

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: 69 (1971)

Heft: 10

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: 01.04.2025

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

L. Barth-M. Meyer: *Moderne Narkose*,
Gustav Fischer Verlag, Stuttgart (1965)

E. Binkert: *Leitfaden für Anaesthesieschwester*,
Selbstverlag (1971)

S. Milic: *Exposé über die geburtshilf. Narkose*, unveröffentl.,
Bayer: Trasylyol im Schock (1971)

Ludwig Stöcker: *Narkose*,
Georg Thieme Verlag, Stuttgart (1969)

*Wirf dein Anliegen auf den Herrn, der wird dich versorgen
und wird den Gerechten nicht ewiglich in Unruhe lassen.*

Psalm 55, 23

*Arbeiten sollen wir, aber Gott sorgen lassen. Unsere Sorge
ist doch nichts; derweilen hätten wir viel Gutes getan, das
durch Sorge verhindert wird.*

*Gott hat unser Herz und Mut fröhlich gemacht durch seinen
lieben Sohn, welchen er für uns gegeben hat zur Erlösung von
Sünden, Tod und Teufel.*
Martin Luther

Schweiz. Hebammenverband

Offizielle Adressen

Zentralpräsidentin:

Sr. Thildi Aeberli, Grubenweg 1,
5034 Suhr, Tel. 064 24 56 21

Zentralsekretärin:

Sr. Martha Hunziker,
Viehmarktstrasse 3, 5734 Reinach

Zentralkassierin:

Frau Cely Frey-Frey, Egg 410,
5728 Gontenschwil, Tel. 064 73 14 44

Fürsorgefonds-Präsidentin:

Sr. Elisabeth Grütter, Laupenstrasse 20a,
3000 Bern, Tel. 031 25 89 24

Zentralvorstand

Todesfall

Sektion Vaudoise:

Frau Raymonde Cruchon, im Alter von
erst 49 Jahren, von 1163 Etoy.

Den Angehörigen sprechen wir unser
herzliches Beileid aus.

Namens des Zentralvorstandes:

Sr. Thildi Aeberli, Zentralpräsidentin

Sektionsnachrichten

Appenzell

Wie ich in der Mai-Nummer erwähnte,
wird unsere Herbstversammlung, Don-
nerstag, den 14. Oktober (mit anschlies-

sendem Gratis-Zvieri und Musik) in Ap-
penzell an der Gaiserstrasse 21a, statt-
finden. Wer vom Bahnhof abgeholt
werden möchte, benütze die Telefon-
nummer 87 11 44.

Alle Kolleginnen sind freundlich einge-
laden von Eurer
O. Grubenmann

Bern

Bei bewölktem Himmel und starkem
Biswind reisten am 15. September über
50 Hebammen nach Solothurn — und
von dort per Schiff auf der Aare nach
Biel, wo uns drei motorisierte Bieler
Kolleginnen abholten und unsere geh-
behinderten Mitglieder per Auto mit-
nahmen zur Seifenfabrik Schnyder. Den
Bieler Kolleginnen sei dafür herzlich ge-
dankt.

In der Fabrik wurden wir von Herrn
Rätz freundlich empfangen. Herr Wie-
land hielt uns einen sehr gut verständli-
chen Vortrag über Schnyder-Produkte
und Waschmittel im allgemeinen, den er
mit Lichtbildern illustrierte.

Anschliessend durften wir in drei Grup-
pen — waren wir doch mit den Bieler
Kolleginnen zusammen 66 Hebammen
— die Fabrik besichtigen.

Die Seifen- und Waschmittelprodukte
sind sehr vom Import abhängig und wir
staunten nicht wenig als wir vernahmen,
dass für zwei Jahre Vorrat an Rohmate-
rialien vorhanden sind, wegen eventuel-
lem Einfuhrstopp. Immer wieder ist man
überrascht zu sehen, mit wie wenig
Menschen diese ausgeklügelten Maschi-
nen arbeiten.

Um 17.00 Uhr gab's dann noch ein Blitz-
Zvieri im «Volkshaus» Biel, da unser
Zug bereits um 17.37 Uhr heimwärts
fuhr.

Es war ein schöner Tag auch ohne Son-
nenschein. Der Firma Schnyder, den Her-
ren Rätz und Wieland ganz besonders,
und den zwei andern Herren Gruppen-
leitern sei an dieser Stelle nochmals
herzlich gedankt. Dank auch für das
nette Geschenksäckli, das jedes Mitglied
mitnehmen durfte. — Sicher werden wir
alle bemüht sein, vermehrt Schnyder-
Produkte zu kaufen.

Voranzeige: Unsere Adventsfeier im Hei-
liggeist-Kirchgemeindehaus wird dieses
Jahr am 24. November stattfinden. Die
Jubilarinnen werden von der Präsiden-
tin persönlich eingeladen.

Mit freundlichem Gruss
T. Tschanz

Solothurn

Werte Kolleginnen, bereits ist der schö-
ne Herbst bei uns eingezogen und somit
ist demnächst wieder eine Zusammen-
kunft angezeigt.

Wir treffen uns zur Herbstversamm-
lung Donnerstag, den 14. Oktober um
14.00 Uhr im Saal des «Volkshauses»
in Solothurn. Dieses Restaurant befindet
sich in der Nähe des Bahnhofes, auf
dem Roosmarktplatz, und ist gut zu
finden.

Ich habe die erfreuliche Nachricht, dass
wir wiederum einen netten Gynäkologen
bei uns begrüssen dürfen. Das Thema
haben wir Herrn Dr. Branger aus Gren-
chen freigestellt.

Schmerzmittel sind nicht «zum Ufchlöpfe» da!

Für einen müden Kopf ist eine Ruhe-
pause, etwas frische Luft und Bewe-
gung weit zuträglicher als ein Schmerz-
mittel. Dafür dürfen Sie bei einem ge-
legentlichen Anfall von Kopfweh, Mi-
gräne oder Rheumaschmerzen getrost
zu einem bewährten Arzneimittel grei-
fen. Wählen Sie Melabon! Sie werden

überrascht sein, wie schnell Sie sich
wieder wohl fühlen. Denken Sie aber
daran, dass auch Melabon — wie alle
schmerzstillenden Arzneimittel — dau-
ernd und in höheren Dosen nicht ge-
nommen werden soll, ohne dass man
den Arzt fragt.

Melabon

Wir hoffen, recht viele Hebammen begrüssen zu können. (Nicht dass Herr Dr. Branger vor leeren Stühlen den Vortrag halten muss.)

Für den Vorstand

E. Richiger

In Memoriam

Am 8. Juli 1971 entschlief im hohen Alter kurz vor Vollendung Ihres 85. Lebensjahres, *Frl. Elisabeth Tanner in Selzach*. Als Tochter von Christian Tanner und der Mina geb. Bachmann wuchs Frl. Tanner mit vier Geschwistern in Sumiswald auf. Der Vater war auf einem Bauerngut Knecht und die Mutter diente an der gleichen Stelle, somit mussten die Kinder schon tüchtig mithelfen.

Aus der Schule entlassen, kam Elisabeth Tanner nach Luzern um sich in einem Privathaushalt nützlich zu machen. Sie lebte sehr sparsam und legte das sauerverdiente Geld zur Seite um dann im Jahre 1911 den Kurs als Hebamme in Basel absolvieren zu können.

So übersiedelte sie als frischgebackene Hebamme am 2. Januar 1912 nach Selzach, wo sie während 50 Jahren ihren Dienst in aufopfernder Güte und grosser Treue an vielen Menschen versehen hat. In den letzten Jahren lebte Frl. Tanner zurückgezogen, man sah sie aber oft noch den Gottesdienst besuchen.

Am 10. Juli wurde die Verstorbene zu ihrer letzten Ruhestätte auf den Got-

tesacker getragen. Sie ruhe in Frieden. Den Angehörigen sprechen wir unsere Anteilnahme aus.

E. R.

Winterthur

Liebe Kolleginnen, leider mussten wir den für den 15. September vorgesehenen Besuch der Lederwarenfabrik in Effretikon absagen, weil dieses Datum der Fabrikleitung ungünstig schien. Der neue Termin ist nun auf Mittwoch, den 13. Oktober festgesetzt worden. Wir treffen uns um 14.00 Uhr auf dem Archplatz in Winterthur oder um 14.20 Uhr beim Bahnhof Effretikon.

Inzwischen grüsst freundlich und auf baldiges Wiedersehen

Für den Vorstand

M. Ghelfi

Zürich

Achtung! Wichtige Mitteilung! — Liebe Kolleginnen, es ist Sr. Olga gelungen, für unseren nächsten Fortbildungsnachmittag den bekannten Arzt, Psychologen und Eheberater Dr. B. Harnik zu gewinnen. Sein Thema: «Psychologische Betreuung der Schwangeren, Gebärenden, Wöchnerin». Wer Herrn Dr. Harnik kennt und schon gehört hat, weiss, dass dieser Mann uns als Arzt und als Mensch aus seiner reichen Erfahrung heraus viel weiter übermitteln können. Wir sind jedenfalls glücklich, dass er

sich uns Hebammen zur Verfügung stellt!

Leider ist er aber im Oktober bereits «ausgebucht», der Vortrag musste auf den 23. November festgelegt werden. Er findet statt im Foyer der Zürcher Stadtmission am Limmatquai 112 um 15.00 Uhr. Um Herrn Dr. Harnik einen pünktlichen Beginn zu ermöglichen, bitten wir die Zuhörerinnen, sich spätestens um 14.45 Uhr einzufinden. Der Eingang zum Foyer ist etwas schwierig zu finden, darum werden wir einen «Lotsen» aufstellen. Kennzeichen: Hebammen-Zeitung in der Hand. Diese Massnahme ist vor allem für die Kolleginnen anderer Sektionen gedacht, denn selbstverständlich laden wir Euch auch diesmal wieder herzlich ein, von dieser einmaligen Gelegenheit zu profitieren. Autofahrerinnen haben Gelegenheit, im Parkhaus Sihlquai hinter dem Landesmuseum zu parkieren. (Ungefähr 10 Gehminuten vom Foyer entfernt.)

Bei unseren Zürcher Kolleginnen möchten wir uns ferner entschuldigen, dass unser Verbandsleben im Sommer nicht reger ausfiel. Der Grund besteht darin, dass es in der Ferienzeit kaum mehr möglich ist, etwas Attraktives zu organisieren. Ausserdem ist das Interesse an Verbandsveranstaltungen erfahrungsgemäss im Sommer nicht sehr gross. Wir

Agiolax



**Pflanzliches
Darmregulans,
wirkt mild, angenehm
und sicher!**

**Granulat aus quellfähigem Psyllium-
samen, darmwirksamen Anthrachinon-
Glykosiden (Cassia angustifolia) und
anderen pflanzlichen Gleitstoffen.**

**Habituelle Obstipation
Stuhlregulierung post partum,
bei Bettlägerigen, bei Übergewicht
Schwangerschaftsobstipation
Entleerungsstörungen
bei Anus praeternaturalis**

**Kassenzulässig!
Dosen mit 100 und 250 g Granulat**

BIO/MED

**Dr. Madaus & Co, Köln
Für die Schweiz:
Biomed AG, Zürich**



Die eleganteste Art,
müden Beinen
die Müdigkeit zu nehmen:

TOP-FIT

Stütz-Strümpfe oder Stütz-Strumpfhosen!

Sie sind aus hochwertigem, elastischem Dorlastan. Sie sind so strapazierfähig,
dass sie durchschnittlich ein halbes Jahr halten.

Sie üben auf das Bein längs und rund herum eine leichte Kompression aus
(wie eine Dauermassage). Dadurch können die Venen
nicht austreten, und die Ursache der müden Beine ist behoben.

TOP-FIT Stützstrümpfe oder -strumpfhosen sind so schön und fein
wie ein normaler, schöner und feiner Strumpf. Und Ihre Beine sind wieder
so elegant und erholt, wie sie sein sollen.

Garantie: 3 Monate!

**Falls innerhalb 3 Monaten ein Fabrikationsfehler auftritt,
werden TOF-FIT Strümpfe gratis ersetzt.**

IVF

Internationale Verbandstoff-Fabrik Schaffhausen,
8212 Neuhausen am Rheinfall



werden uns Mühe geben, im Winter einiges wettzumachen und bitten um Verständnis! Programmvorschläge sind stets willkommen.

Also auf Wiedersehen am 23. November mit Herrn Dr. Harnik! Bis dahin grüsst für den Vorstand W. Zingg

Mitteilungen des Internationalen Hebammenverbandes (ICM)

The Royal College of Midwives,
15 Mansfieldstreet
London, W1M 0BE

Datum des Poststempels

Mit Vergnügen teile ich Ihnen mit, dass sich Mitglieder des Exekutiv-Komitees vom 17.—22. Mai 1971 zusammengefunden haben. Gleichzeitig fand eine Konferenz statt, an der Vertreter der FIGO, IPPF und der WGO (OMS) teilnahmen. Dank der finanziellen Hilfe der Organisation für die internationale Entwicklung konnten unsere Zusammenkünfte, sowie die Konferenz stattfinden.

Die Vertreter der Konferenz haben den Entschluss, den wir in Berlin gefasst haben: die *Geburtenkontrolle* sehr unterstützt. Unter dem Präsidium unserer internationalen Präsidentin Miss Lucille Woosville und dem von Sir John Peel, KCVO, Präsident der FIGO fanden die Konferenz und unsere Sessionen des Exekutiv-Komitees statt. Wir werden Ihnen später einen Rapport dieser Sitzung zukommen lassen.

Mit Befriedigung haben wir festgestellt, dass alle Mitglieder des Exekutiv-Komitees anwesend waren und wir haben dem Royal College of Midwives (Englischer Hebammenverband) unsere Anerkennung ausgesprochen, dass wir unsere Versammlung in ihrem Sitz in London abhalten konnten. Ich habe einen kompletten Rapport über die Arbeit des ICM gemacht seit dem internationalen Kongress in Chile bis heute; ebenfalls einen kurzen Rapport meiner Besuche in Liberia, Kenia, Südafrika, Insel Maurice, Australien, Neu-Zeland, die Inseln Fidji, Honolulu, San Francisco, Kanada und Deutschland. Ich erwähnte ebenfalls die Besuche von Miss Dean nach Hong Kong, Malesien, Thailand, Nepal, Indien und Iran. — Ich habe einen Rapport aller Zusammenkünfte an denen Vertreter des ICM teilnahmen in Frankreich, USA, Schweiz, Schweden und England, gemacht. Auch habe ich einen Rapport aller Studienreisen, organisiert zum Wohl des Hebammenberufes, gemacht. Ich danke hier noch allen Ländern, die ein Programm vorbereiteten, das zum vollen Erfolg der Besuche führte.

Die Schatzmeisterin Miss Dean, hat einen detaillierten Rapport über die finanzielle Situation gemacht, indem sie be-

tonte, dass mit der ständigen Erhöhung des Lebensstandards und der immer grösser werdenden Aufgabe des ICM, die Einnahmen, die 1968 noch genügend waren, heute die Ausgaben, die die grosse Aufgabe des ICM mit sich bringt, *nicht mehr decken*. Und dieses, trotzdem das Royal College of Midwives uns die Bureau-Räume, Elektrizität und Heizung gratis zur Verfügung stellt. Diese Gabe wird von uns sehr geschätzt. Die Kommission hat den Rapport genau geprüft und es wurde beschlossen, dem Rat eine Erhöhung des Beitrages pro Person vorzuschlagen. Die Mitglieder des Exekutiv-Komitees finden, dass der Beitrag verdoppelt werden sollte, wenn man vom ICM erwartet dass die grosse Aufgabe zufriedenstellend ausgeführt werden soll.

Wir hoffen, dass ihre Delegierten an der Versammlung des Rates in Washington teilnehmen werden, damit diese wichtige Frage diskutiert werden kann.

Unsere finanzielle Lage wäre auch besser, wenn alle Mitglieder-Länder ihren Beitrag Anfang des Jahres einbezahlen würden.

Verfassung (Statuten): Alle Mitglieder-Länder wurden angefragt Eingebungen zu formulieren für eine eventuelle Aenderung der Verfassung. Wir haben keine schriftlichen Antworten bekommen.

Preise der Hotels in Washington

Einzelzimmer:

16,00 Dollars täglich (ohne Verpflegung)
23,75 Dollars täglich mit Frühstück und Mittagessen für 1 Person.

Doppel-Zimmer:

26,00 Dollars täglich (ohne Verpflegung)
37,00 Dollars mit Frühstück und Mittagessen (für 2 Personen).

Dreier-Zimmer:

27,00 Dollars täglich (ohne Verpflegung)
43,20 Dollars täglich mit Frühstück und Mittagessen (für 3 Personen).

Einzahlungsgebühr:

Die Einzahlungsgebühr ist 40,00 Dollars, wenn dieser Betrag bis zum 1. August 1972 einbezahlt ist; 50,00 Dollars nach diesem Datum, und 60,00 Dollars für Nicht-Mitglieder.

Der Amerikanische Hebammen- und Krankenschwestern-Verband hat ein Organisations-Komitee gegründet; Miss Laverne Werner ist Präsidentin. Sie wird Ihnen demnächst mehr Details des Kongresses senden.

Thema des Kongresses:

Das Thema des Kongresses ist: «*Neue Horizonte in der Geburtshilfe*». Da die Aufgaben der Hebammen immer grösser werden, hauptsächlich was die Geburtenkontrolle anbelangt, müssen sie auf dem Laufenden der neusten Methoden sein.

Anträge:

Die Anträge, die an der Versammlung des Rates besprochen werden sollen, müssen bis spätestens Ende Januar 1972 dem Sitz in London gesandt werden. Die eingegangenen Anträge werden dann allen Mitglieder-Organisationen gesandt, begleitet von einer provisorischen Traktandenliste des Dreier-Rates von März-April 1972. (Constitution Standing Order for Coucil (h) und (j).)

Die Präsidentin und die Mitglieder der Kommission schliessen sich mir an, um Ihnen meine herzlichsten Grüsse zu senden.

Ihre ergebene Miss Bayes, Sekretärin

Bemerkungen des Zentralvorstandes des SHV:

Liebe Kolleginnen, aus diesen oben erwähnten Hotelpreisen ersehen Sie, dass Amerika ein teures Land ist. In den vorgeschlagenen Reiseprogrammen sind aber die Hotelpreise (Uebernachtung ohne Verpflegung), auch während des Kongresses, schon einberechnet. Allerdings ist es zur Zeit auch für die Reisebüros sehr schwer eine genaue Berechnung zu machen, wegen der «Unstabilität» des US-Dollars. So bald wir alle Reisevorschläge erhalten haben, wird der Zentralvorstand mit der Delegierten zusammen, vom besten Reisevorschlag, den an der USA-Reise interessierten Hebammen, Mitteilung machen, d. h. eine Publikation erscheint in der «Schweizer Hebamme» und im «Journal de la Sage-femme».

Zur Zeit haben wir *mehr* provisorische Anmeldungen für die 21-tägige Amerika-reise. Der Zentralvorstand findet selber, dass es sich kaum lohnt für 14 Tage so viel Geld für eine Reise nach USA auszugeben.

Im Namen des Zentralvorstandes grüsst Sie alle

Sr. Thildi Aeberli, Zentralpräsidentin

Kurskalender Pro Juventute

3.—10. Oktober

Der Mensch als Teil der Natur
Ferienkurs des Schweiz. Zwinglibundes in Arcegnò

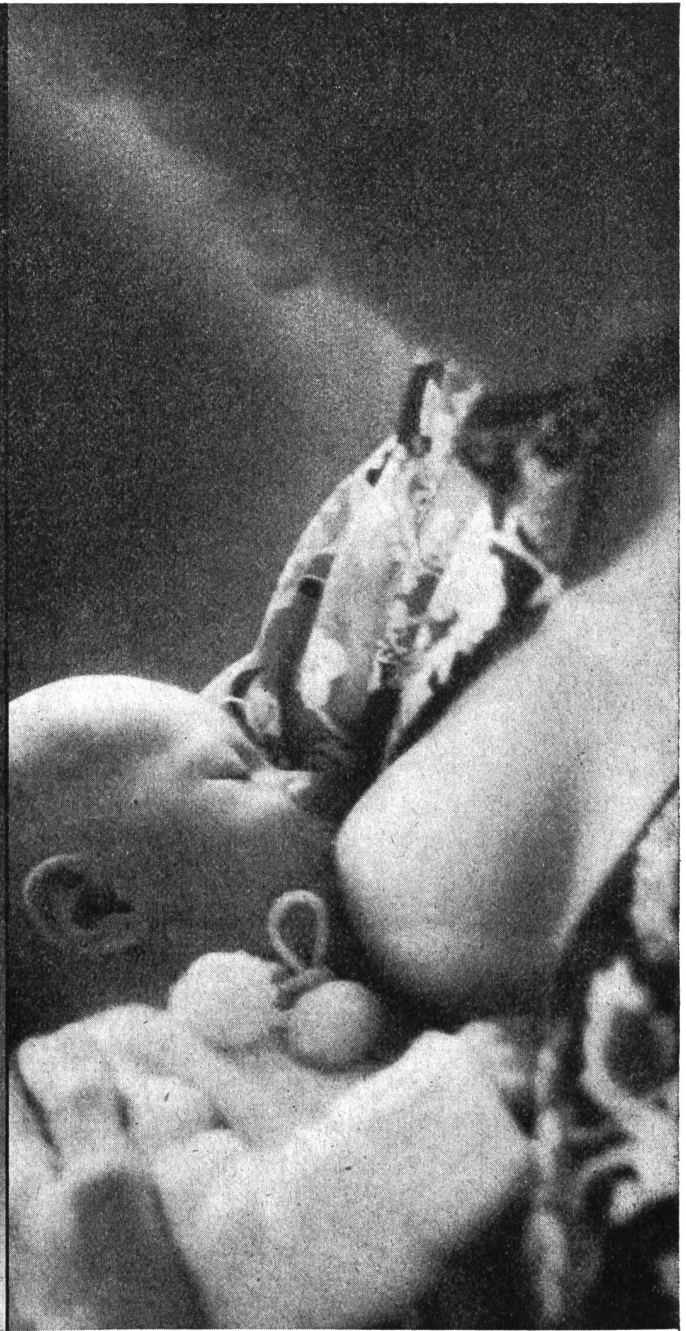
Programm und Auskunft:
Caesar Schmid, Fröbelstrasse 23, 8032 Zürich, Tel. 051 53 94 90.

2.—9. und 9.—16. Oktober

Tagelöhner für die dritte Welt
Kurs- und Arbeitswoche für Jugendliche ab 17 Jahren

Kursort: Zürich oder Basel
Auskunft: Christlicher Friedensdienst,
Tillierstrasse 3, 3000 Bern,
Telefon 031 43 23 97.

Die muttermilch-nahe Erstnahrung: Galactina Baby-Schoppen



Die Zusammensetzung des Baby-Schoppens (uperisierte® Milch, teilweise entrahmt und fettadaptiert, mit Zusätzen von Nährzucker, Saccharose und etwas Reis-Schleim) entspricht in Gehalt, Verträglichkeit und Vitaminreichtum den Forderungen der modernen Pädiatrie.

Galactina Baby-Schoppen ist keimfrei:

Aus der Dose ergießt sich die keimfreie Flüssigkeit direkt in die Schoppenflasche, ohne mit

Keimen (z.B. an Löffeln, Messbechern usw.) in Kontakt zu kommen.

Die Dosierung ist einfach:

Die nötige Menge in die graduierte Flasche füllen und gleichviel abgekochtes warmes Wasser nachgießen. Schon stimmen Verdünnungsgrad und Temperatur.

Galactina

3.—10. Oktober
*Herbstsingwoche der evangelischen
Singingemeinde*
in der Heimstätte Gwatt
Auskunft: Urs Zahnd, Wittikofenweg
15, 3006 Bern

3.—9. Oktober
Werken und Musizieren
Herbstferienwoche im Volksbildungs-
heim Herzberg
Programm und Anmeldung: VBH 5025
Asp, Tel. 064 22 28 58

29.—31. Oktober
Wir basteln für Weihnachten
im Schloss Münchenwiler bei Murten.
Leitung: Frl. E. Schmalz, Bern
Auskunft und Anmeldung: Volkshoch-
schule Bern
Sekretariat: Bollwerk 15, 3000 Bern, Tel.
22 41 92.

STELLENVERMITTLUNG

des Schweizerischen Hebammenverbandes
Frau Dora Bolz, Feldstrasse 36, 3604 Thun
Telefon 033 36 15 29

Kleineres Spital im Kanton Zürich sucht
zu baldigem Eintritt eine Hebamme.

Im Kanton Graubünden ist in einem
grösseren Spital die Stelle einer Heb-
amme frei.

Klinik im Kanton Neuenburg braucht
zu baldigem Eintritt zwei Hebammen.

Spital im Kanton Solothurn benötigt zu
baldigem Eintritt 2 Hebammen. Es kom-
men auch kurzfristige Vertretungen in
Frage.

Klinik in Bern sucht 2 Hebammen. Eine
Kollegin zum sofortigen Eintritt, die an-
dere für später.

Krankenhaus im Kanton Appenzell sucht
Hebamme (wenn möglich mit Schwe-
sternausbildung) per 1. Oktober oder
nach Vereinbarung.

Krankenhaus im Kanton Zürich sucht
auf anfangs Winter 1971 eine Hebamme.

Spital in Zürich benötigt zu baldigem
Eintritt eine Hebamme.

Wochenendkurs für Eltern epilepsiekranker Kinder

Den Eltern epilepsiekranker Kinder stel-
len sich sehr viele Erziehungsfragen,
u. a.: wo ist auf die Krankheit Rück-
sicht zu nehmen? was darf man vom
Kind verlangen? wie wird man mit Vor-
urteilen der Umwelt fertig? wie löst man
Berufs-, Sexual- und Ehefragen? Und so
fort. Die Schweiz. Vereinigung der El-
tern epilepsiekranker Kinder veranstal-
tet gemeinsam mit der Schweiz. Liga
gegen Epilepsie am 23./24. Okt. 1971

eine überkonfessionelle Tagung in der
Reformierten Heimstätte *Gwatt am Thu-
nersee*. Fachleute referieren über aktu-
elle Fragen. Insbesondere soll den Ta-
gungsteilnehmern Gelegenheit zu inten-
sivem Erfahrungsaustausch und einge-
hender Diskussion mit den Referenten
in kleinen Gruppen geboten werden.
Die Kosten sind bescheiden; Billetspe-
sen von mehr als Fr. 5.— können zurück-
vergütet werden. *Programme* sind er-
hältlich bei der Geschäftsstelle der
SVEEK, Frau M. Weber, *Neptunstrasse
31, 8032 Zürich*. Frühzeitige Anmeldung
ist zu empfehlen, da die Teilnehmerzahl
beschränkt ist.

Was haben wir erreicht? Was bleibt zu tun?

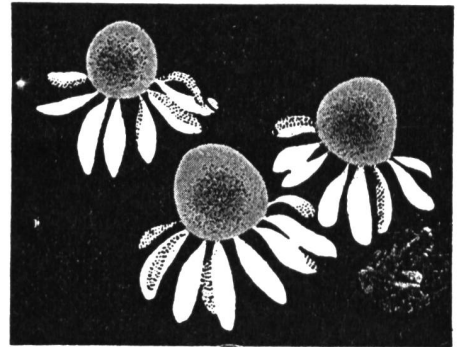
BSF Nach dem 7. Feb. 1971 hat man sich
besonders in der Frauenbewegung die
Frage gestellt: Ist mit diesem bedeut-
samen Einschnitt alles erreicht? Oder
was wurde erreicht? Was gibt es zu tun?
Im März versammelten sich im Boldern-
haus Zürich Vertreterinnen der vier
grossen Dachorganisationen der Frauen-

verbände (BSF, Gemeinnütziger Frauen-
verein, Katholischer Frauenbund, Evan-
gelischer Frauenbund) und weitere Frau-
enkreise zu einer Standortbestimmung,
um zu versuchen, Klarheit in die vielen
offenen Fragen zu bringen.

Für die Frauenbewegung heisst es, das
Ziel neu zu überdenken. Dieses Ziel
wurde in der Einführung zum Teil mit
Worten Dorothee Sölles umrissen: Nicht
bloss die unkritische Integration der
Frau in die bestehende Gesellschaft, son-
dern der gemeinsame Einsatz von Män-
nern und Frauen für eine zukünftige
Gesellschaft im Sinne eines modernen
Bekenntnisses: «ich glaube an den Geist,
der mit Jesus in die Welt gekommen
ist, an die Gemeinschaft aller Völker und
unsere Verantwortung für das, was aus
unserer Erde wird: ein Tal voll Jammer,
Hunger und Gewalt oder die Stadt Got-
tes. Ich glaube an den gerechten Frieden,
der herstellbar ist, an die Möglichkeit
eines sinnvollen Lebens für alle Men-
schen und an die Zukunft dieser Welt
Gottes».

In Kurzreferaten befassten sich einzelne
Votanten mit den verschiedensten Pro-

Zur Pflege von Mutter
und Kind empfiehlt
die Hebamme
vorzugsweise das
bewährte Hautschutz-
und Hautpflegemittel



KAMILLOSAN

LIQUIDUM

SALBE

PUDER

entzündungsheilend

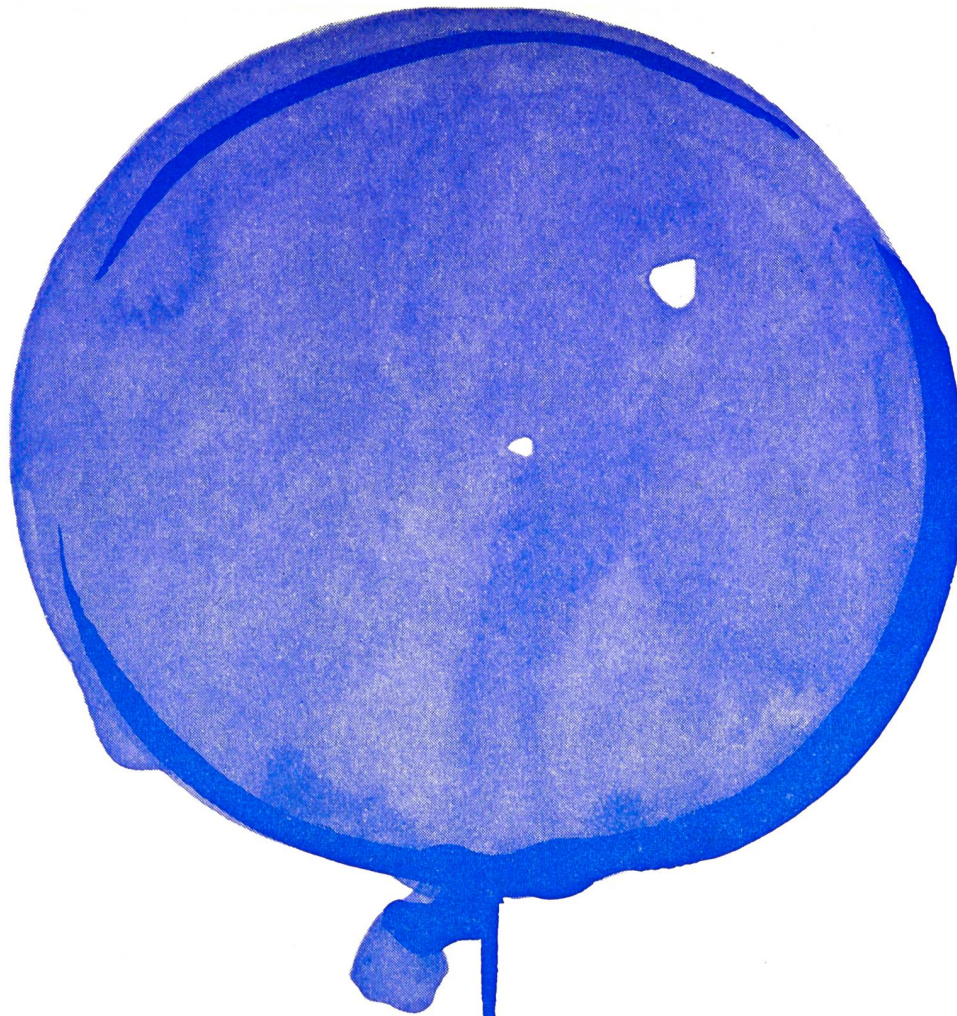
reizmildernd

adstringierend

desodorierend



TREUPHA AG BADEN



Hemeran® Geigy

Venen-Crème

für alle, die viel auf den Beinen sind



3 Minuten herzwärts massieren
3 Minuten hochlagern –
und schwere, müde Beine
werden wieder springlebendig

Ein Präparat der Geigy-Forschung

330-3

blemkreisen wie der Emanzipation der Frau, die nicht als isoliertes Phänomen betrachtet werden darf, sondern als Teil der schwierigen und abenteuerlichen Geschichte der menschlichen Emanzipation, den Zielvorstellungen der konfessionellen Frauenverbände, die besonderen Wert darauf legen, in ihren Kreisen nicht nur mit Referaten zu arbeiten, sondern die Mitglieder gezielt zur Meinungs- und Bewusstseinsbildung zu führen. Nicht nur Frauen fanden sich unter den Referenten, sondern auch Vertreter der jungen Generation, die von der Soziologie her Stellung bezogen, sowie Vertreter der Kirchen. In der Diskussion ergab sich manch nützlicher Hinweis für die zukünftige Tätigkeit der Frauenverbände.

Wer sich für den ganzen Fragenkomplex interessiert, kann sich an das Boldernhaus, Voltastrasse 27, 8044 Zürich, wenden. H. G.

Schweiz. Jugendschriftenwerk

Was macht die Suppe schmackhaft?

Ist das eine Frage! Natürlich ihre Grundstoffe, die Zutaten, die Gewürze, endlich das Salz. Sorgfältig zubereitet muss sie sein. Dann mundet sie. Genau so geht es mit den Jugendlesestoffen. Wie rasch ist das Kind vom billigen, schnell zusammengeschusterten Ramsch, den es in «Heftli» findet, gesättigt, enttäuscht. Was aber macht die SJW-Hefte schmackhaft? Die sorgfältig ausgesuchten Themen, die gepflegte Sprache, die künstlerische Ausstattung, Bebilderung. Das SJW bringt, aus aller Welt, für alle Kinderinteressen, gute, mündige Lesekost. Immer wieder. So jetzt gerade elf Neuerscheinungen.

Fünf davon richten sich an die kleinen Leser. In «Marius», Heft Nr. 1160, lernen wir das einfache Leben eines Indianerknaben in Mexiko kennen. Ja auch Kinder, die nicht wissen, wo Mexiko ist, werden angesprochen von dieser prachtvollen, poetischen Geschichte, die den 2. Preis im SJW-Literaturwettbewerb davontrug. Vergnüglich, leicht romantisch-abenteuerlich ist die Dorfgeschichte mit dem Titel «Der Räuber Schnorz», Nr. 1161, 3. Preis im SJW-Literaturwettbewerb. Das Bildergeschichtenheft, auch zum Ausmalen gedacht, «Milch und was man daraus macht», Nr. 1162, berichtet in Zeichnungen und knappen Texten von der Milchgewinnung und verschiedenen Milchprodukten, Zeichnungsvorlage und Sachinformation in einem. «Vorsicht Käthi» heisst es in Nr. 1159, denn es handelt sich bei diesem Käthi um einen rechten Wildfang, der durch einen Unfall Vorsicht lernen muss. In einer feinempfundener Geschichte «Hermann im Glück», Nr. 1158, wird von einem kleinen taubstummen Bauernknaben erzählt.

Von Abenteuern und gegenseitigem Helfen handeln drei Hefte: «Himmelfahrt mit Helvetia», Nr. 1163, ist dem Ballonflug-Sport gewidmet. In «Du und dein Wald», Nr. 1164, kommen die Probleme des Waldes zur Darstellung. Eine Sachinformation auf 49 Seiten, umfassend, mit zahlreichen Photos und Zeichnungen bebildert. Heft Nr. 1154 «Claudia» betitelt, führt in den Lebenskreis eines kleinen, geistig behinderten Mädchens. Ein hervorragendes Heft zum so schweren Thema des geistig behinderten Kindes. Carl Stemmler-Hefte sind stets Fundgruben für Tierfreunde. So auch Nr. 1155 «Tiere ohne Rückgrat», das aus dem Millionenheer der wirbellosen Tiere einige interessante Einzelformen vorführt.

Geschichtliche Stoffe und auch Biographien sind immer wieder gefragt. Die in der Form einer frommen Heiligenlegende erzählte Lebensgeschichte der irischen Mönche «Kolumban und Gallus», Nr. 1157, beleuchtet die Gründung des Klosters St. Gallen. Die Biographie des berühmten französischen Flieger-Dichters «Antoine de Saint-Exupéry», Nr. 1156, ist zugleich eine erregende Schilderung der ersten Jahrzehnte der Zivilluftfahrt.

Neun Nachdrucke stehen bereit: Nr. 15 «Die fünf Batzen» in 12. Auflage, Nr. 151 «Robinsons Abenteuer» Nr. 248 «Die Wohnhöhlen am Weissenbach», Nr. 681 «Tommy und die Einbrecher», Nr. 799 «Wir fahren Ski», Nr. 825 «Stille Nacht — Heilige Nacht», Nr. 966 «Melis Tierkrankenhaus», Nr. 1105 «Weltall ohne Grenzen», Nr. 1083 «Die Kette».

Das SJW steht mit vielen neuen und neu aufgelegten Lesestoffen bereit. Auch die jungen Leser stehen bereit... zum Lesen. Schauen wir zu, dass sie zu den SJW-Hefen kommen! Dr. W. K.

Jugendunruhen in der Schweiz

Thesenartige Zusammenfassung eines Vortrages, vom 24. 9. 1970, in der Kantonal-Zürcherischen Arbeitsgemeinschaft für Elternbildung

Pfr. Walter Hess, Zürich

Vorbemerkung: Die vorliegenden Aeusserungen dienen als Diskussionsgrundlage und waren nicht als abschliessende Schilderung der gegenwärtigen Situation gedacht.

I. «Sonderfall Schweiz»?

Es gibt in bezug auf das Jugendproblem keinen «Sonderfall Schweiz». Der äussere Ablauf der «Globuskrawalle» in Zürich z. B. entsprach dem ausländischen Muster. Nur der Haken, an dem die Krawalle aufgehängt wurden, war schweizerisch (Jugendzentrum). Allerdings zeichnen sich die Jugendun-

ruhen in der Schweiz gegenüber denjenigen des Auslandes durch eine etwas verminderte Intensität aus (keine Toten, keine eigentlichen Strassenkämpfe usw.). Die Gründe dafür können in folgenden Fakten gesehen werden:

Die schweizerische Gesellschaft ist von jeher genossenschaftlich strukturiert gewesen, d. h. sie ist im Vergleich zum Ausland demokratischer, die sozialen Unterschiede sind geringer.

Die Ablehnung des ETH-Gesetzes zeigte die Funktionsfähigkeit der Demokratie. Die negativen Folgen der ausländischen Jugendunruhen (Versteifung der Fronten) wurden erkannt.

Eine unterschwellige Bremse, blosser Imitatoren des Auslands zu sein, wirkte bei vielen Jugendlichen.

Ein immer noch waches Verantwortungsbewusstsein wurde bei unzähligen Mitläufern festgestellt.

Es gibt in der Schweiz keine eigentlichen Grossstätte. Damit ist der Nährboden für Massenpsychosen geringer.

II. Geschichtliche Situation der Jugend

Grundsätzlich gehört die Situation der Schweizerjugend in die gesamt(west)europäische Situation hinein. Diese ist durch folgende Aspekte charakterisiert: Zum Generationenkonflikt (Pubertät), der einem zyklischen immerwiederkehrenden Wandel entspricht, fügt sich heute ein linearer Wandel, der seinen Grund in einer veränderten Welt und Gesellschaft hat.

In diesen Wandel hinein gehört die sich veränderte Jugend. Nach 1945 war sie eine «verlorene Generation», die zusah, wie die Grossväter die vom Krieg zerschlagene Welt neu aufbauten.

Aus der verlorenen Generation erwachte die Jugend zur «skeptischen Generation», die durch ihr sich der etablierten Gesellschaft Gegenüberstellen eine einsame Generation war. Aus der einsamen wurde die lärmende Generation, die zum Teil in eine scheinbar dumpfe (Rauschgift) übergeht.

Dass die Jugend heute von sich reden macht, hängt mit ihrem Machtbewusstsein zusammen. Dieses Machtbewusstsein hat folgende Gründe: Die Jugend ist zahlenmässig im Vergleich zur Gesamtbevölkerung gewachsen. War früher bei uns in der Schweiz der Trennungsstrich zwischen Jugendlichen und Erwachsenen die Rekrutenschule, so gelten heute die 12—30jährigen als Jugendliche.

Die heutige Jugend hat ein grösseres Wissen, sie ist oft informierter als die Eltern.

Die Wirtschaft hat die Jugend als Konsumentin entdeckt.

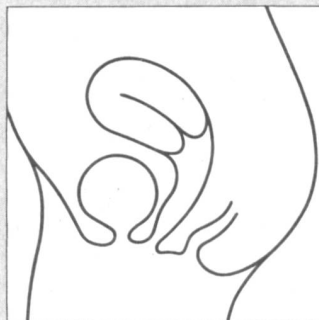
Die Jugend konsumiert weil sie Geld hat (Hochkonjunktur).

Wir haben uns vor Verallgemeinerungen

Pruritus – die Plage älterer Patientinnen

Quälender Pruritus, oft begleitet von Fluor – die häufige Plage und Klage älterer Patientinnen. Der Arzt kennt die Ursachen: exogen wegen mangelnder oder übertriebener Sauberkeit, Trichomonaden- oder Soorinfektion usw.; endogen im Klimakterium (Hormonmangel), bei Diabetes mellitus usw.

Vagoclyss® Vaginal-Spülung hilft ihnen, indem sie die gestörte Vaginalflora ins Gleichgewicht bringt, also dem Vaginalepithel seinen Schutz



wieder gibt (Vagoclyss® ist auf den optimalen pH-Wert 4 eingestellt) und, wo nötig, die kausale Behandlung unterstützt. Vagoclyss®

im praktischen Wegwerfbeutel vereinfacht die Behandlung (ambulant in der Praxis, Nachbehandlung durch Patientin) und beschleunigt die Heilung. So ist Vagoclyss® ein wertvolles Prophylaktikum und Adjuvans beim Pruritus der älteren Patientinnen.

vagoclyss® hilft auch Ihnen

Coupon

an Wiedenmann AG, Winterthurerstrasse 84, 8033 Zürich

senden Sie mir bitte eine Originalpackung Vagoclyss als Gratismuster.

Name:

Adresse:

PLZ und Ort:

gs

Herstellung und Vertrieb: Wiedenmann AG, 8033 Zürich

VP

zu hüten. «Die Jugend» gibt es nicht. Eine Umfrage in Westdeutschland 1968 ergab bei den 14—24jährigen folgendes Bild: Die Hälfte des Einkommens Jugendlicher wurde auf einer Bank angelegt; 72 % wollen das Geld für später zurücklegen; 70 % haben den Wunsch, glücklich verheiratet zu sein und ein schönes Familienleben zu führen; 57 % finden es zuhause gemütlich; 33 % nennen die Eltern als ihre Vertrauensperson; 75 % wollen ihre Kinder so erziehen, wie sie selbst erzogen wurden. Fleiss, Ehrlichkeit und Höflichkeit gelten als höchstes Ziel im menschlichen Verhalten.

Man nennt das die «Verartigung» der Jugend. Die verartigte Jugend gehört zur «schweigenden Mehrheit». Sie gehört auch ins Bild der «heutigen Jugend». Dass die Jugend sich mächtig weiss, fällt mit einem soziologischen Strukturwandel zusammen: Die patriarchalische Gesellschaftsordnung ist im Zerfall begriffen. Symptome: Autonomiestreben, Ruf nach Recht auf Mitsprache und Mitbestimmung, nach Demokratisierung; Autoritätskrise.

Die Verweltlichung der Welt (Säkularisierung) vollendet sich. Symptome: Religiöse und moralische Tabus fallen, nichts mehr ist «heilig». Konsequenz: Wertpluralismus.

Dass die Welt machbar geworden ist, führt zu einer optimistischen Zukunftsbegeisterung im Blick auf eine neue, bessere Welt: Man kann die Welt (Gesellschaft) verändern. Auf der anderen Seite begründet der Wertpluralismus (was ist gültig?) in der Jugend ein Gefühl der Unsicherheit und Angst, Angst vor den ungelösten Problemen der älteren Generation (Umweltschutz, Welthunger, Krieg).

III. Neuer Weltentwurf

So ist der Wunsch nach einem neuen Weltentwurf unterschwellig in der Jugend lebendig. Nur eine kleine Minderheit kann das unterschwellige Gefühl formulieren, der Grossteil «ahnt» mehr, als dass er «weiss». Die Grundstimmung lautet: «Wir wollen dort nicht verharren, wo wir jetzt sind.» Die Kritik der unruhigen Jugend richtet sich gegen: eine Gesellschaft, die stark in ihren Mitteln (Rationalisierung, Organisation), aber schwach in ihren Zielen (wirtschaftlicher Profit) ist. Der Materialismus trägt menschlich gesehen nicht; eine Ueberflussgesellschaft, die das Problem des Welthungers nicht zu lösen vermag;

eine verlogene Gesellschaft, die von der Jugend verlangt, was sie selbst nicht verwirklicht (Sexualmoral);

eine Gesellschaft, die der Jugend die Mitverantwortung vorenthält und in ihrem wirtschaftlichen und politischen

Kader überaltert ist; eine Gesellschaft, die Schranken zwischen Rassen, Klassen, Religionen, Völkern zementiert; eine Gesellschaft, die den Menschen fortwährend mehr entpersönlicht.

IV. Permanente Revolution

Hinter der negativen Kritik steht die Sehnsucht nach einer humanen Welt, die allerdings nicht positiv und konkret definiert wird. Die unruhige Jugend hat und will keine Lösungen, sie will die dauernde Revolution. Namen wie Marx, Marcuse, Bloch, Mao, Ho Chi Min, Fidel Castro, Che Guevara sind ihr mehr Symbol als konkrete Ratgeber für die Revolution. Der russische und chinesische Kommunismus ist für sie genau so «etablierte Gesellschaft», wie der kapitalistische Westen.

Die Jugendunruhen sind nicht primär vom kommunistischen Osten verursacht. Dass aber subversive Elemente vom Osten her in ihnen Anknüpfungspunkte für ihre eigenen politischen Interessen sehen und sie dazu benützen, steht ausser Frage.

Die unruhige Jugend fordert: die Demokratisierung der Schulen; den Lehrstoff haben allein die Zeitprobleme abzugeben. Die Universitäten sollen die Avantgarde der neuen Gesellschaft, die Mittelschulen der Vorbau dazu sein; mehr politische und wirtschaftliche Mitverantwortung. Zulassung zu den Massenmedien; Respektierung der Minderheiten (Ausländer).

Das Mittel zum revolutionären Handeln ist die Provokation (von den USA übernommen). Gewalt wird nur dort gebraucht, wo Gewalt gegen die Provokateure angewendet wird.

V. Die Folgen für die Jugend

Die Folgen dieses Handelns sind zwiespältig: zwar «geht etwas», aber die Reaktion wird verstärkt.

Das ist wohl der Grund, warum die «unruhige Jugend» jetzt scheinbar den «Weg nach innen» durch das Rauschgift vorzieht. (Bewusstseinsweiterung statt Weltveränderung).

Der wachsende Rauschgiftkonsum hat allerdings auch eine religiöse Wurzel: Anstelle der intellektualisierten, «sterilen» «musealen» Religiosität der Kirchen soll eine Art von Mystik erlebt und erfahren werden.

VI. Die Folgen für uns Erwachsene

Die Unruhen der Jugend haben uns heilsam zu beunruhigen. Dass die Jugend keinen konkreten Weg in die Zukunft weiss, ist ihr nicht zu verargen. Wir wissen auch keinen. Dass sie uns aber zwingt zu denken, ist ihr zu danken. Wir haben unsere Ziele neu zu bedenken (wofür lebt der Mensch?).

Wir haben das Autoritätsproblem neu zu durchdenken (leere und echte Autorität).

Wir haben unsere Schulsysteme neu zu überdenken.

Wir haben die Jugend auf allen Lebensgebieten als Gesprächspartner ernst zu nehmen, ohne ihr in allem zu willfahren. Als allgemeine Richtung unseres Dialogs mit der Jugend eignet sich das Manifest von Herbert Meier «Die neuen Verhältnisse» (Flamberg Verlag). «Der Mensch steht weder rechts noch links, er geht.»

Aus: *Pro Juventute*. Heft 7/8.

Besser schlafen — aber wie?

Schlaflosigkeit als Folge falscher Lebensführung — Radikal umstellen hilft.

Statistiken geben immer wieder bekannt: Weitaus der grösste Teil der zivilisierten Menschheit kann nicht mehr normal schlafen. Entweder leiden die Menschen unter Einschlaf- oder Durchschlafstörungen. Sie können dann wohl einschlafen, wachen aber schon nach kurzer Zeit — relativ frisch — wieder auf und finden dann keinen Schlaf mehr. Frühmorgens steigen sie zerschlagen aus dem Bett. Um der Schlaflosigkeit zu entfliehen, greift man zu Schlafmitteln, die tonnenweise erzeugt werden und immer in grösseren Mengen den Weg zu den Verbrauchern finden. Umfragen ergaben, dass praktisch jeder zweite Mensch gezwungen ist, Beruhigungs- oder Schlafmittel zu konsumieren, wodurch selbstverständlich die Ursachen nicht behoben werden und obendrein allmählich mehr oder minder schwere Schädigungen im Körper auftreten.

Dabei ist die Behandlung der Schlaflosigkeit relativ einfach. Sie erfordert allerdings eine ziemlich radikale Umstellung in der Lebensführung, denn immer tritt die Schlaflosigkeit als Folge einer falschen Lebensart ein. Man vergisst häufig die alte Grundregel, dass man nur einschlafen kann, wie man aufsteht. Wer am frühen Morgen beim Läuten des Weckers sofort aus dem Bett springt, wird auch abends sofort einschlafen. Das sofortige Aufstehen erfordert freilich eine gründliche Körperbeherrschung und anfänglich wirklichen Mut.

Guter Schlaf ist aber nur dort möglich, wo der Körper ausgiebig mit Sauerstoff versorgt ist. Es genügt nicht, wenn man das Schlafzimmer einige Male durchlüftet, auf diese Weise kommt es niemals zu einer genügenden Sauerstoffanreicherung im Körper. Ein abendlicher Spaziergang ist unerlässlich.

Und letztlich ist die absolute Voraussetzung für jeden gesunden Schlaf ein halbleerer Magen. Mit vollem Magen zu Bett zu gehen, ist niemals gut, denn der Schlaf bleibt zufolge der intensiven An-

Sigvaris®

der vom Spezialarzt geschaffene und kontrollierte Kompressions-Strumpf mit medizinisch richtigem Druck auf das Bein, stufenlos abnehmend Richtung Wade.

SIGVARIS Strumpf heilt, ist tausendfach bewährt und von grosser Haltbarkeit.

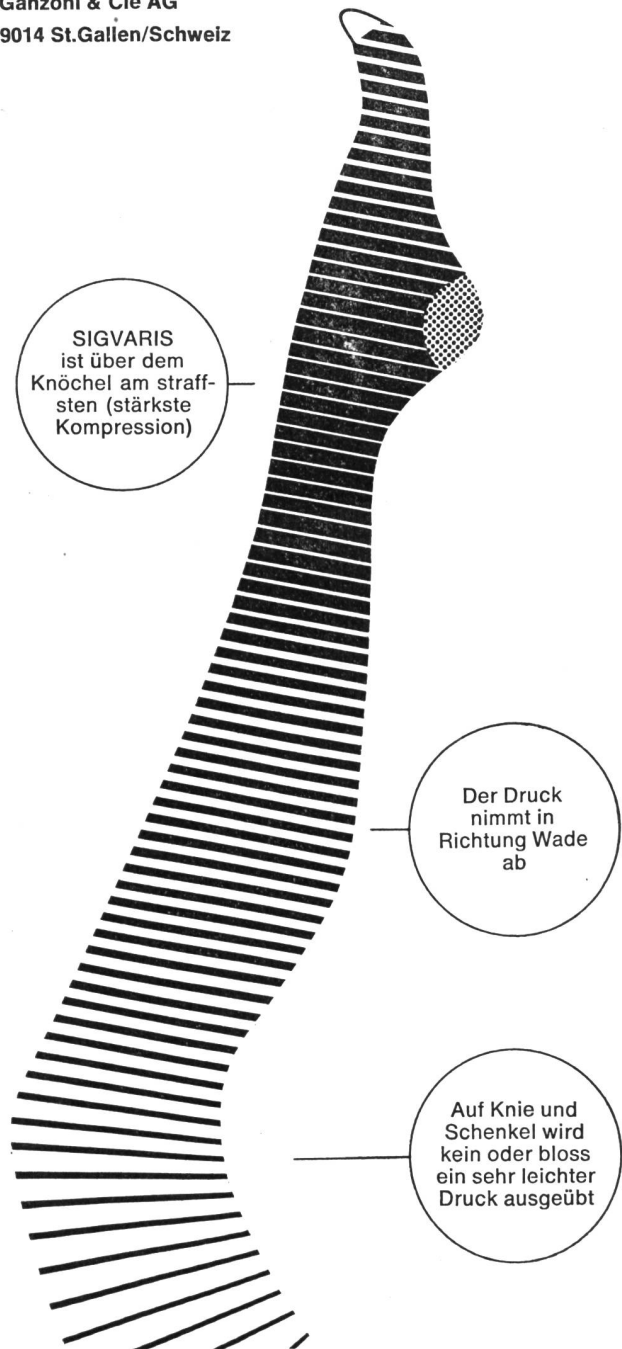
SIGVARIS ist unter dem normalen Strumpf kaum sichtbar.

SIGVARIS ist in den guten Fachgeschäften erhältlich

Fabrikant:

Ganzoni & Cie AG

9014 St.Gallen/Schweiz



® = marque déposée par Ganzoni & Cie SA, St-Gall/Suisse



A-D-Vita schützt das Baby

vor Rachitis, Wachstumsstörungen,
Infektionskrankheiten und fördert die Zahnbildung.
A-D-Vita-Tropfen schmecken angenehm nach Banane,
sind wasserlöslich und enthalten die lebenswichtigen
Vitamine A und D₃. 3 x täglich 2-3 Tropfen
A-D-Vita in den Brei oder Schoppen geben.
A-D-Vita ist von allen Krankenkassen anerkannt.

Dr. Grossmann AG, Pharmaca, 4123 Allschwil/BL



strenge des Magens oberflächlich, und man wird wieder aufwachen. Man sollte mindestens zwei bis drei Stunden vor dem Schlafengehen die letzte Mahlzeit zu sich nehmen und die starken Genussmittel ab fünf Uhr nachmittags sehr einschränken. Völlig anders verhält es sich mit alkoholischen Getränken, die unter Umständen ausgesprochen schlaffördernd sind. Sowohl Alkohol wie auch verschiedene Teesorten können einen guten Schlaf herbeiführen, dies unterliegt aber individuellen Schwankungen, und wer ohne Schlaftrunk auskommt, ist entschieden besser dran.

Dr. R. Sch.

Die Frau — Hüterin der Familiengesundheit

Sport und Bewegung in frischer Luft fördern Abhärtung. — Genügend frische Luft zu Hause zur Verhütung von Erkältungsinfektionen.

Untersuchungen, die in den letzten Grippejahren durchgeführt wurden, haben ergeben, dass die Ansteckungsgefahr in Familien mit Kindern unter 16 Jahren am grössten ist, dass die Infektionsgefahr bei kinderlosen Ehepaaren nur zu einem Drittel so stark ist wie in Familien mit mehr als drei Kindern, und dass Familien mit einem oder zwei Kindern nur halb so oft mit den sonst üblichen jährlichen Grippe- und Erkältungskrankheiten befallen werden wie kinderreiche Familien. Auch einfacher Schnupfen und Husten, die als Erkältungssymptom geltenden Gliederschmerzen, Hals- und Schluckbeschwerden, die in gemilderter Form selbst dann auftreten, wenn Grippe-Impfungen erfolgt sind, treten in Familien mit mehr als drei Kindern häufiger und hartnäckiger auf. In Familien mit über vier Kindern liegt die Zahl der jährlichen Infektionen je nach Lebensumständen zwischen einer und drei Erkältungen pro Familienmitglied.

Dennoch hat sich die Gesundheitsstruktur der Familien im Lauf der letzten zehn Jahre so stark gebessert, dass die allgemeine Anfälligkeit um 30 Prozent gesunken ist. Das zeigen die Statistiken fast aller europäischen Länder. Das Gesundheitsbewusstsein in der Familie ist stärker geworden. Die Unbekümmertheit, dass man sich «schon nichts holen werde», ist nicht mehr so weit verbreitet wie früher. Auch haben die allgemeinen technischen Fortschritte der Wohnkultur und die Erfolge der ärztlichen Wissenschaft dazu beigetragen.

Aus den Infektions-Berechnungen auf Grund der über ein Jahrzehnt gemachten Beobachtungen geht weiter hervor, dass die Frau in der Familie ein gewisses Gesundheitsmonopol hat. Das heisst, so wie sie für die Voraussetzungen eines

gesunden Lebens sorgt und sie schafft, bleiben die Angehörigen immun gegen Ansteckung, Erkältung und Grippe und können sich die Vorteile einer täglichen Gesundheitsmethodik und Abhärtungspraxis zunutze machen. Man hat nämlich festgestellt, dass bis zu 70 Prozent mehr Erkältungsanfälligkeit in den Familien registriert wird, wo die Wohnräume gar nicht oder nur selten gelüftet werden. Immerhin stellte sich bei einer Befragung von 6000 Familien mit über drei Kindern in drei Ländern heraus, dass in 2832 Wohnungen die Fenster im Winter weniger als einmal täglich geöffnet werden, und dann auch nur oft recht kurz in einem einzigen Raum. Nur 1022 halten in der kalten Jahreszeit die ganztägige Belüftung des Schlafzimmers für angezeigt oder schlafen bei offenem Fenster.

Genügend frische Luft zu Hause wird als eines der wesentlichen Elemente zur Verhütung von Erkältungsinfektionen angesehen, vor allem in der trockenen Luft zentralgeheizter Wohnungen. Diese sind viermal so lange und doppelt so oft zu lüften wie Räume mit Ofen- oder Kaminheizung.

Sport und Bewegung in frischer Luft fördern von jeher die Abhärtung. Die moderne Bewegungsträgheit hat sie in den Hintergrund gedrängt. Das Sichbewegen ist deshalb aktueller denn je: der ausgiebige Familienspaziergang ist ein wirksamer Gesundheitsschutz. Besser noch ist der Familiensport, gemeinsames Schwimmen, Leichtathletik oder Wintersport wie Skifahren und Schlitteln. Für jede Familie ist heute das wichtig, was die Gesundheitsstatistiker den «Bewegungsaktualismus» nennen, ein nicht sehr schönes Wort zwar, aber es soll ausdrücken, dass die Familienbehändigkeit die Anfälligkeit gegen Infektionen wesentlich erhöht.

cpr

Was machen wir bei Angina (Halsentzündung)

Durch die moderne Behandlung der Angina mit Sulfonamiden und Antibiotici wird oft die einfache Behandlung durch Naturheilmethoden vernachlässigt. Unsere unten angegebenen Anwendungen unterstützen die Therapie mit Medikamenten, indem sie die Abwehrkräfte steigern und den Körper entgiften.

Unsere Ratschläge teilen wir diesmal für bestimmte Zeitabschnitte ein:

1. zu Beginn der Erkrankung;
2. während des Höhepunktes der Erkrankung;
3. nach Ausklingen der Krankheit.

1. Auch bei leichter Temperatur sollte man bei einer Angina strenge Bettruhe

einhalten, um Zweiterkrankungen, wie Herzmuskelentzündung, Nierenentzündung, Rheumatismus, zu vermeiden. Wie bei jeder fieberhaften Erkrankung darf man auf keinen Fall bei Temperaturanstieg mit Friergefühl oder Schüttelfrost kalte Wasseranwendungen durchführen. Wir beginnen mit einem heissen ansteigenden Fussbad mit Kochsalz (eine Tasse auf eine Fusswanne), die Temperatur steigt von 36 Grad auf 40 Grad Celsius an, Dauer 15 Minuten, nicht kalt abwaschen, ins Bett zurück. Heissen Flieder- oder Lindenblütentee trinken. Wir legen noch keinen kühlen Halswickel an. Das ansteigende Fussbad wird am Vormittag eventuell später wiederholt.

2. Erst wenn das Fieber nicht mehr steigt, beginnen wir mit folgenden Anwendungen: Früh und abends kalte Halswickel, Dauer 1½ Stunden, nach dem Wickel 1 Stunde Pause. Danach bei einer Temperatur bis 38 Grad Celsius kühle Wadenwickel, vormittags und nachmittags. Bei einer Temperatur über 38 Grad Celsius Lendenwickel, vormittags und nachmittags. Hals- und Lendenwickel dürfen nicht zusammen angelegt werden. Während des Waden- oder Lendenwickels gibt man dem Patienten ausserdem noch 2 Tassen heissen Fliedertee zu trinken, um ihn zum Schwitzen zu bringen und die Ausscheidung zu verstärken. Spätestens ab dem zweiten Krankheitstag soll man täglich einen kleinen Darmeinlauf durchführen (Klistierballon gefüllt mit Wasser, durch das einmal ein Stück Kernseife gezogen wird).

Wenn es nicht gelingt, den Kranken zum Schwitzen zu bringen, so erreicht man das oft mit einer kalten Unterkörperwaschung (nach jeder Waschung den Patienten gut einpacken), die man im Abstand von 15 Minuten bis sechsmal durchführt. Spätestens nach einer Stunde kommt es dann zum Schweissausbruch. Wenn die kühlen Halswickel als nicht angenehm empfunden werden, sollte man dafür heisse Pellkartoffelumschläge (2 bis 3 Pellkartoffeln werden heiss in einen Strumpf gesteckt, leicht zerquetscht und um den Hals gelegt) für eine halbe Stunde anlegen. Bitte vorher immer erst den kühlen Halswickel versuchen.

3. Bei zurückgehendem Fieber legen wir weiterhin einmal täglich den Halswickel an. Morgens gegen 10 Uhr und nachmittags gegen 15 Uhr kühle Arm- oder Beinwaschung. Bei weiterer Besserung morgens früh temperierte Oberkörperwaschung; nachmittags gegen 15 Uhr kalte Unterkörperwaschung; abends Wadenwickel.

Wie bei jeder Krankheit muss der Patient 24 Stunden fieberfrei sein, bevor er aufstehen darf.

Ernährung: Während akuter, fieberhafter Erkrankungen niemals zum Essen zwingen. Wichtig ist die Zufuhr von genügend Flüssigkeit, am besten in Form von Obstsäften, die nicht zu kalt verarbeitet werden. Dabei hat es sich bewährt,

zu den Obstsäften noch etwas Heidelbeersaft hinzuzufügen, weil man so ein brennendes Gefühl im Rachen vermeiden kann.

Ein Vitamin-C-Getränk zur Steigerung der Abwehrkräfte setzt sich zusammen aus: 1 Esslöffel Sanddorn, 1-Achtel-Liter Orangensaft, den Saft einer Zitrone und 2 Esslöffel Heidelbeersaft gut mi-

schen, zwei- bis dreimal täglich trinken.

Gurgelmittel: Mit Kamille- oder Salbeete den Mund stündlich gut durchspülen, nur leicht gurgeln.

(Dem Büchlein «Der Kneipparzt rät» von Dr. med. Gustav Hoch, erschienen im Sanitas-Verlag, Bad Wörishofen, als Leseprobe entnommen.)

Warum ist man auch nicht früher darauf gekommen?
So einfach, so sicher, so bequem

Sterilon-Spray

(in Deutschland Rotersept-Spray)

die ideale Keimfrei-Haltung der Brust stillender Mütter.
Weniger Risse, weniger Schmerzen, preisgünstig.

Hersteller:

Pharmaceutische Fabrik Roter, Hilversum

Literatur und Muster durch:

E. Wachter, pharmazeutische Präparate, 9000 St. Gallen
Telefon 071/22 56 08



Mit Fenchel dextrinierte Spezialitäten:

Prontosan instant

Für Schoppen und Brei. Auch für Speikinder
besonders geeignet

Bimbosan

Um die ganze Nacht durchzuschlafen und für
Säuglinge mit zarter Haut

Fiscosin

Spezial-Schoppen für geregelte Verdauung

BIMBOSAN AG Ostermundigen/Bern

Bezirksspital March-Höfe, Lachen SZ

Um unser Team zu ergänzen, suchen wir per
1. Oktober 1971 oder nach Vereinbarung

2 Hebammen

Die beiden jetzigen Stelleninhaberinnen verlassen
uns infolge Pensionierung und nach langjähriger
dankbarer Mitarbeit.

In unserem Spital am schönen Zürichsee, mit
Wandermöglichkeiten in die nahen Berge finden
Sie ein angenehmes Arbeitsklima mit neuzeitli-
chen Anstellungsbedingungen.

Ihre Bewerbung mit den nötigen Unterlagen er-
warten wir gerne an:

Bezirksspital March-Höfe, Verwaltung,
8853 Lachen SZ, Telefon 055 7 16 55.

dipl. Hebamme

interessiert sich für die Arbeit einer *klinischen Hebamme* in einem Schulbetrieb.

Offerten sind erbeten unter Chiffre K 7266 B an die Annoncen-Expedition Künzler-Bachmann AG, Postfach, 9001 St. Gallen.

Salemspital in Bern

sucht

diplomierte Hebamme

für Eintritt per sofort oder nach Uebereinkunft. Zeitgemässe Entlohnung und Arbeitsbedingungen.

Offerten mit Zeugnisabschriften sind erbeten an die Oberschwester des Salemspitals Bern, Telefon 031 42 21 21.

Gesucht per sofort oder nach Uebereinkunft

dipl. Hebamme

in neue Privatklinik der Stadt Freiburg. 5-Tage-Woche, zeitgemässe Entlohnung, angenehme Arbeitsbedingungen, selbstständiger Wirkungskreis.

Offerten sind zu richten an die Direktion der Klinik St. Anna, rue Geiler 11, 1700 Freiburg.

Maternité Inselhof Triemli, Zürich

Wir suchen für unsere moderne geburtshilfliche Klinik:

Hebammen

(wenn möglich mit Schwesternausbildung)

Eintritt sofort oder nach Vereinbarung.

Wir haben ein gutes Arbeitsklima und eine geordnete Arbeitszeit. Besoldung nach kantonalem zürcherischem Regulativ.

Anfragen und Anmeldungen sind zu richten an die Oberin, Schwester Elisabeth Reich, Birmensdorferstrasse 501, 8055 Zürich, Tel. 01/36 34 11.

Mittelländisches Bezirkskrankenhaus 9043 Trogen

Infolge Demission der Gemeindehebamme suchen wir eine spitalinterne

Hebamme

(wenn möglich mit Schwesternausbildung)

per sofort oder nach Vereinbarung.

Offerten mit den üblichen Unterlagen sind zu richten an die Verwaltung des Bezirkskrankenhauses Trogen, 9043 Trogen, Tel. 071 94 17 61.

Krankenhaus der französischen Schweiz *sucht*

2 dipl. Hebammen

für seine Entbindungsanstalt. Ausgezeichnete Arbeitsbedingungen. 2 1/2 Tage frei pro Woche. Gute Gelegenheit die französische Sprache zu erlernen.

Eintritt 1. Dezember 1971 oder nach Uebereinkunft.

Offerten erbeten an *Hôpital du Val de Travers, 2108 Couvet NE*, Telefon 038/63 25 25.

Wir suchen für sofort oder nach Uebereinkunft

Hebamme

auf unsere gut eingerichtete geburtshilfliche Abteilung.

Geregelte Arbeits- und Freizeit. Entlohnung gemäss kantonalen Bestimmungen.

Anfragen und Anmeldungen sind zu richten an die Oberschwester, Bezirksspital, 3270 Aarberg, Telefon 032/82 27 12.

Bezirksspital Zofingen

Wir suchen zu möglichst baldigem Eintritt

dipl. Hebamme

Wir bieten angenehmes Arbeitsklima und zeitgemässe Anstellungsbedingungen in Anlehnung an die kantonale Verordnung.

Anmeldungen sind erbeten an die Verwaltung des Bezirksspitals Zofingen, Telefon 062/51 31 31.

Galamila Brustsalbe dient der Erhaltung der Stillkraft. Sie deckt und schützt die empfindlichen Brustwarzen. Sie verhütet Schrunden und Risse. Sie heilt bestehende Verletzungen und beugt Infektionen (Mastitis) vor.



Sie ist auch eine ausgezeichnete Wundheilsalbe bei kleineren Verletzungen.



Kassenzulässig. Ein Produkt der Galactina & Biomalt AG Belp, Abteilung Pharma

Milchschorf?

Die Therapie des
Säuglingsekzems
mit

Elacto

einfach
preiswert
erfolgreich

WANDER

Von 186
170 (= 91%)

Von 186 ekzematösen Säuglingen konnten nach 2–4 wöchiger Diät mit Elacto 170 (= 91%) geheilt oder gebessert werden, die übrigen reagierten nicht auf die Behandlung, 1 Fall verschlechterte sich.

Dieses Ergebnis, das im Hinblick auf den komplexen Entstehungsmechanismus des Säuglingsekzems als sensationell bezeichnet werden kann, rechtfertigt die Anwendung dieser einfachen und preiswerten Therapie bei jeder derartigen Erkrankung.
