

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Kurs für Gesundheitspflege**

**Sunlicht-Institut für Haushaltungskunde <Mannheim>**

**Mannheim, [ca. 1915]**

Die Ernährungs des Kranken

[urn:nbn:de:bsz:31-106226](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-106226)

## Die Ernährung des Kranken.

Meist wird der Arzt für die Krankenkost die nötigen Anordnungen geben; im Zweifelsfalle bespreche man sich mit ihm. Besondere Wünsche des Patienten sollen nach Möglichkeit befriedigt werden, vor allem wenn die Eßlust gering ist. Doch darf die Nachgiebigkeit der Pflegerin nicht so weit gehen, dem Patienten Speisen zu reichen, die ihm nicht zuträglich sind. Bettlägerige Menschen sind im allgemeinen keine guten Esser. Es kommt also darauf an, ihre Eßlust anzuregen durch Rücksichtnahme auf den Geschmack des Kranken, sorgfältige, schmackhafte Zubereitung und hübsches Anrichten der Speisen sowie möglichste Abwechslung im Speisezettel. Man stelle keine zu großen Mengen vor den Kranken und Sorge dafür, daß die Speisen weder zu heiß, noch zu kalt sind. Auch richte man dem Kranken alles gut vor und setze es ihm bequem zurecht, daß er ohne unnötige Anstrengung das Essen einnehmen kann. Bei seinen Mahlzeiten soll er ebenso wie bei aller Pflege die liebevolle Sorgfalt spüren, die ihn umgibt. Wer sich nicht allein aufrichten kann, muß beim Essen unterstützt werden. Alle flüssige Nahrung reicht man dann am besten in einer Schnabeltasse oder mit einem Glasröhrchen.



Glasröhrchen zum Trinken

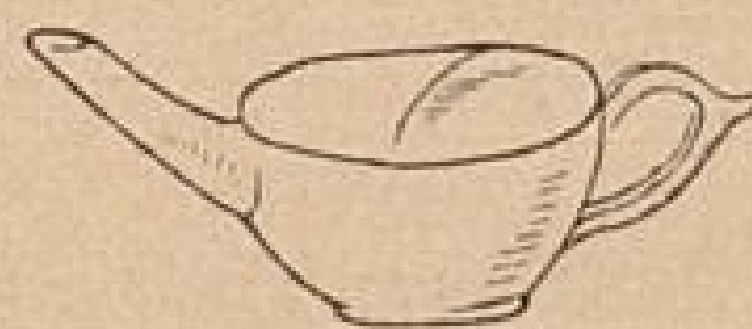


Abb. 7.

Schnabeltasse

Einzelne Krankheiten erfordern besondere Zusammenstellung des Speisezettels. Bei hohem Fieber verlangen die Kranken meist nach viel Getränken; hier sind Obstsäfte und kühles Kompott am Platze. Eiweißhaltige Speisen wie Fleisch und Eier werden bei Fieber besser nicht gegeben, um die Nieren zu schonen. Man vermeide vor allem sogenannte „schwere“ Speisen, wie fettes Fleisch, Schmalzgebäckenes, überhaupt viel Fett. Bei Durchfall darf Obst und Kompott nicht gegeben werden, dagegen Kakao, Reis und Schleimsuppen, als Getränk Tee. Bei Verstopfung werden wir dagegen alle stopfenden Nahrungsmittel vermeiden.

## Einzelne wichtige Nahrungs-, Genußmittel und Getränke.

Die Milch enthält alle für den Menschen notwendigen Nährstoffe. Sie ist daher gerade in der Krankenkost sehr geeignet. Sagt ihr Geschmack einem Kranken weniger zu, so kann man durch Zusatz von Tee, Kaffee oder Kakao abhelfen. Auch in Suppen, Breien und Puddings, süßen Tunken usw. wird die Milch in der Krankenkost verwendet und sie kann als saure Milch, Buttermilch, Joghurtmilch gegeben werden; in dieser Form hat sie eine leicht abführende Wirkung.

Als Suppe ist in der Krankenkost oft die Fleischbrühe sehr angenehm. Sie regt den Appetit an; ihr Nährwert ist freilich gering. Man setzt ihr deshalb nahrhafte Einlagen wie Grieß, Tapioka, Nudeln, Ei, Gerste usw. zu.

Fettes Fleisch soll in der Krankenkost nicht erscheinen. Schweinefleisch gilt mit Recht als zu schwer. Auch Wildpret ist für Bettlägerige ungeeignet. Brauchbar ist vor allem Geflügel ohne Haut, Kalbfleisch, Beefsteak, Rostbeef, auch Brieschen und Hirn. Leber und Niere gelten ebenfalls als schwer und für bettlägerige Kranke ungeeignet. Fleisch- und Fischsülze kann als erfrischendes Nahrungsmittel empfohlen werden, wo der Arzt es gestattet.

Das Ei enthält zwar keinen so großen Nährwert, wie man oft annimmt, wird aber von den meisten Menschen in irgend einer Form noch gegessen, wo andere Nahrungsmittel verweigert werden. Hartgekochte Eier sind für Kranke nicht geeignet, weil sie zu schwer verdaulich sind. Kinder essen gern ein mit Zucker geschlagenes rohes Ei.

Mehlspeisen in Form von leichten Puddings und Breien sind die eigentliche Krankenkost, vor allem für Kinder. Zugabe von Obstjäften und Kompott, Würzen mit Vanille oder Zitrone bringt Abwechslung und verbessert den Geschmack. Zu frisches Brot ist nicht beförmlich, Zwieback und geröstetes Brot meist vorzuziehen. Leichte, einfache Kuchen schmecken den Kranken oft recht gut; sehr süße oder fette Kuchen, vor allem Blätterteig, aber sind für sie ungeeignet.

Gemüsekost ist für Fiebernde ratsamer als Fleisch und Eier. Kohlsorten erzeugen oft Blähungen; dagegen sind Spinat, Blumenkohl, Wirsing, Karotten (Möhrrchen) usw. besser beförmlich. Auch Kartoffeln können verwendet werden, nur als Bratkartoffeln sind sie weniger zu empfehlen.

Obst ist für Kranke eine angenehme, erfrischende Speise, sofern ihr Zustand den Obstgenuß nicht verbietet.

Als Getränke eignen sich vor allem Obstjäfte und alkoholfreie Obstweine, auch Zitronensaft, — der eine leicht desinfizierende Wirkung hat und daher z. B. bei Halsentzündungen gerne gebraucht wird, — ferner

manche Mineralwasser, wie Sachinger, Gieshübler, Selters usw. Einzelne natürliche Wässer haben eine besondere Heilwirkung.

K a f f e e ist ausgezeichnet zur Anregung des Herzens, doch bei nervösen Menschen und in Fällen von Herzstörungen soll man vorsichtig damit sein.

T e e wirkt ähnlich, aber milder. Manche Teesorten genießen von alters her ein Ansehen als heilwirkend. Doch verlieren die Pflanzen, wenn sie zu lange getrocknet aufbewahrt werden, allmählich an Wirkungskraft, Bei der Bereitung dieser Heiltees unterscheiden wir:

1. den Aufguß. Der Tee wird mit kochendem Wasser übergossen und etwa 10 Minuten zum Ziehen zugedeckt stehen gelassen.
2. die Abkochung. Dazu werden häufig Wurzeln verwendet, die mit kaltem Wasser angesetzt und abgekocht werden.
3. Ansetzen mit kaltem Wasser. Man läßt den mit der nötigen Menge kalten Wassers übergossenen Tee einige Stunden in Zimmerwärme ziehen. Er kann zum Gebrauch noch gewärmt werden.

Einige heimische Teesorten und ihre Verwendung seien hier aufgezählt: Baldriantee dient zur Beruhigung der Nerven. Man nimmt 5 g auf  $\frac{1}{4}$  Etr. Wasser und setzt mit kaltem Wasser an. Kamillente e wird gern getrunken bei Schmerzen im Unterleib, Nebelkeit, aber auch zum Gurgeln, zu Spülungen und Bädern verwendet. Lindenblüten- und Glieder-tee sind schweißtreibende Mittel. Pfefferminztee dient bei Magen- und Darmbeschwerden, aber auch in leichtem Aufguß nicht selten als Getränk. Eibischtee aus der Eibischwurzel wird kalt angesetzt, 15 g auf  $\frac{1}{4}$  Etr. Wasser, und als Hustenmittel gebraucht. Sennesblätter oder Senneschoten, letztere milder, dienen als Abführtee, sie sind kalt anzusetzen. Bärentraubenblättert ee wird als Aufguß bereitet und soll 10 Minuten ziehen; er ist ein harntreibender Tee.

## Verhalten in besonderen Krankheitsfällen.

### Pflege Verwundeter.

Den vom Arzt angelegten Verband löse man nur mit Erlaubnis des Arztes. Bevor man daran geht, wasche man sich die Hände besonders gründlich undbürste die Nägel. Man fasse das verletzte Glied sehr zart und schonend an. Sind die Verbandbinden durch Blut oder Eiter stark ver-