. Nähre also dein Kind in den ersten zwei Lebensjahren vegetarisch, und vermeide Fleisch, Fleischbrühe und auch ein Übermaß von Eiern! Als erste Zukost, die man dem Säugling gibt, empfiehlt sich die Verabreichung einer Mittagsmahlzeit, die aus frischem Gemüse bestehen soll.

Solche Gemüse, die sich als erste Nahrung eignen, sind: Spinat, Möhren, Kastanien, Kochsalat und — wenn es die Jahreszeit bietet — frische Schoten. Gelegentlich kann man auch einmal Kartoffelmus geben, doch hüte man sich, die Kinder täglich mit großen Mengen Kartoffeln zu füttern. — Die grünen Gemüse werden so zubereitet, daß man sie in Wasser mit etwas Salzzusatz ganz weich kocht, sie sodann mehrfach durch ein feines Sieb durchpassiert und mit einem Stich Butter verrührt. — Zur Bereitung von Kartoffelmus passiert man die in Salzwasser weich gekochten Kartoffeln durch ein Sieb und verrührt sie gut mit einem Stich frischer Butter und alsdann mit etwas Milch. — Kastanien werden geschält, 10 Minuten in Wasser aufgekocht, um auch die zweite Schale sorgfältig ablösen zu können, dann in Milch weich gekocht, durchpassiert und mit einem Stich Butter und einer Prise Salz verrührt. — Zu meiden sind bei der Zubereitung der für Kinder der ersten Lebensjahre bestimmten Speisen alle Gewürze.

Was die Menge anbetrifft, mit der man die Beifütterung grüner Gemüse beginnt, so genügt ein gestrichener Eßlöffel; später steigert man die Mittagsportion bis auf zwei gehäufte Eßlöffel. Man glaube

übrigens ja nicht, daß das Kind das ihm Angebotene gleich nehmen wird. Auch das Essen und das Schlucken fester Substanzen will gelernt sein, und mancher Säugling macht dabei rechte Schwierigkeiten. Vom ersten Spinat kommt weniger in den Magen des Kindes als in seine Umgebung, die durch die wieder herausgesprudelte Mahlzeit grün gefärbt wird. Aber auch die Fähigkeit, das grüne Gemüse zu verdauen, stellt sich erst allmählich ein. Zunächst wird es im Darmkanal nur ausgelaugt, und in der Ausleerung finden wir Teile der gereichten Nahrung nur wenig verändert wieder. Da wir hierauf vorbereitet sind, schreckt uns aber diese Wahrnehmung nicht.

Bis gegen Ende des ersten Lebensjahres bleiben wir für die Mittagsmahlzeit bei den genannten Gemüsen und erweitern dieses Menü des Kindes nur durch Aufnahme von gekochten Früchten. Birnen, Äpfel, die letzteren am meisten, da sie das ganze Jahr erhältlich, sind hierfür am geeignetsten. Die Früchte werden gekocht, durchpassiert, gezuckert und als feines Mus dem Kinde gereicht. Die übrigen Früchte mit Steinen (Pflaumen, Kirschen), sowie die mit feinen Kernen (Heidelbeeren, Preißelbeeren) sind weniger für die zwei ersten Lebensjahre geeignet, doch kann man ihren Saft zu einer trefflichen und gern genommenen Beinahrung auch schon in den ersten Lebensjahren verwenden. Das Kompott soll nicht zu kalt sein und entweder an Stelle des Gemüses oder nach dem Gemüse gegeben werden. Die Flasche, die sonst als Mittagsmahlzeit gereicht wurde, fällt natürlich aus. Die in ihr ent-

haltene Milchmenge kann den anderen Portionen zugelegt werden. Das Brustkind erhält gleichfalls eine Mahlzeit weniger und kann sich nunmehr mit viermaligem Anlegen begnügen. Will man den Säugling dabei ganz von der Brust absetzen, so läßt man nach und nach immer eine Mahlzeit mehr ausfallen und gibt statt dessen die Flasche. Die Mischungen werden dabei, wie auf Seite 16 und 17 angegeben, gemacht.

Zu Beginn des zweiten Lebensjahres wird an Stelle der Abendflasche eine zweite feste Mahlzeit verabreicht, die am besten aus Milchspeisen besteht. Man kocht 10—15 g Grieß oder Reismehl oder schottisches Hafermehl in 200 g Milch gut weich, fügt eine Prise Salz und etwas Zucker bei und kann auch hierzu dem Kinde etwas Fruchtsaft geben. Gegen Ende des zweiten Lebensjahres kann man die Abendmahlzeit auch gelegentlich durch ein Ei oder Eierspeisen aus einem Ei (Rührei, Omelette) ersetzen. Zur Morgenmahlzeit gibt man, sobald das Vorhandensein von Zähnen dem Kinde das Kauen ermöglicht, ein oder zwei Zwiebäcke oder eine entsprechende Menge Semmel.

Allmählich erweitert sich die Zahl der Gemüse, die der erhöhten Kaufähigkeit entsprechend gegeben werden können. So kommt hinzu: Spargel, Blumenkohl, Braunkohl, Schwarzwurzel u. a. m. Auch können jetzt gut gereinigte und geschälte rohe Früchte nach Entfernung der Kerne gegeben werden.

In der zweiten Hälfte des zweiten Lebensjahres würde sich also der Tagesplan für die Ernährung eines Kindes folgendermaßen gestalten:

1. Frühstück: 200 g Milch, 2 Zwiebäcke.
2. Frühstück: 200 g Milch, ½ roher Apfel, 1 Zwieback.

Mittagessen: 2 Eßlöffel Gemüse, 1—1½ Eßlöffel Kompott.

Vesper: 200 g Milch.

Abendbrot: Milchspeise mit Fruchtsaft.

Besonderer Getränke außer der Milch bedarf das Kind nicht. Man hüte sich, es an das gänzlich überflüssige Wassertrinken zu gewöhnen. Bier und Wein, überhaupt jedes alkoholische Getränk, ist Gift für das Kind und ihre Verabreichung unter keinen Umständen und unter keinem Vorwande zulässig („stärkende" Tokayerweine und ähnlicher Unfug mehr!!!). Auch Kaffee und Tee sind in diesem Alter schädlich.

3. Entwicklung des Kindes.

Bei einer verständigen Ernährung, für die wir im vorstehenden die nötigen Anhaltspunkte gegeben haben, entwickelt sich das Kind in normaler Weise. Über die Gewichtszunahme im ersten Lebensjahre haben wir bereits gesprochen (siehe Seite 23). Im zweiten Lebensjahre ist der Ansatz an Masse naturgemäß ein geringerer, zumal jetzt das Kind durch vermehrte Bewegung das „Milchfett" wieder abarbeitet. Man rechnet für das ganze zweite Lebensjahr auf eine Zunahme von etwa 2½ kg.

Während der Neugeborene ca. 50 cm lang ist, mißt das Kind am Ende des ersten Lebensjahres ca. 75 cm,

am Ende des zweiten Lebensjahres ca. 80 cm. Aber das Wachstum an Gewicht und an Länge ist keineswegs das einzige Zeichen der fortschreitenden Entwicklung des Kindes in den ersten zwei Lebensjahren, sondern es verändert sich in dieser Zeit körperlich und geistig nach jeder Richtung, und eine Reihe von wichtigen Funktionen und Fähigkeiten bildet sich aus, durch die sich der Mensch vom Tiere unterscheidet: Verstand, Sprache und aufrechter Gang.

Die Entwicklung der Verstandeskräfte geht von der Geburt an stetig vor sich. Nichts ist falscher als die Geistesfähigkeiten des Säuglings zu unterschätzen und infolgedessen zu meinen, daß man dem „unverständigen" Kinde in allen Dingen nachgeben müsse. Die Erziehung des Menschen hat vielmehr mit dem ersten Tage des Lebens zu beginnen. Was man in früher Jugend verabsäumt, ist schwer oder nie nachzuholen.

Nach außenhin zeigt sich die Zunahme der Verstandeskräfte zunächst in der Fähigkeit, Gegenstände zu fixieren. Dies nämlich muß der Neugeborene erst lernen, und manche Mutter ist daher in der ersten Zeit besorgt, ihr Kind schiele. Ein weiteres Zeichen der geistigen Entwicklung ist das Erkennen der Umgebung und der Personen, die mit dem Kinde in dauernde Berührung kommen. Bereits im zweiten Vierteljahr des Lebens sind die Fähigkeiten des Säuglings nach dieser Richtung hin zumeist schon gut ausgebildet. Ein nicht zu unterschätzender geistiger Fortschritt bekundet sich auch in der Fähigkeit,

Dinge zu greifen, die meist im 3.—4. Monat erworben wird. Allerliebst sind die ersten täppischen Versuche, die begehrenswerten Gegenstände zu erfassen. In den aufmerkenden Mienen und den lebhaften Bewegungen zeigt sich die Erregung des Kindes, doch nach ganz falscher Richtung greifen die Händchen. Gelingt es endlich, das Ziel zu erreichen, so ist die Befriedigung in den Augen deutlich zu lesen, und meist wandert das so mühsam Erfaßte direkt in den Mund. Die geistige Arbeit, welche der Säugling bei diesen Versuchen leistet, ist eine große.

Die Sprache entwickelt sich derart, daß nach dem ersten Vierteljahre das Lallen beginnt, im vierten Vierteljahre die ersten Worte gesprochen werden und am Ende des zweiten Jahres schon ein ziemlicher Wortschatz erworben ist; auch beginnt das Kind am Ende des zweiten Lebensjahres begrifflich zusammengehörige Worte zusammenzusprechen, also mit einer richtigen Satzbildung. Dabei vermag es aber nicht alle Laute gleich deutlich auszusprechen, läßt daher die schwierigen Buchstaben fort oder ersetzt sie durch andere. Das klingt ja sehr eigenartig und nett, aber es ist durchaus falsch und unverständig, wenn nunmehr die ganze Umgebung des Kindes die fehlerhafte Aussprache annimmt, statt ihm richtig und korrekt vorzusprechen. Man halte daher alle Personen, die mit dem Kinde in Berührung kommen, davon ab, das kindliche Lallen nachzuäffen und sorge, daß dem Kinde fehlerlos vorgesprochen wird. Die Entwicklung der Sprache tritt aber auch — besonders bei ersten Kindern, die nicht von ihren Geschwistern lernen

können — oft später ein, ohne deshalb auf die gesamten geistigen Funktionen einen betrübenden Rückschluß zu rechtfertigen. Man sorge sich daher nicht, wenn ein Kind von zwei Jahren noch wenig spricht; oft holt es das Versäumte durch Geschwätzigkeit im späteren Leben reichlich ein.

Der Säugling soll übrigens in geistiger Hinsicht nicht übermäßig angeregt werden. Man beschäftige sich also nicht zu viel mit den kleinen Kindern und versuche nicht vorzeitig, mit ihnen zu spielen oder ihnen allerhand Kunststücke beibringen zu wollen. Auch während des ganzen zweiten Lebensjahres schone man den kleinen Geist nach Möglichkeit und setze nicht seinen Ehrgeiz darein, das Kind frühreif und altklug zu machen. Ebenso in bezug auf das Sitzen, Gehen und Stehen schränke jede Mutter ihren leicht ausartenden Ehrgeiz ein. Bis zur Vollendung des sechsten Lebensmonats soll der Säugling überhaupt nicht, dann nur mit größter Vorsicht und für kurze Zeit aufgesetzt werden und bloß, wenn er selbst den Wunsch hierzu zu erkennen gibt. Das Kind faßt dann mit den Händen an die Wände des Wagens oder seines Lagers oder nach den entgegengehaltenen Armen der Mutter und zieht sich selbst richtig in die Höhe.

In der ersten Hälfte des zweiten Lebensjahres kommt das Kind allmählich zum Stehen und Gehen; auch hier hüte man sich, nicht durch vorzeitiges Anstacheln der Laufluft Schaden zu stiften. Alles ergibt sich von selbst. Das Bedürfnis zu gehen ist so groß, daß es sich ganz von allein Bahn schafft, wenn nur erst Knochen und

Muskeln genügend weit in der Entwicklung vorgeschritten sind.

Wenn nun das Kind beginnt, sich selbst zu setzen und aufzustellen, achte man sehr darauf, daß es nicht aus dem Kinderwagen oder aus dem Bett herausstürzt. Im Wagen darf es dann keinen Augenblick mehr unbeaufsichtigt gelassen werden, und das Bett ist mit einem Gitter zu versehen oder der Korb, in dem das Kind ruht, auf den Boden und auf eine weiche Unterlage zu stellen. Ist es aber, wie wohl in den meisten Familien, unvermeidbar, das Kind im Wagen oder anderer gefährdeter Lage für Momente allein zu lassen, so unterlasse man nie, es anzubinden. Das geschieht am zweckmäßigsten so: unter den Armen des Kindes legt man um seinen Körper einen lose geschnallten Riemen, den man durch zwei, je an einer Seite des Wagens befestigte Schlingen zieht. Diese seien gerade so groß, daß sie einesteils die Bewegungen des Kindes möglichst wenig beeinträchtigen, anderenteils das Hinauslehnen verhindern. Bänder sind hierzu nicht geeignet, da sie ein Öffnen durch das Kind selbst ermöglichen.

Wenn das Kind in der Epoche des Kriechens und des ersten Laufens ist, so ist ganz besondere Vorsicht geboten, um die schädlichen Folgen, die die Nähe und innige Berührung des Bodens mit sich bringen, zu meiden. Auf dem Erdboden, in den Glinzen und Ritzen der Dielen und dem Staube, der sich hier findet und durch die Stiefel der Erwachsenen immer wieder in die Zimmer hineingebracht wird, finden sich Krankheitserreger, die an den Fingern des Kindes haften

und von ihm in Nase, Mund und Haut gebracht werden. Auch der Erreger der Tuberkulose dringt auf diese Weise häufig genug in den Organismus gesunder Kinder. Man beachte infolgedessen die Regel, Kinder nie in Wohnungen kranker Personen auf dem Boden herumkriechen zu lassen, den Boden peinlich sauber zu halten und am besten dem kriechenden Kinde ein großes Laken, auf dem es sich bewegen kann, unterzulegen. Sehr zweckmäßig begrenzt man den Bewegungsraum des Kindes durch einen Laufkäfig.

Je nach der Art, in der sich bei dem einzelnen Kinde das ganze Knochenskelett aufbaut, kommt es früher oder später zur Bildung und zum Durchbruch der Zähne. Meist zeigt sich zwischen dem 7. und 9. Monat, zuweilen früher und manchmal auch wesentlich später, der erste Zahn in der Mitte des Unterkiefers. Unmittelbar darauf pflegt der zweite mittlere untere Schneidezahn zu erscheinen. 3—9 Wochen später kommen zunächst die oberen Schneidezähne, und zwar erst die beiden mittleren, dann die beiden seitlichen. Zwischen dem 12. und 15. Monat zeigen sich die zwei seitlichen unteren Schneidezähne und die vier ersten Backzähne, auf beiden Seiten unten und oben je einer; zwischen dem 18. und 24. Monat folgen endlich die vier Augenzähne. Die letzten vier Backzähne, die zur Vervollkommnung des Milchgebisses fehlen, pflegen erst zu Anfang des dritten Lebensjahres durchzubrechen.

Der Durchbruch der Zähne wird nun als Ursprung aller möglichen Krankheitszustände betrachtet. Von schwerem Zahnen sollen die Kinder Zahnfieber, Zahn-

durchfall, Zahnhusten, Zahnkrämpfe und alles mögliche andere bekommen. All dies ist aber Aberglaube, darum merke sich jede Mutter: Ein gesundes Kind bekommt seine Zähne ohne jedes Zeichen von Krankheit. Durchfall, Husten, Fieber, Krämpfe u. a. m. sind Zeichen von ganz bestimmten Erkrankungen und haben mit dem Zahndurchbruch nichts zu tun. Schiebe daher keines dieser Krankheitszeichen, wenn sie je bei deinem Kinde auftreten sollten, auf das Zahnen; sondern frage sofort den Arzt, der den Grund der Krankheit erkennen und das Nötige zur Heilung tun wird! Die falsche Meinung, daß das Zahnen mit allerhand gesundheitsschädlichen Störungen einhergeht, führt häufig dazu, daß die Krankheit, die sich auf diese Weise äußert, nicht rechtzeitig erkannt und behandelt wird. Je zeitiger du den Arzt befragst, desto sicherer wird er das Leiden heilen können.

4. Die Wartung.

Luft und Licht sind unentbehrlich für das Gedeihen des Kindes! Das sonnigste, schönste, luftigste Zimmer einer Wohnung soll das Zimmer sein, in dem das Kind lebt. Das beste Zimmer ist für das Kind gerade gut genug. Schon den Neugeborenen braucht man nicht ängstlich, wie früherer Aberglaube meinte, vor Luft und Licht zu schützen.

Im Mutterleibe freilich war das Kind beständig von einer gleichmäßigen Temperatur umgeben, nämlich von der des mütterlichen Blutes, das ist ca. 37° C. Es ist daher auch nötig, den Neugeborenen zunächst vor

Kälte und vor Temperaturschwankungen zu schützen. Ebenso aber hüte man sich, ihn zu überhitzen, d. h. in dem Zimmer eine Backofentemperatur künstlich herzustellen und den Säugling mit zahlreichen Kissen zu bedecken. Eine leichte Decke über dem Steckkissen genügt. Bei Kühlwerden des Körperchens greife man lieber zu einer Wärmflasche. Das Zimmer soll nicht wärmer als 16° R = 20° C gehalten werden. Schon nach 8—10 Tagen kann man bei normal geborenen Kindern die Zimmerwärme langsam auf 15 und 14° R = 19—17° C sinken lassen.

Im Sommer öffnet man im Nachbarzimmer oder auch im Zimmer selbst schon am zweiten Tage die Fenster. Doch auch im Winter ist für ergiebige Lüftung des Raumes, in dem das Kind liegt, am besten durch Öffnen der Tür nach einem gelüfteten und wieder erwärmten Nebenraume zu sorgen. Dem Lichte aber gewährt man vom ersten Tage an Zutritt. Die Augen des Neugeborenen sind natürlich noch etwas lichtscheu, und man muß das Kind daher so stellen, daß sein Gesicht vor direktem Sonnenlicht geschützt bleibt.

Sonst aber heißt es, Licht und Luft an den Säugling heranlassen! Wie eine Blume sich nicht entwickelt im Schatten und im dumpfigen Raume, so sind Licht und Luft für das Gedeihen des Kindes unentbehrlich. Im Sommer bei schönem Wetter kann man schon nach acht Tagen beginnen, den Säugling ins Freie zu bringen. Im Winter geborene Kinder müssen einen sonnigen Tag für den ersten Ausgang abwarten, und in der Regel wird man dann kaum

vor vier Wochen das Kind in die freie Luft bringen können.

Sobald aber der Säugling an die Luft gewöhnt ist, bringe man ihn bei einigermaßen gutem Wetter regelmäßig heraus. Vor Kaltwerden der Füßchen mag man im Bedarfsfalle das Kind durch eine in den Wagen gelegte Wärmflasche schützen. Scharfer Wind und strenge Kälte werden ihn freilich in unserem Klima häufiger als uns lieb ist ins Zimmer bannen. Im Sommer jedoch soll das Kind möglichst in der freien Natur leben.

Man braucht übrigens das Kind durchaus nicht im Freien herumzufahren, sondern man stellt den Kinderwagen an einen windgeschützten Platz still hin, sei es im Garten oder sei es auf einer Veranda oder einem Balkon. Im Sommer soll das Verdeck möglichst selten heraufgeschlagen werden, weil sonst gerade in der Nähe des kindlichen Kopfes eine stagnierende und schwüle Luft sich festsetzt. Die Gardinen des Kinderwagens sollen möglichst wenig zugezogen werden.

Bei der Auswahl des Kinderwagens ziehe man einen solchen mit heller Plane vor, da sie im Sommer die Hitze besser abhält. Schafft man für das Kind ein Bett an, so achte man darauf, daß es leicht zu reinigen ist. Als Unterlage und auch als Kopfkissen sind nicht Federn zu verwenden, sondern am besten Roßhaar.

Der Neugeborene wird in den meisten Teilen Deutschlands etwa drei Monate lang im Steckkissen gehalten. Auch das Steckbett soll nicht aus Federn sondern aus Roßhaaren bestehen, die Zudecke desselben aus einer Watteschicht. Häubchen sind im Zimmer überflüssig.

Der Windelvorrat sei nicht zu knapp bemessen. Sobald das Kind naß ist oder Stuhlgang gehabt hat, ist es sofort trocken zu legen. Die sorgsame Pflegerin erkennt ohne weiteres, wenn dieser Moment eingetreten ist, da der Säugling in der Regel unruhig wird und durch schlängelnde Bewegungen andeutet, daß er sich unbehaglich fühlt. Das Kind ist alsdann sofort aufzupacken und die nasse Windel durch eine frische zu ersetzen. Hat das Kind Stuhl gehabt, so wird es mit Watte abgewaschen und etwas eingepudert. Am besten eignet sich hierzu eine Mischung von venezianischem Talg, Bärlapsamen und Zinkoxyd zu gleichen Teilen, die man sich in der Apotheke machen läßt. Ein gutes im Handel erhältliches Streupulver ist der sog. Vasenolpuder. Läßt man das Kind längere Zeit naß oder schmutzig liegen, so wird die Haut angegriffen und das Kind wird wund. Bei sehr empfindlicher Haut empfiehlt es sich überhaupt, die Umgebung des Afters leicht einzufetten (Cold-cream, Lanoline); besonders wird das bei den künstlich genährten Kindern häufig nötig sein. Unter keinen Umständen soll eine Windel wieder verwendet werden, ehe sie gründlich ausgewaschen und wieder gut getrocknet ist. Der Verbrauch an Windeln ist mindestens auf 10—15 Stück für den Tag zu berechnen. Die übrige Wäsche ist womöglich täglich zu wechseln. Um das Verschlucken von Knöpfen unmöglich zu machen, muß die Wäsche in dem Bereich der Händchen des Kindes am besten keine oder nur sehr sorgsam angenähte Knöpfe haben.

Reinlichkeit und Hautpflege sind ja mit die Grundlage für das Gedeihen des Kindes, darum sind kleine

Kinder täglich zu baden. Schon der Neugeborene wird sobald wie möglich nach der Geburt gebadet, um den Körper gründlich zu reinigen. Das erste Bad soll 28° R = 35° C warm sein. Die Temperatur muß mit einem richtig gehenden Thermometer gemessen und nicht nach dem Gefühl festgestellt werden. Das zum Baden zu verwendende Wasser muß rein sein, denn die Haut des Neugeborenen ist empfindlich und bleibt es durch das ganze Säuglingsalter hindurch. Nach dem Bade wird das Kind vorsichtig abgetrocknet, und in den ersten Tagen des Lebens wird das Lager, in das es nunmehr gelegt wird, durch eine Wärmflasche vorgewärmt.

Ganz besondere Aufmerksamkeit ist in den ersten Tagen der Nabelschnur zu schenken, jenem Teile, an dem der kindliche Körper mit dem mütterlichen zusammenhing. Die Nabelschnur ist durch Bedecken mit sauberer Watte und durch Umlegung einer Binde ängstlich vor jeder Verunreinigung zu schützen. Die eingetrocknete Nabelschnur fällt in der Regel zwischen dem 6. und 10. Tage ab. Doch muß man auf den Nabel selbst noch längere Zeit mit besonderer Sorgfalt bei der Reinigung des Kindes achten; denn der Nabel stellt in den ersten Tagen des Lebens gewissermaßen eine offene Tür in den Körper des Säuglings dar, und allerhand Krankheitserreger können durch ihn ihren Einzug halten. Darum heißt es: die Tür gut verwahren!

Das tägliche Bad wird am besten auch durch das ganze zweite Lebensjahr beibehalten, nur geht man vom 10. Tage an etwa auf 34° C und nach etwa

acht Wochen auf 32½° C = 26° R herunter. Älteren Säuglingen kann man zweckmäßig am Schluß des Bades mit Hilfe einer kleinen Gießkanne über Brust und Rücken einen Überguß machen mit Wasser, das 1—2° kälter als das des Bades ist. Vor allzu kalten Waschungen und Übergüssen sei gewarnt, da sie ein zu starker Nervenreiz für kleine Kinder sind. Zur Reinigung der Kinder benutzt man eine milde, nicht parfümierte Seife. Das Waschen am Abend ist überflüssig.

Besondere Sorgfalt verwende man von früh an auf die Nägel. Der Schmutz an diesen ist sorgsam zu entfernen und durch rechtzeitiges Schneiden dem Zulangwerden vorzubeugen. Die Kinder kratzen sich sonst leicht, und die empfindliche Haut neigt zur Bildung von kleinen Eiterbeulen, sog. Furunkeln, durch die das Wohlbefinden stark gestört wird, und die unter Umständen sogar zu einer Lebensgefahr werden können.

Die Augen sollen beim Baden nicht mit dem Badewasser ausgewaschen werden, sondern mit Watte, die in reinem Wasser angefeuchtet ist. Die Reinigung des Mundes unterbleibt, wie schon erwähnt, bis zum Durchbruch der Zähne. Ist das Gebiß erst einigermaßen vollständig, so reinige man es täglich mit einer kleinen, sehr weichen Zahnbürste, jedoch in der Regel ohne Zahnpulver.

Im Alter von 4—6 Monaten beginnt man, das Kind an Sauberkeit zu gewöhnen, indem man es abhält. Der Erfolg wird größtenteils durch die Aufmerksamkeit und Geschicklichkeit der Pflegenden bedingt.

5. Verhütung und Bekämpfung von Krankheit.

Richtige Ernährung und gute Körperpflege sind die besten Mittel, Krankheiten zu verhüten. Ein sauber gehaltenes Brustkind wächst heran, ohne kaum je des Arztes zu bedürfen.

Um die Pocken, jene furchtbare Krankheit, die früher regelmäßig ihren Todeszug durch Deutschland hielt, zu bekämpfen, verlangt ein verständiges Gesetz, daß jedes Kind vor Ablauf des auf das Geburtsjahr folgenden Kalenderjahres geimpft wird. Bei der Impfung wird die Haut leicht geritzt und in die so entstehenden Gewebsspalten etwas Kälberlymphe eingerieben. Nach einigen Tagen bilden sich mit durchsichtigem Inhalt gefüllte Blasen, die, wofern sie nicht durch Kratzen des Kindes gereizt und verwundet werden, in etwa zwei Wochen eingetrocknet sind und abfallen. Die Impfung an und für sich ist ein harmloser Eingriff, der völlig unschädlich ist, der aber das Kind vor der Möglichkeit schützt, von einer schrecklichen Seuche ergriffen zu werden. Man achte daher nicht auf das törichte Geschwätz ungebildeter und halbgebildeter Menschen, welche in der Impfung den Grund für alle möglichen Erkrankungen sehen, auch nicht auf die irrigen Einwände fanatisierter Impfgegner. Man lasse vielmehr das Kind frühzeitig impfen und meide die heißen Monate. Auch ist unter allen Umständen zu verhindern, daß die Impfstellen von Fingern und Nägeln des Kindes berührt werden. Zweckmäßig legt man um die Ellenbogengelenke zu dieser Zeit eine Manschette

aus Pappe, durch welche die Biegung des Armes verhindert und das Kratzen unmöglich gemacht wird.

Das erste Lebensjahr ist ein sehr gefährdetes insofern, als in keinem andern Lebensalter die Sterblichkeit eine so hohe ist wie in diesem. Die Todesursache liegt meist in verschleppten Magendarmerkrankungen, die sich besonders in den heißen Sommermonaten häufen. Die Tatsache, daß es größtenteils unnatürlich genährte Kinder sind, die dabei zugrunde gehen, weist schon darauf hin, daß die Nahrungsaufnahme eine große Rolle bei der Entstehung dieser Krankheitszustände spielt; doch sei auch die verderbliche Wirkung der stagnierenden Luft in schlecht gepflegten Wohnungen nicht unterschätzt. Die Überhitzung ist für die Säuglinge verderblich, und sie fallen nicht selten einer Art Hitzschlag zum Opfer. Bei heißem, schwülem Wetter sorge man daher für möglichste Durchlüftung der Zimmer und für ordentlichen Durchzug. Auch sollen die Kinder dann sehr leicht bekleidet und unter keinen Umständen warm zugedeckt werden. Möglichst entblößt, läßt man sie viel strampeln.

Ängstlich aber achte man auf jedes erste Krankheitszeichen: Fieber, Erbrechen und Durchfall sind in dieser Zeit ganz besonders verhängnisvolle Symptome. Sofort befrage man den Arzt und setze, bis er kommt, mit der Verabreichung von Milch aus. An deren Stelle gibt man bei starkem Durstgefühl nur abgekochtes und wieder abgekühltes Wasser oder wenig gesüßten Kamillentee.

Vor allem aber hüte dich, wenn du dein Kind liebst, den erbetenen oder unerbetenen Ratschlägen kluger Nach-

darinnen Folge zu geben, oder aber auf eigene Faust mit den Heil- und Nahrungsmitteln Versuche anzustellen, welche eine aufdringliche Zeitungsreklame dir anpreist! Nur der Arzt vermag zu helfen, und ihm sollst du vertrauen. Aber willst du Krankheit überhaupt für dein Kind meiden und somit des ärztlichen Rates womöglich gar nicht bedürfen, so gibt es hierzu nur ein Mittel, und das heißt: Stille dein Kind!

Milchprüfer

= „Micontroller" nach Dr. Faitelowitz =

Patente in allen Kulturstaaten: angemeldet, teils erteilt / Der Apparat stellt fest, ob die Milch

frisch • genügend bakterienfrei • hygien. einwandfrei

ist, soweit sie für Säuglingsernährung in Frage kommt / Arbeitsdauer eine halbe Minute / Versuchsdauer 10 bis 20 Minuten / Von jedem Laien — bei Zimmertemperatur — ausführbar

Wichtig für:

Kinderkliniken
Kinderärzte
Milchküchen
Milchproduzenten
Milchhändler
u. für die Mütter

Preis des kompletten Apparates in Kasten, mit leichtverständlicher Gebrauchs-Anweisung

Mark 5.-.

(1)

Alleinfabrikant:

Warmbrunn, Quilitz & Co.,

Apparate-Bau-Anstalt • Berlin NW., Heidestr.

Zweigniederlassung der Verein. Lausitzer Glas-Werke A.-G.

*

Kathreiners Malzkaffee
ist für die Kinderstube
besonders wertvoll.

Ihr Inhalt macht's!