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

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 23 (1913)

Heft: 12

Artikel: Das Kochsalz

Autor: Imfeld

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037909

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: 09.07.2025

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

„Fleisch macht stark", ist heute noch ein feststehender Satz und was lehrt ein großes Experiment der Weltgeschichte? In Japan treffen auf je 1000 Einwohner 30,7 Pferde, 27,2 Stück Rindvieh, 5,5 Schweine, 1,87 Schafe und Ziegen, in Rußland 177,1 Pferde, 266,7 Stück Rindvieh, 88,8 Schweine, 328,57 Schafe und Ziegen — wo steht die größte Fleischversorgung, wo stand der Sieg im Ringen beider Völker? Die beispiellose Zähigkeit des fleischarm ernährten Japaners überwand den tapferen russischen Gegner mit seiner eiweißreichen Soldatenkost. In England hat das „Rennbeefsteak" längst seinen Wert auf Sieg eingebüßt, der Wettkämpfer hütet sich schwer, mit Fleisch sich stärken zu wollen; Milch und Honigwasser tun bessere Dienste, bergen keine Ermüdungsstoffe in sich. („Nord und Süd.")

Das Kochsalz.

(Dr. Imfeld.)

Gewöhnlich betrachten wir unser Kochsalz als ein einfaches Gewürz, welches die Speisen unserem Geschmacke angenehm zu machen, dieselben zu würzen hat. Leute, deren Geschmack etwas abgestumpft ist, versalzen gerne ihre Nahrung ohne die geringste Ahnung zu haben, daß sie ihrer Gesundheit Schaden zufügen können.

Unbedingt besitzt das Kochsalz ganz ausgezeichnete Eigenschaften. Es ist dem tierischen Organismus überhaupt, dem menschlichen insbesondere, unumgänglich notwendig. Wollte man es in unseren Nahrungsmitteln vollständig entbehren, so würde das in den Geweben unseres Körpers sehr bedenkliche Störungen hervorrufen. Das Salz ist ein integrierender Bestandteil aller Säfte und Gewebe unserer Organe; das Blutplasma könnte nicht bestehen ohne das Kochsalz; seine in normaler Menge bestehende Gegenwart im Blut erhält das Fibrin und das Eiweiß des Blutes in flüssiger Form; das Salz spielt bei der Diffusion der Säfte durch die Membranen der Gewebe eine sehr wichtige Rolle, indem es dieselbe überhaupt möglich macht; das Salz ist zur Auflösung des Globulins notwendig; endlich ist noch besonders zu erwähnen, daß das Salz sich in großen Mengen an den Stellen aufhäuft, die der Sitz von entzündlichen Zuständen sind; während dieser Zeit ist sein Gehalt im Harn vermindert oder auch ganz aufgehoben; das Salz erscheint nur dann wieder in normalem Verhältnis im Harn, wenn die Besserung, beziehungsweise Heilung des krankhaften, entzündlichen Zustandes eingetreten ist.

Noch in jüngster Zeit vorgenommene Experimente haben festgestellt, daß unser Kochsalz tuberkulöse Eiterungsprozesse, im Sinne der Besserung derselben, günstig beeinflussen, ja sogar zur Heilung bringen kann. Wenn bei tuberkulösen Erkrankungen in Gelenken, Drüsen, Abszessen ꝛc. Kochsalz in dieselben hineingespritzt wird, so hat das Salz eine entschiedene heilende Wirkung auf die durch die Tuberkulose veranlaßten krankhaften Prozesse.

Anderseits aber dürfen wir durchaus nicht vergessen, daß das Salz auf eine große Zahl von Krankheiten eine ausgesprochene schädliche Wirkung hat. Heutzutage empfehlen deshalb die Aerzte, bei der Behandlung verschiedener schwerer Krankheiten, die Verminderung oder gänzliche Weglassung des Salzes in den Nahrungsmitteln.

So kann, z. B., bei den akuten sowohl wie bei den chronischen Nierenkrankheiten entzündlicher Form die salzlose Nahrung das Eiweiß im Harn und die infolge der Krankheiten ein-

tretenden Oedeme (Wassergeschwülste) zum Verschwinden bringen; diese Methode der Ernährung wird es möglich machen, weniger streng auf eine absolute Milchdiät zu dringen, die vielen Kranken widersteht. Wir können nicht anstehen zu erklären, daß die wohltätige Wirkung, welche die Milchdiät auf die Nierenentzündung hat, in der Tat zum Teil darin zu suchen ist, daß die Milch nur minimale Mengen von Kochsalz enthält.

Die Verminderung, oder auch Weglassung des Salzes in unseren Speisen und Nahrungsmitteln hat auch eine entschieden günstige Wirkung auf Verdauungsstörungen, die infolge von Herzkrankheiten auftreten.

Die Erfahrung hat auch schon gelehrt, daß bei Epileptikern die Anfälle seltener und leichter werden, wenn man ihrer Nahrung wenig oder gar kein Kochsalz beimengt; dieselben aber häufiger wiederkehren, sobald wieder mehr Kochsalz in den Speisen beigemischt wird. Amerikanische Aerzte sind übrigens der Ansicht, daß eine ursächliche Beziehung besteht zwischen Nierenentzündung und Epilepsie.

Dr. Sauer in Breslau hat festgestellt:

1. Daß die gänzliche Entbehrung des Kochsalzes beim gesunden Menschen Albuminurie (Eiweißverlust durch den Harn) erzeugt.

2. Daß der übermäßige Salzgenuß zu demselben Resultat führt.

3. Daß die gänzliche Weglassung des Kochsalzes, bei bestehender Nierenentzündung den Eiweißverlust durch den Harn vermindert oder aufhebt.

4. Daß der übermäßige Gebrauch des Kochsalzes bei den Nierenkranken den Eiweißverlust vermehrt und ebenso die Wassergeschwülste (Oedeme).

Diese Erfahrungen könnten zu interessanten Beobachtungen Veranlassung geben; sie würden uns auch begreiflich machen, warum die homöopathischen Aerzte seit schon einem Jahrhundert bei Behandlung von Krankheiten, bei denen die Verminderung oder Weglassung des Kochsalzes in den Nahrungsmitteln sich so günstig erweist, als Medizin Kochsalz in infinitesimalen Dosen verordnen.

Wir wollen uns aber hier nicht auf theoretische Diskussionen einlassen. Erwähnen wollen wir noch, daß die Verminderung des Kochsalzgenusses, sich, durch seine Wirkung auf die Organe des Blutkreislaufes, auch bei der Basedowschen Krankheit (einer Herzkrankheit) nützlich erweist.

Aus allen dem Gesagten erfolgt der Schluß, daß Kochsalz, in größerer Menge dem Organismus zugeführt als es demselben in normaler Weise einverleibt werden soll, in den Organen der Verdauung und der Atmung, sowie auch auf das Herz und das Nervensysten, eine große Zahl von krankhaften Erscheinungen hervorruft, die sich durch eine Verminderung oder gar Zerstörung der Blutelemente kund geben.

Wir wissen demnach, daß das Kochsalz nicht eine ganz unschuldige und wirkungslose Substanz ist, von der man Gebrauch und Mißbrauch machen kann, ohne weitere Gefahr zu laufen als etwas mehr Durst wie sonst zu bekommen. Wir wissen nun, wie notwendig einerseits das Kochsalz unserem Organismus in beschränktem Maße, und bei guter Gesundheit, ist, anderseits aber, wie dessen Mißbrauch unserm leiblichen Wohlergehen schädlich werden kann, und endlich wie bei gewissen Krankheiten die Verminderung des Kochsalzgenusses oder dessen völlige Enthaltung zur Behandlung und Heilung dieser Krankheiten beitragen kann.