

*Monika Nawrot-Borowska*

DOI: 10.14746/BHW.2014.31.6

*Instytut Pedagogiki*

*Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy*

### **Mamki – najemne karmicielki w świetle literatury poradnikowej z drugiej połowy XIX i początku XX wieku**

**Abstract.** Wet nurses – hired breast-feeders in the light of the “how-to” literature from the second half of the 19th and early 20th centuries

Wet nurses, i.e. hired breast-feeders of babies, were the subject matter of this research. It aims to systematize the advice that was formulated on the pages of “how-to” books regarding the search for, recruitment, and treatment of wet nurses in the homes of one’s charges. The specific duties of wet nurses that were especially expected of them are determined, as well as the errors most frequently committed in their performance, which the authors of how-to books described at length, in order to warn mothers against the incompetence of paid breast-feeders. A comparison of the views of authors of “how-to” books over nearly 70 years will allow us to determine a possible evolution of views regarding wet nursing.

The “how-to” books on health, hygiene, and education from the second half of the 19th century and the early 20th century (the period approximately from 1850-1918), published in Polish areas and addressed mainly at families, especially mothers, form the source material for the research. The use of this type of literature will allow us to reconstruct the promulgated image of wet nursing without broader reference to providing help for them, which is worth confronting with the “how-to” recommendations, attempting to determine whether, and to what extent, they were reflected in everyday life (e.g. using epistolary or archival sources, and memoirs). Nevertheless, the authors of “how-to” books also referred to the practice of tending infants and young children, criticizing inappropriate behaviour of wet nurses, while the recommendations formulated by them were to remedy inappropriate behaviour occurring in reality.

The issue of wet nursing has not hitherto been analysed in detail in Polish historiography. In recent years, though, a few texts or papers in which one can find more or less extensive information (the less extensive ones predominate) related to breastfeeding by wet nurses in the Polish areas in the Middle Ages, the period of Old Poland, or the partition period, have been published. Thus, it seems even more reasonable to explore this issue, which will help to fill a gap in the development of the history of breastfeeding, nursing, and tending infants and small children.

**Keywords:** wet nurse, breastfeeding, “how-to” book, tending children, nursing

Są okolice i sfery towarzyskie, które bez mamki ani rusz obejść się nie umieją. Mamką zostać, to nieprzebrane źródło dochodu dla ubogich kobiet z ludu, a panie zamożne klas wyższych nie pojmują wcale, jak można obejść się bez mamki mając dzieci [...] Jedna matka staje się wiarołomną względem swojego niebożątka, ażeby się oddać obcemu dziecku, inna matka zdaje swe obowiązki macierzyńskie, które powinny być dla niej święte, obcej kobiecie, ażeby się bawić! Cóż za spaczenie przyrodzonych stosunków! – surowo oceniała obyczaj zatrudniania mamek w początku XX w. autorka jednego z popularnych poradników z zakresu higieny i lecznictwa<sup>1</sup>. Przedmiotem niniejszych badań uczyniono mamki, najemne karmicielki niemowląt. Celem dokonanych ustaleń jest próba systematyki wskazówek i porad, jakie formułowano na stronach poradników w zakresie poszukiwania, zatrudniania i traktowania mamek w domach swoich podopiecznych. Określone zostaną postulowane obowiązki mamek, a także najczęściej popełnianie błędy w ich wypełnianiu, jakie autorzy poradników szeroko opisywali, chcąc przestrzec matki przed niekompetencją płatnych karmicielek. Porównanie poglądów autorów poradników na przestrzeni niemal siedemdziesięciu lat pozwoli stwierdzić ewentualną ewolucję poglądów na mamczarstwo.

Podstawą źródłową badań uczyniono poradniki z zakresu zdrowia, higieny i wychowania z drugiej połowy wieku XIX i początku wieku XX (za umowne cezury czasowe przyjęto lata ok. 1850–1918), opublikowane na terenie ziem polskich, adresowane w głównej mierze do rodzin, a szczególnie do matek. Wykorzystanie tego typu literatury pozwoli odtworzyć postulowany obraz mamczarstwa, bez szerszego odniesienia do rzeczywistości, którą warto skonfrontować z poradnikowymi zaleceniami, próbując stwierdzić, czy i w jakim stopniu miały one swe odzwierciedlenie w codziennym życiu (np. z wykorzystaniem źródeł pamiętnikarskich, epistolograficznych, archiwalnych). Niemniej autorzy poradników także odwoływali się do praktyki opieki nad niemowlętami i małymi dziećmi, krytykując niewłaściwe zachowania mamek, a formułowane przez nich porady miały na celu naprawę niewłaściwych zachowań mających miejsce w rzeczywistości.

W historiografii polskiej problematyka mamczarstwa nie jest dokładnie rozpoznana. W ostatnich latach ukazały się nieliczne teksty czy prace, w których można znaleźć bardziej lub mniej obszerne (i te dominują) informacje poświęcone karmieniu piersią przez mamki na terenach ziem polskich w czasach średniowiecza, w okresie staropolskim czy doby zaborów<sup>2</sup>. Tym bardziej zasadne wydaje się eksplorowanie tej tematyki przez bada-

<sup>1</sup> Dr A. Fischer-Dueckelmann, *Kobieta lekarką domową: podręcznik lekarski do pielęgnowania zdrowia i lecznictwa w rodzinie, ze szczególnym uwzględnieniem chorób kobiecych i dziecięcych, położnictwa i pielęgnowania dzieci*, na pol. przeł. za zezw. aut. Teresa Jaroszewska z współudz. A. Czarnowskiego, Mikołów – Warszawa 1908, s. 738.

<sup>2</sup> E. Kowecka, *W salonie i w kuchni, Opowieść o kulturze materialnej pałaców i dworów polskich w XIX w.*, wyd. III, Poznań 2008, s. 29; M. Delimata, *Dziecko w Polsce średniowiecznej*, Poznań 2004, s. 87–88; D. Żołądź-Strzelczyk, *Dziecko w dawnej Polsce*, wyd. II, Poznań 2006, s. 112–116; B. Ogrodowska, *Polskie tradycje rodzinne*, Warszawa 2007, s. 68; A. Bołdyrew, *Matka i dziecko w rodzinie polskiej. Ewolucja modelu życia rodzinnego w latach 1795–1918*, Warszawa 2008, s. 71–75; A. Pachocka, *Dzieciństwo we dworze szlacheckim w I połowie XIX wieku*, Kraków 2009, s. 77–80; M. Stawiak-Ososińska, *Ponętna, akuratna, uległa. Ideal i wizerunek kobiety polskiej pierwszej połowy XIX wieku, (w świetle ówczesnych poradników)*, Kraków 2009, s. 265–268; M. Nawrot-Borowska, *Najemni wychowawcy domowi w dzieci polskich w II połowie XIX początku*

czy, które pozwoli wypełnić lukę w zakresie opracowania dziejów karmienia piersią, pielęgnacji oraz opieki nad niemowlęciem i małym dzieckiem.

Jak wynika z przeprowadzonych analiz źródłowych, w stosunkowo wielu poradnikach badanego okresu, szczególnie tych adresowanych do kobiet, znajdujemy zalecenia dotyczące wyboru i powinności mamek. Jednak wskazówki w tym zakresie formułowano nie tylko na stronach poradników z zakresu zdrowia, higieny i lecznictwa (choć te zdecydowanie dominują), ale problematykę tę poruszano także na łamach książek pedagogicznych o charakterze poradnikowym, dotyczących opieki i wychowania dziecka, adresowanych do rodziców, a w szczególności do matek<sup>3</sup>.

Stosowanie się do wskazówek zawartych w poradnikach pozwalało uniknąć błędów i niepowodzeń w wielu dziedzinach życia. Wykorzystane tu poradniki higieniczne i wychowawcze miały za główny cel służyć pomocą najczęściej młodym i niedoświadczonym jeszcze matkom we właściwej opiece i pielęgnacji oraz wychowaniu dzieci. Pisane były najczęściej przez fachowców w danej dziedzinie, głównie lekarzy i higienistów, pedagogów, wykorzystujących wiedzę naukową i wieloletnie doświadczenie, dawały więc gwarancję skuteczności i z pewnością budziły społeczne zaufanie. Cześć była autorstwa rodzimych autorów, cześć stanowiły tłumaczenia naukowców zachodnich, głównie niemieckich, francuskich, często z adnotacjami i komentarzami tłumaczy z dostosowaniem do specyfiki warunków terenu ziem polskich. W poradniku z połowy XIX w. czytamy: *Cel tej książeczki jest pożytek, a nie wystawa. Wiele matek wyszukuje chciwie najlepsze sposoby prowadzenia dzieci: spodziewamy się, że następujące uwagi będą im pożyteczne [...] niniejsze piśmiotwo zawiera bowiem tyle rad, ostrzeżeń, uwag, postrzeżeń opartych na doświadczeniu, przydatnych matkom w każdodziennych przygodach z dziećmi*<sup>4</sup>. Pięćdziesiąt lat później w poradniku adresowanym do kobiet wszystkich stanów autorka napisała: *głównym zadaniem kobiety, którą Bóg dziećmi obdarza, jest ich należyte pielęgnowanie i wychowanie, podaję wiążanek rad i wskazówek pod tym względem. Z nieświadomości bowiem matek wynikają nie tylko straty pieniężne, lecz – co gorzej – niepowetowane niczym choroby, a często i śmierć pierwszych dzieci, dopóki młoda matka jakiego takiego doświadczenia nie nabierze*<sup>5</sup>. Podkreślić jednak należy, że dostępność do

---

XX wieku, w: *O wychowawcach i wychowaniu. Perspektywa myślenia pedagogicznego*, red. E. Kubiak-Szymborska, Bydgoszcz 2010, s. 43–46; eadem, *Wybór materiałów ikonograficznych z zakresu edukacji domowej dzieci polskich w latach 1850–1914*, w: *Wychowanie – opieka – kształcenie. Z badań nad wybranymi problemami edukacji w XX i XXI wieku*, red. M. Brodnicki, E. Gorloff, A. Kołakowski, Toruń 2010, s. 206–209; M. Krawczyński, T. Sioda, S. Silska, *Mamka i jej rola w ewolucji żywienia niemowląt*, „Pediatria Polska” 2012, nr 10, s. 109–116 (część I), nr 2, s. 212–229 (część II i III).

<sup>3</sup> Analizie poddano ponad 180 poradników z zakresu zdrowia, higieny i lecznictwa, a także wychowania, publikowanych na terenie ziem polskich w badanym okresie, zdecydowana jednak większość z nich powstała na przełomie XIX i XX, a także w pierwszym dziesięcioleciu XX w. W 63 z analizowanych poradników znajdowały się istotne z punktu widzenia przedmiotu badań informacje, często ujęte w odrębne rozdziały poświęcone mamkom. 39 poradników pochodzi z zaboru rosyjskiego (zdecydowana większość opublikowana została w Warszawie), 17 z austriackiego (w większości opublikowane we Lwowie i Krakowie) i 7 z zaboru pruskiego (opublikowane w Poznaniu)

<sup>4</sup> *Matka w domu*, tłum. z ang. przez A. G., Poznań 1847, s. 5–6.

<sup>5</sup> *Upominek dla matek i gospodyń*, napisała Antoszka, Warszawa 1896, s. 4–5.

tego typu porad była ograniczona do tych grup społecznych, które potrafiły czytać oraz mogły sobie pozwolić na zakup książek. W głównej mierze więc adresatami literatury poradnikowej byli ludzie pochodzący z warstw zamożnych – arystokratycznych, szlachecko-ziemiańskich, inteligenckich, mieszczańskich, rzadziej zaś robotniczych czy chłopskich.

Wskazując liczne błędy w opiece i pielęgnacji niemowląt i małych dzieci, w tym także zatrudniania mamek, Juliusz Payot na początku XX w. podkreślał znaczenie porad i wskazówek opartych na wiedzy medycznej i higienicznej, podnoszącej świadomość matek we wskazanym zakresie – *Większość wiadomości, jakie mają kobiety o tych przepisach, o tych staraniach, jest oparta tylko na doświadczeniu, są to tradycje zgubne [...] Tym gorzej dla maleństwa. Niepodobna osiągnąć wszystkich matek i wykorzeń z ich umysłu przestarzałych, fałszywych pojęć i niebezpiecznych nawyków, lecz gdyby młode dziewczęta otrzymywały wskazówki, które im kiedyś będą nadzwyczaj potrzebne, w przyszłości zmniejszyłaby się w znacznej części zastraszająca śmiertelność niemowląt*<sup>6</sup>. W poniższym tekście te właśnie wskazówki zostaną usystematyzowane problemowo i zaprezentowane.

W zasobach leksykalnych badanego okresu mamką określano karmicielkę i piastunkę dziecka. W 1857 r. w jednym ze słowników czytamy, że mamka to *niewiasta nowo zleгла, najęta za pewną cenę do karmienia dziecięcia cudzego*<sup>7</sup>. W słownikach pojawiają się także takie wyrażenia, jak *mamczenie – karmienie dziecięcia piersiami, nie będąc mu matką*<sup>8</sup>, *mamczyć – karmić cudze dziecię piersiami, mamką być, za mamkę służyć*<sup>9</sup>. W początku wieku XX definicje mamki zarówno słownikowe, jak i te zawarte w poradnikach nie uległy znaczącym zmianom, np. *mamką określamy tę kobietę, która za wynagrodzeniem karmi obce dziecię zamiast własnego*<sup>10</sup> (1908); *mamka – (karmicielka, żywicielka) – kobieta, karmiąca piersią cudze dziecko* (1916)<sup>11</sup>.

Autorzy poradników wychowawczych i higienicznych zgodnie stwierdzali, że naturalnym obowiązkiem matki jest karmienie dziecka piersią. W każdym z analizowanych poradników, w którym poruszano problematykę karmienia niemowląt, podkreślano wagę samodzielnego karmienia dziecka przez matkę<sup>12</sup>. *Pierwszy pokarm dla niemowlęcia*

<sup>6</sup> J. Payot, *Wykład moralności*, przekł. z franc. J. Warnkówna, Warszawa 1918, s. 46.

<sup>7</sup> *Słownik języka polskiego przez M. Samuela Linde*, wyd. II, t. II (M-O), Lwów 1857, s. 38.

<sup>8</sup> *Słownik języka polskiego, obejmujący oprócz zbioru właściwie polskich, znaczną liczbę wyrazów z obcych języków [...] do podręcznego użytku*. Wypracowany przez A. Zdanowicza, M. Bohusza-Szyszkę, J. Filipowicza, W. Tomaszewicza, F. Czepielińskiego i W. Korotyńskiego, z udziałem B. Trentowskiego, cz. I, A-O, Wilno 1861, s. 628.

<sup>9</sup> *Ibidem*.

<sup>10</sup> Dr A. Fischer-Dueckelmann, *op. cit.*, s. 416.

<sup>11</sup> M. Arcta, *Słownik ilustrowany języka polskiego*, t. III, Warszawa 1916, s. 701.

<sup>12</sup> *Chowanna, czyli system pedagogiki narodowej jako umiejętności wychowania, nauki i oświaty słowem wykształcenia naszej młodzieży przez Bronisława Ferdynanda Trentowskiego*, t. I, Poznań 1845, s. 368–369; *Poradnik dla młodych matek w pierwszych siedmiu latach, napisał dr T. T. Matecki, praktyczny lekarz, chirurg i akuszer*, Poznań 1848, s. 20, 38, 103, 166–167; *Higiena polska, czyli sztuka zachowania zdrowia, przedłużenia życia i uchronienia się od chorób zastosowana do użytku popularnego z szczególnym poglądem na okoliczności w naszym kraju i klimacie wpłynąć mogące na tworzenie się słabości, cierpień i chorób* przez T. Trippli-

wskazała natura. Piersi matki nie da się w zupełności niczym zastąpić. To też matka nie powinna uchylać się od tego obowiązku pod żadnym urojonym pozorem – pisał autor poradnika, uświadamiającego matkom najważniejsze fundamenty wychowania dziecka, za takich uznając właśnie karmienie piersią<sup>13</sup>. Chcąc skłonić kobiety do samodzielnego karmienia piersią wskazywano na wiele pozytywów, które miało ono za sobą pociągać, a także negatywów, będących konsekwencją rezygnacji z tej czynności – zarówno dla matki, jak i dla dziecka. Argumentowano (szczególnie w środowisku lekarskim), że kobieta karmiąca, *prędzej utraci i mniej oddziela czyszczenia pęłogowego niź ta, która*

---

na, autora *Pamiętników lekarza polskiego*, Warszawa 1857, t. I, s. 33, 106–107; *Rady dla matek, czyli sposoby utrzymania kobiety od narodzenia do późnej starości*, skreślił Julian Moszyński, doktor medycyny, Wilno 1858, s. 17; *Wychowanie dziecka według B. H. Gausserona*, oprac. H. Michałowski, cz. I, Warszawa 1902, s. 13; *Na czym opiera się wychowanie według dr-a Buckiego*, opracował J. Muklanowicz, Warszawa 1905, s. 11; *Medycyna ludowa, czyli treściwy pogląd na środki ochronne, poznawanie i leczenie chorób. Poradnik lekarski dla wszystkich stanów według najnowszych źródeł*, skreślił dr med. A. Simon, Warszawa 1860, s. 84; *Pedagogika polska w zarysie*, skreślił Władysław Seredyński, Lwów 1868, s. 58–59; *Jak zachować dziecko zdrowem? Poradnik dla młodych matek*, skreślił dr med. O. Schmidt, tłum. dr J. St., Warszawa 1891, s. 20, 24; Dr med. L. Natanson, *Higiena praktyczna*, część II, Warszawa 1891, s. 139; *Skrofuły (zólzy). Przyczyny, zapobieganie leczenie. Poradnik dla wszystkich* napisał dr P. Niemeyer, tłum. dr J. St., Warszawa 1889, s. 26; L. Weitzenblut, *Szkic higieniczny: mężatka i matka, czyli przepisy zachowania się dla kobiet w stanie brzemennym oraz pielęgnowania dzieci nowonarodzonych*, Warszawa 1871, s. 87; A. Józefczyk, *Listy pedagogiczne brata do siostry*, Lwów 1880, s. 7; *Szkice pedagogiczne*, skreślił Ksawery Pałuczani, Poznań 1881, s. 75; Dr E. Brucke, *Jak ochraniać życie i zdrowie dzieci?* przekł. z niem. M. Flauma, Warszawa 1892, s. 1; *Dyjetetyka dzieci oparta na wskazówkach przyrody. Przewodnik w zdrowem pielęgnowaniu dzieci od przyjsia na świat aż do dojżenia skreślony przez przyjaciela dzieci prof. Edwarda Madeyskiego*, Lwów 1893, s. 13; *Żeby nie chorować. Poradnik dla tych, którzy chcą żyć długo a zdrowo*, Warszawa 1893, s. 185; Ks. S. Kneipp, *Dziecko zdrowe i chore. Poradnik dla matek i ojców troskliwych*, Warszawa 1895, s. 35–36; *Praktyczny przewodnik wychowania przez Henryka Wernica*, Warszawa 1891, s. 11–12; *O wychowaniu macierzyńskim*, przez Zofia Kowerską, Warszawa 1894, s. 15; *Lekarz domowy. Racjonalny poradnik lekarski dla chorych i zdrowych*, ułożył dr Aleksander Harasowski, Lwów 1900, s. 99; Dr L. Sonderegger, *Podstawy ochrony zdrowia*, w przekładzie i z przemową dr-a E. Biernackiego, Warszawa 1902, s. 14; Doc. dr O. Schaeffer, *Okres macierzyństwa*, przeł. dr W. Hojnacki, w: *Księga zdrowia, czyli nauka pielęgnowania zdrowia*, przekł. polski pod redakcją dra W. Hojnackiego, t. IV, Lwów 1907, s. 180; Doc. dr J. Trumpp, *Wiek dziecięcy*, przeł. dr W. Hojnacki, w: *ibidem*, s. 216; Dr S. Kopczyński, *Szkice higieniczno-wychowawcze. Z dziedziny higieny domowej i szkolnej*, Warszawa 1900, s. 219; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe i jak leczyć chore*, podług Ks. S. Kneippa streścił Przyjaciół zdrowia, Warszawa 1914, s. 10; *Rady i wskazówki jak ustrzec się chorób płucnych. Szkic popularny*, napisał dr Antoni Gros, Warszawa 1903, s. 80; Dr Z. Taussig, *Dziecko do lat dwóch. Rady i wskazówki dla matek przy odżywianiu i pielęgnowaniu dzieci, tudzież zapobieganie ich chorobom*, przekł. dra J. L., Warszawa 1901, s. 8; M. Biehler, *Higiena dziecka*, Warszawa 1905, s. 119–120; *Upominek dla matek*, s. 8; *O budowie i pielęgnowaniu ciała ludzkiego podczas zdrowia i choroby*, napisał i 60-ma rycinami objaśnił dr Henryk Kowalki, Lwów 1902, s. 214; *Matka i dziecko. Wychowanie fizyczne i moralne dzieci do lat 7-miu (w okresie przedszkolnym)* z J. v. Wedella, przeł. St. S., Warszawa 1902, s. 44; *Rady dla młodych mężatek*, napisał dr J. Stella-Sawicki, Warszawa 1903, s. 53; Prof. dr M. Rubner, *Odżywianie i nasze środki spożywcze*, Lwów 1907, s. 46; Dr A. Fischer-Dueckelmann, s. 365; F. E. Bilz, *Nowe lecznictwo przyrodne*, Lipsk 1903, s. 378; *Pielęgnowanie chorych*, oprac. dr J. Starzewski, Lwów 1912, s. 242; H. Lotzky, *Poznaj dusze dziecka twego*, tłum. P. FR, Warszawa 1914, s. 16; Dr med. S. Breyer, *Lekarz domowy*, Kraków 1911, s. 31; Dr W. Hojnacki, *Higiena kobiety*, Lwów 1910, s. 366; *Domowa pomoc. Książka dla dobra chorej ludzkości*, Hanower 1910, s. 92; *Nasz dom. Poradnik praktyczny, gospodarczo-społeczny dla kobiety polskiej*, pod red. Lucyny Kotarbińskiej, Warszawa 1914, s. 292; Dr med. M. Biehler, *Podręcznik higieny*, Warszawa – Kraków 1916, s. 151, 450; *Nauka położnictwa dla położnych w krótkim zarysie napisana przez prof. dra Adama Sołowiewa*, Lwów 1911, s. 31; C. Plater-Zyberkówna, *Na progu małżeństwa*, Warszawa 1918, s. 342; J. Payot, op. cit., s. 45.

<sup>13</sup> *Na czym opiera się wychowanie*, s. 11.

wcale nie karmi<sup>14</sup>, macica obkurcza się szybciej, rzadziej przychodzi tzw. gorączka mleczna, nie pojawia się regularność (miesiączka). Jednocześnie przestrzegano, iż rezygnacja z karmienia powodować mogła choroby macicy (obrzęki, katar i skrzywienia), raka piersi, a wstrzymywanie pokarmu, obok bólu, zapaleń i ropienia gruczołów piersiowych, mogło prowadzić do obłądu, chorób nerwowych, a w skrajnych przypadkach, jak podawano, nawet do bezdzietności<sup>15</sup>. Również podawanie dziecku niewłaściwego pokarmu, innego niż mleko matki, powodować miało u niego *zaflegmienie, zapalenie i zmięknienie kiszek, dalej niestrawność, skłonność do robactwa, brak wyżywienia, powstrzymanie naturalnego rozwoju tak ciała jak i ducha, wyrzuty skórne, choroby kości, kurcze, wychudnięcie i śmierć samą*<sup>16</sup>. Konieczność karmienia piersią przez rodzone matki uzasadniano także wyjątkową więzią emocjonalną pomiędzy matką a dzieckiem, która rozdziła się podczas tej czynności. Powierzenie dziecka pod opiekę mamki nie tylko nie sprzyjało powstawaniu tej więzi, ale i pozbawiało matkę uroków macierzyństwa – pierwszego uśmiechu malucha, pierwszego słowa, kroku, wszystkich tych momentów w rozwoju dziecka, które są niepowtarzalne i wyjątkowe, a których można doświadczyć tylko wtedy, jeśli się jest z dzieckiem na co dzień<sup>17</sup>.

Argumentem często wykorzystywanym przez zwolenników naturalnego karmienia piersią przez matki był odsetek śmiertelności niemowląt. W połowie XIX w. powoływano się na statystyki podające, że w pierwszym roku życia umierało z czworga, pięciorga narodzonych dzieci jedno, zaś w całym wieku dzieciennym (od narodzin do 7 roku życia) umierała niemal połowa z dzieci. Pół wieku później (1902 r.) podawano np., że ze stu żywo narodzonych dzieci dwadzieścioro pięciorgo nie dożywało roku. Co szczególnie istotne, znaczny odsetek wśród nich stanowiły maluchy karmione i pielęgnowane przez mamki. Statystyki takie przywoływano przez cały analizowany okres w wielu poradnikach, wyraźnie podkreślając, iż wśród zmarłych dzieci najmniejszą liczbę stanowiły zawsze te, które karmione były piersią matki<sup>18</sup>. *Znacznie mniejsza śmiertelność wśród dzie-*

<sup>14</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 20; Dr E. Brucke, op. cit., s. 3; F. E. Bilz, op. cit., s. 378; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 9; Doc. Dr O. Schaeffer, op. cit., s. 183; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 217; *Pielęgnowanie chorych*, s. 242.

<sup>15</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 21, 104; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 366–267; Dr med. S. Breyer, op. cit., s. 31; F. E. Bilz, op. cit., s. 378–379; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 9; *Dyjetetyka dzieci*, s. 17; Doc. dr O. Schaeffer, op. cit., s. 183; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 217–218; *Medycyna ludowa*, s. 85; *Rady dla młodych mężatek*, s. 57–58, 62–63.

<sup>16</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 104; *Chowanna, czyli system pedagogiki narodowej*, s. 369.

<sup>17</sup> *Wychowanie dziecka według B.H. Gausserona*, s. 19; *Poradnik dla młodych matek*, s. 102; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 25; C. Plater-Zyberkówna, op. cit., s. 343–344; Dr L. Sonderegger, op. cit., s. 116; *Praktyczny przewodnik wychowania*, s. 13.

<sup>18</sup> *Karmienie piersią matczyną podwyższa prawdopodobieństwo utrzymania dziecka przy życiu o 200%*, w: Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 139; *Nawet przy żywieniu dziecka przez mamkę, śmiertelność jest większą, aniżeli gdy matka sama karmi swe dziecko, bo mleko obcej kobiety, różniące się organizacją nerwową i całym ustrojem od matki dziecka, stanowi częstokroć pokarm niezdrowy dla tego ostatniego*, w: *Rady dla młodych mężatek*, s. 56; Dokładne statystyki śmiertelności niemowląt patrz: *Poradnik dla młodych matek*, s. 59–60; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 46; *Higiena zastosowana do potrzeb życia osobniczego i społecznego oraz do rzeczy krajowych*, napisał Bolesław Lutostański. *Higiena ogólna*, Lwów 1873, s. 54, 73–74; Dr med. M. Biehler, *Podręcznik higieny*, s. 150–15; *Zasady higieny. Wskazówki popularne pielęgnowania zdrowia*, wolny prze-

ci karmionych piersią własnej matki znajduje wytłumaczenie nie tylko w chemicznych własnościach mleka kobiecego, ale także w jego wartości biologicznej, oraz w okolicznościach towarzyszących karmieniu przez matkę, w bliższym kontakcie matki z dziećciem, w troskliwszej opiece, w większej odporności dziecka na choroby [...] Powyższe uwagi powinny przekonać kobiety, że dla blażej przyczyny nie można usuwać się od karmienia, nie można zwalać własnych obowiązków na mamkę, na istotę najczęściej brudną i złą, obcą dla dziećcia, częstokroć chorą, a w każdym razie zaniedbującą w ten sposób swoje własne dzieci<sup>19</sup> – pisał w początku wieku XX dr Władysław Hojnacki.

W środowiskach lekarskich i higienicznych krytykowano praktykę zatrudniania mamek, powszechnie panującą wśród kobiet z możliwych warstw społecznych. Zatrudnianie mamek wśród zamożnych warstw polskiego społeczeństwa nazywano swoistą modą, zwyczajem, który stał się powszechnym i praktykowanym przez większość pań z rodzin arystokratycznych, szlachecko-ziemiańskich czy bogatych rodzin mieszczańskich<sup>20</sup>. Powodem, dla którego zwyczaj ten był praktykowany w większości zamożnych rodzin była wygoda kobiet, niechęć rezygnacji z tzw. światowego życia – karmienie wymagało bowiem stałego pobytu matki w domu i wielu wyrzeczeń, wyłączając ją z życia towarzyskiego, utrudniając noszenie modnych strojów, opieka nad dzieckiem ograniczała możliwość przyjmowania gości, spożywania dowolnych potraw i napojów. *Nie można karmić za granicę wyjechać, ani do wód, ani nawet do miasta odleglejszego, jeśli się na wsi mieszka. Nie można bywać na wieczorkach, balach, redutach, koncertach i itp. zabawach, lecz trzeba siedzieć przy kołysce jak niewolnica*<sup>21</sup> – pisał autor poradnika pedagogicznego z lat 80. XIX w., Ksawery Pałuczani. Dlatego matki, usprawiedliwiając zatrudnianie mamek, wskazywały na brak czasu, liczne obowiązki domowe i towarzyskie, które uniemożliwiały regularne karmienie. Powszechnie panowało także przekonanie o zbyt delikatnym i słabym organizmie młodej matki, której mleko rzekomo nie miało odpowiedniej ilości składników odżywczych niezbędnych dla dziecka (ta sama kobieta miała natomiast dość sił, by aktywnie brać udział w barwnym i wystawnym, często nocnym życiu towarzyskim). Wiele kobiet sądziło, że *karmienie dziecka oddziałuje niekorzystnie na piękność*<sup>22</sup> – karmiąc, kobieta rzekomo miała tracić świeżość, urodę i zdro-

kład dra I. Świętochowskiego, Warszawa 1902, s. 150; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 366–368; Prof. dr J. Orth, *Cel i zadanie pielęgnowania zdrowia*, przeł. prof. W. Schreiber, Lwów 1907, s. 43–44; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 734; dr M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 148–149; Ks. S. Kneipp, *Dziecko zdrowe i chore*, s. 39–42; *Lekarz domowy*, s. 100; Dr L. Sonderegger, op. cit., s. 124–125; *Rady dla młodych mężatek*, s. 56; *Praktyczny przewodnik wychowania*, s. 12.

<sup>19</sup> Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 368–369.

<sup>20</sup> „W wyższych klasach społeczeństwa panuje zwyczaj, że matki niemowląt swych nie karmią same, lecz trzymają do tego najemne żywicielki. Jeżeli zaś która z pań sama dzieć swe karmi, to wypadek ten przechodzi zaraz do wiadomości publicznej jako rzecz dla jednych nadzwyczajna, dla drugich dziwaczna”, w: *Szkice pedagogiczne*, s. 71.

<sup>21</sup> Ibidem, s. 72.

<sup>22</sup> *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 37; *Higiena polska*, t. 1, s. 107; *Zasady higieny*, s. 150; C. Plater-Zyberkówna, op. cit., s. 344; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 738; Bilz, op. cit., s. 381; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 8; *Lekarz domowy*, s. 99; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 218–219; *Rady dla młodych mężatek*, s. 56; Dr S. Koczyński, op. cit., s. 220.

wie. Wreszcie, jak czytamy w poradniku higienicznym z połowy XIX w., przyczyną niechęci do karmienia piersią był snobizm i moda na cudzoziemszczyznę: *U nas matki wyższej sfery nie karmią dzieci swoich dlatego, że to nie jest moda we Francji; u nas matki średniej sfery nie karmią dzieci swoich dlatego, że chciałaby uchodzić za kobiety z wyższej sfery, zwłaszcza, gdy są piękne i gdy im przychodzi z łatwością żyć z osobami wyższego urodzenia*<sup>23</sup>. Panie, które pochodziły z wyższych warstw społecznych zakładały, że karmienie dziecka jest czynnością niegodną ich stanu, zrównując je w porządku społecznym w wieśniaczkami czy innymi ubogimi matkami<sup>24</sup>. W początku wieku XX można było spotkać także powód rezygnacji z karmienia, jakim była praca zawodowa kobiety poza domem, np. w biurze, handlu, rzemiośle, przemyśle<sup>25</sup>. Dodatkowo wskazywano na winowajcę zatrudniania mamek, jakim bywał często ojciec dziecka. To on nakłaniać miał żonę do rezygnacji z karmienia i do zatrudnienia płatnej karmicielki. Tłumaczono obawy mężczyzn ograniczaniem przez dziecko i jego karmienie normalnego funkcjonowania kobiety karmiącej, powodującym trudności we właściwym prowadzeniu domu, niemożność wychodzenia z karmiącą żoną na spotkania towarzyskie, na bale, do teatrów, na koncerty, a przede wszystkim obawę przed nieprzespanymi nocami – *Pan lubi spać spokojnie, a noce w pobliżu matki karmiącej swe dziecko nie należą do najspokojniejszych. Dzieciak płacze, matka się budzi – pan obliczywszy to wszystko, woli zabronić matce karmienia, przyjmując mamkę i ulokować ją w wraz z dzieckiem w osobnym pokoju*<sup>26</sup>. Domyślać się należy, że powodem niechęci mężów do karmienia piersią było utrudnione spełnianie obowiązków małżeńskich przez żonę<sup>27</sup>.

Istniały jednak sytuacje, w których matka nie mogła samodzielnie karmić noworodka i niemowlęcia. Wskazywano na kilka powodów, zwalniających matkę z tego naturalnego obowiązku. Należały do nich choroby kobiety – wyliczano tu obłąkanie, choroby nerwowe, anemię, suchoty, choroby serca, kołtun, szkorbut, epilepsję, skrofuły, raka, choroby nerek, puchlinę wodną, wyrzuty skórne (wrzody, liszaje), choroby weneryczne, owrzodzenia czy narośle na piersiach, a także ospę, szkarlatynę, tyfus, błonicę i ciężką gorączkę połogową (w niektórych jednak wskazanych przypadkach, np. chorobach serca, kiedy choroba nie miała ciężkiego przebiegu i nie było zagrożenia zarażenia się przez dziecko, matka – za zgodą lekarza – mogła karmić sama). Niemożliwym było naturalne karmienie także wtedy, kiedy kobieta miała niewłaściwie zbudowane brodawki, uniemożliwiające ssanie, kiedy z różnych przyczyn nie miała pokarmu, a także, kiedy wkroczyła w piątą dziesiątek życia. Należało zrezygnować z karmienia również wówczas, kiedy stosunki rodzinne i otoczenie karmiącej powodowało u niej przeciągły stan zdenerwowania, fru-

<sup>23</sup> *Higiena polska*, t. 1, s. 107.

<sup>24</sup> „Dama czy pani ma sobie za niehonor czynić to, co czyni każda zwyczajna kobieta, to jest karmić piersiami własne dziecko. Następnie pozycja, majątek nie pozwalają osobie dystygowanej zajmować się tak niskimi rzeczami. Zresztą stać na to damę, czemuż więc nie ma trzymać sobie karmicielki?”, w: *Szkice pedagogiczne*, s. 71; Por. E. Badinter, *Historia miłości macierzyńskiej*, przeł. K. Choński, Warszawa 1998, s. 67–71.

<sup>25</sup> Doc. dr O. Schaeffer, op. cit., s. 184–185.

<sup>26</sup> *Wychowanie dziecka według B. H. Gausserona*, s. 17–18; Zob. też: *Poradnik dla młodych matek*, s. 108, 115.

<sup>27</sup> E. Badinter, op. cit., s. 69–70.



stracji, zmartwień i niepokoju, który wraz z mlekiem mógł przechodzić na dziecko i szkodzić jego rozwojowi. Wreszcie nie powinna karmić kobieta, którą cechowała wrodzona złośliwość, a także ta, która spodziewała się kolejnego dziecka<sup>28</sup>. Lekarze i higieniści, doszukując się tak częstej niemożności karmienia piersią przez zamożne kobiety stwierdzali, że powodem było ściskanie piersi i gruczołów mlecznych gorsetami i staniakami już od 7–8 roku życia, powodując niewłaściwe ich rozwinięcie (np. wklęsłość brodawek, uniemożliwiająca dziecku ssanie)<sup>29</sup>. Na początku XX w. dr Matylda Biehler podawała, że jak wykazały badania, na 100 kobiet zaledwie 2% nie mogło samodzielnie karmić swoich dzieci i przyczyną tego nie był brak pokarmu, lecz choroba, bądź wadliwa budowa piersi<sup>30</sup>.

W każdym przypadku zaniechania karmienia naturalnego piersią matki należało poradzić się lekarza i dopiero po jego diagnozie – zarówno stanu zdrowia matki, jak i dziecka można było zdecydować się na rozwiązanie zastępcze – zatrudnienie mamki lub karmienie sztuczne<sup>31</sup>. Wśród autorów poradników nie było jednomyślności, które z rozwiązań miało być lepszym i zdrowszym dla niemowlęcia. Jednak większość z nich, mając na uwadze głównie troskę o zdrowie dziecka, stawiała na pokarm zastępczy naturalny – mleko innej kobiety nad pokarm sztuczny. Obawiano się szumnie (szczególnie na przełomie XIX i XX i na początku XX w.) reklamowanych surogatów mleka kobiecego – kaszek, mączek, proszków słodowych, skondensowanych ekstraktów czy konserw mlecznych. Podawano w wątpliwość nawet tradycyjne karmienie mlekiem zwierząt, najczęściej krowim, które w mieście nie zawsze było dobrej jakości (często bowiem pisano o fałszowaniu mleka, rozcieńczaniu go) i mogło stać się przyczyną poważnych chorób, a nawet śmierci niemowląt. Podobne konsekwencje mogło mieć niewłaściwe sterylizowanie butelek do pokarmu sztucznego czy mleka zwierzęcego<sup>32</sup>. Mimo tych niebezpieczeństw

<sup>28</sup> Ibidem, s. 110–111; *Chowanna, czyli system pedagogiki narodowej*, s. 369; *Rady dla matek*, s. 521–522; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe*, s. 10; *Rady i wskazówki*, s. 81; *Higiena polska*, t. 1, s. 111–112; Dr E. Brucke, op. cit., s. 1–2; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 369; Dr med. S. Breyer, op. cit., s. 35; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 738; M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 121; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 9; *Lekarz domowy*, s. 99; Doc. Dr O. Schaeffer, op. cit., s. 187–189; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 219; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 149; *Praktyczny przewodnik wychowania*, s. 14.

<sup>29</sup> *Choroby kobiece*, s. 15, 21, 52–54; F. E. Bilz, op. cit., s. 376; *Dyjetetyka dzieci*, op. cit., s. 14; *Żeby nie chorować*, s. 189; *Lekarz domowy*, s. 99; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 220–221; Dr L. Sonderegger, op. cit., s. 116; *Rady dla młodych mężatek*, s. 63–69; Dr S. Kopczyński, op. cit., s. 219.

<sup>30</sup> Dr med. M. Biehler, *Podręcznik higieny*, s. 151.

<sup>31</sup> *Wychowanie dziecka według B. H. Gausserona*, s. 14; *Chowanna, czyli system pedagogiki narodowej*, s. 370; *Higiena polska*, t. 1, s. 33; *Zasady higieny*, s. 150–151; Dr med. S. Breyer, op. cit., s. 35; *Domowy poradnik lekarski*, napisała dr Jan Stella-Sawicki, Lwów 1888, s. 19; *Podręcznik do leczenia chorób środkami homeopatycznymi dla użytku światłej publiczności i lekarzy*, ułożony przez dra H. Cyrklera, Warszawa 1903, s. 483; Doc. dr O. Schaeffer, op. cit., s. 181; Dr L. Sonderegger, op. cit., s. 117; *Pielęgnowanie chorych*, s. 248.

<sup>32</sup> *Wychowanie dziecka według B. H. Gausserona*, s. 14–15; *Poradnik dla młodych matek*, s. 173–178; *Chowanna, czyli system pedagogiki narodowej*, s. 370–371; *Jak zachować dziecko zdrowe?*, s. 37–38, 46; *Kaszel i choroby piersiowe. Ich przyczyny, leczenie i zapobieganie. Poradnik dla wszystkich opracował dr P. Niemeyer z 6 rysunkami*. Tłumaczył z trzeciego wydania dr J. St, Warszawa 1887, s. 5; *Skrofuly (zółzy)*, s. 44; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe*, s. 11–12; *Rady i wskazówki*, s. 77; *Higiena polska*, t. 1, s. 34, t. 2,

jednak cześć autorów utrzymywała, że *wszelkie względy, moralne i społeczne oddają pierwszeństwo sztucznemu karmieniu nad mamką*<sup>33</sup>.

W wielu poradnikach krytykujących zatrudnianie mamek znajdujemy argumenty przywołujące niedolę dzieci opuszczanych przez mamki. By bowiem mamka mogła nająć się do karmienia cudzego dziecka, najpierw musiała urodzić własne, które najczęściej pozostawiała pod opieką bliskich czy innej kobiety, oczywiście za odpowiednim wynagrodzeniem. Bywało też, że oddawała je do przytułku<sup>34</sup>. *Sztuczne karmienie niemowląt ma liczne ujemne strony, pod względem moralnym i społecznym stoi o wiele wyżej od nagannego, a wielce rozpowszechnionego zwyczaju, najmowania obcych kobiet, które skazują na ciężką niedolę, na śmierć niechybną, a często okrutną własne dzieci, by za kęs chleba wyręczyć bogatsze, w lepszych warunkach żyjące matki. Wiele, bardzo wiele powiedzieć by można na ten temat, nich jednak każda matka sama pomyśli o tej ranie społecznej, niech wnuknie w dole tych setek tysięcy niewinnych niemowląt, z pewnością, jeśli iskra w niej nie zamarła, samolubnie i lekkomyślnie nie zrzuci ciężaru na obce barki*<sup>35</sup>. Uświadamiano kobietom rezygnującym z karmienia i zatrudniającym mamki, że one także pośrednio biorą udział w uśmiercaniu niemowląt tych matek, które zabierając mleko swoim dzieciom, karmią ich pociechy. Lekarze opisywali sytuacje, kiedy to dzieci oddane na wychowanie innym kobietom (tzw. *fabrykantkom aniołków* – z powodu wysokiej śmiertelności powierzanych im niemowląt), często chorowały z powodu niewłaściwej pielęgnacji, zaniedbania, brudu i niedożywienia, a niejednokrotnie w konsekwencji umierały. Dla matki, która „poszła w mamki”, była to, jak często podawano, najlepsza sytuacja, bo zwalniała ją z comiesięcznych kosztów utrzymania swojego dziecka (a bywało, że mamka rodziła kolejno kilkoro dzieci i płaciła za utrzymanie kilkorga). Kiedy już, jak pisano, nielicznym dzieciom mamek udawało się przeżyć, wyrastały zwykle na dzieci słabe, wątłe, często mające krzywicę, a dorastanie w niekorzystnych warunkach wychowawczych powodować miało, że stawały się „zakałami społeczeństwa”<sup>36</sup>. By zapobiegać śmiertelności, chorowitości i demoralizacji dzieci pozostawianych przez matki „idące na mamki” postulowano, by możliwe panie, kierując się dobrem dzieci własnych i mamek, starały się za wszelką cenę karmić piersią. Zwolnić je od tego obowiązku mogły jedynie choroby, zaś o rezygnacji z karmienia powinien decydować jedynie lekarz (a najlepiej dwóch). Mamką mogła zostać każda kobieta, której dziecko zmarło (oczywiście o ile była zdrową), lub taka, która mogła karmić jednocześnie dwoje dzieci – swoje i państwa. Zatrudniać należało jedynie takie kobiety, które potrafiły udowodnić, że opuściły swe dziecko dla zarobku, ale zostawiały je pod dobrą opieką i że krewna lub zna-

s. 230–231; *Matka i dziecko*, s. 47; Dr med. M. Biehler, *Podręcznik higieny*, s. 153, 176–181; Prof. dr M. Rubner, op. cit., s. 47–48; Dr med. S. Breyer, op. cit., s. 35, 40; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 41–68.

<sup>33</sup> *Matka i dziecko*, s. 47.

<sup>34</sup> Tragizm wczesnego dzieciństwa takich niemowląt, oddanych do przytułków przez matki trudniące się maczarstwem opisuje Antoszka – zob.: *Przy kądzieli*, s. 72–78.

<sup>35</sup> *Na czym opiera się wychowanie*, s. 11–12; zob. też: *Poradnik dla młodych matek*, s. 103; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 230.

<sup>36</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 107; *Higiena polska*, t. 1, s. 108–109; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 369; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 738.

joma kobieta karmić je będzie przynajmniej cztery miesiące piersią. *Jeśli w przyszłości lekarze, rozsądni mężowie i krewni młodych, chwiejnych i błędzących kobiet z energią popierać będą naszą pierwszą zasadę – każda matka powinna sama karmić – znikną ze świata mamki i niejednemu dzieciątku zachowa się życie*<sup>37</sup>. Niestety, podkreślana w poradnikach popularność zatrudniania mamek w zamożnych rodzinach pozwala stwierdzić, że większość z tych zaleceń pozostawała jedynie w formie postulatów, praktyka zaś pozostawiała wiele do życzenia.

Kiedy rodzice decydowali się na zatrudnienie najmniejszej karmicielki, na stronach poradników podpowiadano, jak znaleźć kobietę właściwą, której pokarm będzie najbardziej odpowiedni dla dziecka. Zdając sobie sprawę z wagi problemu, w niektórych z poradników autorzy poświęcali temu zagadnieniu osobne, mniej lub bardziej obszernie rozdziały czy fragmenty.

Kto zwykle zostawał mamką? Najczęściej mamki rekrutowały się spośród kobiet wiejskich lub z uboższego mieszczaństwa. Nie były to zwykle mężatki (choć i takie się zdarzały), lecz panny z dziećmi, które raz zatrudniwszy się na stanowisku mamki, zakosztowawszy w dobrobycie i wygodach, rodziły kolejne dzieci, które oddawały na wykarmienie i wychowanie innym, by nadal utrzymać swoje stanowisko pracy<sup>38</sup>.

Gdzie należało szukać mamki? W poradnikach zalecano, by szukając karmicielki, udać się do znajomej akuszerki, okolicznego zakładu położniczego, sugerowano także poszukiwanie przez ogłoszenia prasowe. Najbezpieczniejsze było zatrudnienie mamki poleconej przez akuszerkę, która знаła stan zdrowia położnicy, jej dziecka, potrafiła poświadczyć o jakości jej mleka. Ten sposób był oczywiście możliwy do realizacji dla rodzin mieszkających w miastach lub w niewielkim od nich oddaleniu. Rodziny ziemiańskie czy arystokratyczne, mieszkające w wiejskich dworach czy pałacach oddalonych od większych miejscowości, zwykle poszukiwały mamki w okolicznych wioskach. Innym sposobem poszukiwana karmicielka były kantory stręczeń, znajdujące się przeważnie w miastach i miasteczkach. Chcąc zatrudnić mamkę w taki sposób, należało wymagać od niej świadectwa lekarskiego o stanie zdrowia i rękojmiej moralności<sup>39</sup>, choć jak ostrzegał Ksawery Pałuczani, *ja w uczciwość mamek, których dostarczają po miastach osobne biura informacyjne zupełnie nie wierzę*<sup>40</sup>.

*Mamka tak wielki na przyszłość niemowlęcia wpływ wywiera, że jej wyborowi więcej wartaloby poświęcić troskliwości jak się zwykle dzieje, albowiem mało u nas baczą na przymioty, więcej ważą polecenie baby albo jakiejś znajomej. Wszakże pamiętać należy, że nierzadko, społem z mlekiem mamki odziedzicza niemowlę życie lub śmierć, zdrowie lub chorobę [...]. W wyborze mamki baczyć należy na jej przymioty fizyczne, własności*

<sup>37</sup> Ibidem, s. 738–739

<sup>38</sup> „Mamki u nas najczęściej wynikają z zbliżeń przypadkowych, prawem nieuświęconych, nieczystych”, w: *Higiena polska*, t. 1, s. 33, 108; Zob. też: C. Plater-Zyberkówna, op. cit., s. 343.

<sup>39</sup> *Matka i dziecko*, s. 78; Dr med. Th G. Koring, *Higiena skromności*, podług drugiego wydania niemieckiego opracował dr A. Fabian, Warszawa 1894, s. 33; *Szkice pedagogiczne*, s. 76; *Rady dla młodych mężatek*, s. 99.

<sup>40</sup> *Szkice pedagogiczne*, s. 76; Dr S. Kopczyński, op. cit., s. 222.

mleka i przymioty moralne<sup>41</sup> – radził doktor Hipolit Terlecki w poradniku dla matek już w 1835 r. Zalecenie to aktualne pozostało do początku wieku XX. Zarzucano najemcom, że przy wyborze karmicielki kierowali się jedynie faktem, by dziecko jej było wiekiem zbliżone do dziecka, które miała karmić. Poszukiwania odpowiedniej kandydatki radzono prowadzić już podczas ciąży<sup>42</sup>. Najlepiej, by była ona wiekiem zbliżona do wieku matki lub znajdowała się pomiędzy 20 a 32–34 rokiem życia (młodsze niż 20 lat miały być lekkomyślne, a po 34 rzadko kiedy miewać miały dobre mleko; we wskazanym okresie wydzielanie mleka u kobiet trwało najdłużej). Wybierając mamkę, należało szukać mężatki, co miało dawać gwarancję jej moralnego prowadzenia się (choć większość mamek było pannami niezamężnymi<sup>43</sup>), taką, która rodziła i karmiła już drugie lub kolejne dziecko (miała już bowiem doświadczenie w opiece nad noworodkiem i niemowlęciem, zaś zdrowie wykarmionego przez nią pierwszego dziecka było doskonałą rękojmią) i pochodzącą ze wsi (miała być zdrowszą niż mieszczańki)<sup>44</sup>. Najlepiej, by od czasu porodu mamki minęło przynajmniej 6 tygodni, tak, by zdążyła ona wydobrzeć i nabrać sił, a najlepiej było odczekać trzy miesiące od porodu, co miało służyć odkarmieniu i zmniejszyć ryzyko śmierci jej własnego dziecka. Nie powinno się jednak zatrudniać mamki będącej dłużej niż 6 miesięcy po porodzie, gdyż skład pokarmu wtedy ulegał zmianie i nie nadawał się do karmienia dziecka nowo narodzonego. Najlepiej oczywiście, by mamka w tym samym czasie rodziła dziecko co pracodawczyni, gdyż wtedy skład mleka był odpowiedni do potrzeb oseska w określonym okresie życia<sup>45</sup>. Powszechnie panujące przekonanie, że jakość pokarmu zależy od powierzchowności – wyglądu czy postury karmicielki, obfitości kształtów (im kobieta bardziej tłusta, tym bardziej pożywny będzie jej pokarm), wielkości piersi czy koloru włosów (ciemnowłose stawiano przed czarnowłosymi i blondynkami, rude miały być zbyt namiętne i gwałtowne) już w połowie XIX w. w środowisku lekarskim uznano za niesłuszne i uświadamiano o tym fakcie czy-

<sup>41</sup> *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności, porodu, pologu, tudzież o pielęgowaniu niemowląt i wyborze mamki*, napisał Hipolit Terlecki, medycyny doktor, Kraków 1835, s. 232.

<sup>42</sup> *Jeżeli zaś która z matek znajduje się w tym położeniu, że nie może sama podjąć się karmienia owocu miłości i żywota swego, do czego przede wszystkim własna wola, a nie namowa lub same życzenia męża są konieczne [...] matka ta, mówię, winna już wśród ciąży starać się o stosowną mamkę, aby zaraz od pierwszej chwili podjęła troskę o powierzony jej skarb familii*, w: *Poradnik dla młodych matek*, s. 115.

<sup>43</sup> *W rzadkich tylko wypadkach udaje się znaleźć kobietę zamężną, zazwyczaj przychodzi przyjąć niezamężną, a takie po największej części nie odznaczają się uczciwością i innymi przymiotami*, w: *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 38.

<sup>44</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 117–118; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 38; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe*, s. 1; *Higiena polska*, t. 1, s. 113; *Matka i dziecko*, s. 79; Dr E. Brucke, op. cit., s. 31–32; Prof. dr M. Rubner, op. cit., s. 46; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 739; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 233; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 31; *Dyjetetyka dzieci*, s. 14, 18; *Medycyna ludowa*, s. 85; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 151; *Rady dla młodych mężatek*, s. 96–97; *Domowa pomoc*, s. 92.

<sup>45</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 117–118; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 38; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe*, s. 1; *Higiena polska*, t. 1, s. 113; *Matka i dziecko*, s. 79; Dr E. Brucke, op. cit., s. 31–32; Prof. dr M. Rubner, op. cit., s. 46; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 739; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 233; *Podręcznik do leczenia chorób*, s. 489; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 153.

telników literatury poradnikowej<sup>46</sup>. Jedynie, kiedy do wyboru były dwie mamki, które wydawały się równo zdrowe i których dzieci również dobrze rosły, radzono wybrać tęższą, gdyż u tej było mniejsze prawdopodobieństwo gruźlicy<sup>47</sup>.

Najbardziej wiarygodnym i pewnym sposobem znalezienia „pewnej” mamki była diagnoza lekarska, dlatego sugerowano, by kandydatkę na karmicielkę dokładnie przeba-  
dał zaufany lekarz. Miało to zapobiegać przenoszeniu ewentualnych chorób z mamki na dziecko (wśród najczęściej występujących i niebezpiecznych chorób podawano np. choroby weneryczne, suchoty, wyrzuty skórne, skrofuły, choroba angielska, szkorbut i inne<sup>48</sup>). Badanie polegać miało na gruntownym obejrzeniu stanu ciała kandydatki na mamkę, poczynając od czystości głowy, włosów (kołtun, wszy) stanu cery, paznokci i skóry (świerzb, wypryski, liszaje, wrzody), stanu jamy ustnej, dziąseł, języka (świeży oddech, zdrowe zęby i dziąsła), diagnozy czy nie ma powiększonych gruczołów pod szyją, pod pachami, po dokładne oględziny piersi (blizny, stan brodawek, jędrność, kolor skóry) i części rodnych (blizny, narośle, upławy). Należało przeprowadzić dokładny wywiad o liczbie porodów, przebytych chorobach i stanie zdrowia dzieci własnych i wcześniej karmionych – o ile dzieci mamki przychodziły na świat nieżywe lub umierały w wieku noworodkowym czy niemowlęcym, nie należało takiej kobiety zatrudniać. *Musimy wspomnieć o tym, że dosyć często zdarza się przeniesienie chorób zakaźnych, niszczących organizm w wysokim stopniu, ze sług, a zwłaszcza z mamek, karmiących dzieci [...] Szkoda wielka, że dotąd nie zastrzeżono prawem, aby wszystkie kobiety, pragnące służyć w charakterze mamek podlegały oględzinom lekarskim*<sup>49</sup> – ubolewano w jednym z poradników. Przestrzegano rodziców, że mamki, chcąc nająć się na intratną posadę w bogatym domu często najróżniejszymi sposobami zatajały przebyte choroby, narażając tym samym dziecko na zarażenie się nimi i dodatkowo, szczególnie dziewczęta miejskie, prze-

<sup>46</sup> Mimo to w niektórych poradnikach, nawet pisanych przez lekarzy znaleźć można było tego typu porady: *Mamki blondynki są łagodniejszego usposobienia, cierpliwsze, ale leniwe i senne, brunetki mają pokarm żyźniejszy, ale bywają porywcze, namiętne. Jeżeli matka dziecka jest mocna brunetka, lepiej wziąć mamkę blondynkę i odwrotnie. Wpływa to na umiarkowanie ciałoskładu dziecięcia*, w: Dr med. L. Natanson, s. 152; Zob. też: *Medycyna ludowa*, s. 86; *Rady dla młodych mężatek*, s. 97.

<sup>47</sup> *Przymioty fizyczne [...] są zdrowy wygląd, rozwinięte piersi, pewna tęgość, przy naciśnięciu laty wytrysk mleka [...] Czasami, mimo zdrowych pozorów karmiącej, dziecko ciągle mało zyskuje na wadze, wtedy koniecznie trzeba mamkę zmienić*, w: *Matka i dziecko*, s. 79–80; Zob. też: *Poradnik dla młodych matek*, s. 112; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 38–39; *Higiena polska*, t. 1, s. 113; L. Weitzenblut, op. cit., s. 126–144; *Matka i dziecko*, s. 79–80; Dr E. Brucke, op. cit., s. 25; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 31; *Medycyna ludowa*, s. 86.

<sup>48</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 75, 105; *Higiena polska*, t. 1, s. 33; Dr E. Brucke, op. cit., s. 25–26; dr A. Puławski, *Co to są suchoty i jak się od nich uchronić?*, Warszawa 1916, s. 26–27; *O wychowaniu macierzyńskim*, s. 64.

<sup>49</sup> *Choroby kobiece, ich zapobieganie i leczenie. Poradnik dla kobiet*, napisał dr J. Herm. Baas. tłum. dr J. St. Warszawa 1889, s. 13; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe*, s. 10; *Rady i wskazówki*, s. 81; *Higiena polska*, t. 1, s. 33–34; *O budowie i pielęgnowaniu ciała ludzkiego*, s. 215; *Matka i dziecko*, s. 78; Dr E. Brucke, op. cit., s. 25; *Nauka położnictwa*, s. 33; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 234–236; M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 121; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 30; *Dyjetetyka dzieci*, s. 18–19; *Podręcznik do leczenia chorób*, s. 489; *Lekarz domowy*, s. 100; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 230; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 151–152; A. Józefczyk, op. cit., s. 7; *Rady dla młodych mężatek*, s. 95.

bierały się w stroje włościańskie, mając świadomość o przekonaniu rodziców, że wieśniaczki są zdrowszymi, więc chętniej zatrudnianymi<sup>50</sup>.

W poradnikach można było znaleźć wskazówki, jak ocenić piersi mamki, by były właściwie zbudowane do karmienia dziecka i jak sprawdzić, czy mleko było odpowiedniej jakości. Piersi mamki powinny być umiarkowanie rozwinięte, miękkie, a brodawki miały łatwo dawać się chwycić ustami i ssać. Mleko, koloru perłowo lub srebrno białego przy uciśnięciu brodawki powinno wytryskać z łatwością z 12–15 otworków. Radzono także, by upuścić kroplę mleka na paznokieć lub szkiełko zegarka – kiedy było białe, podczas ruchu poziomego nie rozlewało się, a pionowego nie trzymało powierzchni, tylko po niej spływało, było właściwe. Gdy tak się działo, oznaczało to, że w pierwszym przypadku mleko było zbyt rzadkie i jałowe, w drugim zbyt gęste. Można było także upuścić kilka kropek do szklanki z wodą – dobry pokarm nie powinien szybko się w niej rozpluwać, tworząc białe „obłoczki” (zbyt tłuste opadało na dno, rozdzielające się na nitki oznaczało „szlamowatość”, zbyt chude barwiło wodę na jasno). Właściwie produkujące mleko piersi po ich wypróżnieniu powinny po około dwóch godzinach znów się napełniać<sup>51</sup>.

Najlepszym sposobem na potwierdzenie zdrowia i odżywczych wartości mleka mamki było jej własne zdrowe dziecko, lecz to często ukrywano, pokazując pracodawcom „pożyczone” dziecko sąsiadki czy znajomych<sup>52</sup>. *Dziecko powinno być pełne, pulchne, dobrze odżywione, skóra powinna być gładka, miękka, bez żadnych wyrzutów, uważać należy, by na dłoniach i piętach nie było czerwonych lub sinych plam. Jeżeli dziecko spokojnie śpi, posiada jasne, pogodne oczy, natenczas daje to rękojmię, że i jego matka jest zdrową*<sup>53</sup>. Doskonałą metodą sprawdzenia pożywności mleka mamki było sprowadzenie jej wraz z jej dzieckiem do domu ciężarnej jeszcze przed porodem w celu obserwacji, czy i jak dziecko przybiera od pokarmu matki. Miało to być jednocześnie okazją sprzyjającą do zapoznania się mamki z nowym otoczeniem, pracodawcami, omówienia z matką zasad i warunków opieki nad dzieckiem<sup>54</sup>.

Poszukując karmicielki, należało sprawdzić także moralność kandydatki, szczególnie, kiedy karmiła już kolejne dziecko po swoim kolejnym porodzie – mogło to sugerować, że jest osobą rozwiązłą, szukającą przygód z mężczyznami i dodatkowo obciążoną chorobami wenerycznymi. Pod żadnym pozorem nie należało zatrudniać kobiet wszetecznych, nierządnych czy nadużywających alkoholu. W miarę możliwości dobrze było

<sup>50</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 105, 115, 118; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 38–41; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 244–245; *Rady dla młodych mężatek*, s. 96.

<sup>51</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 24, 112–113; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 40; *Higiena polska*, t. 1, s. 113; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 236–237; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 30; *Dyjetetyka dzieci*, s. 19; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 152; *Rady dla młodych mężatek*, s. 96.

<sup>52</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 105; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 39; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 237, 244; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 33; *Dyjetetyka dzieci*, s. 19.

<sup>53</sup> *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 39; *Higiena polska*, t. 1, s. 113; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 31; *Medycyna ludowa*, s. 86; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 152; *Rady dla młodych mężatek*, s. 96.

<sup>54</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 117; *Higiena polska*, t. 1, s. 113.

upewnić się o zdrowiu i moralności mamki z wywiadów, rozmów z poprzednimi pracodawcami, a także znajomymi, sąsiadami itp.<sup>55</sup>

W poradnikach czytelniczki znajdowały nawet zalecenia dotyczące urody mamki. I choć, jak już pisano, nie decydowała ona o jakości mleka, to zalecano, by mamka miała miłą i przyjemną powierzchowność, by nie budziła wstrętu w matce i domownikach, z którymi przebywała i by jej uroda była miłą dla dziecka. Nie mogła być jednak zbyt urodziwa, bo rodziło to niebezpieczeństwo uwodzenia jej ze strony mężczyzn. Również wskazywano na idealne cechy charakteru mamki, która przebywając z dzieckiem niemal bez przerwy, oddziaływała na niego swoją osobą – powinna ona mieć dobre serce, być pogodna, wesoła, gadatliwa, ale nie lekkomyślna, ponura, małomówna i posępna, bo takie cechy wpłynąć miały negatywnie na rozwój niemowlęcia. Mamka powinna być łagodna, spokojna, wytrwała, cierpliwa, wreszcie cechować ją miały zamiłowanie do porządku, skromność, obowiązkowość i pracowitość. Dyskryminować kandydatkę na mamkę miała niecierpliwość, wybuchowość, łatwe unoszenie się gniewem, lenistwo, opieszałość w wykonywaniu obowiązków, wspomniania już lubieżność, rozwiązłość<sup>56</sup>.

Zatrudnienie mamki, jak się okazywało, często nie do końca było wyręką i uwolnieniem matki od obowiązków opieki nad dzieckiem. *Nie myślcie zresztą, aby przybrane mamki od samych niewygód karmienia was uwalniać miały; bo niewygody, jakie z mamką się łączą, są nieporównanie większe*<sup>57</sup> – przestrzegano matki. *Kobiety, które nie z konieczności, ale ze względów towarzyskich i dla wygody swych własnych dzieci nie karmią, nie tylko biorą na siebie wielką odpowiedzialność za stan zdrowia swojego dziecka, ale mają w dodatku z powodu ciągłego i niezbędnego czuwania nad mamką więcej kłopotu, aniżeli gdyby same karmiły*<sup>58</sup>. Jak sugerowano, już sama obecność w domu nowej, obcej osoby była dla domowników dyskomfortem, a przyzwyczajenie się karmicielki do trybu życia domu trwało dość długo. Przyzwyczajenia mamki, jej obyczaje, sposób zachowania, sposób opieki i pielęgnacji nad powierzonym jej niemowlęciem nie zawsze odpowiadał pracodawcom. Kiedy więc już zatrudniono mamkę, należało zająć się kierowaniem postępowaniem karmicielki z dzieckiem i kontrolowaniem jakości powierzonych obowiązków. Najlepiej, jak zalecano, by wszelkie jej czynności przy dziecku były stale nadzorowane osobiście przez samą matkę. *Przyjąwszy mamkę, matka nie powinna ani na chwilę zdawać dziecka na wyłączną jej opiekę*<sup>59</sup> – zalecano w jednym z poradników.

<sup>55</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 118, 120; *Jak zachować dziecko zdrowe?*, s. 41; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe*, s. 11; *Higiena polska*, t. 1, s. 33; *Medycyna ludowa*, s. 86; *Rady dla młodych mężatek*, s. 99.

<sup>56</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 119–120; *Higiena polska*, t. 1, s. 33–34, 113–114; *Matka i dziecko*, s. 79; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 236–239; *Dyjetetyka dzieci*, s. 19; *Medycyna ludowa*, s. 86.

<sup>57</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 108; *Higiena polska*, t. 1, s. 110.

<sup>58</sup> Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 231.

<sup>59</sup> *Wychowanie dziecka według B.H. Gausserona*, s. 15, 178; *Poradnik dla młodych matek*, s. 109; K. Nakwaska, *Dwór wiejski: dzieło poświęcone gospodyniom polskim, przydatne i osobom w mieście mieszkającym*, t. 1, Lipsk 1857, s. 33; *Chowanna, czyli system pedagogiki narodowej*, s. 383; Dr E. Brucke, op. cit., s. 36.

Do głównych obowiązków mamki, obok oczywiście karmienia piersią, należała całodobowa opieka i pielęgnacja oseska<sup>60</sup>. W nielicznych tylko domach rodzice zatrudniali jednocześnie mamkę dla karmienia i piastunkę do wykonywania pozostałych czynności pielęgnacyjnych. Mamka oczywiście wykonywać miała swe obowiązki pod opieką i kierunkiem troskliwej matki. Jej zadaniem było przewijanie niemowlęcia, ubieranie, usypianie, kąpanie, troska o czystość pokoju dzieciennego, wyprowadzanie dziecka na spacer, czuwanie nad jego bezpieczeństwem, pielęgnowanie w czasie choroby i zajmowanie zabawą. Nie bez powodu więc poszukiwano mamek, które już wcześniej karmiły dzieci, gdyż zdążyły już one nabrać wprawy i doświadczenia w zajmowaniu się nimi.

Jeśli mamką była kobieta wiejska, nawykła do codziennej pracy, to nie należało przesadnie zmieniać jej trybu życia (chyba, że była krótko po porodzie, wtedy powinna wypoczywać) – obok opieki nad dzieckiem mogła ona wykonywać pewne czynności porządkowe w domu pracodawców. Młode matki często odsuwały mamki od pracy, pozwalały na bezczynność, rozpieszczały, sądząc, że odbije się to korzystniej na mleku, a więc i na zdrowiu dziecka. Na stronach wielu poradników sugerowano, że mamka, obok opieki nad dzieckiem może spełniać dodatkowe obowiązki, np.: *Kobieta wiejska, jaka zwykle bywa mamka, do czynności nawykła, jakże może czerstwość swa zachować w gnuśności i próżnowaniu? Trzeba więc, aby wszelka usługa pokojowa przez mamkę czyniona była. Zamiatać, wycierać posadzki, sprzątać, słać łóżka niech będzie jej zatrudnieniem<sup>61</sup>. Niech mamka nosi drzewo i wodę, niech pierze bieliznę dziecięcą i inne spełnia posługi<sup>62</sup>. Szczególnie podkreślanym w poradnikach higienicznych zadaniem mamki była troska o czystość dziecka i jego otoczenia, będąca warunkiem zdrowia. Miała ona dbać o czystość powietrza w pokoju dzieciennym, czystość bielizny i częstej jej zmiany, czystość naczyń do mycia, sprzętów i zabawek. Zadaniem mamki była też codzienna kąpiel i wieczorne mycie dziecka, pielęgnowanie włosów, oczu, nosa, ust, przyzwyczajanie dzieci do regularnego oddawania moczu (już od 3–4 miesiąca życia na leżąco nad naczyniem, kiedy dziecko siedziało, kilka razy dziennie należało sadzać je na nocnik). Mamka również miała troszczyć się o czystość własnego ciała i ubrań<sup>63</sup>.*

Najemna karmicielka miała karmić dziecko do szóstego miesiąca życia tylko i wyłącznie swoim mlekiem (o ile mleko to służyło dziecku lub mamka wcześniej nie straciła pokarmu), wtedy to zwykle wyrzynały się niemowlęciu pierwsze ząbki, będące sygnałem, że do diety włączyć można i inne pokarmy. Podawać je należało obok mleka mamki, które z czasem, powoli należało zastępować innymi produktami, aż do całkowitego odstawienia piersi. Wśród osób formułujących porady nie było jednomyślności w kwestii, jak długo należało karmić dziecko piersią. Skrajne opinie oscyływały na kon-

<sup>60</sup> Do obowiązków mamki należy utrzymywanie porządku w pokoju dzieciennym, pranie bielizny dziecka i wszelkie posługi przy dziecku, w: *Matka i dziecko*, s. 80.

<sup>61</sup> K. Nakwaska, op. cit., t. I, s. 311–313; *Poradnik dla młodych matek*, s. 159; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 25, 27–28, 41–42; *Matka i dziecko*, s. 80–81; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 31; A. Józefczyk, op. cit., s. 7.

<sup>62</sup> *Rady dla młodych mężatek*, s. 99–100.

<sup>63</sup> *Matka i dziecko*, s. 13–14; Dr E. Brucke, op. cit., s. 34; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 739–740; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 241; *Rady dla młodych mężatek*, s. 75, 101.



tinuum od 6 miesięcy do 2 lat życia dziecka, z najczęstszym jednak wskazaniem, by odstawić dziecko między 10 a 13 miesiącem. Do 2 lat zalecano karmić piersią dzieci chorowite, słabe, ze szczególną skłonnością do chorób skrofulicznych<sup>64</sup>. Najlepiej, by odstawianie od piersi odbywało się późną wiosną, kiedy mleko krowie było wysokiej jakości, pojawiały się świeże warzywa i owoce, a piękna pogoda pozwalała maluchom na częsty pobyt na powietrzu i zabawy oraz zajęcia odciągające i odwracające uwagę od piersi<sup>65</sup>. Oczywiście jest, że dłuższe karmienie przez mamkę narażało rodzinę ją zatrudniającą na ponoszenie kosztów jej utrzymania, a dziecko nie zawsze chciało przestać ssać. Dlatego też podawano sposoby, które matka mogła zlecić mamce do wykonania, by skutecznie obrzydzić dziecku pierś – zalecano np. smarowanie gorzkim wyciągiem z piołunu. Mamka dbać także powinna, by podczas odstawiania malucha, trwającego zwykle ok. czterech tygodni, nie narazić się na zastoje pokarmu, stany zapalne, owrzodzenia, a po ostatnim karmieniu, by wstrzymać wydzielanie mleka, miała obwiązać piersi (ale nie mocno uciskać), trzymać je w ciepłe, otulając wata, flanelą lub zamszem, smarować ogrzaną oliwą (najlepiej migdałową), niewiele jadać i od czasu do czasu brać leki na przeczyszczenie<sup>66</sup>.

O fakcie, czy odżywianie przez mamkę było dla dziecka właściwe, świadczył brak dolegliwości, właściwy rozwój oraz dobre przybieranie na wadze. W poradnikach znajdujemy dokładne dane wagi dzieci karmionych piersią w poszczególnych tygodniach życia, tak, by każda matka mogła sprawdzić wartość odżywczą mleka karmicielki<sup>67</sup>. O dobrym przyswajaniu pokarmu świadczyło także regularne oddawanie przez dziecka moczu i tzw. stołeczków, które powinny być żółte i bez przykrego zapachu, brak wymiotów, ulewania, oraz długi i spokojny sen po karmieniu. Wskaźnikiem, że mleko mamki nie służyło dziecku, były stosunkowo często występujące u dzieci zaburzenia trawienia. Pojawiające się niestrawności, bóle brzucha, kolki, wymioty, rozwolnienia (dyarrie) czy zatwardzenia, o ile nie ustąpiły po zmianie diety przez karmiącą, sugerowały koniecz-

<sup>64</sup> Do chorób skrofulicznych w analizowanym okresie zaliczano: krzywicę (chorobę angielską), obrzęk gruczołów limfatycznych, skrofuliczne zapalenia oczu, skóry, stany zapalne w kościach, garb, za: Skrofuly (zołzy), s. 10–11; Zob. też: *Choroby kobiece*, s. 6–7; *Rady dla matek*, s. 20, 42–43; *Upominek dla matek*, s. 11; *Higiena polska*, t. 1, s. 36; *Matka i dziecko*, s. 115–116, 217–218; Dr E. Brucke, op. cit., s. 12, 37; Dr med. M. Biehler, *Podręcznik higieny*, s. 152–153; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 47, 757–758; Dr M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 125–126; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 71–77; *Żeby nie chorować*, s. 188; *Medycyna ludowa*, s. 86

<sup>65</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 181–183; K. Nakwaska, op. cit., t. I, s. 313; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 45, 57; *O budowie i pielęgnowaniu ciała ludzkiego*, s. 214–215; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 757–758; *Leki domowe zastosowane w chorobach ludzkich*, zebrał dr E. Krzyżanowski, Warszawa 1901, s. 159; *Praktyczny przewodnik wychowania*, s. 16.

<sup>66</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 151–1553, 183–185; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 59; *Higiena polska*, t. 1, s. 37; *O budowie i pielęgnowaniu ciała ludzkiego*, s. 214; *Matka i dziecko*, s. 82, 115; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 371; Dr med. S. Breyer, op. cit., s. 37; *Domowy poradnik lekarski*, s. 23; *O wychowaniu macierzyńskim*, s. 19; *Podręcznik do leczenia chorób*, s. 309; *Rady dla młodych mężatek*, s. 129.

<sup>67</sup> Zob. np.: *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 43–44; *Choroby kobiece*, s. 5; *Matka i dziecko*, s. 82, 207; Dr E. Brucke, op. cit., s. 6–8; Dr med. M. Biehler, *Podręcznik higieny*, s. 151–152; Dr med. S. Breyer, op. cit., s. 34–35; M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 64–65, 123; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 22–24; Doc. dr O. Schaeffer, op. cit., s. 182, 193; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 151

ność zmiany karmicielki lub zmianę pokarmu na sztuczny. Najlepiej było, by raz wybrana mamka karmiła oseska do chwili odstawienia, jednak kiedy jej mleko wyraźnie mu szkodziło, zalecano ją zmienić, szczególnie, kiedy dziecko nie zdążyło się jeszcze do niej przywiązać. *Jeśli choroba w dziecku wyszedzić się nie da, trzeba zmienić sposób życia karmiącej, gdy i to nie wystarcza, trzeba zmienić karmicielkę – na pewno się uspokoi*<sup>68</sup>.

W społeczeństwie badanego okresu panował pogląd, że dziecko wraz z mlekiem matki wysysało określone cechy osobowości, pewne jej przywary, wady, ale też zalety. *Liczne naokoło nas żyją familie, które zaprzeczyć nie mogą, iż ich dzieci nie tylko chorobami ciała, ale i nadto wadami czysto duchowymi mamek, które je karmiły, zarażone zostały*<sup>69</sup>. Autorzy poradników, powołując się na wyniki badań swoich i innych lekarzy, podawali liczne przykłady wpływu mleka matki na karmione dzieci – nie tylko w sferze fizycznej, ale i duchowej. I choć asekurowano się stwierdzeniem, że nie jest do końca wiarygodne, aby namiętności i charakter matki przez samo tylko mleko udzielać się miały ssącym niemowlętom, to z drugiej strony *całkiem tego wpływu zaprzeczyć mleku kobiecemu jest rzeczą niepodobną, gdy nie zbywa bynajmniej na przykładach, które o nim świadczą*<sup>70</sup>. Nie bez powodu używano często powiedzenia „wysane z mlekiem matki” – rozumiejąc przez to duchowe przymioty człowieka<sup>71</sup>. W połowie XIX w. Teodor Trippin podkreślał konsekwencje karmienia przez mamkę dla rozwoju charakteru dziecka: *Z samym mlekiem przechodzą z mamki do dziecięcia złe skłonności, które potem, zwłaszcza przy naszym niesprężystym postępowaniu w wychowaniu bardzo łatwo wybujać mogą w wady charakteru najnieznośniejsze*. Poglądy te prezentowała większość piszących wskazówki dla matek przez cały badany okres. Jeszcze w początku wieku XX, w poradniku lecznictwa przyrodnego czytamy: *Razem z mlekiem mamki muszą się także wszystkie namiętności i skłonności mamki na dziecko przenieść, tj. dziecko wsąło z mlekiem mamki skłonność do kłamstwa, do gniewu, do lenistwa itp.*<sup>72</sup>

W domu pracodawców mamkę należało odpowiednio traktować. Skoro „pani” sama nie karmiła piersią, wszelkie porady dotyczące karmiącej, formułowane na stronach poradników, przechodziły na karmiącą mamkę. Traktując dobrze mamkę i dbając o nią, matka dbała jednocześnie o dobro i zdrowie swojego dziecka. Powinna ona dbać o mamkę tak, jakby troszczyła się o siebie, gdyby karmiła. Zadaniem więc matki było czuwać, by zdrowie i samopoczucie mamki były jak najlepsze, co gwarantowało korzyści dla dziecka nie tylko w jakości mleka, ale i w jakości opieki i pielęgnacji.

Należało zapewnić mamce odpowiednie warunki bytowania – Karolina Nakwaska w połowie wieku XIX radziła np. matkom, urządzającym ziemiańskie dwory, dać mamce

<sup>68</sup> *Rady dla matek*, s. 34; *Poradnik dla młodych matek*, s. 192–193; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 45; Dr A. Fischer-Dueckelmann, s. 733; Dr Z. Taussig, s. 21–30; Doc. Dr O. Schaeffer, s. 192; *Rady dla młodych mężatek*, s. 79.

<sup>69</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 27.

<sup>70</sup> *Ibidem*, s. 74–75; *Higiena polska*, t. 1, s. 109; F. E. Bilz, op. cit., s. 381; *Dyjetetyka dzieci*, s. 15; Ks. S. Kneipp, *Dziecko zdrowe i chore*, s. 36; *Szkice pedagogiczne*, s. 74; *Domowa pomoc*, s. 93.

<sup>71</sup> F. Lotzky, s. 16, w: *Higiena polska*, t. 1, s. 109; Zob. też: *Szkice pedagogiczne*, s. 75; *Poradnik dla młodych matek*, s. 27; *Matka i dziecko*, s. 80; *O wychowaniu macierzyńskim*, s. 16.

<sup>72</sup> F. E. Bilz, op. cit., s. 381.

do dyspozycji nie tylko osobne, wygodne i ciepłe łóżko w pokoju dzieciennym, ale odpowiednie sprzęty – szafkę nocną, komodę czy półkę, w której trzymała będzie swoje rzeczy, szafę na odzież, stół ze sprzętami do mycia i innych czynności higienicznych. Dla wygody należało sprawić mamce niskie krzeselko do karmienia. Dobrze było sprezentować kobiecie zwierciadło, szczotkę, grzebień, chustki do nosa, ręczniki, fartuszki. *Nie odmawiaj osobnego miejsca na rzeczy bony czy mamki, inaczej jej graty wszędzie na przeszkodzie Ci będą*<sup>73</sup> – pisała. Podobne zalecenia formułowano również w innych poradnikach badanego okresu<sup>74</sup>.

By mleko mamki było zdrowym dla karmionego niemowlęcia, powinna się ona odpowiednio odżywiać. Świadomość, że pokarm, jaki spożywa służy nie tylko jej samej, ale szczególnie wzrostowi i rozwojowi dziecka miała powodować, by mamka spożywała posiłki pożywne, we właściwych ilościach, odpowiedniej jakości, o odpowiednich porach, by dbała o dobry apetyt. Nie wolno jej było nadwyręzać żołądka, doprowadzać do zaburzeń trawiennych, zaś szczególnie niekorzystne było spożywanie napojów alkoholowych, które przenikały do pokarmu i szkodziły dziecku. Zalecano, by mamka piła napar z dziewanny z mlekiem lub odwar z kopru, które nie powodowały u dziecka wzdęć. Podawano także cały repertuar pokarmów, których mamka nie powinna spożywać, by nie zaszkodzić karmionemu niemowlęciu. Wskazywano tu na surowe owoce, np. agrest, jabłka, gruszki, śliwki, wiśnie, niektóre warzywa: kapusta, cebula, czosnek, groch, rzodkiew, szczaw, ogórki, szparagi, mięsa: świńskie, gęsie, kaczę, szczególnie tłuste i wędzone, kiełbasy, ryby, grzyby, przyprawy korzenne, ciasta francuskie itp. Zalecano natomiast wszelkie buliony, rosółki, mleko, maślanekę, słabą herbatę lub kawę z mlekiem, wodę, biały chleb, masło, jaja, jarzyny nierozdymające, białe mięso ptactwa, sarninę, wołowinę, cielęcinę, zająca, konfitury, owoce suszone, gotowane lub pieczone, różnego rodzaju kasze. Jeśli jednak mamka pochodziła ze wsi, zalecano zapytać ją o dotychczasowy sposób odżywiania i nie odstępować od niego zbyt. Uświadamiano matkom, że nie ma pokarmów, które jak powszechnie uważano pomnażają ilość mleka w piersiach (np. zupki, kleiki, wodzianki, pokarmy płynne) i że nie należy zmuszać mamek do spożywania pokarmów, do których nie przywykły i które im nie smakują, bez jednak przesadnego znożenia kaprysów w tej kwestii<sup>75</sup>.

<sup>73</sup> K. Nakwaska, op. cit., t. I, s. 34, 50–52, 197, 310

<sup>74</sup> *Mamka powinna sypiać w ciepłym łóżku, w dobrze wywietrżonym pokoju i mieć możliwość dobrego mycia się*, w: *Matka i dziecko*, s. 80; Zob. też: *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 239.

<sup>75</sup> Przykładowy jadłospis dla karmiącej mamki (miał być ułożony przez lekarza, by mamka nie mogła go powążyć i odmówić spożywania wskazanych produktów): *Rano ¼ kwarty mleka, bułkę z masłem, o 10-tej godz. dwa jajka, chleb z masłem, lekkie piwo, o 1-szej obiad złożony z zupy mlecznej lub mącznej, kasza owsiana lub jęczmienna, mięso, kartofle (ale nie rozdymające jarzyny) i owoce gotowane. O 4-tej ¾ kwarty mleka, chleb z masłem, wieczorem jaja i piwo. Kawy i herbaty lepiej nie dawać*, w: *Matka i dziecko*, s. 83; Zob. też: *Poradnik dla młodych matek*, s. 26, 144–145, 154, 157–158; K. Nakwaska, op. cit., t. I, s. 315–316; *Jak zachować dziecko zdrowe?*, s. 25–27, 42–43; *Higiena polska*, t. 1, s. 34; *O budowie i pielęgnowaniu ciała ludzkiego*, s. 215; *Matka i dziecko*, s. 81; Dr E. Brucke, op. cit., s. 9–10, 33–34; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 373–374; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 722, 739; F. E. Bilz, op. cit., s. 378, s. 379; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 240, 242; *Domowy poradnik lekarski*, s. 19; M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 120–121; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 31; *Dyjetetyka dzieci*, s. 22; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 231; *Leki domowe*, s. 158–159; *Rady dla młodych mężatek*, s. 71–73.

Spokój ducha karmiącej mamki był gwarantem dobrego mleka i spokoju dziecka. Dlatego też radzono, by troszczyć się o dobre samopoczucie mamki. Szczególnie niekorzystny wpływ na zdrowie i usposobienie dziecka miało mieć karmienie przez mamkę niespokojną, zmartwioną, zagniewaną, nerwową. Nie brakowało w poradnikach przykładów, iż wstrząsy emocjonalne u mamki, gwałtowne poruszenia, silny gniew, przestrasz powodować mogły u niemowlęcia rozwolnienie, kolki, wymioty, gorączkę, rozdrażnienie, konwulsje. Przytaczano także przypadki tknięcia dzieci paraliżem czy napadami epilepsji, a nawet śmierci. Należało pilnować, by we wskazanych wypadkach mamka sięgnęła pokarm, który mógł niekorzystnie, a nawet tragicznie wpłynąć na dziecko. By zachować mamkę w dobrym zdrowiu psychicznym i fizycznym, radzono, by regularnie odpoczywała ona od codziennych obowiązków, korzystała ze spacerów i świeżego powietrza. Ruch fizyczny wpływać miał bowiem na obfitość mleka, dlatego należało go regularnie zażywać, a dodatkowo *nie dopuszczał nudów, trosk urojonych i zgubnych obrazów wyobraźni, utrzymując umysł w ciągłym zajęciu i równowadze*<sup>76</sup>. Przynajmniej godzina zatrudnienia na powietrzu i przechadzka mogły zostać połączone ze spacerem także dla dziecka. Należało jednak pilnować, by na spacer z dzieckiem mamka wychodziła w towarzystwie zaufanej osoby, kontrolującej, z kim ta się spotyka, i pilnującej, by spacer, zamiast w parku, nie kończył się u koleżanki czy w innym miejscu. *Jeżeli mamka sama tylko z dzieckiem, które wiezie w wózek, a w drodze się z kim spotka i stanie do pogadanki [...], a dziecko płaczem zmusza do przerywania najinteresowniejszej pogadanki, wtenczas przekleństwa sypią się bez miary, a i o uderzenia nie skąpo, bo dziecko się pożalić nie potrafi. A najgorsza jest, co także nieraz się wydarza, jeżeli spotka się z swoim wielbicielem, który zaprowadzi do szynku*<sup>77</sup> – przestrzegał matki autor jednego z poradników. Towarzystwo miało więc także uchronić mamkę przed niebezpieczeństwami zepsucia, czyhającymi na nią podczas samotnych przechadzek. Mamka nie powinna także chodzić na dalekie piesze wycieczki, tańce, oraz jeździć konno<sup>78</sup>.

Zadaniem matki było także troszczyć się o zdrowie karmiącej matki. Obok właściwego odżywiania, winna matka także sprawdzać, czy mamka nie nabawiła się jakiejś choroby, która może niekorzystnie wpływać na dziecko. Szczególnie należało unikać przeziębienia, niestrawności, nerwowości. Należało przyzwyczaić mamkę, by komunikowała matce wszystkie zmiany w swoim zdrowiu – ukrywana choroba często była bowiem przyczyną choroby dziecka. Zalecano nawet, by matka sprawdzała odchody naturalne mamki, reagując natychmiast w wypadku rozwolnienia, zatwardzenia, pojawienia się miesiączki (mamki często ten fakt ukrywały, obawiając się zwolnienia, lecz zwykle nie wpływało to negatywnie na stan zdrowia dziecka). Mamka powinna raz dziennie odda-

<sup>76</sup> Ibidem, s. 73–74.

<sup>77</sup> A. Józefczyk, op. cit., s. 21.

<sup>78</sup> K. Nakwaska, op. cit., t. I, s. 311–313; *Poradnik dla młodych matek*, s. 159; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 25, 27–28, 41–42; *Matka i dziecko*, s. 81; Dr E. Brucke, op. cit., s. 34; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 374; Dr med. S. Breyer, op. cit., s. 31; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 239; M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 121, 199; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 31; *Dyjetetyka dzieci*, s. 19–20; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 231; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 150; *Leki domowe*, s. 159; *Rady dla młodych mężatek*, s. 73–75; *Domowa pomoc*, s. 93.

wać stolec, którego nie wolno było wywoływać środkami przeczyszczającymi, ale pić wodę, ruchem fizycznym, ewentualnie lewatywą. Matka zakazać powinna mamce jakichkolwiek kontaktów seksualnych z mężczyznami (spotkania mamki zamężnej z mężem odbywać się miały wyłącznie pod okiem matki dziecka), gdyż te mogły doprowadzić do kolejnej ciąży i konieczności przerwania karmienia. Kiedy mamka czuła się źle, nie należało leczyć jej samodzielnie, domowymi sposobami, lecz od razu należało radzić się lekarza, który powinien zdecydować o kontynuacji lub zaprzestaniu karmienia. Od niego też zależało, jakie leki otrzyma karmiąca, by nie wywarły one szkodliwego wpływu na dziecko. W wypadku zarażenia się chorobą zakaźną, np. płonicą, tyfusem, ospą, cholera, natychmiast należało dziecko odstawić<sup>79</sup>.

W poradnikach znajdujemy też opisy strojów kobiet karmiących – mamka powinna ubierać się w odzież w miarę możliwości jak najwygodniejszą, z łatwym dostępem do piersi, nieuciskającą. W czasie chłodnych miesięcy należało chronić piersi oraz stopy przed zaziębieniem, gdyż nawet najmniejsze wychłodzenie powodować miało zmniejszenie ilości pokarmu, a poważniejsza infekcja powodowała całkowitą jego utratę oraz zapalenie gruczołów mlecznych<sup>80</sup>.

Mamka, od której autorzy poradników wymagali wielu przymiotów duszy i ciała musiała być odpowiednio w domu pracodawcy traktowana i wynagradzana. Z racji opieki nad dzieckiem państwa należały się jej wspomniane już właściwe warunki bytowania, a więc miejsce do spania, odpowiednie pożywienie, zaufanie i sympatia ze strony domowników. Również pensja powinna być na tyle wysoka, by wystarczyło jej na opłacenie opieki nad własnym dzieckiem i zaspokojenie innych potrzeb, a wypłacać ją należało regularnie i zgodnie z zawartą wcześniej umową – miesięcznie, czy kwartalnie. Przy różnorodnych okazjach można było dawać mamce drobne podarunki – najczęściej przedmioty osobiste codziennego użytku, zaś przy wyjątkowych okazjach np. książeczkę do nabożeństwa, krzyżyk czy medalik, zegarek, monetę z wizerunkiem Matki Boskiej. Prezenty takie miały mamce okazać szacunek i wdzięczność za dobrze wykonywane obowiązki i rodzić przywiązanie do pracodawców<sup>81</sup>.

Mamka zwykle przebywała w domu swoich pracodawców na czas karmienia powierzonego sobie dziecka, ale mogło się zdarzyć, że zostawała przy rodzinie na dłużej. Radzono, by dobrze wykonując swoje obowiązki mamkę zatrzymać i zatrudnić jako piastunkę do dzieci, względnie, jeśli wyrazi chęć dalszej pracy w danej rodzinie – jako kucharkę, prачkę lub gospodynię. Sugerowano, że przebywawszy jakiś czas przy rodzinie, nie tylko przywiązuje się do dziecka i otoczenia, ale i uczy się zwyczajów panują-

<sup>79</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 161; *Higiena polska*, t. 1, s. 35; *Matka i dziecko*, s. 82; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 374; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 740; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 245; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 1–17; *Dyjetetyka dzieci*, s. 20; Doc. dr O. Schaeffer, op. cit., s. 194; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 227; *Medycyna ludowa*, s. 86; *Rady dla młodych mężatek*, s. 69; *Domowa pomoc*, op. cit., s. 92.

<sup>80</sup> *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 28.

<sup>81</sup> Przykładowe kwoty wynagrodzenia zob. np.: *Poradnik dla młodych matek*, s. 120–121; K. Nakwaska, op. cit., t. I, s. 197, 199; *Przy kądzieli. Pogadanki dla kobiet o ważnych sprawach*, napisała Antoszka, Warszawa 1913, s. 58–59; *Dyjetetyka dzieci*, s. 19.

cych w domu, zna zakres obowiązków pozostałych ze służby i powinna spełnić się w którejś ze wskazanych ról. Sytuacja, kiedy mamka zostawała dalej nianką dziecka, miała być korzystną także dla podopiecznego. Wcześniej przyzwyczaił się on do niej, więc jej odejście nie będzie wiązało się z rozłąką i z tęsknotą za bliską osobą<sup>82</sup>.

Nie zawsze współpraca rodziców, a szczególnie matki z mamką układała się pomyślnie. Kiedy mamka okazywała się opieszalą w wykonywaniu obowiązków, leniwą i kapryśną, często czyniono błąd – zmieniano karmicielkę. Teodor Tripplin opisywał przypadek dziecka możnych i światłych rodziców, które w czasie siedmiu miesięcy miało trzynaście mamek i w końcu zmarło<sup>83</sup>. *Mamki, przy której dziecko pomyślnie się rozwija, nie powinni rodzice odprawiać aż do zupełnego odłączenia dziecka o piersi. Niechby sobie była wymagająca, impertynencka, niechby nawet kradła, wszystko to jest niczym w porównaniu z niebezpieczeństwem, na jakie wystawia się dziecko przez zmianę mamki*<sup>84</sup>, czytamy w jednym z poradników. Wśród powodów, dla których należało zmienić mamkę wskazywano: zniechęcenie lub obojętność do powierzonego jej niemowlęcia, nałóg obżarstwa lub opilstwa, niemoralne prowadzenie się. Nieporozumienia, niechęć wobec pracodawców, karmionego dziecka, brak związku emocjonalnego, przestrasz, powodować mogły nie rzadko zdarzające się sytuacje (jak podawały poradniki medyczne), że mamka, nawet mająca duże ilości mleka, w ciągu dziewięciu dni zupełnie traciła pokarm<sup>85</sup>. O zatrudnieniu kolejnej mamki powinien zawsze decydować lekarz, który mógł również zlecić karmienie sztuczne. Decyzja zależeć miała od wieku dziecka, jego stanu zdrowia, pory roku<sup>86</sup>.

Radząc rodzicom, jak obchodzić się mamką uświadamiano, że istnieje tyle sposobów współpracy, ile charakterów ludzkich. Zatrudniając mamkę należało dobrze ją poznać i do jej usposobienia, osobowości i zachowania dostosować sposób traktowania. Z racji jednak stanu i pochodzenia zawsze należało pamiętać, że to mamka jest służącą, a matka osobą decydującą i nie matka mamce, a mamka matce powinna być posłuszną. Jak bowiem twierdzono, bywało i tak, że matki, pragnąc dobra swego dziecka z pokorą zносиły kaprysy i zachcianki mamek, które, chcąc zyskać dla siebie ustępstwa i przywileje, groziły rodzicom porzuceniem służby. Zatrudniając karmicielkę, dobrze było zaraz po jej przyjęciu do domu dokładnie omówić zakres jej obowiązków i zadań, które podejmować miała obok karmienia dziecka. Obok obowiązków wynikających z pracy, należało także wyraźnie określić swoje wymagania co do moralności i sposobu prowadzenia się mamki oraz bezwzględnie zakazać jej wszelkiego zgorszenia i pijaństwa. *Ogólnie rzecz biorąc, należy mamkę utrzymać w szczęściu, rozkoszy i swobodzie, ale równocześnie w zależności, jaka z natury powołania wynika*<sup>87</sup>. Dlatego też zalecano, by zachować odpowiedni

<sup>82</sup> K. Nakwaska, op. cit., t. I, s. 190–191; *O wychowaniu macierzyńskim*, s. 18.

<sup>83</sup> *Higiena polska*, s. 110; *Matka i dziecko*, s. 79–80, s. 80; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 40.

<sup>84</sup> Dr E. Brucke, op. cit., s. 34.

<sup>85</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s.21; *Dyjetetyka dzieci*, s. 23.

<sup>86</sup> Dr E. Brucke, op. cit., s. 36; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 752.

<sup>87</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 161; *Matka i dziecko*, s. 80; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 246; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 32; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 230–231.

dystans, nie spoufalać się z piastunką, nie pobłażać jej lekkomyślności, bezwzględnie żądać zachowania zgodnego z zaleceniami. Jednocześnie sugerowano, by matka nie była zbyt sroga wobec karmicielki, by za dobre pełnienie obowiązków chwaliła, nagradzała drobnym podarunkiem. Karanie czy łajanie służącej miało być wynikiem rzeczywistego jej przewinienia, nie zaś złego humoru czy gniewu pracodawczyni. Uświadamiano rodzicom, że mamka także powinna mieć możliwość rozrywki, spędzenia czasu wolnego w dowolny sposób, bez poczucia ciągłego dozoru. Dobrze, by matka zadbała o to, by służba w domu z należytym szacunkiem traktowała mamkę<sup>88</sup>.

Jak wynika z analizowanych pozycji poradnikowych, mamki, mimo swej popularności, nie cieszyły się dobrą opinią społeczeństwa i autorów poradników. Twierdzono powszechnie, że kobiety, które za pieniądze wynajmowały się do karmienia obcych dzieci traktowały swoją pracę jako interes i nie rozumiały często odpowiedzialności, jaką na siebie brały<sup>89</sup>. *Są to w naszych warunkach kobiety zupełnie ciemne, których nauki szczepią fałszywe idee i często wady charakteru. Otrzymują od matki pewne wskazówki, co do posiłku, zachowania się i zabawy. Wskazówek tych najczęściej trzymać się nie lubią, ze szkodą fizyczną dla dziecka, często i molarną, gdyż malec otrzymuje przy tej sposobności pierwszą naukę kłamstwa i oszustwa. Braki pedagogicznego i moralnego wykształcenia tych pierwszych dozorczyń czynią dziecku krzywdę znaczną<sup>90</sup>*. Nie brakowało więc w poradnikach ostrzeżeń, dotyczących błędów w opiece i pielęgnacji dziecka popełnianych przez mamki. Mogły one wynikać z ich niekompetencji czy braku wiedzy, jednak często były wynikiem braku kontroli ze strony matki i chęci ułatwienia sobie pracy ze strony mamki. *Bardzo rzadko trafia się na mamkę, któryby odpowiadała wszystkim wymaganiom i który by pokarm nadawał się w zupełności dla dziecka. Dlatego też przy pierwszych występach mamki dziecko ma zazwyczaj niedyspozycje żołądkowo-kiszczkowe; znacznie więcej ono jednak cierpi na skutek złych przyzwyczajzeń i błędnych poglądów mamki na higienę dziecka<sup>91</sup>*. *Mamki są zwykle przesądnie zabobonne i nieraz mają najdziwniejsze pojęcia o pielęgnowaniu dzieci<sup>92</sup>*. Wobec tego typu zarzutów w części poradników adresowanych do matek wskazywano na rozliczne błędy popełniane przez mamki podczas wypełniania swoich obowiązków względem dziecka.

Należało pilnować, by mamki nie sypiały z powierzonymi sobie dziećmi w jednym łóżku. Czyniły tak często z wygody, by nie wstawać w nocy do kwilącego niemowlęcia.

<sup>88</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 163; K. Nakwaska, op. cit., t. I, s. 194–196; *Dyjetetyka dzieci*, s. 19; *Rady dla młodych mężatek*, s. 103–104.

<sup>89</sup> *Mamki patrzą na karmienie, jako coś, co je wyciąga z nędzy i przynosi materialne korzyści*, w: M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 121.

<sup>90</sup> *Matka i dziecko*, s. 217; Zob. też: *Przesady w wychowaniu. Studium pedagogiczne przez Waleryę Marrene*, Wilno 1881, s. 16.

<sup>91</sup> Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 230; Ksawery Pałucznanin podawał ku przestrodze matek przypadek mamki, która udusiła pięcioro kolejnych powierzonych jej noworodków, uzasadniając zbrodnie faktem, że nie mogła znieść ich krzyku – *a chociażby opisany powyżej potwór mamki był jedynym w swoim rodzaju, to już powinien on wystarczyć do odstraszenia matek od powierzania dzieci swych najemnym karmicielkom*, w: *Szkice pedagogiczne*, s. 75–76.

<sup>92</sup> *Rady dla młodych mężatek*, s. 102.

Jednak skutkiem takiego ułatwienia opieki nad nim mogło być uduszenie. Jak podawano, częste były przypadki, że mamka, straciwszy podczas snu kontrolę nad ciałem, przyduszała dziecko swoim ciężarem i dusiła je. Nawet, gdy tak się nie działo, pisano, że wyziewy i pot mamki także mogły niekorzystnie wpływać na zdrowie ssawca<sup>93</sup>.

Za błędne uznawano reagowanie na każdy płacz dziecka przystawieniem go piersi. Takie postępowanie mamki powodowało u malca przejedzenie i dolegliwości trawienne. Zalecano karmić dziecko co kilka godzin, regularnie, najlepiej (szczególnie u starszych niemowląt) z dłuższą nocną przerwą. Miało to przyzwyczaić dziecko do regularnych posiłków w ciągu dnia (najlepiej co trzy godziny), a z czasem z rezygnacji z karmienia nocą, zapobiegać dolegliwościom trawiennym, a także rozpieszczeniu dziecka. Dawało także mamce czas na odpoczynek i czynności inne, niż opieka i pielęgnacja powierzonego oseska<sup>94</sup>.

Upuszczenie dziecka przez mamkę było na tyle częstym wypadkiem, że w poradnikach zwracano uwagę, by noworodki i niemowlęta owijać w długie, wiązane na szarfy poduszki czy beciki, w których będą one noszone, gdyż w razie upadku amortyzują go, ratując dziecku zdrowie i życie. Taki becik, w który owijano dziecko chronił także przed tzw. przełamaniem (nie chodzi tu jednak o powijaki, których stosowanie odradzano, gdyż krępowały ruchy i swobodny rozwój członków dziecka)<sup>95</sup>. Szczególnie uwagę matek zwracano na zgubny nawyk kołysania dzieci do snu na rękę, dopóki nie zasnęły. Mamki czynić to miały, by rzekomo zapobiegać przepuklinie, powodowanej przez krzyk i długotrwały płacz dziecka. Noszenie i kołysanie („hocanie”) na rękach miało zapobiec płaczowi, a tym samym i chorobie. Uświadamiano matkom, że praktyki takie mają dwojaki negatywny skutek – moralny, bo przyzwyczajają dziecko do wymuszania płaczem noszenia i podporządkowywania sobie osób pielęgnujących, a także fizyczny – zasypianie na rękach powodować mogło skrzywienia kręgosłupa. Dzieci nauczone przez mamki zasypiania na rękach często nie chciały już sypiać w łóżeczku i budziły się przy każdej próbie odłożenia na posłanie. Krzyk zaś uznawano za naturalne ćwiczenie płuc, korzystnie wpływające na ich rozwój, przyspieszający krążenie krwi, niebędący przyczyną ani przepuklin, ani kurczów i nie zalecano go tłumić kołysaniem. Również odradzano kołysanie w kołysce<sup>96</sup>.

<sup>93</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 155, 159–160; *Rodzina chrześcijańska*, napisał O. Feliks Cozel T. J., Kraków 1908, s. 168; *Matka i dziecko*, s. 80; Dr E. Brucke, op. cit., s. 21; *Nauka położnictwa*, s. 36; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 374; Dr med. S. Breyer, op. cit., s. 33; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienia*, s. 246; *Domowy poradnik lekarski*, s. 15; Dr M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 127; *O wychowaniu macierzyńskim*, s. 16; Doc. dr O. Schaeffer, op. cit., s. 188; A. Józefczyk, op. cit., s. 7; *Leki domowe*, s. 62, 264.

<sup>94</sup> *Rady dla matek*, s. 19; *O budowie i pielęgnowaniu ciała ludzkiego*, s. 214; Dr E. Brucke, op. cit., s. 4–7; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 108; *O wychowaniu macierzyńskim*, s. 16–17; Ks. S. Kneipp, *Dziecko zdrowe i chore*, s. 33; A. Józefczyk, op. cit., s. 8; *Poradnik dla młodych matek*, s. 159, 169–170; Dr E. Brucke, op. cit., s. 4–7; Dr M. Biehler, *Higiena dziecka*, s. 123; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 32; Ks. S. Kneipp, *Dziecko zdrowe i chore*, s. 33; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 149; *Nasz dom*, s. 292.

<sup>95</sup> K. Nakwaska, op. cit., t. I, s. 309–310; *Rady dla matek*, s. 85; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 735, 760–761; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 150; *Rady dla młodych mężatek*, s. 99.

<sup>96</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 216; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 31–32; *Skrofuły (zołty)*, s. 37; *Rady dla matek*, s. 34; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe*, s. 9; *Dobre i złe wychowanie dzieci w przykładach*



Niebezpieczne dla kręgosłupów dzieci było często praktykowane przez mamki przedwczesne sadzanie lub stawianie na nóżki, podtrzymywanie stawiającego pierwsze kroki malucha paskami, taśmami, ręcznikami, koszykami (które dodatkowo uciskały klatkę piersiową). Opisywano nawet przypadki wykręcania czy wyrwania rączek ze stawów podczas prób chodzenia. Również noszenie dziecka na jednym tylko, stale tym samym ręku miało być przyczyną skrzywień kręgosłupa czy garbów. Sugerowano także, by matka sprawdzała, dokąd matka zabiera dziecko na spacer we wózku, gdyż jazda po drogach wyboistych czy nierównych powodować mogła u dziecka wstrząsy, w najgorszym wypadku wypadnięcie, potłuczenie, a nawet śmierć<sup>97</sup>.

Zwracano uwagę na fakt, że mamki często zapomniały o obmyciu piersi po każdym karmieniu lub pozwalały dziecku zasypiać przy piersi, nie wymywszy im potem ust, co prowadziło bardzo często do powstawania pleśniawek – białych nalotów, które rozprzestrzeniały się na całą jamę ustną, gardło, powodowały ból przy ssaniu, niepokój u dziecka, słabsze przybieranie na wadze. By temu zapobiec matka miała pilnować, by mamka myła piersi po karmieniu i czyściła usta dziecka wodą, najlepiej z dodatkiem wody wapiennej<sup>98</sup>. Kiedy dziecko już dokarmiano i obok piersi otrzymywało ono inne pokarmy, mamki miały mieć zwyczaj oblizywania łyżki, którą karmiły dziecko – groziło to przeniesieniem zarazków i zarażeniem dziecka różnymi dolegliwościami – zajadami w kącikach ust, wysypkami na wargach, katarem<sup>99</sup>.

Autorzy poradników krytykowali szczególnie przez mamki wiejskie stosowany zwyczaj usypiania dzieci, polegający na podawaniu im do ssania miazgi z ziaren maku zawiniętej w kawałek płótna (makówki), czy smoczek lub gałganek moczony w wódce<sup>100</sup>. Niektóre mamki, chcąc szybciej uspić malca i zapewnić sobie spokojną noc piły alkohol, który przenikał do pokarmu i oddziaływał na dziecko. *Jeśli dziecko śpi niezwykle długo, wówczas możemy przypuszczać, że mamka lub niania dała mu coś na sen. Zdarza się to niestety dość często – dają albo środek apteczny, jak opium, lub wprost łyżeczkę słodkiej*

---

podług niemieckiego, opracowała I. Moszczeńska, Warszawa 1904, s. 3–6; *Higiena polska*, t. 1, s. 37–39; *O budowie i pielęgnowaniu ciała ludzkiego*, s. 217; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 772–774; *O wychowaniu macierzyńskim*, s. 17, 20; *Dyjetetyka dzieci*, s. 21; Doc. dr J. Trumpp, op. cit., s. 207; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 157; *Pedagogika polska*, s. 59; *Nasz dom*, s. 292.

<sup>97</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 235–236, 239–240; *Jak zachować dziecko zdrowe?*, s. 34–35; *Rady dla matek*, s. 35–37; *Dobre i złe wychowanie*, s. 16–17; *Kodycył do mojego testamentu dla zdrowych i chorych*, napisał Mgr. Sebastian Kneipp, przetłumaczył ks. J. A. Łukaszewicz, Kempten 1898, s. 84; *Matka i dziecko*, s. 96, 10–11, 215; *Domowy poradnik lekarski*, s. 29; Dr Z. Taussig, op. cit., s. 110–111; *O wychowaniu macierzyńskim*, s. 21–22; *Dyjetetyka dzieci*, s. 85–88.

<sup>98</sup> *Jak zachować dziecko zdrowe?*, s. 58; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe*, s. 13–14; *Upominek dla matek*, s. 14; *O budowie i pielęgnowaniu ciała ludzkiego*, s. 214; Dr W. Hojnacki, op. cit., s. 373; Dr A. Fischer-Dueckelmann, op. cit., s. 495–496; *Dyjetetyka dzieci*, s. 23–24; *Rady dla młodych mężatek*, s. 148–149.

<sup>99</sup> *Upominek dla gospodyń*, s. 10; *Leki domowe*, s. 159; *Rady dla młodych mężatek*, s. 129.

<sup>100</sup> *Zdarza się, że dziecina okazuje pewien niepokój, kwili, prędko nie usypia – widocznie coś jej dolega. Mamka atoli niesumienna, albo zbyt leniwa, aby zbadać co dziecku potrzeba, w tajemnicy przed matką poi je odwarem z makówek, aby sama mogła spać spokojnie [...]*, w: C. Plater-Zyberkówna, s. 343; *Jak pielęgnować dzieci zdrowe*, s. 10; *Rady dla matek*, s. 25; Dr E. Brucke, op. cit., s. 11, 36; Dr med. M. Biehler, *Podręcznik higieny*, s. 451; *Rady zachowania się niewiast czasu brzemienności*, s. 245; Dr med. L. Natanson, op. cit., s. 157.

wódki z odwarem koprowym<sup>101</sup>. Pisano także o podawaniu dzieciom przez mamki wody z domieszką koniaku, kirszu, a nawet wody kolońskiej. Takie postępowanie mogło po kilku latach powodować u tak karmionego dziecka wyrzuty skórne, spazmatyczne kurcze, nerwice opóźnienie umysłowe i inne choroby<sup>102</sup>. W wielu poradnikach przestrzegano matki przed innym, zgubnym dla dziecka sposobem usypiania przez mamki. Część z nich, chcąc szybciej uśpić niemowlę miała bowiem nacierać i masować okolice krzyża dziecka, łaskotaniem czy głaskaniem podrażniać jego narządy płciowe, co w konsekwencji mogło powodować u dziecka skłonność do masturbacji. *Nie pozwalaj służebnicy [...] usypiać dziecka. Ona jest zwykle zepsuta i lechce części wstydu, chcąc wcześniej do snu zniewolić, a siebie uwolnić. Zaszczepi kąkol złego w dziecku i zabije w nim zdrowie oraz moralność, jak to już niejednemu uczyniła*<sup>103</sup> – uświadamiano. Podawano także przykłady, iż mamki mogły być źródłem zakażeń dróg rodnych u dziewczynek, tzw. kataru zaraziwego pochwy, który przenosić się mógł przez palce, bieliznę pościelową, ręczniki, gąbki<sup>104</sup>.

W nielicznych poradnikach (głównie o tematyce wychowawczej) wskazywano na znaczenie mamki dla rozwoju intelektualnego podopiecznego. Dziecko, jak uświadamiano rodzicom, zaczyna mówić około pierwszego roku życia. Najczęściej pierwsze proste słowa pochodzą z naśladownictwa zasłyszanych w najbliższym otoczeniu wyrazów, zwrotów, zdań. Należało więc także troszczyć o to, by mamka mówiła wyraźnie, czystym i prawidłowym językiem, gdyż dziecko słuchając jej słów, uczyło się mowy<sup>105</sup>. Nie powinna ona zmiękczać wyrazów, mówić gwarą, przeklinać, powinna zaś mieć „głos czysty i mowę niejąkającą”<sup>106</sup>. W *Chowannie* B. F. Trentowskiego znajdujemy wskazówkę, by piastunka wykorzystywała każdą sprzyjającą chwilę, by rozwijać u dziecka zasób pojęć. *Zamiast je, jak to zwyczajem, na gwałt kołysać i do snu naglić, niechaj mu pokaże, zwłaszcza gdy niespokojne i płacze, zawsze coś nowego. Z początku dość jest na samym wskazaniu przedmiotu, później daj mu i przedmiot i nazwę. Nazwę tę wymieniaj śpiewającym głosem, powtórz ją kilkakroć, aby tym pewniejsze uczyniła wrażenie. Tym sposobem wprowadzać będziesz każdy przedmiot w jednajże chwili do młodej wyobraźni [...] Wszelkie gospodarstwo domowe, czy wielkie, czy małe, ma mnóstwo przedmiotów, które*

<sup>101</sup> *Matka i dziecko*, s. 173.

<sup>102</sup> Ibidem, s. 81; Dr A. Combe pisał nawet o takim zjawisku, jak alkoholizm u ssawców, czyli dzieci karmionych piersią matek, pijących alkohol, usypianych gałgankami czy smoczkami nasączanymi alkoholem, pojonych przed snem miksturami z alkoholem, w: Dr A. Combe, *Nerwowość u dzieci. Cztery odczyty*, przełożył i przypisami opatrzył dr H. Nusbaum, Warszawa 1904, s. 97–98; Ks. S. Kneipp, *Dziecko zdrowe i chore*, s. 33–34.

<sup>103</sup> *Chowanna, czyli system pedagogiki narodowej*, s. 384; *Marnopłcenie – onanizm (samogwałt, samienie się, nijactwo). Objawy, przyczyny, następstwa, zapobieganie, leczenie według najnowszych postępów naukowych*, pod red. A. Czarnowskiego, Berlin 1904, s. 29–30; *Rady dla matek*, s. 34–35; Dr E. Brucke, op. cit., s. 37; C. Plater-Zyberkówna, op. cit., s. 343.

<sup>104</sup> *Choroby kobiece*, s. 9–10; *O wychowaniu macierzyńskim*, s. 21.

<sup>105</sup> *Poradnik dla młodych matek*, s. 244; *Matka i dziecko*, s. 86; *Szkice pedagogiczne*, s. 76–77.

<sup>106</sup> *Dyjetetyka dzieci*, s. 19; *Przesady w wychowaniu*, s. 16.

*dziecku z wolna i w pewnych czasach pokazywać można*<sup>107</sup>. W końcu XIX w. formułowano poradę, by rozpoczynać mówienie do dziecka i pokazywanie mu najbliższego otoczenia już od ukończenia przez nie tzw. głupiego kwartału (oczywiście z umiarem, by nie przemęczać malca)<sup>108</sup>. Również śpiew mamki miał znaczenie dla rozwoju dziecka. *Mamka niech śpiewa dziecku, ale niech nie pieje nad nim owym głosem fałszywym i wytężonym, jak to u nas często czynią mamki wiejskie*<sup>109</sup> – powodować to miało u dziecka utratę słuchu, zdolności muzycznych i lękliwość.

Podsumowując powyższe ustalenia, należy podkreślić, że autorzy poradników mieli z pewnością świadomość, iż zamożne matki nie zrezygnują z przywileju najmowania karmicielki, nie tylko z powodu przyjętej mody, obyczaju stanowego i dobrej sytuacji materialnej pozwalającej na taką wykę, ale głównie ze względów ograniczania swobody życia przez opiekę nad niemowlęciem. Dlatego też formułowali szereg zaleceń, jak wybierać mamkę, by jej pokarm służył dziecku, powierzony jej osesek był bezpieczny, a matka była zadowolona ze współpracy z nią. Podkreślano, by wybór karmicielki uzależniony był od lekarza, a matka powinna nadzorować opiekę nad powierzonym niemowlęciem. Tryb życia karmiącej mamki powinien być higieniczny. Umiarkowana praca, wypoczynek, regularne odżywianie się, unikanie wszelkich wstrząsów fizycznych i spokój ducha stanowiły warunki zdrowia, dobrego samopoczucia, a tym samym dobrego pokarmu.

Na stronach poradników niezmiennie przez cały analizowany okres trwała szeroko zakrojona kampania na rzecz samodzielnego karmienia piersią przez matki. Jednak nie malejąca z upływem dziesięcioleci liczba porad i wskazówek dotyczących mamczarstwa, rozlicznych zaleceń dotyczących wyboru i powinności najemnych karmicielki sugeruje, że zatrudnianie mamek, mimo mijającego czasu, było niezmiennie palącym problemem społecznym, higienicznym, medycznym i moralnym. Zaangażowanie lekarzy, higienistów i pedagogów w formułowanie zasad żywienia piersią noworodków i niemowląt było znaczne, jednak krytykowane przez nich i często wytykane błędy w opiece i pielęgnacji niemowląt przez najemne karmicielki pozwalają przypuszczać, iż fachowe porady i zalecenia były często niespójne z zasadami praktykowanymi w rodzinach polskich badanego okresu.

Powyżej zaprezentowane ustalenia stanowią jedynie przyczynek do dalszych badań nad problematyką mamczarstwa na terenie ziem polskich doby zaborów. Warto zgłębić tę problematykę, z wykorzystaniem innych, bogatych materiałów źródłowych – ówczesnej prasy (szczególnie kobiecej i rodzinnej), kalendarzy, podręczników i poradników z różnych dziedzin, pamiętników i wspomnień, listów czy archiwaliów, a także materiałów ikonograficznych.

<sup>107</sup> *Chowanna, czyli system pedagogiki narodowej*, s. 419; *Jak zachować dziecko zdrowem?*, s. 60; *Rady dla matek*, s. 98–99.

<sup>108</sup> Dr E. Brucke, op. cit., s. 23–24.

<sup>109</sup> *Higiena polska*, t. 1, s. 38; *Pogadanki i spostrzeżenia z dziedziny fizjologii, psychologii, pedagogiki i nauk przyrodniczych przez Juliana Ochorowicza*, Warszawa 1879, s. 91.