

Dieses Kurzreferat wurde im wesentlichen nach dem lesenswerten Buch „Die Weinapotheke“ von Elmar M. Lorey (Hallwag Verlag; Bern und Stuttgart; 1997) und dem sehr interessanten Werk „Täglich Wein“ von Nicolai Worm (Hallwag Verlag; Bern und Stuttgart; 1997) zusammengestellt.

„Als der Wein noch vom Arzt verschrieben wurde“

Zuerst prinzipielles zum Wein

Wein, botanisch: *Vitis vinifera*, fand man schon in Ablagerungen aus der Übergangszeit Kreide/Tertiär, also vor 80 Mio a, zu einer Zeit als vom *Homo sapiens* noch nichts zu sehen war. Aus dem Tertiär, also nur ein paar Mio a später kennt man schon zahlreiche Sorten.

Wein, also vergorener Rebsaft, wurde in Tongefäßen nachgewiesen, die in der Provinz Honan in 9 000a alten Gräbern gefunden wurden.

Aus der Zeit 7000 v. Chr. weiß man sicher, daß man Traubensaft zu Wein verarbeiten konnte. In Siedlungen 2 000 v. Chr. in oberitalienischen Gebieten wurde regelmäßig Rebsamen gefunden.

Wie sind die Menschen wohl auf die Weinzubereitung gekommen? Der griechische Schriftsteller PLUTARCH, der um 100 v. Chr. lebte, berichtet von einer interessanten Sage aus dem alten Ägypten: >So soll dem Glauben der damaligen Bevölkerung der Wein aus dem Blut derer stammen, die gegen die Götter sich auflehnten und besiegt wurden. Dabei vermischte sich ihr Blut mit der Erde des Bodens, woraus dann der erste Rebstock wuchs. Der Gott Osiris baute davon die ersten Weinpflanzen an. Der daraus gegorene Wein war die einzige Speise der Götter.<

Auch in der Edda findet sich ein bemerkenswerter Hinweis auf den Wein: >Doch nur vom Wein lebt der waffengewaltige Odin immer.<

Welche Bedeutung reiner Wein schon im Mittelalter hatte, beweist dies: "Der Mainzer Kurfürst Ulrich von Gemmingen, er lebte um 1500, soll seinen Küfer eigenhändig erschlagen haben, als er ihn bei unerlaubten Weinmanipulationen erwischte.

Lange Zeit betrachteten die Ärzte und Heilkundler den Wein als einen wichtigen Bestandteil ihrer Arzneien, und diese Art der Anwendung reichte noch bis ins 19.Jh.

Die Wurzeln dieses Wissens gehen weit in die Antike zurück. Schon HIPPOKRATES (um 400 v.Chr.) und GALENUS (um 200 v.Chr.) waren der Ansicht, daß der Wein eher als Arznei, denn als Getränk zu betrachten sei.

So ist unser „Prost“ oder „Prosit“ ein medizinischer Fachbegriff der damaligen Zeit und leitet sich vom lateinischen „prodesse = nützen“ ab und wurde im alten Rom als Wunsch für die eingenommene Medizin verwendet. Für PLUTARCH (um 100 v.Chr.) war der Wein „unter den Getränken das Nützlichste, unter den Arzneien das Süßeste und unter den Speisen das Angenehmste“.

Von den babylonischen und assyrischen Heilkundigen war bekannt, daß für sie der Wein als Medizin unverzichtbar war, sowohl als als Grundlage ihrer medizinischen Mittel, als auch in reiner Form.

Der reine Wein, vor allem wenn er aus einer ganz bestimmten Region und auf einem geeigneten Boden wuchs, galt jahrhundertlang als Medikament, neben dem breiten Kräuterangebot.

Auch die heute vielzitierte HILDEGARD von BINGEN (1098-1179) nennt den Wein „das Blut der Erde“ und sie rühmt „ein Wein von der Rebe, im Falle er rein ist, macht dem Menschen ein gutes und gesundes Blut“. In vielen ihrer Zubereitungsvorschriften wird der Wein als Grundsubstanz für diverse Kräuterauszüge eingesetzt.

Interessant ist auch, daß unser Wort „Kaffee“ sich von dem arabischen Wort „kahwa“ ableitet, das ursprünglich „Wein“ bedeutete, ein Hinweis auf die früher weit verbreitete Anwendung auch im Orient.

Aber schon früh gab es Gegner des Weinkonsumes, die es allerdings, vor allem im frühen Mittelalter, schwer hatten. Damals wurde noch propagiert, daß 1 bis 2 Räusche pro Woche eine reinigende Wirkung auf den Organismus hätten und deshalb durchaus empfehlenswert sein.

Der Wein hatte über lange Zeit ganz prominente Fürsprecher bis weit ins 19. Jh. hinein. So u.a. den Mainzer Weihbischof VALENTIN HEIMES (1741-1806), der selbst täglich 4 bis 6 Maß Wein trank. Er nannte dies „einen persönlichen Gnadenerweis Gottes.“

Für PARACELSUS (1493-1541) war der Wein ein Universalmittel, mit dem fast jede Krankheit erfolgreich behandelt werden konnte. Für ihn war der Wein ein „erwärmendes“ Mittel, das ein „feuchtes und kaltes Temperament erfrischt und zusammenzieht“.

Eine wichtige Rolle spielte früher bei den meisten Verordnungen auch die Astrologie. Sie nahm aber gern die „Hilfe“ des Weins in Anspruch. So verordnete im Jahre 1327, als eine Sonnenfinsternis bevorstand, der kaiserliche Arzt REMBOL dem Erzbischof von Mainz zum generellen Schutz vor der Verzauberung durch die Planeten eine gründliche Weinkur und zwar vor Sonnenaufgang und nochmals bei Sonnenuntergang. Damit war der „Dämmerschoppen“ erfunden, dem auch wir noch heute huldigen. In Weingegenden gilt vielerorts noch heute „bei Sonnenuntergang wird entkorkt!“

Als man vor ein paar Jahren in Weissenburg die Einhorn-Apotheke renovierte, fand man ein Rezept aus alter Zeit mit der lapidaren Anweisung „Marie Kraft bedarf einer Flasche Deidesheimer!“

Und noch 1990 klagte ein Würzburger Apotheker gegen das Verkaufsverbot für seinen guten Bocksbeutel, den er mit „Frankenwein ist Krankenwein“ anbot - allerdings vergeblich.

Bis weit ins 19. Jh. hinein war Wein als Medizin unumstritten. Der Nürnberger Stadtmedikus WALTER RYFF (gest. 1562) schrieb schon in seinem „Neuen Kochbuch für Kranke“ aus dem Jahre 1545 um Mißbrauch vorzubeugen „soll man ohne den Rath eines erfahrenen Arztes den Wein nit also reichlich zue lassen“.

Noch früher, nämlich im Jahr 1321 bei der Schenkung des ersten Weinberges an das Würzburger „Bürgerspital“ hatte der Stifter bestimmt, daß für die Heimbewohner täglich Frankenwein zur „Labung und Stärkung von Leib und Seele“ zu verabreichen sei. Das war auch 1871 noch ein wichtiges Anliegen bei den fränkischen Hospitäler. So kennt man aus diesem Jahre eine Statistik vom Darmstädter Elisabeth-Hospital, wo innerhalb eines Jahres für 755 behandelte Patienten 4633 Flaschen Weißwein und 6233 Flaschen Rotwein verordnet worden waren und auch konsumiert wurden

Im Küchenbuch eines unbekanntes Autors aus dem Jahre 1531 ist zu lesen „Wein, messiglich genutzt, macht lebendig und erquicket natürliche Wärm, verdaut die Speis, treibt alle Überflüssigkeit zum Stuhlgang, reinigt die Natur von Dünsten und Unreinigkeiten und Cholera, adelt das Blut, stärket das Hirn, klärt die Augen, schärft die Sinn und Vernunft des Menschen, macht schön lautere Farb.“

Vom Erfinder der „Hoffmann's-Tropfen“ FRIEDRICH HOFFMANN (1660-1742), seines Zeichens Hofarzt der preußischen Könige FRIEDRICH I. und FRIEDRICH WILHELM I., ist bekannt, daß er die Heilwirkung besonders der Rheingauer Weine schätzte. Von ihm gibt es eine Kurverschreibung, bei der man mit 1½ Liter Wein pro Tag begann und langsam im Verlauf der Kurwochen auf 6l steigerte.

Noch 1803 nennt der Hallische Professor HORN in seinem „Handbuch der praktischen Arzneimittellehre“ den Wein als wirksamstes Arzneimittel überhaupt.

In diesem Jahre promovierte ein ENGELHARDT KELLER an der Würzburger Universität noch mit der Arbeit „Der Wein überhaupt und der Frankenwein insbesondere als Heilmittel“.

Während des Krieges 1870/71 therapierte der Militärarzt LÜCKE im Lazarett bei Darmstadt die Verwundeten erfolgreich mit Cognac, Portwein und Champagner.

Aber auch in der Tiermedizin spielte bis ins 19. Jh. Wein eine wichtige Rolle bei der Behandlung erkrankter Tiere. So kann man einer Rechnung aus dem Jahre 1860 entnehmen, daß dem erkrankten Gemeindegemeindebullen von Niederwaldfurth aus dem Rheingau vom 27. September bis zum

10. Oktober täglich 1½ Schoppen Rheinwein eingegeben wurden und dann war er genesen!

Der wohl letzte Weintherapeut, der Arzt, Maler und Winzer FERDINAND von HEUSS veröffentlichte noch 1906 eine Studie mit dem Titel „Winzer und Weingesetze“. Er wettete darin über die anstehenden, verschärfenden Weingesetze und stellte dem eigene „Weinbehandlungserfolge“ gegenüber. So hatte er sich selbst 1884 während der Typhus-Epidemie mit 80 Flaschen Bodenheimer, Jahrgang 1868 erfolgreich kuriert und eine Frau mit einer schweren Unterleibskrankheit, die von Kollegen bereits aufgegeben worden war, mit 120 Flaschen seines Rheinweines der Jahrgänge 68, 75, 95 und 97 die er ihr innerhalb von 3 Wochen verabreichte, wieder auf die Beine geholfen, ohne daß es zu einem Leberschaden gekommen wäre. Er war es auch, der gegen die damals um sich greifende Unart den Wein mit Rübenzucker zu versetzen, wettete. Er sagte: „Nur Naturwein könne heilende Kräfte entwickeln“.

Der Assmannhauser Arzt und Winzer STEPHAN OELLERS (1832-1908), der bis 1908 ordinierte, zog es vor statt Tropfen, Pulver und Pillen, Wein von besten Lagen und Jahrgängen zu verschreiben. Sein „Weinrezeptbüchlein“ ist leider verschollen.

Viele französische Ärzte sind noch heute Anhänger einer moderaten „Weintherapie“. Sie konnten beweisen, daß z.B. bei Vergiftung durch Digitalis (Fingerhut) und Belladonna (Tollkirsche) mit Weininjektionen der beste Heilungserfolg erzielt werden konnte. Das könnte auch erklären, warum im 17. und 18. Jh. einige Ärzte mit ihrer Weintherapie bei vergifteten hochgestellten Persönlichkeiten so erfolgreich waren. In Frankreich ist noch 1990 ein Buch zur „Weintherapie“ erschienen!

Wie ist es nun bei Uns?

Dr. NICOLAI WORM, Jahrgang 1951, ist im deutschen Sprachraum ein anerkannter Ernährungswissenschaftler, der in München und Giessen u.a. Medizin studierte. Sein Forschungsschwerpunkt liegt im Bereich „Ernährung und Herzinfarkt“. Er ist besonders durch seine kritische Hinweise bei der Cholesterin-Diskussion auch international bekannt geworden. Er lehrte an der Uni Innsbruck und an der Trainerakademie Köln und ist einem breiten Publikum durch seine Fernsehauftritte bekannt.

Er brachte 1996 das Buch „Täglich Wein“ heraus, das 1997 bereits die 4. Auflage erlebte. Demnach gibt es seit 1979 zunehmend wissenschaftliche Arbeiten, die einen Zusammenhang zwischen Weinkonsum und niedrigeren Herzinfarktquoten nachweisen, wesentlich signifikanter als der Zusammenhang zwischen Fett und Herzinfarkt. Er ersetzt gerne den Ausspruch „in vino veritas“ durch „in vino sanitas“.

Er verweist dabei auch auf historische Persönlichkeiten, wie z.B. den Apostel PAULUS, der an TIMOTHEUS schrieb: „Trinke nicht mehr Wasser, sondern brauche ein wenig Wein, um deines Magens willen und weil du so oft krank bist.“

Bemerkenswert ist die veränderte Einstellung in neuerer Zeit der amerikanischen Gesundheitsbehörde, die als besonders restriktiv gegenüber Alkohol gilt.

Im Januar 1996 gibt es da die Verlautbarung, „daß täglicher moderater Konsum von Wein der Gesundheit förderlich sein kann“.

Weltweit gilt heute bei vielen Ernährungswissenschaftlern: „Regelmäßig, aber mäßig genossen, kann der Weinkonsum einer der Schlüssel zu einem längeren und gesunden Leben sein.“

Diese Ergebnisse sind in sehr aufwendigen Studien in verschiedenen Ländern zusammengetragen worden. Nach diesen Untersuchungen gilt: >Daß Alkohol in maßvoller Dosierung zugeführt, vorbeugend wirkt gegen Gallen und Nierensteinen, die Knochendichte erhöht, bei Erkältungs- und bestimmten Rheumaerkrankungen positiven Einfluß hat und sogar die Gehirnleistung beim Älterwerden besser erhalten bleibt.<

Noch immer wird aber von den Alkoholgegnern damit gewarnt, daß der Vorteil moderaten Alkoholgenusses mehr als ausgeglichen wird durch die breite Palette der Risiken. Damit setzen sich diese Gegner allerdings in fast skrupelloser Weise gegen die fundierten wissenschaftlichen Erkenntnisse. WORM meint, daß für diese Kritiker wichtiger ist, oft aus mediensüchtigen Gründen, lieber am Dogma und an Spekulationen festzuhalten, als nüchterne wissenschaftliche Daten sprechen zu lassen.

Nun ist es aber nicht egal in welcher Form man Alkohol konsumiert. Der Waliser Forscher ST. LEGER hatte schon 1979 herausgefunden, daß bei Weinkonsumenten die niedrigsten Herzinfarkttraten auftraten, für Spirituosen stand nur ein geringer positiver und für Bier ein gering niedriger Effekt an. Dieses Ergebnis wurde in aufwendigen amerikanischen Studie 1994 voll bestätigt. Noch im gleichen Jahr kam eine schottische Untersuchungen zum gleichen Ergebnis..

Es wäre nun an der Zeit zu erzählen, welche Inhaltsstoffe des Weines diesen gesundheitlichen Effekt bewirken, aber das würde diesen Rahmen sprengen. Bevor ich nun auf die sicherlich allgemein interessierende Frage nach dem Quantum eines moderaten Genusses eingehe, möchte ich noch auf eine besondere Eigenheit des Weißweines hinweisen. Eine amerikanische Forschergruppe hatte herausgefunden, was die alten Griechen und Römer auch ohne Studie schon wußten, daß man mit Weißwein der gefürchteten „Reise-Diarrhoe“ vorbeugen kann. Selbst bei einer Verdünnung mit Wasser, ist er beim Abtöten der verursachenden Bakterien wirkungsvoller als eine Reihe bekannter Medikamente und sogar besser als die eigene Magensäure, auch bei unverdünntem Zustand. Allerdings wird der beste Erfolg im Einklang mit ausreichend vorhandener Magensäure erreicht

Also was ist nun moderater Weingenuß?

1 Liter 12,5%-iger Wein enthält pro Liter 100g reinen Alkohol, ein „Viertele“ also 25g Alkohol Alkohol wird bereits im Mund etwas resorbiert und dann im Magen, vor allem wenn er leer ist, (also vernünftig dazu essen!). Der Rest wird im Dünndarm aufgenommen.

Menschen mit gut funktionierendem Alkoholabbau - es gibt riesige Unterschiede - können zwischen 5% und 20% schon im Magen abbauen, also bevor er ins Blut übergeht. Verantwortlich für diesen Abbau ist vor allem ein Enzym (ADH = AlkoholDeHydrogenase), das bei Frauen in geringerer Konzentration als bei Männern vorkommt.

Normalerweise kann ein gesunder männlicher Körper von ca. 80kg pro Stunde 10g Alkohol abbauen, vorausgesetzt es wurde pro Stunde keine größere Menge zugeführt, also langsam trinken! Denn sind es größere Mengen, so tritt ein Abbau-Verzögerungseffekt auf, der nicht unterschätzt werden darf.

Bei diesen Betrachtungen von gesundheitlich relevanten Mengen darf man das nicht mit den gesetzlichen Alkoholgrenzen gleichsetzen.

Denn ein gesunder Mann darf bis zu 32g Alkohol pro Tag und eine gesunde Frau bis 24g Alkohol konsumieren, das wären für eine Frau ein Viertele und für den Mann eineinhalb Viertele 12,5%-igen Wein. Bei diesem Konsum sind Leberschäden auf jeden Fall auszuschließen.

Im Endeffekt geht es beim Weintrinken aber immer um den eigenverantwortlichen Umgang mit dem Alkohol. Ob auch größere Mengen gesundheitlich tolerabel sind, muß jeder für sich selbst herausfinden.

Nicht erwähnt habe ich die vielen Mixturen, die Kräuterweine und Ähnliches, die früher allgemein üblich waren und noch heute weit verbreitet sind. Das ist zwar auch sehr interessant, aber ich habe mich in diesem Kurzreferat für den reinen Wein entschieden.