

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Diätetisches Koch-Buch**

**Wiel, Josef**

**Freiburg, 1873**

Allgemeine Eigenschaften und Wirkungen.

**urn:nbn:de:bsz:31-56696**

## 32. Capitel.

### Spirituöse Getränke.

Der mässige Genuss der edlen geistigen Getränke, dieser guten Gabe Gottes, hat etwas Erhebendes; und wenn auch bisweilen eine Ueberschreitung vorkommt — man stirbt nicht gleich daran. Der bei Hoch und Nieder bekannte Katzenjammer ist ebenso häufig wie Stiftungscommerse, Hochzeiten, Kindstauen, landesväterliche Geburtsfeste und andere wichtige Ereignisse mehr, und dennoch hört man verhältnissmässig wenig von Sterbfällen. Gar zu nüchterne Leute sind in der Regel verschlagene Ducklemauser oder widerwärtige Geizkrägen.

„Wer niemals einen Rausch gehabt,  
Der ist kein braver Mann.“

Bürger.

So verehrungswürdig aber der Mensch dasteht, welcher mit sachkundiger Auswahl, behaglicher Ruhe und weiser Mässigung geniesst, ebenso verächtlich erscheint Derjenige, dessen erster und letzter Gedanke der Suff, dessen Magen nicht geeicht ist, — der Trinker vom Fach. Wir wollen nicht von den ewigen Strafen reden, das geht ein anderes Fach an; wir wollen nur davon reden, wie die Trunksucht den Leib in allen Fugen zerrüttet. Alle Trinker leiden am chronischen Magencatarrh; bei vielen kommt es sogar bis zum Krebs des Magens; sehr häufig sind ferner fettige Entartungen einzelner Organe (die englischen Aerzte nennen z. B. die Eettleber geradezu: „the gindrinkers liver“), sowie allgemeine Fettsucht. Wem schwebt nicht das unschöne Bild vor Augen, wo schlotternde dünne Beinchen eine unförmliche Kugel fortschleppen, während kraftlose Aermchen durch ihr geschäftiges Herumflankiren einen Umsturz abwehren? In der Regel dient noch eine mächtige blaurothe Masernase gleichsam als Balancirstange. In Folge der vielen Aufregungen entwickeln sich mit der Zeit Herzfehler und in der Mehrzahl der Fälle beschliesst eine langwierige Wassersucht die ganze vielnamige Leidensgeschichte.

Das sind nun so ziemlich alle die schlimmen Folgen der Unmässigkeit. Ein Mensch, der einen reichen Tisch führt, hält's etwas länger aus. Es hat Jemand herausgebracht, dass man ziemlich lange fortmachen kann, wenn das Quantum des Getränkes nicht grösser ist als das Vierfache der Eiweissnahrung. Der Betreffende ist gestorben, aber sein Andenken lebt fort — im Herzen aller Weinbergbesitzer.

Wiel, diät. Kochbuch.

Die genannten schädlichen Wirkungen vermögen die geistigen Getränke zu entfalten durch ihren Gehalt an Alkohol, durch ihre Tendenz zur sauren Gährung und durch eine zu hohe oder zu niedere Temperatur. Durch ihren Alkoholgehalt schaden namentlich die gebrannten Wasser, weniger die starken Weine; am unschädlichsten ist in dieser Beziehung das Bier, für welches der Name „geistiges Getränk“ nur zu oft wie die reinste Ironie klingt. Der Alkohol trägt zur übermässigen Fettbildung, zur fettigen Entartung der Organe bei, regt das Gefässsystem auf und das Nervensystem ab, ist also Ursache am „nervösen“ Herzklopfen, an den Herzfehlern, am Nervenzittern, am Säuferwahnsinn u. s. f. Eine weniger bekannte schädliche Wirkung des Alkohols geht die Verdauung an; der Alkohol ist im Stande das Pepsin (das verdauende Princip des Magens) zu zerstören. Daher die schlechte Verdauung des Trinkers, daher seine ewigen Klagen über Appetitmangel. Wenn es trotzdem Leute gibt, welche starke Rothweine als „Magenweine“ empfehlen, so rührt dies davon her, dass halt nicht Alles vollkommen ist auf Erden! In der Regel finden die Kranken bald von selbst, dass mittelstarke Sorten (versteht sich solche, die nicht sauer sind) besser bekommen, als diese s. g. Magenweine. Aus dem gleichen Grunde hat die an verschiedenen Orten gebräuchliche Anstachelung des Appetits durch ein Gläschen Schweizerabsinth gewöhnlich den gewünschten Erfolg nicht, im Gegentheil kann der Betreffende an sich die Thatsache bestätigt finden, dass der Alkohol wenigstens für kurze Zeit den Appetit vollständig aufzuheben vermag. Reisende, Jäger u. dgl. pflegen nicht selten durch einen Schluck Schnaps das Hungergefühl zu beschwichtigen. —

Die Verkältung des Magens durch zu kaltes Getränk ist keine so grosse Seltenheit. Am häufigsten sind die Verkältungen durch Bier, weil dasselbe in der Regel in grösseren Schlücken getrunken wird; in vorsichtigen kleinen Schlücken bringt selbst das kälteste Getränk keinen Schaden.

Die Folgen der Verkältung des Magens sind die gleichen wie auf anderen Schleimhäuten; es ist in der Regel ein acuter Catarrh, welcher sich durch eine übermässige Schleimabsonderung auszeichnet. Die zuträglichsten Temperaturgrade sind:

für Bier nicht unter	9° R.
„ geringe Weine	10°
„ starke Weissweine	8°
„ Rothweine	12°

Bei dieser Temperatur kann man ohne Schaden selbst Salamander reiben!

Die heissen Getränke sind ebenso nachtheilig wie die

kalten. Punsch, Glühwein, Grog können ebenso leicht Magen-  
catarrhe hervorrufen wie Champagner in Eis.

Die Uebersäuerung des Magens (Sodbrennen) ist die  
gewöhnlichste Folge des übermässigen Genusses geistiger  
Getränke. Nur kleine Mengen Alkohol gehen unverändert in's  
Blut über. Das Uebermass verwandelt sich in Essigsäure.

Nach diesen allgemeinen Redensarten wollen wir nun zu  
den einzelnen Getränken übergehen und mit dem edelsten der-  
selben beginnen:

**Wein.** Die Wirkungen des Weines können nur dann richtig  
taxirt werden, wenn man die Bestandtheile desselben kennt.  
Diese sind: Wasser, Alkohol, Gerbstoff, Zucker, Gummi,  
ein Ferment, Wein- und Apfelsäure, Salze und ein aroma-  
tisches Oel. Neue, noch gährende Weine und der Champagner  
enthalten ausserdem noch ziemlich viel Kohlensäure. Von  
diesen Bestandtheilen haben namentlich der Alkohol, der Gerb-  
stoff und die Säuren einen besonderen Einfluss auf die Gesund-  
heit. Weine mit mehr als 10% Alkohol werden „starke“  
genannt. Solche Weine regen auf, erwärmen, erheitern: lauter  
Dinge, welche selbst der glücklichste Mensch bisweilen brauchen  
kann. In grösseren Portionen und bei fortgesetzter Uebung  
treten die Nachtheile ein, welche Seite 193 aufgezählt sind.

Gerbstoffreich sind vorab die meisten Rothweine; man  
kennt sie am herben zusammenziehenden Geschmacke. Solche  
Weine werden nicht selten als Heilmittel verordnet bei chro-  
nischen Magenatarrhen. Die Auflockerung der Magenschleim-  
haut und die vermehrte Schleimabsonderung rechtfertigen den  
Gebrauch adstringirender Mittel. Das angenehmste Mittel der  
Art ist sicherlich ein gerbstoffreicher Rothwein. Man findet fast  
unter allen Weingattungen derartige Sorten und hat also (nach dem  
Seite 193 über den Alkoholgehalt Gesagten) nur einen solchen  
Rothwein auszusuchen, welcher nicht gar zu stark ist.  
Bekanntlich ist der Rothwein auch ein beliebtes Hausmittel gegen  
Diarrhoe. Am sichersten ist seine dessfallsige Heilwirkung,  
wenn er, wie eine Mixtur, „stündlich 1 Esslöffel voll,“ ge-  
nommen wird.

Die sauren Weine, zu welchen namentlich auch alle ge-  
ringeren Seeweine zu rechnen sind, haben es in erster Reihe  
mit dem Magen zu thun. Ein Dorfpfarrer am See hat einmal  
öffentlich behauptet, es sei in seiner ganzen Gemeinde kein  
guter Magen mehr zu finden, ausser dem seinigen. Possierlich  
ist es, wenn die Verehrer des Seeweines denselben immer noch  
als das gesündeste Getränk taxiren, obgleich sie bereits Leib-  
binden tragen, nie ohne Magnesia-Pfeffermünzzeltchen ausgehen  
und jedes Jahr ein Paar Monate an Gicht darnieder liegen.  
Der Seewein ist überhaupt ein ganz eigenthümlicher Kamerad;