

Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 31 (1923)

Heft: 4

Artikel: Soll man zum Essen trinken?

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-546092>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

nun möglich, den oberen Teil der Speiseröhre auch neu zu bilden? Eine Darmschlinge konnte nicht so hoch gezogen werden, die wäre infolge ungenügender Blutversorgung abgestorben. Aber wie wäre es, wenn man versuchte, die Brusthaut zu einem Rohr zusammenzulegen und dieses Rohr unter die dann wieder zusammenzunähernde übrige Brusthaut zu verlagern? Denn die Haut ist ja dehnbar. Daß dann die Speiseröhre direkt unter der Haut und über den Rippen verläuft, hätte ja weiter nichts auf sich. Und in der Tat, der kühne Chirurg hat diesen Weg mit dem besten Erfolg

beschritten, hat das neugebildete Hautrohr oben mit dem Schlund und unten mit dem oberen Ende des erwähnten Dünndarmstückes vereinigt und jetzt ist der vielgeprüfte Patient tatsächlich in der Lage, wieder zu essen; die Speisen wandern ganz glatt über die Rippen hinweg in den Magen, man kann ihnen dabei zusehen, und wenn ein Bissen etwas zu groß ist, so kann durch leichtes Streichen von oben nach unten die Hemmung überwunden werden. Die Magenfistel ist längst wieder geschlossen, der Patient sieht blühend aus und freut sich mit seinem Retter über dessen hervorragende Leistung!
(„Neue Hygien. Korresp.“)

Soll man zum Essen trinken?

Diese Frage ist viel umstritten. Wir wollen heute eine französische Stimme hören, wobei wir ausdrücklich bemerken, daß das Individuelle eine sehr große Rolle spielt. Was dem einen nützlich ist, wirkt auf den andern unangenehm. Immerhin ist es interessant, zu sehen, wie der einzelne sich seine Theorie zurechtzumachen sucht.

Man hört ja viel sagen, daß das Trinken zum Essen unnötig, sogar schädlich sei, hauptsächlich darum, weil dadurch der Magensaft unnötig verdünnt werde. Dazu komme noch, daß die Nahrungsmittel vor vollbrachter Verdauung allzu schnell aus dem Magen fortgeschwemmt würden. Nun sind andere Experimente gemacht worden, die das Gegenteil zu beweisen scheinen. Zu diesen Versuchen wurden Leute herangezogen, die nichts tranken und deren Flüssigkeitszufuhr einzig aus dem in den Nahrungsmitteln schon vorhandenen Wasser bestand. Als Kontrollversuche dienten Leute, die ein gegebenes Quantum Wasser während des Essens zu sich nahmen. In beiden Fällen wurden die zugeführten Nahrungsmengen genau analysiert und bestimmt und in Stuhl und Urin die Ausscheidungen an Fett, Eiweißarten und Kohlenwasserstoffen genau festgestellt.

Folgendes wurde nun gefunden: Die Leute, die während des Essens einen halben Liter Wasser tranken, hatten die Fette und die Kohlenhydrate (Mehlarten) besser verdaut als die trocken Essenden. Die Eiweißarten wurden auch nicht schlechter verarbeitet. Tranken sie einen ganzen Liter Wasser beim Essen, so wurden alle drei Bestandteile: Fette, Eiweiße und Kohlenhydrate besser verdaut. Die bessere Verdauung wird zum Teil auf eine durch Wasserzufuhr bedingte Vermehrung der Drüsenabsonderung zum Teil auf die durch die Flüssigkeit erleichterte Aufsaugung des Speisebreis zurückgeführt. Zugleich wurde durch Wasserzufuhr die Gesamtmenge des Genossenen und der Blutdruck erhöht und somit eine Verstärkung der Darmbewegung hervorgerufen. Nach dem Autor müßte also das Wassertrinken gut sein, aber wir fragen uns doch, ob gerade die verstärkte Darmbewegung der Aufsaugung förderlich ist, und schließlich ist auch hier die Erfahrung Meister: Es wird wohl nicht viele Leute geben, die während des Essens einen ganzen Liter Wasser verschlucken wollen. Warum? Weil es ihnen nicht behagt! Darin liegt ein Fingerzeig, daß der Körper solcher großen Mengen eben nicht bedarf.
J.