

ABELIN, HJALMAR AUGUST

Råd och anvisningar vid vården af späda barn : meddelande

Stockholm : Samson & Wallin
1879

EOD – Miljoner böcker bara en knapptryckning bort. I mer än 10 europeiska länder!



Tack för att du väljer EOD!

Europeiska bibliotek har miljontals böcker från 1400- till 1900-talet i sina samlingar. Alla dessa böcker går nu att få som e-böcker – de är bara ett musklick bort. Sök i katalogen från något av biblioteken i eBooks on Demand- nätverket (EOD) och beställ boken som e-bok – tillgängligt från hela världen, 24 timmar per dag och 7 dagar i veckan. Boken digitaliseras och blir tillgänglig för dig som e-bok.

EOD bokens fördelar!

- Få samma utseende och känsla som med originalet!
- Använd ditt standardprogram för att läsa boken på skärmen, zooma och navigera genom boken.
- Skriv ut enstaka sidor eller hela boken.
- *Sök:* Använd fulltextsökning för enskilda fraser.
- *Klipp & klistra:* Kopiera bilder och delar av texten till andra applikationer (t.ex. ordbehandlingsprogram).

Villkor för användning

Genom att använda EOD-tjänsten accepterar du de villkor som ställs av biblioteket som äger den aktuella boken.

- Villkoren på svenska: <http://books2ebooks.eu/odm/html/nls/sv/agb.html>

Fler e-böcker

Redan nu erbjuder 30 bibliotek från 12 europeiska länder denna service.

Mer information finns tillgängliga via <http://books2ebooks.eu> alla boken.

- <http://search.books2ebooks.eu/>

Med.
Ped.
(P.)
00

RÅD OCH ANVISNINGAR

VID

VÅRDEN AF SPÄDA BARN

MEDELADE

AF

PROFESSOR HJALMAR ABELIN.

TRYCKTA FÖR HELSOVÅRDS-NÄMNDEN I GÖTEBORG.

STOCKHOLM 1879
SAMSON & WALLIN.

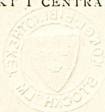


Kungl. biblioteket



0 0000 000033418

STOCKHÖLM, TRYCKT I CENTRAL-TRYCKERIET. 1879.



I afseende på vården af de späda råder i allmänhet en stor okunnighet, hvars be-
dröfliga och olycksbringande inflytande gifver sig tillkänna genom den oerhördt stora dödlighet under den spädaste åldern, hvilken just uti denna okunnighet har sin hufvudsakligaste grund. Vi vilja derföre försöka att, genom spridande af en enkel kunskap om de små barnens vård, genom skingrande af rådande fördomar, genom motarbetande af inrotade, skadliga vanor och bruk, grunda och utbreda en förnuftig åsigt om och insigt uti barnvården. Lyckas detta, skall månget spädt lif ryckas undan en för tidig död.

Till en ändamålsenlig vård höra såsom de första och oeftergifligaste vilkor: en *naturlig föda*, en *sund och luftig bostad*, *lämplig beklädnad*, *renlighet och snygghet*, en *förnuftig och klok lefnadsordning*, en *uppoffrande kärlek och ömhet* samt ett *klart medvetande hos föräldrarne om deras skyldigheter emot barnen*.

Den *naturliga födan är modersmjölken*. Den är nödvändig och oundgänglig för det nyfödda barnets välbefinnande, dess fullt naturliga utveckling och tillväxt. Vi kunna således såsom en bestämd naturlag antaga: att *en moder sjelf skall gifva di åt sitt barn*.

Naturens afsigt är tydlig och uppenbar. Under hafvandeskapets senare skede afsöndras ur bröstet i ringa mängd en egen, klibbig, gulaktig vätska; men kort efter barnets födelse bildas i tillräcklig mängd en mjölk, som i förundransvärdt hög grad besitter just alla de egenskaper, hvilka fordras för den späda varelsens uppehållande, hastiga utveckling och tillväxt. Under de första dygnen efter förlossningen afsöndras mjölken sparsamare, men är rikare på fasta beståndsdelar, än hvad den sedermera blifver. Alltid innehåller den uti en för den späda kroppen afpassad mängd de ämnen, hvilka under menniskans alla åldrar utgöra de viktigaste och hufvudsakligaste näringsmedlen. För det späda barnet finnes intet mera lämpligt och passande födoämne. Digifningen af modren är en oafbrutet fortgående och underhållen näring af samma safter, som i moderlifvet tjenat till

fostrets utveckling; den är en fortsatt naturens länk emellan moder och barn, hvilken ej utan rubbning i den enas eller den andras, möjligen i bådå, välbefinnande kan brytas. Digifningen har en oemotståndlig makt att stegra och förädla moderskärleken samt att hos det svaga, hjälplösa barnet tidigt väcka och alstrade förmögenheter, på hvilka barnets framtida kärlek, förtroende och hängifvenhet till modren bero. Digifningen är äfven välgörande för modren. Den bidrager att under hela denna period skydda och befästa hennes egen helsa; ej sällan förbättras ett förut klen och vacklande helsotillstånd, och erfarenheten lärar att qvinnor, som gifva di, äro mera skyddade för sjukdomar efter och i följd af förlossningen samt för åtskilliga åkommor i bröstet, såsom bölder, svulster och knölar af mer eller mindre elakartad natur.

Ikläder sig en moder med glädje och af fri vilja pligten att sjelf nära och vårda sitt barn, så är visserligen det första och vigtigaste steget taget för att befordra och befästa barnets framtida helsa och lycka; men sättet på hvilket näringen gifves, på hvilket vården egnas, utöfvar äfven ett stort inflytande

på både moders och barns befinnande, hvarföre vi äfven måste nämna några ord derom.

I forna tider var det och till en del är det ännu i våra dagar en sed att ej lägga barnet till modrens bröst förr än, såsom det heter, »mjölken fallit till», eller på 2:dra—3:dje dygnet efter förlossningen. Under tiden gafs barnet sockervatten ensamt eller blandadt med litet varm mjölk.

Detta är ett stort misstag. Så fort modren hunnit hemta sig och hvila ut efter förlossningens smärtor och ansträngningar, helst sedan hon njutit några timmars lugn sömn — således efter 8—10 timmar — bör barnet läggas till hennes bröst. Det kan hända, att barnet ännu tidigare, 4—6 timmar efter födelsen, genom skrik och qvidande gifver tillkänna sitt behof af föda; och hvilken lämpligare kan väl då bjudas det, än den naturen sjelf redan har beredt? Det får visserligen till en början ej mycket deraf, men det får just hvad det behöfver, ty naturen har omöjligan utan afsigt kunnat vara så njugg; och beskaffenheten af denna första föda är tillika den enda fullt goda, den enda fullt lämpliga och tillfredsställande för barnets behof. Ju

tidigare barnet lägges till bröstet och ju oftare under de första dygnen, dess rikligare tillströmmar äfven mjölken.

Ifrån första stunden måste barnet vänjas vid en *bestämd lefnadsordning*. Det behöfver nödvändigt, om dess späda mage ej skall blifva öfverlastad och matsmältningen störd, efter hvarje intaget mål en viss tid af lugn och hvila för att förbruka och tillgodogöra den intagna födan. Denna tid kan under 1:sta och 2:dra lefnadsmånaden beräknas till minst 2 timmar under dagen, samt 4—5 timmar under natten. Med tilltagande ålder förlänges tiden till $2\frac{1}{2}$ eller 3 timmar under dagen, samt 5 eller 6 timmar under natten. Sofver barnet, får det naturligtvis ej väckas för att få mat, ty en lugn, ostörd och stärkande sömn är för barnets välbefinnande nästan lika nödvändig som sjelfva födan. Vi kunna ej nog varna mödrar för svagheten att låta förläda sig till en för långt utsträckt ifver att oftare, och isynnerhet *för hvarje gång barnet skriker* eller visar tecken till missbelåtenhet, lägga det till bröstet. En sådan ovana, en gång införd, fortfar lätt till skada för moder och barn, ty den är svår att borttaga.

Blifver den åter aldrig införd, befinna sig båda deraf väl.

Man tror i allmänhet, att barnet alltid skriker af hunger; men detta är ett stort misstag, ty det skriker måhända lika ofta deraf, att det fått *för mycken föda*, helst om födan, i följd af oro och sinnesrörelser hos modren eller något af henne begånget dietfel, i ett eller annat afseende äfven är mindre lämplig och således hos barnet framkallar knip och smärtor i magen.

Barnet skriker äfven, om det har ett obekvämt läge; om det ligger vått eller smutsigt; om kläderna äro för hårdt åtsittande, så att de utöfva ett obehagligt tryck; om veck eller rynkor på dem besvära någon ömtålig kroppsdel; om barnet fryser eller är för varmt; om det besväras af insekter o. s. v. Kan någon af dessa anledningar upptäckas, så bör den genast afhjelpas och barnet derefter läggas under några smekningar åter i sin säng, der det snart skall insomna. Det *bör ej vaggas* eller i modrens knä »vyssjas» till sömn, ty vänjes det dervid — och detta sker ganska lätt — skall det, till stor olägenhet och onödig möda för modren, aldrig afstå derifrån.

Om en sådan lefnadsordning bör följas under dagen, måste den med ännu större skäl iakttagas under natten; ty det är hufvudsakligen då som modren genom några timmars god sömn skall finna vederqvickelse och hvila, skall hemta förnyade krafter till följande dags återkommande mödor och bestyr.

Digifningen bör fortfara till dess barnet nått en ålder af 10—12 månader och de första tänderna framkommit. Har modren tillräcklig mjölk i bröstet, bör under hela denna tid ingen annan föda gifvas barnet. Skulle tillgången på modrens mjölk blifva otillräcklig, bör, om möjligt är, en god amma anskaffas; eller ock måste man, jemte modersmjölken, gifva barnet någon annan föda, hvars beskaffenhet och egenskaper nödvändigt böra så nära som möjligt öfverensstämma med modersmjölkens.

Afvänjningen bör, såsom nyss nämnts, ske då barnet nått en ålder af 10—12 månader, eller då åtminstone de 4 första framtänderna fullständigt framkommit. Den får ej ske brådstörtadt, utan lämplig förberedelse; ty alla *hastiga* vaxlingar i dieten verka störande på barnets välbefinnande. Redan 2—4

veckor före den tid, då barnet skall tagas ifrån bröstet, måste man börja att gifva det en annan föda; i början sparsamt, blott 1—2 gånger om dagen, samt af den beskaffenhet, att den, såväl till form som egenskaper, så nära som möjligt öfverensstämmer med den naturliga. Småningom och efter hand ökas mängden och förändras beskaffenheten af födan så, att man vid tiden för afvänjningen med säkerhet kan antaga, att barnet utan olägenhet eller våda kan för alltid lemna modrens eller ammans bröst.

Då egen moder ej kan gifva di, eller då amma ej kan anskaffas, måste barnet upp-födast artificiellt, d. v. s. med annan föda än kvinnomjolk. Detta försök är alltid vådligt, och om det skall kunna lyckas, måste dieten på det noggrannaste ordnas och den omsorgsfullaste vård i öfrigt komma barnet till godo.

Menniskan behöfver, för att lefva och utvecklas, vissa näringsämnen i den mängd, som motsvarar dess ålder och de förluster, som kroppen, i följd af ett mer eller mindre ansträngande arbete, lider. Dessa näringsämnen äro *ägghvita, fett, kolhydrat* (socker,

stärkelse, dextrin), *vatten* och *salter*. Alla dessa innehållas uti qvinnomjölken just i den mängd och i det inbördes förhållande till hvarandra, som för barnets bestånd och naturenliga tillväxt äro behöfliga och nödiga. Den föda, som skall ersätta modersmjölken, måste således vara så nära liknande denna som möjligt. Den måste dessutom, för att af allmänheten i stort kunna användas, vara möjligast billig samt för alla lätt tillgänglig. En sådan föda — och den enda sådan vi hafva — är *komjölken*.

För att veta och förstå huru komjölken bör beredas, för att blifva en lämplig föda åt det späda barnet, eller, med andra ord, blifva så lik qvinnomjölken som möjligt, måste vi känna dessa mjölksorters olika sammansättning:

1000 delar qvinnomjolk innehåller: 890 delar vatten och 110 delar fasta ämnen.

1000 delar komjolk innehåller: 864 delar vatten och 136 delar fasta ämnen.

De fasta ämnena utgöras af socker, ostämne, fett och salter. Qvinnomjölken håller något mera vatten och socker än komjölken, hvilken åter håller en betydlig mängd mera af ostämne,

fett och salter. För att göra komjölken användbar för det späda barnet, måste hon förändras så, att hon i möjligaste måtto liknar qvinnomjölken. Genom utspädning med vatten samt tillsats af en högst obetydlig mängd socker kan man visserligen så till vida lyckas häruti, att det *inbördes förhållandet* emellan de fasta delarne blifver någorlunda riktigt; men det är ej nog härmed, ty den olika *beskaffenheten* af dem kan derigenom ej förändras, och detta är äfven af stor vigt att uppmärksamma. Genom den dagliga erfarenheten och vetenskapliga rön är det väl bekant, att *ostämnet* i qvinnomjölken vid beröring med magsaften afskiljes endast uti mycket lösa, lätt smälta flockar; men att ostämnet uti komjölken deremot fälles uti mycket hårda, fasta massor, som ej vidare kunna upplösas och såsom födoämne tillgodogöras. De afgå såsom ost antingen med kräkning eller i afföringarna. Den späda kroppen går derigenom i mistning af det viktiga näringsämne, som vi kalla *ägghviteämne* eller det *qväfvhaltiga*, hvilket dock, såsom bidragande till blod- och muskelbildning, är alldeles oundgängligt. De osmälta ostmassorna verka dessutom retande på mag- och tarm-

slemhinnan samt framkalla och underhålla lidanden deruti.

Af erfarenhet känner man äfven allmänt, att oblandad komjolk är »*för stark*» för det späda barnet, men man vet ej hvaruti detta öfvermått på styrka egentligen består. I förmodan att den är för fet — en mycket vanlig åsigt — skummar man mjölken och beröfvar barnet derigenom ännu ett viktigt och oundgängligt näringsämne, *fettet*, det s. k. *qväfvafria*, värme- och fettbildande ämnet. För att ytterligare »göra mjölken svag» tillblandas vatten i allt för stor mängd samt dessutom ofta af oren och dålig beskaffenhet, allt till skada för barnet. Det är ett allmänt känt förhållande, att den s. k. *rånjölken*, eller den mjölk, som afsöndras under de första dygnen efter förlösningen, är rikare på fett och socker än den, som sedermera bildas. Detta förhållande kan ej vara afsigtslöst. Barnet är kort efter födelsen, då dess svaghet är störst, i behof af en till mängden ringa, men på fett och socker rik föda. Är detta en sanning, så måste äfven den allmänt rådande åsigten, att komjölken ej allenast bör skummas, utan äfven spädas med vatten, mer och mer i den mån

barnet är spädt, vara felaktig och förkastlig. Födan måste äfven under de första lefnadsdygnen vara öfverensstämmande med den naturliga. Komjölken bör således från första början och allt fortfarande gifvas *oskummad*. För att emellertid göra den så lik qvinnomjölken som möjligt, måste den spädas med vatten, men endast ett sådant slags vatten, hvilket just besitter egenskapen att, genom sin inverkan på ostämnet, förekomma dettas utfällning i hårda, fasta massor, eller med andra ord göra det fördragligt och lättsmält. Ett sådant vatten är *Carlsbadervattnet*. Den mängd deraf, som bör blandas i mjölken, måste också rättas efter beskaffenheten af barnets uttömnin-
gar. Äro dessa fasta och ostblandade, bör mera Carlsbadervatten tillsättas; i motsatt fall kan det något minskas. Såsom passande mängd torde kunna bestämmas *1 del vatten på 5 till 6 delar mjölk*. Till denna blandning kan sättas helt litet socker, så att den får en mildt sötaktig smak. Mjölken bör uppkokas samt, då hon gifves barnet, hafva en värmegrad af omkring 37 grader (eller barnets kroppsvärme).

Den så beskaffade födan bör beredas *ny till hvarje mål*, och öfverblifna rester från ett

föregående således icke gömmas och begagnas till ett eller flera följande. Den bör helst bibringas genom s. k. napp- eller sugflaska; men sugflaskan med sitt rör och munstycke måste emellan hvarje mål ytterst noga rengöras från alla lätt surnande och skadliga rester af mjölken. Om så ske kan, bör frisk, nymjölkad mjölk anskaffas flere gånger om dagen; alltid minst två gånger: morgon och afton. Under hela den tid då barnet, enligt naturens ordning, borde hafva diat, således intill slutet af första lefnadsåret, är det ej i behof af och bör icke heller få förtära *någon annan föda*, än den nu omtalade. Denna är äfven den lämpligaste vid de fall, då ett diande barn i följd af minskning uti modrens eller ammans mjölktillgång måste, jemte den naturliga, hafva någon annan föda. Det späda barnet är för en normal utveckling i behof af en viss bestämd mängd naturenligt födoämne, för hvars mottagande och tillgodogörande dess mage och tarmar samt öfriga organ äro noga lämpade och afpassade. Det är således af vigt att ej allenast i afseende på *beskaffenheten* utan äfven i afseende på *mängden* af födan ställa sig naturens lagar till åt-

lydnad. För att kunna göra detta, måste vi äfven veta, huru stor mängd föda barnet bör och får förtära till hvarje mål samt under hvarje dygn af de olika lefnadsmånaderna. Det är svårt, ja omöjligt att bestämma en viss mängd föda såsom den enda rätta och för alla tillräcklig, men man har dock genom iakttagelser och rön trots sig kunna angifva en medelmängd, som under vanliga förhållanden bör vara tillfyllestgörande.

Ett diande barn förtär vanligen:

på 1:sta lefnadsdygnet omkring 2 matskedar,

» 2:dra » » 6—10 »

» 3:dje » » 25 »

» 4:de » » 32 »

i 1:sta lefnadsmån. på dygnet 42—45 »

» 2:dra » » 45—48 »

» 3:dje » » 55—60 »

» 4:de » » 60—63 »

» 5:te » » 63—73 »

Antaga vi att barnet under 1:sta lefnadsmånaden lägges till bröstet 8 gånger på dygnet, skall det i hvarje mål få 5—6 matskedar; under 2:dra lefnadsmånaden, med 7 mål på dygnet, 6—7 matskedar i hvarje mål; i 3:dje

lefnadsmånaden omkring 8 o. s. v. Om denna mängd qvinnomjolk på goda skäl kan anses tillräcklig för ett diande barn, så måste äfven en lika mängd komjolk — vattnet, hvarmed den bör utspädas, oberäknadt — vara tillräcklig för ett barn, som uppfödes artificiellt. Så tror man dock ej i allmänhet hos oss. Man fäster beklagligen mera vikt vid *mängden* af födan än vid *beskaffenheten* deraf. Vanligen går man till väga på det sätt, att 2 ända till 3 delar vatten blandas till 1 del mjolk under första lefnadsveckorna, samt i minskadt förhållande i den mån barnet blifver äldre. Detta är ett stort missgrepp, och de bedröfliga verkningarna af en, i afseende på beskaffenheten för fattig, men med hänsyn till mängden för ymnig och rik föda uteblifva ej länge; och barnet faller ganska tidigt in uti den skadliga ovanan att nästan hela dygnet om ligga med nappen i mun. Det måste då äfven så göra, ty det kan aldrig, efter förtärande af en på näringsämne så fattig föda, känna sig tillfredsstäldt eller mättadt. Det plågas af en ständig känsla af hunger, uttryckt genom qvidande och jemmer, samt kan, om mjölken är skummad, bokstafligen svälta ihjel,

huru mycket det än deraf dricker. Ofta, måhända i de flesta fall, användes den skummade mjölken af sparsamhetsskäl. Mindre bemedlade mödrar hafva, såsom de säga, ej råd att till barnets föda bekosta oskummad mjölk, än mindre Carlsbadervatten till utspädning. Vi äro likväl öfvertygade, att det tvärtom skulle lända till besparing, om de så gjorde. Det barn, som endast kommer i åtnjutande af en på näringsvärde fattig, ej mätande föda, försöker att genom mängden deraf ersätta kraften. Det är derföre ganska vanligt att se barn, utan att dock blifva tillfredsställda, förtära otroligt stor mängd *skummad* mjölk, någon gång ända upp till 1 kanna och derutöfver på dygnet; hvaremot de skulle känna sig väl mätta af ungefär $\frac{1}{3}$ så mycket *oskummad*. Redan på mjölken skulle således uppstå en vinst, tillräcklig för anskaffande af Carlsbadervattnet. Men ännu större blifver den vinst, som uppstår genom besparing af de medikamenter och den tid, som det på ett onaturligt sätt uppfödda, alltid sjukliga barnet tager i anspråk. Det värde barnets helsa och lif dessutom bör ega för föräldrarna, tillhör ej oss att här skildra.

Då barnet skall afvänjas ifrån bröstet eller öfvergå ifrån den ofvan beskrifna artificiella födan till en mer omvexlande och kraftig, uppstå ofta rubbningar i dess välbefinnande. Det är derföre af högsta vigt att äfven efter afvänjningen anordna en enkel och ändamålsenlig diet. Barnet är numera i behof äfven af födoämnen, hemtade ur växtriket. Man kan derföre jemte mjölk, löskokta ägg, buljong på höns-, calf- eller oxkött, äfven gifva väl kokad välling på skorpor, bröd eller våra vanliga mjölsorter. Först sedan oxeltänderna framkommit, bör någon fastare föda af kött, fisk, späda grönsaker samt morötter och potatis — helst i form af mos — gifvas. Födoämnen skola i allmänhet så fint fördelas som möjligt, annars afgå de med uttömningarna, mer eller mindre osmälta.

Införandet af en för det späda barnet fullt ändamålsenlig diet skall länge motverkas af flere djupt inrotade missbruk och oskick, hvilka af ålder vunnit ett slags häfd. Det har redan förut blifvit stämpladt såsom en skadlig och förkastlig osed, att barnet lägges till modrens bröst för hvarje gång det skriker eller visar oro. Det lugnas ej deraf;

det kan tvärtom genom att få för ymnig föda, blifva ännu mer skrikigt och oroligt. Inträffar detta, föreställer man sig vanligen att modrens mjölk, äfven der den finnes i tillräcklig mängd, ej är nog kraftig och närande, utan att barnet måste hafva en ännu starkare föda, hvilken man dessutom gerna gifver äfven af det skäl, att den anses bättre än modersmjölken befordra barnets utveckling och tillväxt. Okunnig om de sorgliga följder, hvilka en sålunda förvänd och origtig diet nödvändigt måste medföra, förledes man att redan under första lefnadsmånaderna och allt framgent gifva barnet en föda, som ej allenast är öfverflödigt och onyttigt, utan i hög grad skadligt. Välling på våra vanliga mjöl-sorter eller på skorpor, s. k. ölsoppa, soppor på gryn, kaffe, tuggor af vexlande mat äro de slags födoämnen, som vanligast användas. Man gifver dem i god afsigt, men man miss-tager sig fullkomligt om deras verkan. Man vet ej, att de ej kunna fördragas af det späda barnet, att de taga en allt för stor och ansträngande verksamhet hos de ofullständigt utvecklade matsmältningsverktygen i anspråk, samt att de derigenom framkalla och under-

hålla just de sjukdomar — mag- och tarmkatarrar samt deras följsjukdomar: tvinsot, engelska sjukan, skrofler, tuberkler m. fl. — hvilka bringa det ojemförligt största antalet barn om lifvet.

Såsom ofvan blifvit sagdt, får man ej *förrän mot slutet af 1:sta lefnadsåret börja försigtigt gifva mjölhaltig föda*. Kaffet har föga eller intet näringsvärde, men framkallar deremot en skadlig, retande verkan, hvarföre det *aldrig bör gifvas*. Med *tuggor*, hvilkas vämjeighet och skadlighet borde kunna inses af hvarje tänkande menniska, kunna äfven farliga, smittosamma sjukdomar bibringas barnet, hvarföre bruket af dem måste alldeles utrotas. Den s. k. *sudden* är ej så oskadlig som man i allmänhet tror. Genom dess bruk framkallas flera lidanden i munnen och matsmältningsorganen, hvarföre äfven den bör sorgfälligt undvikas.

En *bestämd lefnadsordning* bör alltid följas, så att barnet får sin föda på de vanliga måltidsstunderna, men emellan dem intet som kan verka störande på matsmältningsakten, endast rent vatten till dryck. Mjölkdirckande emellan måltiderna och under nätterna är ej

allenast onödigt och onyttigt, utan skadligt och måste således undvikas.

Hafva vi på bästa möjliga sätt sökt bereda barnet en naturlig och lämplig föda, så äro dock dermed anspråken på en god vård långt ifrån uppfyllda. Barnet näres ej endast af mat; det är äfven i behof af *frisk* och *ren luft*. Det rum, der barnet vistas, måste derföre omsorgsfullt luftas och vädras samt hållas snyggt och rent. Smutsade och våta kläder få på inga vilkor der upphängas till torkning. Afdunstningen från dem förpestar luften och gifver upphof till sjukdomar af flera slag.

Barnets *hud* måste omsorgsfullt skötas, genom bad och tvättningar hållas ren och mjuk, på det att dess för helsans bevarande ytterst viktiga verksamhet ej må blifva störd eller upphäfd. Under de första lefnadsveckorna böra tvättningarna verkställas med ljumt vatten, men derefter bör man småningom öfvergå till ett vatten, som håller vanlig rumvärme, d. v. s. använda sådant vatten, som förvarats inne i rummet under ett dygn. Äfven under natten måste barnet, om så behöves, tvättas och rengöras.

Bland villkoren för en ändamålsenlig vård måste vi äfven räkna en för barnet passande och lämplig *beklädnad*. Den bör vara bekväm, enkel och så afpassad efter årstiderna, att den lemnar tillräckligt skydd emot ombytet af värme och köld. Ett ihållande tryck på kroppsytan, äfven af lindrig art, verkar hämmande på andedrägt och blodomlopp; om en lem för längre stunder försättes i översamhet eller hindras i sin fria rörelse, så störes äfven dess näring och utveckling. Af dessa förhållanden kunna vi förstå, huru viktigt det är, att det späda barnets beklädnad är af den beskaffenhet, att de omnämnda olägenheterna undvikas. Det fordom allmänt antagna bruket, att ifrån hals till fötter inlinda barnet uti en hårdt och fast åtsittande linda, är därför alldeles förkastligt. *Mössa, linne, tröja, blöja, mantel, lifbindel, nafvelband* och en större *lapp under sätet* äro de enda persedlar, som behöfvas. Kläderna få ej för hårdt tilldragas, och endast så, att barnet fritt och obehindradt kan andas och röra sig.

Slutligen är barnet för sin trefnad och sitt välbefinnande i behof af modrens hela tillgifvenhet, kärlek och ömhet. I åtnjutande af

denna skatt och med noggrannt iakttagande af de råd, som ofvan gifvits, hoppas vi, att mångt spädt lif skall kunna räddas undan en för tidig död.

För dem som önska utförligare upplysningar och anvisningar i afseende på vården af barn, finnes i bokhandeln af samme författare:

(Ur Vår Tids forskning 11.)

OM VÅRDEN AF BARN

under de första lefnadsåren

af

Professor HJALMAR ABELIN.

2:a upplagan.

Pris 1 Kr. 50 öre.

www.books2ebooks.eu