

O.
21.

Hygiene

des weiblichen Geschlechts

oder

Grundzüge einer allgemeinen Gesundheitspflege

nach den verschiedenen Altersklassen und mit besonderer Berücksichtigung der Gesundheit des weiblichen Geschlechts.

Von

C. J. Tilt, M. D.
zu London.



Bearbeitet

von

Robert Froriep, M. D.,

Geh. Medicinal-Rath und practischem Arzt zu Weimar.

Weimar,

Druck und Verlag des Landes-Industrie-Comptoirs.

1854.

Vorwort des Bearbeiters.

Indem ich eine Übertragung der *Elements of Health and principles of female Hygiene* by *E. J. Tilt*, M. D. Lond. 1852 unternahm, that ich dieß in der Überzeugung, daß ich dadurch einer wesentlichen Pflicht des Arztes genüge, welche darin besteht, vernünftige Ansichten über die Pflege der Gesundheit möglichst zu verbreiten. Das Werk jenes ausgezeichneten Arztes leistet in dieser Beziehung mehr, als mir von irgend einer andern populären medicinischen Schrift bekannt ist. Bei der Bearbeitung selbst boten sich mir dennoch viele Stellen dar, welche für unsere deutschen Verhältnisse entweder noch weiter ausgeführt oder hie und da etwas anders gefaßt werden mußten. Ich habe die mir nöthig scheinenden Einschaltungen durch zwei — — bezeichnet; bei einigen Zusätzen aber, die des Verfassers Ansichten mehr oder minder widersprachen, habe ich die Verantwortlichkeit dadurch allein auf mich genommen, daß ich sie mit meiner Namens-*Chiffer* bezeichnet habe. Es sind deren sehr wenige, obwohl im Ganzen das Werkchen in der deutschen

Bearbeitung etwa um ein Viertel an Umfang zugenommen hat, hauptsächlich durch die zuerst erwähnten Einschaltungen, die mit des Verfassers Ansichten jedoch nicht in Widerspruch stehen. Möge das Werkchen so viel Nutzen stiften, so viel Aufklärung verbreiten, als es seiner Trefflichkeit nach zu leisten vermag. Es ist hauptsächlich den Müttern gewidmet, in deren Hand ja überhaupt die Zukunft kommender Geschlechter und somit die Besserung des Menschengeschlechts liegt.

Wie ich zu vielen Bemerkungen und Auseinandersetzungen durch Fragen aufgeklärter und dem Wohl ihrer Kinder mit ganzer Liebe hingeebener Mütter veranlaßt worden bin, und in der Beantwortung derselben eine besondere Genugthuung gefunden habe, so hoffe ich, vielen Müttern durch die Bearbeitung dieses Werkchens in ihrem hohen Berufe eine willkommene Unterstützung zu bieten, um so mehr, als sie namentlich über das specifisch = weibliche Körperleben eine gründliche und klare Belehrung in andern Werken in gleichem Maße nicht finden, obwohl es allgemein anerkannt ist, daß die Beurtheilung der Körperzustände des Weibes andere Gesichtspuncte verlangt, als die Hygiene des Mannes, welche bis jetzt in den hygienischen Schriften allein oder doch fast ausschließlich berücksichtigt worden ist.

Weimar, im Mai 1854.

N. Froberg.

Inhaltsverzeichnis.

| | Seite |
|----------------------|-------|
| Einleitung | 1 |

Erstes Capitel.

| | |
|---|----|
| Jedermann ist 9 Monate älter, als man gewöhnlich angiebt . . | 18 |
| Lebenskraft, Constitution und Krankheits-Erbenschaft der Neugeborenen | 19 |
| Künftige Gesundheit | 20 |
| Kritische Epochen des Lebens | 21 |
| Siebenjährige Lebensabschnitte | 22 |

Zweites Capitel.

| | |
|--|----|
| Erste Kindheit von der Geburt bis zum 3. Jahre . . | 23 |
| Erste Kindheit, Zeit wo das Kind noch nicht sprechen kann . . | 24 |
| Körperentwicklung. Schlaf | 25 |
| Natur des Schlafes; seine physiologische Aufgabe | 26 |
| Wichtigkeit des Schlafes. Länge des Schlafes | 27 |
| Erdrücken der Kinder im Bett durch Mütter und Ammen . . . | 28 |
| Das Kinderbett. Art des Zudeckens | 29 |
| Wiegen der Kinder. Unruhe der Kinder | 30 |
| Gefahr der Beruhigungssäfte | 31 |
| Mißbrauch mit Betäubungsmitteln. Schlafen bei Tage | 32 |
| Möglichst viel Schlaf. Zudecken im Schlafe | 33 |
| Warmhalten im Bett. Keine kalte Schlafstube. Kein Nachtlicht . | 34 |
| Schlaflosigkeit der Kinder, ihre Ursachen | 35 |
| Gefährlicher ist Schlafsucht der kleinen Kinder | 36 |
| Nahrung der kleinen Kinder. Eintheilung der Nahrungsmittel | 37 |
| Stickstoffhaltige und stickstofffreie Nahrungstoffe | 38 |
| Milch ist die passendste Nahrung für Kinder | 39 |

| | Seite |
|---|-------|
| Muttermilch. Verschiedenheit derselben | 40 |
| Allmähliche Veränderungen der Muttermilch | 41 |
| Selbststillen der Mütter | 42 |
| Bedenken dagegen. Milchmangel. Nachtheilige Milch | 43 |
| Einfluß der Gemüthsaufregungen auf die Milch | 44 |
| Einfluß der Schwindsucht auf die Milch. Krankheiten der Brüste | 45 |
| Wahl einer Amme, beachtenswerthe Bedingungen | 46 |
| Zeichen einer guten Amme. Untersuchung durch den Arzt | 47 |
| Vertheile des zeitigen Anlegens | 48 |
| Wie oft soll das Kind die Brust erhalten? | 49 |
| Saug- oder Lutscheutel, wann er erlaubt sei | 50 |
| Kleine Kinder sind sozgleich an Regelmäßigkeit zu gewöhnen | 51 |
| Schreien bezeichnet nicht immer Hunger | 52 |
| Belästigung durch zu viel Milch, — durch zu wenig Milch | 53 |
| Stillen bis Zähne kommen, außerdem nur Pflanzennahrung | 54 |
| Gefahr geistiger Getränke. Einwirkung auf die Ammenmilch | 55 |
| Stark essen vermindert häufig die Milch der Amme | 56 |
| Einfluß von Wein und Bier auf die Ammenmilch | 57 |
| Einfluß der Kost auf die Ammenmilch | 58 |
| Einfluß von Krankheit auf die Ammenmilch | 59 |
| Einfluß von Ausschlagskrankheiten auf die Milch | 60 |
| Einfluß der Menstruation auf das Stillen | 61 |
| Verhältniß der Menstruation und Schwangerschaft zum Stillen | 62 |
| Einzelne Ammen passen nicht für bestimmte Kinder. Wechsel der Ammen | 63 |
| Entzöhen, Behandlung der Amme danach | 64 |
| Auffüttern der Kinder. Arrowroot und Semola | 65 |
| Erstes Getränk, versüßte und verdünnte Kuhmilch | 66 |
| Saugflasche, ihre beste Beschaffenheit | 67 |
| Wie viel Getränk soll den Kindern gereicht werden? | 68 |
| Kleidung kleiner Kinder | 69 |
| Nicht Wickeln, keine Stecknadeln, bloßer Kopf | 70 |
| Keine Achselbänder, und überhaupt nichts Beengendes | 71 |
| Das Leibchen, dessen beste Construction | 72 |
| Ballettleibchen. Gehörig warme Bekleidung | 73 |
| Lebschings, verkehrtes Nachäffen der Engländer | 74 |
| Bewegung. Die Art des Aufnehmens kleiner Kinder | 75 |
| Führen der Kinder. Nicht Fliegenlassen | 76 |
| Auffangen der Kinder ist nachtheilig | 77 |
| Selbstständige Thätigkeit der Kinder | 78 |
| Erstes Austragen, im Sommer von der 3. Woche an | 79 |