Säuglingspflege in der heißen Jahreszeit.

Von Dr. med. Richard Flachs (Dresden).

Die herannahende warme Jahreszeit fordert wieder einmal, nachdrücklich auf die Gefahren hinzuweisen, die dem Säugling drohen. Es ist nicht immer leicht, bei den verschiedenen sozialen Stellungen unser Leben und in erster Linie das unserer heranwachsenden Jugend so zu gestalten, daß es allen Anforderungen einer planmäßig durchgeführten Gesundheitspflege gerecht wird. Es gibt aber eine Gesundheitspflege, die bei gutem Willen und einigem Verständnis selbst in den einfachsten Verhältnissen durchzuführen ist, das ist **Sauberkeit, gute Luft** und **zweckmäßige Ernährung**. Besonders gelten diese Forderungen für die Ernährung und Pflege des Säuglings. Nicht die eingenommene Nahrung ist der Maßstab guten Gedeihens, sondern die Gewißheit, daß diese Nahrung auch dem Körper in der richtigen Weise zugute kommt. Das ist der Fall, wenn das Kind sich wohlfühlt, guten Stuhlgang hat, reichlich Urin ausleert und regelmäßig zunimmt. Gewicht und Alter stehen in einem gewissen Verhältnis, doch ist es falsch, für ein bestimmtes Alter des Säuglings ein bestimmtes Gewicht zu fordern. Es ist ratsam, auf das Mindestgewicht (das niedrigste Gewicht des Kindes einige Tage nach der Geburt) zurückzugehen; dann wiegt ein gut sich entwickelnder Säugling im fünften Monat ungefähr das Doppelte und am Ende des ersten Jahres das Dreifache dieses Mindestgewichtes.

Allgemeine Regeln für die Ernährung.

Die ersten Tage braucht das Kind nur sehr wenig Nahrung. In den nächsten Tagen beginnt man mit täglich sieben, später sechs und fünf Mahlzeiten. Von abends 10 Uhr bis früh 6 Uhr bekommt das Kind nichts. Das Einhalten bestimmter Trinkzeiten ist unbedingt notwendig; in der Zwischenzeit darf nichts gegeben werden. Länger als 15 Minuten soll das Kind niemals trinken, weder an der man es nicht dadurch zu beruhigen, daß man ihm außer der Brust noch aus der Flasche. Schreit das Kind, so suche man es nicht dadurch zu beruhigen, daß man ihm außer der Zeit die Brust oder die Flasche reicht, sondern gebe ihm etwas frisches Wasser oder leicht gesüßten Kamillen- oder Fenchelte. Es ist Pflicht jeder Mutter, ihr Kind selbst zu stillen, und zwar so lange wie möglich, und jede Mutter **kann** ihr Kind stillen, mindestens auf eine kurze Zeit und sicherlich mit der Flasche zusammen (Zwiemilchernährung). Das Unvermögen, zu stillen, ist ein krankhafter Zustand und erheischt die Hinzuziehung des Arztes. Er allein soll bestimmen, ob es ratsam ist, daß die Mutter das Stillen unterläßt. Schon während der Schwangerschaft muß sich die Mutter auf das Stillen vorbereiten; ihre Lebensweise sei regelmäßig, mit reichlicher Ruhe. Die Stillende soll essen, was ihr schmeckt und was ihr bekommt. Nicht abstillen in der heißen Jahreszeit! Reicht die Brust nicht aus, so muß Brust und Flasche abwechselnd gegeben werden, zum mindesten früh und abends die Brust. Der einzig zulässige Ersatz für die Muttermilch ist nur frische, peinlich sauber gewonnene und unverfälschte Milch von gesunden Kühen oder Ziegen. Diese Milch muß in einem sauberen Topf geholt werden. Sie wird sofort 3 bis 5 Minuten lang aufgekocht und dann, gut zugedeckt, in kaltem Wasser, das oft erneuert werden muß, in demselben Topfe kühl gehalten. Als Flaschen dienen am besten die in Gramme eingeteilten oder auch die sogenannten Strichflaschen (1 Strich = 50 g, 15 Striche = 250 g = ¼ Liter). Ehe man an die Zubereitung der Nahrung geht, müssen die Hände gründlich gewaschen werden. Die Flaschen sind sorgfältig zu reinigen, stets nach dem Gebrauch mit einer Flaschenbürste in warmem Wasser auszuwaschen, mit frischem Wasser nachzuspülen und umgestürzt zu trocknen. Der Sauger soll nur aus Gummi bestehen und bequem umzustülpen sein. Er muß sofort nach dem Gebrauch gut gereinigt werden (mit Salz abreiben) und stets in frischem Wasser liegen, das öfter erneuert wird. Vor dem Gebrauch ist er noch einmal abzuspülen. Er darf nie von der Mutter in den Mund genommen werden; zur Prüfung der Wärme hält man die Flasche an das Augenlid. Im allgemeinen kann die Milch im Sommer etwas kühler gegeben werden als in der kalten Jahreszeit. Solange das Kind trinkt, muß die Flasche gehalten werden.

Menge und Zusammensetzung.

Die Menge der Nahrung richtet sich nach dem Körpergewicht des Kindes, ungefähr so, daß in den ersten 3 bis 4 Lebensmonaten 150 g Nahrungsflüssigkeit auf 1 Kilogramm Kindesgewicht gerechnet werden. Mehr als 1 Liter = 1000 g täglich soll im allgemeinen nicht gereicht werden. Im Bedarfsfalle macht man entweder den Milchgehalt reicher, indem man die Milch weniger verdünnt, oder gibt andere Nahrung dazu. Ueber die Art der Verdünnung lassen sich schwer bestimmte Regeln aufstellen. Man wird gut tun, darauf zu achten, daß das Kind nicht zuviel bekommt. Die nachstehende Tabelle gibt nur ungefähr einen Anhalt für die Menge von Nahrungsflüssigkeit, die in den einzelnen Monaten verabreicht werden kann. Die angegebenen Zahlen haben nur bedingte Gültigkeit. Sie sollen vor allem die Grenzen angeben, die nach oben hin ohne besonderen Grund nicht überschritten werden dürfen. Außerdem sollen nur allmählich Nahrungsmenge und Milchgehalt gesteigert werden.

Lebensalter	Mischung täglich			Einzel-Mahlzeiten
	Milch	Wasser	Zusammen	
Ende der 1. Woche	100	250	800 g	7 zu 50 g
2. bis 4. Woche	150—250	300—400	450—650 „	6 zu 75—100 „
2. bis 4. Monat	300—500	400—500	700—1000 „	6 zu 120—170 „ oder 5 zu 140—200 „
4. bis 9. Monat	500—1000	500—0	1000 „	6 zu 170 g oder 5 zu 200 „
10. Monat	Vollmilch	—	1000 „	5 zu 200 „

Zucker: 3 bis 5% der Nahrungsflüssigkeit, also auf die Flasche ein abgestrichener bis gehäufter Teelöffel.

Es ist durchaus nicht nötig, jeden Monat die Nahrung zu vermehren. Im Gegenteil wird man gut tun, wenn man einmal eine Mischung gefunden hat, bei welcher das Kind sich wohl befindet, gedeiht und zunimmt, diese Mischung so lange weiterzugeben, bis der Zustand des Kindes eine Aenderung der Nahrung verlangt. Ebensowenig muß vom achten Monat ab unbedingt Vollmilch gegeben werden. Anstatt Wasser nimmt man auch dünnen Tee (Kamillen, Lindenblüten) oder Mehlabkochung (ein bis zwei Teelöffel Mehl [Weizen, Gerste, Hafer] auf ein halbes Liter Wasser eine halbe Stunde gekocht). Reine Mehlnahrung wird auf die Dauer niemals vertragen. Mit der **Beikost** soll nach dem ersten halben Jahre begonnen werden. Man ersetzt nach und nach die dritte Flasche Milch durch Suppe oder Brei (Grieß, geriebene Semmel, Zwieback; Spinat, Möhren, Kartoffeln usw.). Gute Konserven können verwendet werden; später auch Fruchtsäfte und Mus von Aepfeln, Kirschen, Erdbeeren, Pflaumen usw. Damit leitet diese Art Ernährung auf das zweite Jahr über. Es ist ganz unbedenklich, ja in der heißen Zeit sogar notwendig, dem Kinde bisweilen frisches Wasser anzubieten, wie überhaupt die Nahrung nicht zu warm verabreicht werden soll.

Körperpflege.

Der Säugling soll warm gehalten werden, aber nicht zu warm. Vor allem ist das zu vermeiden, was man Wärmestauung nennt, die im wesentlichen darin besteht, daß das Kind überflüssige Wärme nicht abgeben kann. Darum fort mit dicken Tüchern und Federbetten! Die Gummiunterlage soll nur den Rücken und die Seiten des Kindes bedecken und darf vorn nicht zusammengehen. Das Zimmer muß stets gelüftet sein, auch nachts kann das Fenster ein wenig offenstehen. In der heißen Jahreszeit soll das Kind leicht gekleidet sein und kann fast nackt, nur mit einer leichten Decke bedeckt, im Korb auf der Matratze liegen. Es soll jeden Tag gebadet und abends noch einmal abgewaschen werden. Wärme des Bades: 28 Grad, später 27 bis 26 Grad Reaumur. Thermometer nehmen, nicht den Ellbogen! Der Zulp oder Lutsch ist unnötig. Er macht den Mund des Kindes breit und gibt durch seine nachlässige und oft unreinliche Verabreichung genug Anlaß zu Erkrankungen. In seltenen Ausnahmefällen nehme man ein gut gereinigtes, undurchbohrtes Saugfläschchen und nichts anderes. Der Mund kann abgewischt, darf aber nicht ausgewischt werden. Die gebrauchten Windeln sollen in einem Deckeleimer aufbewahrt werden und sind, ehe sie getrocknet werden, mit frischem Wasser gut durchzuspülen. Bei Erkrankungen muß der Arzt gefragt werden. Besonders zu achten ist auf

1) jede Eiterung (Auge, Nabel),
2) Durchfall und Erbrechen,
3) Fieber und Krämpfe, die sich meist durch Unruhe und Blässe der Haut ankündigen,
4) Hautausschläge.

Gerade in der heißen Jahreszeit können scheinbar geringfügige Anzeichen gestörten Allgemeinbefindens die Vorboten schweren Krankseins, ja des plötzlichen Todes sein. Ist nicht sofort ein Arzt zur Hand, so wird man niemals schaden, wenn man die gewöhnliche Nahrung durch Tee oder leichte Abkochung von Schleim ersetzt und das Durstgefühl des Kindes auf diese Weise ausgiebig befriedigt. Zahnerkrankungen als solche gibt es nicht. Treten die Zähne ein, so ist das Kind doppelt empfindlich und bedarf besonderer Fürsorge.

Wochenchronik des Krieges.

(24. bis 30. Juni.)

24. Juni: Scheitern französischer Angriffe gegen unsere neugewonnenen Stellungen. Starke russische Gegenstöße gegen die Heeresgruppe Linsingen bleiben ergebnislos. Die österreichisch-ungarischen Truppen beziehen zwischen Jacobeny und Kimpolung neue Stellungen. Ein italienischer Hilfskreuzer und ein französischer Zerstörer in der Straße von Otranto versenkt.

25. Juni: Erstürmung russischer Stellungen westlich Sokul. Mißerfolge der Franzosen rechts der Maas. Russische Angriffe bei Kuty abgewiesen. Stellenweise Verkürzung der österreichisch-ungarischen Front zwischen Etsch und Brenta.

26. Juni: Die Frontverkürzung in Südtirol wird ohne Verluste beendet. Lebhafte Patrouillenkämpfe und feindliche Gasangriffstätigkeit an der Front in Nordfrankreich. Zusammenbruch italienischer Angriffe gegen den Monte Fiesto.

27. Juni: Das Dorf Liniewka bei Sokul erstürmt. Liebknecht wegen versuchten Kriegsverrates, erschwerten Ungehorsams und Widerstands gegen die Staatsgewalt zu 2 Jahren 6 Monaten 3 Tagen Zuchthaus und Entfernung aus dem Heere verurteilt. Italienische Anstürme gegen die neue Tiroler Front bleiben vergeblich.

28. Juni: Die Gasangriffe und Vorstöße feindlicher Abteilungen an der Front nördlich der Somme werden häufiger. Gegenüber russischen Massenangriffen mußte bei Kolomea ein Teil der eigenen Front etwas zurückgenommen werden. Starke italienische Angriffe gegen die Front am Isonzo werden abgewiesen. Eröffnung der italienischen Kammer mit einer Programmrede des neuen Ministerpräsidenten Boselli.

29. Juni: Fortdauer der russischen Angriffe in der Bukowina und Ostgalizien; außer bei Kolomea scheitern alle Angriffe. Auch die Offensive der Italiener am Isonzo bleibt ohne Erfolg. Casement zum Tode verurteilt.

30. Juni: Französische Angriffe gegen unsere Stellungen rechts der Maas, insbesondere des Panzerwerks Thiaumont, unter schweren Verlusten für den Feind abgewiesen. Westlich und südwestlich von Luzk sind für uns erfolgreiche Kämpfe im Gange.

Verein Heimatdank!

Anmeldungen sind zu richten an Heimatdank der Stadt Aue Stadthaus, Zimmer 2.
Jahresbeitrag mindestens 1 Mark, juristische Personen oder Vereine von Rechtsfähigkeit mindestens 10 Mark.

Im Weltenbrand.

Original-Kriegsroman aus erster Zeit

von Rudolf Hottingen.

(Nachdruck verboten. Alle Rechte vorbehalten.)

Er erhob sich von seinem Stuhl, auf dem er sich in flegelhafter Haltung gereckt hatte, aber er fühlte sich offenbar unter der Wirkung des reichlich genossenen Schnapses so unsicher auf den Beinen, daß er gleich wieder zurücksank.

„Leutnant Scheremetjew — lassen Sie das Peloton für die Exekution antreten!" kommandierte er auf russisch. Und dann zog er die Augenbrauen gewaltig hoch, da die tiefe, grollende Stimme des Rittmeisters von Raven in die kurz abgehackten Befehle des aufgeregten Leutnants hineinklang:

„Ich hoffe, Sie werden diese Exekution nicht vornehmen lassen, Herr Rittmeister, ohne mir vorher einige Worte an die Angeschuldigten zu gestatten. Wenn es mehr ist, daß einer aus dem Dorfe sich der behaupteten Tat schuldig gemacht hat, so werde ich ihn bald ermittelt haben. Und es fällt mir selbstverständlich nicht ein, ihn der rasenden Bevölkerung ausliefern zu wollen. Denn auf meinem Grund und Boden sollen meinetwegen keine Grausamkeiten ausgeübt werden! Aber es wäre Barbarei, die Unschuldigen mit dem Schuldigen büßen zu lassen! Und hoffe, daß diese Leute da unschuldig sind —, dafür bürge ich mit meinem eigenen armen Kopfe!"

Der Gotnik, offenbar der rangälteste der beiden kommandierenden Offiziere, hatte den Rittmeister zwar ausreden lassen, ohne ihn zu unterbrechen; nun aber schlug er mit der Faust auf den Tisch, daß die fast geleerte Flasche umfiel:

„Zum Henker, was unterstehen Sie sich, Sie elender Deutscher! Glauben Sie, daß wir uns von Ihnen breinreden lassen? Ich pfeife auf Ihre Bürgschaft! Danken Sie Ihrem Schöpfer, wenn wir Sie selber mit heiler Haut davonkommen lassen! Sagen Sie doch mal gefälligst, wo die deutsche Infanterie steht, die heute hier durchgekommen ist! Und keine Winkelzüge, wenn ich bitten darf! Wir haben nämlich einige probate Mittelchen, um auch die schwersten Zungen zu lösen."

„Ich weiß nichts von den Bewegungen und Stellungen unserer Truppen. Und wenn ich etwas davon wüßte, würde ich es Ihnen selbstverständlich nicht sagen. Ich bin verabschiedeter Offizier. Diese Feststellung mag Sie der Mühe überheben, weitere derartige Fragen an mich zu richten!"

Das gedunsene Trinkergesicht des Gotniks färbte sich dunkelrot.

„Hat man je eine solche Unverschämtheit erlebt! — Der Mann ist auf der Stelle festzunehmen! Das Weitere wird sich finden, sobald wir mit denen da fertig sind!"

Nun brachte er sich mit hilfreicher Unterstützung seines anscheinend etwas alkoholfesteren Kameraden doch glücklich auf die Füße. Aber sein Bemühen, eine imponierende furchteinflößende Haltung einzunehmen, mißlang auf recht klägliche Art. Jedenfalls hatten die Zornesblitze aus seinen stieren, glasigen Augen auf den alten Herrn von Raven nicht die geringste Wirkung hervorgebracht.

„Sie können in Gottes Namen mit mir anfangen, was Sie vor Ihrem Gewissen als Soldat und Edelmann verantworten können! Jetzt aber handelt es sich nicht um mich, sondern um diese armen Leute da! Und ich lege im Namen der Menschlichkeit, unter Berufung auf die Kriegsgesetze, die heutzutage sogar von den gelben Affen in Ostasien respektiert werden, Verwahrung ein gegen das, was Sie da tun wollen! Wenn diese unschuldigen Menschen wirklich füsiliert werden sollen, so verlange ich, der erste zu sein, den man erschießt, damit Ihre Handlungsweise vor aller Welt als das gekennzeichnet wird, was sie ist, nämlich als gemeiner Mord!"

Seine mächtige Stimme dröhnte wie Donnergrollen überall die Unruhe ringsumher hinweg. Dem Gotnik aber erstarb die mutschnaubende Erwiderung auf den Lippen angesichts des Ueberraschenden, was sich jetzt vor seinen Augen ereignete. Denn ein schönes, schlankes, dunkelhaariges Mädchen war plötzlich, wie aus der Erde gewachsen, neben dem alten Herrn aufgetaucht, hatte den Arm um seine Schulter gelegt und sich eng an seine Seite geschmiegt.

„Auch mich werden Sie erschießen müssen," klang klar und furchtlos ihre helle Stimme, „wenn Sie meinen Vater oder unseren braven Leuten ein Leid zufügen. Ich sage wie er: ‚Es ist nicht wahr, daß in unserem Dorfe heimtückisch auf Ihre Leute geschossen worden ist!'"

Der Leutnant Scheremetjew trat vor und meldete die Ausführung des ihm erteilten Befehls. Aber der Gotnik hörte zunächst nicht auf das, was er sagte. Unverwandt waren seine Augen auf das schöne, mutige Mädchen gerichtet, und sein Unterkiefer schob sich vor wie der eines beutegierigen Raubtieres.

„Man nehme den Mann wie das Mädchen unter sichere Bedeckung!" befahl er nach sekundenlangem Ueberlegen. „Aber beide getrennt! — Und dann — —"

Der Rest seiner Rede ging unter in einem nervenzerreißenden Geknatter, in vielstimmigem Geschrei und in dem Toben des wilden Aufruhrs, der plötzlich unter den tödlich erschrockenen Gäulen auf der Dorfstraße ausgebrochen war. Als hätten sich mit einem Schlage alle Bande der militärischen Disziplin gelöst, stürmte alles, was Waffen trug, ohne Erwartung eines Befehls, zu den Pferden.

„Die Deutschen! — Die Deutschen!" schollte es aus hundert Russenkehlen zugleich. Und es war augenscheinlich, daß die Ueberraschten viel weniger an Widerstand dachten, als daran, sich durch eilige Flucht vor dem noch unsichtbaren Gegner zu retten, dessen aus irgendeiner sicheren Deckung kommendes Gewehrfeuer die im oberen Teil des Dorfes ausgestellten Posten bereits niedergestreckt hatte und nun auch schon unter der zu einem wirren Knäuel geballten Hauptmasse der Kosaken seine Opfer zu fordern begann.

(Fortsetzung folgt.)