



2/ 176. 96 1

Maatschappij tot Nut van 't Algemeen.

2

KINDERVOEDING,
KINDERVERZORGING
EN KINDERSTERFTE
in het eerste Levensjaar,

DOOR

Dr. B. STÉPHAN.

BIBLIOTHEEK DER
RIJKSUNIVERSITEIT
UTRECHT.

Prijs per 50 exemplaren ter verspreiding f 1.60, voor departementen en leden der Maatschappij f 1.25; enkele exemplaren 5 Cts.
Verkrijgbaar bij M. E. DE GRAUW, *Uitgever* te Ouderkerk bij Amsterdam.

Maatschappij tot Nut van 't Algemeen.

176.H.1

Kindervoeding, Kinderverzorging
en Kindersterfte

IN HET

EERSTE LEVENSJAAR,

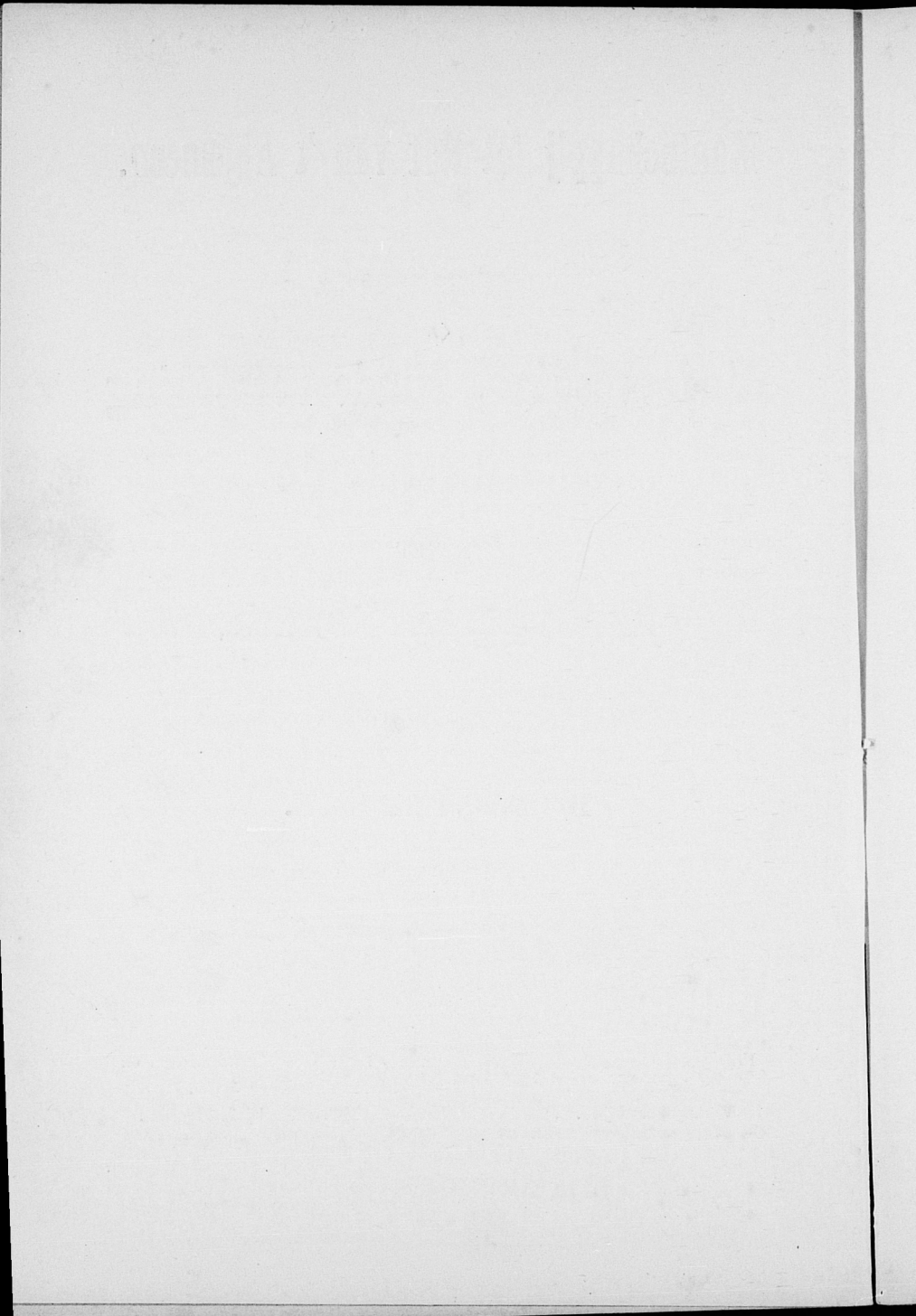
DOOR

Dr B. STEPHAN.

Prijs per 50 exemplaren ter verspreiding f 1.60; voor departementen en leden der Maatschappij f 1.25; enkele exemplaren 5 Cts.

Verkrijgbaar bij M. E. DE GRAUW, *Uitgever* te Ouderkerk bij Amsterdam.

BIBLIOTHEEK DER
RIJKSUNIVERSITEIT
UTRECHT.



Wij leiden u binnen in de nette maar kleine keuken van eene flinke boerenwoning en zijn getuigen van een echt huiselijk tafereel. Aan eene mahoniehouten, met groen kleedje bedekte tafel zien wij een jonge man zitten, naar gissing 25 jaar oud. Te oordeelen naar zijn vriendelijk en van vreugde stralend gelaat, is hij ter deeg in zijn schik. En geen wonder, want hij is dankbaar en gelukkig daar de voorspoedige bevalling zijner echtgenootte hem zooeven voor de eerste maal tot vader gemaakt heeft. Vergenoegd haalt hij zijn zilveren tabaksdoos voor den dag, blaast en wrijft eens in den kop van een schoone Gouwenaar, om voor het eerst op dien dag eens, recht op zijn gemak, een pijp tabak te rooken. Naast hem zit een man van gevestigden leeftijd en met een deftig voorkomen, die bezig is om een geboortebriefje te schrijven. Tegenover hen zit eene vrouw, die de vijftig reeds achter den rug heeft, en in wie wij, door de sprekende overeenkomst van gelaatstrekken met den jongen man, gemakkelijk de grootmoeder van het kind herkennen. Twee buurvrouwen zitten naast haar — want de gewoonte der streek brengt mede, dat de naaste buurvrouwen bij zulk een tafereel tegenwoordig zijn. De eene heeft het pasgeboren kind, in een luier van roode baai gewikkeld, op haren schoot, terwijl de vuurmand met de noodige hulpmiddelen naast haar gereed staat. Deze is echter nog niet lang in het woonvertrek, daar de dokter had geraden hem in eene andere kamer te laten staan, totdat de nood aan den man zou komen, opdat de lucht zoo weinig mogelijk door kolen-

damp zou worden verontreinigd: voor een pasgeboren kind toch is inademing van zuivere, versche lucht een eerste vereischte.

„Kom dokter!” zegt de boer, „steek nou ereis op,” en hij houdt hem een zakje met sigaren voor, die hij voor deze gelegenheid, omdat het „beste” moesten wezen, opzettelijk uit de stad heeft meegebracht.

„Straks Arie! als ik wegga, zal ik er een van je nemen, maar het is hier nu al vol en benauwd genoeg,” luidt het antwoord.

De boer wordt nu wakker en bemerkt tot zijn grooten schrik, dat hij bezig is door zijn tabaksrook de lucht, die door de brandende lamp, de warme stoven en door de menschen die in het vertrek zitten, toch al niet frisch meer is, nog meer te bederven. Met het binnenkomen van eene vrouw, aan wier figuur en voorkomen, aan wier eigenaardige wijze van „goeden morgen” zeggen en aan wier typische uitroep van „zoo, zoo, is het kind er al” wij dadelijk de baker herkennen, is ons gezelschap voltallig.

Nadat de baker de vrouw heeft toegesproken en geluk gewenscht en deze al dadelijk is begonnen met haar te zeggen: „links in de bovenste lade van de linnenkast ligt dit, rechts in de onderste dat,” volgt de moederlijke vermaning van de baker, dat de vrouw zich stil en bedaard moet houden, „want zie je,” zegt zij, „daar is maar één jammer in de wereld en dat is, dat een kind zijne moeder verliest; oppassen is dus de boodschap.”

De baker kijkt het goed van de vuurmand na, en, in het volle bewustzijn van hare waardigheid, aanvaardt zij thans hare taak. Der onderwetsche leer toegedaan, doet zij het kind in geen badje, maar het wordt toch recht zindelijk behandeld, goed gewasschen, flink gereinigd en ferm afgedroogd. Zij doet dit uit beginsel van zindelijkheid en reinheid, al weet zij ook niet van hoeveel belang dit is voor den arbeid, die de huid moet verrichten. Wasschingen en

baden hebben het dubbele doel: reiniging en versterking. De stofdeeltjes uit de lucht, de fijne vezels onzer kledingstukken, de zouten en vetten van het zweet, de schubben van onze opperhuid zouden de poriën der huid verstoppelen en haar belemmeren in den arbeid, die haar, als belangrijk deel van het menschelijk lichaam, toekomt.

Aan het eigenlijk „inbakeren” gekomen, zegt de dokter: „je moet het kind maar niet te stevig bakeren; zorg vooral dat het de beenen vrij kan bewegen. Weet ge, hoe het komt dat kunstmakers en koorddansers sterke, gespierde armen en beenen hebben? Omdat zij die spieren dagelijks gebruiken en oefenen. Waarom zouden wij dan het kind beletten, zijne beenen te gebruiken? Voor het kind, dat naderhand staan, gaan en loopen moet, is dus vrije ontwikkeling van het spierstelsel hoog noodig. Of zou je soms denken, baker, dat je door het kind stevig te bakeren, het scheef groeien of eene kromme ontwikkeling der beenen zoudt kunnen voorkomen? Doch, niet waar, dat weet je wel beter, want honden en katten, die toch niet gebakerd worden, groeien ook niet scheef. En och, als het kind zoo erg is ingepakt, is het ook niet zoo gemakkelijk na te gaan, of het zich verontreinigd heeft. Als je het dus losjes bakert, zal je er zeker wel eens een keer vaker toe overgaan om het droog te leggen; want daar ken ik je voor, dat je bij de verzorging van kraamvrouw en kind kraakzindelijk en uiterst rein bent.”

Dat alles zegt de geneesheer min of meer schoorvoetend; en met opzet voegt hij er een complimentje aan de baker aan toe, want hij weet, dat bij vele bakkers als nummer één geldt: „mijn haan is koning in deze woning.” Toch wordt voor ditmaal de raad van den dokter opgevolgd.

Wanneer het kind eindelijk kant en klaar is, vraagt de baker om wat sterke zwarte koffie met suiker. „Kom, baker,” zegt de geneesheer „ik zou dat arme wicht nou maar geen koffie geven.”

„Geen koffie, dokter, en waarom niet?” herneemt de baker.

„Omdat kinderen beneden het jaar, ja zelfs daarboven, noch koffie, noch thee, noch prikkelende dranken mogen hebben. Laat dat dus nu maar stil rusten.”

De baker zet een paar oogen, alsof zij wil zeggen: „nee maar, dat loopt de spuigaten nou toch uit.” Maar wetende, dat de dokter zich de kaas niet van het brood laat eten, zegt zij op snibbigen, bijtenden toon: „Nou uwee zult uwees zin hebben, maar dat's dan toch maar waar, dat zwarte koffie probatum is om die zwarte proest af te drijven.” Dit zeggende, ziet zij zegevierend rond, en troost zich met de toestemmende knikjes van de beide buurvrouwen, terwijl zij bij zichzelf denkt: „als jij je hielen gelicht hebt, mijnheer, dan ben ik baas.”

Nu echter geeft zij het kind aan vaderlief over, opdat deze het aan de kraamvrouw zal laten zien. Eerst evenwel moet de lamp er nog even bij, om te zien op wie het lijkt en of het vaders of moeders oogen heeft. De dokter wilde nog zeggen, dat fel licht voor een pasgeboren kind hoogst nadeelig kan wezen, maar hij hield voor ditmaal die opmerking maar voor zich, daar hij zijn gezelschap al over zooveel had terecht gewezen.

Nadat het kind goed en wel in de wieg is gelegd, gaat men over tot het verorberen van de noodige broodjes en beschuitten met muisjes; koffie- en suikerpot worden daarbij niet vergeten; en de opmerking van de eene buurvrouw, „dat buurman een kloen van een jongen gekregen heit,” aangevuld door de andere buurvrouw met het typische „nou, zeg dat wel, buurvrouw, hij is het domme verreljaars al op voor,” wordt door buurman, die goed op zijn kantoor is, beantwoord met het „je doet maar, snijdt de kaas maar dik en smeert maar fiks boter op je brood, want het komt er vandaag niet op aan.”

Vervolgens gaat ons gezelschap uiteen, de geneesheer vertrouwt kraamvrouw en kind aan de zorgen van de baker toe en zegt: „geen bericht, dan kom ik over een dag of drie nog eens zien.”

Die dagen verloopoen ongestoord en de geneesheer krijgt geen bericht. In het vertrouwen, dat alles in de haak is, komt hij na dien tijd onze kraamvrouw bezoeken. Spoedig verneemt hij echter dat er een kink in den kabel is gekomen. De vrouw is verdrietig, omdat zij haar kind niet zogen kan; de derde dag was reeds voorbij en er was nog geen zog. De baker had, de oude sleur volgende, het kind zoet gehouden met de pappot.

Onaangename teleurstelling! datgene te moeten missen wat de natuur als het meest heilzame voedsel voor het kind heeft aangewezen. 't Is dan ook niet te verwonderen dat eene moeder weent, wanneer zij haren eersten lieveling de borst niet kan geven; vooral als zij weet, dat de natuur de bestanddeelen der moedermelk zóó heeft samengesteld, dat al de verschillende deelen van het kinderlijk lichaam daardoor naar eisch kunnen worden gevormd.

De dokter vond het kind in de wieg liggende; tot zijn leedwezen moest hij ontdekken, dat de baker haar parool van „mijn haan moet koning kraaien” getrouw was gebleven. Het kind zat in een goed stevig pak ingebakerd, was bovendien in nauwsluitende kleedingstukken gestoken, en lag op den rug, met het hoofd lager dan de romp. Verontwaardigd en boos, omdat de baker toch weer haar eigen hoofd had gevolgd, gaf hij er haar geducht van langs en las hij haar opnieuw de les. Hij vertelde haar, van hoe groot belang de ontwikkeling der ademhalingswerktuigen voor kinderen in 't algemeen en voor den zuigeling in het bijzonder is, dat nauwsluitende kleeren en het stevig inbakeren de ademhaling bemoeilijken, dat daardoor de borstkas zich niet goed kan uitzetten en dat op die wijze het kind maar half werk met zijne longen doet.

„Ik kan mij voorstellen,” ging hij met klimmende verontwaardiging voort, „dat iemand die zoo weinig van kinder-
verzorging afweet, en, niettegenstaande dat, toch meent de wijsheid in pacht te hebben, later het kind uren zal dragen met het hoofd op den arm, waardoor de kin naar de borst wordt gedrukt, of misschien gemakshalve het hoofd maar geheel achterover zal laten hangen. Laat je eigen wijsheid maar thuis, baker, en houd je maar aan hetgeen ik je zeg. Zuigelingen moeten zoowel in de wieg als in de kindervagen bijna horizontaal, half op de zijde, liggen en men moet daarbij hoofd en nek een weinig hooger leggen. Zoo is de ligging van den zuigeling het best, zoo leert men het kind reeds vroeg door de neus, en niet door den mond ademen; zoowel voor kinderen als voor volwassenen is de neus de natuurlijkste en beste ademhalingsweg; het stof blijft in het slijmvlies van de neus haken, en de koude lucht komt op die wijze, na in de neus verwarmd te zijn, in de longen.

Toen de baker dien uitbrander en deze zedeles te pakken had, ging de dokter naast het bed van de kraamvrouw zitten en zeide: „Wel, wel, moeder, dat's nou verdrietig, dat je niet te zuigen hebt; maar gelukkig kunnen de kinderen zonder de borst ook nog wel groot worden, als je die pappot maar laat staan, want pap is glad verkeerd voor je kind. Je begrijpt wel, niet waar, dat als je geen borst kunt geven, je natuurlijk wat moet toedienen dat zooveel mogelijk op moedermelk gelijkt. Nu bevat pap volstrekt niet de stoffen, (die in moedermelk voorkomen; het been kan niet hard, de spieren kunnen niet stevig worden; met pap stelt men het leven van het kind dus roekeloos op het spel. Blijft het kind, trots de verkeerde voeding, in het leven, en dat gebeurt somtijds, dan is het toch later nooit zoo frisch en blozend van kleur als een kind dat met moedermelk of koemelk is groot gebracht. Wel, wel, die pappot heeft zooveel op zijn geweten! Je moest eens weten, hoeveel

kindertjes aan levenszwakte, maag- en ingewandslijden bezwijken en in de sterfteregisters worden ingeschreven, tengevolge van een ondoelmatig gebruik van de pappot. Dus, moeder, vóór alle dingen, geen pap. Maar wat dan?

De beantwoording van die vraag bleek voor de toekomst noodzakelijk. Het bezwaar van eene min in huis te hebben, de berekening van den boer: zooveel weken, zooveel guldens, dat is een koebeest minder op stal, maakte dat de dokter den ouders aanried, het kind met koemelk te voeden. Daar de man zelf boer was, kon de koemelk dus voor zijn eigen kind zeker zuiver en onvervalscht wezen. Hij deelde hun mede hoe zij die koemelk nu moesten bereiden en op welke wijze zij moest worden toegediend.

Daar hij zelden in die buurt kwam, drukte hij de moeder bij zijn laatste bezoek, toen hij zich had overtuigd dat het met de kunstvoeding goed ging, nog eens op haar gemoed, dat zindelijkheid en reinheid, zelfs tot in het overdrevene, op en bij alles wat met kindervoeding en kinderverzorging te maken heeft, op de kleeding, op de huid, en op de lucht, die het kind moet inademen, hare rekening bij dokter en apotheker tot een gering bedrag zou kunnen brengen. „Gewen uw kind,” zeide hij, „reeds van af de eerste dagen aan orde en regel; dat zal u in den beginne tijd en moeite kosten, maar later zult ge u verheugen over dat tijdverlies en u beloond zien voor uwe moeite, als gij ziet hoe moeders, die dat niet deden, tobben en sukkelen met lastige, grienende en dwingende kinderen, en hoe zij door deze gestoord worden in haren dagelijkschen arbeid. Als ge weer voor goed over de vloer zijt, geef u zelf dan den tijd om het kind dagelijks, liefst 's morgens, een uur of drie nadat het de flesch heeft gehad, in een lauw warm badje te doen, waarvan gij, als het kind een week of zes oud is, de warmtegraad wat kunt verminderen. Later kunt gij er toe overgaan, om het kind dagelijks fiks met koud water

af te wasschen en goed af te droogen, waardoor het vrij zeker minder vatbaar wordt voor kouvatten. Stel uw kind reeds vroeg bij het uit- en aankleeden in de gelegenheid om een tijdje vrij spel te hebben met zijn ledematen. De vreugdekreten van de kleine om zijn eigen spartelen op uw schoot zullen u menige lach afdwingen en u doen inzien, dat door oefening zijn spierstelsel moet ontwikkelen. Ga bij guur, koud, of regenachtig weer niet met uw kind buiten; doe zulks in den winter spaarzaam, en dan nog alleen midden op dag, als het het warmst is; laat het in den zomer en bij helder mooi weer, op tijden wanneer het kind niet slaapt, met volle teugen de buitenlucht genieten. Gebruik uwe wieg niet om het kind, door hard heen en weer te schommelen, in slaap te sussen; ook het aanhoudend rond-dragen of voortdurend heen en weer rijden in een wagen is ondoelmatig en leidt er toe dat het kind verwend wordt. Met pasgeborenen moet men voorzichtigheid betrachten en als de kinderen wat ouder worden, moet men ze harden. Na deze mededeelingen nam de dokter afscheid, hopen de dat de moeder zijne lessen zou opvolgen.

De eerste drie weken gingen vroolijk en ongestoord voorbij. De vriendelijke en teedere blikken der boerin, als zij haren lieveling voedsel reikte, deden in haar het duidelijk beeld zien van de vrouw, die voor het eerst moedervreugde geniet en moederzorg onder hare plichten telt. Spoedig kwamen vrienden, bekenden en familiebetrekkingen den kleinen wereldburger bekijken, en met die bezoeken kwamen de plagen. De noodige op- en aanmerkingen bleven niet uit, zoodat de moeder het boekje bijster werd.

„Nou buurvrouw”, zei er een, „als ik je de rechte waarheid moet zeggen, je kind valt me niet mee, ik vind niet dat het groeit. Is dat nou die kloen van een jongen, met zijn domme verreljaars op voor? Wat geef je: de borst? Of krijgt het wat anders?”

„Wat zal ik zeggen,” zuchtte de moeder, „daar ik niet te zuigen heb, krijgt het kind koemelk; maar ik doe stipt wat de dokter gezegd heeft, 1 deel gekookte melk, 3 deelen rijstwater.”

„Wel, heb ik nou van mijn leven!” zegt de buurvrouw, „dan wil ik waarachtig wel gelooven dat je kind de groei niet te pakken krijgt. Wat zit er nou in water? Zou jij denken dat je dokter zoo dik en vet geworden is van het water dat hij gedronken heeft?” Algemeen gelach. „Ik gaf mijn kinderen dadelijk half om half en zij groeiden als kool.”

„Heb ik het je niet gezeid,” voegde haar schoonzuster er bij, „je geven veels te veel water. Ik heb moeders gekend die de melk zoo onder de koe vandaan gaven.”

Dat die kinderen echter al lang en breed dood waren, verzuimde zij te vertellen; het is mogelijk dat zij het niet geweten heeft, maar 't is toch waar.

„Hoor ereis,” zeide de moeder, „jelui kunt praten als Brugman, maar die eenen dokter vraagt, moet dokter's raad volgen; die menschen zijn er nu eenmaal voor.”

„Allemaal goed en wel,” viel eene andere buurvrouw in, „maar wat de dokters zeggen, is ook lang geen evangelie. Ik heb wel drie kinderen beneden het jaar verloren; en, nou buurvrouw, zeg zelf of ik niet trouw gedaan heb wat dokter verordineerde. En hoe ging het? De kindertjes gingen kwijnen en kropen in mekaar van 't zuur; het liep hun af, alsof het water was; een heit er nog een gierstuip gehad ook.”

Dat zij een slordevink was en erg ook, buitengewoon smerig op zuigflesch en speen, en er niets van maakte om zelfs 's zomers melk van den vorigen dag te geven, dat stond, jammer genoeg, niet op haar voorhoofd te lezen.

„Nou,” hernam de buurvrouw, die het eerst hare opmerking gemaakt had: „ik zeg maar, water is water en als ik jou was, ging ik ree, vóór het te laat is.”

Toen de buurtjes vertrokken waren, geraakte de jonge vrouw aan 't wankelen; zij werd mistroostig. En toen zij den volgenden dag bezoek kreeg van hare zuster met een kind van ongeveer gelijken leeftijd als het hare, maar dat volop de borst kreeg en dag en nacht met het hare verschilde, toen deze ook nog een duit in 't zakje deed om haar verder van den koers te helpen, toen dacht zij: jongens, de buurvrouwen konden toch nog wel eens gelijk hebben; het zijn toch allen menschen van ondervinding. Ik wil toch eens beproeven of het kind ook wat harder wil groeien, als ik het wat meer melk geef.

Het kind kreeg meer melk, zelfs met fijngemalen rijst als nevenvoedsel, iets wat door eene der andere bekenden, die sterk was op het gebied van raadjes geven, als het „non plus ultra” voor jonge kinderen was aanbevolen. Doch het kind wou de groei maar niet te pakken krijgen; het ging achteruit.

Wij zijn een drietal weken verder. Het is avond. De man is met kaas ter markt geweest en pas thuis gekomen. Ofschoon er een knutselaar in den polder woont, die wel ereis klokken schoonmaakt en horloges herstelt, heeft de boer het toch geraden geoordeeld, zijn gouden repetitiehорloge, dat hij bij zijn aanneming had gekregen, en waaraan hij gehecht is, in de stad achter te laten, om het te doen herstellen. De vrouw zit met de handen in het haar; hare oogen zijn rood van het schreien, want haar lieveling heeft den ganschen dag geschreeuwd. Daar de moeder het schreien van haar kind niet verklaren kan, noch begrijpt waarom het bij herhaling geven van de flesch het kind niet tot stilte brengt, gaat de man, op verzoek van moeder, naar eene oude buurvrouw om raad te vragen.

Waarom verkoos de boer voor zijn horloge den horlogemaker boven den knutselaar uit den polder en voor

zijn kind eene oude buurvrouw boven zijnen dokter?

De waanwijze buurvrouw komt, bekijkt het kind van alle kanten en zegt daarna, op zeer diepzinnigen toon: „Mensch, jou kind kan niet tegen melk, en zoo zijn er wel elf. Weet je wat je moet doen? Geef jij je kind pap met wortelenwater.”

„Ik zou je danken,” zei de moeder, „want pap heeft de dokter zoo sterk afgekeurd, dat ik daar in 't geheel niet aan begin.”

„Mij goed,” herneemt de buurvrouw, „maar met melk, dat zie je nou toch, dunkt mij, duidelijk genoeg, gaat je kind achteruit als sneeuw in de zon. Maar als je dan niet aan de pap wilt, geef het dan revalenta, Haarlemsche grutjes of kindermeel. Van het laatste stonden gisteren nog wonderen in het Vliegend Blad, met een plaatje er bij van een kind, zoo vet als modder.”

Dat had de moeder toevallig zelve gelezen, en zij had daarbij gedacht: „hè, als mijn jongen er ook eens zoo uitzag!” Dat kwam haar dus niet zoo kwaad voor, en manlief ging dus weer naar stad om een pakje kindermeel te halen. Het kind kwam van de koemelk af en kreeg andere kunstvoeding. Maar ook in de volgende dagen bleef het kind druk en lastig, de ontlasting werd dun en groenachtig van kleur, het kind braakte dikwerf en ging al meer en meer achteruit.

De oude buurvrouw kwam nog ereis kijken, zei met een heel geleerd gezicht, dat het kind verging van het zuur, last had van opzetting door winden en van kramp in het lijf. Op de vraag der moeder, of zij ook soms om dokter zou sturen, kreeg zij ten antwoord: „gekheid hoor, 't is voor hen net even goed raden als voor ons; zij kijken er wel op, maar niet er in. Geef jij je kind maar een druppel of wat jenever, een stukje rauw spek op zijn nuchteren maag en vermeng het meel met een beetje fijngestampte straat-

steen en, want zand schuurt de maag en dan wordt het zuur van de maag afgeschuurd."

Een dag of wat gaan voorbij, maar geen beterschap. Een andere buurvrouw spreekt van sagovoeding, arrowroot, karnemelk met meel en beveelt haar aan een doos zuurpoeder van eenen apotheker uit de naburige stad te halen; een gulden de doos, duur maar probatum.

Maar met en onder dat alles gaat het kind steeds achteruit; het wordt gelijk aan een oud manneke met magere, bleeke, ingevallen wangen, een dikken buik, dunne krachtelooze armen en slappe huid. Het kan, om zoo te zeggen, met de konijnen door de tralies. De klierdrippels van Dr Lohé, het middel van „den Buiksloter dokter met het houten poot", zooals 't volk hem noemt, worden geprobeerd, maar niets geeft.

Ten einde raad, zegt een der buurvrouwen: „ik zou toch dokter halen; dan ben je verantwoord, buurvrouw, en heb je er alles aan gedaan, wat je er aan doen kunt."

De dokter wordt ontboden. Hij komt en beziet met innig medelijden het slecht en geheel verkeerd gevoed kind en hoort voor de zooveelste maal het verhaal eener diep bedroefde moeder, die hem meedeelt wat zij ten opzichte van de voeding al zoo bij de hand heeft gehad. Zijn onderzoek doet hem een zeer ongunstig oordeel uitspreken; hij heeft de vaste overtuiging, dat het kind als slachtoffer van eene geheel verkeerde voedingswijze zal vallen en dat het diensengevolge de rubriek overledenen beneden het eerste jaar met één zal vermeerderen.

Hij raadt haar aan, voorloopig wat eiwitwater met Tokayer wijn te geven, weet haar nog op dienzelfden dag eene goede min aan de hand te doen, doch het blijkt dat de hulp van den dokter te laat is ingeroepen. Nog eenige dagen — en eene diep bedroefde moeder zit weenend bij het lijke van haar kind. Toen de geneesheer zijn

laatste bezoek kwam afleggen, zei de vrouw, onder een vloed van tranen: „dokter, het is gedaan; mijn kind is niet meer; het is mijn eigen schuld; ik heb uwen raad niet opgevolgd en meer vertrouwen gesteld in wat buurvrouwen mij op de mouw hebben gespeld. „Ja vrouwtje”, was het antwoord, „ik gevoel wat die woorden beteekenen; ik ben zoo dikwerf getuige geweest van de zelfopofferende liefde en trouw eener moeder voor haar kind, dat ik weet, hoe het hart eener moeder wordt getroffen als zij aan het sterfbed van haren eenigen lieveling zit en zodoende alles op eens verloren heeft. Ik heb medelijden met uwen toestand. Had uw kind een sterke maag gehad, wellicht ware het dan met meerdere melkvoeding goed gegaan, en zou men uwe moederliefde niet bang gepraat hebben met het niet hard genoeg groeien van uw kind. Mocht gij in uw verder leven nog eens weer een kind aan uw zorgen toevertrouwd zien, geef dan geen gehoor aan raadjes en praatjes van leeken, maar houd u aan hetgeen ik u zeg, want misleiding doet u thans droevig staren op het lijke van uwen eersten lieveling.

.
De vrouw heeft later nog een viertal kinderen gekregen en groot gebracht, zich steeds stipt aan de haar gegeven voorschriften gehouden; en thans is zij zelve grootmoeder, en, wat nog meer zegt, eene verstandige grootmoeder. Als buurvrouw is zij eene weldaad voor hare omgeving.

Na deze der waarheid getrouwe schildering, kan ik mij voorstellen, dat de opmerking wordt gemaakt: „dat's nu „allemaal mooi en wel; wel mogelijk dat gij den spijker „op den kop hebt geslagen; maar, wat ons aangaat, wij

„zijn nog maar half tevreden; wij willen overtuigd worden, „wij willen het hoe en waarom van de zaak weten. Uw „voorbeeld was niet onaardig gekozen, maar het waarom „zoo en niet anders hebt gij ons niet bewezen, en nog gis- „teren b. v. lazen wij in het „Nieuws van den Dag” eene „krasse aanbeveling van het kindermel van Ockhuizen als „het beste, wat er op het gebied van kunstvoeding bestaat. „Moet ik alle advertenties in dien geest maar als foppage „beschouwen, als speculatie op de geldbeurzen van het licht- „geloovige publiek?”

Aan dat verlangen, waarde opmerker! willen wij vol-
doen, en daarom zullen wij u in het tweede deel van dit
geschrift de juiste gronden duidelijk maken, waarop onze
beschouwingwijze over kindervoeding berust, want het ge-
hoorzamen gaat het best, als men het „waarom” van den
eisch kent.

Wanneer een schilder met zijn penseel het een of ander
landschap op het doek brengt, zal hij de natuur zoo getrouw
mogelijk trachten na te bootsen, wel wetende, dat hij dan
zeker van zijne zaak is, en zijn arbeid de meeste kans
van welslagen heeft. En toch zal hij, die het landschap
zelf gezien heeft, zeggen: „de schilderij is mooi afge-
„werkt, de natuur is prachtig nagevolgd, maar dat's toch
„maar waar, de natuur gaat boven de kunst. Zoo is het
ook met de voeding van het kind in het eerste levens-
jaar. Op iedere moeder rust de zedelijke verplichting, haar
kind zelve te zogen, en al datgene in praktijk te bren-
gen, wat de geneesheer haar aanraadt als nuttig en dienstig
voor het goed vervullen van die taak. Zij, die zulks verzuimt,
beseft niet, welke waarde de vervulling van dien eersten
en voornaamsten moederplicht voor haren lieveling heeft.
Maar zoo dikwerf weigert moeder natuur hare diensten,
zoo vaak geraakt men op een dwaalspoor. Meermalen ook

bestaan er billijke redenen, die verhinderen van hare krachten gebruik te maken. Dan moet de kunst voor de natuur optreden, hare plaats vervullen. En dit kan zij op voortreffelijke wijze, indien zij, even als de schilder, de natuur zoo getrouw mogelijk nabootst en niet, door onwetendheid of moedwilligheid, op ondoelmatige wijze wordt toegepast. Treurig genoeg, vindt dit maar al te vaak plaats.

Indien wij de sterftestatistiek van kinderen nagaan, dan vindt men, dat nagenoeg bij alle volken van Europa de sterfteverhouding van kinderen in het eerste levensjaar bijzonder groot is. Terwijl de sterfte gedurende een jaar gemiddeld slechts 25 per 1000 menschen van allerlei leeftijd bedraagt, sterven er van de 1000 kinderen in het eerste levensjaar wel 200 tot 300. Terwijl in Zweden en Noorwegen, in Frankrijk, Ierland en Schotland 15 tot 20 van de honderd pasgeborenen in het eerste jaar overlijden, sterven er in Duitschland en Nederland 30 tot 35 op hetzelfde getal. In Berlijn vindt men onder de 2835 beneden het jaar gestorvenen: 2315, d. i. 81,6 pCt., wier dood veroorzaakt is door gebrekkige kunstvoeding. Van de kinderen, die in 1880 beneden het jaar te Berlijn stierven aan maag- en ingewandslijden, kwamen er 486 voor, die met moedermelk, 2585 die met kunstvoeding, 1244 die met gemengd voedsel waren gevoed. In Parijs hebben vele moeders de gewoonte hunne kinderen bij eene min in de kost te doen, ergens buiten de stad. Doch vele van die plattelands minnen verzorgen zelve de kinderen volstrekt niet, knoeien op eene ergerlijke wijze met kunstvoeding, nemen het met de verzorging niet zoo nauw, zoodat is gebleken, dat van 1000 pasgeboren kinderen, die naar deze plattelands minnen werden gezonden, 500 tot 700 beneden het eerste jaar stierven; terwijl van 1000 pasgeboren kinderen, die binnen Parijs werden opgevoed, met meer zorg voor voeding en verzorging, ongeveer 250 binnen het jaar overleden. In

Amsterdam kwamen er in 1886 op 9737 sterfgevallen 2857 beneden het jaar voor. In Noord-Holland komen op de 18958 sterfgevallen 5397 beneden het jaar voor; en van deze 5397 waren er 3300, die aan maag- en darmlijden moesten worden toegeschreven. Van 8386 kinderen, die in Zuid-Holland in hun eerste levensjaar waren gestorven, moesten er 4400 op rekening van maag- en ingewandslijden gesteld worden. Bovendien leert de statistiek van kindersterfte beneden het eerste levensjaar, dat 10.9 pCt. van de kinderen, welke met de melk van de moeder of min worden gevoed, 67.5 pCt. van hen, die door kunstvoeding werden grootgebracht, aan maag- of ingewandslijden bezwijken, en dat bij epidemieën van cholera en cholerines, op 216 nauwkeurig onderzochte gevallen in zekere streek slechts 22 kinderen voorkwamen beneden het eerste jaar, die de borst hadden gehad, 161 die bij de borst kunstvoeding kregen, en 133 die alleen kunstvoeding hadden genoten. Nu zou het natuurlijk dwaas zijn, om dit hooge sterfte-cijfer van kinderen beneden het eerste jaar uitsluitend op rekening te stellen van slechte luchtgesteldheid, ongezonden bodem of gebrekkige woningen; want het is een feit dat juist in die landen of streken het sterfte-cijfer het hoogste is, waar kunstvoeding bijna regel kan heeten, terwijl daar, waar men de meeste zogende vrouwen aantreft, betrekkelijk weinig kinderen beneden het eerste jaar sterven.

Het zij mij veroorloofd uit deze opgaven reeds eenig bewijs te putten voor het „waarom zóó en niet anders.” In de eerste plaats zal het u duidelijk zijn, dat sommige dier cijfers aantoonen, dat de moedermelk voor het kind het beste is, dat de plicht om het kind te zogen, voor de moeder dus een heilige plicht is, dat kinderen met moedermelk grootgebracht, niet zoo gemakkelijk ziek worden en sterven als zij, die kunstvoeding genoten hebben. Vervolgens moet het u in het oog vallen, dat de hoofdoorzaak van het belang-

rijk ziekte- en sterfte-cijfer aan maag- en ingewandslijden in het eerste levensjaar bijna uitsluitend ten laste komt van kunstvoeding. Om die reden willen wij u dan ook nu aantoonen, hoe deze kunstvoeding door dwalingen, vooroordeel, domheid of nalatigheid verkeerd wordt toegepast. Waar cijfers als de bovenstaande spreken, zult gij het met ons der moeite waard achten eens de eischen na te gaan, welke de natuur op het gebied van voeding in het eerste levensjaar aan de kunst stelt.

Wij vangen aan met een vraag, en wel met deze: Hebt gij wel eens een laboratorium, een scheikundige fabriek gezien, waarin de geneesmiddelen worden bereid, die gij wel eens in den vorm van drankjes, poeders of pillen hebt ingenomen? Hebt gij wel eens een kijkje genomen in een lucifers-fabriek?

„Nee en ja,” zult gij wellicht antwoorden, „maar wat heeft dat nu te maken met de voeding van het kind, met zijne spijsvertering? Moet ik zoo te weten komen, waar Abraham de mosterd haalt?”

Wel zeker, en dat zullen wij u kort en duidelijk verklaren. Een laboratorium is de werkplaats, waarin de geleerden, die wij scheikundigen noemen, hunnen arbeid verrichten. Door wrijven, stampen, fijn malen, kneden, brengen zij daar samengestelde stoffen tot eenen fijn verdeelden toestand, tot poeder; door verwarmen, koken, oplossen, door het bijvoegen van vloeistoffen, waarin sommige vaste stoffen verdwijnen, (die zulks niet in water doen, zoo als dit b. v. geschiedt met de suiker in uwe koffie,) weten zij uit sommige samengestelde geneesmiddelen de werkzame bestanddeelen af te zonderen. Daar heb je bij voorbeeld de kinabast, die, uit Oost-Indië aangevoerd, in de Amsterdamsche kinine-fabriek verschillende van deze bewerkingen ondergaat, en dan de kinine oplevert. Wie uwer heeft wel niet eens voor een kwartje kinine uit de apotheek gehaald, en

gezien dat, als hij deze in water deed, zij daarin niet oploste, maar als hij, op raad van zijnen geneesheer, er een druppel of wat zwavelzuur bijvoegde, zij dan in het water verdween en er een gelijkmatig geheel mede vormde? Op gelijke wijze en door dergelijke bewerkingen haalt men in de lucifersfabrieken uit de beenderen van dieren de phosphorus, waarvan de koppen der lucifers worden gemaakt. Soortgelijke arbeid vindt plaats in een laboratorium. Dergelijk werk wordt verricht in uw eigen lichaam. Wij noemen dien arbeid het scheikundig gedeelte onzer spijsvertering, waarvan wij ons, om het fijne van de zaak goed te begrijpen, op de hoogte moeten stellen; terwijl wij ons met het werktuigelijk gedeelte, dat wil zeggen, met de wijze, waarop onze spijzen van af den mond tot naar zekere plaats worden voortbewogen, voor onze bewijsvoering minder te maken hebben. In overoude tijden waren het vooral de alchymisten, die, zoekende naar den steen der wijzen, hun werk in het laboratorium uitoefenden. Zij, die aan het hoofd van zulk eene werkplaats stonden, hun vak tot in de fijnste puntjes kenden, hun werk op uitstekende wijze verrichtten, droegen den naam van „meesters;” terwijl hij, die bij die meesters in de leer kwam, wiens arbeidsvermogen nog weinig beteekende, „adept”, dat wil zeggen „leerling”, genoemd werd. Welnu, in ons lichamelijk laboratorium staat de volwassene gelijk met den meester, en de zuigeling met den leerling.

Wat dit te beteekenen heeft, zullen wij trachten u duidelijk te maken door een antwoord te geven op de vraag: „Waarom eten wij? Wat is voeding? Waar groeien wij van?”

Wij kunnen ons menschelijk lichaam vergelijken met een gebouw, dat uit verschillende afdeelingen bestaat, werkplaatsen, waarin arbeid verricht wordt. Voor het inrichten en voltooien van een gebouw zijn bouwstoffen noodig; en waar werktuigen arbeid verrichten, daar moet noodzakelijk slijtage en stofverlies plaats vinden. Nu is voor de ontwik-

keling van ons lichaam, voor zijn onderhoud, voor slijtage en voor stofverlies, aanvoer van nieuwe stof noodig. Het zal u gemakkelijk zijn te begrijpen, dat wij om deze redenen eten. Maar hij, die een huis wil bouwen en onderhouden, moet weten, welke bouwstoffen hij moet gebruiken. Daarom vertellen wij u, dat zetmeelhoudende stoffen, eiwitten, vetten, zouten en water deze bouwstoffen leveren; en dat wij voor onze voeding met deze bouwstoffen rekening moeten houden. Die bouwstoffen, daar zijt ge zeker nu wel achter, komen voor in het dagelijksch voedsel, dat wij gebruiken, en moeten daaruit gehaald worden. En op dat punt is de arbeid der volwassenen meester, want de verschillende afdeelingen hunner spijsverteering halen niet alleen die bouwstoffen uit ons voedsel, maar zetten deze om en verwerken ze zoodanig, dat zij in opgelosten toestand in het bloed worden opgenomen. Want, even als de bouwmeester zijne verschillende bouwmaterialen steeds naar de juiste plaatsen aanvoert, pannen aan den dakdekker, hout aan den timmerman, verf aan den schilder, steenen en kalk aan den metselaar, behangsel aan den behanger geeft, zoo brengt ook de bloedsomloop de voedingsstoffen als bouwstof naar de verschillende afdeelingen van ons lichaam. Ons laboratorium vervult dus de rol van leverancier in bouwstoffen aan het bloed, terwijl de bloedsomloop bouwmeester is. Voordat dit zaakje heelemaal kant en klaar is, moet er nog al heel wat gebeuren. Misschien herinnert ge u, hoe gij in uwe jeugd tarwe kauwde, of dat uwe moeder u een pen op de neus zette, opdat gij uw brood fijn zoudt kauwen, voordat gij het doorsliktet, en hoe dan die tarwe of dat brood al zoeter en zoeter van smaak werd. Nu bevatten tarwe en brood zetmeel; door dat snijden en fijnmalen met uwe tanden en kiezen, door die kauwbeweging, komt het flink in aanraking met het speeksel, dat in de mondholte wordt afgescheiden, en waardoor het zetmeel in

suiker wordt omgezet. Op soortgelijke wijze, — ik zou bijna durven wedden, dat gij het reeds vat, als gij u maar even onze beschouwing over het laboratorium en de lucifersfabriek herinnert — worden de eiwitten door de maag, de vetten door de gal tot oplosbare verbindingen omgezet en verwerkt, terwijl het vocht van de alvleeschklier, die achter de maag ligt, en het darmsap, die beiden in het darmkanaal worden uitgestort, nog een handje helpen om de zetmeelhoudende stoffen, eiwitten en vetten verder om te zetten, voor zooverre dat nog niet volkomen is geschied. De zouten en het water, die of als bestanddeelen in onze spijsen voorkomen, of in den vorm van drinken genomen worden, hebben voor onze voeding nagenoeg geene andere bewerking te ondergaan.

Indien nu die verschillende afdeelingen den haar opgelegden arbeid naar behooren hebben verricht, dan zijn de verschillende bouwstoffen in een vocht opgelost, dat van uit de ingewanden door een buis naar de bloedsomloop wordt geleid, die het tot in de kleinste schuilhoeken van het lichaam voert. Het niet verteerbare en dus onverbruikte voedsel wordt uit het darmkanaal verwijderd.

Wat de spijsen voor onze voeding zijn — dit willen wij voor ons onderwerp nog ter loops opmerken, — is zuivere, reine dampkringslucht voor de ademhaling; met recht geven wij daaraan dan ook den naam van levensvoedsel, want de lucht, die wij inademen, dient evenzeer als onze spijsen, tot verversching van het bloed, tot onderhoud van ons lichaam.

Toetsen wij nu die gegevens aan den gang van zaken bij den zuigeling, dan zullen wij een groot verschil in arbeidsvermogen waarnemen. De zuigeling heeft noch tanden, noch kiezen en eene uiterst geringe speekselsafscheiding; deze laatste begint eerst na de derde maand van zijn leven. De zetmeelhoudende stoffen worden in de mondholte niet gewijzigd of omgezet. De ruimte-inhoud van de maag is

geringer, hare afscheidende oppervlakte klein, kortom, als scheikundige werkkraft heeft zij niet veel meer te beduiden dan de leerling in het laboratorium van den meester. De kleine omvang van den maagbodem gedooft geene overvulling en is ongeschikt voor een langdurigen en aanhoudenden arbeid. De galafscheiding is bij het kind in het eerste levensjaar zeer gering; daarom moogt ge uw kind nimmer eene voeding geven, die rijk is aan vetten. De alvleeschklier scheidt in de eerste levensmaanden bijna niets af; met het darmsap vereenigd, helpt zij al een bitter beetje bij de verdere omzetting der voedingsstoffen. Wat oneetbaar is, wat niet verwerkt wordt, is onbruikbaar als bouwstof, is ballast; en ballast werpt men overboord. Daarom moeten wij kindermeelsoorten, die allen zonder onderscheid veel te sterk zetmeelhoudend zijn, althans voor de eerste levensmaanden, als ongeschikt voedsel beschouwen.

„Zoo! zoo!” hoor ik u reeds zeggen, „maar dan begrijp ik ook, dat al die advertenties, zoo als van „meel van Nestle” dat van „Giffey en Scheele” van „de biscuitfabriek,” enz., voor een groot deel speculatiën op mijn geldbeurs zijn, althans voor het eerste halfjaar van mijn kind, en dat ik om dezelfde redenen de mazaina, het racahout, de sago, de arrowroot, de leguminose van Hartstein, niet ter verwerking moet geven aan het kind in zijne eerste levensmaanden. En dan is het mij zoo klaar als de dag, dat ik mijn kind in geen geval in zijn eerste halfjaar uit de pot mag laten mée eten.”

Ik merk al, waarde opmerker, dat gij zoo zachtjes aan op de hoogte komt, waar de schoen wringt, en dat gij nadenkt. Want, gelijk in het laboratorium van den alchymist, de meester voor zijn taak berekend is, en uit de meest samengestelde stoffen de bestanddeelen weet te halen, terwijl de leerling pas een kijkje komt nemen, en er nog niet te best mee terecht kan, zoo ook weet de volwassene in

de scheikundige werkplaats uit het meest samengestelde voedsel de vormbestanddeelen voor zijn lichaam af te scheiden, en is daarin meester, terwijl de zuigeling dien arbeid nog maar gebrekkig kan verrichten en dus gelijk is aan den leerling. Wel zeker, pittige denker! dat heb je er weer goed afgebracht. Immers als aan een jong werkman een stuk werk wordt toevertrouwd boven zijne ontwikkeling en kracht, dan zal er òf niets van terecht komen, òf hij zal een misbaksel leveren; en wanneer hem die arbeid iederen dag, ja ieder oogenblik wordt opgelegd, zal hij zijne beste krachten verspillen en zich overwerken, zoodat men hem op den tijd dat hij voor die taak werkelijk de geschiktheid zou kunnen hebben, geheel voor dat dagwerk onbekwaam heeft gemaakt. En nu vraag ik u, of datzelfde niet zal gebeuren, wanneer gij aan het laboratorium van uw kind een arbeid opdraagt, waartoe zijne samenstelling en bouw nog niet in staat zijn?

Wanneer de arbeider onder zijn werk geen rust krijgt, wanneer van hem geregeld een te groote arbeid wordt gevergd, al komen zijne krachten ook met den aard van dien arbeid zelve overeen, geraakt hij uitgeput, moet hij het werk opgeven en wordt vroeg oud. En zal datzelfde niet plaats vinden als gij de maag van uw kind maar zonder tusschenpoozen laat arbeiden, als aan die maag wel passend werk, maar dit in te groote hoeveelheid wordt opgedragen?

Zoo zijn wij met ons onderwerp reeds een mooi stuk op weg en kan ik mij voorstellen, dat gij reeds bij u zelve denkt: „maar dan blijft er voor de nog zwakke scheikundige werkplaats van den zuigeling, indien deze n. l. op „kunstmatige wijze moet worden gevoed, niet veel meer over „dan de melk van dieren, want eene min er op na te houden „komt op je zak aan en eene buurvrouw te treffen, die als „min kan en wil dienst doen, is ook al een witte raaf.”

Deze opmerking is inderdaad juist, want met melkvoeding

kan men de natuur het meest getrouw volgen. Melk van dieren bevat dezelfde bestanddeelen, maar dikwerf in eene andere verhouding, als moedermelk. Zij zijn daarin voorhanden in eene verbinding, die al heel gemakkelijk te ontleden is, veel gemakkelijker dan eenige andere kunstvoeding. Ik maak mij sterk dat, als gij met een beetje geduld de volgende tabel kalm en bedaard nagaat, gij begrijpen zult dat zij de spil is, waarom het geheele rad van kunstvoeding draait, vooral als wij u voor de toelichting een beetje bijspringen.

Melksoorten. Op 100 deelen bevat:	Aan Suiker en Zetmeel	Aan Eiwitten	Aan Vetten	Aan Zouten	Aan Water
Moedermelk	6.04	2.40	3.90	0.49	87.09
Ezelinnenmelk	6.25	2.01	1.39	0.31	90.4
Geitenmelk	4.45	3.69	4.09	0.86	86.90
Koemelk	4.82	3.41	3.66	0.70	87.41
Karnemelk	3.38	3.78	1.25	0.65	90.62
Gecondenseerde Melk	56.60	8.95	11.15	2.95	20.35

Welnu, wat zeg je er van? Want ik neem aan, dat gij, als leergierige lezer, deze tabel van alle kanten nauwkeurig hebt bekeken en het voor en tegen hebt overwogen.

„Dat's nog al glad,” hoor ik u zeggen, „je hebt wel gelijk „en den bal lang niet mis geslagen: ezellen- en geitenmelk halen den prijs; maar ik zou je danken. Waar „schraalhans keukenmeester is, en zoo zijn er wel elf, kunnen „de meesten deze melk niet koopen, kan Bruintje het niet „trekken.

„Ik geef toe, dat het erg jammer is, maar wat het zwaarst „is, moet het zwaarst wegen. Wat de geitenmelk betreft, „dat zou nog gaan; maar de meeste menschen kunnen niet „melken; ook levert het houden van een geit nog al be- „zwaren op; bovendien zijn geiten niet algemeen genoeg, „terwijl de koemelk goedkoop en algemeen verkrijgbaar

„is, zoodat zij ook op de lijst van de dagelijksche huis-
„houding voorkomt.”

Wanneer ik zulke opmerkingen uit den mond van het volk hoor, dan zeg ik van hem, die deze opmerking maakt: „dat heb je er kranig afgebracht, zij kunnen jou gerust om een boodschap sturen, want je hebt de vijf goed bij elkaar.” En als ik hem eens vroeg: „wat dunkt je van de Hollandia-melk?” dan was het heel wel mogelijk, dat ik ten antwoord kreeg: „die lijkt me zoo kwaad niet toe, vooral ook omdat vele geneesheeren haar hemelhoog prijzen, en mijn dokter, dien ik ten volle vertrouw, zijn eigen kinderen er meê groot brengt en mij laatst verteld heeft, hoe nauwkeurig de wijze van toediening op de bussen vermeld staat.” Het spijt mij, dat ik het zeggen moet, maar in dezen ga ik niet met dezen ambtgenoot mede, maar sta ik aan de zijde van de deskundigen op het gebied van kindervoeding in Frankrijk en Duitschland. Wanneer wij onze tabel nauwkeurig nagaan en aannemen, dat een kind van 14 dagen dagelijks gemiddeld 150 gram Hollandia-melk gebruikt, terwijl een zuigeling van dien leeftijd per dag ongeveer 500 gram moedermelk noodig heeft, dan blijkt uit onderstaande becijfering, dat natuur en kunst in hoeveelheid en hoedanigheid der vormbestanddeelen voor ontwikkeling en groei nagenoeg overeenkomen, maar dat de kunstvoeding van de moedermelk blijft verschillen door haar buitengewoon groot suikergehalte, want, om het door verdamping ingedikte vocht voldoende voor bederf te vrijwaren, heeft men er eene zeer groote hoeveelheid suiker aan toegevoegd.

500 gram moedermelk bevatten aan suiker en zetmeel
 $5 \times 6.04 = 30.2$, aan eiwit $5 \times 2.40 = 12$, aan vet $5 \times 3.90 = 19.50$, aan suiker $5 \times 87.09 = 435.45$, aan zouten
 $5 \times 0.49 = 2.45$.

100 gram Hollandia-melk bevatten aan suiker en zetmeel

$1.5 \times 56.60 = 84,9$, aan eiwit $1.5 \times 8.95 = 13.45$, aan vet $1.5 \times 11.15 = 16.20$, aan zouten $1.5 \times 2.95 = 4.45$.

Het te groote suikergehalte der gecondenseerde melksoorten, waartoe de Hollandia-melk van de fabriek uit Vlaardingen behoort, geeft somtijds aanleiding tot zuurvorming en wekt daardoor dikwerf diarrheën op. De groote hoeveelheid suiker veroorzaakt vaak ruime vetvorming, en, al zien de kinderen er zodoende goed uit voor het oog, over het geheel genomen zijn het geen kinderen, waarvan men zeggen kan: het zit er goed aan. De uitsluitende voeding met gecondenseerde melk blijkt dikwijls niet bevorderlijk voor eene ferme ontwikkeling van het beenstelsel, en kan somtijds de oorzaak worden van het ontstaan van engelsche ziekte. Ten slotte, en ook dit is mij meermalen gebleken, is gecondenseerde melk voor algemeen gebruik veel te duur.

Zoo blijven de karnemelk en koemelk alleen over.

De karnemelk verschilt van de koemelk in hoofdzaak door haar gehalte aan vrij melkzuur, iets, waarvan wij in bovenstaande tabel, om het vergelijkend overzicht gemakkelijk te maken, geen melding maakten. Wanneer men voorzichtig een lepel bloem van meel in een kan karnemelk mengt, dit mengsel onder voortdurend roeren op een flink vuur verwarmt, een minuut lang kookt, er dan een klein stukje boter, wat zout en een eetlepel suiker bijvoegt, dan kan dit mengsel soms zeer geschikt de moedermelk vervangen. Daar het echter moeielijk is, om overal en iederen dag goede versche karnemelk te verkrijgen, zoo kan het niet algemeen toegepast worden.

„Zie zoo!” hoor ik u zeggen, „dat is er al weer een overboord voor algemeen gebruik. Voor werkelijk algemeene toepassing blijft dus de koemelk alleen over.

Maar, met uw verlof, de koemelk bevat meer eiwitten, minder suiker in verhouding tot het water, dan de moedermelk; ook heb ik wel eens gelezen, dat de kaasstof —

een der eiwitten van de koemelk — andere natuur- en scheikundige eigenschappen heeft, dan de kaasstof der moedermelk; dat zij minder gemakkelijk en in grootere vlokken stolt. Ook heeft men mij wel eens wijs gemaakt dat tering, typhus, tongblaar, misschien ook wel roodvonk door het gebruik van koemelk op het kind kunnen overgaan, zoodat ik met al die gegevens voor oogen zoo bij me eigen zich zelve zeg: „Nou, nou, daar loopt ook van St. Anna onder door, het is niet al goud, wat er blinkt.”

Ik moet eerlijk bekennen, dat ook hier niet alles in de haak is. Doch, maak je maar niet ongerust, want daar is best een mouw aan te passen. Indien gij de volgende voorschriften getrouw opvolgt, dan verzeker ik u, dat bij de voeding met koemelk de kunst de natuur op uitstekende wijze nabootst.

Gelijk men bij het zogen er steeds op letten moet, of de moeder of min wel gezond is, zoo moet men ook bij het gebruik van koemelk zeker zijn, dat het dier, waarvan men de melk heeft, gezond is. Is het voor den boer dikwerf onmogelijk, verborgen kwalen bij zijn beest te ontdekken, nog veel minder zal de leek zulks kunnen uitmaken. Voorzichtig en beter is het daarom ook, om de melk niet van een en dezelfde koe te nemen; in elk geval haar, onder de noodige voorzorgen voor aanbranden, goed te koken; want dan worden de besmettelijke ziektekiemen, indien deze aanwezig zijn, vernietigd en de gekookte melk wordt bovendien minder spoedig zuur. De koemelk moet zuiver en onvervalscht wezen, en het is daarom lang niet onverschillig, waarmee het dier gevoed wordt. De boer kan zich echter niet bepalen tot het uitsluitend voederen met datgene wat eigenlijk alleen geschikt is tot het verkrijgen van goede melk. Hem leiden veel meer andere doeleinden. In elk geval is het raadzaam zijn melk te nemen van eenen goeden, vertrouwden boer, die zijn vee niet met kool.

knollen, spoeling, ransige koeken of afval voedert. Koop de koemelk, mits zij zuiver zij, liever tot den hoogsten prijs, want geen kapitaal wordt beter belegd, geen geld doelmatiger besteed dan wat tot verbetering en behoud der gezondheid dient. Wanneer de zuivere onvervalschte melk degelijk gekookt is, komt het er op aan haar op juiste wijze en met doelmatige middelen te verdunnen. *)

Als de moeder haar kind volop heeft kunnen geven met de eene borst, zal zij er niet aandenken zijn maag te overladen, door het ook aan de tweede te leggen, wetende dat het spreekwoord waar is „al te veel is ongezond”; om dezelfde redenen moeten wij ook bij kunstvoeding niet onbesuisd en ondoordacht het kind maar vol stoppen, maar een bepaalden maat volgen. Zoo als gij in bovengenoemde voorschriften lezen kunt, moeten zindelijkheid en reinheid bij en met alles, wat op uw kind betrekking heeft, scheering en inslag zijn, terwijl de opgegeven wijze van verdunning — dit aan het adres van den vraagal en opmerker, dien ik bij tijd en wijle in dit geschrift liet optreden — maakt, dat de kaasstof der koemelk, wat hare stolling en verteerbaarheid betreft, min of meer overeenkomt met die der moedermelk. Nog stip ik aan, dat bijvoeging van eenige weinige korrels suiker wenschelijk is. De nauwkeurige opvolging der aangehaalde voorschriften zal in de meeste gevallen het kind goed en degelijk doen ontwikkelen.

Maar zelfs met inachtneming van alle mogelijke voorzorgen, kan kunstvoeding, welke ook, falen. Men kan maag en ingewanden der zuigelingen niet bij allen over den zelfden kam scheeren; de arbeid der spijsverteringswerk-

*) Wij nemen de vrijheid u daarvoor te verwijzen naar de voorschriften over kunstmatige voeding voor kinderen in het 1ste levensjaar, uitgegeven door E. N. SMIT te Koog ad. Zaan en voor 10 cts. bij elken boekhandelaar verkrijgbaar.

tuigen kan bij enkelen van den gewonen regel afwijken, en dan wordt het voor de arme moeder een heele kunst om voet bij stuk te houden en geen oor te leenen aan allerlei dwaze en dolzinnige raadgevingen van grootmoeder, baker of buurvrouwen. In die gevallen handelt men het verstandigst, wanneer men zijn kind niet aan wellicht gevaarlijke proefnemingen waagt, maar, vóór het te laat is, den raad van den geneesheer inwint.

Ook in die gevallen waarin de zogafscheiding te gering blijkt te zijn, kan de op de aangegeven wijze verdunde koemelk, in vereeniging en bij afwisseling met de moederborst, toegediend worden.

Eerst met de 5de of 6de maand kan men den zuigeling bij de koemelk wat fijn gemalen rijst, in den vorm van dunne rijstenpap, bouillon met beschuit, beschuitpap, kindermeeisoorten, het meel van Nestle enz., geven, om zoo langzamerhand tot vast doch altijd licht verteerbaar voedsel over te gaan.

Indien men op deze grondslagen de voeding van het kind in het eerste levensjaar inricht; indien het kind met zorg gewasschen, goed afgedroogd en droog gelegd wordt, en men er geen gewoonte van maakt om het telkens uit de wieg te nemen en rond te dragen, bespaart men zich zelf veel tijd, veel moeite en veel onrust, en het kind zal, als het overigens gezond is, het onnoodige schreeuwen spoedig afleeren. Want een gezond, niet verwend, kind schreeuwt alleen als het honger heeft of zich heeft verontreinigd.

Zooals ge opgemerkt zult hebben, speel ik nog al vaak op de viool van spreekwoorden. „Die zich aan een ander spiegelt spiegelt zich zacht,” „leeringen wekken, voorbeelden trekken” — en daarmee afgedaan.

