



**W**ohl bei keiner Krankheit ist die einzuhaltende Diät so wichtig als bei der Zuckerharnruhr (Diabetes mellitus); sie bildet den wesentlichsten Factor bei Bekämpfung dieses Leidens, es ist daher auch ihr vor Allem das Hauptaugenmerk zuzuwenden.

So wichtig jedoch die Diät ist, so schwierig ist es zugleich, den Kranken zu bestimmen, sich ihr zu fügen. Ausschliessliche Fleischnahrung widersteht bald. Der Arzt muss oft Concessionen machen, nur um die Ernährung zu ermöglichen, Concessionen, welche dann auch meist einen Rückfall herbeiführen.

Ein Fall von Zuckerharnruhr in meiner Familie hat mich die Schwierigkeiten kennen gelehrt, den Bedürfnissen eines an dieser Krankheit Leidenden gerecht zu werden, um einerseits eine genügend kräftigende Ernährung zu erzielen, andererseits keine Schädigung des Befindens herbeizuführen, ja, dasselbe nach Möglichkeit immer besser zu gestalten.

Bei Bereitung der Speisen ist der Ersatz für Zucker zum Theil im Sacharin gefunden; wodurch aber soll das ebenso nothwendige Mehl ersetzt werden? Die Sorge um das Wohl meines Verwandten gab Veranlassung zu immer neuen Versuchen, diese wichtige Frage zu lösen. Die erzielten Resultate bilden das nun vorliegende Buch.

Nach den darin enthaltenen Recepten werden bereits seit sechs Jahren die Speisen für meinen Onkel zubereitet, und ich darf mit Freude constatiren, dass sich zunächst ein Mangel

#### IV

in der Ernährung seit lange nicht mehr bemerkbar macht, sowie dass dessen Zustand sich dauernd derart gebessert hat, um heute mit Recht sagen zu können, dass er sich bei strenger Einhaltung der vorgeschriebenen Diät vollständig wohl und gesund befindet.

Von ärztlicher Seite aufgefordert, meine Erfahrungen bei Zubereitung der Speisen für Zuckerkrankte zu veröffentlichen, habe ich dies Buch zusammengestellt, einzig geleitet von dem Wunsch, der grossen Zahl der von dieser tückischen Krankheit Befallenen zu dienen, und dass auch diesen die darin enthaltenen Anweisungen zu Nutz und Frommen gereichen mögen. Allerdings muss ausdrücklich darauf hingewiesen werden, dass nicht alle Fälle der Zuckerharnruhr die gleiche Diät bedingen, wo aber vom Arzt die strenge Enthaltung zuckerbildender Stoffe verordnet wurde, dort vermag es ein Jeder, mit nur einiger Willensstärke und durch Befolgung der in diesem Buche gegebenen Anleitungen sich der anfänglich schwer scheinenden Entbehrung zu unterwerfen. Dieselbe wird dann bald nach Eingewöhnung in die neue Lebensweise nicht mehr als solche empfunden, die erzielte Besserung im Befinden jedoch wird Veranlassung sein, immer treuer auszuharren in der Erfüllung der gegebenen Vorschriften bis zu der ja möglichen vollständigen Gesundung, welche ich hiermit von Herzen allen an dieser Krankheit Leidenden wünsche.

Wien, Herbst 1896.

Die Verfasserin.