

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: 34 (1936)

Heft: 1

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: 21.07.2025

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

in den Augen des Volkes herunterzufegen. Nicht genug an seinen Weibern, stahl David noch dem Urias seine einzige Frau und schickte diesen selber in den Tod.

Bei den Musulmanen ist die Vielweiberei heute noch Sitte; die Grenze der Frauenzahl ist einem Manne durch seine wirtschaftlichen Verhältnisse gesetzt. Der Reiche kann viele Frauen haben, der Arme muß sich mit einer einzigen begnügen. Hohe Würdenträger, vor allen der Padiſchah, der Sultan, halten sich einen ganzen Harem, ein eigenes Frauenhaus. Kastrierte Sklaven sind die Wächter dieser Frauen.

Auch bei den Hindus haben reichere Leute mehrere Frauen. Man sieht aus alledem, daß der Besitz von Frauen etwa dem einer mehr oder weniger großen Viehherde gleich gesetzt wird; die Frau ist Besitztum des Mannes, sie kann gekauft werden, die meisten Nebenfrauen sind ja Sklavinnen; darin war es selbst bei den weißen Amerikanern vor der Sklavenbefreiung nicht anders, eine hübsche Sklavin, die dem Herrn gefiel (oft hatten sie nur ganz wenig Negerblut und unterschieden sich nicht von weißen Frauen) wurde unbedenklich als Bettgenossin gewählt, wenn nicht die Hoffnung auf einen guten Marktpreis ein Hindernis bildete.

Ein Versuch, die Vielweiberei wieder einzuführen, wurde von dem Mormonenapostel Smith in Amerika gemacht, und einige Jahrzehnte lang war es in dem Mormonenstaat am großen Salzsee in Utah gäng und gäbe, daß die Mormonenältesten eine ganze Anzahl Weiber unterhielten. Heutzutage scheint aber doch, wohl infolge der verbesserten Verkehrsverhältnisse, die Vielweiberei kaum noch zu bestehen.

Der Hauptanreiz zur Vielweiberei ist der bei jenen Völkern so begehrte Kinderreichtum. In all den Völkern, die mehrere Weiber haben, wird eine große Kinderzahl als die Krönung des Lebens angesehen.

Bei uns ist eine moderne Form der Vielweiberei gäng und gäbe; man läßt sich scheiden und heiratet eine Andere. Gewisse Leute bringen es darin zu einer Virtuosität. Ein berühmter Musiker z. B. ist jetzt an seiner vierten Ehe; die Frau ist dieselbe, mit der er f. Z. die zweite Ehe führte.

Die Eingelehe hat sich besonders in Europa und den von hier aus besiedelten Ländern durchgesetzt. Dies geschah unter dem Einfluß der Kirche. Während im früheren Mittelalter noch die Eheschließung eine Vertragsache war, wurde sie von der Kirche, die darin ein Werkzeug der Herrschaft erkannte, zu einem Sakramente gemacht. Während St. Paulus nur von einem Bischof, also dem Aufseher der Gemeinde, verlangte, daß er nur eine Frau haben sollte, wurde im späteren Mittelalter die Eingelehe als die einzig zulässige erklärt. Eine Doppelhele schon galt als ein Verbrechen. Allerdings konnte auch die Kirche Ausnahmen bewilligen, wie das Beispiel der Grafen von Gleichen zeigt, der, im Morgenlande gefangen, durch eine Prinzessin befreit wurde; diese zog mit ihm als sein Weib nach Deutschland zurück, nachdem ein Traum ihm vorgespiegelt hatte, seine deutsche Gräfin sei gestorben. Es zeigte sich aber, daß sie noch lebte; der Papst gestattete die Doppelhele und der Graf erlebte zwischen seinen beiden schönen Frauen ein hohes und heiteres Alter.

Die Eingelehe ist auch da heute noch gesetzlich festgelegt, wo die Schließung der Ehe wieder der Kirche abgenommen wurde und von den staatlichen Organen durchgeführt wird. In vielen Ländern und gerade auch in der Schweiz gilt die zivile Eheschließung als die einzig wirksame, wenn gleich viele Ehepaare eine kirchliche Trauung anschließen, die aber nur privaten Charakter hat.

Daß trotz alledem noch oft unbeabsichtigte

Zweiehen vorkommen, ist bekannt. Nach dem Kriege waren eine Menge Männer als verschollen gemeldet; niemand wußte, ob sie noch am Leben waren. Da kam es denn oft etwa vor, daß eine „Kriegswitwe“ wieder heiratete und nach Jahren kam plötzlich der Mann, etwa aus Sibirien zurück. Wer wollte da jemandem einen Vorwurf machen? Aber einfach waren diese Verhältnisse gewiß nicht zu lösen.

In England bestehen besonders scharfe Strafbestimmungen gegen die Bigamie. Dabei, vielleicht gerade weil scharfe Gesetze zur Uebertretung reizen, sind dort Fälle von Bigamie nicht selten. Ein Mann verläßt nach einigen Ehejahren Haus und Hof; unter fremdem Namen taucht er anderswo auf, heiratet dort zum zweiten Male und wird, wenn erwischt, streng bestraft. Die zweite Ehe gilt ohne weiteres als ungültig. Mancher Romanschriftsteller hat dadurch schon seinen Helden von einer unangenehmen Frau, seine Heldin von einem brutalen Manne befreien können.

Schweiz. Hebammenverein

Zentralvorstand.

In der letzten Einsendung ist uns ein Fehler unterlaufen und bitten wir gütigst um Entschuldigung. Frau Wyß, Bern, und Frau Gygax, Miesbach, feierten nicht das 40., sondern das 50jährige Berufsjubiläum.

Auch können wir unsern Mitgliedern mitteilen, daß Frau Sonthausen, Zürich, das 50jährige, Frau Häußler Zürich, Frau Anderegg Solothurn, Frau Büttiker Luzern, Frau Deschger Gansingen und Frau Leibacher Zürich, das 40jährige Berufsjubiläum feiern konnten. Unsere herzlichsten Glückwünsche entbieten wir den Jubiläarinnen und hoffen gerne, daß sich alle noch viele Jahre guter Gesundheit erfreuen.

Neue Mitglieder sind uns immer herzlich willkommen.

Mit kollegialen Grüßen

Für den Zentralvorstand:

Die Präsidentin: Die Aktuarin:
M. Marti, Frau Günther,
Wohlen (Arg.), Tel. 68. Windisch (Arg.), Tel. 312.

Krankenkasse.

Krankgemeldete Mitglieder:

Frau Birgin-Möhler, Dieten (Baselland)
Frau Elise Kuhn, Laufenburg (Aargau)
Frau Ida Ruff, Lörbel (Wallis)
Frau Anna With, Wohlen (Aargau)
Frau Zürcher, Schönbühl bei Zollikofen (Bern)
Frl. Marie Wenger, Bern
Frau Wiedertehr, Winterthur (Zürich)
Frau Furrer-Steuert, Leisigen (Bern)
Frau Hufschmid, Baldestein (Solothurn)
Frau Bieri-Eggler, Steffisburg (Bern)
Frau Schneeburger, Vircselden (Baselland)
Frau Sager-Tropler, Gerliswil (Luzern)
Frau Weber-Lander, Niesen (Basel)
Frau Neuhauser, Döbergren (Thurgau)
Frau Klückiger, Solothurn
Mme. Celestine Waeber, Villars le terroir (Vaud)

Frau Blum, Dübendorf (Zürich)
Frau Rosette Kurz, Worb (Bern)
Frau Babette Ginfis, Miltödi (Glarus)
Frau Herlin, Neuemelt (Baselland)
Frau Ida Schädli, Uerlheim (Aargau)
Frau Marie Schlatter, Böhnigen (Schaffh.)
Mme. Jeanne Roche, Vernier (Genève)
Frau Bühler, Kirchberg-Grimmoss (St. Gall.)
Frau Scheller, Zuzgen (Baselland)
Frau Zehle-Widmer, Rüschbaumen (Aargau)

Frl. Berta Gygax, Seeburg (Bern)
Frau Anna Siebi, Bonaduz (Graub.)
Frau Baumgartner, Krießern (St. Gallen)
Frau Anna Bandli, Maienfeld (Graubünden)
Frl. Anna Schnüriger, Sattel (Schwyz)
Frau Schütz Innerberg-Särswil (Bern)
Frau Rüst, Wolfshalden (Appenzell)
Frau Schäfer, Frauenfeld (Thurgau)
Frl. M. Schneider, Langnau (Bern)
Mme. Rose Rossier-Monnet, Yverdon (Vaud)
Frau Amalie Studer, Kestenholz (Solothurn)
Frau Elise Vetterli, Stein a. Rhein (Schaffh.)
Frau Buff, Althwil (St. Gallen)

Angemeldete Wöchnerin:

Mme. Marie Rose Burnier-Gay, Bex (Vaud)

Die Krankenkasserkommission in Winterthur:

Frau Akeret, Präsidentin.
Frau Tanner, Kassierin.
Frau Rosa Manz, Aktuarin.

Todesanzeige.

Unsern werten Mitgliedern diene zur gest. Kenntnis, daß unsere liebe Kollegin

Frau Stalder-Kunz
in Aetendorf

im hohen Alter von 76 Jahren sanft entschlafen ist.

Wir bitten Sie, der lieben Verstorbenen ein treues Andenken zu bewahren.

Die Krankenkasserkommission.

Gute Verdauung -

gute Gesundheit!

Es ist für Ihren ganzen Organismus von großer Wichtigkeit, daß Ihre Verdauung in Ordnung ist, d. h., daß der Stuhlgang regelmäßig und normal erfolgt.

Es muß unbedingt darauf geachtet werden; denn Nachlässigkeit kann ihre Gesundheit und Lebensfreude untergraben.

Schlechte Verdauung hat zur Folge, daß im Körper Gifte entstehen, die sich in folgenden Symptomen äußern: unreiner Teint; Mundgeruch; Appetitlosigkeit; Kopfschmerzen; Schwindel; Müdigkeit und Kreuzschmerzen; ferner Niedergeschlagenheit bis zu nervösen Depressionen. Auch ist schlechte Verdauung sehr oft die Ursache von Schmerzen während der Periode.

Emodella ist das Mittel zur Bekämpfung dieser Leiden. Emodella ist aus Pflanzenstoffen hergestellt und sehr leicht einzunehmen. Es regt den Magen und die Eingeweide zu erhöhter Tätigkeit an, erweicht die Schladen, die sich in den Gedärmen stauen und sorgt für deren Entfernung. Emodella reinigt und belebt den ganzen Verdauungsapparat und hat einen vorzüglichen Einfluß auf das Allgemeinbefinden.

Emodella ist in allen Apotheken erhältlich zu Fr. 3.25 die große und Fr. 2.25 die kleine Flasche. Auf Verlangen schickt Ihnen die Gaba A.-G., Basel, Emodella durch die Vermittlung eines Apothekers per Nachnahme direkt zu.

A. Suter, Drogerie,

am Stalden 27, Solothurn

Kräuterhaus, Parfumerie und Sanitätsartikel

Prompter Versand Vorteilhafte Preise

Telephon 18.23

1908

Verelinsnachrichten.

Sektion Aargau. Unsere Generalversammlung findet Freitag, den 31. Januar, im alkoholfreien Restaurant Helvetia in Aarau statt. Bitte rechtzeitig zu erscheinen, da eine Menge Traktanden zu erledigen sind, unter denen als wichtigstes die Vorstandswahlen und die Statutenrevision figurieren. Allfällige Änderungsanträge müssen vorher schriftlich an die Präsidentin eingereicht werden.

Herr Dr. Hüßli wird uns in verdankenswerter Weise wiederum einen Vortrag halten. Auch haben wir für die fleißigen Mitglieder eine kleine Anerkennung bereit. Frau Seiler, Mägerwil, kann ihr 40jähriges Jubiläum feiern.

Die Kassierin wird gerne bereit sein, den Beitrag für das Jahr 1936 entgegenzunehmen. Mögen ihr recht viele die Arbeit erleichtern, und ihr die Nachnahmeforderung ersparen und sich selbst das Porto.

Auf recht zahlreiches Erscheinen hofft
Der Vorstand.

Sektion Basel. Wir möchten allen Kolleginnen von nah und fern noch viel Glück und Segen entbieten zum angefangenen 1936. Hiermit an unsere werten Mitglieder die Bekanntmachung, daß unsere diesjährige Generalversammlung am Dienstag, den 28. Januar, nachmittags 2 Uhr in der Gemeindehalle „zum Falken“ in Liesl stattfinden wird.

Unsere verehrte Zentralpräsidentin wird uns mit ihrer Anwesenheit erfreuen.

Traktanden sind: Appell, Protokoll, Vereinsbericht, Kassabericht und Revisorinnenbericht, Vorstandswahlen, Besprechung des Repetitionskurses, Verschiedenes.

Wir hoffen, daß das zugewandte Rundschreiben von allen Kolleginnen gut durchgedacht worden ist, und daß schlussendlich dem Gemeinderat ein kräftiges Nein zugestellt wurde. Zu zahlreichem Besuche ladet ein

Der Vorstand.

Sektion Baselstadt. Allen unsern Mitgliedern von nah und fern rufen wir nachträglich ein herzliches Glück auf ins neue Jahr! Möge jede Kollegin gesund bleiben und recht viel Arbeit haben. In der November-Sitzung hatten wir einen sehr schönen Vortrag von Herrn Dr. Hodel über Kaiserschnitt, auch ein Film wurde uns gezeigt. Wir haben in demselben alles so genau, fast wie bei einem richtigen Kaiserschnitt. Der Vortrag wurde von allen Anwesenden herzlich dankt.

Am 29. Januar nachmittags 4 Uhr haben wir Generalversammlung, und bitten die Kolleginnen recht zahlreich zu erscheinen, da wir Wichtiges zu besprechen haben.

Für den Vorstand:

Frau Albiez.

Sektion Bern. Den werten Mitgliedern machen wir bekannt, daß unsere Hauptversammlung am 29. Januar, nachmittags punkt 2 Uhr im Frauenspital stattfindet.

Herr Prof. Dr. Suggisberg wird ein Referat halten, wozu wir alle Kolleginnen ersuchen, zahlreich zu erscheinen. Auch die Wichtigkeit der Traktanden erfordert vollzählige Beteiligung.

Die Traktanden sind folgende: 1. Vortrag, punkt 2 Uhr; 2. Begrüßung; 3. Jahresbericht; 4. Kassabericht; 5. Bericht der Revisorinnen; 6. Wahl des Vorstandes, Neuwahl für die Zeitungskommission und Rechnungsrevisorinnen; 7. Anträge des Vorstandes und Verteilung der Jubiläumslöffel; 9. Unvorhergesehenes. Nach Schluß der Vereinsverhandlungen wird durch die Firma Dr. A. Wander ein Film gezeigt über „Säuglings- und Krankenpflege in aller Welt“.

Nachmals ersuchen wir diejenigen Kolleginnen, welche das Anrecht auf das Jubiläumslöffel haben, sich bis zum 18. Januar bei der

Präsidentin Frau Bucher, Viktoriaplatz 2, zu melden.

Wie gewohnt, wird ein 3/4-Bieri allen Kolleginnen angenehm sein, wann und wo wird nach der Sitzung bestimmt.

Mit kollegialen Grüßen

Der Vorstand.

Sektion Biel. Unsern werten Mitgliedern diene zur Kenntnis, daß unsere nächste Versammlung am 23. Januar um 15 Uhr in Anwesenheit unserer werten Zentralpräsidentin im Schweizerhof stattfindet. Was Fräulein Marti uns zu berichten hat, werden wir dann hören, darum bittet um zahlreiches Erscheinen

Der Vorstand.

Sektion Solothurn. Wir hoffen, daß alle Kolleginnen das neue Jahr gut angefangen, und wünschen noch allen viel Glück, Gottes Segen und gute Gesundheit.

Unsere Generalversammlung findet statt am 27. Januar, nachmittags 2 Uhr im Restaurant „Meßgerhalle“ in Solothurn.

Traktanden sind folgende: Jahresbericht, Kassabericht, Verlesen des Protokolls, Bericht der Revisorinnen, Wahl des Vorstandes, Unvorhergesehenes.

Mit dieser Versammlung feiert die Sektion Solothurn ihr 40jähriges Jubiläum. Wir hoffen gerne, daß anlässlich dieser Feier und in Anbetracht der Jahresversammlung, sich recht viele Kolleginnen einfinden werden.

Ein Blanderständchen im gemütlichen zweiten Teil wird allen wieder etwas Anregung bringen, was wir immer sehr gut brauchen können.

Nichterscheinen wird gebüht.

Der Vorstand.

Sektion St. Gallen. — Hebammen-Wiederholungskurs vom 4.—16. November 1935. — 22 an der Zahl trafen wir am 4. November zur Mittagszeit in der Entbindungsanstalt in St. Gallen ein. Vertreten waren drei Kolleginnen aus Solothurn, drei vom Kanton Thurgau und sechzehn St. Gallerinnen. Von 1869 bis 1903 waren fast alle Jahrgänge vertreten. Es gab also einige, die den ersten Wiederholungskurs machten, andere den zweiten und die älteren schon den dritten. Das Wiedersehen mit den Gefährtinnen die man vor 10, vor 20, ja sogar vor 30 Jahren im Lehrkurs neben sich hatte, löste herzliche Freude aus. Daß der Gesprächsstoff nie ausging, ist gewiß verständlich. Gespannt und aufmerksam waren wir alle. Erst trat die schneidige Schwester Poldi auf. Nach Aufnahme der Personalkarten waren wir alle schon heimlich in der neuen Umgebung. Wir bezogen unsere Logis. Mit Sad und Bad ging's los! Bald harrten wir wieder im Schulsaal der Dinge, die uns zukommen sollten. Wir freuten uns, auch die verehrte Oberhebamme Frä. Thüeler zu begrüßen, die sich noch wie früher so freundlich und liebevoll zeigte. Zur festgesetzten Stunde erschien unser Kursleiter, Chefarzt Dr. Jung. In feiner Weise führte er an, wie er den Kurs abzuhalten gedachte, daß er nicht eine Tortur, sondern eine Freude sein könne. Wir alle durften erfahren, daß die in St. Gallen verbrachte Zeit für uns sehr lehrreich und angenehm war. Und denjenigen Hebammen, die zu dem nächsten Kurs einzurücken haben, braucht nicht bange zu sein. Noch am gleichen Tage begann auch Herr Dr. Imboden mit uns den Kurs. Diese Lehr- und Repetierstunden waren uns nützlich und belehrend und mit Eifer war jede dabei. Gleich am ersten Tag war schon was Wichtiges los. Schnittentbindung wegen engem Becken. Die Frau wurde schon einmal auf diese Weise entbunden fünf Jahre früher und beide Kinder leben.

Fast täglich hatten wir nun Gelegenheit, Operationen beizubehalten und mußten stets staunen ob der Kunstfertigkeit der Herren Ärzte. Es fanden noch zwei Schnittentbindungen statt, die eine infolge engen Beckens,

die andere wegen Ekklampsie. Wir atmeten jedesmal befreit auf, wenn wir nach gut gelungener Operation den Saal verlassen konnten. Ueber alle operativen Fälle erhielten wir in den Unterrichtsstunden Aufklärung in Vortrag, Film oder Lichtbildern. Es würde zu weit führen, Ausführliches zu berichten. Herr Dr. Jung ermahnte uns eindringlich, bei in Frage kommenden Schnittentbindungen die Frauen möglichst frühzeitig dem Spital zuzuführen, und unberührt. Ebenso bei Blutungen wie auch bei Verdacht auf Krebs, bei Frauen in den Wechseljahren. Auf diesem Gebiete wurde fast täglich operiert, von gut- und bösartigen Geschwülsten. Unser Wissen wurde also allgemein bereichert. Wir danken allen Vorgesetzten herzlich, daß sie alle so darauf bedacht waren, uns alten Schülerinnen den Aufenthalt so angenehm als möglich zu gestalten, wie auch für alle guten Lehren, freundliche Behandlung und gute Verpflegung. All dies wußte man zu würdigen. Es war ein Ausspannen aus dem Berufe. Eine Freude war es, dem Rindlihaal Visite zu machen. Ebenso dem Wächnerinnenturnen beizuwohnen, von dessen Zweckmäßigkeit wir uns überzeugen konnten. So gingen die Tage hin wie im Fluge, und eh man's gedacht, rückte schon der Schlußtag an. Visitation der Geräte und ein kleines Examen, das Herr Dr. Jung und Frau Dr. Imboden im Beisein von zwei Herren der Sanitätskommission abnahmen, bildete den Abschluß. Der Vertreter der Sanitätskommission hat uns aus dem Herzen gesprochen, als er in anerkennenden Worten Herrn Dr. Jung dankte für die Art und Weise, wie der Hebammen-Wiederholungskurs durchgeführt wurde.

Durch die Vermittlung von Frau Dr. Imboden ist uns manch Schönes und Lehrreiches geboten worden: Besuch im Säuglingsheim, Beisohnen der Mutterberatungsstunde, Besichtigung der Tuberkuloseabteilung, ein Spaziergang nach Heiligkreuz ins Blindenheim, wofür uns der ganze Betrieb gezeigt wurde. Dann kam noch ein Besuch ins Neue Museum und Tags darauf die Besichtigung der schönen Stiftsbibliothek, nicht zu vergessen die Vorzeigung des Betriebs des städtischen Volksbades. Also gar viel des Schönen und Guten haben wir erlebt in der kurzen Zeit. Schon winkte die Stunde des Abschiednehmens heran.

Frä. Thüeler, unsere allzeit geschätzte Oberhebamme, gedankt von ihrem Amte zurückzutreten. Unsere herzlichsten Wünsche begleiten sie in ihren wohlverdienten Ruhestand. Auch Schwester Poldi mit ihrem goldenen Humor wollen wir ein Kränzchen winden.

Mit Freudigkeit im Herzen zogen wir heimwärts zu Familie und Beruf.

Mit kollegialen Grüßen an alle und ein Glück auf ins neue Jahr wünschen, im Namen aller Teilnehmerinnen

M. S. A. und M. N. B.

* * *

Wir möchten unsern Mitgliedern mitteilen, daß Donnerstag, den 30. Januar unsere diesjährige Hauptversammlung stattfindet. Es stehen die üblichen Traktanden auf der Liste. Wir hoffen zurecht, daß recht viele Kolleginnen erscheinen werden um damit schon zu Anfang des Jahres ein reges Interesse zu bekunden, so beweisen wir alle ein Zusammengehörigkeitsgefühl, das für den Verein wie seine Mitglieder von Segen ist.

Also auf ein frohes Wiedersehen am 30. Januar um 2 Uhr im Spitalkeller.

Für den Vorstand:

Schwester Poldi Trapp.

Sektion Winterthur. Zum Jahreswechsel entbietet die Sektion Winterthur allen Kolleginnen von nah und fern die herzlichsten Glück- und Segenswünsche. Unsere diesjährige Generalversammlung findet Donnerstag, den 30. Januar im Restaurant „Meßgerhof“ (Neumarkt) Winterthur, statt. Beginn punkt 14 Uhr.

Wir möchten unsere Mitglieder bitten, wenn irgend möglich ein Päckli im Werte von etwa einem Franken mitzubringen. Unsere Kasse könnte einen vollen Glücksack gut ertragen.

Nach den Verhandlungen findet ein gemeinsames Bankett statt und hoffen wir, daß bei dieser Jahresversammlung recht viele Kolleginnen erscheinen.

Die Aktuarin: Frau Wullschlegler.

Sektion Zürich. „Wenn jemand eine Reise tut, so kann er was erzählen“, ich aber sage, so muß er was erzählen.

Mit diesen Worten eröffnete unsere liebe Kollegin Fräulein Nina Jäger ihren schönen Vortrag über Abessinien und ihre Hin- und Heimreise.

Es war wirklich hochinteressant über die Sitten und Gebräuche dieses Landes zu hören, das gegenwärtig so schwer heimgesucht wird.

Besonders interessierten uns die Geburten und die Miterlebnisse unserer Kollegin während ihrem dreijährigen Aufenthalt in Addis Abeba. Den originellen Gauchzer, der dort die Ankunft der kleinen Erdenbürger verkündet, werden wir nicht so leicht vergessen. Die Referentin verstand es, die fünfzig Zuhörerinnen für zwei Stunden zu fesseln, und gerne hätten wir noch lange gelauscht, wenn nicht der Zeiger an der Uhr uns zur Pflicht gemahnt hätte.

Wir danken Fräulein Jäger auch an dieser Stelle nochmals herzlich für den hohen Genuß, den sie uns geboten an der Dezember-Versammlung. Anschließend an den Vortrag wurden die Traktanden erledigt. Zum Jahresabschluß konnten wir noch zwei Kolleginnen in unseren Verein aufnehmen: Frau Kunz, Zürich 11, und Frau Häni, Dietikon, welche wir herzlich willkommen heißen.

Am 21. Januar 1936 um halb 3 Uhr findet in den Kaufleuten, Pelikanstraße 18 (Eingang Theateraal) die Generalversammlung statt. Unentschuldigtes Fernbleiben hat für die Stadthebammen 1 Fr. Buße zur Folge.

Es sind folgende Traktanden zu erledigen: 1. Appell; 2. Verlesen des Protokolls; 3. Jahresbericht; 4. Kassabericht; 5. Rechnungsrevisorinnenbericht; 6. Wahl der Krankensuchenden; 7. Wahl der Rechnungsrevisorinnen; 8. Verschiedenes. Im Anschluß erfolgt das gemeinschaftliche Abendessen um halb 5 Uhr. Auch kommt der Glücksack an die Reihe, zu dem unsere Mitglieder recht viele Päckli mitbringen möchten.

Also auf frohes Wiedersehen am 21. Januar in den Kaufleuten.

Die Aktuarin: Frau E. Bruderer.



1860

Nachruf.

Am 8. Oktober ist unsere liebe Kollegin Frau Stadler-Kuenz in Uetendorf gestorben. Seit Gründung unseres Vereins war sie Mitglied desselben und ist auch während einer Periode der Sektion Bern als Präsidentin vorgestanden. Im Jahre 1906, als die Hebammen-Zeitung nach Bern kam, wurde sie in die Zeitungskommission gewählt. Hier half sie viele Jahre mit, bis sie nach Uetendorf zu ihren Verwandten zog. Dort übte sie den Beruf auch weiterhin aus. Mit den Jahren wurde ihr aber das Gehen beschwerlich und die Beine versagten ihr den Dienst, so daß sie ganz an das Zimmer gefesselt war. Obwohl sie die Versammlungen nicht mehr besuchen konnte, nahm sie stets regen Anteil an den Vereinsgeschäften.

Im vergangenen Juli bekam sie einen Schlaganfall, von dessen schweren Folgen sie sich nie mehr ganz erholte. Wenige Tage vor ihrem Ableben stellte sich noch eine Lungenentzündung ein, welche ihrem Leben ein schnelles Ende bereitet hat.

Die liebevolle, aufopfernde Pflege, welche ihr von ihren Verwandten zu Teil wurde, trug viel zur Linderung ihres Leidens bei.

Sie ruhe sanft.

A. W. K.

Wissen Sie, was ultraviolette Strahlen sind?

Ultraviolette Strahlen? — Das sind doch die Strahlen, die von der Höhensonne erzeugt werden, unter der man doch schon des öfteren im eigenen Heim oder beim Arzt in der Sprechstunde gegessen hat, wird der Leser denken. Stimmt! Und doch, wenn weiter gefragt werden würde, wie diese Strahlen auf künstlichem Wege erzeugt werden, wie sie auf den menschlichen Organismus und auf tote Dinge wirken und für welche Zwecke man sie verwenden kann, würde wohl ein großer Teil unserer Leser keine rechte Antwort wissen. Wie oft kann man sich davon praktisch überzeugen! Ja, es ist sogar schon vorgekommen, daß man die Höhen-sonne mit der elektrischen Heizsonne für identisch erklärte, da beide ja, wie man sich ausdrückte, Licht ausstrahlen! Diese Auffassung ist grundsätzlich falsch. Die elektrische Heizsonne sendet Wärmestrahlung (daher der Name Heizsonne) aus, während die Höhensonne ein sogenannter Ultraviolettstrahler ist und ganz andere biologische Wirkungen auszuüben vermag.

Und nun zum Thema. Fällt ein Lichtstrahl durch ein Prisma, so wird das vom Auge als „weißes“ Licht wahrgenommene Strahlenbündel in die sogenannten Regenbogen-

farben zerlegt, die von rot bis zum violett sichtbar zu erkennen sind. Ueber das Rot und Violett hinaus befinden sich aber noch Strahlen, die wir mit dem Auge nicht wahrnehmen können, und zwar sind es die ultraroten und ultravioletten Strahlen. Sie werden deshalb so bezeichnet, weil sie jenseits, darüber hinaus („ultra“) der sichtbaren roten bzw. violetten Strahlen des Spektrums liegen. Nachdem die Wissenschaft erkannt hatte, daß die im Sonnenlicht vorhandenen ultravioletten Strahlen bestimmte biologische Wirkungen auszuüben vermögen, war es Aufgabe der Technik, auch künstliche Ultraviolettstrahler zu schaffen, die man im Gegensatz zur Sonne jederzeit und in bestimmter Stärke zur Verfügung hat. Dies ist schon im Jahre 1906 durch die Quecksilberdampfentladung in einem Brenner aus dem ultraviolettdurchlässigen Quarz (geschmolzener Bergkristall) gelungen. Seitdem wurden die UV-Strahlen so stark verbessert, daß sie heute als technisch vollkommen angesehen werden können. Die Quarzbrenner werden zu mannigfaltigsten Zwecken in der Medizin, Seilkunde, Technik und Wissenschaft herangezogen. Die künstliche Höhensonne besitzt derartige Quarzbrenner und erzeugt UV-Strahlen größerer Stärke und Wirksamkeit, als sie die Sonne liefert.

Da die Herstellung dieser Quarzbrenner äußerst schwierig und teuer ist, versuchte man andere ultraviolettdurchlässige Gläser zu erschmelzen. Es gelang, in Gestalt des Phosphatglases ein solches Glas zu finden, das zwar nicht so durchlässig ist, wie der teure Quarz, aber billiger hergestellt werden konnte. Man war damit in der Lage, einfachere Geräte, wie z. B. die Alpina Heinsonne, zu schaffen, die auch in ausreichendem Maße die wirkungsvollen ultravioletten Strahlen erzeugen.

Die ultravioletten Strahlen haben nun die Eigenschaft, auf die Haut und auf den menschlichen Organismus eine erneuernde Wirkung auszuüben. Eine große Anzahl von Krankheiten, wie Rachitis, Skrofuloze, Gicht, Rheuma, Neuralgie, Tuberkulose usw. können geheilt und günstig beeinflusst werden. Auch zur Stärkung des gesunden Körpers sind diese Strahlen höchst wertvoll.

Daneben hat man die gefilterten ultravioletten Strahlen auch zur Untersuchung von Materialien und Stoffen der verschiedensten Art herangezogen. Hier wird aber nicht die Höhensonne benutzt, sondern eine Analysenlampe, mit deren Hilfe man Materialfehler, Unregelmäßigkeiten usw. im Aufbau und in der Struktur des jeweils zu untersuchenden Gegenstandes und Stoffes sofort feststellen kann. Auch Fälschungen von Wertpapieren, Schriftstücken, Briefmarken usw. kann das geübte Auge schnell und sicher erkennen.

Dialon-Puder

hervorragend bewährter Kinderpuder zur Heilung und Verhütung des Wundseins

Neu! DIALON-PASTE bei vorgeschrittenem Wundsein

Kleine Tube . Fr. 1.25

Große Tube . Fr. 2. —

Erhältlich in den Apotheken, Drogerien und einschlägigen Geschäften

Problemengenen stehen kostenlos zu Diensten

bei der Generalniederlage:

O. Brassart, Pharmaceutica A.-G., Zürich, Stampfenbachstrasse 75

Fabrik pharmaceutischer Präparate Karl Engelhard, Frankfurt a. M.

1904

Neuzeitl. Ernährungsformen für unsere Kinder.

Ein Kind muß und will geführt sein, und die Führung ist leicht und erfährt nur geringen oder keinen Widerstand, wenn sie erstens frühzeitig, schon in der allerersten Lebenszeit des Kindes, einsetzt, wenn zweitens die Eltern unter sich einig sind, jedenfalls doch einig in den Erziehungsgrundsätzen, denn Uneinigkeit darin zerstört jedes Erziehungswerk. Und drittens, wenn sich die Eltern selbst ganz klar darüber sind, was sie beim Kinde erreichen wollen und diesen zielbewußten Willen ohne viele Worte ruhig und freundlich, aber fest und konsequent durchsetzen. Zum ersten dürfen wir die Kinder in keiner Weise mehr verwöhnen, sondern müssen sie zu einfacher, streng geregelter Lebenshaltung erziehen.

Zum andern müssen wir die Kinder abhärten, und zwar nicht nur körperlich, sondern auch seelisch. Verweidlichte, wehleidige Menschen taugen nichts in dieser harten Zeit.

Und schließlich muß für vernünftige, reinliche Körperpflege, für tägliche ausgiebige Körperdurcharbeitung in Turnen, Spiel und Sport, sowie für richtige Ernährung gesorgt werden. Denn das sind die Vorbedingungen dafür, daß die Kinder gesund bleiben und sich kräftig entwickeln.

Das sind eigentlich Binsenwahrheiten — aber viele Eltern handeln nicht in allen Punkten danach, trotzdem auch sie behaupten, sie hätten ihre Kinder lieb und möchten alles tun, um ihnen das Leben zu erleichtern. Dabei weiß oder fühlt im Grunde jeder ziemlich genau, wie man es eigentlich machen sollte, aber — es fällt halt gar schwer, den lieben Kindern etwas zuzumuten oder abzuschlagen! Im Vertrauen gesagt, es ist mir als Vater auch nicht immer leicht geworden, aber wir tun mit zu großer Weichherzigkeit und Nachgiebigkeit erfahrungsgemäß den Kindern nichts Gutes an und müssen das, was wir einmal als richtig erkannt haben, um der Kinder willen auch durchführen.

In einem Punkt fehlt es nun noch vielen Eltern an der richtigen Erkenntnis, nämlich im Punkt der Ernährung. Es ist ihnen nicht unheimlich, denn man hört heutzutage so viele widersprechende Ansichten über Kinderernährung, daß der Laie nicht mehr recht weiß, wem er nun eigentlich glauben soll.

Da gibt es eine alte Ernährungsschule, die lehrt, daß man den Kindern recht viel Fleisch, Eier und Milch geben soll, denn nur diese angeblich „kräftige“ Kost mache sie satt und stark. Und da gibt es eine neue Ernährungsschule, die lehrt, daß Obst und Gemüse das Wichtigste in der Nahrung sei; und schließlich gibt es noch ganz Extreme, die verlangen, daß man sich und die Kinder ausschließlich mit Rohkost ernähren soll.

Um nun beurteilen zu können, wer da recht hat und wie man es machen soll, muß man einiges über die Resultate der Ernährungsforschung wissen.

Die Körperzellen bestehen in der Hauptsache aus Eiweiß. Sie werden im Lebensprozeß ständig verbraucht, also muß zum Ersatz verbrauchter Zellen und zum Aufwuchs (beim Kinde) ständig in der Nahrung eine gewisse Menge Eiweiß zugeführt werden. Der Bedarf an Eiweiß ist aber gering, sehr viel geringer, als man früher angenommen hat, und eine den Bedarf weit übersteigende Zufuhr von Eiweiß ist zwecklos, weil der Körper alles Eiweiß, das er nicht zur Zellenbildung braucht, so schnell wie möglich wieder ausscheiden sucht. Eine den Bedarf weit übersteigende Zufuhr von Eiweiß, insonderheit von Fleisch und Ei, ist aber nicht nur zwecklos, sondern auch schädlich, weil das Eiweiß Stoffwechselrückstände hinterläßt, die bei einem Uebermaß nicht mehr reiflos ausgeschieden werden können und in diesem Falle eine schleichende Schädigung aller Gewebe und Organe, alle möglichen Stoffwechselkrankheiten herbeiführen.

Eier sollten nur sparsam verwendet werden, soweit dies eben zur Zubereitung gewisser Speisen als Bindemittel notwendig ist. Auch

Milch soll man nicht in zu großen Mengen den Kindern aufzwingen, denn sie enthält so gut wie kein Eisen, und Milch als Hauptnahrung macht die Kinder blutarm, verstopft, appetitlos. Ein halber Liter Milch pro Tag genügt durchschnittlich für ein Schulkind.

Wie steht es nun mit der von der neuen Ernährungsschule behaupteten Vorzüglichkeit der Obst- und Gemüseernährung? In früherer Zeit, in der man den Wert einer Nahrung irrtümlicherweise nur nach ihrem Eiweiß- und Kaloriengehalt einschätzte, hielt man Obst und Gemüse, die im allgemeinen (aber nicht durchgehend) eiweiß- und kalorienarm sind, für ziemlich wertlos, ja eigentlich für ganz überflüssig, man schätzte höchstens ihren Geschmacks- oder ihre die Darmtätigkeit fördernde Wirkung.

In dieser Anschauung hat sich nun ein starker Wandel vollzogen, seitdem man weiß, daß es bei der Nahrung nicht nur auf die Nährstoffe, sondern noch mehr auf den Energiegehalt der Nahrung, auf die Nährkräfte ankommt, und daß diese Nährkräfte hauptsächlich in der Pflanzennahrung enthalten sind.

Die Pflanzen bauen mit Hilfe der Bewegungsenergie des Lichtes, der Sonnenstrahlen, aus gewissen Elementen der Erde und der Luft ihren Körper auf. Beim Verzehren der Pflanzen wird in ihnen aufgespeicherte Energie wieder frei und wandelt sich zum Teil in Wärme, zum Teil wieder in Bewegungsenergie um. Die so erzeugte Wärme dient dem Körper zum Ersatz der Wärmemenge, die wir ständig durch Haut, Lunge, Darm und Blase nach außen abgeben. Die Bewegungsenergie aber setzt unsere Nerven, Muskeln, Drüsen usw. in Bewegung, sie ist, kurz gesagt, die Treibkraft unseres Körpers.

Die Pflanzen sind also Energiespeicherer und Energielieferanten erster Ordnung; sie liefern im besondern alle Vitamine und Vitaminvorstufen, sowie die sonst nötigen Bau- und Betriebsstoffe in richtiger Menge und im richtigen Mengenverhältnis, wie wir sie brauchen.

WÖRINGER

Ratlos ...

waren Sie bisher oft, als es galt, dem Magen- und Darmkranken, dem Fiebernden, dem Leber-, Nieren- und Herzleidenden eine absolut reizlose, stärkende Diät, die weder stopft noch erhitzt, vorzuschreiben.

NOBS, die neue Diät-Kraftnahrung löst die Aufgabe, weil sie aus der Soja, Erbse, Gerste, dem Hafer und Roggen gezogen ist. Verlangen Sie bitte Literatur und Versuchsmengen von Nobs & Co., Münchenbuchsee

Nobs Diät-Kraftnahrung

N. NOBS & CO. MÜNCHENBUCHSEE
DIE SÜß- & SAUREN
NACH VERFAHREN
HERSTELLEN



Wie er gedeiht...

Die gute Milch allein hat es nicht getan. Seit mehreren Monaten schon werden seine Schoppen mit Nestlé's Sinlac zubereitet. Wie ist er seither kräftig geworden! Sinlac ist eine Mehlmischung von verschiedenen Getreidearten: Weizen, Reis, Gerste, Roggen und Hafer, die leicht gemälzt und geröstet sind. Mit Sinlac verdauen die Kleinen die Kuhmilch ähnlich leicht wie die Muttermilch.

Darum ist Sinlac das geeignete Mittel, das den Kindern Gedeihen und Wachstum sichert.

SINLAC

NESTLÉ

Mitglieder! Berücksichtigt bei euren Einkäufen in erster Linie **Inserenten!**

Die Pflanzennahrung, von der Mensch und Tier direkt oder indirekt leben, ist somit nicht Nahrung zweiter Güte, sondern Vorzugsnahrung, durchaus unentbehrlich für Leben und Gesundheit, sowie Leistungsfähigkeit.

In dieser Erkenntnis gibt man heute schon den Säuglingen neben der Milch frühzeitig, das heißt schon nach den ersten Lebenswochen, rohen Saft von frischen Früchten und Gemüsen und nach den ersten Lebensmonaten die Früchte selbst und bald auch Gemüse. Ältere Kinder ernährt man in der Hauptsache mit Obst, Salat und sonstigen Gemüsen, Kartoffeln, mäßigen Mengen von Milch, Weispeisen und Milchspeisen, Vollkornbrot und Butter. Alles weitere soll nur bescheidene und nicht regelmäßige Zuzunahrung bilden. Das gibt robuste, gesunde, kräftige, ausdauernde Kinder.

Voraussetzung dieser guten Wirkung ist allerdings, daß man die pflanzlichen Nahrungsmittel richtig zubereitet, sie nicht durch Blanchieren auslaugt und entwertet oder sie durch zu lange Erhitzung totkocht.

Man ist deshalb mehr und mehr zu der Ansicht gekommen, daß zur sicheren Deckung unseres Bedarfs an diesen Stoffen täglich ein beträchtlicher Teil der pflanzlichen Nahrung in unfermentiertem Naturzustand, frisch und roh verzehrt werden kann, widrigenfalls sich mit der Zeit unfehlbar Mangelkrankheiten einstellen. Man wird also den Kindern täglich rohes Obst, mit Zitronensaft und Öl angemachte Salate, je nach der Jahreszeit, rohe Tomaten, geschabte Rüben, Rettiche, Radieschen oder dergleichen geben. Solche Rohkost hat es von jeher gegeben, oder hat schon einmal jemand daran gedacht, Salat oder Rettich gekocht zu essen? Das Neue ist nur die Erkenntnis, daß Rohkost in gewisser Menge für die Erhaltung der Gesundheit einfach unentbehrlich ist, und daher die ärztliche Forderung, da-

von täglich und in größerem Ausmaß Gebrauch zu machen als bisher.

Aus der Unentbehrlichkeit teilweiser Rohkost und aus den erstaunlichen Erfolgen, die der fachkundige Arzt mit Rohkosturen bei gewissen Krankheiten erzielt, den Schluß zu ziehen, daß nun alle Welt am besten tue, ganz von Rohkost zu leben, ist in unserem Klima wohl sicher falsch.

Mit derselben Logik könnte man verlangen, daß der Mensch im Wasser leben soll, weil Fische so gesund ist. Es ist erwiesenermaßen möglich, aber schwierig und ohne genaue ärztliche Anleitung ein Wagnis, ausschließlich von Rohkost zu leben. Wir wollen uns aber unnötiger Uebertriebenheiten enthalten und jedenfalls für unsere Kinder nur den Weg gehen, den wir als sicher und guten Erfolg erkannt haben.

Getreideflocken als Nahrungsmittel.

Die menschliche Ernährung ist fortwährenden Wandlungen unterworfen, einerseits bedingt durch die Entwicklung der Menschen selbst, andererseits durch die Einflüsse der Nahrungsmittelindustrie, die zum Guten oder Bösen ihre Produkte an den Mann bringt.

Nur wenigen Menschen ist die Erkenntnis beschieden, daß wir eine ganz bestimmte Nahrung brauchen. Es genügt nicht, daß wir uns einfach „voll“ essen, wir müssen das zu uns nehmen, was wir brauchen.

Ohne gewisse Mineralstoffe kann eine Pflanze nicht gedeihen, ohne ein naturbedingtes Futter die Tiere nicht existieren und ohne eine gewisse gewählte Nahrung kann der Mensch nicht gesund leben und vorwärts kommen. Als Menschen müssen wir uns bewußt sein, daß wir als Krone der Schöpfung eine Aufgabe zu erfüllen haben, jeder für sich. Um

diese zu erkennen und durchzuführen, ist die Beachtung der Lebens- oder Naturgesetze notwendig.

Eines dieser Naturgesetze ist nun das Ernährungsgesetz. Für unseren Körper ist das Blut sozusagen die Kraftstation. Es liefert uns die für das tägliche Leben notwendigen Energien und sorgt durch die Abgabe der umgewandelten Mineralstoffe für den fortwährenden Zellaufbau. Als Mineralstoffe bezeichnet man z. B. Kalk, Phosphate, Eisen, Magnesium, Kieselsäure, Schwefel, Chlor usw.

Der Zweck der Nahrungsaufnahme ist also, dem Blut diese Mineralstoffe je nach Bedarf immer wieder zuzuführen und damit das Blut in seiner entsprechenden Zusammensetzung zu erhalten. Ist dies nämlich nicht der Fall und fehlen dem Blute ein, oder mehrere Grundstoffe, zeigen sich bald Krankheiten, z. B. führt der Mangel an Kalk zum Zahnerfall und zur Schwächung der Knochen. Alle die erwähnten Mineralien korrespondieren mit entsprechenden Organen des Körpers. Es ließen sich da viele Beispiele anführen.

Alle Völker verfügten über eine reiche Kenntnis dieser Zusammenhänge und sie waren fortwährend bestrebt, gesunde Nahrungsmittel zu schaffen und bestehende Naturprodukte zu verbessern und zu veredeln: Zu diesen zählten die Getreideförner.

Sie enthalten alle zum Aufbau des Körpers nötigen Nährstoffe und bieten sich dem Menschen in großer Auswahl dar, sodaß er in der Lage ist, je nach Klima, Jahreszeit und seinem persönlichen Geschmack, sich reiche Abwechslung zu verschaffen. Als König aller Getreidearten muß jedoch der Weizen gelten, da er die Aufbaustoffe vollständig richtig dosiert enthält. Schicht auf Schicht lagert sich um den Keim als Lebenszentrum. Die äußersten Hüllen umschließen jedes Element, das dazu dient, den

Erinnern Sie sich ..

dass die

Guigor

Milch in leichten Flocken verdaut wird, **genau gleich wie Muttermilch**, und dass sie vom empfindlichsten Magen ohne jede Mühe assimiliert wird,

dass sie **frisch** ist, weil sie ihre Vitamine intakt bewahrt (verlangen Sie bitte die Broschüre des Dr. A. Arthus hierüber, die wir Ihnen gerne zusenden werden),

dass sie in 3 verschiedenen Sorten: **vollfett, teilweise entrahmt, ganz entrahmt** hergestellt wird, um Ihnen zu ermöglichen, die für jeden besonderen Fall genau passende zu wählen,

dass der **Reichtum** und die **Regelmässigkeit** ihrer Zusammensetzung die normale und regelmässige Entwicklung des Kindes regelt, die die Gesundheit seines Organismus verbürgt.

Erinnern Sie sich endlich, dass

Guigor

das Wachstum fördert.

Greyerzer Pulver-Milch

1815



Lohnender Nebenverdienst

für Hebammen und Angehörige der Heilberufe. Kein Hausieren, kein Verkauf, kein Kapital notwendig. Referenzen von zufriedenen Hebammen zur Verfügung. Auskunft erteilt

1907 **E. Ruppert**, Elektro-Neuheiten, Baslerstr. 62, **Olten**.

1906

TAI-FU

das echte Po-Ho-Oel

Lieferung an Wiederverkäufer zu Engros-Preisen.

Vertriebsstelle: **A. Gersbach**, Basel 10. Telefon 42.354.

(P 579 - 1 Q)

Körper aufzubauen, oder seine Lebenstätigkeit zu unterstützen. Der Keim enthält lösliche Phosphate und Del. Er wird von Stärke und Eiweiß umlagert, die Wärme und Energie verleihen. Die nächste Schicht bildet stickstoffhaltige Substanzen zur Erhaltung der Muskelgewebe. Die Samenhüllen enthalten Soda, Pottasche, Salze und Kalzium, dazu bestimmt, die Verdauung zu befördern. Das nächste Lager enthält feste Phosphate, Schwefel, Kieselsäure, Chlor usw. zur Bildung der Knochen, Zähne und Sehnen. Die äußere Hülle endlich enthält Eisen, Magnesium und andere Mineralien. Hafer hat hitzende Eigenschaften, er ist ein außerordentlich guter Energiespender.

Hirse ist stark tieselsäurehaltig und leistet gute Dienste bei schwachen Knochen, Zähnen, bei Haarausfall und ungenügender Fingernagelsubstanz.

Buchweizen, auch Heidegraupe genannt, enthält reichlich Kali, Bittererde, Kalk und organisches Jod. Organisches Jod ist wichtig für unser Drüsenystem und verhindert die Kropfbildung.

Seit einigen Jahren ist man nun dazu übergegangen, aus den verschiedenen Getreidekörnern Flocken herzustellen, um sie als Nahrungsmittel besser zugänglich zu machen. Da das lange Kochen der Getreidekörner den Hausfrauen zu viel Zeit nahm, wendeten sie sich immer mehr anderen Nahrungsmitteln zu, oft zum Schaden der Volksgesundheit. Besonders schädlich wirkte sich das in den letzten Jahren eingeführte Raffinieren d. h. Schälen der Getreidekörner aus. Die wichtigsten Bestandteile der Körner gehen dadurch als Nahrung verloren und werden dem Vieh verfüttert.

Die Getreidefloeden werden aus den ganzen Körnern gemacht. Um sofort speisefertige

Floeden zu haben, machen die Körner einen Dextrinprozeß durch, d. h. das Stärkemehl, das im ungekochten Zustand schwer verdaulich ist, wird in Zuckersstoffe umgewandelt und daher vom Säuglings- bis zum Greisenalter vollständig assimiliert.

Getreidefloeden eröffnen für unsere Küche unendliche Möglichkeiten, angefangen von den Rohkostspeisen bis zu den feinsten Kochgerichten. Als Volksnahrung sind sie äußerst wertvoll.

Büchertisch

Haben Sie das „Jahrbuch der Schweizerfrauen 1936“ schon gekauft? Wenn nicht, dann bestellen Sie es sofort beim Verlag R. Z. Wyß & Co. in Bern. Der Preis dafür ist ja bescheiden, nur Fr. 1.80 für dieses einzige Jahrbuch, das voll und ganz für die Interessen der Schweizerfrauen eintritt.

Das „Jahrbuch der Schweizerfrauen“ ist vom Bund Schweiz. Frauenvereine herausgegeben; als Mitarbeiterinnen an diesem Bände zeichnen: Elisabeth Thommen, Redaktorin, Hedwig Anneler, Emmy Bloch, Anna Burg, M. Debrit-Vogel, Maria Fierz, Georgine Gerhardt, Rosa Götttsheim, Sophie Hammerli-Marti, Frieda Hauswirth, Anny Leuch, Rosa Neuenchwander, Dr. Edith Ringwald, Martha Schwander, Elisa Strub, El. Vischer-Althoff, Ruth Waldfetter.

Ein Blick ins Inhaltsverzeichnis genügt, um zu sehen, welche lebenswichtigen Probleme und Forderungen hier behandelt werden, und wie aktuell alle diese Fragen sind. Wie selten wird doch ernsthaft und rücksichtslos dazu Stellung genommen! In einer Umfrage: „Was kann die Frau tun, um die Achtung vor ihrem Geschlecht zu fördern“, gibt ein Kreis der bekanntesten Schweizerinnen wertvolle und aufschlußreiche Gedanken.

Mit seinen 152 Seiten Inhalt, reich mit Illustrationen geschmückt, sollte eigentlich dieses Jahrbuch in Frauentreifen keiner weiteren Empfehlung bedürfen,

wurde es doch auch von der gesamten Frauenpresse mit Begeisterung aufgenommen. Damit ist aber der Frauenfrage noch nicht geholfen; das Jahrbuch sollte in viel weitere Kreise hineingelangen, als dies heute der Fall ist. Ueberlassen Sie es nicht ändern, für das Jahrbuch zu werben und es weiter zu empfehlen, sondern fangen Sie selbst heute damit an. Der Verlag, sowie die Frauenzentralen geben Ihnen gerne einige Exemplare zu diesem Zwecke. Bitte helfen Sie mit.

Le Traducteur, französisch-deutsches, illustriertes Sprachlehr- und Unterhaltungsblatt. — Verlag in La Chaux-de-Fonds (Schweiz).

Diese Monatschrift fördert in abwechslungsreicher, anregender Zusammenstellung das Erlernen der französischen Sprache und ist ein vorzügliches Mittel, sich die gebräuchlichsten Wörter anzueignen oder schon vorhandene Kenntnisse aufzufrischen und zu erweitern. Durch Gegenüberstellung beider Sprachen ist das lästige Aufsuchen in Nachschlagewerken überflüssig, denn der „Traducteur“ gibt zu jedem französischen Ausdruck die deutsche Uebersetzung oder erklärende Fußnoten. Der Befestigung ist vielseitig und mit Bildern geschmückt. — Probehefte umsonst durch den Verlag des „Traducteur“ in La Chaux-de-Fonds (Schweiz).

Vergessen Sie nie

uns von Adressänderungen jenseits sofort Kenntnis zu geben, da wir nur dann für richtige Zustellung garantieren können.

Die Administration.

Vergessen Sie nicht,

daß Inserate in der „Schweizer Hebamme“ vollen Erfolg haben.

Sehr geehrte Hebamme!

Da wo Muttermilch fehlt:

erst **Galactina** Hafer-, Gersten- oder Reisschleim

der stets gleichmässige, immer gebrauchsfertige Schleimschoppen,

dann **Galactina** Kindermehl

die Knochen bildende Kindernahrung mit Kalk und Weizenkeimlingen,

oder **Galactina 2** mit Gemüse

der neuzeitliche, saubere, rasch zubereitete Gemüseschoppen.

Die fünf Galactina-Produkte sind das Beste, das Sie einer Mutter für ihr Kind empfehlen können.

GALACTINA BEMP-BERN

1901



zuerst **Galactina** Haferschleim

fr. 1.50 Schleimextrakt aus hochwertigem Vollkorn. Er ist der gebrauchsfertige Hafer-schleim-Schoppen, der stundenlanges Kochen erspart und keine nicht verwendbare Rückstände zurück lässt

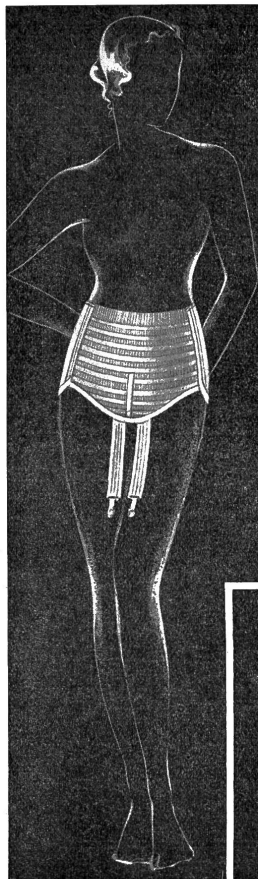
dann **Galactina** Kindermehl

fr. 2.- aus reiner Alpenmilch, speziell präpariertem Zwieback, den stoffreichen Weizenkeimlingen und dem wertvollen glyzerinphosphorsäuren Kalk

oder **Galactina 2** mit Gemüsezusatz

fr. 2.- Das ideale Gemüseschöpflein, weil reich an Carotine, dem wertvollsten und reizlosesten aller Gemüsesstoffe

Gratismuster jederzeit durch die Galactina- & Biomalz-Fabrik in Bemp/Bern

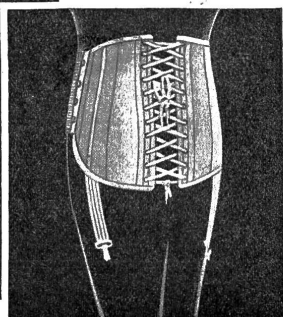


Genau nach Ihren Angaben

fertigen wir für Ihre Patientinnen jede SALUS-Leibbinde, oder SALUS-Umstandsbinde individuell an. Unsere jahrzehntelange Erfahrung befähigt uns, auf jede Ihrer Vorschriften einzugehen und Leibbinden herzustellen, mit denen Ihren Patientinnen wirklich gedient ist.

SALUS-Binden sind durch die Sanitätsgeschäfte zu beziehen, wo nicht erhältlich, direkt von der

**Korsett- und SALUS-Leibbinden-Fabrik
M. & C. WOHLER
LAUSANNE No. 4**



1903

Sonne ins Haus

bringen Trutose-Kinder,
ihr aufgeweckter Geist und
die leuchtenden Augen bereiten
den Eltern glückliche Stunden.

Ein Versuch zeigt Ihnen
sofort sichtbaren Erfolg.

TRUTOSE A.-G.
ZÜRICH

TRUTOSE

Büchse Fr. 2.—

Für eine junge, tüchtige

Hebamme

wäre eine 2-Zimmer-Wohnung vorhanden (Neubau) in großer Ortschaft des Amtes Fraubrunnen. Zentralheizung, Bad und Warmwasser. Preis nach Uebereinkunft. Offerten befördert unter Nr. 1858 die Expedition dieses Blattes.

Erfolgreich inseriert man in der „Schweizer Hebamme“.



Gegen Einsendung dieses Inseratenausschnittes

erhalten Hebammen eine Gratisdosis der seit 35 Jahren bewährten

Zander's Kinderwundsalbe

Zander's Kinderwundsalbe mild gegen Wundliegen.

Versand: **Schwanenapotheke Zander, Baden.**

1891

Viele Kinderärzte behaupten es positiv: „Mit Frischmilch und Berna ernährte Kinder werden nie rachitisch - gehen frühzeitig-zahnen gut.“

Berna ist eben aus dem Getreidevollkorn gezogen

Berna

SAUGLINGSNAHRUNG

Sichert Blut und Knochenbildung

Im Schwesternbund U. Ib. Frau in Zug

finden tüchtige, katholische **Kranken- und Kinderpflegerinnen, Hebammen und Familienhelferinnen**, sowie brave Töchter, die den Pflegeberuf erlernen wollen, jederzeit Aufnahme. — Katholische Pflegeorganisation mit Altersfürsorge. Auskunft durch die Oberin des Mutterhauses, Kasernenstrasse 5, Zug.

(P. 1070 Lz.)

1892



Schweizerhaus Puder



ist ein idealer, antiseptischer Kinderpuder, ein zuverlässiges Heil- und Vorbeugungsmittel gegen Wundliegen und Hautröte bei Säuglingen und Kindern. Schweizerhaus Puder wirkt mild und reizlos, aufsaugend und trocknend. Beim Massieren belebt und erfrischt er die Haut und erhält sie weich und geschmeidig.

1805

Hebammen erhalten auf Wunsch Gratisproben von der Chemischen Fabrik Schweizerhaus, Dr. Gubser-Knoch, Glarus.



zur behandlung der brüste im Wochenbett

1817

verhütet, wenn bei beginn des stillens angewendet, das wundwerden der brustwarzen und die brustentzündung.

Unschädlich für das kind!

Topf mit sterilem salbenstäbchen fr. 3.50 in allen apotheken oder durch den fabrikanten

Dr. B. Studer, apotheker, Bern

Brustsalbe „Debes“

Hebammen! Berücksichtigt unsere Inserenten!