Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 28 (1971)
Heft: 9

Artikel: Junge Mutter, liebst du dein Kind?
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553142

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: 16.07.2025

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

drocatropfen wirkten gut, da die Hustenanfälle schwächer und seltener geworden waren. Es handelt sich bei diesem Mittel um ein Rezept, das Drosera und Efeu enthält, was bekanntlich günstig auf die Krankheit einwirkt, da man dadurch nicht ein gewaltsames Coupieren, sondern ein Mildern der Anfälle bewirkt. Gleichzeitig lassen sich unangenehme Nebenwirkungen und Nachwehen vermeiden, wenn man es nicht unterlässt, gleichzeitig Echinaforce und ein Petasitespräparat einzunehmen.

Abhilfe durch Umschulung

Dieser besondere Fall zeigt die Hilflosigkeit eines klassischen Schulmediziners, der bei Kinderkrankheiten, hier also bei Keuchhusten, nichts von Homöopathie und Phytotherapie versteht. Ich begreife daher sehr gut, warum sich vor allem in Deutschland viele allopathisch eingestellte Ärzte auf Homöopathie umschulen lassen. Seinerzeit wohnte ich selbst einem solchen Umschulungskurs bei und war erfreut, dass 400 Ärzte anwesend waren, um ernstlich an dem Kurs teilzunehmen. Ausser Programm hielt ich damals einen Vortrag über das alte Heilverfahren der Indianer, vormerklich der Inkas. Für mich war es erstaunlich, unter den anwesenden Ärzten so grosses Interesse vorzufinden, denn sie schenkten sogar den einfachen Behandlungsweisen der Indianer in den Cordilleren vorurteilsfreie Aufmerksamkeit. Sicher hätte einer der Inkamedizinmänner ein Kind nicht einen ganzen Tag mit Erbrechen liegen gelassen, ohne ihm mit Kräutermitteln zu helfen. Die Pflanzen, die die Bergindianer für ihre Mittel zur Verfügung haben, sind bedeutend stärker als jene ihrer Kollegen im Urwald.

Bereits bedient sich die Schulmedizin einiger Heilmittel, die sie von den Naturvölkern übernommen hat. Bekannt sind daher Chinin, Rauwolfia, Strophantin sowie Curare, aber es wäre gut, wenn die Forschung noch viele andere Schätze der Pflanzenheilkunde für den allopathischen Arzt bereithalten könnte. Tausende von Ärzten, die von der Chemotherapie etwas müde sind, wären dankbar dafür. Erfreulicherweise gibt es jetzt auch in der Schweiz einen Verband biologisch eingestellter Ärzte. Der zuvor erwähnte Hausarzt hingegen gehört bestimmt nicht zu ihren Mitgliedern, hätte er sich doch sonst in dem geschilderten Keuchhustenfall zu helfen gewusst.

Junge Mutter, liebst du dein Kind?

So viele junge Mütter von heute sind selbst fast noch Kinder. Kein Wunder, wenn sie da nicht immer ganz bei der Sache sind, so dass es oft aussieht, als ob sie ihr Kleinkind mit einer leblosen Puppe verwechseln würden, konnte man sich doch je nach Lust und Laune um eine solche kümmern oder nicht. Nun, solcherlei Gedanken erwog ich, als mir kürzlich im Zug eine junge Mutter gegenübersass. Sie hatte ihren ungefähr neun Monate alten, lebensfrohen Knaben neben sich auf dem Polstersitz liegen. Während das Kind mit Händen und Füssen turnte und zappelte, redete es in der internationalen Kindersprache allerlei unverständliche Worte. Doch seine Mutter blieb hiervon unberührt, hatte sie doch einen scheinbar spannenden Roman zu lesen. Eine junge Schweizer Frau, die neben mir Platz genommen hatte, war deshalb in ständiger Spannung, denn sie fürchtete, der lebenslustige Junge könne gelegentlich unversehens unliebsam auf den Boden fallen. Zeitweise lag zwar die rechte Hand der Mutter zum Schutze auf dem Kinde, aber nur rein sachlich, ohne dass sie dabei ihre Blicke von ihrem Lesestoff abgewendet hätte.

Der Kleine dagegen schien alles zu beobachten, wobei er gleichzeitig mit einer Mickymausfigur spielte, indem er sie mit Vorliebe in den Mund nahm und an der Farbe nagte, was für seine Gesundheit

bestimmt nicht das beste war. Lustig plauderte er darauflos und unterhielt sich mit sich selbst, zufrieden, ohne je auch nur einmal zu schreien. Seine moderne Mutter aber erfreute sich nicht an ihm, sondern verschlang Seite für Seite ihres französischen Romanes. Abwechselnd lächelte das Kind einmal mich, dann wieder meine Nachbarin an. Als ein Mitreisender mit einem Lassie-Hund in unserem Abteil Platz nahm, war das Kind voll Staunens, so dass man sich unwillkürlich fragte, was wohl in dem kleinen Gehirn und Herzen vor sich gehe? Doch ständig blieb die Mutter teilnahmslos und schien wirklich nichts mit dem herzigen Kleinen anzufangen wissen. Es war, als ob ihr jede natürliche Beziehung zu ihm fehle, und sie kam uns wie eine blosse Gebärmaschine vor. Vor Thalwil fing sie an, gegenwärtig zu werden, denn sie verpackte den Knaben in eine Art Rucksack, was er gerne geschehen liess, weil doch endlich etwas mit ihm vorgenommen wurde. Um den Kleinen in seinem Sack tragen zu können, legte sich die Mutter eine seiner Schlingen um den Hals, so dass das Kind auf ihren Bauch zu liegen kam, während Asiatinnen ihre Kinder auf dem Rücken tragen. Als die seltsame Mutter verschwunden war, kehrte ich zu meinem Anfangsthema zurück, denn es kommt doch schliesslich darauf an, ob eine junge Mutter ihrem anvertrauten Kind auch wirklich die Pflege angedeihen lassen kann, die ein solches benötigt.

Vielleicht wissen aber junge Mütter von heute überhaupt nicht, was notwendig ist, damit ihre Kinder gesund bleiben und stark werden können, damit sie gute Knochen und kräftige Zähne bekommen, damit sie gutes Blut erzeugen und vor allem abwehrfähige Stoffe gegen Krankheiten zu bilden vermögen. Mangelhaftes Wissen auf diesem Gebiet kann Fehler zur Folge haben, die dem Kind fürs ganze Leben zum Nachteil gereichen können. Damit eine junge Mutter daher gründlich vorbeugen kann, folgen hier einige Ratschläge.

Das Süssigkeitsbedürfnis

Fast ausnahmslos lieben Kinder Süssigkeiten, weshalb es nötig ist, dieses Bedürfnis durch unentwertete Naturerzeugnisse zu stillen. Wenn wir im übrigen durch schmackhafte, vollwertige Gemüsemahlzeiten besorgt sind, den Bedarf an Mineralbestandteilen richtig zu decken, entsteht beim Kind auch weniger ein einseitiges Verlangen nach Süssigkeiten. Sehr vorteilhaft ist es auch, das Morgenessen mit Fruchtnahrung zu beginnen, wobei man dem Kind gleichzeitig das mineralstoffreiche Vollwertmüesli verabreicht. Die beigefügten Frischfrüchte decken den Vitaminbedarf. Die Wahl der Früchte richtet sich nach der Jahreszeit. Das Müesli selbst ersetzt sämtliche raffinierte Stärkeprodukte und beschafft dem kindlichen Organismus das, was er zum Aufbau von Knochen und Zähnen und einem gut arbeitenden Nervensystem beansprucht. Die Zubereitung dieser Mahlzeit ist denkbar mühelos, und selbst die Erwachsenen geniessen sie gerne. Bei den Kindern ist sie indes so beliebt, dass sie auch zum Nachtessen dargereicht werden kann, so dass nur das Mittagsmahl aus Gemüse zubereitet wird. Auf diese Weise wird den Kindern schon während der Mahlzeiten gesunde Süssigkeit geboten, und zwar sollte man dabei stets bedacht sein, den weissen Zucker ganz auszuschalten, also auch keine Backwaren und Schleckereien, in denen er enthalten ist, einzukaufen. Dies wird uns weniger schwerfallen, wenn wir uns stets bewusst sind, dass der kindliche Körper zu seinem Aufbau viel Mineralstoffe, die der weisse Zucker nicht enthält, benötigt. Wenn die junge Mutter ihr Kind wirklich liebt, hat sie diesen Umstand zu beachten, mag es ihr anfangs auch schwerfallen, keine Schleckwaren aus weissem Zucker mit Aroma und Farbstoffen einzukaufen, weil diese zu den grössten Schädlingen des kindlichen Organismus gehören. Liebt die Mutter ihr Kind, dann ist ihr dies nicht gleichgültig, und es fällt ihr deshalb auch nicht schwer, den Zucker durch Honig zu

ersetzen. An Stelle der üblichen Süssigkeiten aber treten Weinbeeren, Datteln, Feigen und andere Naturprodukte. Dadurch erhalten die Kinder Gelegenheit, gute Zähne zu entwickeln, was das Lob des Zahnarztes eintragen wird. Haben sich die Kinder erst einmal an Natursüssigkeiten gewöhnt, dann fragen sie gar nicht nach all den schädigenden Schleckereien, sondern weisen sie, wenn man sie ihnen darbieten will, ab, weil sie ihrem natürlichen Gaumen nicht munden. Immer wieder freute ich mich auf meinen Reisen, wenn ich Indianerkinder mit einem Stück Pilosillo begegnen konnte. Das ist eingedickter Zuckerrohrsaft, den sie furchtbar gerne schlecken. Auch aus Kaktusfrüchten verstehen die Indianerinnen zudem noch mit viel Geschick eine beliebte Süssigkeit herzustellen. Sogar die Indianer im hohen Norden sind nicht verlegen, bereiten sie doch für ihre Kinder aus dem Saft des Ahornbaumes ebenfalls eine schmackhafte Süssigkeit. Im Nahen Osten schlecken die Kinder gerne das sogenannte Sum-Sum, eine gesunde Süssigkeit aus Sesam und Honig. In vielen tropischen Gegenden begnügen sich die Kinder ganz einfach neben den üblichen Früchten mit einem Stück von geschältem Zuckerrohr, und haben dabei die schönsten Zähne. Man kann da wirklich sagen, dass wenn man nichts anderes auftreiben kann, man sich ganz einfach mit dem begnügt, was vorhanden ist, wobei das Einfachste oft das Unschädlichste und somit das Beste ist. Eine besonders gute Lösung auf dem Ernährungsgebiet ist daher die Gewohnheit, sich an einfache, ungekünstelte Nahrung zu halten. Da, wo Mandeln und Pistazien gedeihen, ist es auch üblich, daraus mit Honig zusammen eine weitere schmackhafte Süssigkeit zuzubereiten. Es kommt stets auf die Möglichkeiten an, die zur Verfügung stehen.

Schädigungen durch entwertete Süssigkeiten

Bedenklich ist es indes meist in den Ländern der westlichen Kultur um Süssigkeiten bestellt, denn man hat sich daran gewöhnt, dass sie in der Regel Erzeugnisse aus weissem Zucker, aus Farbe, Aroma und teilweise auch aus künstlichen Zusätzen sind. Sie sind dadurch sowohl schädigend als auch mineralstoffarm, weshalb sie vor allem den Kalkspiegel im Blute sehr tief halten, was die Verminderung der Abwehrkraft gegen Infektionskrankheiten bei den Kindern fördert. Zudem wird die Zahnkaries zur Plage und auch der Knochenbau benachteiligt werden. Junge Mütter sollten demnach bedenken, welch schlechten Dienst sie durch Verabfolgung solcher Süssigkeiten ihren Kindern leisten, denn kalk- und mineralstoffarme Süssigkeiten benehmen sich als Räuber im kindlichen Körper.

Eine Mutter, die ihr Kind liebt, bewahrt es deshalb vor schädigenden Süssigkeiten und gibt an ihrer Stelle Honig und eingedickte Fruchtsäfte. Getrocknete, ungeschwefelte Weinbeeren und Feigen nebst Naturdatteln sorgen für einen schadlosen Aufbau, so dass weder der Zahnarzt noch der Chefarzt einer Lungenheilstätte die unbekümmerte Mutter auf Nahrungsschäden aufmerksam machen muss. Es wäre gut, wenn besonders Zahnärzte, die ständig mit den neuzeitlichen Schädigungen in Berührung kommen, die Mütter viel entschiedener aufklären würden, denn über 90% aller Schulkinder leiden in den sogenannten zivilisierten Ländern an Zahnkaries. Dies ist ein eindeutiges Ergebnis der raffinierten, also entwerteten Zivilisationsnahrung. Besonders Erzeugnisse aus weissem Zucker sind an diesem Umstand beteiligt. Doch sollte dringend auch Vollkorngetreide und Naturreis an die Stelle von Weissmehl und Weissmehlprodukten treten. Ein weiterer Nachteil liegt auch noch im unweisen Gebrauch von Fetten, vor allem wenn es sich dabei um raffinierte Produkte handelt. Fettgebackene Speisen belasten bekanntlich die Leber, weshalb mässiger Gebrauch notwendig ist.

Vermehrte Schädigungen der Neuzeit

Immer schwerer wird es für die junge Mutter, die ihre Kinder liebt, sie auch

noch vor all den vielen anderen Gesundheitsschädigungen zu bewahren, weil unsere Zeit solche am laufenden Band bereithält. Früher war man entsetzt, wenn eine Frau zu rauchen begann. Heute ist es für die Frauenwelt vielfach eine Beleidigung, wenn man sie darob tadelt. Eine Mutter aber, die ihr Kind wirklich liebt, sollte bedenken, dass der Schaden, den sie sich durch Rauchen zufügt, auch das Kind treffen kann. Die Muttermilch und die Atmungsorgane der Kinder werden dadurch beeinträchtigt und doch macht es mancher Mutter nichts aus, neben ihrem Kind zu rauchen und es zu stillen, auch wenn ihre Milch nicht einwandfrei ist. Liebt sie wirklich ihr Kind?

Früher war man darauf bedacht, die Nerven der Kinder zu schonen. Es gab weder Radio- nach Fernehapparate mit ihren störenden Geräuschen. Sollte man da nicht darauf bedacht sein, die Lautstärke einzudämmen, damit ihr das Kind nicht nutzlos preisgegeben ist. Der Fernsehapparat sollte der jungen Mutter auch nie als sogenannter Babysitter dienen, weil sie selbst ungestört ihren Geschäften nachgehen möchte. Die Strahlen der Television belasten die Nerven sehr stark und können mit der Zeit erheblich schädigen, abgesehen davon, dass die Programme meist nicht auf das kindliche Gemüt abgestimmt sind, also keine guten Erzieher sein werden.

Bemüht sich die junge Mutter statt dessen, sich ihres Kindes selbst anzunehmen, und mit ihm viel im Freien spazieren zu gehen, dann muss sie wieder darauf achten, dass fast keine Strassen mehr frei von Autogasen sind. Das ist sehr bedenklich, denn diese Gase haben es an sich, die feinen Gefässe des kindlichen Körpers stark zu schädigen, woran vor allem das in der Luft fein verteilte Blei beteiligt ist.

Der jungen Mutter stehen wirklich vielerlei Hindernisse im Wege, um das Kind, das sie liebt, stark, gesund und widerstandsfähig heranwachsen zu lassen. Immer schwieriger wird es, die Nachteile auszumerzen, doch werden die gegebenen Ratschläge immerhin behilflich sein, das beste Ziel zu erreichen. Sich anspornen zu lassen ist auch in schwierigen Umständen besser als entmutigt aufzugeben. Auf alle Fälle ist die Mutterliebe, wenn sie sich natürlich entfalten kann, ein solch starker Ausdruck der Liebe, dass sie zu vielen Opfern bereit ist. Da diese Opfer indes von gesundheitlichem und geistigem Nutzen sind, erfahren sie durch die Erfolge vollständige Entschädigung.

Künstliche Vitamine für Säuglinge

Es gibt Schweizer Gegenden, in denen die Säuglingsfürsorgerinnen jedem Kinde in den ersten 10 bis 15 Wochen künstliche Vitamine, Vi-De-Stösse und dergleichen verabreichen. Viele Mütter fragen sich mit Recht, ob es angebracht und weise sei, so vorzugehen, bevor der Arzt überhaupt irgendwelche Symptome eines Vitaminmangels festgestellt habe? Wäre es nicht einleuchtender, wenn die Fürsorgerinnen statt dessen die Mütter in der Grundlage einer gesunden, vitaminreichen Säuglingsnahrung gründlich unterweisen würden? Wie gut, wenn diese in der Zusammenstellung einer solchen Nahrung richtig Bescheid wüssten! Im Wendepunktverlag von Dr. Bircher erschien eine kleine Schrift über Säuglingsnahrung. Diese könnte vorteilhaft zur Unterweisung dienen.

Es ist eine erwiesene Tatsache, dass nicht alle Säuglinge künstliche Präparate ohne Nachteile ertragen. Eine Mutter aus dem Aargau gab uns seinerzeit bekannt, dass ihr 10 Wochen alter Säugling auf solche Vitaminstösse mit Schweissausbrüchen reagiert habe. Nachträglich beobachtete sie auch Entzündungen in Nase, Hals und Ohren. Sie war der festen Überzeugung dass diese Störungen im Zusammenhang mit diesen Vitaminstössen stünden, und auch der Kinderarzt teilte ihre Ansicht.