Zeitschrift: Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege : Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

Herausgeber: Elektro-Homöopathisches Institut Genf

Band: 11 (1901)

Heft: 10

Artikel: Rationelle Kinderkleidung

Autor: Kellogg, J.H.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038528

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: 14.07.2025

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

Annalen der Elektro-Homöopathie

und Gesundheitspflege

Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

herausgegeben

unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 10. 11. Jahrgang der deutschen Ausgabe. Oktober 1901.

Inhalt: Rationelle Kinderkleidung. — Zurück zur Natur. — Zur Heizungsfrage. — Korrespondenzen und Heilungen: Nabelbruch; Uteruspolyp; Geschwulst der Brust; Weißfluß; Verstopfung, Gelenkrheumatismus; Lungenschwindsucht; Gebärmutterleiden; Heufieber; Mastdarmvorfall; Hämorrhoiden; Schenkelgeschwulst; Gelenkrheumatismus; Akne; Schnittwunden; Rheumatismen. — Verschiedenes: Blumenduft und Stimme.

Rationelle Kinderkleidung[1]).

Von

Frau Dr. J. H. Kellogg.

Sehr viel ist schon geredet worden über die Rechte der Kinder, und es gibt sicherlich nichts, auf das ein jedes Kind mehr Anspruch machen könnte, als auf eine gute, kräftige Gesundheit. Es sollte von allen Eltern wohl zuerst erwogen werden, wie sie in ihren Kindern solche Verhältnisse schaffen können, die ihnen einen gesunden kräftigen Körper und vollkommene Gesundheit sichern, nicht nur, weil ihnen die Gesundheit die größte Behaglichkeit bietet, sondern weil es das Mittel ist, wodurch die größten und besten Möglichkeiten des Lebens entwickelt und auch erhalten bleiben. Die richtige Bekleidung des Körpers ist einer der Hauptfaktoren zur Beförderung der Gesundheit, nicht nur für Erwachsene, sondern schon von Kindheit auf; thatsächlich bedarf die Bekleidung zu keiner Zeit größerer Beachtung, als zur Zeit des Wachstums und der Entwicklungsperiode. In der Kindheit sollte der Grund für die Gesundheit des ganzen späteren Lebens gelegt werden, denn auch hier gilt der sowohl bei der geistigen als auch moralischen Gesundheit zutreffende Grundsatz: „Je früher wir beginnen, desto mehr werden wir erreichen."

Sogar solche Mütter, die für sich selbst bestrebt sind, nach den Grundsätzen der Gesundheitslehre gekleidet zu sein, opfern häufig das Wohlergehen ihrer Kleinen, um sie anziehend und elegant zu kleiden.

Eine der ersten Anforderungen der gesundheitsgemäßen Kleidung ist, daß sie die ungehinderte Bewegung eines jeden einzelnen Körperteils gestattet. Dies ist aber ganz besonders in der Zeit des Wachstums wichtig. Viele in dieser Periode befindlichen Kinder werden dauernd geschädigt durch schlecht sitzende, fertig gekaufte Kleidung. Solche Art Kleidung, die in großen Mengen immer nach demselben Muster hergestellt und eher nach dem Alter als nach der Größe verfertigt wird, paßt gewiß nicht für jene Kinder, die entweder im Verhältnis zu ihren Jahren zu groß oder zu klein sind. Ferner sind diese Kleidungsstoffe auch gewöhnlich gleich breit über Brust und Rücken, während doch vom physiologischen Standpunkt aus die Kleidung über die Brust weiter sein sollte, damit sich die Lungen richtig ausdehnen können. Als Folge des Tragens solcher un-

[1]) Aus „Gute Gesundheit" IV, 4.

richtig gemachten Kleidung werden die Schultern beständig nach vorn gedrängt, hierdurch wird die Lungenthätigkeit beschränkt und richtiges Atmen ist ein Ding der Unmöglichkeit. Der Körper des kleinen Kindes nimmt sehr leicht eine schlechte Haltung oder Mißbildung an und falls nicht frühzeitig diesem Uebel abgeholfen wird, sind dauernde Mißbildungen die Folge. Oftmals verursachen Mütter dies auch unwissentlich, indem sie ihre Kinder zwingen, die zum Teil ausgewachsene Kleidung zu tragen, welche die Freiheit der Muskeln behindert, z. B. enge Taillen, Gürtel, Aermel u. s. w. die den zarten jungen Körper einpressen. Die Einpressung irgend eines Körperteils durch das Tragen von zu enger Kleidung, die durch das Herauswachsen des Kindes verursacht wird, ist gerade so schädlich, als ob es absichtlich so angefertigt wurde.

Die Kleidung für Kinder sollte so angefertigt sein, daß es keine Schwierigkeiten macht, sie je nach dem Wachstum zu vergrößern, und sollte niemals so fest anliegend sein, daß die freie Bewegung irgend eines Körperteils behindert wird. Die Mütter sollen besonders darauf achten, indem sie häufig das Kind und dessen Kleidungsstücke messen. Man lasse die Kleinen ein loses Nachtkleid anziehen und dann messe man bei vollem Einatmen die Brust und die Taille, man achte auf die Anzahl der Zentimeter beim Einatmen und fertige die Kleidung hiernach an, indem man noch einige zugiebt für etwaiges Wachsen. Ebenso sollten die Schultern und andere Körperteile gemessen werden und sobald das Maß sich ändert, sollte sie wieder passend gemacht werden.

Dieselbe Sorgfalt erfordert die Fußbekleidung der Kleinen. Die Kinder haben oftmals sehr viel zu leiden durch Einpressen ihrer Füße in zu enges oder zu kurzes Fußzeug. Kalte Füße sind nicht selten die Folge von am Enkel zu fest geschnürten oder geknöpften Stiefeln, wodurch die Zirkulation gerade so gehindert wird, wie durch eine feste Binde an irgend einem andern Körperteil. Es ist ein falscher Begriff, daß die Enkel durch dieses feste Einschnüren in Wirklichkeit gestützt werden. Schnellläufer und Bergsteiger tragen niedrige Schuhe.

Sind die Kinderstiefel nicht schon beim Kaufen so lose, dann sollten die Knöpfe so weit vorgesetzt werden, daß man bequem mit dem Finger zwischen Stiefel und Enkel fassen kann. Die Natur hat die Enkel gewöhnlich mit genügenden Stützen versorgt und ein fest geschnürter oder geknöpfter Stiefel hilft nicht nur nicht der Natur, sondern durchkreuzt ihren Plan und schwächt die Muskeln, die durch die freien Bewegungen gekräftigt werden sollten. Kinderstiefel mit hohen Absätzen sind vollständig unnötig und durchaus zu verwerfen.

Gleichmäßige Wärme für alle Körperteile ist ein weiterer wichtiger Grundsatz für gesundheitsgemäße Kleidung. Es giebt nur wenig Mütter heutzutage, die nicht wissen, daß die je nach der Temperatur zu wechselnde vereinigte Unterkleidung, sogenannte Hemdhosen aus Wolle oder Baumwolle, das beste ist, was die Kinder als erstes auf dem Körper tragen, aber die Thatsache, daß das Kind dies trägt, gibt noch nicht die Garantie, daß es auch gleichmäßig warm ist. Denn wie es häufig vorkommt, ist das Unterzeug durch öfteres Waschen eingelaufen oder aus irgend einem Grunde so verkürzt, daß es kaum über die Ellbogen oder über die Kniee reicht, und läßt hierdurch einen Raum frei bis zum Anfang des Stiefels, der nur vom Strumpf bedeckt wird. Die kalten Herbst- und Winterstürme kühlen nun die kleinen Füße und Glieder durch diese weniger bekleideten Teile ebenso schnell ab, als ob die ganzen Gliedmaßen denselben ausgesetzt würden.

Es sollte sorgfältig beachtet werden, daß die Arme bis zu den Handgelenken und die Beine bis zu den Enkeln bedeckt sind. Die Bekleidung der Gliedmaßen sollte gerade so warm wie die anderer Körperteile, wenn nicht noch mehr sein, da sie am weitesten vom Mittelpunkt der Wärme sind. Bei den kurzen fliegenden Röcken wird dies nur erreicht durch das Tragen hoher und dicker Gamaschen.

Halten sich die Kinder draußen in der Luft auf, so bedarf es sowohl für die Gliedmaßen als auch für den Oberkörper einer Ueberkleidung. Ohne Zweifel ist manche gefährliche Krankheit durch Sorglosigkeit in dieser Hinsicht entstanden. Wenn die Kinder sich draußen im Freien aufhalten, so müssen sie je nach dem Wetter so bekleidet sein, daß alle Teile gleichmäßig warm werden und auch bleiben.

Noch manche andere Punkte in der Kleidung für Kinder verdienen neben der Gesundheit noch Beachtung. Kein Kind sollte zu der auch wohl zu vermeidenden Notwendigkeit gezwungen werden, etwas Unkleidsames zu tragen. Viele Kleine sind schon eigensinnig und unfreundlich geworden, weil sie etwas tragen mußten, das so völlig im Widerspruch mit dem Schönheitssinn oder dem guten Geschmack war, daß der kleine Täger oder die Trägerin dadurch zur Zielscheibe für Bemerkungen und selbst des Spottes wurde. Gesundheitsgemäße Kleidung ist nicht, wie manche zu denken scheinen, auch notwendigerweise so eigentümlich und seltsam, daß sie häßlich ist oder dem Auge nichts Wohlgefälliges bietet. Gott hat die Blumen auf dem Felde mit Schönheit und Lieblichkeit angethan und gewiß war es nicht beabsichtigt, daß die Menschenblüten sich häßlich kleiden sollten; wohl sollten nicht alle Modelaunen befolgt werden, aber wenn man Kinderkleidung macht oder kauft, so sollte doch die besondere Eigentümlichkeit der Trägerin oder des Trägers berücksichtigt werden, was sich am besten derselben anpaßt und so auf diese Weise Harmonie in Farbe wie Einfachheit in der Form verbinden, um ein Kleidungsstück herzustellen, das allen gesundheitlichen Anforderungen entspricht und die angeborene Liebe zum Schönen befriedigt.

Ein Kind einfach zu kleiden, heißt aber nicht geschmacklos. Ferner sollte man beachten, daß, obwohl alle Kleidung sauber und ordentlich sein soll, sie dennoch für den täglichen Gebrauch nicht aus zu empfindlichem Material bestehen darf, daß die Kleinen gezwungen sind, beständig aufzumerken, um ihre Schuhe nicht zu beschmutzen, ihre Rüschen nicht zu zerknittern und ihr Kleid nicht in Unordnung zu bringen. Diese Sorge, immer auf die Kleidung acht zu geben, stört nicht nur die Freude und behindert die freie Thätigkeit des Kindes, sondern prägt sich auch so ins Gedächtnis ein, daß das Kind oft eitel und putzsüchtig dadurch wird.

Die Aufmerksamkeit des Kindes sollte so wenig als möglich auf die Kleidung als Zierde gerichtet werden. Man sollte sie von klein auf lehren, daß ein sauberes, freundliches Gesicht, rote Wangen und eine gerade, gesunde Gestalt die größte Anmut sind, daß die Kleidung nur die Fassung des Juwels ist und während man immer heil und zierlich gekleidet sein sollte, nicht mit der Kleidung die Bewunderung anderer auf sich zu ziehen brauche. Man lehre sie den Grundsatz, daß es der gesunde Körper, seelisches Gleichgewicht, sowie das möglichste Nahekommen des Vorbildes Gottes ist, was den Menschen anziehend macht und nicht die Falten und Rüschen einer modernen Kleidung.

Manche Mutter gibt ihren Kleinen unbeabsichtigt eine Lehre zur Eitelkeit und zum Hochmut, wenn sie zu ihnen sagt: „In dem Kleid siehst du aber süß aus„ oder „der Hut steht dir gut“ oder ähnliche Bemerkungen macht.

Lehrt die Kinder auf Reinlichkeit und Ordentlichkeit achten, aber pflegt nicht die Idee in ihnen, daß „das Kleid den Menschen macht."

Sparsamkeit sollte auch eine der ersten Lehren sein; auf keinen Fall sollte den Kindern zu irgend einer Zeit erlaubt sein, bessere oder kostspieligere Kleidung zu tragen, als die Eltern für sich selbst erschwingen können. Manche Mutter, die ihrem Kind gewiß niemals Schaden thun wollte, hat den Anstoß gegeben, daß ihr Kind auf den Abweg kam, indem sie die Putzsucht pflegte und befriedigte, wobei sie ihre eigene Bequemlichkeit opferte, damit das Kind elegant gekleidet sein möchte. Kleidet die Mutter sich nun selbst in billigeren Stoff, während das Kind viel reicher und feiner gekleidet ist, so wird sie bald finden, daß dasselbe auf sie herab blickt, und wenn diese Stufe erreicht ist, so folgt natürlicher Weise der Uebergang vom Guten zum Bösen, den sie nicht länger kontrolieren kann. In der Theorie mag es für eine Mutter edel erscheinen, so selbstlos zu sein, sich um des Kindes willen selbst zu verleugnen, und es ist auch edel, wenn sie es zum besten des Kindes thut, aber in der Kleiderangelegenheit wird der Charakter des Kindes sich viel edler entwickeln, wenn das Kind von Jugend auf gelehrt wird, sich nach seinem Stande zu kleiden.

Zurück zur Natur[1]).

Wer in unserer Zeit die verschiedenen Schulen von der Volksschule bis zur Hochschule gewissenhaft und ordnungsgemäß durchwandert hat und schließlich am Ziel seiner Wünsche noch einmal die lange Bahn zurückschaut, wird sich trotz der inneren Erleichterung, die ihm die letzte glücklich überstandene Prüfung verschafft, doch einer gewissen Niedergeschlagenheit nicht erwehren können. War die Jugend wirklich die viel besungene Zeit der rosigen Hoffnung und des sprudelnden Lebens? War sie die Zeit der glücklichen Ideale und des begeisterten Strebens? Ach, sie war es leider vielfach nicht. Obwohl die Erinnerung die Vergangenheit gern verschönert und mit einem farbenreichen Schleier umwebt, so sind doch die glücklichen Bilder, die hin und wieder aus der Jugend frohen Tagen emportauchen, in der Regel nicht der Schule, sondern dem schulfreien Leben entnommen. Und wenn diese Bilder wirklich einmal das Leben der Schule in sich verkörpern, da gilt die Darstellung oft mehr dem heiteren, als mehr dem ernsten Teil. Wer bessere Erfahrungen gemacht hat, der möge mir meine Offenheit verzeihen; ich kann ihn nur beneiden, und gewiß gar viele mit mir.

Wer diese Thatsachen auf Grund seiner Erfahrung oder Beobachtung gelten läßt, wird sich unwillkürlich fragen: Fehlt der Jugend von heute der Drang nach Wahrheit und Erkenntnis schon so sehr, daß sie an ihrer eigenen geistigen Entwicklung keine Freude mehr empfindet? Oder liegt es in der Natur des Menschen, daß ihm die geistige Anstrengung den Frohsinn des Lebens verleidet? Ich behaupte, beides ist nicht der Fall. Der Wissenstrieb ist in der Jugend vorhanden, nur vermag er sich nicht zur inneren Befriedigung zu genügen; das geistige Streben ist durchaus rege, nur vermag der Stoff keine Teilnahme zu erwecken. Nicht der Jugend fehlt das Leben, sondern es fehlt vielfach dem Wissensstoff der ihr geboten wird. Der Lehrer mag noch so begeistert an seine bildende Aufgabe herantreten, so wird er doch nicht im Stande sein, einem abgestorbenen Leichnam neues Leben einzuhauchen. Unsere Jugend sehnt sich nach frischem Wasser,

[1]) Blätter für deutsche Erziehung, Jahrg. III. Nr. 4. Die von Arthur Schulz herausgegebene Monatsschrift ist sehr zu empfehlen.