Zeitschrift: Nidwaldner Kalender
Herausgeber: Nidwaldner Kalender
Band: 72 (1931)

Artikel: Körperliche Entwicklung und Ernährung des Kleinkindes
Autor: Stirnimann, F.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1008092

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: 22.07.2025

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

Körperliche Entwicklung und Ernährung des Kleinkindes.

Von Dr. F. Stirnimann.*)

Unter einem Kleinkind versteht man ein Kind vom 2. bis zum 7. Lebensjahre. Körperlich ist es am Milchzahngebiß sofort erkennbar. Geistig entwickelt es sich wesentlich durch das Spiel, daher nennt man dieses Lebensalter auch das Spielalter. Man bezeichnet es auch das neutrale Kindesalter, weil während demselben die geschlechtlichen Unterschiede nur eine geringe Rolle spielen; wir sprechen in diesem Alter weniger von Knaben oder Mädchen als von Kindern.

Als Zeitpunkt des Ueberganges vom Säuglingsalter kann man die Erlernung des aufrechten Ganges annehmen. Kinder, die in der Entwicklung zurück sind und z. B. mit 14 Monaten noch nicht stehen, muß man trotz ihres Alters zu den Säuglingen rechnen.

Ein Kind im 2., 3. und 4. Lebensjahr heißt ein jüngeres, im 5., 6. und 7. ein älteres Kleinkind. Das jüngere Kleinkind hat noch die rundlichen Formen des Säuglings, während das ältere infolge raschem Längenwachstum eher mager erscheint.

Körperliche Entwicklung.

Das einjährige Kind hat bei ungestörter Entwicklung eine Körperlänge von 75 cm erlangt. Sein weiteres Wachstum verlangsamt sich erst: im 2. Jahre wächst es um 10, im 3. um 8, im 4. um 4 cm. Nachher nimmt seine Länge wieder rascher zu: im 5. um 6, im 6. um 8, im 7. um 10 cm. Anfangs des 6. Lebensjahres hat das Kind seine Länge bei der Geburt verdoppelt.

Die Gewichtszunahmen sind bedeutend geringer als beim Säugling; sie betragen durchschnittlich im 2. Lebensjahre 3½, im dritten 1½, im vierten 2 Kilogramm; im fünften und sechsten nur 1½, im siebten jedoch wieder 3 Kilogramm. Das Gewicht

Während bei uns der Schnee fast ganz ausblieb, wüteten in Amerika Schneestürme, die ganze Autokolonnen innert kürzester Zeit vollständig einschneiten. Die Aufnahme wurde in Cansas City gemacht.

*) Mit gütiger Erlaubnis des Verfassers dem reich illustrierten Werke „Das Kind, seine Pflege und Ernährung" entnommen, das im Verlag Hans von Matt in Stans erschienen und zum Preise von 9 Fr. in Leinen gebunden erhältlich ist.

kann beim Kleinkind längere Zeit gleich bleiben, ohne daß dabei der Gesundheitszustand gestört ist. Mit dem sechsten Jahre erst verdoppelt es das Gewicht, das es mit einem Jahre hatte.

Ob ein Kleinkind sich richtig entwickelt, beurteilt man nicht nur durch Messen und Wiegen, sondern indem man beide Ergebnisse miteinander in Beziehung bringt. Jede Länge entspricht in einem gegebenen Alter einem gewissen Gewicht. Dies wird am einfachsten an Hand von Tabellen nachgeprüft. Doch soll man die Zahlen nicht zu ängstlich auffassen, da sie nur Mittelwerte sind. Man prüfe dazu mit dem Auge und dem Gefühl, wozu es allerdings Erfahrung braucht. Sehr wichtig ist die Haltung des Kindes, ebenso das immer deutlicher werdende Hervortreten der Muskeln. Auch die Farbe der Haut ist wichtig, besonders deren Blutversorgung. Schatten um die Augen und stark vortretende Venen bedürfen unserer Beachtung.

Die große Fontanelle schließt sich schon zu Beginn des zweiten Lebensjahres.

Das Gebiß ergänzt sich; gewöhnlich tritt der Säugling mit beiden obern und beiden untern Schneidezähnen ins zweite Jahr oder die beiden äußern und untern erscheinen ganz kurz nachher. Zu Beginn des zweiten Jahres brechen die vordern Backenzähne, gewöhnlich erst die obern, durch, gegen Ende die Eckzähne, vom Volke meist Augenzähne genannt. Im dritten Lebensjahre erscheinen die hintern Backenzähne und damit ist das Milchzahngebiß, das 20 Zähne zählt, vollständig; das bleibende Gebiß des Menschen dagegen weist 32 Zähne auf. Im 7. Lebensjahre treten als erste bleibende Zähne die dritten Backenzähne auf. Die Zahnung erfolgt beim gesunden Kleinkind ohne jegliche Beeinträchtigung des Verhaltens; nervöse Kinder sind allerdings meist etwas unruhiger. Nie macht das Zahnen Fieber, selbst nicht die gefürchteten Augenzähne; besteht bei einem Kinde, das zahnt, Fieber, so ist es eben krank. Ich habe während 25 Jahren nie ein Kind gesehen, bei welchem nicht durch Untersuchung und Beobachtung eine Krankheit sich hätte feststellen lassen, wenn es bei der Zahnung fieberte, dagegen viele sterben sehen, bei welchen die Eltern in der Meinung, das Kind zahne nur, es unterlassen haben, den Arzt zu rufen, bevor seine Hilfe unmöglich wurde.

Der Puls verlangsamt sich von 108 bis 100 beim jüngern, bis 90 Schlägen in der Minute beim ältern Kinde; mit zunehmendem Alter läßt er sich an der Stelle, wo er bei Erwachsenen gezählt wird, an der Vorderfläche des untern Endes der Speiche, deutlicher zählen. Auch die Atmung verlangsamt sich zu 20 Atemzügen in der Minute. Infolge der aufrechten Körperstellung werden die Rippen vorne gesenkt, so daß sie jetzt nicht mehr senkrecht, sondern schief zur Längslinie des Körpers stehen. An der Atmung beteiligt sich jetzt der ganze Brustkorb, nicht nur die untersten Rippen.

Die Temperatur beträgt normal 36,5 bis 37 Grad.

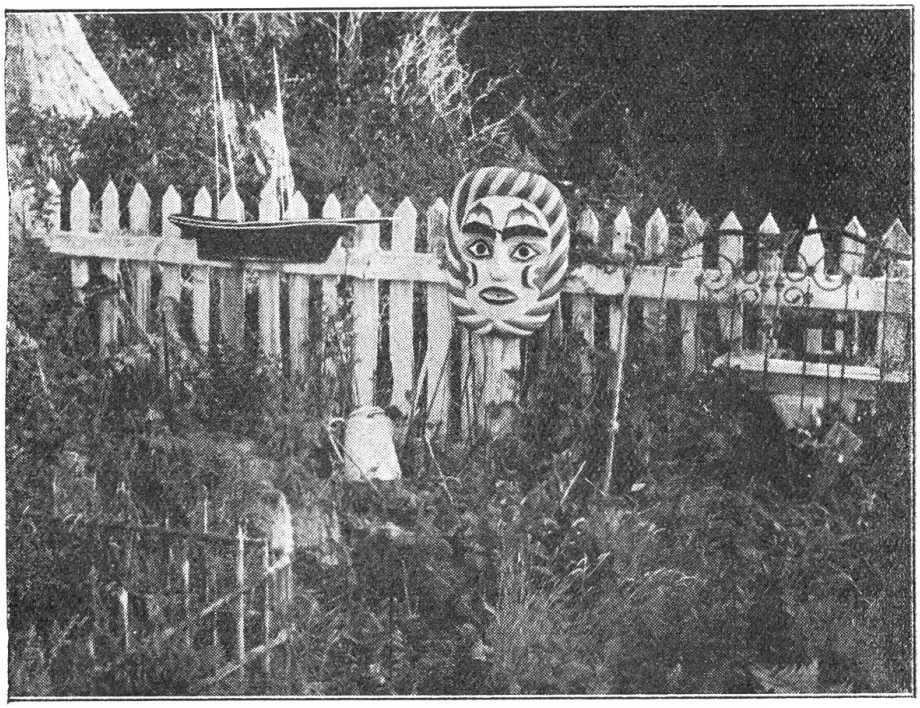
Der Stuhl wird 1—2 mal täglich hell- bis dunkel-ockergelb entleert; der Urin 7—8 mal; letzterer ist sehr hell und klar; Trübung und Geruch sind krankhafte Erscheinungen. Auch lernt das Kind im Beginn des zweiten Lebensjahres den Urin am Tage, gegen Ende auch zur Nacht nur willkürlich, d. h. ins Töpfchen entleeren.

Im zweiten Lebensjahre erlangt das Kind die vollkommene Fähigkeit, alleinzugehen. Es hat zwar schon gegen das Alter von einem Jahre oder doch nur wenig später seine ersten freien Schritte gewagt, nachdem es sich an Möbeln und Wänden haltend und einem innern Triebe folgend, sich dazu vorgeübt hat. Es sucht immer seltener Stützpunkte auf und lernt dabei immer länger in aufrechter Körperhaltung das Gleichgewicht halten; gelingt ihm dies nicht, so läßt es sich unbesorgt und auch gefahrlos in die Sitzstellung nieder; nur selten fällt es vornüber wie später. Der Gang ist mit 1½ Jahren noch ein langsames Gehen; er wird gegen Ende des zweiten Jahres rascher und behender und erst im dritten Jahre rennt das Kind. Die Freude am Kriechen kommt nach und nach in den Hintergrund des Interesses; nur muskelschwache Kinder bewegen sich durch Rutschen vorwärts, was aber durchaus zu verpönen ist.

Ebenso durch das Lallen im ersten Lebensjahre vorgeübt, bildet das Kleinkind

ſeine Sprache aus, wobei ein bewußtes Lernen von den Erwachſenen und noch mehr von Kindern den innern Trieb ergänzt. Meiſt iſt Mamma das erſte Wort, das allmählich durch andere Wörter ergänzt wird. Seine Wünſche auszudrücken hat ſchon der Säugling durch verſchiedene Töne und Gebärden gelernt; werden dieſe von der Umgebung zu gut verſtanden, ſo fehlt dem Kind der Grund, die Sprache zu erlernen, und ſolche Kinder ſind oft bis ins dritte Lebensjahr ſprachlos, namentlich dann, wenn ſie beim Säugling; mehr als einen halben Liter hat das Kleinkind nicht nötig.

Morgens reiche man Milch, jedoch in einer Taſſe und nicht in der Flaſche, wie dies oft aus Bequemlichkeit geſchieht. Zeigt ſich Widerwille gegen die Milch oder Appetitloſigkeit bei den folgenden Mahlzeiten, ſo ſetze man der Milch Malzkaffee zu (kein gewöhnlicher Kaffee, auch nicht Kaffee Hag). Dazu gebe man Zwieback oder Toaſt, ſpäter Brot. Vollmehlbrot (Toblerbrot) iſt dem Weißmehlgebäck vorzuziehen.



Indianergräber an der Weſtküſte von Kanada.

auf einſamen Gehöften mit keinen fremden Leuten zuſammenkommen.

Wenn das Kind mit 3 Jahren noch kein Wort ſpricht, ſoll es vom Arzte unterſucht werden.

Ernährung.

Beim Kleinkind müſſen wir wiſſen, was es eſſen darf und wie es eſſen ſoll.

Das Kleinkind ſoll eine gemiſchte Koſt erhalten, wie am Ende des erſten Lebensjahres bereits begonnen wurde; nur kann ſie jetzt mit größerer Mannigfaltigkeit erweitert werden. Die Milch ſpielt in dieſem Alter nicht mehr dieſelbe Rolle wie

Das richtige Brot ſoll beim Kauen zerſpringen und nicht an den Zähnen kleben bleiben. Es iſt beſſer, beim Einkauf auf eine gute Qualität Hausbrot zu achten, als Luxusbrot zu kaufen, wie dies oft bei Armen geſchieht. Von weichem Gebäck ſehe man ab, da dies nicht gekaut, ſondern geſchlungen wird und deshalb häufig Verdauungsbeſchwerden macht. Butter ſoll in angepaßten Mengen aufgeſtrichen werden, ebenſo Fruchtkompot oder Honig, der ein gutes Nahrungsmittel iſt, das leicht aufgenommen wird.

Wenn ein zweites Frühſtück nicht zu umgehen iſt, wie auf dem Lande, wo das

erſte ſehr früh eingenommen wird, gebe man ſo bald wie möglich dabei keine Milch mehr; man erſetze ſie durch rohes oder gedörrtes Obſt und Butterbrot.

Rohes Obſt darf nur gut ausgereift den Kindern zum Eſſen gereicht werden. Am ſicherſten ſind diejenigen Früchte, deren Fruchtfleiſch durch eine widerſtandsfähige Rinde vor dem Verderben geſchützt iſt (Bananen, Orangen). Aepfel ſollen jüngeren Kleinkindern geſchält, ältern jedoch mit der Rinde gereicht werden; doch ſoll die Rinde vorher mit einem Tuche gründlich abgerieben werden. Faulende oder angegriffene Stellen müſſen ausgeſchnitten werden. Kirſchen und Heidelbeeren ſind zweimal zu waſchen. Erdbeeren, Himbeeren und Brombeeren ſollen ſorgfältig verleſen werden.

Das Obſt kann auch in Form von Rohkoſtplatten, die dem kindlichen Alter angepaßt werden, gereicht werden; z. B. zerſchnittene Bananen oder Aepfel gemiſcht mit zerbrochenen Keks und Mandelpurée übergoſſen mit gezuckertem rohem Fruchtſaft (Orangen oder andere Früchte).

Mittags die Suppe der Erwachſenen; nachher Gemüſe mit Kartoffeln, Kaſtanien oder Mehlſpeiſen mit gekochtem Obſt oder Rhabarberkompot. Salat iſt ratſam, wenn er gut gewaſchen und mit Zitronenſaft und gutem Oel bereitet wird, eventuell mit etwas Zucker. Fleiſch ſoll erſt im vierten Lebensjahre und nur zur Anregung des Appetites, nicht als weſentliche Nahrung gereicht werden. Von Rauchwaren iſt nur milder Schinken geſtattet; von Würſten nur Bratwürſte (vor allem Kalbfleiſchwürſte), dagegen nicht andere, beſonders nicht Salami und weitere ſcharf gepfefferte Wurſtwaren. Fiſchfleiſch darf, ſofern es grätefrei iſt, reichlich verwendet werden, ebenſo Ton und Sardinen in zuverläſſigen Konſerven. (Zu Beginn läßt man das Oel abfließen; iſt ſich das Kind jedoch etwas daran gewöhnt, ſo kann und ſoll man ihm das Oel auch geben. Man halte aber Maß, denn beſonders das jüngere Kleinkind liebt ſolche Speiſen ſehr und erträgt ſie auch erſtaunlich gut. Bei allen Konſerven prüfe man, ob die Deckel der Büchſen eingezogen und

Die modernſte Poſt der Schweiz, die neue Sihlpoſt in Zürich.

außer dem Rand keine weitere Lötstelle vorhanden ist; andere Büchsen weise man beim Einkauf zurück.) Das Fleisch ist bei Kindern, die nicht recht kauen, fein zu verschneiden.

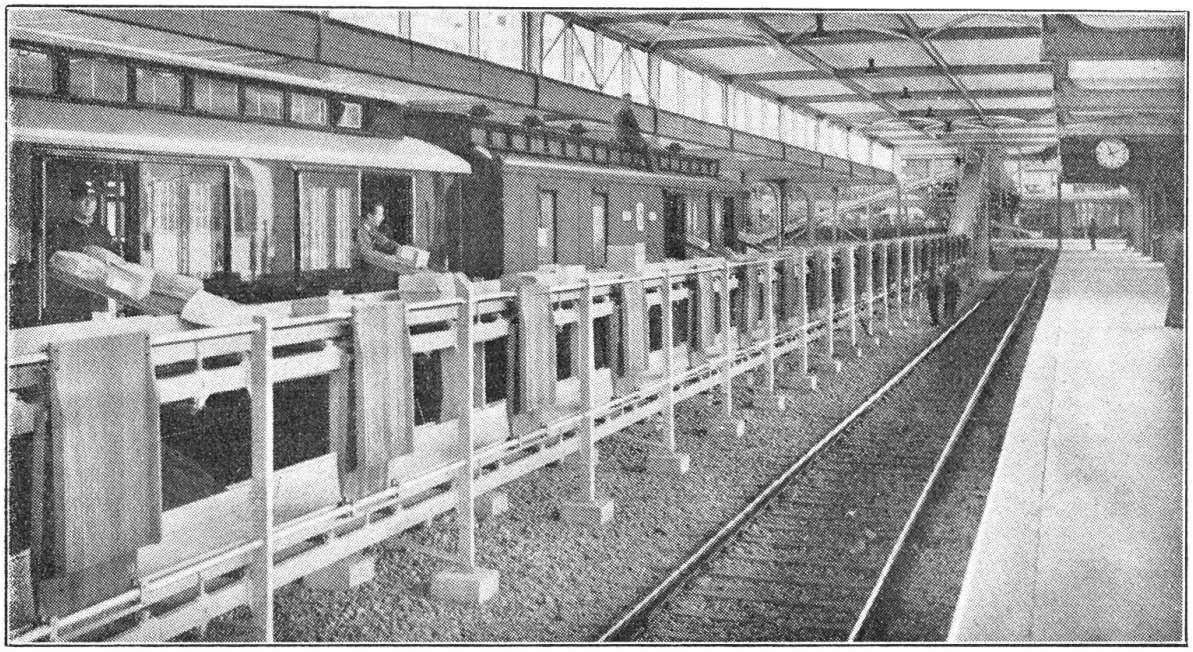
Nachmittags reiche man dasselbe wie morgens.

Als Nachtessen dienen am besten Breie und Aufläufe, die man mit Kompot ergänzt, 1—2 mal wöchentlich bei ältern Kindern auch Eierspeisen, sofern sie nicht davon verstopft werden oder nachher Ausschläge bekommen (weichgesottene Eier, feinzerriebene harte Eier, verlorene Eier; schwerer verdaulich sind Rührei und Omlette, noch schwerer Spiegeleier und deshalb zu vermeiden). Zum Nachtessen kann man zur Abwechslung auch angepaßte Rohkostplatten verwenden, wenn die Jahreszeit die nötigen frischen Gemüse und Früchte liefert.

Als Getränke Lindentee (auch kalt), natürliche Fruchtsäfte (alkoholfreie Weine und Süßmost), bei warmer Witterung auch kaltes Wasser in mäßiger Menge. Man hüte sich vor Limonaden und Wirtschaftssirup!

Verboten sind: Alkohol in jeder Form, auch in sogenannten Stärkungsmitteln und Süßspeisen (Punschtorten), Kaffee und Gewürze. Schokolade und Süßigkeiten sind nur als Ausnahme und als Belohnung für gutes Essen und Kauen zu reichen.

Ebenso wichtig wie die richtige Auswahl ist beim Kleinkind die Art und Weise des Essens. Das Kleinkind wird sehr leicht vom Essen abgelenkt und spielt statt zu essen. Sein Appetit ist stark von seelischen Vorgängen beeinflußt, ist oft mangelhaft, oft wiederum übersteigt seine Nahrungsaufnahme nicht nur den Bedarf, sondern auch die Verdauungskraft. Deshalb muß die Erziehung zielbewußt eingreifen. Sie darf weder Ablenkung noch Tändeln dulden, soll aber auch nicht zu einem beständigen Kampf zwischen Eltern und Kind um das Essen führen.



Wie in Zürich die Postpakete auf dem laufenden Band ausgeladen und sortiert werden.

Es gibt schnelle und langsame Esser, solche, die den Mund vollstopfen, ohne zu schlucken, und solche, die beim Essen tändeln. Letztern nehme man das Essen weg und stelle ihnen statt dessen eine Tasse ungesüßten Kamillentee hin. Den schlechten Schluckern reiche man flüssigere Speisen oder lasse etwas abgekochtes Wasser dazu trinken, jedoch nur, wenn sie dann die Speisen verschlucken. Man sei diesen Kindern gegenüber konsequent; die Mühe lohnt sich

und erspart für die Zukunft viel Zeit und Aerger. Auch achte man, daß die Speisen nicht allzusehr erkalten; es gibt spezielle Doppelteller, in die man unten warmes Wasser eingießen kann, wodurch die Speisen länger warm gehalten werden.

Man lasse sich nie verleiten, dem Kinde, das sich weigert, eine Speise zu essen, eine andere dafür herzurichten oder sogar auf den Tisch zu stellen; auch hier halte man sich am Grundsatz: entweder dies oder Kamillentee. Zeigt sich absoluter Widerwille (Idiosynkrasie) gegen eine Speise, so reize man das Kind nicht mit einem ewigen Kampf, sobald man sicher ist, daß bloße Laune nicht im Spiele ist. Man lasse diese Speise für die Zukunft weg und probiere nur dann nach längerer Zeit wieder, wenn die Speise einen speziellen Wert für die Gesundheit des Kindes hat.

Bei schlechtem Essen und längerer Appetitlosigkeit, besonders bei schlechtem Schlucken lasse man Nase und Rachen vom Arzte kontrollieren, da behinderte Nasenatmung und vergrößerte Mandeln die Nahrungsaufnahme beeinträchtigen. Oft hilft auch, einen Fasttag einzuschalten und während eines Tages nur Kamillentee und leere Fleischbrühe zu reichen, worauf meist am Abend schon der bisher verschmähte Brei sehr geschätzt wird.

Da für das jüngere Kind die Gabel ein gefährliches Instrument ist, soll sie durch den Speiseschieber ersetzt werden, womit das Kind die Speise auf den runden Kinderlöffel schiebt. Er hat die Form einer Ofenkrucke in der Größe eines Kaffeelöffels.

Man halte wie beim Säugling streng die Mahlzeiten inne und vermeide jede Zwischenfütterung. Wird den Kindern gestattet, zu jeder Zeit Nahrung zu sich zu nehmen, so wird der natürliche Ablauf der Verdauung gestört, und es ist klar, daß dann bei den Mahlzeiten der Appetit fehlt. Der Magen muß eine Ruhepause haben, um sich zu reinigen.

Die Erziehung hat bei der Ernährung noch eine andere Aufgabe. Bis jetzt hat das Kind geschluckt und geschlungen, jetzt muß es das Kauen lernen.

Deshalb muß der Beißtrieb, der sich schon beim Säugling zeigt, auf seine eigentliche Aufgabe gerichtet werden. Man reiche allmählich statt Purée festere Speisen, erst in kleinen Mengen, aber in einer Form, die die Kinder auf das Beißen und vorallem das Kauen führt. Hieher gehört vorallem der Toast (gebähtes Brot), der auf dem Toaster oder auf der Glut, nicht aber in siedender Butter gebraten wird; er verhindert das Schlingen und reinigt die Zähne. Zwieback und Kecks dienen ebenfalls diesem Zwecke; manchmal kann man auch durch harten Konfekt die Kinder zum Kauen bringen. Das natürlichste und gesündeste ist der Apfel, der erst zerkleinert, später aber ganz gereicht wird. Weiches Gebäck, vorallem Süßigkeiten, vermeide man.

Tadellose Bedienung. Hochzeitspärchen (als im Gasthaus plötzlich die Beleuchtung versagt): „Gott, wie aufmerksam!"

Umweg. „Warum schreibst du auf den Brief von Viktor „privatim"?" — „Seine Frau soll ihn lesen."

Verstimmt. Mutter (entrüstet): „Mein Herr, ich habe Sie doch zum Stimmen des Klaviers bestellt, statt dessen küssen Sie meine Tochter!" — Klavierstimmer: „Verzeihung! Das Fräulein war auch ganz verstimmt."

Begründet. „Kommen Sie mal her, Trina, und sehen Sie sich den fingerdicken Staub an, der da auf dem Büffet liegt. Der ist mindestens sechs Wochen alt!" — „Na also, was wollen gnädige Frau denn? Ich bin ja erst vier Wochen hier!"

Letzte Eleganz. „Ich habe mir gestern einen Rockschnitt ausgewählt, der ist schon das Nochniedagewesenste, was je da war!"

Jugend von heute. „Ich rauchte nie in deinem Alter: Wirst du das auch einst deinem Sohne sagen können?" — „Jedenfalls nicht mit einem so ernsten Gesicht, wie du, Papa!"

Nette Ueberraschung. „Herr Doktor, ich möchte gern ein Gebiß für meine Braut haben!" — „Da muß Ihre Braut aber selber herkommen." — „Das geht nicht. Sie hat nämlich morgen Geburtstag, und ich möchte sie damit überraschen."

Das Kind von heute. Papa: „Diesmal hast du ein schlechtes Zeugnis gebracht. Ich hoffe zwar, daß das nächste besser sein wird." — Kind: „So ist es recht, Papa, nur den Mut nicht sinken lassen."

Au! Beim Bahnhof St. Margrethen trug die Aborttüre vor Jahren die Aufschrift: „Für den Schlüssel wende man sich an den Bahnhofvorstand!" — Darunter schrieb ein Witzbold: „Und in ganz dringenden Fällen an die Direktion der Schweizerischen Bundesbahnen in Bern!"

Nur mit 1 Stelle

brauchen Sie zu verkehren, wenn Sie sich in Versicherungs-Angelegenheiten vertrauensvoll an mich wenden.

Als Hauptvertreter für Nidwalden der NEUENBURGER Schweiz Allgemeine Versicherungs-Gesellschaft und der NEUENBURGER Lebens-Versicherungs-Gesellschaft vermittle und verwalte ich **alle Arten** von Versicherungen.

Bitte, verlangen Sie einen unverbindlichen Besuch!

Otto Dönni, Luzern

Bergstrasse 28

Generalagentur Luzern:

Hch. Hartmann

Hirschmattstr. 30 **Telefon 2170**