Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 53 (1955)

Heft: 4

Rubrik: Mitteilungen

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: 13.07.2025

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

Der zugeklebte Mund

Kennen wir diesen zugeklebten Mund? Wissen wir davon zu sprechen, daß wir uns auf unsere Charakterfestigkeit sehr viel zugute tun, weil wir das Wort von der Versöhnung nicht haben finden können, nachdem wir in der Härte einem andern weh getan haben? «Ein Mann, ein Wort!» heißt es da. «Was ich gesagt habe, das habe ich gesagt. Und zurücknehmen — das gibt es nicht, das wäre eine schöne Schwäche, die ich da verraten würde. Lieber die Folgen tragen und einen Zwiespalt in Kauf nehmen als zu Kreuze kriechen.» Das klingt wunderbar großartig. Aber schade, daß sehr oft Menschenherzen darunter zusammenbrechen. Wie oft sind wir im Streitgespräch mit andern von einer ätzenden Schärfe. Wir verfechten unser gutes Recht! Natürlich. Aber muß es dazu kommen, daß wir dem Gegner mit der Faust ins Gesicht fahren? Muß durch unser Wort wirklich der Eifer fahren, der alle Brücken abbricht, daß ein Abgrund sich auftut, der sich nicht mehr schließt? «Ja, wenn man nicht ein Mensch wäre von Fleisch und Blut! Wenn nicht die Leidenschaft einen überwältigen und das Allzumenschliche sich ins Spiel mengte!» Dann setze ich dem entgegen: «Warum gestehst du das nicht ein?» Warum sagst du nicht: «Ich habe übers Ziel hinausgeschossen?» Warum reckst du nicht die Hand hin: «Verzeih', ich war zu bitter! Ich habe mich hinreißen lassen, das war nicht schön!» Warum? Der Mund war mir wie zugeklebt, ich konnte nicht!» — Nicht wahr, so ist es? Ist das Wort über die Lippen gekommen, so holen es tausend Reiter nicht mehr ein. Und hat es sein übles Werk getan, so liegt etwas in Trümmern, das kein Künstler der Welt wieder aufbaut. —

Doch! Es gibt einen Reiter, der das böse Wort wieder einholt. Aber wir mögen ihn nicht. Und dieser Reiter heißt: Demut!

Die Demut, die weiß: «Ich habe Unrecht getan, darum will ich es eingestehen». Die Demut, zu der der größte Mut gehört; die das Zeichen des Tapferen und Redlichen ist. Die Demut, vor der wir ausweichen, weil wir meinen, sie sei Schwäche, anstatt daß wir gestehen: Sie ist die größte Kraft, die einen Mensch ziert.

Wenn wir nur eines lernen wollten! Das ist, auf das feine Gefühl zu achten, das uns allemal sofort zuruft: Das hättest du nicht sagen dürfen! Das hättest du nicht tun sollen! «Das allererste Gefühl, das uns überkommt, und das wir meist abschütteln, weil wir ihm nicht trauen. Und doch gilt gerade von diesem Feingefühl das Wort Goethes aus dem Tasso:

«Ganz leise spricht ein Gott in unsrer Brust,
Was zu ergreifen sei und was zu fliehn!»

Lasse dir sagen: «Ein Wort der Liebe zu sprechen, ist nie unmännlich». Und nach Spannungen das erste Wort zu finden, zeigt hundertmal mehr Kraft und Größe, als der dickste Trutzkopf, der nicht mehr zurück will. Aber er sollte sagen: Zurück kann. Das ist das Heillose: Ich kann nicht! Mein Eigensinn hält mich fest. Darum sind wir nicht die großen Herren, die wir sein wollen, sondern die armen Knechte, die sich fortreißen lassen.

Ja, der zugeklebte Mund! Ueberall, wo in Familien Feindschaften entstehen, überall, wo die Herzen erkaltet sind und sich nicht mehr finden können, überall, wo die Menschen nebeneinander herlaufen und kein Verstehen füreinander mehr haben — ist der erste Augenblick schuld, wo der Mund zugeklebt war und sich nicht auftun konnte. Dann ist es zu spät. Und es gibt kein Wort, das ein schärferes Gericht über unser Leben hielte, als diese Erkenntnis: zu spät! Sind wir einmal auseinander, dann bringt uns die größte Versöhnungskunst nicht mehr zusammen. Das weiß jeder, der einmal in eine zerstörte Ehe hineingeschaut hat. Darum tue den zugeklebten Mund auf!

Aus: «Lebensfahrten» von K. Hesseibacher (gekürzt).

SCHWEIZ. HEBAMMENVERBAND

ZENTRALVORSTAND

Jubilarin

Frau Schaad-Meier, Lommiswil

Die besten Glückwünsche unserer Jubilarin, die seit vierzig Jahren Mitglied unseres Verbandes ist.

Die Delegiertenversammlung wird am 20. und 21. Juni in Chur stattfinden.

Für den Zentralvorstand

Die Präsidentin: *Marcelle Brocher* Vandœuvres, Genève

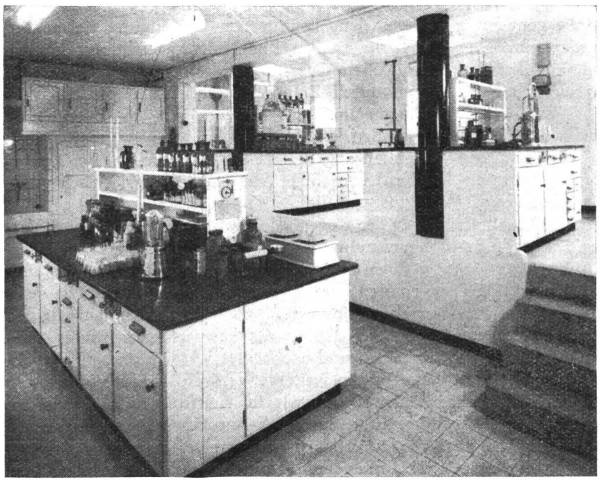
Die Aktuarin: *P. Rapaz-Trottet* Alpina, Chesières s. Ollon

(4) Fabrikation von Spezial-Milch für die Säuglingsernährung

Das Magazin, wo die Trockenmilchbüchsen bis zum Versand sorgfältig aufbewahrt werden, ist ebenfalls klimatisiert. Der Versand einer Fabrikationsserie erfolgt erst nach Eintreffen der Versandbewilligung des zuständigen Kontroll-Laboratoriums, die in der Regel höchstens drei Tage vorher eintrifft.

Nach Eintreffen der Versandbewilligung des Kontroll-Laboratoriums wird das betreffende Magazin entleert und die entsprechenden Milchbüchsenmengen zum Versand gebracht. Die Frist zwischen Fabrikation und Spedition, bzw. Konsum, ist praktisch auf ein Minimum reduziert.

4. Das Forschungslaboratorium



Im Forschungslaboratorium werden unentwegt Experimente und Untersuchungen durchgeführt, die den Zweck haben, anhand der letzten wissenschaftlichen Errungenschaften die Qualität der Guigoz-Produkte sowohl in diätetischer Hinsicht wie im Hinblick auf Konservierung zu verbessern.

Mit dem Polarimeter werden die verschiedenen Milchzucker bestimmt, z. B. Saccharose, einschließlich reduzierender Zuckersorten, vor und nach der Inversion.

(Fortsetzung folgt)

Wissenschaftliche Abteilung
GUIGOZ AG.
(Vuadens)

KRANKENKASSE

Krankmeldungen

Frau M. Frey, Asp
Frau M. Dettwiler, Titterten
Frau R. Winistörfer, Derendingen
Frau M. Gysin, Läufelfingen
Frau M. Günthert, Oberdorf
Frau J. Gürlet, Twann
Frl. E. Gerber, Thun
Frl. M. Wenger, Bern
Frau F. Rötheli, Bettlach
Frau Niederberger, Uznach
Frl. V. Müller, Matzendorf
Frau F. Schaad, Lommiswil
Frau K. Reinhardt, Basel
Frau F. Looser, Ebmatingen
Frau R. Kasser, Bern
Frau R. Hartmann, Möriken
Frau B. Diener, Fischenthal
Mlle N. Jordan, Moudon
Mlle E. Vodoz, Chexbres
Frl. L. Bölsterli, Weingarten/Lommis
Frau L. Meyer, Zürich
Frau von Arx, Stüßlingen
Frau J. Gnädinger, Ramsen
Mme E. Jaquet, Grolley
Frau F. Schmid, Naters
Frau E. Schaffner, Anwil
Frau M. Meyer, Gsteig
Mme A. Fasel, Freiburg
Frau A. Fink, Unterschlatt
Frau M. Zoß, Muri
Sr. Mina Probst, Zürich
Frau S. Enderli, Winterthur
Frau K. Nydegger, Schwarzenburg
Frl. E. Jenzer, Bützberg
Frau J. Maag, Küsnacht
Frau B. Ginsig, Glarus
Frau E. Kaspar, Aarau
Frl. B. Zaugg, Wynigen
Sr. Klara Gimmi, Schönenberg
Frau A. Caprez, Trins
Sr. Emma Faesch, Sommergasse, Basel
Frau K. Lieber, Weißlingen
Frau K. Schnyder, Lyß
Frau B. Bodmer, Ober-Erlinsbach

Wöchnerinnen

Frau R. Brunner-Oesch, Wädenswil
Frau F. Lindenmann-Tresch, Arosa

Neu-Eintritte

40 Mlle Fernande Gaillard, Bulle FR
Frl. Renée Guignard, Frauenspital, Basel

Zur gefälligen Notiz

Mitglieder, welche in der *Spital-Zusatzversicherung* aufgenommen sind, werden immer wieder gebeten, diese Beiträge freiwillig einzuzahlen auf unser Postcheckkonto VIII 29099. Es werden nur die Beiträge für das Taggeld per Nachnahme erhoben; für die Spital-Zusatzversicherungsbeiträge haben wir keine Nachnahmekarten, das gäbe für unsere Kasse zu große Spesen. — Denken Sie daran, daß Sie der Bezugsberechtigung verlustig werden, wenn Sie mit Ihren Beiträgen im Rückstand sind.

Für die Krankenkassekommission
Die Kassierin: *J. Siegel*

HILFSFONDS

Vergabung

Ganz unerwartet hat die Firma Auras S. A. in Clarens der Hilfsfondskasse den schönen Betrag von *Fr. 75.—* zukommen lassen und wir danken auch an dieser Stelle recht herzlich für diese Spende.

Namens der Hilfsfondskommission
Die Präsidentin: *J. Glettig.*

In Memoriam

Nach langer, schwerer Krankheit starb am 18. Februar in Holderbank unsere liebe Kollegin und Ehrenmitglied

Frau Pauline Hafner-Bader

Am 9. September 1882 geboren, verlebte sie im Kreise ihrer Geschwister in Holderbank ihre Jugendzeit. Nach Schulaustritt erlernte Frau Hafner die Hausgeschäfte und durch ihren Fleiß während siebenjähriger Tätigkeit in der gleichen Familie fand sie vollstes Vertrauen. Die geistige Aufgeschlossenheit der jungen Tochter mag wohl in ihrer späteren Berufswahl den Wunsch zum Hebammenberuf erwirkt haben, und so erwarb sie in Basel im Jahre 1905 nach bestandener Ausbildungszeit das Hebammenpatent.

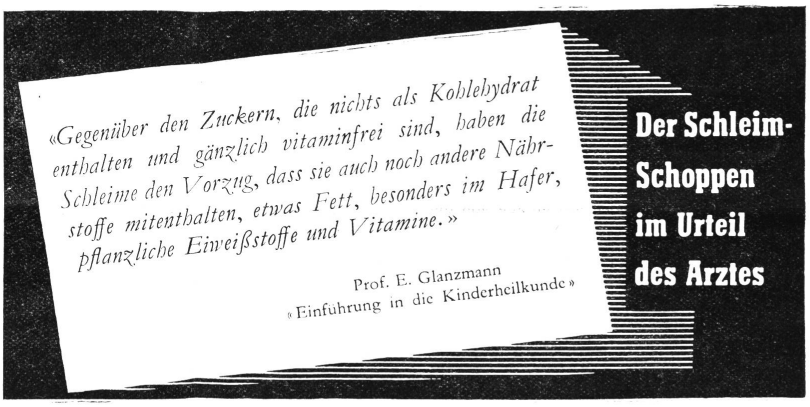
Zurückgekehrt in ihr Heimatdorf Holderbank, fand Frau Hafner in der Berufung als Hebamme ihr Lebenswerk. Beinahe volle fünfzig Jahre durfte sie die Hilfe der werdenden Mütter sein und so zum großen Segen der ganzen Gemeinde werden. Längere Zeit hatte sie auch noch die Gemeinde Langenbruck zu betreuen und wer die weit zerstreuten Berghöfe dieser Gegend kennt, kann ermessen, welche körperlichen und geistigen Kräfte es bedurfte, um diesen großen Pflichten und Verantwortung gerecht zu werden. Wie oft auch wird Frau Hafner in stillem Gebet um das Leben eines werdenden Kindes oder Mutter gefleht haben. Die starke innere Verbundenheit mit den Familien im Berufe durfte die Verstorbene bis zu ihrem Tode immer wieder dankbar entgegennehmen. Erfahrenheit und Reife machten Frau Hafner aber auch zur großen Lebensbejaherin als Frau und Mutter. Schwere Schicksalsschläge in der eigenen Familie blieben ihr nicht erspart. Zwei ihrer Kinder, davon eine Tochter im blühenden Alter von zwanzig Jahren, wurden ihr durch den Tod entrissen. Doch fand sie immer wieder den Mut und die Kraft, dem Leben die besten Seiten abzugewinnen.

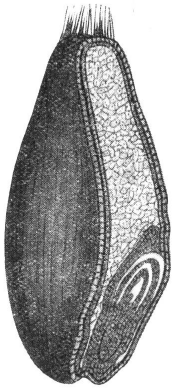
Die Sektion Solothurn weiß in großem Dank und tiefer Trauer die Treue von Frau Hafner zu unserer Berufsorganisation zu würdigen. Seit dem Jahre 1905 war sie Mitglied unserer Sektion und nahm bis in die allerletzten Tage ihres Lebens großen Anteil an dem Sektionsgeschehen. In den Versammlungen zeigte sie sich immer als sehr aufgeschlossenes Mitglied und scheute sich nie, ihre guten Ansichten in loialer Art zu verfechten.

Heute lebt Frau Hafner nicht mehr, still hat sie die Erdenlasten abgelegt und ist zu einem besseren Leben eingegangen — ein stiller Grabeshügel auf dem schönen Gottesacker zu Holderbank erzählt von dieser bescheidenen und doch so großen Frau. Sie ruhe im Frieden!

Sektion Solothurn
Die Präsidentin: *R. Wüthrich.*

Raummangelshalber erscheint der Nachruf für Frau Lina Zumsteg-Kohler in Wil (Aargau) erst in der nächsten Nummer. *Die Redaktion.*





Querschnitt durch ein Weizenkorn

Schleim macht die Kuhmilch nicht nur leichter verdaulich, sondern liefert dem kindlichen Organismus auch wertvolle Aufbaustoffe, die der Milch mangeln: Kohlehydrate, pflanzliches Eiweiss, Mineralstoffe und Vitamine.
Während der innere Teil des Kornes, das Nährgewebe, zur Hauptsache aus Stärke besteht, sind die Eiweisstoffe, Vitamine und Mineralien in den äusseren Schichten und im Keimling angereichert. Deshalb ist es so wichtig, dass der Schleim aus dem ganzen Korn herausgekocht wird und nicht aus Mehl, dem diese Bestandteile beim Ausmahlen entzogen wurden.
Das Auskochen der Getreidekörner erfordert allerdings viel Zeit und Brennstoff. Deshalb werden heute immer mehr die vorgekochten GALACTINA-Schleimpräparate verwendet, die schon in 5 Minuten einen vollwertigen Schleimschoppen ergeben. Die GALACTINA-Schleime werden nach einem speziellen, schonenden Verfahren hergestellt und enthalten die Nährstoffe des ganzen Korns.

Vorgekochter
GALACTINA-Schleim
aus Hafer, Gerste, Reis, Hirse

SEKTIONSNACHRICHTEN

Sektion Aargau. Die Frühjahrsversammlung findet statt: Donnerstag, den 14. April 1955, 14.15 Uhr, im alkoholfreien Restaurant Sonnenblick, Haselstraße 6, Baden. In verdankenswerter Weise stellt sich der wissenschaftliche Mitarbeiter der Firma Galactina & Biomalz AG., Herr Dr. Kramer, zu einem Vortrag zur Verfügung, und wenn es die Zeit erlaubt, auch zur Vorführung von Farbfilmen. Reservieren Sie deshalb schon jetzt diesen Nachmittag für unsere Versammlung!

Für den Vorstand: Sr. *K. Hendry.*

Sektion Baselland. Bei der Festsetzung des im März vorgesehenen Kurses im Basler Kinderspital haben sich organisatorische Schwierigkeiten ergeben. Der Kurs muß auf den Monat September verschoben werden. Wir werden Sie rechtzeitig über Datum und Zeit in Kenntnis setzen. Für den Vorstand: Sr. *Alice Meyer.*

Sektion Basel-Stadt. Unsere liebe Frau Bitterli hat uns auf den 14. April, 14.30 Uhr, zu einem gemütlichen Nachmittag eingeladen. Wir freuen uns auf ein trautes Zusammensein in den freundlichen Räumen, die uns von früher her bekannt sind. Bläsiring 42, Tram 4.

Für den Vorstand: *Frau Meyer.*

Sektion Bern. An unserer Versammlung vom 16. März hielt uns Herr Dr. Herrmann einen sehr interessanten Vortrag über das Thema «Thrombose und Embolie». Alle Anwesenden folgten den leicht verständlichen und klaren Ausführungen mit größtem Interesse. Schade, daß nicht noch mehr Kolleginnen Gelegenheit hatten, dem interessanten Vortrag beizuwohnen. Im Namen aller Anwesenden danke ich dem verehrten Referenten aufs beste. Für den Vorstand: *M. Rohrer-Eggler.*

Sektion Luzern. Wie bereits bei der Generalversammlung besprochen wurde, führen wir Dienstag, den 28. April, die Fahrt nach Neuenegg-Bern und die Fabrikbesichtigung der Firma Wander AG. durch. Wir fahren am Morgen um 8 Uhr beim Bahnhof, Kunsthausseite, per Autocar der Firma Koch fort. Die Fahrt geht über den Brünig, Interlaken, Thun, Bern, Neuenegg. Dort hat uns die Firma Wander AG. um 13 Uhr zum Mittagessen eingeladen. Anschließend ist die Fabrikbesichtigung, wo wir auch die Ob- und Nidwaldner Kolleginnen treffen werden. Um zirka 16.30 Uhr wird uns die Firma Wander AG. einen Imbiß servieren; nachher ist Heimfahrt über Bern, Langnau durchs Entlebuch. Ankunft in Luzern zirka 20 Uhr. Die Hälfte des Fahrpreises sowie die Verpflegung in Neuenegg wird in großzügiger Weise von der Firma Wander AG. bestritten. Die Sektion wird den Mitgliedern aus der Kasse etwas beisteuern, so daß für die Kolleginnen die Fahrt ab Luzern noch auf 5 Franken zu stehen kommt.

Wir hoffen, daß es recht vielen Kolleginnen möglich ist, an der schönen Fahrt und sicher sehr interessanten Fabrikbesichtigung teilzunehmen. Auskunft und Anmeldung bis spätestens 25. April an Fräulein Bühlmann, Rothenburg, oder die Unterzeichnete.

N. B. Es dürfen auch Pflegerinnen teilnehmen.

Mit kollegialem Gruß!

J. Bucheli, Aktuarin.

Sektion Ob- und Nidwalden. Programm für die Reise nach Bern am 28. April. Abfahrt: in Sarnen (Bahnhof) 7 Uhr, in Kerns (Garage Bucher) 7 Uhr, in Stans 7.30 Uhr, in Hergiswil (Schulhaus) 8 Uhr; Ankunft in Langnau 9.30 Uhr; Aufenthalt im Hotel Bären bis 10.30 Uhr. Tel. (035) 21044. Mittagessen in Bern um 12 Uhr. Nachher Besichtigung der Fabrik Dr. A. Wander AG., Neuenegg. Wir hoffen, daß alle Mitglieder mitkommen werden. Für den Vorstand: *K. Burch.*

Sektion St. Gallen. Die Kolleginnen, die unsere Versammlung am 17. März besuchten, mußten es nicht bereuen. Zwar waren nur wenige Traktanden zu erledigen, aber der Nachmittag war ausgefüllt mit der interessanten Besichtigung des kantonalen bakteriologischen Institutes. Der liebenswürdige Leiter dieses Institutes, Herr Dr. Wiesmann, gab uns in einem einleitenden Vortrag Auskunft über dessen Entstehung, Sinn und Zweck. Dann führte er uns vom Keller, wo in sauberen Ställen die Versuchsstiere hausen, zu den verschiedenen Laboratorien, wo an peinlich sauberen Tischen gearbeitet wird. Am interessantesten waren für uns wohl die Schwangerschaftsreaktionen an weißen Mäusen und Fröschen.

Frühlingsregen

Frühlingsregen muß sein,
Sonst versengte der Sonnenschein
Alles blühende Leben.
Spürst du doch wie die Nacht,
Die über tränenden Kelchen wacht,
Duft um Duft hat zu geben.

Frühlingsregen muß sein!
Fiel er dir auch in dein Glück hinein,
Halt ihm den Kelch entgegen.
Wenn tief drinnen nur sacht
Ist der lebendige Duft erwacht,
Bringen Tränen dir Segen. M. Feesche

Auch die Abteilung Blutspendedienst wurde uns von Herrn Dr. Wiesmann gezeigt und manches Wissenswerte und Interessante erklärt.

Da wegen dieser Besichtigung keine Zeit mehr blieb für die Vorführung der von Schwester Emmy in so freundlicher Weise versprochenen Farbenlichtbilder, so wird diese in unserer nächsten Versammlung stattfinden; auch wird Herr Schüpfer dann seinen Film von der Greyerzer Reise zeigen. Das wird im Mai sein, und zwar nochmals in der Frauenklinik; das genaue Datum werden wir in der Mai-Nummer veröffentlichen.

Mit kollegialen Grüßen

Für den Vorstand: *M. Trafelet.*

Sektion Sargans-Werdenberg. Am 17. Februar konnte unsere Präsidentin 18 Mitglieder sowie einen Gast, Fräulein Gansner, Maienfeld, zur Hauptversammlung begrüßen. Die Sektionsgeschäfte wurden fließend erledigt. Jahresbericht und Rechnung wurden verlesen, genehmigt und verdankt. Bei den Vorstandswahlen lehnte Frau Nadig eine Wiederwahl als Aktuarin ab. Wir möchten ihr auch an dieser Stelle die für die Sektion geleistete Arbeit herzlich verdanken. Ihr Amt wurde der bisherigen Kassierin übertragen, die hofft, an der nächsten Versammlung eine Nachfolgerin zu finden.

Anschließend an den geschäftlichen Teil sprach unser geschätzter Chef des Krankenhauses Grabs, Herr Dr. Werder, zu uns. Er referierte in sehr anschaulicher und leicht verständlicher Art über Thrombose, Thrombophlebitis, Embolie, ihre Verhütung und Behandlung. Herzlich danken wir Herrn Dr. Werder auch hier für den lehrreichen Vortrag und hoffen, wieder einmal seinen interessanten Ausführungen folgen zu dürfen.

Die Frühjahrsversammlung vereinigt uns am 28. April im Hotel Churfirsten in Walenstadt. Herr Dr. Kübler, Oberarzt im Krankenhaus, wird zu uns reden. Wir hoffen auf recht gute Beteiligung. Für den Vorstand: *L. Guyer.*

Sektion Solothurn. Unsere nächste Quartalsversammlung pro 1955 findet am 21. April, um 14 Uhr, im Restaurant Au Coq d'or, Tannwaldstraße, Olten, statt. Bahnhof-Ausgang rechtes Aareufer. Die reichhaltige Traktandenliste verspricht eine interessante Versammlung; u. a. wird uns Herr Dr. med. Schenker, Kinderarzt in Olten, einen lehrreichen Lichtbildervortrag halten. Der Vorstand bittet daher um zahlreiches und pünktliches Erscheinen.

Namens des Vorstandes: Frau *Luise Kiefer-Frey.*

Sektion Zürich. Infolge Abwesenheit der Berichterstatterin unterblieb ein Bericht in der März-Nummer, was die Mitglieder gefl. entschuldigen wollen.

Die diesjährige Generalversammlung war mittelmäßig besucht.

Der von Herrn Dr. Sauter gehaltene Vortrag über «Die Früherfassung des Karzinoms» war sehr lehrreich. Im Namen aller Zuhörer danken wir dem verehrten Referenten nochmals recht herzlich.

Das silberne Löffeli durften Fräulein Anna Baur, Birmensdorf, und Fräulein Martha Hauser, Wädenswil, in Empfang nehmen.

Ein Blumenstrauß für 40jährige treue Aktivmitgliedschaft wurde Frau Rosa Boßhard, Männedorf, Frau Lina Sieger, Zürich, und Frau Lehmann, Hütten, überreicht.

Frau Looser-Girsberger, Ebmatingen, blickt auf 50 Jahre Berufsarbeit zurück und durfte im vergangenen Jahr auch das Fest der goldenen Hochzeit feiern. Die Versammlung ehrte sie mit einem Blumengruß.

Unserem verehrten, nunmehr dreifachen Ehrenmitglied Frau Glettig wurde auch ein Kränzlein gewunden.

Der Jahresbericht, Kassabericht und Revisorinnenbericht wurden genehmigt und bestens verdankt.

Der Vorstand wurde für ein weiteres Jahr in globo bestätigt und hofft auf die tatkräftige Mitarbeit aller. Adressen: Präsidentin: Schw. Gertrud Knechtli, Frauenklinik, Zürich 6/33; Kassierin: Frau Klara Egli, Schaffhauserstraße 330, Zürich 11/50; Aktuarin: Schw. Hanni Meier, Im Höchlig, Meilen. Als Revisorinnen wurden bestimmt: Fräulein Irene Bertino (bisher); Frau Morf-Läuchli (neu).

Der Sektionsbeitrag wurde von Fr. 6.— auf Fr. 7.— erhöht. Wir bitten alle Kolleginnen, die Nachnahme prompt einzulösen, um der Kassierin unnötige Arbeit zu ersparen.

Zu unserer großen Freude haben wir einige Neueintritte zu melden: Frau Jetti Maag, Küsnacht (Uebertritt aus der Sektion Bern); Schwester Anni Weber, Zürich; Schwester Elsi Geiger, Zürich; Schwester Lisbeth Mühlemann, Zürich; Schwester Frieda Rutz, Zürich; Schwester Erna Rödel, Zürich. Wir heißen sie alle recht herzlich willkommen.

Bei genügender Beteiligung beabsichtigen wir, zirka Ende April einen Ausflug nach Neuenegg durchzuführen, zur Besichtigung der Fabrik Wander AG. Alle, die teilnehmen wollen, bitten wir, sich mit einer Postkarte bis *spätestens 10. April* bei der Aktuarin anzumelden. Fahrtkosten zirka Fr. 10.— bis 15.—, Verpflegung gratis durch die Firma. Für diese schöne Fahrt hoffen wir auf recht zahlreiche Beteiligung. Näheres hierüber wird nach Anmeldeschluß bekanntgegeben.

Unsere nächste Versammlung: Dienstag, den 10. Mai, 14.30 Uhr, im Zunfthaus zur Waag.

Mit freundlichen Grüßen

Für den Vorstand: *Hanni Meier.*

Zapplig, aufgeregt?

Etwas Melisana Klosterfrau in ein wenig Wasser ... sofort fühlen Sie die wohltuende und beruhigende Wirkung der in diesem altbewährten Präparat enthaltenen Kombination natürlicher Heilpflanzen. Bei nervösen Herzbeschwerden und andern Gesundheitsstörungen des Alltags hilft Melisana rasch. Machen Sie noch heute einen Versuch. MELISANA, der echte Klosterfrau Melissengeist, ist unter Zusatz von weiteren Heilpflanzen in Apotheken u. Drogerien ab Fr. 1.95 erhältlich.

Melisana hilft

4 bewährte WANDER Präparate für die Säuglingsernährung

NUTROMALT

Nährzucker aus Dextrin und Maltose als Zusatz zu verdünnter Kuhmilch. Nutromalt ist weniger gärfähig als gewöhnlicher Zucker und hilft dadurch Verdauungstörungen vermeiden. Verwendung: nach dem 1. Tag.

LACTO-VEGUVA

Für die einfache Zubereitung eines vollständigen Schoppens von hohem und vielseitigem Nährgehalt. Lacto-Veguva wird mit uperisierter Milch hergestellt und enthält als Träger wichtiger Mineralstoffe getrockneten Preßsaft aus Karotten und und Tomaten. Lacto-Veguva wird schon von der 4. Woche an gegeben.

VEGUMINE

Der Gemüseschoppen aus Tomaten, Karotten, Spinat, Bananen und Hefe, ergänzt durch Nährzucker, Kartoffel- und Getreidestärke. 2 Vegumineschoppen pro Tag, vom 4. Monat an, befriedigen das Bedürfnis des älteren Säuglings nach einer abwechslungsreicheren Kost und leiten unmerklich auf die gemischte Ernährung über.

ASCORBETTEN

Tabletten aus Zitronensäure und Vitamin C. Zur Herstellung eines Sauermilchschoppens mit erhöhtem Vitamin C-Gehalt. Sauermilchschoppen sind leicht verdaulich und erlauben deshalb die Verabreichung einer konzentrierten Nahrung. Besonders angezeigt bei Speikindern, schwacher Verdauung oder ungenügender Gewichtszunahme.

Muster unserer Präparate stehen Ihnen jederzeit zur Verfügung

Dr. A. WANDER A.G., BERN

SCHWEIZERHAUS

Spezialprodukte für

Säuglings- und Kinderpflege

NEU!

Dr. Gubsers Schweizerhaus Aktiv-Crème

Extrakt aus Kamillen-Blüten

- **Zur Pflege jeglicher Hautschäden** (leicht einmassieren)
- **Für Umschläge** (bei allen Kamillen-Indikationen)
- **Für Säuglingsbäder**
- **Zum Gurgeln, Mundspülen usw.**
- **Für Hand- und Fußbäder**

Dr. Gubser's **Schweizerhaus Tropfen** für zahnende Kinder. Spezialpräparat gegen Reizungen und Schmerzen beim Durchbruch der Zähne.

Gratismuster durch:

Dr. Gubser-Knoch A. G. Schweizerhaus

GLARUS

VERMISCHTES

Die Bedeutung der Kuhmilch für die Ernährung der werdenden Mutter

Abdruck aus der Süddeutschen Hebammen-Zeitung
(Verlag Ernst Reinhardt, München, Isabellastraße 11)
Von Prof. Dr. H. O. Kleine, Chefarzt der Städt. Frauenklinik, Ludwigshafen am Rhein

Merkwürdigerweise ist der hohe Wert der Kuhmilch für die Ernährung der werdenden Mutter immer noch nicht allgemein bekannt. Daß es sich hier um eine Angelegenheit handelt, die nicht nur von gesundheitlicher, sondern auch von volkswirtschaftlicher Bedeutung ist, sollen die folgenden Ausführungen darlegen, die sich auf die von Heupke und Stepp veröffentlichten Arbeiten stützen.

Der besondere Wert der Kuhmilch beruht außer auf ihrem billigen Preis auf fünf Eigenschaften:

1. auf der Sonderstellung des Milcheiweißes als «Ergänzungseiweiß»,
2. auf ihrem Reichtum an Mineralstoffen, insbesondere an Kalk und Phosphor,
3. auf ihrer leichten Verdaulichkeit,
4. auf ihrem Reichtum an Stickstoff,
5. auf ihrem Vitamingehalt, besonders auf ihrem Laktoflavinreichtum.

Der billige Preis und der «Ergänzungswert» des Milcheiweißes sind volkswirtschaftlich bedeutsam, wie später noch besprochen werden soll. Die leichte Verdaulichkeit, der Reichtum an Stickstoff, Kalk und Phosphor sowie der Vitamingehalt sind Faktoren, wie im folgenden gezeigt werden wird.

Die Kuhmilch enthält übrigens sämtliche Nährstoffe, Mineralsalze und Vitamine. Es gibt kein anderes Nahrungsmittel, von dem man das gleiche sagen könnte.

Daß gerade die Milch ein so wertvolles, beinahe «omnipotentes» Nahrungsmittel ist, braucht uns eigentlich nicht zu wundern, besteht doch ihre ursprüngliche Bestimmung darin, eine sehr rasch wachsende Körpersubstanz aufzubauen.

Die Kuhmilch als Ergänzungseiweiß

Die Bedeutung des Milcheiweißes als «Ergänzungseiweiß» geht aus folgenden ernährungsphysiologischen Tatsachen hervor: Ein Eiweißkörper ist als Nährstoff umso besser geeignet, je mehr unentbehrliche Aminosäuren er enthält. «Eiweiß» ist durchaus kein einheitlicher Stoff. Die unterschiedliche biologische Wertigkeit der einzelnen Eiweißkörper und damit ihr unterschiedlicher Nährwert beruht auf dem verschiedenen Gehalt an Aminosäuren. Wir kennen heute 25 Aminosäuren, unter denen wir solche unterscheiden, die für das Leben unbedingt notwendig, und solche, die entbehrlich sind.

Ein Eiweiß, das einige solcher lebenswichtigen Aminosäuren nicht enthält, kann durch ein anderes Eiweiß ergänzt werden, das gerade diese Aminosäure besitzt, während ihm andere Aminosäuren fehlen. Das Milcheiweiß enthält die wichtigsten Aminosäuren in reichem Maße. Unter anderem kommt in der Milch z. B. die wichtige Aminosäure Methionin vor, die für die Aufrechterhaltung der normalen Leberfunktion sehr wichtig ist. Die Tatsache, daß Milcheiweiß einen hohen «Ergänzungswert» besitzt, ist von großer praktischer Bedeutung, vermag doch das Milcheiweiß dadurch den Nährwert unterwertiger Eiweißkörper, wie z. B. der Mehle, Hülsenfrüchte und Kartoffeln, zu erhöhen, so daß an sich *unterwertige*, aber billige pflanzliche Eiweißkörper durch Zulage von Milcheiweiß zu *vollwertigen* Eiweißkörpern ergänzt werden können. Wenn eine Schwangere täglich 1 Liter Milch trinkt, braucht sie bedeutend weniger Fleisch, das viel teurer und zudem noch schwerer verdaulich ist.

Sozial schlechter gestellten Schwangeren steht mithin in der Milch ein Ausgleichsfaktor zur Verfügung, der es ihnen erlaubt, sich und ihr Kind mit vollwertigem Eiweiß auf billige Weise zu versorgen.

Die Mineralstoffe in der Kuhmilch

Die Kuhmilch besitzt einen «Basenüberschuß», d. h. sie enthält besonders reichlich basische, also alkalisch reagierende Mineralstoffe. Dadurch vermag sie die sauren Stoffwechselprodukte von Eiweiß und Fett zu entgiften. Dies ist wichtig im Hinblick auf die gefürchteten Schwangerschaftskrämpfe, die Eklampsie. Wenn auch die eigentliche Ursache der Eklampsie noch nicht bekannt ist, so steht doch immerhin fest, daß ihr Ausbruch durch übermäßige Fleisch- und Fettzufuhr mit dadurch bedingter Uebersäuerung des Stoffwechsels beschleunigt werden kann.

Leider besteht heute wiederum die Gefahr einer allzu reichlichen Fleisch- und Fettzufuhr. Gerade bei den Schwangeren, die nicht nur für die Entgiftung der eigenen sauren Stoffwechselprodukte zu sorgen haben, sondern auch für diejenigen ihrer Leibesfrucht, erweist sich deshalb die Milch mit ihrem Basenüberschuß als sehr nützlich.

Was die Art der in der Milch enthaltenen

Kinderschleim-Mehle

bieten

3 grosse Vorteile:

1. Höchste Verdaulichkeit durch feinste Mahlung und Erschliessung (Dextrinierung)
2. Verkürzte Kochzeit auf nur 5 Minuten
3. Aussergewöhnliche Preisvergünstigung

Knorr Schleim-Mehle sind trotz ihrer konkurrenzlosen Preise jedem anderen Produkt dieser Art ebenbürtig.

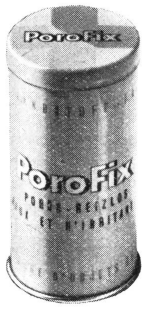
250 g 75, 80 und 95 Cts.

Phosphat-Kindermehl

mit Vitamin D

empfiehlt sich vom 5. Monat an. — Es dient einer guten Knochenbildung, fördert das Wachstum und die Entwicklung der Zähne.

250 g Paket nur Fr. 1.50



Neu!

Neu!

Neu!

Neu!

Neu!

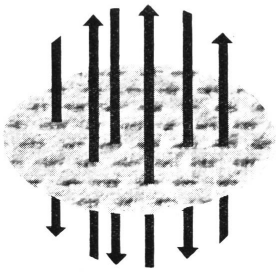
Neu!

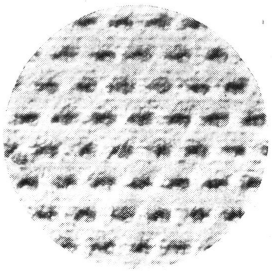
PoroFix

das Nabelpflaster,

das alles Bisherige

übertrifft





Das neuartige PoroFix-Heftpflaster nimmt wie kein zweites Rücksicht auf die empfindliche Haut des Kleinkindes. Es ist — und darin liegt sein eminenter Vorzug — luftdurchlässig. Und luftdurchlässig bedeutet doch: die Haut kann atmen. Sie ist nicht versiegelt, wie das bis anhin vorgekommen sein mag. Nein — sie kann ausdünsten. Und das ist wichtig.

Seine Luftdurchlässigkeit verdankt das ideale PoroFix-Pflaster der porös aufgetragenen, gitterförmigen Klebeschicht, die — wie die Haut — voller Poren ist. Die Klebemasse besteht aus physiologisch einwandfreien Kunststoffen; sie ist also frei von Kautschuck und Auflösemitteln.

PoroFix Heftpflaster für Nabelverbände

reizt nicht
klebt zuverlässig
ist leicht ablösbar

Dosen 1 m x 3 und 5 cm
Clipsspulen 5 m x 3¾ und 5 cm

das Richtige für die delikate Haut des Säuglings

Int. Verbandstoff-Fabrik Schaffhausen, Neuhausen a. Rheinfall

Nervenschmerzen?

Melabon FORTE

hilft rasch und zuverlässig

Fr. 1.25, Fr. 2.60, Fr. 4.50
Vorratspackungen: 100 Kapseln **Fr. 13.70**
K 5547 B 200 Kapseln **Fr. 34.30**

In Apotheken erhältlich

AGPHARM A. G., Luzern 2

Mineralstoffe betrifft, so ist festzustellen, daß alle notwendigen Mineralstoffe reichlich vorhanden sind, insbesondere der für den Aufbau des Knochensystems so wichtige *Kalk*. 1 Liter Milch enthält 1,2—1,7 g Kalk, vermag also den Tagesbedarf einer Schwangeren (= 1,5 g) zu decken. Dieser Reichtum der Milch an Kalk fällt umsomehr ins Gewicht, als unsere sonstigen Nahrungsmittel bedauerlicherweise alle kalkarm sind und auch die Aufnahme der künstlichen Kalkpräparate wenig befriedigend ist. Für den Knochenstoffwechsel wirkt sich auch der hohe *Phosphorsäuregehalt* der Kuhmilch günstig aus.

An Phosphorsäure enthält die Kuhmilch im Liter fast 2 g, mithin eine Menge, die den Tagesbedarf einer Schwangeren zu decken vermag. Bekanntlich sind zur Verhütung der Rachitis neben genügend Vitamin D ausreichende Mengen von Phosphor und Kalk erforderlich.

In diesem Zusammenhang sei noch ein Hinweis gestattet auf den Gehalt der Kuhmilch an dem für die Verhütung der Zahnkaries (Zahnfäule) so wichtigen Spurenelement *Fluor*. Die Milch enthält hiervon etwa 0,2 mg pro Liter, also sehr wenig, da der Tagesbedarf auf etwa 1,5 mg geschätzt wird. Weil nun in Deutschland das Trinkwasser und die Nahrungsmittel sehr fluorarm sind, wäre es angesichts des Gebißverfalls der heutigen Generation von größter gesundheitlicher Bedeutung, wenn die werdenden Mütter eine mit Fluor angereicherte Trinkmilch erhalten könnten, wie dies bereits in der Schweiz geschieht. Verabfolgt man einer Schwangeren Fluor, so kann über den Weg durch die Plazenta ein Widerstand gegen Zahnfäule der Leibesfrucht erzielt werden (Held). Die intrauterine Zeit ist übrigens die Schicksalszeit der Zähne, denn schon vom dritten Schwangerschaftsmonat an beginnen die Verkalkungsvorgänge in Zahnhartgewebe, für welche die Gegenwart genügender Fluorionen Vorbedingung ist *(H. J. Schmidt)*. Die Kariesprophylaxe (Prophylaxe = Vorbeugung) in der Schwangerschaft sollte also so frühzeitig wie möglich beginnen, am besten mittels *fluorierter Kuhmilch*, von der die werdende Mutter täglich 1 Liter zu sich nimmt.

Der Umstand, daß die Kuhmilch im Liter nur 1,06 g Kochsalz enthält, d. h. *kochsalzarm* ist, kommt der Schwangeren sehr zustatten, da die werdende Mutter die Zufuhr größerer Kochsalzmengen vermeiden soll, um nicht die in der Schwangerschaft bestehende Neigung zu ödematösen Anschwellungen des Unterhautgewebes zu begünstigen.

Der Eisengehalt der Kuhmilch ist nur sehr gering. Er beträgt bloß $^1/_2$ mg im Liter. Der tägliche Durchschnittsbedarf in der Schwangerschaft beläuft sich hingegen auf 15 mg.

Die leichte Verdaulichkeit der Kuhmilch

Wie ist die gute Verträglichkeit der Milch zu erklären? Wir haben hier zweierlei zu unterscheiden: die leichte Verdaulichkeit des Milcheiweißes einerseits und die des Milchfettes anderseits.

Das Milcheiweiß wird von allen Eiweißarten am vollständigsten verwertet, besitzt also den ergiebigsten Nutzwert. Der Grund hierfür liegt erstens darin, daß sich die in der Milch gelösten Eiweiße leicht mit den Verdauungssäften mischen und zweitens darin, daß die im Milcheiweiß enthaltenen Aminosäuren in besonders günstiger Mischung vorhanden sind. Uebrigens ist der Gehalt an Aminosäuren in der Kuhmilch und in der Frauenmilch sehr ähnlich. Deshalb ist ja auch keine andere Eiweißart für Schwangere so geeignet wie das Eiweiß der Kuhmilch.

Das *Fett* kommt in der Milch in außerordentlich fein verteilter Form vor. Ein Tropfen Milch enthält mehr als 100 Millionen Fettkügelchen. Infolge dieser fast unvorstellbar feinen Verteilung wird das Milchfett verständlicherweise leicht verdaut. Daher soll die werdende Mutter dem Milchfett in der Milch oder in der Butter den Vorzug geben gegenüber den anderen Fettlieferanten wie Speck, Schmalz und Oelen.

Durch die Fettverdauung wird besonders die Leber stark beansprucht. Bei Schwangeren ist dieses Organ an sich schon sehr belastet, weil es für das Kind mitsorgen muß. Aus diesem Grunde ist Bedacht darauf zu nehmen, während der Schwangerschaft die Fettverdauung so günstig wie möglich zu gestalten.

Bezüglich der *Kohlehydrate* der Milch ist folgendes bedeutungsvoll:

Die Milch enthält als Kohlehydrat rund 5 % Milchzucker. Dieser ist nicht nur als Energiestoff wichtig, sondern er erfüllt auch noch eine andere, höchst wichtige Funktion: er sorgt mit für die Aufrechterhaltung des Bestandes einer günstigen Darmbakterienflora, was sich wiederum vorteilhaft für die Verdauung auswirkt.

Der Stickstoffreichtum der Kuhmilch

Bekanntlich dienen die Eiweiße hauptsächlich als *Aufbaustoffe*, da sie *Stickstoff* enthalten, der für den Aufbau der lebenden Substanz unumgänglich notwendig ist. Fette und Kohlehydrate dagegen, die dem Körper in erster Linie *Betriebs- und Energiestoffe* liefern, sind frei von Stickstoff.

Die werdende Mutter braucht für den Aufbau ihrer Leibesfrucht *Eiweiß*. Es muß angestrebt werden, ihr dieses Eiweiß in leichtverdaulicher Form zur Verfügung zu stellen, weil sonst die mit der Eiweißverdauung betrauten Organe, Leber, Darm und Nieren zu sehr angestrengt werden. Diese Organe sind ohnehin in der Schwangerschaft überlastet, da sie ja für das Kind mitarbeiten müssen. Das Milcheiweiß ist hinsichtlich seiner Verdaulichkeit allen anderen Eiweißen überlegen, also Fleisch und Fisch, Eiern und Hülsenfrüchten, Kartoffeln und Mehlen.

Wie wir heute wissen, ist der Eiweißbedarf der werdenden Mutter vom vierten Schwangerschaftsmonat an erhöht. Während die Nichtschwangere täglich etwa 60 g Eiweiß benötigt, braucht die Schwangere mindestens 80 g *(Hilber)*. Bisher wurde den Schwangeren geraten, täglich nicht mehr als $^3/_4$ Liter Milch zu verbrauchen, und zwar hauptsächlich aus Furcht vor der Eklampsie. Diese Sorge ist unbegründet. *Die Schwangere muß schon deshalb täglich 1 Liter Vollmilch trinken, weil sie erst dann ausreichende Mengen Phosphor und Kalk erhält.* Anderseits sollen aber auch nicht unnötig große Milchmengen zugeführt werden, einerseits, um Leber und Nieren der Schwangeren nicht zu überlasten, anderseits, um eine übermäßige Gewichtszunahme der Mutter (und des Kindes!) zu vermeiden.

Aus Untersuchungen geht deutlich hervor, daß das Gewicht und die Länge des Neugeborenen von der Menge des Nahrungseiweißes der Mutter abhängen.

Der Vitamingehalt der Kuhmilch

Hinsichtlich der mengenmäßigen Verteilung der einzelnen Vitamine in der Kuhmilch ist folgendes zu bemerken: Es können gedeckt werden:

der tägliche Vit.-A-Bedarf zu 30 %
der tägliche Vit.-B_1-Bedarf zu 23 %
der tägliche Vit.-B_2-Bedarf zu 85 %
der tägliche Vit. C-Bedarf zu 20 %

Der Nikotinsäureamidgehalt der Kuhmilch ist gering: In einem Liter nur 0,87 mg. Ein Liter Milch deckt demnach nur 6 % des täglichen Bedarfs. Um den Tagesbedarf an diesem «Antipellagravitamin», das gleichfalls zur Vit.-B-Gruppe gehört, zu decken, braucht daher die Schwangere noch *Hefe* (Bierhefe), die außer Nikotinsäureamid noch viele andere Vitamine der B-Gruppe in erstaunlicher Menge enthält. Sehr zu empfehlen ist auch der neue *Hefe-Würzextrakt*, von Zyma-Blaes in Tubenform, den es in zwei Formen gibt, salzhaltig und salzarm. Letztere ist für Schwangere zu bevorzugen.

Laktoflavin, das Vit. B_2 im engeren Sinne, greift regulierend in den Zucker-, Fett- und Eiweißstoffwechsel ein. Daß es so reichlich in der Kuhmilch vorkommt, ist für die Schwangeren wichtig, denn Laktoflavin ist das Hauptwachstumsvitamin. Es vermag ferner die unangenehmen Wadenkrämpfe der Schwangeren zu verhüten *(H. O. Kleine)*. Außerdem trägt es auch zur Ausschwemmung von Oedemen bei, ein Umstand, der sich ebenfalls für die Schwangere günstig auswirkt. In der Milch ist auch Vit. D enthalten, aber nur in sehr geringer Menge, bis zu 160 I. E. im Liter. Dagegen findet sich die Vorstufe des Vit. D, das Ergosterin, meist in reichlicherem Maße. Die tägliche optimale Vit.-D-Dosis für Schwangere wird mit 1000 I. E. angegeben.

Eine wirksame Rachitisverhütung ist nur dann möglich, wenn die werdende Mutter *bereits in der Frühschwangerschaft* dafür Sorge trägt, daß in ihrer Nahrung drei Faktoren hinlänglich vorhanden sind:

Kalk, Phosphor und Vitamin D.

Ein genügender Kalk- und Phosphorspiegel läßt sich jedoch nur bei ausreichender Vitamin-D-Versorgung erzielen *(Hilbert)*. Das Vitamin D ist demnach das primär Wichtige.

Angesichts des Vitamin-D-Mangels der Kuhmilch muß ärztlicherseits darauf gedrängt werden, daß in allen Molkereibetrieben die Milch mit Vitamin D obligatorisch angereichert wird. Für die künstliche Vitamin-D-Anreicherung der Kuhmilch sind geringere Vitaminmengen erforderlich als für die Rachitisprophylaxe mittels Vigantolstoß. Es sei übrigens daran erinnert, daß alle Vitamine, die der Mutter zugeführt werden, auch der Leibesfrucht zugute kommen.

An dieser Stelle sei kurz auf die Frage des Abkochens der Milch eingegangen. Um die hitzeempfindlichen Vitamine B_1 und C nicht völlig zu zerstören, darf die Milch nur *pasteurisiert*, d. h. eine halbe Stunde auf 65 Grad erhitzt werden, wie dies ja auch meist in den Molkereigroßbetrieben geschieht. Hierbei gehen nur 20 % des Vit. C

Citretten-Kinder
weinen wenig, sind zufrieden, schlafen viel und ruhig!
Schwangerschafts-Erbrechen
wird behoben durch „HYGRAMIN"
Hebammen verlangen Muster zur Abgabe an die jungen Mütter von der
NOVAVITA AG., Postfach, **Zürich 27.**

und 10 % des Vit. B_1 verloren. Das Pasteurisieren verändert das Milcheiweiß noch nicht *(Kollath)* und genügt zur Abtötung des Tuberkelbazillus und des Bazillus abortus Bang.

Milchmischgetränke

Bedauerlicherweise lehnen es manche Frauen ab, Milch zu trinken, weil sie den Geschmack nicht mögen. Diese Frauen sollten davon Kenntnis nehmen, daß der Geschmack der Milch verbessert bzw. geändert werden kann. Man wähle z. B. *Dickmilch* (sog. Sauermilch), Joghurt, milchhaltige Speisen, oder eines der *modernen Milchmischgetränke*, in denen die Milch zusammen mit Fruchtsäften verabreicht wird.

Solche Milchmischgetränke erfreuen sich heute wegen ihres angenehmen Geschmackes und ihrer erfrischenden Wirkung zunehmender Beliebtheit. Sie werden mittels elektrischer Milchgeräte, die mit hoher Tourenzahl arbeiten, zubereitet, mit Zusatz von Obstsäften oder ganzen Früchten. Durch Wahl verschiedener Obst- und Beerenfrüchte kann man den Vitamin-C-Gehalt und den Geschmack nach Belieben variieren. Wählt man z. B. ein Milchmischgetränk mit *Sanddornbeere*, einer einheimischen Vitamin-C-Spenderin, die 200 mg % Vitamin C und mehr aufweist, so erreichen wir gleichzeitig eine besonders hohe Anreicherung der Milch mit Vitamin C. *Angesichts des erhöhten Bedarfs der werdenden Mutter an Vitamin C ist die Verwendung derartiger Milchmischgetränke sehr zu empfehlen.* (Sanddorn-Vollfrucht der Donath-Kelterei, München 25.)

Die Engländer, die Amerikaner sowie die Schweden und Schweizer verbrauchen durchschnittlich pro Kopf täglich einen Liter Milch. Der tägliche Durchschnittsverbrauch der Milch in Deutschland beträgt heute nur 0,30 Liter, obwohl die Milch billig ist, und obwohl sie in genügender Menge zur Verfügung steht. Wir Aerzte müssen durch Aufklärung der Bevölkerung dazu beitragen, daß der Milchverbrauch gesteigert wird, denn die Milch ist ein einzigartiges, geradezu ideales Nahrungsmittel.

Auf die Vorzüge, die die Kuhmilch insbesondere der werdenden Mutter bietet, kann nicht nachdrücklich genug aufmerksam gemacht werden.

Zusammenfassung

Der tägliche Verbrauch von 1 Liter Vollmilch bietet folgende Vorteile:

1. Zufuhr von 35 g leicht verdaulichen Eiweißes, wodurch über ein Drittel des Tagesbedarfs gedeckt wird.
2. Zufuhr von 30 g gut verträglichen Fettes, was über die Hälfte des Tagesbedarfs ausmacht.
3. Eine Kohlehydratzufuhr in Form von Milchzucker, mit dessen Hilfe eine günstige Darmbakterienflora aufrechterhalten wird.
4. Zufuhr von «Ergänzungseiweiß», das in Verbindung mit weniger wertvollen pflanzlichen Eiweißen ein hochwertiges und zugleich billiges Eiweiß liefert.
5. Zufuhr eines «Basenüberschusses», der schädliche Säureanhäufungen im Stoffwechsel ausgleicht.
6. Zufuhr von reichlich Kalk und Phosphor, also von Stoffen, die für die Frühverhütung der Rachitis wichtig sind.
7. Zufuhr von Vitaminen, u. a. von Laktoflavin, das für die werdende Mutter von großer Bedeutung ist.

Es wird darauf hingewiesen, daß eine künstliche Anreicherung der für die schwangeren Frauen bestimmten Trinkmilch mit Vit. D und Fluor für die Rachitis- und Zahnkariesverhütung von größtem Wert wäre.

Erfahrungen mit Glutaminsäure bei Geistesschwachen

Prof. Dr. med. J. Lutz

Vor einigen Jahren ist ein Präparat auf den Markt geworfen und durch viel Propaganda bekannt gemacht und gepriesen worden, das in der Lage sein soll, die Geistesschwäche wirksam zu bekämpfen: die *Glutaminsäure* und die aus ihr hergestellten Präparate. In Amerika ist festgestellt worden, daß leistungsschwache Kinder, die dreimal im Tag eine ihrem Alter angemessene Dosis dieser Substanz bekamen, lebhafter wurden und ganz bedeutende geistige Fortschritte machten.

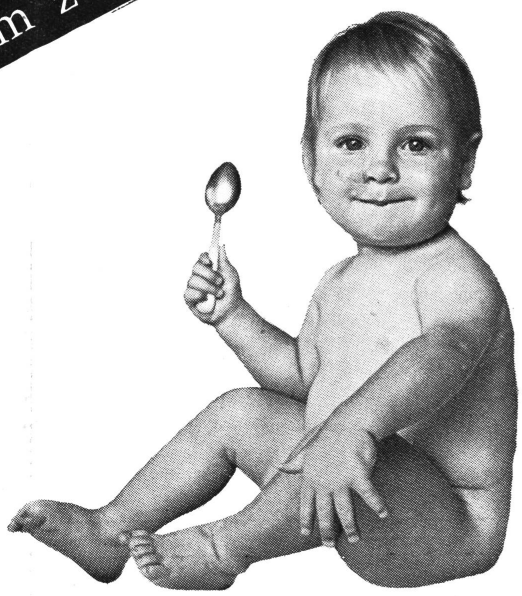
Glutaminsäure ist ein Eiweißbaustoff, der täglich von uns z. B. in Käse und Fleisch genossen wird. Er wird in den als Medikament verwendeten Dosen von säureempfindlichen Menschen und solchen mit Leberstörungen nicht gut ertragen, sonst aber, der Nahrung beigemischt, ohne weiteres aufgenommen. Ohne Zweifel spielt die Substanz im Stoffwechsel des Gehirns eine große Rolle. Die Beobachtungen, die man an vielen Orten hat machen können, zeigen, daß tatsächlich in vielen Fällen Steigerungen der Leistungsfähigkeit vorkommen, solange man die Substanz gibt. Wenn man damit aussetzt, fällt die Leistung in der Regel auf das vorherige Maß zurück. Der Entdecker der Glutaminsäurewirkung, *Zimmermann* in New York, weist schon darauf hin, daß die Hauptleistungssteigerung innerhalb von sechs Monaten auftrete und dann meist nicht mehr weiter gehe.

Genaue Untersuchungen, die von andern Autoren und uns gemacht worden sind, haben gezeigt, daß in vielen Fällen die Leistungssteigerung nicht nur auf die Glutaminsäure, sondern ebensosehr auf das gesteigerte Interesse an den der Behandlung unterworfenen Kindern und die vermehrte pädagogische Hilfe, die man ihnen angedeihen läßt, zurückgeführt werden muß. Diesen Schluß konnten wir aus einer größer angelegten Untersuchung ziehen: Wir haben einer Gruppe von dreißig bildungsfähigen, unterbegabten Schulkindern teils Glutaminsäure in der vorgeschriebenen Dosis, teils eine indifferente zuckerhaltige Substanz, die in Aussehen und Geschmack von der Glutaminsäure nicht zu unterscheiden war, über mehrere Monate verabreicht. Außer dem Versuchsleiter wußten weder Lehrer noch Erzieher noch Patienten, wer eigentlich Glutaminsäure bekam. Es zeigte sich, daß überhaupt kein Unterschied in der Leistungssteigerung der Kinder mit oder ohne Glutaminsäure bestand! Zum gleichen Resultat kam man auch an andern Orten. Solche Versuche zeigen, daß es sich niemals um eine generelle Wirkung des Mittels auf den Schwachsinn handeln kann; es ist sicher falsch, zu sagen, das Mittel bekämpfe den Schwachsinn in jedem Falle wirksam, denn es sei «Brain-Food», «Hirnnahrung», wie es in überbordender Reklame genannt worden ist. Zudem ist lediglich die Aktivität angeregt, nicht aber die eigentliche intellektuelle Begabung. Anzunehmen, daß diese durch das Medikament als Ganzes grundlegend beeinflußt würde, ist völlig falsch.

In Berücksichtigung der genannten und noch vieler anderer Ergebnisse und Ueberlegungen halten wir uns an folgende Richtlinien:

1. Eine kritiklose, unkontrollierte Verabreichung von Glutaminsäure zur Besserung des Schwachsinns lehnen wir ab.
2. Bei gewissen, vor allem antriebsarmen, leichter Schwachbegabten halten wir für richtig, in einer bestimmten Lernsituation einen Versuch mit dem Medikament zu machen. Er muß jedoch ärztlich und heilpädagogisch eingeleitet und überwacht werden; dann darf man auch die einleitend geschilderten Erfolge erwarten.
3. Bei manchen Kindern, vor allem auch bei vielen (nicht bei allen) aufgeregten (erethischen) Schwachbegabten, steigert die Glutaminsäure unserer Erfahrung nach die Erregung nicht

Schon vom zweiten Lebensjahr an



geben Sie Ihrem Kinde
Sana-sol
Wirkung wie
ein guter Lebertran
Geschmack angenehm wie
eine Orangeade
Ausschließlich in Apotheken erhältlich

unbedenklich, wie überhaupt Ueberdosierung zu Zerfahrenheit und Schlafstörungen führen können.

Unsere vorsichtige, zurückhaltende Einstellung zu dieser neuen Behandlungsart stützt sich auf die Vorstellung, daß es sich bei ihren «Erfolgen» lediglich um eine äußerliche, vorübergehende Aktivierung, nicht aber um eine wahre innere Ausweitung der intellektuellen Anlage und eine echte und anhaltende bessere Leistungsfähigkeit handelt. Manche Eltern lassen sich täuschen und meinen, es sei für ihr schwaches Kind viel gewonnen, wenn es einige Monate lang etwas lebhafter sei, weil sie sich vorstellen, man könne die Intelligenz «ankurbeln», «auf höhere Touren» bringen. Wenn auch zweifelsohne energetische Prozesse für die intellektuelle Tätigkeit eine nicht wegzudenkende Voraussetzung bilden, so geht doch die genannte materialistische Denkweise am Entscheidenden vorbei. Unser Gehirn ist nicht ein Registrier- und Kombinierungsapparat, den man wie eine Maschine pflegen muß. Das registrierende, verarbeitende und schöpferisch gestaltende Denken bedient sich freilich des gut funktionierenden, gut ernährten Gehirns; das Denken selbst jedoch ist nicht materiell faßbar und gehorcht ganz andern Gesetzen. Auch beim Schwachbegabten befinden sich die geistigen Möglichkeiten und die Aeußerungen derselben in einem gewissen harmonischen Gleichgewicht. Dieses Gleichgewicht zu stören, ohne es auf einer neuen Basis wieder stabilisieren zu können, indem wir nur die äußeren Prozesse (Tempo der Reaktionen, der Gedankenabläufe, Ausweitung der Ermüdungsgrenzen) aktivieren, halten wir für fragwürdig. — Immerhin sind noch nicht alle Fragen abgeklärt, und das Gesagte schmälert lediglich den unkritischen Optimismus im Hinblick auf die Schwachsinnsbehandlung, nicht aber die Möglichkeit des Medikamentes bei andern Erkrankungen.

(Aus einem Jahresbericht der Zürcher Pflegeanstalt für geistesschwache, bildungsunfähige Kinder in Uster.)

Die Arbeit mit Geistesschwachen ist eines der großen Aufgabengebiete von *Pro Infirmis*, die zurzeit wieder ihre alljährliche Sammelaktion durchführt. Kann über diese Arbeit Schöneres gesagt werden als die Abschiedsworte eines Heimleiters nach zwanzig Jahren Zusammenleben mit den Allerschwächsten:

«Unsere Aufgabe hat keine äußere Größe, sie bedeutet ein bloßes Aufgeboten- und Bereitsein. Was wir aber mitten in dieser Arbeit erleben, das ist nicht mehr lauter Leiden, Unvermögen, Schwachheit. Das ist oft und oft Glück und jubelnde Freude.»

Ferien für die Familie

Die Schweizerische Gemeinnützige Gesellschaft gibt seit zwanzig Jahren ein Verzeichnis von Ferienwohnungen aus 19 Kantonen heraus. Die Ausgabe 1955, die über 3200 Ferienwohnungen enthält, ist soeben erschienen und kann zum Preis von Fr. 2.— (einschließlich Bezugskosten) bei der Ferienwohnungsvermittlung in Zug, Baarerstraße 46, Tel. (042) 4 18 34, oder bei der Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft, Brandschenkestraße 36, Zürich 1, bezogen werden. Sie sind auch bei allen größeren schweizerischen Verkehrsbüros sowie bei Reise- und Auskunftsbüros der Schweizerischen Bundesbahnen erhältlich. Dem Inhaber des Verzeichnisses wird unentgeltlich mitgeteilt, welche Wohnungen jeweils frei sind.

Verzeichnisse vorhergehender Jahre sind nicht mehr gültig

Da die Nachfrage nach Wohnungen für die Monate Juli und August groß ist, sollten nicht alle Familien ihre Ferien zur gleichen Zeit antreten. Günstige Ferienantrittstermine sind: Mitte Juli bis Ende Juli und anfangs August bis Mitte August. Dadurch könnte das Bettenangebot besser ausgenützt werden, und viele Familien könnten dadurch eher eine Ferienunterkunft finden. Familien ohne schulpflichtige Kinder nehmen ihre Ferien mit Vorteil nicht während den Schulferien. Sie dienen damit sich und den andern.

Mitteilungsdienst: Schweiz. Frauensekretariat

Flugblatt «Wenn Dich das Welschland lockt...»

Das von unserer Abteilung für Frauenberufe schon vor längerer Zeit in Bearbeitung genommene Welschlandflugblatt liegt nun gedruckt vor. Allfällige Bestellungen sind an unsere Adresse, Merkurstraße 45, Zürich 32, zu richten. Der Preis beläuft sich für einzelne Exemplare auf 30 Rp., wobei Vorausbezahlung in Marken gewünscht wird. Bei größeren Bestellungen erfolgt eine Reduktion (ab 10 Exemplaren auf 20 Rp., ab 50 Exemplaren auf 15 Rp. und ab 1000 Exemplaren auf 12 Rp.). Ga.

STELLENVERMITTLUNG

DES SCHWEIZ. HEBAMMEN-VERBANDES
Frau Dora Bolz, Sportweg 22, Liebefeld-Bern
Tel. (031) 7 56 41

Mitglieder, die sich zur Vermittlung einer Stelle anmelden, sind gebeten das Anmeldeformular zu verlangen und Fr. 2.— als Einschreibegebühr in Marken beizulegen.

Gesucht für sofort: Eine Hebammen-Schwester nach Schuls-Tarasp.

Maternité Neuchâtel sucht zwei Hebammen auf 1. Mai.

In der *Gemeinde Kallnach* ist die Stelle der Gemeinde-Hebamme frei geworden. Interessentinnen wollen sich bei der Stellenvermittlung melden.

In ein *Kantonsspital des Kantons Solothurn* wird eine Hebamme für sofort gesucht.

Kreisspital Muri (Aargau) sucht für die Monate April—Juni eine Hebamme zur Vertretung.

Die Stellenvermittlung sucht *dringend* Hebammen für Vertretungen und Ferienablösungen. Wer sich für einen oder zwei Monate freimachen kann, möge sich doch bitte melden.

Erfreuliche Fortschritte

im Wachstum Ihres Lieblings, selbst wenn er schwächlich und zart ist, konstatieren Sie nach Verabreichung von

Trutose KINDERNAHRUNG

Ein kurzer Versuch überzeugt Sie. Wie viele andere Mütter werden auch Sie dann von der Wirkung dieser, ärztlich wärmstens empfohlenen Kindernahrung begeistert sein.

Verlangen Sie Gratismuster zur Verteilung an die Wöchnerinnen von

Albert Meile AG.
Bellerivestraße 53
Zürich 34
Telephon (051) 34 34 33

Preis per Büchse Fr. 2.—

K 250 B

AURAS
Säuglingsnahrung

wird von Hebammen und Müttern immer mehr geschätzt, weil zuverläßig, leicht verdaulich, wohlschmeckend, rasch zubereitet.

AURAS: nature
AURAS: mit Karotten-Zusatz
AURAS VITAMIN: reich an Vitamin B_1 und D_2

Prospekte und Muster bereitwilligst vom Fabrikanten:
AURAS AG.
in Clarens (Vd.)
Gegründet 1906

K 5612 B

Berna

SÄUGLINGSNAHRUNG

.. gesunde Kinder
.. kräftige Kinder!

HANS NOBS & CIE. AG. MÜNCHENBUCHSEE / BE

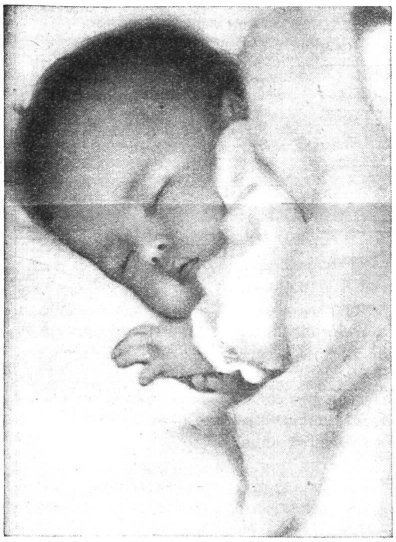
PELSANO EMULSION SALBE

die bewährten Heil- und Vorbeugungsmittel für die Hautpflege des Säuglings und Kleinkindes.

PELSANO hat sich insbesondere gegen Milchschorf, Krusten und Schuppen bildende, sowie nässende Ausschläge hervorragend bewährt.

Chemosan A. G., Schaffhauserstr. 373, **Zürich 50**

K 4820 B



25 Jahre

sind ins Land gegangen seitdem wir die Fabrikation des

Fiscosin

als Spezialität aufgenommen haben. Vieles hat sich inzwischen geändert. „Tausendjährige Reiche" sind entstanden und wieder verschwunden und anderes mehr. Unverändert geblieben ist die Qualität unseres Produktes:
Non plus ultra.

Verehrte Hebamme! Denken Sie daran bei der Beratung Ihrer Kundinnen.

ZBINDEN-FISCHLER & Co., BERN 14

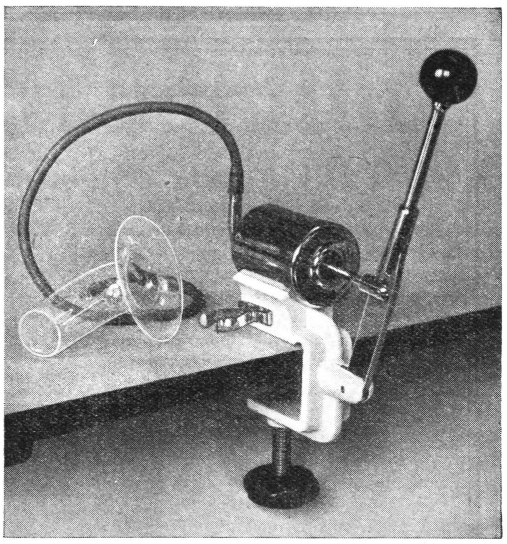
Brustsalbe
Debes

verhütet, bei Beginn des Stillens angewendet, **das Wundwerden der Brustwarzen** und die **Brustentzündung**. Seit Jahren in ständigem Gebrauch in Kliniken und Frauenspitälern.

Topf mit sterilem Salbenstäbchen: Fr. 4.12 inkl. Wust.

Erhältlich in Apotheken oder durch den Fabrikanten:

Dr. Christ. Studer & Cie., Bern



Zwei Milchpumpen, die sich bei den Hebammen großer Beliebtheit erfreuen:

MILCHPUMPE FRATA, wie abgebildet, mit Hebelantrieb . . . . . Fr. 90.—

MILCHPUMPE PRIMISSIMA, ebenfalls ohne fremde Hilfe anwendbar . . . . . Fr. 22.—

Auf diese Preise gewähren wir den gewohnten Hebammenrabatt. Prospekte bereitwilligst.

Hausmann SANITÄTS GESCHÄFT St. Gallen Zürich Basel

Ein diätetisches, naturreines Speisefett mit Haselnüssen und Mandeln. 100 % vegetabil und bekömmlich. Als feiner Brotaufstrich, zum Verfeinern der Speisen, zum Verbacken im Teig, als delikate Füllung.

Mit JUWO-Punkten

J. Kläsi, Nuxo-Werk AG, Rapperswil SG

K 4955 B

NESTLÉ
Schleim
SOLDOR
NESTLÉ
FÉCULE SPÉCIALE
POUR NOURRISSONS
EDELSTÄRKE (FÉCULE)
ZUR SCHLEIMZUBEREITUNG
FÜR SÄUGLINGE
Biberon
NESTLÉ
SAUGFLASCHE
Soldor ermöglicht die rasche
Zubereitung des Schleims, der
in den ersten Lebensmonaten zur
Verdünnung der Milch gegeben wird
Soldor: Nur 1-2 Minuten Kochzeit
Soldor: Nur 1-2 Rp. pro Schoppen