

病人食物調理法

凡そ各種の病人に食物程大切な事はありません、一方に醫者の藥を浴びる程飲んでも一方で食物の注意を怠ればそれが為めに癒るべき病も急に癒らず、場合に依ると藥の効目を打消して一層病を重くする事もあります、病氣によつては藥を飲まないでも食物療法計りで癒る種類が澤山あります、如何なる病氣も食物の影響を蒙らないものはありません、

然るに我邦の有様は醫師ですらまだ食物療法に注意する人が寡い位ですから素人の家では病人があると何でもお粥か重湯を食べさせて滋養物には玉子と牛乳を其儘與へる計りの様に思つて居ます、玉子や牛乳は病人に悪い譯でありませんが毎日料理法を變へて行かなければ病人が飽きて了ひます、一月も二月もお粥や牛乳計り飲まされては食慾が減じて身體に力が付きません、病人は普通の人よりも食慾が寡いからそれに與へる食物は普通の人に與へるよりも一層美味しく料理しなければなりません、然るに我邦の有様は病人の食物と云ふと何でも味の無い物計りです、病人こそ可哀想ではありませんか、

病人の食物を擇ぶ事は醫師の指圖を受けなければなりません、擇んだ食物を料理する方法は各人が自ら研究しなければなりません、同じ品物でも料理法次第で消化吸収が良くも悪くもなりますし、同じ料理でも味の良いのと悪いのとで病人の食べる分量に大差が出ます、一口に物がよく食べられる病人は大丈夫だと云ふ位で消化力の許す限り多くの滋養分を食べられ、ば病人は衰弱しません、殊に重い病氣や激しい病氣に堪えるのは多く食物の力です、

病人に食物を與へる目的も色々ありまして第一には胃腸病患者の様に消化吸収の良いものを選ぶ事です、第二には病後の快復期や衰弱の豫防の為に滋養物を多く與へる事です、第三には食物の成分を變化させて病氣を癒す事です、譬へば糖尿病には糖分を禁じて肉食を勧めるとか腎臓病には肉食を禁じて菜食を勧めるとか云ふ場合です、第四に

は衰弱した諸機能を奮勵せしめるために興奮性のスープや珈琲の様なものを用ゆる場合もあります、第五には産前産後の様に乳へ影響する食物を擇ばなければならん事もあります、産褥中の母親が少しでも悪い物を食べると當人には何の影響が無くつても小兒が忽ち下痢や便秘を起す様なもので餘程注意しなければなりません、

それから同じ病氣でも第一は年齢によつて食物を斟酌しなければなりません、若い人は新陳代謝が活潑ですから消化力も左程に衰えませんが老人は病氣に罹ると忽ち消化力が衰えますから消化の良いものを與へるのが必要です、第二は體力によつて食物を加減しなければなりません、體力の盛な人と弱い人では食物を消化吸収する力が大層違ひます、第三は體質によつても食物を斟酌しなければなりません、神経質な人と脂肪質の人とは同じ病氣中でも食物の配合を少しづつ、違へるのが必要で、第四は習慣によつても斟酌を加へなければなりません、平生好きな物は少し位不消化物でも病人に何の害を與へない事もありますし、平生嫌ひな物は消化を良く料理しても病人の胃に堪へられない事もあります、切斯う申すと大層六か敷くつて容易に食物を定める事が出来ない様ですけれども此の道理を胸に入れて食道樂の本文に在る通り程と加減に注意すれば大きな間違ひも起りません、平生の食物にも程と加減が大切ですが病人の食物には殊に大切です、

切病人の食物と云つても數限りもありませんが此へ出して置く料理は大概な病人に應用する事が出来ますから病人のある家では必ずお醫者に相談して此の中の孰れが宜いかと云ふ事をお尋ねなさい、お醫者や看護婦も平生此の料理法を研究して置いて病家の人達へ勧める様にしたら必ず病人の幸福になりませう、

第一 重湯

今迄は大病人に必ず重湯を飲ませました、重湯も拵へ方次第で滋養分が違ひます、上等にすると白米一合を洗つて水五合を加へて弱火で氣長に一時間半以上煮なければなりません、以來上つたら水囊で漉して鹽を加へて病人に與へます、その濃さ加減は病人によつて斟酌しなければなりません、

第二 チキンブローの重湯

我邦の大病人はお米の重湯を食べますが西洋ではチキンブローの重湯を用ゐます、チキンブローとは三百目位の雛鶏を骨共に細かく切つて大匙二杯のお米と一緒に五合の水へ入れて鹽を小匙一杯加へて弱い火で三時間以上氣長に煮たものです、

西洋人は風邪でも引くと直ぐ此のチキンブローを食べますが大層身體が温まつて藥りだと申します、大病人には此のチキンブローを漉してその重湯だけ食べさせます、普通の重湯よりは味も良い様ですから病人には好かれませう、

第三 白粥

我邦では重湯の次に多く白粥を用ゐます、是れも上等にするとお米を洗つて直ぐ水と少しの鹽を加へて弱火で氣長に煮なければなりません、磨ぎ置きのお米を強火で炊いたものは味が良く出来ません、

第四 炒米の粥

白粥は粘着性が多くつて胃の悪い病人に適しませんから其時は炒米の粥を用ゐます、是れは西洋風にすると米を洗ひません、先づ麻の布巾の様なもので米をゴシ／＼擦る様に拭いて炮烙か鐵鍋で狐色に炒ります、そこで一合の米へ五合程の水を加へて弱い火で一時間半以上煮ますが七輪で煮ると火を弱くしても水をよく引きます、ストーブでは水を引きません、水の加減は七輪の時と火鉢の時とストーブの時とで一々斟酌しなければなりません、此へは多く七輪やテンピの加減を出して置きます、此の炒米の粥は洗つた米を用ゐても構ひません、

第五 オートミルの粥

西洋には我邦の粥に煮た食物が澤山あります、先づオートミルと云つて燕麥を挽割にした様なものが罐入と袋入とになつて食品屋に来て居ります、それを大匙へ山盛二杯だけ水で一度洗つて水一合を加へて湯煎鍋へ入れます、別に大きな鍋で湯を沸かして其中へ入れて一時間半以上湯煎にします、此時鍋の中のオートミルを掻き廻しては不可ませ

ん、其儘そうつと湯煎にすると柔らかくなりますからそこで鹽を加へて味をつけます、それから裏漉へかえて漉すと舌へ當らない程柔らかくなりますから砂糖を振かけて牛乳をかけて病人に與へます、場合によつては牛乳を用ゐないで砂糖計りでも構ひません、是れは大層味の良いものです、

第六 オートミルのマツシ

是れは前の通りにして裏漉にしないものを食べる事です、略式にする
と湯煎にもしません、鐵鍋へ湯をグラノ、沸立たせて置いて洗はない
オートミルを少しづつ、バラノ、と落しては片手でグルノ、と掻き廻し
皆んな入れて了つたら底へ焦げ付かない様に絶えず掻き廻して居る事
が凡そ四十分位です、それで味を加へて直ぐ食べられますから軽い病
人には是れでも宜いのです、モーターの法は前の晩からオートミルを
水へ漬けて置いて翌朝鍋で掻き廻しながら四十分間煮ても出來ます、
斯う云ふ西洋食品は新しいのと古いので煮える時間が大層違ひますか
ら最初買入れる時よく其品物を選ばなければなりません、新しいもの
は掻き廻しながら煮ると三十分間で柔らかくなります、店晒しになつて居た
様な古いものは四十分間でも柔らかくなりません、其他バレーやロールオー
ツ、或はジャミヤの類も皆な同じ事です、古過ぎて中に虫の居る様な
品は食用になりません、

第七 バレーの重湯

是れは西洋の麥です、一合へ四合の水を加へてお米の通りに煮て鹽を
加へて漉して重湯に取ります、

第八 バレーの粥

是れも水で洗つて大匙山盛二杯を一合五勺の水で、二時間煮ます、鹽
で味を付けて牛乳と砂糖で食べます、前の晩から水に漬けて置いても
宜いのです、

第九 ロールオーツの粥

は燕麥の壓し潰したもので我邦の潰し麥に似て居ります、味はオートミルよりも少し軽くなりますが是れは洗はないで湯煎にします、其分量はオートミル程水を引きませんから一合の水へ大匙山盛二杯半入れて三十分湯煎にすればオートミルよりも早く柔くなります、そこで鹽を加へて裏漉にかけて矢つ張り砂糖と牛乳で食べます、味が軽い方ですからオートミルよりも此の方を好む人もあります、

第十 ロールオーツのマツシ

も略式のオートミルの様に洗はないロールオーツを今の分量だけ煮立つた湯の中へバラ／＼と掻き廻しながら落して、ダマにならない様に絶えず掻き混ぜて居ると三十分間で出來ます、そこで鹽を加へて卸して砂糖と牛乳で食べます、總てベマツシ類は冬ならば一度拵へて置く二三日は少し水を加へて温めて幾度にも食べられます、

第十一 コルンスタッチの粥

は玉蜀黍の粉から製するので丁度我邦の葛湯か葛煉の通りなものです、是れは先づ一合の牛乳を沸立たせて置きます、別に大匙一杯半のコルンスタッチを冷い牛乳か或は水で葛を釋く様に釋いて沸立つた牛乳の中へよく掻き混ぜながら入れて五分間程で絶えず掻き廻して居るとドロ／＼に固まりますからホンの少しの鹽を加へて砂糖と牛乳をかけて食べます、極く無造作に出來るもので腸の悪い病人などには極く宜い様です、

第十二 アロルトの粥

是れも我邦の葛に似てモット粘着性の強いものです、製法と分量はコルンスタッチの通りです、

第十三 セーゴのマツシ

セーゴとは西崑米と云つて我邦の道明寺糰に似た小さい圓い粒で似ると粘着性の無い葛の様になります、是れは大匙二杯のセーゴを水で洗つて一合の牛乳へ入れて四十分間煮ると柔になりますから少しの鹽を

加へて砂糖と牛乳をかけて食べます、病人によつては大層美味しがつて好むものです、

第十四 タピオカのマツシ

もセーゴに似て少し大粒の固まったものです、セーゴよりも固い物ですから四十分間水へ漬けて置かなければなりません、それを洗つて水をよく切つて大匙二杯を一合の牛乳で四十分間煮てセーゴの通りに食べます、西洋の胃腸病患者はよく此のセーゴやタピオカを食べて居ります、

第十五 ジャミヤのマツシ

是れは粟粒に似た様なもので他の品より少しザラ／＼しますが味は中々結構です、先づ大匙二杯を洗つて一合の水で三十分間湯煎にしますが食べ方はオートミルの通りです、

第十六 フハリナのマツシ

は普通の澱粉性のマツシよりも滋養分が多く消化も良いとしてあつて西洋では多く病人や小兒の食物にします、麥から製したものでオートミルの通りに料理します、

第十七 ハム子のマツシ

是れは玉蜀黍を碎いたものです、少しブツ／＼する氣味はありますけれども味は良う御座います、前の晩から水へ漬けて置いて翌朝これを洗つて一合の水へ大匙三杯を入れて氣長に弱火で二時間湯煎しなければなりません、若しも略式にして鍋で煮るなら四十分間絶えず掻き廻します、煮えた時鹽味をつけて砂糖と牛乳をかけて食べます、

第十八 クラツクオートのマツシ

は麥製で矢張りブツ／＼しますが此の方は水を引きますから前の晩から水へ漬けて置いて大匙山盛二杯を一合の水へ入れて弱火で二時間湯煎にして鹽味をつけて砂糖と牛乳とで食べます、

初此へ出したクラツクオヱート、ハム子、ジャミヤ、タピオカ其他の西洋食品は食道樂夏の巻き附録に其價格表を出してありますからよく御覽なさい、

第十九 玄米のマツシ

は消化力の良い病人でないと與へられません。滋養分は大層あります、先づ玄米をよく拭いて碾臼で碾いて粉にして炮烙で狐色になるまで炒ります、それを大匙二杯だけ一合の牛乳へ入れて鹽と砂糖を加へて一時間半煮て卸す時玉子の黄身を混ぜてもよし或は鹽味だけにして食べる時砂糖と牛乳をかけても宜いのです、

第二十 米の粉のマツシ

是れは普通の米の粉を玄米の粉の通りに拵へます、

第二十一 スープの粥

秋の巻の附録米料理百種の中に出て居ります、

第二十二 牛乳の粥

前同様です、

第二十三 輕便ミルクトース

も秋の巻の附録パン料理の部に出て居ります、

第二十四 ビフチー

世間にはよく病人にスープを飲ませて滋養になると思ふ人がありますけれども普通の淡いスープは興奮性がある計りで滋養分は多くありません、大病人に飲ませるのはビフチーに限ります、是れは上等にする。と牛肉のランと云ふ處を一斤買つて脂身の無い赤身だけを削る様に極く細かく切つて深い壺へ入れます、それへ鹽を小匙半分位加へてよく掻き混ぜて水をホンの少し即ち大匙一杯も入れて其儘一時間も置くと

肉のエキス分が段々溶けて來ます、今度は其壺へ蓋をして沸立つて居る湯の中へ入れて一時間半乃至二時間計り湯煎にすると極く濃い汁が出来ますから布巾で漉してモ―一度鹽加減をして其汁だけ病人に飲ませます、此の中へ柔い御飯を入れて實にすると尚ほ味がよくなります、玉子の黄身を入れて混ぜても宜う御座います、それは病人の様子次第で斟酌しなければなりません、

第二十五 略式のビフチー

は今の肉一斤を細かく切つて鹽を小匙に半分と水を澤山即ち一合程入れて直ぐ其儘二時間湯煎にしてモ―一度鹽味を見ます、此の方は直ぐ煮る代りに前のよりも時間を長くしなければなりません、

第二十六 舶來のビフチー

西洋から極く小さな壺へ入れた煉藥の様なビフチーが來て食品屋に賣つて居ります、その効能は手製の新しいものに及びませんけれども急ぐ時にはそれを湯で溶かして鹽味を付つけ飲ませて宜いのです、飲む事の出来ない大病人には水で溶かずに其儘少量をオブラードへ包んで飲ませる事もあります、此のビフチーは牛肉のエキス分を煮詰めて製したものです、

第二十七 鶏肉エキス

ビフチーは味が少し重い方ですから淡泊な味を好む病人には鶏肉エキスが宜いのです、是れも製法はビフチーの通りで三百目位の雞鳥の上肉即ち赤身半り一斤を細かく切つて鹽を小匙に半分と大匙一杯の水を加へて一時間置きます、それから壺へ蓋をして一時間半以上湯煎にして漉して復た鹽加減をして病人に與へます、

斯ういふ飲料は成るべく美味い味にして病人に飲ませないと病人が飲むに堪えません、味を付けては惡るからうなんぞと不味いものを無理に飲ませは却て病人の滋養になりません、何でも病人が悦んで食べる様なものを與へるのが看護の務めです、

第二十八 略式の鶏肉エキス

は前の様な雛鳥を骨共によく叩いて鹽少しと一合の水を加へて二時間以上湯煎にして濃します、然し是れもビフチーの略式も効能は上製の品に及びませんから成るべく病人には上製の方を與へる事です、病人の食物を調理するのに手数のかゝるのを面倒がる様では看護の甲斐が無いので病人に不親切と云はざるを得ません、何となれば看護人が手数を省くだけ病人の胃と腸が消化吸収に手数を要するからです、何でも食物は病人の胃腸を勞させない様に拵へなければなりません、

第二十九 鯉節エキス

是れ我邦の特有物で鯉節から製します、先づ上等の鯉節を凡そ一合程削つて一合の水を加へて壺へ入れて二時間湯煎にします、それを漉して醬油で味を付けて復た煮ると我國の人の口によく合ふ様です、

第三十 鶏肉スープ

スープ類は機能の弱つた病人を興奮させる為めに用ゐますが鶏肉スープの方が牛肉のスープより味が軽くつて病人に好かれます、鶏肉スープを製するには三百目位の新しい雛鳥を骨共にブツ／＼に切つて水四合と小匙一杯の鹽を加へて深い鐵鍋で沸立てます、其時アクが上へ浮いて來ますからよく掬ひ取つてそれから玉葱や人参なんぞを一つ宛入れて弱い火で三時間以上煮ます、スープを煮るのは火加減が大切に決して強火を用ゐてはなりません、弱火で氣長に肉中のエキス分を出させないと好い味になりません、出來上つたらそれを漉して味加減をします、