

10. XI. 1915

\* **Zur Milchfrage!** Von einem Kinderarzt wird uns geschrieben: Der jetzigen Milchknappheit kann zum Teil sicher auf eine Weise abgeholfen werden, die noch dazu imstande ist, unsern Kindern Nutzen zu bringen. Es unterliegt keinem Zweifel, daß in manchen Kreisen die Milch in ihrem Wert als Kindernahrung überschätzt und infolgedessen in unnötig großen Mengen verbraucht wird.

Ein gesundes Kind braucht nach dem zweiten Lebensjahre an einem Tage nicht mehr Milch, als es in seinem Kaffee oder Kakao zu sich nimmt. Sein Eiweißbedarf wird durch eine ausreichende gemischte Kost vollauf gedeckt. Daß die so eisenarme Milch, die den sogenannten blutarmen Kindern in oft unglaublichen Mengen beigebracht wird, diesen eher schadet als nützt, ist einwandfrei erwiesen. Aber, auch auf andere Weise kann die Milch direkt schaden. Durch das bequeme Trinken — besonders aus der Flasche — werden die Kinder lafsaul. Und doch ist das Essen wichtiger als das Trinken, denn die Milch enthält nicht alle dem Körper nötigen Bestandteile in ausreichender Menge, sie sättigt aber durch ihren großen Wassergehalt (sie enthält rund neun Zehntel Wasser) so sehr, daß die Kinder nicht mehr genügend Appetit zur Aufnahme der gemischten Kost haben. Weil nun die Kinder um so schlechter kauen lernen, je später ihnen die Milchflasche entzogen wird, so verlangt man heutzutage, daß ein Kind mit 1½ Jahren aus dem Becher oder der Tasse trinkt. Denn das zweite Jahr hat die Aufgabe, das Kind von der vorwiegend flüssigen Kost des ersten Jahres allmählich auf die feste Kost der Erwachsenen zu bringen.

Viel gesünder wird ein Zwiwel wird aber auch im ersten Jahr. Ein Kind soll frühestens am Ende des ersten Jahres und dann erst, wenn es 10 Kg. wiegt und eine Länge von 80 Ztm. besitzt, 1 Liter Milch bekommen, aber niemals darüber. Kinder, die zuviel oder zulange vorwiegend Milch erhalten, werden blaß, hartleibig und bekommen weiches Fleisch. Aber darauf achten die Laien nicht, sie schwören auf den Wert der Milch und vernachlässigen in diesem Irrtum befangen, die Gesundheit ihrer Kinder. Das beste Mittel im ersten Jahre an Milch zu sparen, ist das Stillen der Kinder und dieses ist auch wieder das beste für die Kinder. Eine stillende Frau braucht niemals mehr als einen Liter Kuhmilch am Tage.

Die Butter ist das Milchfett. Wir wissen von ihr, daß sie direkt gesundheitschädlich wirken kann, z. B. bei Kindern mit Anlage zur englischen Krankheit. Man kann sogar bei diesen Kindern durch zu viel Butter (zu fetter Milch) die Symptome der englischen Krankheit zum Ausbruch bringen. Es kann und soll im Haushalte der Säuglinge und der einjährigen Kinder mehr an Butter gespart werden.

Wir haben in diesem Kriege so manches gelernt, aus so manchem Nutzen zu ziehen verstanden. Nützen doch auch unsere Kinder aus der jetzigen Zeit Vorteile erringen, indem die Eltern dem Vaterland zulieb mit alten Vorurteilen brechen und sich von der Richtigkeit dessen überzeugen, was die moderne Kinderheilkunde schon so lange lehrt. Dr. R. D.