

Das Trinken im Sommer

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes**

Band (Jahr): **23 (1915)**

Heft 18

PDF erstellt am: **06.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-547728>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

schonungsvolles Verfahren unter möglichster Vermeidung von Schmerzen verlangen. Letzteres wird sich oft gar nicht erzielen lassen, aber hier nützt zuweilen ein gutes Wort von

seiten des Arztes ebenso, wie eines von den schmerzstillenden Mitteln, die dem Mediziner in ziemlicher Auswahl zur Verfügung stehen.

Schluckgeräusch bei Säuglingen.

Bei Säuglingen ist es, während sie an der Brust liegen, sehr angebracht, auf das leise Geräusch zu achten, welches durch die Bewegungen der Muskeln und der flüssigen Milch beim Saug- und Schlingakt entsteht. Wenn man das Ohr dem Kopf des Säuglings während des Stillgeschäfts nähert und einigermaßen sonst Ruhe herrscht im Gemache, kann man dieses Schluckgeräusch unschwer und deutlich wahrnehmen. Man überzeuge sich auf diese Weise lauschend namentlich bei Ammen öfters, ob der Säugling auch wirklich ausreichend Nahrung zu sich nimmt und nicht zwecklos an der Brust liegt. Die Milch pflegt nach den ersten Zügen des Kindes bald reichlich zu quellen, dann wird der Zufluß spärlicher. Das Kind schluckt zunächst mit vollem Munde, muß aber nach kurzer Zeit beginnen, kräftig und kräftiger zu saugen, um etwas Nahrung in den Mund aufnehmen zu können, und tut es auch, so lange es nicht gesättigt ist. Nun büßt aber nicht selten auch bei guten Ammen die Milchausscheidung mit der Zeit etwas an Menge ein trotz bester Pflege. Bald nach dem Anlegen versiegt der

reichliche Strom ganz oder rinnt nur noch äußerst spärlich. Das Kind bekommt nur noch den ersten starken Zufluß, müht sich aber alsbald saugend ab, ohne indessen ausreichend Nahrung zu erhalten. Infolgedessen lassen auch die Schluckbewegungen nach und hören vorzeitig auf. Schließlich schläft der Säugling, ermattet von der nutzlosen Anstrengung, ungesättigt ein. Die Amme wird natürlich diesen Zustand, in den sie ja übrigens gewöhnlich schuldlos geraten ist, möglichst lange zu verheimlichen suchen, um ihre Stellung nicht zu verlieren. Das Kind aber will nicht recht gedeihen, sein Gewicht zeigt zuweilen sogar eine Abnahme, deren Ursache unerklärlich erscheint. Ist die Amme sonst brauchbar und verständig, entwickelte sich das Kind bei ihr bisher befriedigend, so beruhige man sie, mache ihr keine Vorwürfe, versuche lieber neben der Brust dem Kinde Flaschennahrung zur Ergänzung zu reichen, bevor man sich zu einem nicht immer leicht sofort durchführbaren und nicht immer sicher günstig verlaufenden Ammenwechsel entschließt.

Das Trinken im Sommer.

Nicht alkoholischen Getränken gelten die folgenden Zeilen, sondern dem Wassertrinken im Sommer und vor allem an heißen Tagen, worüber die Ansichten noch recht verschieden und zum Teil recht falsch sind. In erster Linie spielt auch beim einfachen Wassertrinken

die Gewohnheit eine sehr große Rolle. Während der eine auf Spaziergängen und Touren wenig oder gar kein Wasser bedarf, hält der andere an jeder Quelle still, um seinen mehr oder weniger eingebildeten Durst zu löschen. Es soll gewiß nicht behauptet werden, daß

dem Durstgefühl bei Wanderungen und Märschen im Sommer nicht stattgegeben werden soll; es ist im Gegenteil ein berechtigtes Verlangen, dann und wann durch einen Schluck Wasser sich zu erfrischen, und auch kühles Wasser ist selbst bei erhitztem Körper an heißen Tagen nicht schädlich, wenn es langsam getrunken und nicht hastig in großen Mengen dem Magen zugeführt wird. Je mehr aber jemand trinkt, desto mehr wird er schwitzen und desto leistungsunfähiger wird er bei größeren Märschen sein. Es ist durchaus nicht nötig, bei jeder sich bietenden Gelegenheit ein ganzes Glas Wasser hinunterzugießen, sondern auch im Wassertrinken soll ein ver-

ständiges Maß eingehalten und nicht eine Gewohnheit großgezogen werden, die nicht als ein Vorteil bezeichnet werden kann. Wer einigemal seine Neigung zum Trinken größerer Mengen Wassers zu bekämpfen vermocht hat, wird bei späterer Gelegenheit schon in viel geringerem Maße ein Bedürfnis zum Trinken haben und wird dann auch an sich selbst erfahren, wie ihn sogar größere Touren weniger anstrengen und ermüden, als jenen, der über sein unmäßiges Trinkgelüste nicht Herr zu werden vermag. Gewiß ist das beste Getränk im Sommer ein kühles Quellwasser; aber auch hier kann man durch Unmäßigkeit das Gute in sein Gegenteil verkehren.

Sammlung von Geld und Naturalgaben.

Bei der Zentralstelle eingelangt:

A. Barbeiträge.

XVI. Liste.

| | Fr. Ct. | | Fr. Ct. |
|--|----------|---|----------|
| Légation de Suisse, Buenos Ayres, Sam- melergebnis | 409. 75 | Ungenannt, Bern | 5. — |
| Angestellte des Hotels Schweizerhof Bern | 2. 50 | Durch Herrn Frey, Olten | 5. — |
| Herr E. Bischoff, Wil, St. G. | 20. — | Mme. Jouvy, Rilhac | 5. — |
| Angestelltenvereinig. der Fabrik Oerlikon | 250. — | Sonntagsgesellschaft Goldach | 5. — |
| Durch Herrn Pfarrer Bärlocher, Stein, Schaffhausen, Sammelergebnis | 276. 10 | Füsilierbataillon 23, Konzertertrag | 164. 05 |
| A. Bollack, Yverdon | 18. 75 | Zweigverein Seeland | 15. — |
| Vom Friedenschor Neuchâtel | 15. — | Schweiz. Fussballverband Bern | 100. — |
| Richteramt Nieder-Simmental | 9. 80 | Zweigverein Horgen | 500. — |
| E. Cavin, Lausanne | 50. — | Erlös aus Wollstoffabfällen | 287. 65 |
| Société suisse Amicizio Florence | 100. — | Herr E. Probst, Finsterhennen | 3. — |
| Ungenannt aus Sao Paolo, Brésil | 37. 40 | Durch Territorialkommando d. VI. Kreises | 20. — |
| Schweizerischer Werkereiverein | 31. 95 | Durch Friedensrichteramt Kreuzlingen | 50. — |
| Durch Zweigverein Solothurn | 6. — | Zinsertrag bei der Nationalbank Bern | 38. 05 |
| Frau E. Müller, Bern | 10. — | W. Zimmermann, Bern | 2. — |
| Durch Zweigverein Basel | 13. 10 | Frau E. Fischer-Ruoff, Bern | 30. — |
| Richteramt III Bern | 29. — | Mme. Carraby, Paris | 500. — |
| Zweigverein Fribourg | 145. — | Frl. Schär, Chaux-de-Fonds | 20. — |
| Durch Schweiz. Mobiliarversicherung, Expertenhonorar des Hrn. Zweifel, Sirnach | 15. — | Zins bei der Schweiz. Volksbank, Bern, I. Semester | 3364. 85 |
| Ungenannt, Bern | 1. — | Frau Fuchs, Caux | 5. — |
| Herrn P. Bulka, Bern | 50. — | Durch Bahnhofkommando Bern von ungarischer Dame | 10. 50 |
| Durch Bataillon 44 | 13. — | Samariterverein Meilen | 20. 50 |
| Sammelertrag der schweiz. Gesandtschaft Buenos Ayres | 2345. 65 | Herr Dr. Homberger, Tarasp | 20. — |
| Zweigverein Solothurn | 60. — | Von französischen Sanitätsoffizieren | 119. 90 |
| Herr Heimberg, Oberschweizer, Sachsen | 25. — | Club sportif suisse, Buenos Ayres | 308. — |
| Frl. Haldi, Chelsea, London | 50. — | Von ungenannt sein wollenden Franzosen | 20. — |
| | | Zweigverein Basel | 1200. — |
| | | Amerik. Rotes Kreuz, Washington | 1040. — |
| | | Frl. Charpier, Bern | 1. 50 |