

Feuilleton.

Zur Frage nach der Schädlichkeit des Kaffees.

Von Prof. Dr. Erich Harnack.

Der Kampf, der gegen die verbreitetsten Genußmittel des Menschen geführt wird, bildet eine eigenartige Signatur unserer Zeit, der Zeit, die man überhaupt der gesteigerten Genußsucht so gerne und wohl nicht ganz mit Unrecht zu zeihen pflegt. Ganz hat es freilich an jenem Kampfe zu keiner Zeit gefehlt, aber man gewinnt heutzutage doch den Eindruck, als ob entweder die Menschheit im Durchschnitt solche Genußmittel in allzu starkem Uebermaß konsumierte oder als ob sie sie nicht mehr recht zu vertragen vermöchte. Vielleicht ist auch beides zugleich zutreffend. Als der Streit um die alkoholischen Getränke mächtig entbrannte, da riet ein großer Teil der für die Totalabstinenz Agitierenden dringend an, die Kaffee- und Teebuden im Lande zu vermehren, und jetzt geht es — *incende quod adorasti* — den coffeinhaltigen Getränken an den Leib; was vor kurzem noch empfohlen wurde, wird jetzt in den Bann getan, und als Ergebnis scheint sich die Tatsache herauszustellen: das Coffein ist im Grunde ein viel schlimmeres Gift als der Alkohol! Das könnte man a priori schon daraus schließen, daß der Alkohol unseren Nährstoffen, den Kohlehydraten, nahe steht und in unserem Körper leicht verbrannt wird. Jener Satz hat auch in der Tat eine gewisse, mindestens theoretische Berechtigung, worauf schon mein einstiger Assistent Dr. J. Starke³⁾ in seinem sehr lesenswerten, wenn auch nicht ohne eine gewisse Einseitigkeit verfaßten Buche hingewiesen hat. Zwar ist die Alkoholfrage für die Menschheit wichtiger als die Kaffeefrage, und der Kampf gegen

1) Zeitschrift für diätetische und physikalische Therapie Bd. 7.

2) Die „Ozet“-Bäder sind zu beziehen von L. Elkan, Berlin O., Raupachstraße 12.

3) Starke, Die Berechtigung des Alkoholgenusses. Stuttgart 1905. — Es ist das einzige mir bekannte, von einem Mediziner geschriebene Werk, das sich die Mühe nimmt, die Frage nach dem Nutzen des mäßigen Alkoholgenusses zu beantworten, und zwar sowohl auf Grund der Erfahrung als der wissenschaftlichen Analyse der Alkoholwirkung in niederen Graden. In bezug auf den letzteren Punkt halte ich allerdings die Auffassung von Starke für eine etwas einseitige insofern, als er die lähmenden Wirkungen kleinerer Alkoholdosen lediglich als scheinbare, indirekte, als selbstverständliche Folgen der exzitierenden Wirkungen aufzufassen geneigt ist. Gegen diese Auffassung läßt sich doch so manches einwenden, und ich glaube an der Gleichzeitigkeit der lähmenden und exzitierenden Wirkungen festhalten zu müssen. — Das ebenfalls vor kurzem erschienene, den Alkohol rechtfertigende Buch von Cluss (Die Alkoholfrage. Berlin 1906) läßt neben manchem sehr Gelungenen doch in seinem physiologisch-pharmakologischen Teile erkennen, daß es nicht von einem Mediziner verfaßt worden ist. (Vgl. auch Deutsche medizinische Wochenschrift 1906, No. 44, S. 1799.)

die geistigen Getränke wird weit mehr im Interesse der sozialen und öffentlichen Hygiene, der Kampf gegen Kaffee und Tee dagegen in dem der privaten Diätetik geführt. Richtig ist jener Satz aber insofern, als bei „mäßigen“ Genüsse Giftwirkungen des Coffeins sich eher und schädlicher geltend machen können, als solche des Alkohols, den unter allen Umständen als ein „Gift“ zu bezeichnen doch geradezu gedankenlos ist. Freilich verführt der Alkohol leichter zum unmäßigen, direkt schädlichen Genüsse, als es Kaffee und Tee tun, bei denen solches jedoch auch nicht allzu selten vorkommt. Wichtig ist aber vor allem, daß schon bei schwacher Alkoholwirkung die Haut blutreicher wird und die Eingeweide etwas entlastet werden können, während bei der Coffeinwirkung leicht das Gegenteil eintritt, die Eingeweide stärker gefüllt werden, die Haut blutleerer und blaß wird. Daher hat man, wie Starke nicht mit Unrecht ausführt, instinktiv Rum zum Tee und Kognak oder Kirsch zum Kaffee genommen. Alkohol und die coffeinhaltigen Getränke wirken eben nach gewissen Richtungen hin als Antagonisten, z. B. auch in bezug auf die einschläfernde und schlafverschleichende Wirkung. Schon bei der Verbreitung des Kaffeegenusses in Arabien — wohin er zuerst von Abessinien und Aethiopien aus importiert wurde — wird berichtet, daß die Derwische das Getränk besonders schätzen lernten, weil sie sich dadurch für die Gottesdienste wach erhalten konnten.

Wie sehr die Genußmittelfrage heute im Vordergrund des allgemeinen Interesses steht, ergibt sich schon aus den von Zeit zu Zeit angestellten Enquêtes. Nachdem bereits vor Jahren eine Rundfrage über den Tabak¹⁾, vor kurzem eine solche über die geistigen Getränke²⁾ veranstaltet worden, hat neuerdings Dr. Röttger³⁾ über die Schädlichkeit der coffeinhaltigen Genußmittel eine Umfrage, und zwar hauptsächlich bei Aerzten, angestellt. Die zahlreich eingegangenen Antworten sind dann von dem Urheber sachlich geordnet zusammengestellt worden, doch sind vorläufig die Namen der Antwortgeber im einzelnen nicht genannt, abweichend von der Veröffentlichung der beiden Enquêtes über Tabak und Alkohol. Es ist nicht zu leugnen, das Ergebnis läßt insbesondere den Kaffee als peinlich Angeklagten, ja im Grunde genommen schon als Verurteilten, erscheinen. Indes muß man andererseits doch erwägen, daß das Resultat aus verschiedenen Ursachen nur ein einseitiges sein konnte. Es wird eben bei solchen Rundfragen, worauf ich schon bei der Alkoholenquete hingewiesen habe, fast immer nur die leichter zu beantwortende Frage der Schädlichkeit, nicht die viel schwerer zu beantwortende nach dem Nutzen des Genußmittels (den man wohl stillschweigend voraussetzt), aufgeworfen, und schon deshalb kann sich aus den Antworten nur ein einseitiges Bild ergeben. Aus einer Umfrage über die Schädlichkeit des Fleischgenusses würde sich z. B. auch nicht ergeben, wie wertvoll und nützlich uns der Fleischgenuß im allgemeinen ist und daß der Gesamtnutzen den eventuellen Schaden weit überwiegt. Freilich ist der Kaffee ein Genußmittel, aber ein solches soll doch auch nützen, und es wäre schlimm, wenn der „Genuß“ unter allen Umständen Schaden brächte. Daß er Schaden kann, ist leider nicht zu leugnen, und es ist bekanntlich eine der ersten Regeln der Gesundheitslehre, den Menschen Vorsicht im Genuß zu predigen.

Einseitig ist das Ergebnis auch insofern, als hier die Frage nach der Temperatur der coffeinhaltigen Getränke ganz außer acht geblieben ist. Das Thema: kalter Kaffee und Tee ist aber ein ganz besonderes für sich, und es unterliegt wohl keinem Zweifel, daß speziell die oben erwähnte Wirkung des Coffeins auf die Blutverteilung, die auch mit der diuretischen Wirkung des Mittels (Füllung der Nierengefäße) in Zusammenhang steht, durch die hohe Temperatur der genossenen Getränke gesteigert werden kann. Bei Bleichsucht sowohl wie bei Plethora ist daher kalter Kaffee sicherlich minder schädlich als heiß genossener⁴⁾. Ein weiteres wichtiges Thema ist der Kaffee beim Militär, im Felde, während des Krieges! Hier hätten sich einmal erfahrene Offiziere und Militärärzte aussprechen sollen, da diese Frage die eingehendste Berücksichtigung verdient.

In pharmakologischer Hinsicht hat das durch die Umfrage zusammengebrachte Material eigentlich nichts Neues ergeben, weder in betreff des Details der Coffeinwirkungen, noch in bezug auf die sehr wichtige Frage, ob das Coffein der einzig wirksame resp. giftige Bestandteil sei. In dieser Hinsicht hätte die sehr bemerkens-

werte Arbeit von Erdmann¹⁾ über die Wirkungen des Furfuralkohols im Kaffeeöl nicht unbeachtet bleiben dürfen²⁾. Praktisch ist die obige Frage namentlich auch für die Beurteilung der Kaffeeersatzmittel von Bedeutung. So haben neuere Untersuchungen von Pincussohn³⁾ u. a. ergeben, daß der Kaffee die Magensaftsekretion steigert. Dasselbe bewirkt der fettarme Kakao, weit weniger der fettreiche, während Tee die Sekretion hemmt. Dagegen kommt dem Malzkaffee die gleiche sekretionssteigernde Wirkung zu, die demnach auch im Bohnenkaffee schwerlich eine Wirkung des Coffeins sein kann.

Etwas reicher, wenn auch nichts wesentlich Neues bietend, ist die Ausbeute der Umfrage in toxikologischer Hinsicht. Akute Vergiftungen durch Kaffee etc. werden bei gesunden Individuen sehr selten lebensgefährlich, schlimmer können chronische sein. Jedenfalls kommen tödliche akute Coffeinvergiftungen ungleich seltener vor als entsprechend endende akute Alkoholvergiftungen. Das ist eine sehr bemerkenswerte, aber nicht erst durch die Umfrage festgestellte Tatsache.

In diätetisch-klinischer Beziehung lautet das Fazit: Tee ist relativ weniger schädlich als Kaffee; von letzterem schadet selbst mäßiger Genuß den Kindern, Blutarmen, Nervösen und Herzleidenden, sowie auch der ärmeren Bevölkerung, weil er bei dieser durch übertriebenen Konsum leicht eine Unterernährung begünstigt. Daß trotzdem der Kaffee kein Sparmittel für den Stoffumsatz ist, was der Alkohol als Brennmaterial⁴⁾ doch ist, das hat bereits Voit⁵⁾ vor langen Jahren nachgewiesen. Irgendwie überraschend in den diätetischen Tatsachen und praktischen Beobachtungen ist also das Ergebnis der Umfrage eigentlich nicht. Man hat das so ziemlich schon vorher gewußt.

Von Ersatzmitteln, besonders für den schlimmeren Kaffee, ist ein reiches Verzeichnis bis zur Frucht der deutschen Eiche und Roßkastanie hinab zusammengestellt, in dem der Kakao einigermaßen an der Spitze steht. Er enthält zwar selbst ein Gift, aber ein gelinderes, verleitet auch fast nie zum übermäßigen Konsum, so daß man von Kakaovergiftungen nicht reden kann.

Eine Aufklärung von Aerzten und Laien über die Eigenart und eventuelle Schädlichkeit unserer verbreitetsten Genußmittel ist natürlich höchst erwünscht, nur darf eine solche nicht zu einseitig werden und soll dem Umstand Rechnung tragen, daß die Menschheit auch ein Recht auf „Genuß“ hat. Daß man die Schattenseiten des Kaffees zeitweilig zu wenig betont hat, besonders dem Alkohol gegenüber, ist allerdings nicht zu leugnen, und insofern kann man die Anregung jener Umfrage immerhin dankbar begrüßen.

Seit der Einführung und Verbreitung des Kaffees hat es ihm an Lobrednern wie an Gegnern zu keiner Zeit gefehlt. Von Virchow stammt das Verdikt her, die Kaffeeschwestern und Teebrüder unterlägen im Grunde keiner minder verwerflichen Leidenschaft als die Schnapstrinker. Das mag übertrieben sein; denn der Alkoholdämon ist unstreitig der allgemein-gefährlichere. Im Orient zuerst verbreitet, lief der Kaffee einmal beinahe Gefahr, den Anhängern Mohameds verboten zu werden. Als ein ägyptischer Gouverneur eine große Versammlung von Aerzten, Rechts- und Gottesgelehrten berief, um auf deren Gutachten hin den „berauschenden“ Kaffee den Jüngern Mohameds ganz zu untersagen, da gab der Sultan von Kairo den folgenden drastischen Bescheid: „Eure Doktoren sind samt dem Emir alle Esel! Unsere Aerzte und Schriftgelehrten in Kairo, deren Einsicht größer als die Eure ist, erklären den Kaffee für ein gesundes und erlaubtes Getränk, welches keinem Sohn des Propheten den Verlust des Himmels bringen wird.“ Sehr anders urteilt die bekannte Elisabeth Charlotte (Lieselotte) von Orléans, eine geborene kurpfälzische Prinzessin, wenn sie aus Paris an ihre Schwestern schreibt: „Der Kaffee ist nicht so nötig vor Pfarrer als vor katholische Priester, so nicht heiraten dürfen, denn er soll keusch machen (!) — — — nichts ist ungesünder in der Welt, und alle Tage sehe ich Leute hier, die es quittieren müssen, weil'n es ihnen große Krankheiten verursacht — — — ich bin also verwundert, wie so viele Leute den Kaffee lieben, der einen so bitter üblen Geschmack hat; ich finde, daß er eben schmeckt wie stinkender Atem.“

Es war eine orientalische Ueberlieferung, daß der Kaffee etwa „nach Art des Kampfers“ auf die sexuellen Funktionen sedierend wirke. Heute erklärt man ihn für ein Aphrodisiacum, da das Coffein

1) Für und wider den Tabak. Aussprüche deutscher Zeitgenossen etc. Berlin 1890. — 2) Mäßigkeit oder Enthaltbarkeit? Eine Antwort der Deutschen medizinischen Wissenschaft etc. Veröffentlicht von Prof. C. Fränkel. 1903. Mäßigkeitsverlag, Berlin. — 3) Dr. W. Röttger, Genußmittel — Genußgifte? Betrachtungen über Kaffee und Tee auf Grund einer Umfrage bei den Aerzten. Vorwort von Professor Eulenburg. Berlin 1906. — 4) Wenn die bekannte populäre Redensart vom „kalten Kaffee“ überhaupt irgend einen Sinn haben soll, so ist es wahrscheinlich der, daß für Bleichsüchtige der Genuß heißen Kaffees entschieden nachteiliger ist.

1) E. Erdmann, Beitrag zur Kenntnis des Kaffeeöls und des darin enthaltenen Furfuralkohols. Halle 1902. Archiv für experimentelle Pathologie und Pharmakologie, 1902. Bd. 48, S. 233. — 2) Das der Broschüre von R. beigegebene Literaturverzeichnis läßt überhaupt viel zu wünschen übrig: es ist nicht nur ungleichmäßig und ungenau, sondern auch nicht frei von Fehlern. So wird z. B. ein Werk von Lewin zugleich auch irrtümlich unter dem Autornamen Binz genannt. — 3) Pincussohn, Münchener medizinische Wochenschrift 1906, No. 26. — Daß der Genuß von Kaffee nach reichlichen Mahlzeiten etc. besonders beliebt ist, wird durch die obige Tatsache natürlich zum Teil verständlich gemacht. — 4) Vgl. Harnack und Laible, Archiv. international. de pharmacodynam. 1905, Bd. 15, S. 371. — 5) Voit, Untersuchungen über den Einfluß des Kochsalzes, des Kaffees etc. auf den Stoffwechsel. München 1860.

das Rückenmark reize! Wer hat recht? Vielleicht wirkt der Furfuralkohol darin gerade entgegengesetzt, dessen ziemlich stark toxische, und zwar lähmende Wirkungen sich aus den oben erwähnten Untersuchungen von Erdmann ergeben haben.

Als im Jahre 1720 das erste deutsche Kaffeehaus, genannt „zum Kaffeebaum“, zu Leipzig in der kleinen Fleischergasse errichtet wurde, soll August der Starke hier von einer Tasse Kaffee so befriedigt gewesen sein, daß er über der Haustüre das Steinbild des kaffeetrinkenden damaligen Türkensultans Mohamed IV. anbringen ließ. Es soll noch heute vorhanden sein. Andererseits belegte man den Kaffee mit hohen Steuern, man verbot ihn teilweise in Deutschland, bestrafte die Uebertreter mit Geldbußen, ja sogar mit Stockprügeln, aber alles vergebens! Der große Friedrich machte den Kaffee zum Monopol, wollte ihn anfänglich ganz verbieten, aber die höheren Stände lehnten sich dagegen auf. In Preußen erhielten damals nur Adlige, höhere Beamte und Geistliche die Erlaubnis, sich ihren Kaffeebedarf eigenhändig zu brennen, wofür sie sogenannte Brennscheine lösen mußten. Aus dem Munde des greisen Voltaire wird der Ausspruch berichtet, daß, wenn der Kaffee ein Gift sei, er doch nur ein langsam wirkendes sein könne.

Das sind nur einige Proben, um darzutun, wie das Charakterbild des Kaffees in der Geschichte schon geschwankt hat.

Es gibt in der gesamten Pharmakologie kaum ein schwierigeres Kapitel, als eine erschöpfende und nach allen Richtungen hin zutreffende Analyse der Wirkungen unserer verbreitetsten, die Welt und den Weltmarkt im wahren Sinne des Wortes beherrschenden Genußmittel, denen zuliebe die Menschheit enorme, auch pekuniäre Opfer bringt. Ich vermag über die Schwierigkeit zu urteilen: habe ich doch vor bald 30 Jahren als angehender Dozent mit einer Vorlesung über die Genußmittel des Menschen debütiert und seitdem den Gegenstand unausgesetzt im Auge behalten. Erst wenn jene Aufgabe wirklich gelöst sein wird, werden wir den richtigen Standpunkt für die Beurteilung gewinnen und uns vor Unter- wie Ueberschätzung jener Mittel zu hüten wissen. Es zeigt sich eben auch hier wie auf therapeutischem Gebiete, daß man mit der Erfahrung allein nicht zum Ziele kommt. Man hat ja Erfahrungen machen können, durch Jahrhunderte und millionenfach, und doch die ganz verschiedene Wertschätzung! Der eine genießt's und lobt's, der andere verdammt's und möchte alle Genußmittel womöglich in die Apotheke sperren, wo liegt die Wahrheit? Vorläufig kommt unser Urteil immer noch nicht über den trivialen Satz hinaus: Eines schickt sich nicht für Alle!
