

**VERORDNUNGSBUCH
UND DIÄTETISCHER LEITFADEN
FÜR ZUCKERKRANKE
MIT 149 KOCHVORSCHRIFTEN**

**ZUM GEBRAUCHE FÜR ÄRZTE
UND PATIENTEN**

VON

PROFESSOR DR. CARL VON NOORDEN

UND

PROFESSOR DR. S. ISAAC

IN FRANKFURT AM MAIN



SPRINGER-VERLAG BERLIN HEIDELBERG GMBH

1923

**ALLE RECHTE, INSBESONDERE DAS DER ÜBERSETZUNG
IN FREMDE SPRACHEN, VORBEHALTEN.
COPYRIGHT 1923 BY SPRINGER-VERLAG BERLIN HEIDELBERG
URSPRÜNGLICH ERSCHIENEN BEI JULIUS SPRINGER IN BERLIN 1923**

ISBN 978-3-662-28007-2 ISBN 978-3-662-29515-1 (eBook)
DOI 10.1007/978-3-662-29515-1

Vorwort.

Das vorliegende kleine Buch ist hervorgegangen aus einem Verordnungshefte, das C. v. Noorden und E. Lampé vor nahezu 30 Jahren als Manuskript drucken ließen und an die Patienten der im Jahre 1895 gegründeten und gemeinsam geführten Privatklinik zu verteilen pflegten. Die wesentlichen Stücke desselben waren schon in der früher erschienenen 1. Auflage der v. Noordenschen Monographie „Zuckerkrankheit und ihre Behandlung“ enthalten. Entsprechend den Veränderungen, welche die allgemeinen diätetischen Vorschriften in späteren 6 Auflagen dieser Monographie erfuhren, wurden auch in den späteren Auflagen des Verordnungsheftes Abänderungen vorgenommen.

Nachdem E. Lampé vor einem Jahre aus der ärztlichen Leitung der „Privatklinik für Zuckerkrankte und für diätetische Kuren, Frankfurt a. M., Schifferstraße 78 von Dr. E. Lampé und Professor C. v. Noorden, G. m. b. H.“ ausgetreten war, folgten die beiden jetzigen Leiter der Anstalt der sich stets erneuernden Bitte von Ärzten und Patienten, das Verordnungsbuch im Buchhandel erscheinen zu lassen. Dafür mußte das früher nur zu persönlichem Gebrauche der Verfasser bestimmte Buch gründlich umgearbeitet und erweitert werden. Wir erfüllen eine angenehme Pflicht, wenn wir dabei der fördernden Mitarbeit E. Lampés an den früheren Auflagen und, in bezug auf die Kochvorschriften der grundlegenden Mitarbeit Frau E. Lampés dankbar gedenken. Weiterhin gebührt unser Dank Frau Geheimrat Carl (Herta) v. Noorden, die in 13jähriger Tätigkeit als Oberschwester am Wiener Cottage-Sanatorium und in unserer Frankfurter Privatklinik, im regsten Verkehr mit den Patienten, die praktische Durchführbarkeit der ärztlichen Kostvorschriften kritisch erprobte, zu praktischen Änderungen allgemeiner und besonderer Vorschriften Anregung gab und so durch Rat

und Tat außerordentlich viel zur Entwicklung und zum Ausbau der Kostformen für Zuckerkrankte und andere Kranke beitrug.

Das vorliegende Buch beschäftigt sich ausschließlich mit der Kost der Zuckerkranken. Den grundlegenden Tabellen folgen Erläuterungen zu denselben und Ratschläge über ihre Verwendung. Wir nahmen ferner eine größere Zahl verschiedener „Kostformen“ auf, welche wir selbst verwenden und welche großenteils auf C. v. Noorden zurückzuführen sind, teils aber auch von anderen stammen. Es sei ausdrücklich betont, daß es keine Kostform gibt, die für alle Zuckerkranken paßt, und daß je nach Lage der Dinge auch im Einzelfalle bald zu dieser, bald zu jener Kostform gegriffen werden muß¹⁾. Eine Darstellung der einzelnen Kostformen stets zur Hand zu haben, ist für Arzt und Patient gleich wichtig. Es folgen dann zahlreiche Kochvorschriften (vgl. hierüber das auf S. 71 gesagte).

Das Buch wendet sich an Ärzte und Patienten, eine immerhin ungewöhnliche Form. Sie ist aber hier berechtigt. Denn das Buch ist in keiner Weise so gedacht und abgefaßt, daß es ohne begleitende und ergänzende ärztliche Verordnung brauchbar wäre. Im Gegenteil müssen wir das für höchst bedenklich erklären. Nur der Arzt kann für den einzelnen Kranken und für den jeweiligen Zeitpunkt im Verlaufe des Einzelfalles die zutreffende Kostform auswählen und bestimmen. Wenn er dies aber getan hat, wird das vorliegende Buch ihm bei den Kostvorschriften, die er zu erteilen hat, eine große Hilfe sein; es wird Wesentliches zur Verständigung mit dem Patienten beitragen.

In dem ursprünglichen Ordnungshefte befanden sich am Schlusse einige leere Seiten, auf welche die Sonderverordnungen für den Einzelfall eingetragen wurden, und welche fast bei jedem Patienten — der Natur der Sache entsprechend — andere waren. Sie schrieben vor, wie der Einzelkranke die Nahrungsmittel auswählen und in welcher Menge er sie verwenden solle. Dies hat sich außerordentlich gut bewährt. Deshalb ist dies auch hier beibehalten worden.

¹⁾ Vergl. hierzu: C. v. Noorden, Die hausärztliche Behandlung der Zuckerkrankheit. Berlin 1923 (Verlag von Julius Springer) und „Jetziger Stand der Diabetestherapie“. Wiesbaden-München 1923 (Verlag von J. F. Bergmann).

Für die Angaben über die Zusammensetzung der Nahrungsmittel, insbesondere ihren Gehalt an Kohlenhydraten, benützten wir — wo nichts anderes vermerkt — die ausgezeichneten Tabellen von Schall-Heisler. Sie geben nicht die Zusammensetzung der Rohstoffe, sondern deren Gehalt an ausnützbarer Substanz an. Obwohl wir diese Form der Berechnung grundsätzlich nicht für richtig halten, weil die Ausnutzungsgröße keine konstante Größe ist, sondern stark von der Zubereitung der Speisen abhängt, ist sie doch für den vorliegenden Zweck sehr brauchbar. Denn gerade in bezug auf den wichtigsten Bestandteil, die Kohlenhydrate, fallen wirklicher Gehalt und Ausnutzungsgröße nahezu zusammen. (Vgl. S. 27.)

Wir hoffen, mit diesem kleinen Buche einem praktischen Bedürfnis entgegengekommen zu sein. Es stützt sich auf die Erfahrungen bei mehr als 20 000, im Laufe von 28 Jahren klinisch behandelten Zuckerkranken.

C. v. Noorden,

S. Isaac,

Frankfurt a. M., Privatklinik, Schifferstr. 78.

11. Mai 1923.

Inhaltsverzeichnis.

	Seite
I. Gruppierung der Nahrungsmittel	1
A. Tabelle I = Hauptkost A	2
Kohlenhydratfreie bzw. kohlenhydratarme Nah- rungsmittel	2
B. Tabelle II = Hauptkost B	8
Zusammenstellung einiger fettreicher Speisen aus der Hauptkost	8
C. Tabelle III = Nebenkost A	10
Äquivalententabelle der Kohlenhydratträger	10
D. Tabelle IV = Nebenkost B	16
Volumäquivalente einiger Nahrungsmittel und Gerichte	16
II. Ergänzungen und Erläuterungen zu den vorstehenden Tabellen	19
A. Fleisch	19
B. Innere Teile der Tiere	19
C. Wurstwaren	20
D. Fische, Schalthiere	21
E. Suppen	22
a) Fleischbrühe	22
b) Knochenbrühe	22
c) Gemüsebouillon	22
d) Mehlhaltige Suppen	23
F. Tunken	24
G. Gemüse	25
H. Salate	29
I. Obstfrüchte	29
a) Rohes Obst	29
b) Kochobst	30
c) Dörrobst	31
d) Eingemachtes Obst	31

	Seite
K. Käse	33
L. Mehl und Mehlersatz	33
M. Brot und Brotersatz	36
a) Gebäcke ohne Mehl	36
b) Gebäcke mit verhältnismäßig wenig Mehl	37
c) Luftbrote	39
N. Kartoffeln, Topinambur, Stachys	41
O. Milch und Rahm	43
1. Milch	43
2. Kefir	43
3. von Noordens Rahmgemenge	43
4. Boumas zuckerfreie Fettmilch	44
5. Soyama-Milch	44
6. Entzuckerte Milch	44
7. Milchkuren	44
8. Rahm	44
P. Verschiedene Getränke	45
1. Wasser	45
2. Kaffee und Tee	45
3. Reiner Kakao	45
4. Limonaden	46
5. Weine	46
6. Branntweine	46
7. Biere	46
Q. Tabak	48
R. Süßspeisen	48
III. Über die Anordnung der Mahlzeiten	49
A. Anordnung der strengen Diät (Hauptkost)	49
B. Über Verteilung der Nebenkost	50
IV. Über verschiedene Kostformen	52
A. Gewöhnliche strenge Diät	52
B. Halbe Fleischkost	54
C. Entfettungskost bei Zuckerkranken (Diabetiker- Banting-Kost)	56
D. Speisezettel bei Probekost, zugleich Beispiel für strenge Diät mit Zulagen	58
E. Gemüsetag mit Eiern	59
F. Eiertag mit Gemüsezulagen	60
G. Gemüsetag mit Eidottern (verschärfter Gemüsetag)	60
H. Petrén's Gemüse-Fettkost	61
I. Fettarme, knappe Gemüsekost	61

VIII

Inhaltsverzeichnis.

	Seite
K. Hungertage	62
L. Kohlenhydrattage	62
1. Normale Hafertage	62
2. Gemüsezulagen	63
3. Andere Mehle als Haferersatz	63
4. Mischung anderer Kohlenhydratträger	64
5. Obsttage und Reisobsttage	64
6. Milchtage	65
7. Anordnung der Haferkuren um ihrer Abarten	65
8. Die Faltasche Mehlfrüchtekost	66
M. Lakto-vegetabile Entfettungskost bei Zuckerkranken	68
V. Vorschriften für Sammlung des Urins	70
VI. Vergleichende Maße und Gewichte	70
VII. Kochvorschriften	71
A. Suppen	72
B. Tunken	76
C. Vorspeisen und andere kleine Gerichte	81
D. Süßspeisen ohne Mehl	90
E. Verschiedenes	101
F. Gerichte mit Kohlenhydraten	103
VIII. Bezugsquellen	111