

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

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 29 (1919)

Heft: 3

Artikel: Die Gefahren der Ueberernährung

Autor: Imfeld

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1037958>

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: 13.02.2026

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

die durch die dritte Möglichkeit der Verbreitung von Gesundheitsschädlichkeiten bedingt wird; die Gefahr der Verbreitung durch das Wasser. Man könnte sich vorstellen, daß Krankheitserreger mit der aussickernden Flüssigkeit aus dem Sarg in den Boden, und von da durch das niedergehende Regenwasser bis zum Grundwasser gelangen könnten, von wo sie in Brunnen und so zum Menschen zurückkämen. Von großer Bedeutung ist hierbei der Abstand des Grundwasserspiegels von der Sohle des Grabes. Liegt der Grundwasserspiegel so hoch, daß von ihm die Särge umspült werden, so wird das Grundwasser sicher durch Fäulnisstoffe verdorben. Je tiefer das Grundwasser liegt, um so weniger wird es infiziert, insofern als die zwischensitzende Erdschicht als ein Filter wirkt und die Fäulnisprodukte Zeit gewinnen, sich in unschädliche anorganische Verbindungen umzuwandeln. Je massenhafter ferner das Grundwasser vorhanden ist, desto weniger bringt wegen der starken Verdünnung der schädlichen Stoffe eine etwaige Durchseuchung Gefahr. Daher haben die zahlreichen genauen Untersuchungen über die gesundheitlichen Verhältnisse von Brunnen und Quellen auf Friedhöfen stets sehr günstige Resultate ergeben. Für die Richtigkeit und Genauigkeit dieser Untersuchungen bürgen die Namen der bedeutendsten Hygieniker, wie von Pettenkofer, Fleck, Wasserfuhr und viele Andere.

Es ist also wissenschaftlich klar bewiesen, daß Friedhöfe durchaus keine gesundheitliche Schädigungen oder Belästigungen hervorrufen können, wenn sie nach den in allen Kulturländern bestehenden, im Prinzip sich nur wenig unterscheidenden, gesetzlichen Bestimmungen angelegt und verwaltet werden.



Die Gefahren der Überernährung.

Von Dr. Imfeld.

Die Behandlung der Tuberkulose, insbesonders der Lungenschwindsucht, durch die sogen. Überernährung ist nicht ohne Gefahr.

Was zur Methode der Überernährung Veranlassung gegeben hat, ist der Umstand daß bei den Schwindsüchtigen der Stoffwechsel (der Verbrennungsprozeß) überaus beschleunigt ist und deshalb der Ernährungsprozeß in gleicher Weise lebhafter und rascher sich abspielt. Daher kam man zu dem an und für sich logischen Schluß daß die Vermehrung der Ausgaben durch eine reichlichere Zufuhr von Ernährungsmaterial, mit einem Wort durch eine Überernährung gedeckt werden müsse.

Im Prinzip wäre nichts dagegen einzuwenden, vorausgesetzt daß der Kranke alles das was man ihm bietet, auch wirklich verdauen und assimilieren kann. Viele Schwindsüchtige aber verdauen schlecht und könnten deshalb eine Überernährung nicht vertragen.

Dr. Barbry aus Nizza behauptet sogar der Tuberkulose sei ein Dyspeptiker, dessen Gesundheitszustand mehr unter der schlechten Verdauung als unter den Bazillen zu leiden habe. Die Überernährung ist in der Tat bei den meisten dieser Kranken nichts anderes als ein Fehlgriff, dessen Resultat kein anderes ist, als eine durch Nahrungsmittel zu Stande kommende Intoxication (Vergiftung) des Organismus mit allen ihren traurigen Folgen.

Dr. Albert Robin, eine Autorität in dieser Beziehung, sagt, der Schwindsüchtige müsse ernährt aber nicht überernährt werden. Er hebt hervor, daß eine zu reichliche Ernährung mit Fleisch die bei diesen Kranken an und für sich schon gesteigerte Tendenz den

Sauerstoff in den Geweben festzuhalten noch erhöht. Daraus erfolgt Blutandrang zu der Leber und zu den Nieren, d. h. Leber- und Nierenentzündungen, welche noch weit gefährlicher sind als die Tuberkulose selbst.

Bevor man bei einem Schwindfütigen die Ueberernährung anwenden will, ist es unumgänglich notwendig des guten Zustandes und der normalen Arbeit der Verdauungsorgane sich zu versichern. Die ärztliche Behandlung hat sich immer nach dem Zustand des zu behandelnden Individuums zu richten, sie muß individuell sein. Ein grober Fehler wäre es bei einem Kranken die Ueberernährung in Anwendung bringen zu wollen, ohne vorher sich des Zustandes seiner Verdauungsorgane genaue Rechenschaft gegeben zu haben.

Wenn der Tuberkulöse einen guten Magen hat, dann läßt sich die Sache versuchen. Aber auch dann kann man nur stufenweise vorgehen. Zunächst wird man es mit den stärkehaltigen Nahrungsmitteln versuchen, dann mit den Eiern; sodann wird man an das rohe Fleisch kommen, an den Fleischflocken, das gekochte Fleisch &c., währenddem man zu gleicher Zeit für die Asepsie der Gedärme besorgt sein soll. Zu diesem Zwecke wird man täglich Klystiere oder Einläufe mit Gelbem Fluid anwenden; überdies wird der Kranke, wenigstens einmal wöchentlich, ein Glas irgend eines abführenden Mineralwassers trinken.

Wein ist zu den Mahlzeiten absolut zu verbieten und durch irgend ein Mineralwasser zu ersetzen; auf Wunsch, kann dem Kranke als Getränk Milch gestattet werden.

In vielen Sanatorien, wo der Speisezettel zum Voraus festgesetzt ist, bestehen die Mahlzeiten aus einer bestimmten Quantität von Eiern, Gemüse und rohem Fleisch, deren Gesamtmenge das Maximum der Nahrungsmittel in sich begreifen soll, die nach der theo-

retischen Annahme, ein Mensch zu sich nehmen soll. Das ist, wir wiederholen es, eine ganz falsche Auffassung; auf diese Weise überfüllt man allerdings den Kranke aber überernähren tut man ihn nicht; jedes Individuum kann nur eine Menge Nahrung zu sich nehmen, die nicht ohne Gefahr überschritten werden darf; das vergibt man aber nur zu häufig in den Heilanstalten wo, nach der Schablone, allen Kranken die gleiche Nahrung und die gleiche Menge derselben verabreicht wird.

Wie viele Tuberkulöse leiden dann unter diesem forcirten Nahrungsregim nicht an Dyspepsie, d. h. an Verdauungsschwäche und Verdauungsstörungen jeder Art! Anderseits wie viele Dyspeptiker werden nicht als Tuberkulöse betrachtet! So oft ist ja gesagt worden daß Niemand einem Tuberkulösen so sehr ähnlich sieht wie ein Dyspeptiker oder Magenleidender. Dr. Burdet hat einmal der Gesellschaft der Pariser Aerzte eine junge Frau vorgestellt, die seit sehr langer Zeit als Schwindfütige behandelt worden war, in der Tat aber nur an Verdauungsstörungen litt. Ebenso wie die Tuberkulose kann die Verdauungsschwäche zur Apathie führen; die schon genannte junge Frau befand sich in einem solchen Zustand der Abmagerung, daß sie ganz gut als eine Schwindfütige betrachtet werden konnte; sie wog kaum 34 Kilo! Dennoch hatte man sie überernährt, aber da sie weder verdauen noch assimilieren konnte, hatte die Ueberernährung ihr mehr geschadet als genützt.

Wenn nun aber die einfache Verdauungsschwäche zu einem solchen traurigen Resultat führen kann, was soll dann erst geschehen wenn diese sich noch mit der Tuberkulose paart?

Daraus ergibt sich die Notwendigkeit bei den tuberkulösen Individuen das Nahrungsregime der Verdauungsfähigkeit des betreffen-

den Magens anzupassen und jedem nur die Maximalmenge von Nahrung zu geben, die er verdauen und assimilieren kann, ohne durch dieselbe belastet zu werden. Bei nicht Anwendung dieser Vorsichtsmaßregeln setzt man sich der Gefahr von Störungen und Zufällen aus, die einen sehr schlimmen Charakter annehmen können.

Kinderskorbut.

In der „Umschau“ lesen wir: Einen neuen Beleg dafür, daß die Verwendung eingreifend vorbehandelter Nahrungsmittel in der Kinderernährung diese qualitativ unzureichend machen kann, liefert ein Bericht von Erich Müller aus dem Großen Friedrichs-Waisenhaus der Stadt Berlin in Nummelsburg über häufigeres Auftreten von Kinderskorbut im letzten Sommer. In früheren Jahren waren derartige Krankheitsfälle, deren Ursache meist in einseitiger Kindermehlnahrung zu suchen ist, dort nur vereinzelt vorgekommen, und ihre jetzige Zunahme befremdete auch deswegen, weil die Kinder (im Alter von 8 bis 20 Monaten) eine gemischte Nahrung, nämlich Milchmischung, Milchkartoffelbrei und Gemüse erhielten. Bei näherer Prüfung wurde indessen festgestellt, daß die in der Molkerei bereits pasteurisierte Milch in der Anstalt für die Säuglinge nochmals eine Stunde auf 80 Grad erhitzt, für ältere Kinder abgekocht wurde. Zumindest wäre die Beigabe von Gemüse und Kartoffelbrei vielleicht genügend gewesen, um den Kindern Vitamine und andere Ergänzungsstoffe in ausreichender Menge zuzuführen. Es stellte sich nun aber heraus, daß die Gemüsegerichte aus Dörrgemüse zubereitet wurden, und hierin scheint die Hauptursache für die Erkrankungen gelegen zu haben; denn bei einzelnen Kindern

brachte schon der Ersatz der Dörrgemüse durch frische Gemüse Heilung, auch bei Weiter-Verabreichung von doppelt sterilisierter Milch.

Das übliche Dörrverfahren ist ja schon wiederholt von physiologisch-chemischer Seite bemängelt worden, nicht allein wegen der dabei angewandten hohen Temperaturen, sondern auch deswegen, weil die Gemüse vor dem Trocknen durch das Blanchieren (Abbrühen) bis zu 50, ja 75 Prozent ihrer Mineralstoffe beraubt werden. „Es berührt den Kenner immer eigen-tümlich, wenn in den Empfehlungen und Anpreisungen der Fabriken gerade dieses Blanchierungsverfahren als ein besonderer Vorzug ihres Betriebes hervorgehoben wird, während es doch gerade eine wesentliche Entwertung der Dörrgemüse bedeutet.“ Zu der Verarmung an Mineralstoffen kommt noch eine Verminderung der Ergänzungsnährstoffe, wobei freilich noch nicht feststeht, ob das Blanchieren oder die Erhitzung diese von Natur gerade in den Gemüsen reich vertretene Stoffe in so gesundheitsschädigender Weise um ihre Wirkung bringt. Die chemische Entwertung ist durch Weglassen des Blanchierens leicht zu beseitigen; dagegen muß noch geprüft werden, welche Temperaturen die einzelnen Gemüse vertragen, ohne wesentliche Einbuße an Vitaminen und dergleichen zu erleiden. Diese Frage ist aber gewiß von gesundheitlichen wie volkswirtschaftlichen Gesichtspunkten aus wichtig genug, um eine eingehende Untersuchung zu verdienen. Vorläufig werden wir jedenfalls nach E. Müller gut tun, die Dörrgemüse — und mit den Konserven steht es nicht besser — im Speisezettel der Kinder zu beschränken und durch frische Gemüse zu ergänzen.

