

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: 5

Rubrik: Mitteilungen

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 04.05.2025

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

Bindegewebsbildner auf und organisieren das Fibrin. Der Eiter wird aufgesaugt und auch hier kann endlich eine Narbe bleiben. In der Brusthöhle findet man oft solche „Narben“ von früheren Brustfellentzündungen; sie stellen sich dar als Verwachsungen des Rippenfells mit dem Lungenfell; ebenso verwachsen in der Bauchhöhle nach Entzündungen und Operationen Teile mit einander und können oft zu großen Beschwerden führen. Wenn man sie durch eine neue Operation löst, so werden immer neue Verwachsungen geschaffen. Alle Menschen reagieren allerdings auch hier nicht in derselben Weise.

Wenn Eiter lange Zeit nicht aufgesaugt werden kann, weil zu viel da ist oder weil die Umgebung schlecht aufsaugt, so kann es zur Verfaulung des Eiterherdes kommen. Der menschliche Körper nimmt aus der Nahrung viel Kalksalze auf, die er ja zu seiner Knochenbildung benötigt. Nun hat er die Fähigkeit, diesen Kalk auch da abzulagern, wo eben Eiter nicht aufgesaugt wird. Man findet solche Kalkherde besonders in alten Tuberkuloseherden. Zum Beispiel findet sich oft nach abgelaufener Eileitertuberkulose der oder die Eileiter mit dickem käsigem Brei gefüllt, der Kalkkörner enthält; oder es ist überhaupt nur noch ein Kalkkörper da.

Eine interessante Erscheinung ist auch die sog. Phagocytose (vom griechischen phago = ich freisse und cytos = Zelle). Die Phagocyten sind also Freiszellen. Wenn im Gewebe bei der Entzündung Gewebestrümmen oder andere feine Fremdkörper vorhanden sind, so häufen sich dort wie schon gesagt die aus den Blutgefäßen ausgewanderten weissen Blutzellen an. Unter ihnen nun befinden sich solche Phagocyten. Diese nehmen die Fremdkörper in sich auf, seien diese nun Bakterien oder Staub und Kohlentelchen, z. B. Ruß, wie er ja bei allen Kulturmenschen so massenhaft in der Atemluft zu finden ist. Auch der Farbstoff zerfallener roter Blutkörperchen wird so aufgenommen und sogar ganze weisse Blutkörperchen. Die Phagocyten bleiben oft an Ort und Stelle oder sie werden im Lymphstrom weitergeschleppt und bleiben dann in den Lymphdrüsen liegen oder sie geraten in die Blutbahn und lagern sich in Milz, Leber und Knochenmark ab.

In anderen Fällen, wenn die zu entfernenden Körper zu groß für eine Zelle sind, bilden sich sog. Riesenzellen, das sind Zellen, die eine größere Anzahl von Kernen haben. Sie können auch Teile aufnehmen oder sie freissen die Fremdkörper an, so daß sie allmählich aufgelöst werden. Bei Tuberkulose findet man vielfach solche Riesenzellen in den Knötchen; sie nehmen Tuberkelbazillen auf, die sich in ihnen oft sogar noch vermehren.

Man hat in der Phagocytose einen Kampf der Körperzellen gegen die eingedrungenen Bakterien sehen wollen; doch handelt es sich vielmehr um eine Art Ernährungsvorgang.

Wenn etwas auch geschmacklich so wunderbar bekommt, so muss es auch dem Körper anschlagen. In der Tat sind es abertausende von Familien, die seit Jahren Banago als unentbehrliches Frühstückstrank verwenden.

(C 28)



1860

Schweiz. Hebammenverein

Zentralvorstand.

Die Zeit läuft und bald ist der 22. Juni vor der Tür, wo die Schweizer Hebammen sich in Winterthur treffen. Wir freuen uns heute schon recht und hoffen, daß es vielen möglich sein wird, die Tagung zu besuchen. Auch ist Winterthur sehr zentral gelegen. Reserviert Euch daher den 22. und 23. Juni. Heute schon an alle ein herzliches Willkommen. Die Festkarte kostet, Trinkgeld inbegriffen, Fr. 17.—. Für Nichtmitglieder Fr. 18.—. Bitte ja die Mitgliedskarte nicht zu Hause zu lassen. Die Festkarte kann jedes im Kasino in Empfang nehmen, zwei Minuten vom Bahnhof. Am Dienstag Morgen, 6 Uhr 30, ist eine Autofahrt vorgesehen nach Kyburg, wo das Frühstück eingenommen wird. Die Mitglieder möchten wir aber herzlich bitten, sich rechtzeitig anzumelden bei Frau Enderli, Präsidentin, Steinberggasse 53, Winterthur, oder per Telefon 23.632. Wenn keine Antwort Frau Zanner, Kemptthal, Telefon 33.121, intern. 309. Die Präsidentin bittet alle, die Anmeldung bis zum 19. Juni an sie einzufenden.

Sollte irgend was noch nicht klar sein, dann bitte uns anzufragen.

Also nochmals am 22. und 23. Juni auf nach Winterthur und auf ein frohes Wiedersehen hoffend, verbleiben mit kollegialen Grüßen:

Wohlen-Windisch im Mai 1936

Für den Zentralvorstand:

Die Präsidentin: Die Sekretärin:
M. Marti, B. Günther,
Wohlen (Morg.) Tel. 61.328. Windisch, Tel. 312.

Einladung

zur

43. Delegierten- und Generalversammlung in Winterthur

Montag und Dienstag den 22. und 23. Juni 1936

Traktanden für die Delegiertenversammlung.
Montag, den 22. Juni 1936, punkt 15 Uhr im Kasino in Winterthur.

1. Begrüßung durch die Präsidentin.
2. Wahl der Stimmzählerinnen.
3. Appell.
4. Jahresbericht pro 1935.
5. Jahresrechnung pro 1935 und Revisorinnenbericht.
6. Bericht über das Zeitungsunternehmen pro 1935 und Bericht der Revisorinnen über die Rechnung pro 1935.
7. Berichte der Sektionen Luzern und Graubünden.
8. Anträge der Sektionen und des Zentralvorstandes:
 - a) Sektion Basel-Stadt:
Es soll der Schweiz. Zentralvorstand bis auf weiteres nicht verlegt werden, sondern verbleiben wie bisher, mit Fr. Marti als Zentralpräsidentin.
 - b) Sektion Zürich:
Da statutengemäß die Amtsdauer der jetzigen Vorort-Sektion abgelaufen ist, möchte sich die Sektion Zürich hiermit um die Uebernahme dieses Amtes für den neuen Zeitabschnitt bewerben.
 - c) Zentralvorstand:

1. Der Schweizerische Hebammenverein möge den Beitritt zur internationalen Vereinigung der Hebammenverbände beschließen.
2. Bericht und Antrag über die Möglichkeit der Wiedereinbringung der 9000 Fr. an die Zentralkasse.

9. Wahlvorschlagn:
 - a) der Vorortsektion für die neue Amtsdauer 1937/1942.
 - b) einer Redaktorin.
10. Wahlvorschlagn für die Revisionssektion der Vereinskasse.
11. Wahlvorschlagn für die Revisionssektion des Zeitungsunternehmens.
12. Bestimmung des Ortes der nächsten Delegiertenversammlung.
13. Umfrage.

Traktanden für die Generalversammlung.

Dienstag, den 23. Juni 1936, punkt 10½ Uhr im Stadthausaal in Winterthur.

1. Begrüßung.
2. Wahl der Stimmzählerinnen.
3. Genehmigung des Protokolls der letzten Delegierten- und Generalversammlung.
4. Jahresbericht.
5. Rechnungsabnahme pro 1935 und Revisorinnenbericht.
6. Bericht über das Zeitungsunternehmen pro 1935.
7. Berichte und Anträge der Delegiertenversammlung.
8. Wahl der Vorortsektion (Zentralvorstand) für die Amtsdauer 1937/1942.
9. Wahl der Revisionssektion für die Vereinskasse.
10. Wahl der Revisionssektion für das Zeitungsunternehmen.
11. Bestimmung des Ortes der nächsten Delegierten- und Generalversammlung.
12. Umfrage.

Kolleginnen! Heute schon möchten wir Euch bitten, die beiden Tage des 22. und 23. Juni für unsere Veranstaltungen zu reservieren und hoffen wir, in Winterthur recht viele Kolleginnen begrüßen zu können.

Bezüglich des Anmeldetermins, des Bankettpreises und der Angaben über das Programm siehe Mitteilungen des Zentralvorstandes. Also auf Wiedersehen in Winterthur!

Mit kollegialen Grüßen

Wohlen/Windisch, im April 1936.

Für den Zentralvorstand:

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

* * *

Traktanden für die Krankenkasse.

1. Jahresbericht pro 1935.
2. Abnahme der Jahresrechnung und Bericht der Revisorinnen.
3. Wahl der Rechnungsrevisorinnen für das Jahr 1936.
4. Abänderung der Statuten Art. 23 betreffs Bundesbeitrag und Stillgeld-Auszahlungen (Weisungen vom Bundesamt).
5. Wahl der Vorortsektion für die Krankenkasse.
6. Antrag der Sektion Luzern:
Es soll die Krankenkasse-Kommission an den Schweiz. Konföderats-Verband den Antrag einreichen, daß nur denjenigen Hebammen das Geburts-Honorar entrichtet werde, die Mitglied des Schweiz. Hebammen-Vereins und deren Krankenkasse sind.
7. Verschiedenes.

Die Präsidentin: Frau Akeret.

Contra-Schmerz beseitigt
prompt jede Form von Migräne,
Ischias, Zahn- u. Nervenschmerzen

1922

Krankenkasse.

Krankgemeldete Mitglieder:

Frau Scheller, Junzgen (Baselland)
 Frau Baumgartner, Kriehern (St. Gallen)
 Frau Büttiker, Kirchberg (Bern)
 Frau Langhart, Ramjen (Schaffhausen)
 Frau Dick-Gerber, z. Z. Heiligenchwendi (Bn.)
 Frl. Christine Conrad, Sils-Domleschg
 Frau Siltbrunner, Wafen i. E.
 Frau Sager-Troxler, Gerswil (Luzern)
 Mlle. B. Schneider, Biel
 Mme. Margh. Bégin-Biasca, Profito (Tessin)
 Frau Gnädiger, Ramjen (Schaffhausen)
 Frau Staub-Schäfer, Menzingen (Zug)
 Frau Schärer, Ob. Steinmaur (Zürich)
 Frau Marie Ramjer, Oberwil (Bern)
 Frau Maria Barizzi, Zürich
 Frl. Lina Moor, Ostermündigen (Bern)
 Frau Fährndrich, Lenzburg (Aargau)
 Frl. Elise Mant, Zweisimmen (Bern)
 Frau Hermann, Zürich
 Mlle. Melanie Modoux, Orfionens (Freiburg)
 Mme. Borgnano, Romanel (Waadt)
 Frau Guggisberg, Solothurn
 Frau Wullschlegel, Aarburg (Aargau)
 Frau Niemannsberger, Bichwil (St. Gallen)
 Frau Emma Meier, Unt. Ehrendingen (Aarg.)
 Frau Burkharter, Uetligen (Bern)
 Sig. Montini Orfolina, Laverne (Tessin)
 Frau Böhler, Basel
 Mme. Pittet, Echallens (Waadt)
 Frau Bandli, Maienfeld (Graubünden)
 Mlle. Emilie Bobay, Lausanne
 Frau Vooser, Ebmatingen (Zürich)
 Frl. Sophie Wirth, Hagglingen (Aargau)
 Frau Huber, Hombrächten (Zürich)
 Frau Merk-Müller, Rheinau (Zürich)
 Frau Anna Mandel, Zürich
 Frau Rost-Vog, Zürich-Höngg
 Frau Estermann, Flawil (St. Gallen)
 Frau Wiesmer, Hüttwilen (Thurgau)
 Frau Troxler-Häber, Mauenfee (Luzern)
 Frau Sinderling, Schlatt,
 z. Z. Nähmismühle (Zürich)
 Frau Josefina Schmid, Altdorf (Uri)
 Frau Elise Bachmann, Winterthur (Zürich)
 Frau Marie Müller-Krebs, Belp (Bern)
 Frl. Hüttenmoser, Rorschach
 Frl. Hermine Kunz, Wald (Zürich),
 z. Z. Spital St. Gallen

Angemeldete Wöchnerinnen:

Frau Göldi-Leuener, Riez (St. Gallen)
 Frau M. Studer-Studer, Oberbuchfitten (Sol.)
 Frau Marie Steiger-Schwyzer, Sursee (Luz.)
 Frau M. Santeler, Sub-Zimmelsberg (Thurg.)
 Frau M. Santicht, Weisklen b. Gunten (Bern)
 Frau Marie Morf-Hürlimann,
 Töf-Winterthur (Zürich)

Eintritte:

440 Frau Irene Krämer-Winkler, Bern, Ventulusstrasse 26, 9. April 1936.
 147 Frl. Anna Hufschmid, Trimbach (Soloth.) 11. März 1936.
 263 Frl. Maria Ursula Bonegger, Breitenmatt, Wald (Zürich), 1. April 1936.

Seien sie uns herzlich willkommen.

Die Krankenkassenkommission in Winterthur:

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

Vereinsnachrichten.

Sektion Appenzell. Zu einem schönen, gemüthlichen Nachmittag gestaltete sich unsere am 20. April in Bülser stattgefundene Frühjahrsversammlung. Der Besuch war erfreulicherweise recht gut. Von der Firma Kaffee Hag wurde uns vor Beginn der Versammlung ein Gratis-Kaffee serviert und ein Kaka-Probenmuster Ka-aba verteilt. Es mundete uns allen vortrefflich. Wir werden nicht veräumen, Kaffee und Ka-aba weiterhin den Wöchnerinnen zu empfehlen. Im Namen aller Anwesenden möchte ich der Firma Kaffee Hag unsern besten Dank aussprechen.

Am 2 Uhr eröffnete Frau Heierle mit einem herzlichen Begrüßungswort an Frau Aderet, Präsidentin der Krankenkasse, die Versammlung. Der geschäftliche Teil war rasch erledigt. Der Kassabericht wurde auf die Herbstversammlung verschoben. Als Delegierte nach Winterthur wurde einstimmig unsere Präsidentin gewählt. Frau Aderet, die unterdessen einen Spaziergang durch Bülser gemacht hatte, erschien um 3 Uhr wieder. An Stelle eines ärztlichen Vortrages wurden uns aus den neuen Statuten der Krankenkasse mehrere Paragraphen genau und eingehend erklärt. Es war eine Freude, Frau Aderet zu hören. Wir bekamen in manches einen genauen Einblick, was man bis dahin nur halb oder gar nicht verstand. Wir danken Frau Aderet wärmstens für die Arbeit und Mühe, die sie sich gegeben hat, und wünschen, daß die Führung der Krankenkasse noch viele Jahre unter dieser bewährten Leitung bleiben möge.

Nach dem obligaten 3. Vieri gab unser ältestes Mitglied, Frau Möbli von Stein, einige Appenzellerlieder zum besten, die freudiges Gehör fanden.

Die Aktuarin: Frau M. Christen.

Sektion Aargau. Unsere letzte Versammlung in Brugg war mäßig besucht. Es hätte den Vorstand gefreut, wenn die Mitglieder unserer Referentin, Frau Aderet, etwas mehr Interesse entgegengebracht hätten. Frau Aderet brachte uns viel Interessantes und Wissenswertes über unsere Krankenkasse und möchten wir auch an dieser Stelle ihr nochmals herzlich danken für ihren Besuch.

Von der Firma Guigoz wurden Prospekte über ihre Produkte verteilt.

Als Delegierte nach Winterthur wurden Frau Weber, Gebensdorf, und Frau Seeburger, Holderbank, gewählt.

Wir bitten unsere Mitglieder, sich den 22. und 23. Juni für die Delegierten- und Generalversammlung in Winterthur zu reservieren.

Der Vorstand.

Sektion Baselland. Unsere am 21. April in Liestal abgehaltene Frühjahrsversammlung, war, trotz der ungünstigen Witterung, von 31 Mitgliedern besucht. Ob der in unserem Fachorgan angekündigte „Wanderfilm“, oder die Traktanden so zahlreich zum Besuche aufforderten, wissen wir nicht. Aber aus alle Fälle bot uns der Film viel Neues und Lehrreiches. Von der begleitenden Schwester M. Hagmann wurden wir eingehend über die genauen Anwendungen und Neuerungen der Wanderpräparate genau aufgeklärt. Am Schlusse der Veranstaltung wurde allen Anwesenden von der Firma durch Schwester Hagmann ein Geschenk überreicht, was bei allen große Freude erweckte und von der Vorstehenden auf das Beste verdankt wurde. Möchten nicht unterlassen, auch noch an dieser Stelle der Firma Dr. A. Wander in Bern das so reichlich Gebotene herzlich zu danken. Wir wünschen und hoffen nun, daß der Film „Kinder- und Krankenpflege in aller Welt“ von recht vielen Berufsschwestern angesehen werden kann. Der vorgerückten Zeit wegen mußten wir nun rasch zum zweiten Teil übergehen. Das von Frau Spillmann gut abgefaßte Protokoll wurde verlesen, von der Ver-

sammlung genehmigt und von der Präsidentin bestens verankert. Im weiteren wurden die Traktanden der Schweiz. Tagung in Winterthur durchberaten und die Delegierte gewählt. Aus der Wahl ging Fräulein Hofer hervor. Schlußendlich wurde unser knurrende Magen befriedigt und nach ein wenig gemüthlich Beisammensitzen und Gedankenaustauschen mahnte der Zeiger der Uhr zum Aufbruch. Mit einem Auf Wiedersehen im Juli konnte unsere, diesmal ausnahmsweise ruhig verlaufene Tagung, geschlossen werden.

Die Präsidentin: Frau Schaub.

Sektion Baselland. Am 29. April machten wir eine prächtige Autofahrt nach Laufen ins Frauenheim Wolsbrunnen. Die Vorsteherin des Heims, das in musterhafter Ordnung geführt wird, zeigte uns das große Unternehmen welches für uns sehr interessant war, speziell die Kinderabteilung hat uns sehr gefallen. Die vielen kleinen und größeren Kinder sind bei sorgfältiger Pflege untergebracht, und man sah den kleinen Schützlingen an, daß sie sich alle wohl fühlen.

Nach etwa 1½ Stunden holte uns Herr Späher, unser zuverlässiger Chauffeur, ab, und frohgemut führen wir über Gelterkinden und durch weitere blühende Ortschaften, bis wir in Rheinfelden im Hotel Schiff landeten. Nach einem kräftigen Jogib und einer lustigen Heimfahrt kamen wir abends 7 Uhr in Basel an; es war ein herrlicher Nachmittag, wir werden die schönen Stunden so schnell nicht vergessen, aber so viel können wir verraten, daß es nicht die letzte Fahrt ist, die wir dieses Jahr machen.

Am 27. Mai haben wir beschlossen einen Ausflug ins Waldbach zu machen. Die Kolleginnen sind gebeten, um 2½ Uhr auf dem Aeschenschlag zu sein. Hoffentlich finden recht viele Kolleginnen Zeit, an dem Ausflug teilzunehmen. Also auf Wiedersehen am 27. Mai.

Für den Vorstand:

Frau Albiez.

Sektion Bern. Bei zahlreicher Beteiligung hat unsere Vereinsversammlung stattgefunden. Frl. Dr. Walter hielt einen Vortrag. Sie referierte über das „Parapad-Verfahren“, welches ein Wärmeheilverfahren ist auf wissenschaftlicher Grundlage. Die Anwendung wurde durchgeführt durch Frau Tritten. Parapad ist eine Schweißpackung. Die für diese Behandlung in Betracht kommenden Krankheits-Arten sind solche, bei denen der Organismus mit Stoffwechselstörungen überlastet ist, deren er sich durch die Ausscheidungsorgane normalerweise nicht genügend entledigen kann. Dazu sind zu rechnen: Rheumatismus. Unter dieser Sammelbezeichnung pflegt man eine Anzahl verschiedener Krankheitszustände zusammen zu fassen, die an den Bewegungsorganen — Knochen, Bändern, Muskeln, Sehnen — ihren Sitz haben und sich vor allem durch Schmerzen kund tun; im weiteren Sinne rechnet man gewöhnlich aber auch Erkrankungen der Nerven mit dazu, die ähnliche Erscheinungen machen und nicht selten mit den eigentlichen rheumatischen Störungen verbunden auftreten. Hieher gehören akuter und chronischer Muskelrheumatismus, z. B. Gelenkschmerz, steifer Hals, akuter und chronischer Gelenkrheumatismus. Bei rheumatischen Erkrankungen ist das Parapad-Verfahren das dankbarste Anwendungsgebiet. Zuletzt erweist es sich aber auch gerade hier als wirtschaftlich und vorteilhaft, denn erfahrungsgemäß wird die Krankheitsdauer, z. B. bei der als hartnäckig bekannten Ischias, ganz wesentlich abgekürzt, auch werden erhebliche Kosten dadurch erspart, daß Arzneimittel, Einspritzungen, nicht zuletzt auch kostspielige Bädungen überflüssig werden.

Ferner sind die Parapadpackungen bei allen möglichen Krankheiten anzuwenden. Zur Untersuchung dieser Behandlung wende man sich an Frl. Dr. Walter, Kornhausplatz 15. An

A. Suter, Drogerie,
 am Stalden 27, Solothurn
 Kräuterhaus, Parfumerie
 und Sanitätsartikel

Prompter Versand Vorteilhafte Preise
 Telefon 18.23 1908

dieser Stelle verdanken wir der Referentin ihre Ausführungen nochmals aufs Beste.

Am 18. Mai macht unser Verein einen Frühlingsbummel nach Thun, zur Besichtigung der Atrawerke und Kunsttöpferei. Abfahrt mittags 11 Uhr 55. Sammlung beim Bilettschalter 11 Uhr 40. Zur Beteiligung bitte anmelden bei Frau Bucher, Viktoriaplatz 2. Zu diesem Anlaß laden wir alle Kolleginnen herzlich ein zahlreich teilzunehmen und pünktlich zu erscheinen.

Der Vorstand.

Sektion Biel. Nun stehen wir schon wieder am Schluß eines Vereinsjahres. Am 28. Mai, punkt 15 Uhr, wird im Schweizerhof unsere Generalversammlung abgehalten, wozu wir alle Kolleginnen von nah und fern herzlich einladen.

Um unsere neugegründete Hilfskasse für bedürftige Hebammen ein wenig zu speisen, beschloß der Vorstand die Durchführung des Glücksspiels. So bitten wir an dieser Stelle unsere Mitglieder recht herzlich, zahlreich zu erscheinen und Päckli für den Glückssack mitzubringen. Kolleginnen, die an der Teilnahme der Versammlung verhindert sein sollten, können schon jetzt Päckli an unsere Präsidentin Frau Schwarz in Nidau senden, wo sie gerne und mit bestem Dank entgegen genommen werden. Wir hoffen gerne, daß alle Kolleginnen an dieser wohlthätigen Sache regen Anteil nehmen.

Und nun auf ein frohes Wiedersehen am 28. Mai im Schweizerhof.

Der Vorstand.

Sektion Luzern. Einladung zu unserer am Donnerstag, den 28. Mai, nachmittags 2 Uhr im Hotel Konfordia in Luzern stattfindenden Jahresversammlung, und ersuchen wir unsere Mitglieder, möglichst vollständig zu erscheinen. Traktanden: Appell, Protokoll, Jahresbericht der Präsidentin, Bericht der Kassierin, Wahl des Vorstandes und Einzug der Jahresbeiträge sowie allgemeine Umfrage. Diese Versammlung wird uns die verehrte Zentralpräsidentin Frä. Marti mit ihrem wertvollen Besuch beehren und verschönern. Wir ersuchen daher nochmals alle Kolleginnen, denen es irgend wie möglich ist, an dieser Versammlung zu erscheinen.

Mit kollegialem Gruß

Im Auftrage: Frau Barth.

Sektion Schaffhausen. Unsere nächste Versammlung mit Vortrag von Herrn Dr. Fröhlich findet Donnerstag, den 28. Mai, 2 Uhr in der Randenburg Schaffhausen statt. Wir möchten alle Mitglieder bitten, wenn immer möglich vollständig zu erscheinen. Leider war es nicht möglich, die Versammlung auf einen früheren Termin anzusetzen, weil wir Herrn Dr. Fröhlich nicht früher gewinnen konnten. Unseren kranken Mitgliedern entbieten wir die besten Wünsche für baldige Genesung. Der für dieses Jahr wiederum geplante Glückssack wird

erst in einer Herbstversammlung zum Verkauf kommen. Gaben hierfür werden aber jetzt schon mit bestem Dank entgegengenommen und sind an Frau Sangartner, Präsidentin in Buchthalen abzuliefern.

Auf Wiedersehen am 28. Mai.

Der Vorstand.

Sektion Schwyz. Unsere Frühlingsversammlung vom 5. Mai war ausnahmsweise gut besucht. Daraus ergibt sich, daß die Kolleginnen mit Vorliebe in der Waldstadt konferenzen. Die Vereinsgeschäfte und Berichte nahmen ziemlich viel Zeit in Anspruch. Das Interesse der Versammelten war sehr reger. Vergessenes wurde wieder aufgefrischt und viel Neues wurde bekannt gegeben. Das Anerbieten und Unterbieten kam zur Sprache und wurde sehr gerügt. Der Vorstand wurde wieder für zwei Jahre in globo gewählt. Als nächster Versammlungsort wurde Schwyz bestimmt. Wir hoffen dort recht viele Kolleginnen begrüßen zu können. Besonders mögen sich jene, die jetzt im Frühling nicht gehen konnten, einfinden. Es ist notwendig, daß sich alle Mitglieder um die Sektionsgeschäfte kümmern.

Für den Vorstand

Die Aktuarin: Frau Bamert.

Sektion Solothurn. Unsere letzte Versammlung vom 27. April in der „Bierhalle“ zur Klus war ziemlich gut besucht. Schade, daß sich nicht mehr Kolleginnen einfinden konnten. Herr Dr. von Burg hielt uns einen sehr lehrreichen Vortrag. Der Herr Referent sprach über „die Lungentuberkulose und ihre Erscheinungen, Bronchitis, Fröhlsche“. Auch wurden uns Röntgenbilder gezeigt. Auch über Nierenkrankheiten, Diabetis (also Zuckerkrankheit), Blutfunktion und Blutdruck sprach Herr Dr. von Burg. Wir danken dem Herrn Referenten aufs wärmste. Die Anwesenden werden es nicht bereuen haben, daß sie gekommen sind.

Der Vorstand.

Sektion St. Gallen. Unsere Versammlung vom 30. April war, des schlechten Wetters wegen, mäßig besucht. Es wurden die Traktanden und Anträge für die Delegierten-Versammlung besprochen. Anschließend wählten wir auch die Delegierten zum Hebammentag in Winterthur. Frisch auf nach Winterthur am 22. und 23. Juni.

Frohes Wiedersehen.

Die Präsidentin: Frau D. Schüpfer.

Sektion Thurgau. Unsere Versammlung, verbunden mit ärztlichem Vortrag, wird am 25. Mai, nachmittags 2 Uhr im „Engel“ in Münchwilen abgehalten.

Vollzähliges Erscheinen erwünscht.

Der Vorstand.

Sektion Werdenberg-Sargans. Unsern wertvollen Mitgliedern die Bekanntmachung, daß unsere nächste Versammlung Mittwoch, den 20. Mai, nachmittags um 2 Uhr stattfindet; voraussichtlich im Bahnhofsbuffet in Sargans.

Ebenfalls möchte ich nicht vergessen, allen mitzuteilen, daß uns unsere verehrte Zentralpräsidentin Frä. Marti auf den 20. Mai ihren wertvollen Besuch in freundlicher Weise zugesagt hat. Wir wollen hoffen, vollzählig erscheinen zu können.

Für den Vorstand: L. Ruesch.

Sektion Winterthur. Den Mitgliedern zur Kenntnis, daß im Mai keine Versammlung stattfindet, dagegen am 11. Juni die letzte vor dem Fest. Wir bitten die Kolleginnen, zahlreich zu erscheinen, um noch alle Vorberatungen zu besprechen. Der Vorstand.

Sektion Zürich. Unsere Aprilversammlung im Hörsaal der Universitäts-Frauenklinik war sehr gut besucht. Nach Erledigung der Vereinsgeschäfte hielt uns Herr Dr. med. Bernli, Spezialist für Lungenerkrankheiten, einen sehr lehrreichen Vortrag über „Lungentuberkulose und deren Bekämpfung“. An Hand von wertvollen Lichtbildern konnten wir die Verheerungen sehen, die die gefürchtete Krankheit am menschlichen Körper verursacht. Mit großer Freude konnten wir auch die Heilungen beobachten, wenn die Krankheit bei Zeiten entdeckt wird und der Patient in eine Heilstätte gebracht werden kann.

Wir werden dem Herrn Referenten für das Gebotene noch lange dankbar sein, und möchten ihm gerne auch noch an dieser Stelle unsern Dank aussprechen. Die nächste Versammlung findet am 26. Mai im „Carl dem Großen“ um 2 Uhr statt. Es ist die letzte Versammlung vor dem Schweiz. Hebammentag und wir hoffen auf zahlreiches Erscheinen.

Die Aktuarin: Frau Bruderer.

Umstellung von Körper und Seele im Frühling.

Es ist noch nicht so lange her, da war der Frühling gleichbedeutend mit einer Zeit abfichtlicher energischer Einwirkung auf den Körper. Die Gewohnheit der „Frühjahrskuren“ galt damals als Grundlage des jährlichen Gesundheitsplanes. Medizinische Vorschriften wurden genau beachtet, ob sie nun auf Diät- oder Badekuren sich erstreckten, Abführ- oder Blutreinigungsmittel benutzten. Daneben hatten zahlreiche Familien ihre eigenen, in weitreichender Tradition überkommenen Frühjahrskuren.

Dieser allgemein verbreiteten Sitte lag eine sehr wichtige und richtige Beobachtung zugrunde. Im Frühjahr sind Körper und Seele fühlbar gesonnen, sich umzubauen und umzustellen. Das Entrinnen aus dem grauen Bann kalten Winters in die Wärme, in Sonne und freie Natur, bereitet die Möglichkeit solcher Umstellung vor. Beim modernen Kulturmenschen kommen die periodischen Einflüsse, denen das Leben aller Natur unterliegt, oft nicht so klar zum Ausdruck. Manches hat sich ver-

Dialon-Puder

hervorragend bewährter Kinderpuder zur Heilung und Verhütung des Wundseins

Neu! DIALON-PASTE bei vorgeschrittenem Wundsein

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.

Kleine Tube . Fr. 1.25

Grosse Tube . Fr. 2. —

wischt, manches Ursprüngliche scheint unter der Decke aufgeschöpfter Gewohnheiten geschwunden. Auch die großen Einflüsse, die vom Kosmos her einwirken, lassen sich nicht wegkünsteln. Sie werden deutlich fühlbar und sichtbar, ob man auf sie achten will oder nicht. Auch der Mensch ist nur eine kleine Feder in dem umfassenden Getriebe: sie biegt und entspannt sich, je nachdem das große Zahnrad des Weltengetriebes seine gleichmäßigen Vorwärtsschritte auf untergeordnete Räder übertragen.

Am bekanntesten ist die seelische Umstellung im Frühling. Die Dichter, die den Naturwissenschaftlern immer um mindestens zwei Rasenlängen in der Erkenntnis voraus sind, haben aus dieser Wahrnehmung nie ein Geheimnis gemacht. Kaum einer hat aber dieses Ahnen um ein verborgenes Wissen in so schöne Worte gebracht wie Hugo von Hofmannsthal in seinem wunderbaren Gedicht „Vorfrühling“:

„Es läuft der Frühlingswind
Durch kahle Auen.
Seltsame Dinge sind
In seinem Wehn.“

Die „seltsamen Dinge“ äussern sich in verschiedenen Seelenbeeinflussungen. Charakteristisch ist dabei das Schwankende, heute „himmelhoch jauchzend“, nahezu berauscht von Glücksgefühl und Lebensfreude, morgen „zu Tode betrübt“, das Opfer einer schweren seelischen Depression. Diese Schwankungen des seelischen Befindens im Frühling werden mit raschen Veränderungen in Luftdruck oder Luftfeuchtigkeit in Zusammenhang gebracht, dadurch aber nicht verständlicher. Die ja auch sonst wirksamen Witterungsfaktoren stoßen vielleicht im Frühjahr auf periodisch geschwächten Seelenzustand; dadurch ist ihnen ein wirksamerer Angriff möglich.

So ist auch der überraschende Zusammenhang verschiedener krankhafter und ans Krankhafte grenzender Erscheinungen zu erklären, auf den Hellpach aufmerksam gemacht hat. Im Frühling und Frühsommer ereignen sich gleichzeitig die meisten Selbstmorde, die meisten Sexualverbrechen und die meisten Erregungszustände Geisteskranker. Hellpach erblickt als eigentliche Ursache des Erregungsvorganges,

der den drei genannten Vorkommnissen zugrunde liegt, soweit nicht andere Umstände mitspielen, den Erwärmungsvorgang, dem eigentlichen Charakteristikum dieser Jahreszeit. Das Krankhafte, um das es sich im allgemeinen bei derartigen Menschen handelt, wird als gesteigerte Labilität der Seele betrachtet. Auf dieser gemeinsamen Grundlage finden sich dann so verschiedenartige Naturen wie Selbstmörder, Sexualverbrecher und Geistesranke zusammen.

Der sexuell anregende und belebende Charakter des Frühlings ist eine der bekanntesten Umstellungen während dieser Jahreszeit. Die neuzeitliche Statistik hat hier Beziehungen gezeigt, die früher wohl geahnt, nicht aber zahlenmäßig bekannt waren. Die meisten Geburten finden in Europa in den Monaten Januar bis April statt, wobei der Februar besonders hohe Ziffern aufweist; dann noch einmal im Monat September. Diese Ziffern bedeuten, daß die meisten Zeugungen im Frühling — unter dem allgemein belebenden Einfluß dieser Jahreszeit — stattgefunden haben, namentlich im Mai, und wieder um die Weihnachtszeit, diesem Fest frohen Feierns. Eheleute und außereheliche Geburtenziffern werden von diesen jahreszeitlichen Schwankungen in ungefähr der gleichen Weise berührt.

Es gibt eine Seelenbeschaffenheit, bei der in ziemlich regelmäßigem Wechsel Zeiten der Depression mit solchen gehobenen Lebensgefühls abwechseln. Die gewöhnlichen, sehr häufigen Grade dieses Zustandes werden als Zyklithyme bezeichnet, die schweren Formen bilden das manisch depressive Irresein. Es ist nun auffallend, daß sehr oft solche Depressionszustände in den Winter fallen, um im Frühling einer Periode gehobener Lebensauffassung Platz zu machen.

Allerdings kommt auch gerade das Umgekehrte vor, und es wäre für den Wechsel der Seelenstimmung hier verantwortlich zu machen. Kennzeichnend ist dafür die von Hellpach berichtete Geschichte eines Mannes, bei dem ursprünglich die depressiven Zustände in den Winter, die gehobenen, manischen, in den Sommer gefallen waren. Da die depressive Periode aber immer ungefähr 5—6 Monate,

die manische 7—8 Monate umspannte, kehrte sich das Verhältnis zur Jahreszeit allmählich um. Solange die Depression des Mannes in den Winter fiel, sah er am Winter nur das Traurige, Dote, Dunkle, Kalte; als später die manische Stimmung in den Winter fiel, wurde ihm diese Jahreszeit zur erfreulichen Zeit der Geselligkeit, der Kunstgenüsse, der Winterportfreuden, der winterlichen Landschaftsschönheit. Es zeigt sich hier, daß derartige Seelenzustände den Eigenlauf, unabhängig von der Jahreszeit, haben können, während gerade in leichteren Fällen, bei allgemeiner Nervosität, der Einfluß des Frühlings usw. überwiegend sein kann. So kommt es zu der Enttäuschung der Nervösen, die den ganzen Winter hindurch voll Sehnsucht auf den Frühling warten, wenn er aber da ist, seinen Anforderungen an die Umstellung des Organismus oft nicht gewachsen, daher voll von Unlustgefühlen sind und sich diese Nichterfüllung hochgepannter Erwartungen nicht erklären können. Geniale Menschen sind, wie Lombroso festgestellt hat, im Früh- und Spätsommer am fruchtbarsten, am leichtesten und gewinnbringendsten schöpferisch tätig.

Die körperliche Umstellung im Frühling mahnt dazu, Krankheitsäußerungen zum Teil anders zu betrachten und zu behandeln, als zu anderen Jahreszeiten. Es sind das neuere Feststellungen, die aber auf uralte, ärztliche Ansichten zurückgreifen. Hippokrates und Galen hatten schon darauf aufmerksam gemacht, daß der Frühling eine gewisse Art von Krankheiten, „die durch die erneute Bewegung der Säfte entsteht“, unter Umständen gefährlich werden könnte. Hier knüpfen neuere Beobachtungen an, die im Ausschlag (Eczem) der Säuglinge hauptsächlich eine Frühjahrskrankheit erblicken. Das Säuglingseczem soll demnach in den ersten Jahresmonaten nur milde — um eine Gefährdung zu vermeiden — und erst in der zweiten Jahreshälfte energischer angegriffen werden. Auch andere Krankheiten wie Gürtelrose, Schuppenflechte sollen vor allem im Frühjahr auftreten; man hat diese Beobachtung mit einer Steigerung der Tätigkeit der innersekretorischen Drüsen in Zusammenhang gebracht. Damit ist freilich nicht viel

Futterwechsel

und die damit verbundenen Schwankungen in der Qualität von Frischmilch bedeutet eine böse Zeit für die Kleinen.

Milkasana

die reine **Hochdorfer Trockenvollmilch**, von guter und gleichmässiger Qualität, überbrückt diese Schwierigkeiten.



Schweiz. Milchgesellschaft A.-G., Hochdorf (Luz.)

1980

Züchtige Hebamme

für Ferien-Ablösung in Spital für den Monat Juli gesucht.

Offerten unter Nr. 1934 an die Exped. d. Bl.

Blühendes Aussehen, kräftigen Appetit, erhöhtes Wohlbefinden schafft Ihnen eine Kur mit

Energon

Kraftnahrung

Energon schöpft seine grosse aufbauende, belebende und verjüngende Kraft aus der Natur, aus besten Nährstoffen, physiologischen Salzen und Extrakten aus alpinen und tropischen Heilpflanzen.

Preis per Büchse Fr. 3.50, Muster durch TRUTOSE A.-G., Zürich 8

1917

erklärt. Immerhin ist es nicht unwahrscheinlich, daß solche Beziehungen bestehen.

Vielleicht hängt damit auch das verschieden große Wachstum der Kinder im Frühjahr und in andern Jahreszeiten zusammen, wie es sich aus statistischen Zusammenstellungen ergibt. Bei Kindern ist von März-April bis Mitte August, also im zweiten Jahresdrittel, eine starke Längenzunahme, dagegen Abnahme des Gewichtes zu verzeichnen. Im dritten Jahresdrittel, von Mitte August bis Ende November oder Mitte Dezember, kommt es zur stärksten Gewichtszunahme bei schwächster Längenzunahme. Im ersten Jahresdrittel, von November-Dezember bis März-April ist sowohl Gewicht- wie Längenzunahme mittelmäßig. Daß überhaupt im Frühling Lebenskräfte und -kräfte stärker drängen und quellen — bei Menschen wie bei Pflanzen — das zeigt sich ja auch bei der Scheinblüte mancher Tuberkulöser im Frühjahr, die oft in überraschender Besserung einer plötzlichen Verschlechterung vorausgeht.

Soweit gesundheitliche Kuren im Frühjahr vorgenommen werden, sollen sie diese natürlichen Umstellungsvorgänge im Körper unterstützen und geschickt verwerthen. Der Gedanke der alljährlichen Gesundheitskuren ist gut, — gleichgültig mit welchem wissenschaftlichen Namen man das belegt oder ob man die alten Hausmannsworte von „Säfteerneuerung“ und „Blutreinigung“ benützt. Ist man von der Zweckmäßigkeit und Förderlichkeit derartiger Gesundheitskuren ganz allgemein überzeugt, so wird man ihren Gebrauch im Frühling jedenfalls für am besten und naturgemähesten betrachten.

Dr. W. Schweinsheimer.

Hygiene und Entwicklungsjahre des Mädchens.

Die Uebergangszeit, in der sich aus dem Mädchen das geschlechtsreife Weib entwickelt, bedeutet eine Revolution im gesamten Körper mit tiefgehenden Umgestaltungen, an denen vor allem das Blutdrüsenystem tätig beteiligt ist. Hand in Hand damit geht eine bedeutungsvolle Veränderung und Ausgestaltung des Seelenlebens vor sich.

Es entwickelt sich nicht nur das Schamgefühl vor dem andern Geschlecht, verbunden mit einem lebhafteren Interesse für dieses, sondern ganz allgemein verschiebt sich das Verhältnis zur Umwelt. Während das Kind egoistisch die Welt nur von dem Standpunkt aus betrachtet, was es von der Umgebung für sich erlangen kann, beginnt in der Pubertät das Individuum sich über sein Ziel und seine Zukunft Gedanken zu machen. Wie der Körper in dieser Zeit eine verstärkte Wachstumstendenz zeigt, so entwickelt sich auch der Geist sehr intensiv und rasch. Lebestoff wird verschlungen, neue Eindrücke werden gesammelt und gierig aufgenommen. Das Verlangen, sich andern Menschen anzuschließen, das Interesse über die eigene Familie hinaus führt zu Mädchenfreundschaften, zur Aufstellung bestimmter Ideale, zu Schwärmereien, deren Gegenstand oft Lehrer, Künstler und namentlich Bühnengrößen beiderlei Geschlechts sind. Es besteht in dieser Zeit ein gewisser Kraftüberschuß mit Erscheinungen, die ja allgemein bekannt sind und beim Knaben die Flegeljahre, beim Mädchen die Backfischjahre kennzeichnen. Das „Persönlichwerden“ führt dazu, daß man sich gern gegen Autorität aufbäumt, verschlossen, launenhaft gegen Erwachsene wird. Der Vorläufer der unverstandenen Frau ist der unverstandene Backfisch. Das Mädchen führt Tagebücher über seine Erlebnisse und seine Gedanken, die Schrift bekommt eine persönliche Note;

häufig sind die Erscheinungen sprunghaft, Verlangen nach Einsamkeit wechselt mit Gesellschaftsbedürfnis, Autoritätsglaube mit umstürzlerischen Ideen, Uebermut mit Depression — Aprilwetter des Lebens! Die seelischen Vorgänge der Pubertät sind oft von nachhaltigem Einfluß auf das Leben; Erlebnisse und Eindrücke dieser Zeit bleiben im Unbewußten haften, wirken als geheime Triebkräfte fort und können die Quelle von Neurosen werden.

Das starke Wachstum des Körpers, die Ausgestaltung des ganzen Organismus benötigt reichliches Aufbaumaterial; entsprechend ist der Appetit wesentlich gesteigert. Dadurch entsteht jener Kraftüberschuß, der auch wohlthätige Folgen hat; denn es ist Tatsache, daß Mädchen und Knaben in der Zeit der Pubertät viel weniger von Krankheiten befallen werden als vor und nach der Pubertät. Zum Teil kommt das davon, daß sich in der Pubertät die sog. lymphoiden Organe, wie Hals- und Rachenmandeln, zurückbilden, wodurch viele Krankheitserscheinungen, die von diesen Organen ihren Ausgang nehmen, seltener auftreten. Während jedenfalls Krankheiten besonders häufig vom 7. bis 13. Lebensjahre auftreten, senkt sich die Krankheitskurve in der Pubertät stark, um dann wieder emporzuschwellen, namentlich die der Tuberkulose.

Andererseits gibt es verschiedene Erkrankungen, die für die Entwicklungszeit des Mädchens charakteristisch sind. Die aus dem Eierstock stammenden chemischen Stoffe wirken auch auf die Tätigkeit der andern Blutdrüsen. Eine der wichtigsten unter diesen ist die Schilddrüse, und wir sehen tatsächlich zur Zeit der weiblichen Pubertät ein stärkeres Anschwellen des Halses, das auf Größenzunahme der Schilddrüse zurückzuführen ist. Damit kommt es aber auch zu vermehrter Absonderung der spezifischen Stoffe der Schilddrüse, wodurch gewisse Krankheitserscheinungen hervorgerufen werden können: ge-

Eins darf hier
nicht fehlen!



Wo ein kleiner Erdenbürger seinen Einzug hält, muß doppelte Sauberkeit herrschen. Da brauchen Mutter und Kind viel reine, frische und zuverlässig desinfizierte Wäsche, damit ihre Gesundheit keinen Schaden nimmt. Hier zeigt sich Persil so recht als guter Helfer. Das Säubern der Wäsche geht flink, billig und schonend. Was aber die Hauptsache ist, sie wird gleichzeitig zuverlässig desinfiziert. Persilgepflegte Kranken-, Kleinkinder- und Wöchnerinnen-Wäsche ist besonders weich und angenehm — eine Wohltat für die empfindliche Haut.

DP 295 a

HENKEL & CIE. A.G., BASEL

3 Generationen

wurden schon mit Nestlé's Kindernahrung grossgezogen. Und wie sind sie gediehen! Aus gesunden, gut entwickelten Kindern wurden tüchtige Männer und Frauen und aus diesen lebensfrohe Greise. Im Alter kehren sie wieder zu ihrer Nestlé-Nahrung zurück, die dank der reichen Mineralstoffe den Organismus stählt und stärkt.

NESTLÉ'S
Kindernahrung
(KINDERMEHL)
seit 3 Generationen bewährt!



Die Büchse
Fr. 1.75

Erfolgreich inseriert man in der „Schweizer Hebamme“

steigerte Herzstätigkeit und vermehrte Pulszahl, hochgradige Nervosität, Zittern in den Händen, Schweißausbrüche usw.; sie bilden in ihrem höchsten Grade die sog. Basedow'sche Krankheit mit dem typischen Hervortreten der Augäpfel. Auf diese Symptome ist darum in der Pubertät ganz besonders zu achten.

Eine zweite Erkrankung, die auf den Chemismus des Ovariums zurückgeht, ist die Bleichsucht der Mädchen. Sie beruht auf einer Schädigung des Blutfarbstoffs. Die Bleichsucht (Chlorose) eignet nur dem weiblichen Geschlecht. Erfreulicherweise nimmt sie seit ungefähr zwanzig Jahren ganz auffallend ab, wahrscheinlich weil die Frauen auf den Schnürleib verzichtet haben und losere Kleidung tragen.

Unter dem Einfluß der Ovarien entwickeln sich auch die Hautbrüsten stark, besonders die Talgdrüsen. Ihre Absonderung wird wesentlich gesteigert; dadurch entstehen Stauungen in den Drüsen, die durch Infektion mit Eiterbakterien zu der bekannten Erscheinung der Hautpickel führen, die sich in der Pubertät häufig im Gesicht, an der Stirne und am Nacken zeigen. Eine weitere Folge der gesteigerten Talgabsonderung sind die Kopfschuppen.

Auch die bekannten Rückgratverkrümmungen sind ein Pubertätsleiden; sie sind, wie man heute annimmt, hauptsächlich die Folge einer Späterkrankung. Der verhältnismäßig weiche Knochen erfährt durch schlechte Haltung in der Schule, die wieder zum Teil auf konstitutionelle Schwäche der Rückenmuskulatur zurückzuführen ist, Verbiegungen, gegen die nicht wieder verordnet werden sollten, sondern Mittel, welche die Knochen stärken, wie Lebertran, Phosphor und gewisse Vitamine, ferner und vor allem Gymnastik.

Häufig tritt eine gewisse Blässe auf, die sog. Schulanämie, die aber eigentlich, wie die Blutuntersuchungen ergeben, im Gegensatz zur Bleichsucht, gar keine Blutarmut ist, sondern durch

nerböse Zusammenziehung der Blutgefäße in der Haut verursacht ist. Ein nervöser Gefäßkrampf dürfte auch die in dieser Zeit so häufige Migräne sein.

Mädchen in der Pubertät neigen überhaupt zu gesteigerter Reizbarkeit und Ermüdbarkeit des Nervensystems, verbunden mit Energiemangel und geringer Widerstandsfähigkeit. Gerade in dieser Zeit bilden sich gelegentlich auch schwere sittliche und geistige Schäden aus.

Die Blutungen sind zu Beginn der Pubertät oft sehr unregelmäßig; treten sie häufig auf oder sind die Blutverluste zu groß, so führt dies zu Schwächung des jungen Organismus, die schon deshalb von großer Bedeutung ist, weil sie die Disposition zu tuberkulöser Erkrankung steigern. Der Arzt hat hier energig einzugreifen.

Das Pubertätsalter erfordert von den Eltern besondere Aufmerksamkeit. Die revolutionären Vorgänge im zarten Organismus des Kindes nehmen Körper und Geist stark in Anspruch und können zu Schädigungen führen, die oft im ganzen Leben nicht mehr gutzumachen sind. Vor allem ist, wie schon erwähnt, die genügende Zufuhr der Aufbaustoffe durch die Nahrung zu sichern. Diese soll einfach sein, und mit Rücksicht auf die Empfindlichkeit des Nervensystems sind Alkohol, schwarzer Kaffee, viel Gewürz und allzu üppige Fleischkost zu meiden.

Der Eintritt der ersten Blutung macht auf die Kinder oft tiefen Eindruck, und das Erschrecken über das ungewohnte Ereignis wirkt auf das Nervensystem nicht selten dauernd nach. Sobald sich die Zeit der Pubertät nähert, ist darum das Mädchen durch die Mutter rechtzeitig auf das Bevorstehende aufmerksam zu machen und zu belehren, daß es sich dabei um ganz natürliche Vorgänge handelt. Das gibt der Mutter Gelegenheit, die Tochter über die physiologischen Aufgaben des Weibes überhaupt in der natürlichsten Weise aufzuklären.

Selbstverständlich sind gerade in dieser Zeit auch alle übrigen Gebote der Hygiene streng durchzuführen. Reinlichkeit, Luft, Sonne sind die natürlichen Bundesgenossen gegen Krankheit und Schwäche des Körpers und des Geistes. Leider fällt ja die körperliche Entwicklung zusammen mit der gewiß unentbehrlichen, aber nicht in jeder Beziehung hygienischen Einrichtung der Schule, mit dem Klassenunterricht. Energische Gegenmaßnahmen sind zu ergreifen: Gymnastik, Schwimmen, Ausflüge in die freie Natur und geeigneter Sport schaffen das Gegengewicht. Allerdings ist vor Uebertreibung zu warnen, da körperliche Ueberanstrengung das Herz schädigen kann. Im richtigen Maß ausgeführt, sichern die körperlichen Übungen auch den für dieses Alter besonders wichtigen neun- bis zehntägigen Schlaf und lenken die Gedanken ab.

Die Eltern, namentlich die Mütter, müssen mit Liebe und Aufmerksamkeit die Veränderungen beobachten, die sich in der Seele des Mädchens vollziehen. Es ist notwendig, auf die Eigenheiten der Kinder einzugehen, die in diesem Alter üppig spritzende Phantasie aufklärend einzudämmen, Schwärmereien und Uebertreibungen auf das richtige Maß zurückzuführen und den Gedanken und Neigungen nach Tunlichkeit die Richtung zu geben, die für das zukünftige Leben als wünschenswert erscheint. Schablonenhafte Strenge ist zu vermeiden. Liebe und Verständnis sind notwendig, um zwar konsequent, aber auch mit dem nötigen Takt die richtigen Wege zu weisen.

Wichtige Küchenräuter.

Die durchgreifende Neuorientierung in der Kochkunst hat der Hausfrau vielerlei Fragen zum Lösen aufgegeben. Der Frischkosttisch, bestehend aus Obst verschiedener Sorten, macht

Frisch

Ihre Spezialherstellung, die ihr ein Maximum an Regelmässigkeit während der ganzen Zeit sichert und die ihr ermöglicht, in leichten Flocken verdaut zu werden, genau wie die Muttermilch, verringert keine ihrer Nährstoffe. Das bestätigen einwandfrei die gewissenhaften Versuche des Dr. A. Arthus über die Guigozmilch, die in einer Broschüre zusammengefasst veröffentlicht wurden, welche wir Ihnen auf Verlangen gerne zusenden.

Die

Guigoz

Milch ist also eine frische Milch, weil sie ihre Vitamine intakt bewahrt, insbesondere: Vitamin A (Wachstum), Vitamin B (Nährungsverwertungsfaktor) und Vitamin C (antiskorbutisch).

Dies ist der Grund, weshalb sie,

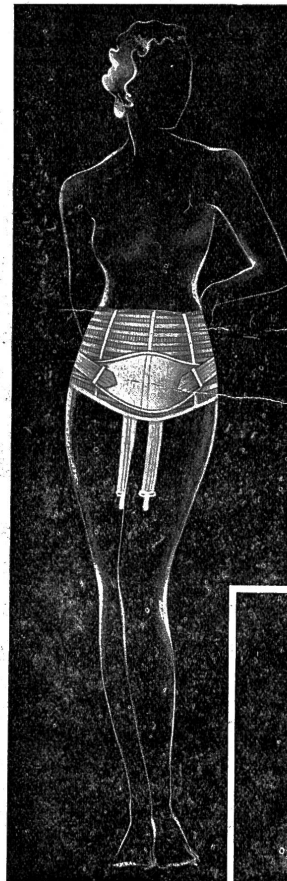
wachstumfördernd,

dem Kinde zu einem ausgeglichenen, gesunden, kräftigen und widerstandskräftigen Organismus verhilft.

Guigoz

Greyerzer Pulver-Milch.

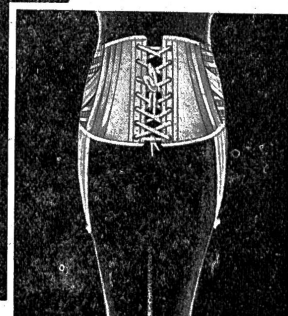
1912



Nach Operationen und Krankheiten

hat sich die SALUS-Leibbinde Modell V ganz besonders bewährt. Ihr spezieller Schnitt und der äusserst wirksame Stützgurt geben dem Körper einen sichern, angenehmen fühlbaren Halt. Aber auch bei Senkungen der Unterleibsorgane leistet dieser Gürtel stets ausgezeichnete Dienste. Modell V ist eine von Aerzten immer wieder mit Erfolg verordnete Binde. 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

ihre nicht viel Kopfzerbrechen. Schwieriger ist schon die richtige Zubereitung des Frischgemüsetisches und eines vollwertigen vegetarischen Essens. Die Nahrung muß doch schmackhaft und nährsalzreich sein. Früher hat man, wenn eine Speise flau war, einfach mit Salz und Pfeffer als Zugabe nachgeholfen. Heute wissen wir, daß uns der Kochsalzgenuß vielerlei Schädigungen gebracht hat. Da alle Nahrungsmittel von Natur aus einen bestimmten Kochsalzgehalt haben, ist die Zugabe von Salz als naturwidrige Salzüberlastung zu betrachten. Die Nahrungsaufnahme soll uns ein Genuß, eine Freude sein.

Die pflanzlichen Gewürze, unsere Küchenkräuter, müssen den Kochsalzzufluß erzeugen, weil sie nicht nur durch kristallinische Salze, sondern auch durch ihren großen Gehalt an Aetherstoffen, den ätherischen Ölen, in jeder Beziehung für Gesunde und Kranke sehr vorteilhaft wirken. Viele Küchenkräuter sind gewiß nicht zu unserem Nachteile heute wieder „modern“ geworden und wenn wir für diesmal raumes- halber nur einige erwähnen, hoffen wir doch, die Frage des Würzens unserer Speisen mit Küchenkräutern wieder in den Vordergrund zu rücken. Gewiß werden wir uns dann, ob gesund oder krank, auf jede Mahlzeit freuen.

Vasilikum, Königskraut oder Königsbalsam. Diese Pflanze ist nicht nur ein wertvolles Heilkraut, das, weil es schleimlösend, appetit-anregend, schweiß- und wasserreibend, abführend, nervenberuhigend und wurmtötend wirkt, bei Lungen-, Magen-, Darm-, Blasen- und Nierenleiden heilend hilft, sondern das beste und billigste Gewürz. Die jungen Blätter der ca. 35 cm hohen im Garten gezogenen Pflanze haben einen lieblichen Zitronengeruch und eignen sich als Salat. Wenn wir dieselben trocknen

und pulverisieren, erhalten wir ein vorzügliches Gewürz für Gemüse und Salate.

Bohnenkraut, Pfefferkraut, Weinkraut. Diese stark aromatische Pflanze findet wohl deshalb als beliebte Würze hauptsächlich bei Kohl, Gurken und Erbsen Verwendung, weil sie die blähende Wirkung der vorgenannten Gemüse eindämmt.

Dill, eine ca. 80 cm hohe Pflanze aus der Familie der Doldengewächse, wird wegen seines aromatischen Geruchs zum Einmachen der Gurken und des Sauerkrauts verwendet. Die als Dillfrühen bekannten Früchte haben die Heilkräfte des Kümmels und Fenchels. Es wird ein Öl daraus gewonnen, das erwärmende und krampfsstillende Eigenschaften hat und darum gegen Blähungen und Koliken gute Dienste leistet.

Fenchel. Die Wurzelsprossen, hauptsächlich aber die jungen, zarten Stengel, werden als Salat gegessen. Die unreifen Dolden legt man zu eingemachten Gurken. Der Fenchelsame leistet vorzüglichste Dienste als Tee wie als Pulver bei Brustwasserfucht und Katarrhen. Er fördert die Verdauung und ist darum gegen verschiedene Magenübel sehr gut. Fenchelknolle und Blätter mit Gurken, Tomaten, rohem Blumenkohl vermischt geben einen ausgezeichneten und gesunden gemischten Salat.

Majoran ist wegen seiner schleimauflösenden und schweißtreibenden Kräfte sehr geschätzt. Die Pflanze enthält viel ätherisches Öl und einen starken, durchdringend gewürzhaften Geruch und Geschmack. Mit Majoran würzt man Gellersalat, Spinat, Bratlinge, Bohnen, Erbsengemüse.

Hausfrauen, die über einen eigenen Garten verfügen, pflanzen und verwenden in der Küche zum eigenen Wohle und zu demjenigen ihrer Familie nachfolgende Kräuter: Anis, Basilikum,

Bohnenkraut, Boretsch, Cellerie, Dill, Estragon,
Fenchel, Korbels, Knoblauch, Lauch, Lavendel,
Majoran, Petersilie, Pfefferminze, Raute, Ros-
marin, Salbei, Schnittlauch, Zitronenmelisse,
Zwiebels.

Weitere wertvolle Gewürze wie Thymian, Schafgarbe, Beifuß, Wacholderbeeren, Kümmel, Brunnenkreuze finden wir auf Wiesen und in Wäldern.

Auch dem Auge gib zu essen!

Wer kann verhüten, daß ihm das Wasser im Munde zusammenläuft, wenn er daran denkt, daß er eine Zitrone ausaugt? Niemand! Es ist ein automatischer Vorgang, den wir durch unsern Willen nicht zu meistern vermögen! In der weissen Zentrale unseres Nervensystems wird in dem Augenblick, wo Säurezufluhr angemeldet wird — eben durch den Gedanken an das Saugen an der Zitrone — der Befehl erteilt, die überschüssige Säure durch vermehrte Speichelabsonderung abzustumpfen. Die Erforscher der körperlichen Funktionen, die Physiologen, haben durch sinnreich erdachte Experimente längst erwiesen, daß bei jedem Gedenken, der ans Essen denkt, schon bei diesem Gedanken der Magen anfängt, Verdauungssäfte abzusondern, damit die Speisen sofort von den Flüssigkeiten empfangen werden können, die notwendig sind, um sie für die Aufnahme in den Körper brauchbar zu machen.

Wer körperlich schwer arbeitet, braucht selten über das Versagen seines chemischen Mechanismus zu klagen. Aber der abgehezte Mensch der Großstadt, der zu wenig Bewegung und infolgedessen Minderleistungen seines Körpers zu verzeichnen hat, ist häufiger Störungen der automatischen Appetitregelung ausgesetzt. Ein kleiner

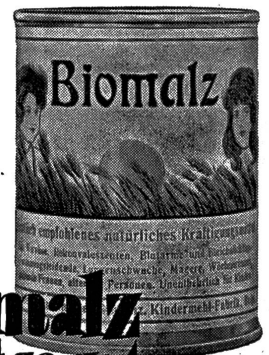
Ein wichtiger Faktor

bei der Ernährung des Flaschenkindes ist die Wahl eines geeigneten Kohlenhydratzusatzes zum Schoppen. Rohrzucker und Milchzucker vergären im Darm sehr leicht und führen zu Verdauungsstörungen. Der beste Nährzucker ist

NUTROMALT WANDER

ein Dextrin-Maltosegemisch. Es bewirkt keinerlei Darmgärung und wird deshalb nicht nur bei Durchfällen, sondern auch schon von Anfang an beim gesunden Säugling mit bestem Erfolg verwendet.

Dr. A. Wander A. G., Bern



**Biomalz
wirkt so gut
weil kaum
genossen
schon im Blut**

Früher war es in jeder Familie üblich, dass man im Frühling eine Blutreinigungs- und Stärkungskur durchführte, um den Körper von den Schlacken des Winters zu reinigen und zu stärken für den kommenden Sommer. Eben in den geheimen Naturkräften des Frühlings liegt es, dass jede Stärkungskur sich jetzt viel besser auswirkt.

**Dass Biomalz im Frühling ganz besonders wirkt,
ist vielfach bewiesen.**

Trick tut hier Wunder: wenn man die Speisen appetitlich anrichtet, wenn man die Vorstellung des Essens durch gefällige Aufmachung reizt, dann erhalten die Verdauungsdrüsen den Anstoß, so zu wirken, wie es im Interesse der Gesundheit notwendig ist. Ein lieblos auf den Teller gefallenes Futter nimmt einem den letzten Rest von Genuß, aber eine nette Aufmachung mit grüner Umrandung aus Petersilie, Grünkohlspeisen, Salatblättchen und anderen Lustigkeiten wirkt wie ein Zauberstab auf die Drüsen, auf die es ankommt. Dabei handelt es sich um mehr als bloß um die Hebung des Appetits.

Wenn die Verdauungssäfte in ungenügender Menge abgesondert werden, wird die Speise nicht richtig verarbeitet, es kommt zu Gärungsvorgängen im Darm und zu leichter Anfalligkeit gegen die mikroskopischen Störkörper unserer Gesundheit. Wer sich ohne Freude am Essen zum Futtern zwingt, darf sich nicht wundern, wenn ihm die Speise nicht bekommt. Wer mit Genuß isst, verdaut doppelt gründlich. So wird die appetitliche Anrichtung der Speisen zu einer hygienischen Notwendigkeit, die über die Förderung des Wohlfühlens hinaus sich als direkte Förderung der Gesundheit erweist.

Die Atmung als Verhüttungs- und Heilmittel von Krankheiten.

Hauptfache, um Krankheiten zu verhüten und zu heilen, ist es, die Atmung so zu halten, daß der Auswurf schädlicher Selbstgifte usw. als Krankheitsursache möglichst gefördert wird. Vor allem trachte man, zu diesem Zwecke beim Einatmen die Luft der Lunge und dem Blute möglichst rein zuzuführen. Wir müssen deshalb alle

Orte und Gelegenheiten meiden, wo viel giftige Kohlensäure in der Luft sich findet, welche die Blutlüftung oder die Ausscheidung der Kohlensäure aus dem Blute verhindert. Man merke hierbei den Spruch: „Der Mensch gehört nicht dahin, wo viele Haufen sind!“ Man atme stets durch die Nase bei geschlossenem Mund, denn die Nasenhöhle mit ihren vielen Windungen ist so recht dazu angetan, Krankheitskeime zurückzuhalten; der Mund gehört zum Essen, nicht zum Atmen. Wenn man durch die Nase atmet, wird auch die Luft besser vorerwärmt, was sehr wichtig ist. Das Gähnen und Keuchen bedeutet Sauerstoffhunger, darum gähnt man auch morgens im Bett und streckt die Arme, weil man über Nacht zu viel lähmende Kohlensäure in den Säften angesammelt hat.

Also man mache gegen Abend in freier Luft Gähnungen ungefähr zehnmal nach einander, wobei man die Arme kräftig emporstreckt. Der Bureauarbeiter, aber auch andere Arbeiter, vergessen auf das richtige Atmen, sie sollten öfters aus offene Fenster treten und Tiefatmungen gebrauchen. Man legt dabei die beiden Hände auf das Hinterhaupt, tritt an das offene Fenster, macht eine starke Tiefatmung durch die Nase bei geschlossenem Mund und hält die Luft so lange zurück, bis man genötigt ist, auszuatmen. Man kann hierbei in Gedanken aufwärts zählen, bis man eine gewisse Zahl erreicht hat, wo man ausatmen muß. Für alle, die in schlechter Luft zu leben genötigt sind, empfehlen sich noch weitere Anwendungen, wie Schulterheben und -senken, Schulter vor und zurück, Schulterkreisen, Armkreisen, Armheben mit Rumpfschütteln, Stabüberheben, Hantelkreisen in Arm- und Rumpfschütteln usw. Das Asthma entsteht durch Kohlensäureüberschuß in den Säften, somit ist es eine Hauptfache, das Blut rechtzeitig von

der Kohlensäure zu befreien. Dies versucht man durch stärkere Betätigung der Ausatmung zu erreichen.

Sehr wichtig ist das Schlafen bei offenem Fenster oder wenigstens so, daß man bei geöffneter Tür oder Fenster des Nebenzimmers schläft. Das Schlafzimmer soll im Winter etwas geheizt sein, damit die Lüftung durch die Mauer besser vor sich geht. Weiter muß auch die Zimmerluft eine gewisse Feuchtigkeit haben, weil in trockener Luft leicht Katarrhe entstehen.

Dr. med. Walser.

Büchertisch

Sprachpflege. LE TRADUCTEUR, eine Zeitschrift in Deutsch und Französisch, beide Sprachen rein und richtig nebeneinander gestellt, wird überall dort willkommen sein, wo Vorkenntnisse schon vorhanden sind, und das Bestreben besteht, sich in angenehmer Weise weiter zu unterrichten. Probeheft kostenlos durch den Verlag des TRADUCTEUR in La Chaux-de-Fonds (Schweiz).

Kinderheim St. Gallen

(Eigentum der Hülfsgesellschaft)

nimmt Kinder von den ersten Lebensjahren bis zu vier Jahren auf. Nach Maßgabe des Platzes finden auch stillende Mütter, sowie kranke und körperlich zurückgebliebene Kinder Aufnahme.

Mäßige Verpflegungspreise unter Rücksichtnahme der Verhältnisse.

Garten und Liegehalle.

Leitung: **Dr. Hoffmann**, Spezialarzt für Kinderkrankheiten; Oberschwester **Marie Wilhelm**.

Auskunft bei der Oberschwester, Tempeladerstr. 58, Telefon 35.



Galactina Kindernahrung

macht gesund u. stark

Vom 1. bis 3. Monat . . .

geben Sie dem Säugling Galactinaschleim: Haferschleim, Gerstenschleim oder Reisschleim. Die Galactina-Schleimextrakte enthalten alle wertvollen Stoffe des Kornes, zur Verdauung vorbereitet. Es ist unverdaulich, wird herausgeholt, damit der zarte Verdauungs-Apparat des Säuglings in keiner Art belastet wird. Die Galactina-Schleimextrakte sind die beste Ergänzungsnahrung zur Muttermilch, auch der beste Ersatz, wenn die Mutter dem Kinde ihre Brust nicht geben kann. Sie werden mit Hafer beginnen, dann abwechselungsweise Gerste, Reis und wieder Hafer. Durch die Abwechslung schlägt die Nahrung besser an, das Kind hat mehr Appetit und gedeiht, dass es eine Freude ist.

Galactina-Haferschleim . . . Fr. 1.50
Galactina-Reisschleim . . . Fr. 1.50
Galactina-Gerstenschleim . . Fr. 1.50

Vom 4. Monat an . . .

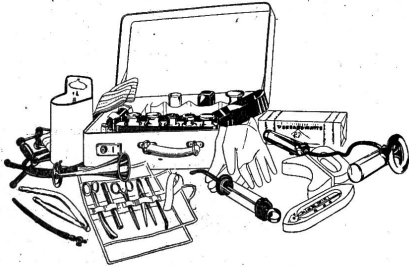
braucht der kleine Erdenbürger mehr, weil jetzt sein Mineraldepot aufgebraucht ist, das er bei der Geburt erhielt. Muttermilch allein vermag nicht mehr zu genügen. Nun geben Sie ihm das altbekannte Galactina-Kindermehl oder Galactina 2. Das erste enthält 50% reine, keimfreie Alpenmilch, nach Spezialverfahren pulverisiert. Dazu lebenswichtige Keimlinge des Vollkorns und wertvolle mineralische Aufbau-salze. Also nicht nur eine gewöhnliche Mischung von Zwieback und Trockenmilch! Galactina 2 enthält neben Alpenmilch, Keimlingen und Nährsalzen noch Carotin, das reizloseste und doch wirksamste aller Gemüse. Es entspricht den modernsten Prinzipien der Säuglingsnahrung und gilt als die beste Uebergangsnahrung von der Muttermilch- und Kindermehl-Periode zur Gemüsenahrung.

Galactina-Kindermehl . . Fr. 2.-
Galactina 2 mit Gemüse . Fr. 2.-
(durch Rückvergütung billiger)



Im Frühling und Sommer anpassen mit der Milch

Unser neuer
Hebammenkoffer
in Suitcase-Form



1915

aus bestem Rindleder, Elephant braun, 45 cm Länge, findet in Hebammenkreisen grossen Anklang.

Sein elegantes, hübsches Aeusseres, die solide Qualität und seine praktische Inneneinteilung entsprechen allen Anforderungen der Neuzeit.

Der Inhalt kann nach Vorschrift oder praktischen Erfahrungen zusammengestellt und übersichtlich eingeordnet werden.

Alles, was die Hebamme für ihre Praxis braucht, ist auch bei uns zu billigsten Hebammenpreisen erhältlich.

Hausmann
SANITÄTS
GESCHÄFT

St. Gallen — Zürich — Basel — Davos — St. Moritz

**zur behandlung der brüste im
mochenbett** 1916

verhütet, wenn bei beginn des stillens angewendet, das wundwerden der brustwarzen und die brust-entzündung. **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“

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. 1910

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

**Erfolgreich inseriert man
in der „Schweizer Hebamme“**

WORINGER



30 JAHRE LANG ...

von vielen angefeindet, versucht nun jeder, BERNA nachzuahmen. Endlich haben alle eingesehen, was die Aerzte und Hebammen schon lange sagten: eine Nahrung, die **absolut alles** bieten will, muss aus dem Vollkorn gezogen sein — es muss BERNA sein!



Berna
SÄUGLINGSNAHRUNG

Ferienbedürftige Hebammen

finden bei einer Kollegin im Berner Oberland liebevolle Aufnahme. Offerten befördert unter Nr. 1932 die Expedition dieses Blattes.

Jüngere Hebamme
übernimmt Ferien-Ablösung in Spital oder Privat. Offerten befördert unter Nr. 1927 die Expedition dieses Blattes.

Zu verkaufen:
Sehr gut erhaltene Hebammenausrüstung. **Frau Späni-Dürlimann, Amdwil (St. Gallen)** 1933

Gewissenhafte Hebamme
übernimmt Ferien-Ablösung. Offerten befördert unter Nr. 1928 die Expedition dieses Blattes.



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.** 1909

Dieser einfache
Anti-Varis 1920
Beutel
beseitigt Krampfader-schmerzen. Nach konsequenter Tragen gehen auch die angeschwollenen Adern wieder auf ihren gesunden natürlichen Zustand zurück. Ein Versuch überzeugt.

Anti-Varis Preis Fr. 4.50 der Beutel in allen Apoth.

Zur gefl. Beachtung!
Bei Einsendung der neuen Adresse ist stets auch die alte Adresse mit der davor stehenden Nummer anzugeben. :: ::