

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Grundzüge der Haushaltungslehre

Kühn, Elise

Leipzig, 1912

Die Krankenpflege.

urn:nbn:de:bsz:31-58632

Krankenpflege.

„Ich will das Verwundete verbinden
und des Schwachen warten.“
Hes. 34. 16.

Aus dem im vorigen Abschnitt Besprochenen ist zu ersehen, daß es leichter ist, Krankheiten durch entsprechende Pflege der Gesundheit zu verhüten, als dieselben zu heilen. Dennoch kann auch bei Befolgung aller dort angegebenen Regeln nicht jede Krankheit ferngehalten werden, denn oft kommt solche ohne äußeren Anlaß zur heilsamen Lehre und Übung in der Geduld von Gott.

Bei jedem Krankheitsfall in der Familie ist es Pflicht der Frau oder erwachsenen Tochter, die Pflege des Kranken zu übernehmen. Diese Pflicht ist schön durch das Bewußtsein, einem lieben Angehörigen durch gute Pflege, mancherlei Handreichungen und Aufmerksamkeiten einen qualvollen Zustand oder die Schmerzen erleichtert zu haben; sie ist aber auch schwer, denn sie verlangt oft große Aufopferung, Geduld und Selbstverleugnung. In der getreuen Erfüllung dieser Pflicht zeigt sich aber auch so recht der Wert einer Frau, und sie verschafft ihr Ehre und Achtung aller Menschen.

Aber nicht nur Hingebung, Liebe und Geduld sind zur Krankenpflege erforderlich, sondern neben Geschicklichkeit gehören auch einige Kenntnisse dazu, da ohne diese beim besten Willen oft mehr geschadet als genützt werden kann. Im nachfolgenden soll deshalb eine kurze Anleitung gegeben werden.

Erkältungen und beginnendes Übelbefinden achte man nicht zu gering, sondern sei vorsichtig; durch Vernachlässigung wird häufig eine Verschlimmerung verursacht, welche durch Sorgfalt leicht hätte verhütet werden können. Jedenfalls beachte man die Zeichen einer nahenden Krankheit, da der Arzt dieselben zur Beurteilung des Zustandes des Kranken wissen muß. Man lasse einen Erkrankenden sich zu Bett legen, sorge bei Frost für seine Erwärmung und zwingt ihn bei Appetitlosigkeit nicht zum Essen.

Ist es nötig geworden, einen Arzt zu rufen, so wähle man einen solchen, dem man volles Vertrauen schenken kann, befolge pünktlich alle seine Vorschriften und sei aufmerksam, um ihm über den Verlauf der Krankheit genauen Bericht erstatten zu können. Niemals wende man sich an Kurpfuscher oder gebrauche sog. Universal- oder Geheimmittel, wie solche täglich in den Zeitungen angepriesen sind; durch deren Anwendung ist schon unsäglich viel geschadet worden. Wo Hilfe nötig ist, probiere man nicht erst selbst dies oder jenes von guten Bekannten angeratene Mittel; gewöhnlich geht dabei die Zeit, in der der Kranke hätte wieder hergestellt werden können, verloren, ja es kann sogar in leichtsinniger Weise das Leben des Kranken gefährdet werden.

Kranke behandle man freundlich und rücksichtsvoll; man vermeide, über aufregende, unangenehme Angelegenheiten mit ihnen zu sprechen, und verberge ihnen berechnigte Sorgen um ihren Zustand; vielmehr

spreche man ihnen Trost und Ermutigung zu, was sie gern haben. Freundlichkeit und Geduld ist namentlich den infolge von Schmerzen und Verzagtheit oft verstimmtten Kranken gegenüber notwendig; zugleich aber auch Festigkeit gegen ihre oft unerfüllbaren Wünsche. Kranke sind oft unverständlich in ihrem Verlangen, müssen dann aber in Ruhe durch freundliches Zureden von solchem Vorhaben abgebracht werden. Bei der Behandlung Kranker sei man wahr, ohne tattlos, zartfühlend, ohne unwahr zu sein. Gewöhnlich werden allerlei Wünsche während der Genesung geäußert, dürfen aber gerade in dieser Zeit nicht erfüllt werden, da sie sehr leicht die Veranlassung zu einem Rückfall sein können, welcher häufig gefährlicher zu sein pflegt, als die Krankheit selbst, da der Körper noch schwach und deshalb nicht widerstandsfähig ist.

Besondere Vorsicht ist nach ansteckenden Krankheiten (Masern, Scharlach, Diphtheritis, Typhus etc.) geboten; hier ist außer der Gefahr der Erkältung auch die Ansteckungsgefahr eine sehr große.

Das Krankenzimmer.

Ist man in der Lage, dem Kranken ein besonderes Zimmer geben zu können, so nehme man dafür ein stilles, trockenes, geräumiges Gemach, dessen Fenster möglichst nicht auf die Straße, sondern ins Freie gehen. Kann man im Winter ein auf die Sonnenseite, im Sommer ein auf die Schattenseite gelegenes Zimmer haben, so ist dies angenehm. Das Zimmer muß sehr sauber gehalten und, da reine Luft dem Kranken zur Erlangung der Gesundheit unentbehrlich ist, durch häufiges Öffnen von Thür oder Fenster gelüftet werden. Dies ist um so mehr nötig, als die Luft im Krankenzimmer durch die Ausdünstung des Kranken schneller verdorben wird, als in Wohnräumen gesunder Menschen. Die Lüftung des Zimmers kann auch während der Nacht ohne Schaden für den Kranken vorgenommen werden; während der Nacht ist die Luft in den Städten gewöhnlich sogar reiner und staubfreier als bei Tage. Beim Lüften beachte man stets, daß der Luftzug den Kranken nicht trifft, und daß er gut zugedeckt ist. Dürfen im Zimmer selbst die Fenster nicht geöffnet werden, so lüfte man durch den nebenanliegenden Raum.

Um die Luft rein zu erhalten, ist innerhalb des Krankenzimmers das Trocknen gebrauchter wie ungebrauchter Wäsche, ebenso die Zubereitung und Aufbewahrung von Speisen zu unterlassen. Es sind darin möglichst wenig Menschen, am allerwenigsten aber Tiere zu dulden. Starriechende Blumen können durch Blattpflanzen ersetzt werden. Rauchen ist streng zu verbieten.

Räucherungen sind, da sie zwecklos sind und dem Kranken gewöhnlich unangenehm werden, nicht zu empfehlen.

Jedem Kranken ist Ruhe Bedürfnis; deshalb Sorge man für möglichste Stille in seiner Umgebung, vermeide jeden Lärm, halte Kinder und Besuche, die den Kranken meist aufregen und ermüden, fern und verhüte jede Störung des Schlafes.

Die Reinigung des Krankenzimmers muß täglich so vorgenommen werden, daß es dabei möglichst wenig Staub und Geräusch gibt. Sie geschieht am besten morgens; man nimmt dabei mit einem feuchten Lappen den Staub vom Fußboden auf. Ist eine gründliche Reinigung notwendig geworden, so bringe man den Kranken, wenn es der Arzt erlaubt, in ein anderes Zimmer. Alle unnützen Möbel, namentlich gepolsterte, Vorhänge und Teppiche, die nicht gewaschen werden können, sind zu entfernen, denn sie sind Staubfänger und Träger der Krankheitsstoffe. Die Temperatur des Krankenzimmers muß dem Zustande des Kranken entsprechend 15–18° C betragen.

Licht und Beleuchtung des Krankenzimmers. Licht ist zum Leben und zur Erhaltung der Gesundheit unbedingt nötig; deshalb entziehe man es auch dem Kranken nicht, ausgenommen in besonderen vom Arzte angeordneten Fällen. Das Sonnenlicht wirkt erheiternd auf das Gemüt des Menschen, belebend auf den Körper und reinigend auf die Luft. Man wähle zur Beleuchtung eines Krankenzimmers ein ruhig brennendes Licht, welches nicht riecht und wenig Wärme erzeugt; es muß so gestellt werden, daß es den Kranken nicht blendet. Anzünden und Auslöschten desselben geschehe außerhalb des Zimmers.

Das Krankenbett

soll dem Kranken ein gutes Lager bieten und muß durch häufiges Wechseln der Bettwäsche immer sehr rein gehalten werden. Dieselbe muß stets ganz trocken und vor dem Gebrauch durchwärmt sein. Federunterbetten sind meist zu warm; daher ist eine Matratze vorzuziehen. Das Bettuch muß glatt liegen und darf keine Falten haben, da diese bei langer Krankheit das Ausliegen begünstigen. Es kann deshalb an den vier Ecken mit starken Sicherheitsnadeln festgesteckt werden. Um bei langem Krankenlager dem sehr schmerzhaften Ausliegen vorzubeugen, wasche man den Rücken, das Kreuz und die Ferse des Kranken häufig mit kaltem, mit Essig oder Branntwein vermishtem Wasser und lege ein Hirsespreukissen als Unterlage ins Bett. Die Kissen sollen schräg gelegt werden, sodaß der Körper des Kranken nirgends hohl liegt; Kranke mit Atembeschwerden empfinden Erleichterung, wenn sie hochgelegt werden; nach starkem Blutverlust dagegen oder bei einer Ohnmacht muß der Körper flach liegen. Die Stellung des Bettes ist am bequemsten, wenn es nur mit dem Kopfende an der Wand steht, so daß man von allen Seiten an den Kranken heran kann; die Nähe des Fensters und des Ofens ist gefährlich.

Das Bett soll täglich frisch gemacht, die Bettstücke sollen gelüftet werden; dies geht am besten, wenn der Kranke das Bett verlassen kann. Ist das nicht möglich, so muß er in ein anderes Bett getragen werden.

Die Bekleidung des Kranken soll leicht, rein, trocken und durchwärmt sein; weiße Stoffe sind den farbigen vorzuziehen. Beim Wechsel derselben soll möglichst schonend vorgegangen werden. Ist eine Seite oder ein

Arm krank, so wird der Armel der gesunden Seite zuerst ausgezogen; beim Anziehen ist das Verfahren umgekehrt.

Gesicht, Hals und Hände des Kranken müssen täglich mit frischem Wasser gewaschen, die Haare gekämmt und die Zähne geputzt werden.

Die Krankenkost.

Die Bereitung derselben fällt bei jedem Krankheitsfall im Hause der Frau zu; es ist deshalb sehr wichtig und notwendig, daß jedes Mädchen versteht, besondere für Kranke erforderliche Gerichte herzustellen; hängt es doch in vielen Fällen allein von der richtigen Ernährung ab, ob der Kranke der Krankheit Widerstand leisten kann oder ihr unterliegt.

Die Ernährung des Kranken muß dessen körperlichem Zustand angepaßt sein, weshalb man sich genau nach der Anordnung des Arztes zu richten hat. Die Nahrung sei nahrhaft, leicht verdaulich, schwach gewürzt und dabei möglichst schmackhaft, um den Körper bei Kraft zu erhalten und ihm die verlorenen Kräfte wieder zu ersetzen. Die Auswahl und Zubereitung der Krankenspeisen hat mit besonderer Sorgfalt und Gewissenhaftigkeit zu geschehen; vor allem müssen alle dazu verwendeten Nahrungsmittel von bester Beschaffenheit und leichtester Verdaulichkeit sein. Obwohl im allgemeinen Nahrungsmittel aus dem Tierreich nahrhafter und verdaulicher sind, als diejenigen des Pflanzenreiches, ist doch in den meisten Fällen gemischte Kost einer einseitigen Ernährungsweise vorzuziehen. Wichtig ist es, dem Kranken das Essen zur rechten Zeit zu reichen; je weniger er auf einmal isst, desto öfter muß ihm etwas angeboten werden. Die Speisen sind mit Abwechslung, hübsch angerichtet, in nicht zu großer Menge und womöglich überraschend zu reichen. Man koche nicht vor den Augen und im Zimmer des Kranken und quäle ihn nicht mit der Frage: „Was willst Du essen?“ Speisen und Reste bewahre man nicht im Zimmer auf, da durch den langen Anblick und Geruch derselben die Lust zum Essen verloren geht. Man lasse den Kranken vor dem Essen den Mund mit frischem Wasser ausspülen und richte ihn durch untergelegte Kissen auf, damit der Oberkörper erhöht wird. Den Teller oder die Tasse stelle man mäßig gefüllt auf einem Brett auf die Kniee des Kranken. Dem hilflosen Kranken muß die Nahrung wie einem Kinde zum Munde geführt werden; man lege dem Kranken zum Schutz des Bettes stets ein Tuch vor.

So schwer es auch ist, aus der beschränkten Anzahl der zur Ernährung der meisten Kranken zur Verfügung stehenden Nahrungs- und Genußmittel stets das für den Kranken Geeignete zu wählen, so wird es der liebenden Fürsorge einer treuen Pflegerin doch gelingen, unter Berücksichtigung nachstehend genannter Krankenspeisen und durch fortgesetzte Aufmerksamkeit, die uns selbst noch manches finden lehrt, den Kranken mit Gottes Hilfe dem Leben zu erhalten.

Von den für Kranke am meisten in Betracht kommenden Nahrungs- und Genußmitteln sind folgende die gebräuchlichsten:

Die Milch ist in der Krankenkost unentbehrlich und durch nichts zu ersetzen; bei manchen Krankheiten ist sie sogar als Heilmittel zu betrachten. Sie soll nur abgekocht und als Getränk in kleinen Schlüßchen mit etwas Weißbrot dazwischen genossen werden. Sie wird ferner zu Milchspeisen, wie Milchsuppen, Breien und als Sauermilch verwendet.

Das Fleisch. Von diesem kommt hauptsächlich Kalb-, Rindfleisch und Geflügel in Betracht. Es ist gebraten oder gedämpft kräftiger und bekömmlicher als gekocht und kann kalt oder warm gegeben werden. Kalbshirn und -milch (Briesle) sind gedämpft oder gebraten besonders leicht verdaulich. Ein zartes gebratenes Stück Rind- oder Kalbfleisch kann den meisten Kranken ohne Bedenken gegeben werden. Auch zarter Schinken ist, wo solcher zu haben, sehr zuträglich.

Die Fleischbrühe, welche aus Rind- oder Kalbfleisch oder Liebig's Fleischextrakt hergestellt sein kann, ist ein appetitreizendes Genußmittel; sie wird erst durch Zusatz von Ei, Reis, Grieß oder dergl. nahrhaft.

Die Eier für Kranke sollen möglichst frisch sein; sie können weichgekocht, als Rührei oder mit Zucker und Wein zu Schaum geschlagen, gegeben werden; außerdem werden sie zum Abrühren von Suppen und Fleischbrühe benutzt.

Die groben und feinen Mahlerzeugnisse des Getreides und das Brot. Erstere werden zur Herstellung von Suppen, namentlich zu den für Kranke besonders wichtigen Schleimsuppen benützt. Hafergrüße, Reis, Gerste und Grünkern können dazu verwendet werden. Die gewaschenen und in kaltem Wasser aufgeschwollenen Körner werden mit wenig Wasser und einem Stückchen Butter, Milch oder Fleischbrühe unter Zusatz des erforderlichen Salzes vollständig weichgekocht, dann durch ein Haarsieb getrieben, verdünnt und aufgekocht. Beim Anrichten kann die mit Wasser oder Fleischbrühe gekochte Schleimsuppe mit Eigelb abgerührt, die mit Milch gekochte nach Belieben mit etwas Zucker versüßt werden.

Von den feineren Mahlerzeugnissen werden hauptsächlich die ebenfalls zur Bereitung von Schleimsuppen verwendeten Hafer-, Gersten- und Grünkernmehle gebraucht. Im Wasser mit etwas Butter und Salz dick gekochter Reis, leichte Mehlspeisen, wie Nudeln, feine Spätzle werden als Zugabe zu manchen Fleischspeisen gern gegessen.

Das Brot soll nicht ganz frisch sein; Weißbrot ist besser als Schwarzbrot.

Gemüse sind den Kranken nur in jungem, zartem Zustand und in den feineren Sorten, wie grüne Erbsen, Gelberüben, Spargel, Blumenkohl, Schwarzwurzeln und Spinat zu reichen. Rüben und Krautarten sind zu vermeiden. Kartoffeln werden am besten als Brei ebenso Hülsenfrüchte nur durchgeschlagen gereicht.

Das Obst ist leicht verdaulich und für die meisten Kranken eine Erfrischung; es soll mehr gekocht als roh gegessen werden.

Die Getränke. Reines, frisches, kühles Brunnenwasser ist für Kranke die größte Erquickung. Man reiche dem Kranken davon, so

oft er begehrt, doch nur wenig auf einmal. Ist das Trinkwasser nicht rein, so muß es zuerst abgekocht werden. Erkaltes mischt man es, um es schmackhafter zu machen, mit etwas Zucker, Zitronen- oder sonstigem Fruchtsaft. Eis, welches man dem Kranken reicht, muß aus reinem Brunnen- oder Quellwasser gewonnen sein. Im Winter kann man es einfach gefrieren lassen. Man zerklainere es mittelst kräftigen Aufdrückens einer Stopfnadel. Milch kann auf Verlangen des Kranken stets gegeben werden. Schwache Aufgüsse von Tee oder Kaffee und Kakao dürfen die meisten Kranken unter Zusatz von Milch zu sich nehmen. Ein Gläschen guten Rot- oder Weißweins, während der Genesung zu den Mahlzeiten genossen, ist in manchen Fällen von guter Wirkung. Ersterer ist dem letzteren vorzuziehen und soll zimmerwarm sein. Fleischbrühe, sowie die Brühe von Kalbsfüßen, Hühnern und Tauben werden als anregende Genußmittel gern gegeben.

Getränklich und von guter Wirkung in Fällen, in denen Limonaden nicht getrunken werden dürfen, sind die schleimigen Abkochungen von Reis und Gerste (Reiswasser: 1 Eßlöffel Reis, $\frac{1}{2}$ l Wasser eine halbe Stunde kochen, durchsieben und erkalten lassen), sowie die aus geriebenen Mandeln hergestellte Mandelmilch und das aus gerösteten Brotschnitten bereitete Brotwasser. Beide Getränke werden mit ein wenig Zuckerwasser versüßt. Honigwasser ist bei Erkrankungen der Atnmungsorgane ein Hausmittel, welches gute Dienste leistet. Man kocht dazu 1 Eßlöffel Honig in $\frac{1}{2}$ l Wasser auf und gibt es abgekühlt dem Kranken.

Gewürze dürfen nur in geringen Mengen, die schärferen, wie Pfeffer, Nelken, Senf etc., häufig gar nicht gebraucht werden. Eine der angenehmsten Würzen für die Krankenkost ist der Zitronensaft.

Die Ernährung in den verschiedenen Krankheitszuständen.

Bei äußerlichen Leiden sonst gesunder Personen ist die Kost dieselbe wie die Gesunder; mit Rücksicht auf den durch die Schmerzen häufig verminderten Appetit wähle man nahrhafte Speisen und sorge für reiche Abwechslung. Bei Hautkrankheiten der Erwachsenen, wie der Kinder, welche von schlechtem Blut herrühren, muß vor allem durch geeignete Nahrung die Verbesserung des Blutes herbeizuführen gesucht werden; man vermeide alles Scharfe, Fette, Saure in der Nahrung, reiche dagegen viel Milch und Milchspeisen.

Bei gestörter Verdauung infolge Erkrankung des Magens oder Darms ist in der Ernährung große Vorsicht geboten. Es dürfen nur leicht verdauliche Speisen in kleineren Mengen, aber in kürzeren Zwischenräumen, gut gekaut, genossen werden, z. B. mageres, weich gekochtes oder gebratenes Fleisch, Schleimsuppen, weiche Eier, Breie, nicht zu frisches Weißbrot, Zwieback.

Fieberkranken sollte, da deren Körper nicht imstande ist, feste Nahrung zu verdauen, dieselbe nur in flüssiger Form gereicht werden. Hier kommen Schleimsuppen, Milch und Eier ausschließlich in Betracht.

Bei Erkrankungen der Atmungsorgane, des Halses, der Brust und Lunge, hat man kalte Getränke und reizende Speisen zu vermeiden.

Bei Bleichsüchtigen und Blutarmen muß durch Bewegung und Aufenthalt im Freien für Anregung des meist geringeren Appetits gesorgt werden. Die Nahrung sei kräftig und reichlich; man vermeide saure Speisen, gebe dagegen viel Milch, grüne Gemüse, Spinat, Apfel, Erdbeeren, da besonders letztere eisenhaltig sind.

Bei Genesenden, welche während der Krankheit nur mit flüssiger Nahrung erhalten wurden, müssen weiche, leicht verdauliche Speisen den Übergang zur gewöhnlichen Kost bilden. Kalbshirn und -milch, leichte Milch- und Mehlspeisen, zarte Gemüse, Weinsuppe und gekochtes Obst werden von Genesenden gern genommen und gut vertragen.

Wöchnerinnen bekommen in den ersten 3—4 Tagen nur Schleimsuppen, Milch, Fleischbrühe und Eier. Später dürfen Kalbfleisch, Hirn, Kalbsmilch, Tauben, leichte Mehlspeisen, wie Nudeln, feine Spätzle, Maffaroni, auch Reis-, Grieß- und Kartoffelbrei, sowie gedämpfte Apfel und gekochte, getrocknete Zwetschen gegeben werden.

Die Ausführung der ärztlichen Anordnungen.

Da bei jedem ernster erscheinenden Unwohlsein die Körpertemperatur des Kranken als erster Anhaltspunkt dient, wird, sobald Anzeichen erhöhter Körperwärme, wie schneller Puls, heiße Stirn und Hände, vorhanden sind, die Feststellung derselben, wenn solches noch nicht geschehen, als erstes vom Arzt vorgenommen. Dazu bedient man sich eines Fieber- oder Maximalthermometers, der in $\frac{1}{10}$ Grade eingeteilt ist, etwa von 35—42° C reicht, und dessen Quecksilbersäule beim Herausnehmen aus der Armhöhle, in die er eingelegt wurde, stehen bleibt. Man läßt ihn 10—15 Minuten ruhig in der Armhöhle des Kranken, fest von der bloßen Haut umschlossen, liegen und liest dann den Stand des Thermometers ab. 37° C ist die Körperwärme des gesunden Menschen; steigt dieselbe auf 38, 39 oder gar 40°, so ist Fieber vorhanden. Den beim jeweiligen Messen sich ergebenden Wärmegrad hat man sich genau zu merken oder noch besser aufzuschreiben, um dem Arzt, welcher nach dem Steigen oder Fallen desselben die Krankheit beurteilt, darüber berichten zu können. Gewöhnlich genügt es, morgens und abends zwischen 5—7 Uhr zu messen.

Die Anordnungen des Arztes bestehen zum Teil in der Anwendung von Heilmitteln, welche sich nach ihrem Gebrauch in innerliche und äußerliche unterscheiden.

Die richtige Anwendung der verordneten Mittel hat von Seiten der Pflegerin mit größter Gewissenhaftigkeit in Bezug auf Menge und Zeit zu geschehen. Innerlich werden angewandt: Arzneien, Tropfen, Pulver, Pillen, Tee u. a. m., äußerlich: Salben, Pflaster, Umschläge, Abwaschungen und Bäder.

Bei Arzneien, welche für den innerlichen und äußerlichen Gebrauch bestimmt sein können, muß man sorgfältig auf die Aufschrift und die Form des Glases achten, damit, namentlich während der Nacht, jede Verwechslung vermieden wird. Erstere (Innerlich!) sind in runden Gläsern mit der Aufschrift auf weißem, letztere (Außerlich!) in kantigen Gläsern mit der Aufschrift auf rotem Papier. Man soll ohne zu verschütten eingeben, danach den Mund ausspülen lassen und den Köffel in frisches Wasser stellen.

Tropfen, welche sehr stark sind, werden des genaueren Abzählens wegen gewöhnlich in Tropfläschchen verabreicht.

Pulver werden in Wasser oder Oblaten genommen.

Wenn Pillen allein nicht gut geschluckt werden können, steckt man sie in aufgequollene Zwetschen.

Krankentee, welcher aus Blättern oder Blüten besteht, (Kamillen-, Pfefferminz-, Holunder-, Linden- oder Wollblumentee, auf eine Tasse ein Kaffeelöffel voll) wird nur angebrüht und 5 Minuten ziehen gelassen; Tee aus Wurzeln, Rinden oder festen Stoffen, wie Brust-, Eibischwurzel- und isländisch Moos-Tee, muß gekocht werden; man muß ihn mit doppelt so viel Wasser aufstellen als man Tee braucht, und dies auf die Hälfte einkochen lassen. Dazu rechnet man $\frac{1}{2}$ bis $\frac{3}{4}$ Stunden. Baldriantee läßt man nur mit kaltem Wasser ausziehen und gießt ihn dann ab.

Salben müssen mit der Hand gut in die Haut eingerieben werden; bei scharfen Salben schützt man die Hand durch Handschuhe oder bedient sich eines Lappens.

Pflaster bekommt man in der Apotheke; manche können auch selbst bereitet werden. So z. B. Senfpflaster, welches durch Anrühren von Senfmehl mit lauwarmem Wasser und Aufstreichen dieses Teiges auf Leinwandlappen hergestellt wird. Senfpapier, welches man fertig kauft, muß zuerst in warmes Wasser getaucht und dann schnell aufgelegt werden. Nach 10–15 Minuten, wenn sich die Haut gerötet hat, wird das Pflaster abgenommen und die empfindliche Hautstelle mit etwas Butter oder Vaseline eingerieben. Geriebener, mit etwas Essig angefeuchteter Meerrettig, welcher in einem dünnen Tuch eingeschlagen auf die schmerzhafteste Stelle gelegt wird, hat dieselbe Wirkung. Heftpflaster muß vor dem Auflegen erwärmt werden.

Umschläge können kalt, trocken- oder feuchtwarm gemacht werden. Ein kalter Umschlag besteht aus einem mehrfach zusammengefalteten, kalten, nassen Tuch, über das ein größeres wollenes gelegt wird. Kalte Umschläge werden um den Hals und bei Fieber um die Brust oder um den ganzen Körper gemacht, sie bleiben je nach der Körpertemperatur längere oder kürzere Zeit, bei Halschmerzen und in leichten Fieberfällen auch wohl die ganze Nacht liegen, und wirken um so besser, je größer, dicker und kälter sie sind. Bei kalten Umschlägen um den Körper fängt man mit 30° C an und geht bis 20° C abwärts.

Kalte Umschläge auf Kopf und Stirn werden mit abwechselnd in kaltes Wasser getauchten, gut ausgewringenen Handtüchern, besser noch mit einem Eisbeutel von Gummi oder Schweinsblase, welcher

mit fein zerstoßenem Eis nicht zu voll gefüllt sein darf, gemacht. Das Eis muß, so oft es geschmolzen ist, erneuert werden. Sobald Frost eintritt, hat man aufzuhören.

Trockene, warme Umschläge werden mit gut gewärmten Tüchern, Wärmesteinen, heißen Deckeln, Sandsäckchen oder dergl. gemacht.

Feucht-warme Umschläge (Kataplasmen) werden durch einen dicken, warmen Brei, der aus Leinsamen, Weiz mit Milch oder dergl. gekocht ist, hergestellt. Man streicht denselben in der entsprechenden Größe dick auf ein dünnes Stück Leinwand, schlägt die Zipfel des Tuches gut über dem Brei zusammen und legt den Umschlag nicht zu heiß auf; man darf ihn aber auf der kranken Stelle nicht erkalten lassen. Es gibt auch künstliche Kataplasmen aus der Apotheke.

Abwaschungen werden erst warm, dann kalt vorgenommen, danach wird der Körper mit trockenen Tüchern tüchtig abgerieben. Bei Fieber wird dem Wasser für die Abreibungen oft etwas Essig zugegeben.

Krankenbäder können heiß 35° C, lau 30—32° oder kalt von 25° abwärts gegeben werden. Das laue Bad ist das gebräuchlichste. Kalte werden nur bei Fieber zur Wärmeentziehung angewendet. Diesen Bädern, welche als Vollbäder oder für einzelne Körperteile verordnet werden, können nach Vorschrift des Arztes verschiedene Zusätze, wie Salz, Kamillen, Senfmehl oder dergl., beigelegt werden; sie wirken heilend und kräftigend auf den Körper. Der Kranke darf während des Badens nicht verlassen und muß sogleich aus dem Bad gebracht werden, wenn er Übelkeit fühlt. Er wird mit warmen Tüchern trocken gerieben und zum Ruhen für einige Zeit in ein erwärmtes Bett gebracht.

Verhalten bei ansteckenden Krankheiten.

Zu den ansteckenden Krankheiten rechnet man: Scharlach, Masern, Diphtheritis, Typhus. Hat man einen derartig Erkrankten zu pflegen, so hüte man sich in jeder Beziehung, da man nicht weiß, wodurch der Ansteckungsstoff, der sich in der Umgebung des Kranken ansammelt, auf Gesunde übertragen wird. Man halte auf größte Reinlichkeit im Zimmer und an sich selbst, wasche sich wiederholt während des Tages die Hände, besonders nach jeder Berührung des Kranken und bade möglichst einmal in der Woche. Den Mund spüle man sich häufig, namentlich vor den Mahlzeiten aus. Die Leibwäsche, sowie Bettzeug und Kleidung des Kranken sind oft zu wechseln; dem Kranken gebe man sein eigenes Gß- und Trinkgeschirr, das im Zimmer bleiben muß. Die Pflegerin genieße stets etwas, ehe sie zu dem Kranken geht, esse oder trinke aber nie im Krankenzimmer. So oft als möglich unternehme sie einen Gang ins Freie. Das Krankenzimmer lüfte man fleißig; die Ausleerungen müssen mit verdünnter Karbolsäure desinfiziert, d. h. die schädlichen Stoffe unschädlich gemacht werden. Die Wäsche muß allein behandelt werden; man weiche sie einige Stunden in starker Schmierseifenlösung ein und koche und wasche sie alsdann in einer 5 % Krejolsseifenlösung.

Nach Beendigung der Krankheit muß der Kranke ein warmes Seifenbad nehmen oder wenigstens den ganzen Körper mit warmem Seifenwasser abwaschen. In dem Krankenzimmer werden die Krankheitsstoffe am einfachsten und sichersten durch Aufstellen einer Formalinlampe vernichtet, Schüsseln mit Chloralkali aufgestellt oder Schwefelschnitten verbrannt, während welcher Zeit das Zimmer abgeschlossen wird. Bettstücke gibt man am besten in öffentliche Desinfektionsanstalten; Möbel, Bettstellen etc. werden durch Abwaschen mit 5 % Kresolseifenlösung von dem Ansteckungsstoff gereinigt.

Bei Befolgung dieser Regeln wird die Ansteckung Gesunder am besten vermieden; sichere Schutzmittel gibt es jedoch nicht. Man vertraue in der Gefahr auf den Schutz Gottes, erfülle getreu seine Pflicht und zeige sich der Gefahr gegenüber furchtlos.

Sollten es beschränkte Räume unmöglich machen, dem von einer ansteckenden Krankheit Befallenen ein Zimmer und ein Bett allein zu geben, so scheue man nicht die Überbringung des Kranken in ein Krankenhaus, in welchem er bei verständiger, liebevoller Pflege ohne Gefahr für die Angehörigen eher Genesung finden wird als zu Hause.

Anleitung zur ersten Hilfe bei Anfällen.

Über die erste Hilfe sollte jedes Mädchen soweit unterrichtet sein, daß sie, wie es Menschenpflicht gebietet, bei jedem Unglücksfall bis zur Ankunft des Arztes mit Rat und Tat wirksam beispringen kann, denn manchmal hängt das Leben eines Menschen von dem augenblicklichen richtigen Helfen und Eingreifen ab.

Man suche in jedem Fall Geistesgegenwart und Besonnenheit zu bewahren, denn nur dann wird es möglich sein, ruhig und mit sicherer Hand des oft schwierigen Amtes zu walten.

Nachstehend angegebene Verhaltensmaßregeln merke man für vorkommende Fälle:

Bei Ohnmachten, welche plötzlich eintreten, aber auch als Begleiterscheinung bei jeder Krankheit vorkommen können, sorge man zuerst für frische Luft, öffne alle beengenden Kleidungsstücke, lege die betreffende Person, wenn das Gesicht blaß ist, flach auf den Rücken und beneze Stirn und Schläfe mit kaltem Wasser, Essig oder kölnischem Wasser. Ist das Bewußtsein zurückgekehrt, so gebe man zur Stärkung Hoffmannstropfen auf Zucker, etwas Wein, starken Kaffee oder Tee. Bei tiefer Ohnmacht halte man starke Riechmittel, wie kölnisches Wasser oder Salmiakgeist unter die Nase; erlangt der Patient nach Verlauf einiger Minuten trotz angewandter Mittel das Bewußtsein nicht wieder, so muß schnell zum Arzt geschickt werden.

Bei Körperverletzungen mit blutenden Wunden ist die Blutstillung und reine Behandlung erste und größte Hauptsache. Man wasche sich vor der Berührung der Wunde die Hände und