

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

6. Speisezettel für Hämorrhoidarier.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

Chocolade besser.

Gemüse. Wegen seines merkwürdig grossen Eisengehaltes wäre allenfalls der Spinat zu empfehlen; doch gilt auch vom Spinat Dasjenige, was von den Gemüsen überhaupt zu sagen ist: Dinge mit so geringem Nährwerthe gehören in den Hintergrund gestellt, dürfen höchstens als Beigabe zum Fleische dienen. Jedenfalls müssen sie gut blanchirt sein.

Noch weniger als die Gemüse passen die Salate. Die meisten Pflanzentheile werden roh zu Salaten angemacht und sind so jedenfalls schwerer zu verdauen als gekocht (Gemüse). Zudem werden in der Regel saure Speisen schlecht ertragen.

Alle geistigen Getränke sind verboten, weil sie das Gefäss- und Nervensystem aufregen und höchstens zur Fettbildung, dagegen nichts zur Verbesserung der Blutmasse beitragen. Das gilt auch von den Rothweinen, obgleich sie von manchem hohen Rosse herab andictirt werden. Man darf nur die chemischen Bestandtheile der geistigen Getränke und ihr Verhalten im Stoffwechsel vor Augen haben, um die Nichtsnutzigkeit eines solchen Rathes einzusehen!

6. Speisezettel für Hämorrhoidarier. Bei der Hämorrhoidalkrankheit sind vorhanden: Ueberfüllung der Unterleibsgefässe, namentlich jener am Mastdarm (Hämorrhoidalknoten), Anschoppung der Leber, Trägheit der Darmbewegungen. Die meisten Hämorrhoidarier sind vollblütig.

Nach dem Gesagten steht dieser Speisezettel den sub Nr. 4 und 15 aufgestellten am nächsten. Ausserdem müssen aber noch jene Speisen ausgeschieden werden, welche viel Abgang bilden (die Mehlspeisen und manche Gemüse).

Jene seltene Varietät von Hämorrhoidariern, welche eher zu wenig als zu viel Blut haben, wo die Erweiterung der Blutgefässe des Mastdarms nicht Folge von Ueberfüllung, sondern von Schloffheit der Gefässwandungen ist, fährt besser, wenn sie sich an den Speisezettel Nr. 5 hält. Der ächte Hämorrhoidarier aber, der *Hämorrhoidarius communis*, erhält folgenden Speisezettel:

Suppen. Zutrüglich sind alle mageren Fleischbrühsuppen mit folgenden Einlagen aus dem Thierreiche: Fleischhücksel, Froschschenkel, Kalbsbriesle; von den Suppen mit Einlagen aus dem Pflanzenreich ist nur gestattet die (delicate) Suppe von grünen Körnern.

Das Fleisch-Quantum muss beschnitten werden. In kleinen Portionen und mit milden Saucen sind alle zarten Fleischgattungen des 5. und 11. Capitels erlaubt; dazu als Beilage ein Mus von säuerlichen Früchten, weil dieses den Stuhl fördert.

Eierspeisen und Käse passen nicht.

Kaffee und Thee sind deshalb nicht ungeeignet, weil sie ein wenig zur Förderung des Stuhlganges beitragen. Die aufregende Wirkung, welche man hier nicht brauchen kann, wird verdeckt, wenn man ein Citronenscheibchen darauf legt oder Milch dazu nimmt.

Chocolade nicht geeignet, weil sie verstopft.

Brod, Backwerk, Mehlspeisen nicht geeignet, weil sie viel Abgang machen, welcher dann unter allerhand Blähungen träge abgeht.

Gemüse. Im Allgemeinen sind alle jene Gemüse gestattet, welche auf dem Speisezettel für Vollblütige stehen. Dabei ist aber wohl zu beachten, dass bei der hier regelmässig vorhandenen Trägheit in den Darmbewegungen nur kleine Quantitäten gut thun. Diese tragen zur Verflüssigung des Darminhaltes und zum Weitertransport desselben bei. Grosse Haufen verursachen Anschoppungen, namentlich im Mastdarm; und dies will man ja gerade vermeiden. Kohlgemüse sind — wegen ihrer blähenden Eigenschaft — ganz verboten; ebenso Hülsenfrüchte und Kartoffeln.

Salat ist weniger geeignet, weil dazu die Pflanzentheile gewöhnlich ungekocht angemacht werden.

Früchte und Obst. Mit Ausnahme des fett- und stärke-mehreichen Schalenobstes sind alle hierher gehörigen Artikel zuträglich; einige davon werden sogar als Heilmittel gebraucht. Die Traubencuren haben schon manchen vollaftigen Hämorrhoidarier wieder in Ordnung gebracht.

Gewürze sind nachtheilig, theils wegen des Reizes, welchen sie auf den Verdauungscanal üben, theils wegen der aufregenden Wirkung auf das Gefässsystem.

Getränk. Unzureichender Genuss von Wasser ist ebenso häufig Ursache an „dickem Blut“ und Hämorrhoidalanschoppung, wie Mangel an Muskelübung mit kräftigem Athmen. Diese Kranken sollen nicht nur nach jedem Essen ein Glas Wasser trinken, sondern auch unter Tags sich häufiger auf diesen Artikel einlassen. Leichte Weissweine können zur Abwechslung seine Stelle vertreten, ebenso das gewöhnliche Bier, das ja bekanntlich neben dem Wasser feil hat.

Als besonders zuträgliche Muskelübungen gelten Holzsägen und Reiten. Aus einem gewissen, jedenfalls sehr triftigen Grunde ist ersteres viel häufiger im Gebrauche.

7. Speisezettel für Gichtkranke. Für Gichtkranke sind zweierlei Speisezettel zu machen: einer für die Zeit des Gichtanfalls, der andere gegen die Dyskrasie. Für den ersten Fall passt der Fieberspeisezettel (Nr. 1); für die Aufstellung des letzteren sind folgende Punkte in's Auge zu fassen:

1) Dem Ausbruche der Gicht geht immer eine Störung in