

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

12. Speisezettel beim Scorbut.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

uns auf dem Schwarzwalde, gemacht; im zweiten Falle Isländisch-Moos-Gallerte, Schneckenbrühe und andere schleimige Mittel, z. B. Brustthee geschluckt, oder Brustbonbons geschlotzt. Man hüte sich wohl, diese Sachen längere Zeit fort zu gebrauchen; sie versäuren gerne den Magen und bewirken auf der Brust gerade das Gegentheil von Dem, was man will. Viel ersprieslicher sind die warmen Inhalationen von diesem Thee — gerade zu jener Zeit gebraucht, wo man fühlt, das zähe Secrete in den oberen Athmungswegen stecken. Jedenfalls ist die schablonenmässige Verordnung schleimiger Thee, z. B. „alle Stund ein Löffel voll“ oder „Morgens und Abends eine Tasse zu nehmen“, gelinde gesagt, gedankenlos; man soll nur zu der Zeit helfen, wo Hilfe nöthig ist, dann aber recht.

Das Peinlichste für die Lungensüchtigen ist die von Zeit zu Zeit eintretende Athemnoth. Zu solcher Zeit soll der Kranke nur kleine Mahlzeiten halten, namentlich Abends. Der wichtigste Inspirationsmuskel, das Zwerchfell, wird in seiner Function gehemmt, wenn der Bauch voll ist. Wenn nöthig, soll ausser der Beschneidung der Mahlzeiten, auch für regelmässige Leibesöffnung gesorgt werden — durch mildsaure Früchtecompote. Die Bleifarbe des kalten schweissbedeckten Gesichtes deutet auf Retension der Kohlensäure im Blute in Folge mangelhafter Expiration hin; der Kranke ist halbbetäubt und könnte sich sehr schädigen, wenn er auch zu solcher Zeit die narcotischen Pulver oder Tropfen, welche ihm „zur Beruhigung“ verschrieben sind, vorschriftsmässig schlucken würde.

Am meisten ist das Blut im Auswurfe, der Bluthusten oder gar der Blutsturz gefürchtet! Wenn sich je ein „Aederchen“ im Auswurfe zeigt, soll nicht blos die strengste körperliche und geistige Ruhe beobachtet, sondern auch gar nicht gesprochen werden. Ausser den guten einfachen Mitteln, den kalten Umschlägen auf die Brust, hat auch die Küche mit zu helfen. Kälte, Kochsalz und Säuren sind bekanntlich die hier gebrauchten Mittel zur Blutstillung. Die Küche hat diese Mittel in sehr angenehmen Formen: Als kaltes Mittel empfehlen wir irgend ein Fruchteis; von den salzreichen Mitteln stehen in erster Reihe: Salzsardellen, Häringsmilchen, dann folgen: roher Speck, Schinken. Von den säuerlichen Speisen eignen sich namentlich die Obst- oder Früchtecompote.

12. Speisezettel beim Scorbut. Es gibt keine Krankheit, bei welcher die Diät so viel und so schnell nützt, wie beim Scorbut; selbst bei den schlimmsten Fällen tritt auf die richtige Diät eine rasche Wendung zum Besseren ein und leichtere Fälle heilen in ein Paar Tagen.

Feuchte Wohnungen, gedrückte Gemüthsstimmung, in erster

Reihe aber mangelhafte Nahrung werden als die Ursachen dieser grässlichen Krankheit betrachtet. Sie entwickelt sich erstens bei langen Seereisen, wo Pöckelfleisch und Schiffszwieback fast die einzige Nahrung sind; zweitens auf dem Lande, in nordischen Gegenden, wo die armen Leute fast nichts zu essen haben als Kartoffeln, und drittens in Zucht- und Armenhäusern, seltener in Garnisonen.

Im Allgemeinen hört man in neuerer Zeit überhaupt weniger von dieser Krankheit. Der Seescorbut wurde seltener, nachdem eine strengere Aufsicht über die Verproviantirung der Schiffe eingeführt war; auch kommen die neueren Methoden zur Conservirung der Nahrungsmittel sehr zu Gute. Dem Landscorbut steuerten die Verkehrsverhältnisse und der Aufschwung, welchen die Landwirthschaft genommen.

Zur Verhütung der Krankheit in Garnisonen, Zucht- und Armenhäusern geschieht alles Mögliche. Allein es liegt in den Verhältnissen, dass man hier nicht alle jene Heilfactoren anwenden kann, welche die Wissenschaft als solche aufgestellt hat. Immerhin lässt sich aber noch Manches thun, was „wenig kostet“ und „was sich mit einer Zuchthauseinrichtung verträgt.“ Eine Hauptsache bleibt die Beschaffung guter Gemüse. Man kaufe vor Allem nur solche, welche sich durch einen hohen Nährwerth auszeichnen, also Hülsenfrüchte. Ein anderes sehr werthvolles und zuträgliches Gemüse ist das Sauerkraut, das sich wegen seines Gehaltes an Milchsäure namentlich als Beilage zum Fleisch eignet. Wer das Sauerkraut als schwer verdaulich bezeichnet, und es gibt Solche, ist nicht werth, dass ihn ein Schweinsbraten erquickt.

Eine ganz miserable und trotzdem nicht seltene Combination ist Rindfleisch mit gesottenen Kartoffeln. Zum Fleische gehört ein leicht säuerliches Gemüse oder ein Salat, weil die leichten Pflanzensäuren die Verdauung der Eiweisskörper fördern. Auch Rettige, Meerrettig, Senf sind hier die richtige Beigabe zum Rindfleisch; alle diese Dinge gelten ja bekanntlich als Volksmittel gegen den Scorbut. Sind in einer Anstalt bereits Scorbutkranke, so gebe man auch jedem Gesunden — als Vorbaumittel — Vormittags und Nachmittags einmal entweder einen Apfel oder eine Hand voll ungekochtes Sauerkraut.

Für die Kranken wird folgender Küchenzettel gemacht:

Jeder erhält täglich 3 Mal frischen Braten, etwa 100 Grm. dazu reichlich folgende Gemüse: Meerrettig, Sauerampfer, Brunnenkresse, Kohl- und Kraut-Arten (Sauerkraut sehr gut!), Löwenzahn, oder folgende Salate: Rettig, Lattich, Brunnenkresse, Löffelkraut. Endlich passt recht gut alles säuerliche Kernobst; vom Steinobste wähle die Sauerkirschen, vom Beeren-

obste die Johannisbeeren. Vorzügliche Dienste würden auch die Agrumen leisten, allein diese sind hier zu theuer!

13. Speisezettel in der Zuckerharnruhr. In dieser Krankheit wird mit dem Urin eine grosse Menge Zucker — bis zu einem halben Kilo innerhalb 24 Stunden — entleert; dabei ist die Menge des Urin's selbst ungemein gesteigert. Der nähere Hergang über die enorme Zuckerbereitung im Körper ist noch nicht aufgeklärt. Desshalb sind auch die therapeutischen Vorschläge schwankend und viele Kranken suchen ihr Heil nur in der Diät. Es sind nicht wenig Fälle bekannt, wo allein durch eine Nahrung, bei welcher Zucker und Stärkemehl fehlten, Heilung erzielt wurde. Demgemäss wird folgender Küchenezettel gemacht:

Milchspeisen. Sowohl reine Milch wie namentlich die Milchmehlspeisen sind verboten; dagegen ist süsser Rahm erlaubt.

Suppen. Nur die Fleischbrühsuppen sind erlaubt und von diesen wieder nur folgende Arten: Fleischhäcksel- (bestel), Wildpret-, Froschschenkel-, Fisch-, Krebs-, Austern-, Kalbsbriesle- und Eiersuppen. — Sehr zu meiden sind alle Suppen mit Einlagen aus dem Pflanzenreiche.

Fleisch. Alle Arten von gesottenem Fleische und von Braten sind erlaubt. Dass zu letzteren keine Mehlsaucen kommen dürfen, versteht sich von selbst.

Eier. Von den Eierspeisen sind alle jene erlaubt, zu welchen weder Zucker noch Mehl genommen wird.

Kaffee und Thee erlaubt, aber ohne Zucker, dagegen mit Rahm. Chocolate verboten!

Käse wären gerade nicht schädlich, werden aber gewöhnlich nicht gut ertragen.

Brod. Dem unwiderstehlichen Verlangen nach Brod kann dadurch etwas entsprochen werden, dass man für diese Kranken besonderes Kleienbrod backen lässt; dieses enthält viel weniger Material zur Zuckerbildung als das gewöhnliche Brod.

Gemüse. Erlaubt sind: Spargeln, Hopfensprossen, Spinat, alle Kohl- und Krautarten, Löwenzahn, Blumen- und Rosenkohl, Artischocke.

Salate. Zutrüglich sind: alle einfachen Fleischsalate; von den Pflanzensalaten der Lattich- (Kopf-), Endivien-, Brunnenkresse-, Gartenkresse-, Valerianella-Salat.

Früchte und Obst. Erlaubt: das Beerenobst, vom Steinobste nur die säuerlichen, endlich die Agrumen.

Getränke. Es gab einmal eine Zeit, wo man diesen Kranken zumuthete, den grässlichen Durst, welchen sie haben, nicht zu stillen; man rechnete, dass auf diese Weise die grosse Menge Urin doch zuletzt abnehmen müsste. Nachdem die