

Franckesche Stiftungen zu Halle

Johann Friedrich Zückert, der Arzneygelahrtheit Doctor, der Römisch-Kayserlichen Acad. der Naturforscher, wie auch der Churmaynzischen Academie ...

Zückert, Johann Friedrich

Berlin, 1771

VD18 12385700

Drittes Kapitel. Von den Speisen, welche den Kindern dienlich sind.

Nutzungsbedingungen

Die Digitalisate des Francke-Portals sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen für wissenschaftliche und private Zwecke heruntergeladen und ausgedruckt werden. Vorhandene Herkunftsbezeichnungen dürfen dabei nicht entfernt werden.

Eine kommerzielle oder institutionelle Nutzung oder Veröffentlichung dieser Inhalte ist ohne vorheriges schriftliches Einverständnis des Studienzentrums August Hermann Francke der Franckeschen Stiftungen nicht gestattet, das ggf. auf weitere Institutionen als Rechteinhaber verweist. Für die Veröffentlichung der Digitalisate können gemäß der Gebührenordnung der Franckeschen Stiftungen Entgelte erhoben werden.

Zur Erteilung einer Veröffentlichungsgenehmigung wenden Sie sich bitte an die Leiterin des Studienzentrums, Frau Dr. Britta Klosterberg, Franckeplatz 1, Haus 22-24, 06110 Halle (studienzentrum@francke-halle.de)

Terms of use

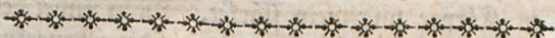
All digital documents of the Francke-Portal are protected by copyright. They may be downloaded and printed only for non-commercial educational, research and private purposes. Attached provenance marks may not be removed.

Commercial or institutional use or publication of these digital documents in printed or digital form is not allowed without obtaining prior written permission by the Study Center August Hermann Francke of the Francke Foundations which can refer to other institutions as right holders. If digital documents are published, the Study Center is entitled to charge a fee in accordance with the scale of charges of the Francke Foundations.

For reproduction requests and permissions, please contact the head of the Study Center, Frau Dr. Britta Klosterberg, Franckeplatz 1, Haus 22-24, 06110 Halle (studienzentrum@francke-halle.de)

urn:nbn:de:gbv:ha33-1-213311

hier angezeigte Speisen. Soll also der heilsame Nutzen einer guten und gesunden Nahrung erlangt werden, so muß man sich der Gierigkeit und Gefräßigkeit der Kinder auf alle Weise widersetzen; und sie bey Zeiten lehren, die Mäßigkeit im Essen und Trinken zu beobachten, und nicht wie unersättliche Thiere zu fressen, sondern mit Anstand und Sittsamkeit zu essen.



Drittes Kapitel.

Von den Speisen, welche den Kindern dienlich sind.

§. 28.

Nachdem ich so viele Arten der Speisen gänzlich aus dem Verzeichniß derer Nahrungsmittel ausgeworfen habe, die den zwey- und dreyjährigen Kindern dienen; so bleiben uns nur wenige übrig, die sich für ihre schwache Natur schicken. Allein diese wenige Speisen sind hinlänglich, die Kinder mit abwechselnden Gerichten zu erfreuen, und sie dadurch vor dem Eckel zu bewahren, der sonst von dem beständigen Genuß einerlei Speise sehr leicht entsteht. Man wird von selbst einsehen, ohne daß ich es weitläufig beweisen darf, daß die besten und gesündesten Speisen für Kinder diejenigen sind, welche nicht sehr dürfen gekauet werden, und sich doch leicht verdauen lassen, den Magen nicht schwächen, und das
E
Blut

34 Von der diätetischen Erziehung

Blut nicht verunreinigen; sondern dasselbe hinlänglich flüssig, und bey seiner milden Beschaffenheit, erhalten.

S. 29.

Das Brod und die Milch müssen hier oben an stehen. Sie sind die einfacheste und beste Kost, welche in kleiner Menge sehr nähret, und den Körper ungemein stärket. Man findet den Beweis davon auf dem Lande. Die Bauerkinder wissen fast von keinen andern Speisen. Brod mit Butter, und Milchspeisen, sind ihre tägliche Nahrung, und dabey nehmen sie an Kräften, Wachsthum und Munterkeit ihres gesunden Körpers merklich zu. Man sieht es auch in den Städten an den gemeinen Bürgerkindern. Sie unterscheiden sich sehr von den vornehmen verzärtelten Kindern. Jene tragen das Bild der lachenden Gesundheit mit sich herum; diese schleppen mit ihrem magern Gerippe Elend und Krankheiten hinter sich her. Es ist zwar wahr, daß Monsieur nicht so viel Brod essen kan, als der vierschrotige Bauerjunge; denn er hat einen schwächern Magen, und kann es nicht so gut verdauen: allein da er dafür desto mehr Kuchen und anderes Naschwerk isset, so getraue ich mich nicht zu entscheiden, welches von beyden schädlicher sey, den Magen mit Brod, oder mit Kuchen zu überladen. Die Unmäßigkeit ist allemal nichts nütze; dennoch kann ich es sehr leiden, wenn ein Kind etwas zu viel Brod isset, wenn es nur kein gar zu grobes Brod ist: denn dasselbe

dasselbe kann der junge Herr nicht vertragen, weil es seinen Magen beschweret, darinn versauert, und zu Würmern Anlaß giebt. Das beste Brod für zarte Kinder ist das, so aus einer Vermischung von dem feinsten Weizen- und Roggen-Mehl bestehet. Solches muß man ihnen niemals versagen, so oft sie es verlangen, und nur dabey Acht haben, daß sie jedesmahl eine mäßige Portion essen. Es ist nicht zu beschreiben, wie vortreflich die Kinder gedeihen, deren Hauptspeise das Brod ist, wenn sie fleißig dabey herumlaufen. Man muß aber darauf halten, daß kein Gerstenmehl unter das Brod gebacken werde, welches man daran erkennt, wenn es bröckligt, sehr krummigt ist, und nicht gut zusammen hängt; denn die Gerste quillet im Magen, treibet denselben sehr auf, und erzeuget viele Unreinigkeiten. Das bloße Weizenbrod ist darum nicht zuträglich, weil es nicht genug gesäuert ist, und daher noch viel rohes Mehl enthält. Das Hausbackenbrod ist zu derbe, und erfordert einen starken Magen. Inzwischen kann man zuweilen etwas Zwieback und Semmel ohne Schaden geben.

S. 30.

Von den Kuchen sind einige wenige gut gebackene zu erlauben, die einen lockern Teig haben, der im Munde leicht zergethet, und die mit gar keinen, oder geringen und schwachen Gewürzen versehen sind. Dergleichen sind vornemlich der Biskuit, das Caffeebrod, die Man-

36 Von der diätetischen Erziehung

del- Herzen, ein Stückgen vom wohl ausgebackenen Topf oder Lapp- Kuchen, und Ringeln oder Pretzeln, die nicht sehr fett und nicht sehr gesalzen sind. Alles Brod und Kuchenwerk muß über dem niemals warm oder ganz frisch gegessen werden, sondern etwas gelegen haben, weil es sonst die schlimmsten Zufälle, sonderlich das Unglück, heftiges Bauchgrimmen, gefährliches Schlucken und verdrießliches Brechen hervorbringet.

§. 31.

Ich begreife nicht, warum einige den Kindern die Milchspeisen verbieten. Ich setze sie mit allen andern Aerzten unter die besten und lieblichsten Speisen dieses Alters. Man giebt die Milch vor sich allein in den Getränken, als in Thee oder Caffee, oder man vermischt sie mit Harberschleim oder Gerstenwasser oder blossen warmen Wasser, oder man macht mit demselben und etwas Brod oder Zwieback Brene, oder giebt sie in Suppen. Sie ist, auf alle Art zubereitet, den Kindern in einem jeden Alter, nur nicht wenn sie krank sind, dienlich und sehr heilsam; allein sie muß nicht zu fett, und zu stark gekocht, aber auch nicht zu wässerig seyn; und man hat wohl zu bemerken, daß man zu solcher Zeit, wenn der Magen mit Milch angefüllet, kein saures oder gährendes essen lasse, welches die Milch gerinnend macht. Wenn ich daher den Kindern zuweilen einiges gekochte Obst erlaube, so dienet ihnen solches am besten, wenn

wenn ihr Magen von andern Speisen leer ist. In den Krankheiten, die von einer im Magen und in den Gedärmen verdorbenen versauerten und käsigten Milch entstehen, muß man den Kindern den Genuß der Milch nicht weiter zulassen, wenn man nicht die Ursachen dieser Krankheiten unterhalten und vermehren will. Diese Vorsicht ist bey Schwämmen, in Bauchgrimmen, Durchfällen, Brechen, und in der Abzehrung der Kinder, sehr nöthig, und wird doch am meisten aus der Acht gelassen.

S. 32.

An diesen Speisen kann sich nun das kleine Kind sehr wohl begnügen. Inzwischen kann man demselben auch zuweilen etwas weichgekochte Wurzeln, als Petersilien- und Zucker-Wurzel, in den Mund nehmen, daran lutschen, den Saft aussaugen, und den faserigten Theil wieder ausspucken lassen. Hiedurch kommen nicht allein wirklich nährende Theile in das Blut, sondern das Zahnfleisch wird auch erweicht, und der Zahnausbruch ungemein erleichtert. Wenn das Kind schon besser kauen kann, darf man ihm ein wenig vom trockenen zarten Fisch, als Marenen, kleine Hechte, Barsch, und dergleichen, nicht verwehren, wenn sie von den Ärzten gut abgesondert worden. Ferner behält man hier auch noch alle die Nahrungsmittel bey, die ich in meiner diätetischen Pflege der Säuglinge S. 24. genennet habe.

E 3

S. 33.