

**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 16 (1906)

**Heft:** 11

  

**Rubrik:** Most, Wein, Bier als Getränke

### **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:** 26.03.2026

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

ber, bis im Fieberschweiß die aufgespeicherten Selbstgifte aus dem Körper wieder entfernt sind<sup>1)</sup>.

(Prof. Jägers Monatsblatt).

(Fortsetzung folgt).

### Most, Wein, Bier als Getränke.

In seinem Werke: „Harnsäure als ein Faktor bei der Entstehung von Krankheiten“ schreibt der hervorragende Londoner Hospitalarzt, Alexander Haig, Seite 464 u. s. f. wie folgt: „Eine gute Qualität Most hat einen Säuregehalt, welcher 6,64 Gramm Oxalsäure pro Liter ausmacht; aber er enthält auch eine gewisse Menge Natrium und Kalium, und die Wirkung desselben auf die Acidität (Versäuerung) des Harns ist durchschnittlich fast gleich Null; ich nehme daher an, daß seine Säure von den Salzen der Pflanzensäure herstamme, welche im Körper zu kohlen-sauren Salzen umgewandelt werden, und da die Säuren und Alkalien (Augensalze) des Mostes oder des Apfelsaftes sich fast aus-gleichen, so findet auf die Acidität des Harns keine Wirkung statt. Bei Wein und Bier trifft dies dagegen nicht zu; die Alkalien gleichen die Säuren nicht aus, weil während der Gährung sich Säuren bilden und hierbei auch im Gebinde wie beim Weine (Weinsteinbildung) Alkalien verloren gehen; darum üben diese Getränke einen weit stärkeren Einfluß auf die Acidität des Harns aus als der Most; das Bier wird auch aus Gerste zubereitet, in

welcher die Säuren gegen die Alkalien über-wiegen.

Früchte sodann sind sauer vermöge der in ihnen enthaltenen sauren Salze; aber diese setzen sich im Körper zu kohlen-sauren Salzen um und wirken eher als Alkalien denn als Säuren, und sie streben die Acidität des Harns durchschnittlich zu vermindern.

Ich komme daher zum Schlusse, daß Wein und Bier die Acidität (Versäuerung) des Harns bedeutend steigern, die Retention (Zurück-haltung) von Uraten im Körper fördern und so den Weg zur Gicht ebnen; daß dagegen ein guter, unvermischt aus Obst hergestellter Most, der auch nicht mit Blei verunreinigt ist, wenig schaden kann, sondern eher geeignet ist, die Acidität herabzusetzen, so daß er sogar nützen und die Gicht verhindern kann.

Bezüglich dieses Punktes teilte mir mein Freund, Dr. Bonus mit, daß einer seiner besten Freunde in der Normandie zu sagen pflegte: Gicht, Harn-gries und Rheumatismus seien dort seltene Erscheinungen und dies werde der Einbürgerung des Mosttrinkens an Stelle des Weines zugeschrieben. Ich glaube, ähnliches sei schon von Most trinkenden Graf-schaften Englands gesagt worden, und ich kenne mehrere Personen, welche mir versicherten, daß ihre Gicht und ihr Rheumatismus sie verlassen haben, seit sie den Wein als Getränk durch den Most ersetzt haben.

Manche Obstarten mit einer merklichen sauren Reaktion haben in den ersten zwei Stunden die Neigung, die Acidität des Harns zu steigern und die Alkaleszenz (Faulgährung) des Blutes herabzusetzen; während dieser Zeit wirken sie wie Säuren und rufen auch wohl gichtische Gelenks-schmerzen oder sogar einen eigentlichen Gichtanfall hervor; aber nach dieser Zeit kommen die alkalischen Basen zur Geltung, die Acidität des Harns sinkt, die Alkaleszenz

<sup>1)</sup> Zur Vervollständigung der Fieberlehre soll hier nur nebenbei und kurz angeführt werden die oft große Ab-magerung und die Masse der zur Abscheidung gelangen-den Zeretzungsstoffe bei Fieberkranken entspringt einer umfanglichen Zeretzung der Eiweißstoffe des Körpers, bei der nicht nur die Tätigkeit der Bakterien eine Rolle spielt, sondern auch der Umstand, daß die Gewebe, in denen die Selbstgifte aufgespeichert waren, nach der Ent-speicherung sich in einem sehr zeretzungs-fähigen Zustand befinden.

des Blutes steigt in einem solchen Maße, daß dadurch die vorherige entgegengesetzte Schwankung mehr als kompensiert (ausgeglichen) wird, so daß die Wirkung solcher Früchte auf die Harnreaktion von 24 Stunden eine sehr unbedeutende ist oder in einer Herabsetzung der Acidität besteht. Wer nicht große Uratmengen (harnsaure Salze) in seinem Blute hat, darf daher Obst in reichlichem Maße genießen, es wird keine Harnsäure im Körper zurückhalten, sondern das Gegenteil bewirken.“ Soweit als dieser Londoner Arzt Dr. Haig.

In Betreff des Obstgenusses machte Dr. J. Weiß in zwei Versuchen ganz wichtige Wahrnehmungen. Von ihm wurden 860 respektive 800 Gramm Apfel geschält und mit Schale eingenommen. Während nun beim Genusse von Äpfeln ohne Schalen die Harnsäuremenge unverändert blieb, sank sie, wenn die Schalen mitgenossen wurden, ziemlich stark, was vielleicht auf einen etwaigen Gehalt der Schalen an Chinasäure zurückzuführen ist. (Siehe Blätter für Klinische Hydrotherapie von Professor Dr. W. Winternitz, Nr. 2 XII. Jahrgang.) Vom hygienischen Standpunkte aus soll man also die Äpfel (Obst überhaupt), eine gründliche Reinigung vorausgesetzt, sammt der Schale essen. Und dieses tun instinktmäßig alle Kinder, wenn sie nicht eigens zum Schälen der betreffenden Frucht verhalten werden.

Mit diesem Artikel bezwecke ich aber keineswegs, meine Leser etwa zum Trinken obiger drei Getränke zu verleiten. Wir bleiben unserm Grundsatz treu und sagen, **es soll der Mensch den Alkohol in jeder Gestalt am besten ganz meiden**; soll aber dies absolut nicht immer möglich sein, dann ist und bleibt am wenigsten schädlich reiner Apfelmost und dies umsomehr, wenn man ihn nicht pur, sondern zu einem Teil mit Wasser versetzt trinkt. Ja, nach Haig soll er sogar günstig wirken bei solchen, welche

Sichter und Rheumatiker sind. Und in der Tat dürfte die herrliche Apfelsäure im Most die Nachteile des Alkohols im selben zum Teile ausgleichen.

Die Bemerkung, die E. von Leyden in seinem zweibändigen Werke: „Handbuch der Ernährungstherapie und Diätetik“ I. Band, Seite 241, in nachstehenden Worten macht: „Apfelwein (Cider) hatte eine Zeitlang einen besonderen Ruf als heilkräftiges Getränk für viele Krankheiten, ein Renommee, welches aus geschäftlichen Gründen gepflegt wurde“, dürfte vielleicht doch nicht ganz buchstäblich genommen werden.

Ich will bei dieser Gelegenheit des Büchleins Erwähnung tun: „Der Apfelwein und die Kur mit Apfelwein und Milch, nach 30jähriger Erfahrung und Anwendung von Dr. Rud. Weil, prakt. Arzt. Verlag von R. Siegismund in Berlin. Preis 1 Mark.“

Soll diese Apfelwein-Kur ein Schwindel sein, so ist es der Schwindel eines Arztes und nicht etwa eines sogenannten Naturheilkundigen und wir überlassen ihm die Verantwortung. — Daß aber die Apfelsäure in der Gestalt von Apfelwein das Blut und die Blutbildung nach Umständen günstig zu beeinflussen vermag, schreibt kein geringerer als Dr. Haig.

Zeitschrift für Erziehung und Unterricht.

## Die Ueberbürdung der Erwachsenen.

Viel wird heutzutage über die Ueberbürdung der Schüler geklagt und geschimpft, leider mit Recht. Wer aber sieht die zunehmende Ueberbürdung der Erwachsenen und wer tut Schritte zu ihrer Abhilfe? Es ist Tatsache, daß schon manche Handwerks- und Kaufmannslehrlinge in einer Weise mit Arbeit überbürdet sind, daß ihre körperliche und geistige Entwicklung be-