

In besonders schwieriger Lage ist der Magenleidende auf Reisen. Wir hoffen, daß ihm dies Buch seiner Zeit zu einer entsprechenden Verpflegung in Wirthshäusern behülflich sein wird. Die in der Diät (z. B. Morgens früh) enthaltene Milch wird man sich vorher bestellen und der Sicherheit halber, frisch gekocht, heiß serviren lassen. Röstbrod kann man sich mitnehmen für den Fall, daß man kein sehr gut gebackenes Gebäck bekommt, ebenso Zwieback. Zum Genuß im Freien kann man sich Milch in einer Flasche abgekocht (Verschluß von Sorhlet, bezw. Ollendorf-Wilden) mitnehmen; wenn man nicht in die Lage kommt, sich Cacao kochen zu lassen, so bieten Chocolate-tafeln zum Essen mit Zwieback einen Ersatz, besonders die fettreiche Kraftchocolade (nach v. Mering) von Hauswald in Magdeburg. Davon nimmt man:

| | Eiweiß | Fett | Kohlenhydr. | Calorieen |
|-----------------------|--------|------|-------------|-----------|
| 50 g Kraftchocolade = | 2,2 | 10,5 | 36 | 254 |
| 3 Zwieback . . . = | 3,6 | 2,2 | 20,7 | 120 |
| | 5,8 | 12,7 | 56,7 | 374 |

was dem in den Diätordnungen häufig vorkommenden Milchcacao mit Zwiebacken gut entspricht, nur 7 g Eiweiß zu wenig hat.

Obst soll bei Verdauungsstörungen in der Regel nur gekocht gegessen werden, allenfalls sind kleine Mengen sehr weichen saftigen Fleisches von Pfirsichen, Birnen, auch Aprikosen erlaubt. Am empfehlenswerthesten ist ein feiner Brei von Äpfeln (Recept Nr. 74), auch Birnen, dann die Obstjäfte (Gelees, Confitüren), viel weniger schon Mus. Die Schalen sind überall zu fürchten, deßhalb Trauben, Kirschen, Zwetschen u. von empfindlichen Kranken ganz zu meiden, von weniger empfindlichen jene sehr weich gekocht (die 2 ersten roh unter Auskernen und Ausspucken der Schalen), diese geschält und gekocht zu versuchen. Bei Diarrhöe ist der Genuß von Obst im Allgemeinen zu meiden, bei Neigung zu Verstopfung zu empfehlen unter der angegebenen und folgender Vorsicht. Bei starker Hyperacidität und gar bei Gährung ist es nur mit großer Vorsicht zu versuchen, bei Salzsäuremangel darf es erst einige Zeit nach Einnehmen der Salzsäure gegessen werden, weil seine Salze die Salzsäure binden und man deßhalb dieser erst Zeit lassen muß, auf die Eiweißkörper, mit denen sie genommen wurde, einzuwirken.

Das Gleiche gilt von dem Wein, der von Magenleidenden in der Regel gemieden werden soll, weil er sich mit Uebersäuerung