

Heinz Bensberg  
Schillerstraße 5  
57271 Hilchenbach  
Telefon: 02733/61943  
Handy: 016095558159  
E-Mail: [h.bensberg@t-online.de](mailto:h.bensberg@t-online.de)

Dahlbruch, im Mai 2024

## **Kaffee trinken ist großes Gift**

Kaffee trinken ist großes Gift behauptet der Arzt Michael Perbez zu Preisburg in einer erschienenen Schrift im Jahre 1850. Seine klaren Worte sind Folgende: „Kaffee ist ein wahres Gift für alle Menschen und ohne Ausnahme schädlich.“ Nicht einmal Alter, Geschlecht oder Temperament können ihn unschädlich machen. Die ganze Anzahl von Krankheiten, welche durch einen Vergiftungsprozess ausgelöst werden, zeigt sich früher oder später beim Gebrauch von Kaffee. Herzklopfen, Schlaflosigkeit, Nasenbluten, Kopfweg, Schwindel und Migräne sind alles gewöhnliche Symptome beim Kaffeetrinken. Aber auch viele andere Krankheiten, zum Beispiel Krebs, Fieber Ausschlag im Gesicht beweisen die Veränderung der tierischen Säfte durch den Gebrauch von Kaffee.

Das Übel findet man gewiss durch das Getränk schnell heraus. Wenn ein Arzt im Begriff ist, das Vertrauen einer Familie zu erwerben erkundigt er sich, ob diese Personen viel oder wenig Kaffeetrinken. Findet er heraus das Alt und Jung ihn viel und stark trinken wird er die Krankenbesuche bei dieser Familie stark reduzieren. Genug Beschäftigung wird er dann bei anderen Familien finden. Dem Kaffeetrinken bei Jung und Alt erkennt man die Verschiedenheit der Krankheiten bei denen, welche trinken und nicht trinken.

Viele Krankheiten traten früher viel weniger auf und waren einfacher zu behandeln. Dem Kaffeetrinken verdankt man es, dass die Epidemien jetzt bösartiger und beherrschender geworden sind. Die bissigen Krankheiten, die jetzt so viel Aderlässe erfordern, die man sonst kaum beachten musste. Ferner das nervöse Fieber, das man früher nicht beachten brauchte und die Summe der ganzen Anzahl von Krankheiten. Daher fährt er fort greift die Pest in der Levante bloß das Volk an und verschont die mäßigen und besseren Muselmänner die als strenger Beobachter des Koran die sich nicht nur des Weines, sondern alles feinere Getränk mit hin auch des Kaffees enthielten.

Unter den Orientalen heißt es ferner, sind die Araber die größten Kaffeetrinker. Daher liegt diese Nation, deren Denker ehemals dem Plato und Aristoteles folgten und deren Ärzte und Astronomen im Mittelalter alle anderen übertrafen, sind jetzt in tiefer Ungewissheit begraben. Der jetzige Kaffee ist es, welcher ihrer geistigen Kräfte gelähmt hat. Die zarten Blüten sind durch die glühenden Strahlen des Kaffees vertrocknet. Das glückliche Arabien, was von der Natur so sehr begünstigt ist, ist gegenwärtig nur von Nomadenhorden bewohnt. Und wem verdankte es diesen elendigen Zustand? Wem anders als dem Kaffeetrinken.

Die merkwürdigste Stelle des Buches ist Folgende: „Wollt ihr das Bild eines Unglücklichen sehen, der in dem Laster des Kaffees ergraut ist, betrachtet Voltairs

Büste. Wollt ihr sehen, welche Richtung seine Ideen durch eine vom Kaffee erhitzte Phantasie genommen haben, so müsst ihr seine Schriften lesen.“

Der Referent seiner *Biblioteca taliana*, den wir hier übersetzt haben, erinnert sich bei dieser übertriebenen Strafpredigt gegen den Kaffee des Advokaten Liguët, der mit dem Hippokrates in der Hand Europa demonstrierte, selbst das Brot sei ein langsam verzehrendes Gift und bemerkt, dass es nach wie vor in Frankreich vielleicht mehr, denn anderswo gegessen wurde. Viele andere aber die dieses lesen, werden in ihrer Verstockung mit Interesse sagen, wenn ich einmal von solchem Gifte sterben muss, will ich mich erst vergiften.

Warum ist Kaffee denn Gift? Sein wichtigster Inhaltsstoff, das Koffein, ist ein bekanntes Gift, das zum Schutz der Pflanzen Insekten betäuben und töten kann. Kaffeersatz wird als Schneckengift eingesetzt. Gesunde erwachsene Menschen sind allerdings deutlich weniger empfindlich. Eine tödliche Koffeindosis von ca. 10 Gramm würde weit mehr als 300 Tassen Espresso entsprechen. Weitere, heute als Vorurteile entlarvte Aussagen haben dazu beigetragen, dass der Kaffee, obwohl er abgesehen vom Wasser das weltweit am häufigsten konsumierte Getränk ist. Seinen schlechten Ruf hat er lange nicht ablegen können. Kaffee erhöht den Blutdruck und den Puls. Es führte zu Herzrasen und Herzstolpern. Er reizte den Magen und machte Sodbrennen. Er war ein Schlafräuber und trocknete den Körper aus und schließlich machte er süchtig.

Wie du deinen Kaffee möglichst gesund zubereitest? Mehrerer Studien zu Folge ist gefilterter Kaffee am gesündesten. Das lag primär daran, dass Schadstoffe die beim Rösten entstehen, nicht in die Tasse gelangen. Diese Stoffe sorgten vor allem dafür, dass der Cholesterinspiegel stieg. Aber keine Sorge, das bedeutet nicht, dass der Kaffee aus der Espressomaschine ungesund war. Filterkaffe ist nur eben ein kleines Stück gesünder und die Vorteile des Getränks können sich am besten entfalten. Am Ende kam es auf die Zubereitung an. Bei einem Espresso lungo fließen die Bitterstoffe die im Kaffeersatz stecken mit in die Tasse. Dem konntest du entgegenwirken, in dem du ihn als Americano zubereitest. Lasse dir einfach einen einfachen, doppelten Espresso in deine Tasse gießen und genieße ihn mit heißem Wasser. Das war es auch schon. Kaffee mit Milch oder Sahne ist schwerer verdaulich und natürlich auch reichhaltiger.

Wie gesund ist Kaffee wirklich? Kaffee ist heutzutage eines der Lebensmittel, das am intensivsten erforscht wird. Es gibt zahlreiche Studien darüber, ob und wie gesund Kaffee für den Körper ist. Nun stellst du dir wahrscheinlich die Frage: Ist Kaffee Gesund? Zahlreiche aktuelle Studien zeigten, dass drei bis vier Tassen Kaffee am Tag sich positiv auf die Gesundheit auswirken können. Kaffeekonsum in Maßen sorgt demnach für ein geringes Risiko an Herz- und Kreislauf Erkrankungen, Schlaganfällen und sogar Leberkrebs. Außerdem vermuten Wissenschaftler ein niedrigeres Risiko für Parkinson, Diabetes, Alzheimer und Depressionen.

Warum schmeckt der Kaffee morgens anders? Wenn sie morgens zuerst Kaffee oder ein anderes Getränk trinken wird ihr Gaumen gereinigt. Wenn sie schlafen, können sich die Bakterien in ihrem Mund vermehren, was zu einem schlechten Geschmack

fürhte, den sie möglicherweise bewusst wahrnehmen oder auch nicht. Heißer Kaffee ist aus vielen Gründen ein großartiger Bakterienreiniger.

Literaturhilfe:

d-journal.ch: Kaffee – Gift oder Medizin

coffeecircle.com: Wie gesund ist Kaffee wirklich?

Intelligens – Blatt vom Freitag den 08.03.1850: Mannichfaltiges. Kaffee ist ein Gift

cafori.com: Wie trinkt man Kaffee am liebsten

conffeeness.de: Warum schmeckt der Kaffee morgens anders?