



Konrad Adenauer und sein Diabetes: „Ich habe mit eiserner Disziplin gegen die Zuckerkrankheit gekämpft.“

Anneliese Poppinga berichtet in ihren Erinnerungen, Konrad Adenauer habe bei seiner Eheschließung eine Lebensversicherung abschließen wollen. Die Versicherung jedoch habe es „abgelehnt, ihn aufzunehmen wegen seiner schlechten gesundheitlichen Verfassung. Er sei zuckerkrank gewesen.“¹ Ergänzend schreibt der Historiker Hans-Peter Schwarz, Adenauers Diabetes sei im Herbst 1905 „aktenkundlich“ geworden und habe ihm „gut fünfzehn Jahre viel zu schaffen“ gemacht. Als Adenauer „die vierzig erreicht“ habe, so Schwarz unter Berufung auf eine Aussage von Adenauers Tochter Ria, sei es „dem tüchtigen Hausarzt Dr. Funke gelungen, ihn von diesem Leiden zu befreien.“²

Der britische Adenauer-Biograph Charles Williams hat diese Überlieferung angezweifelt: Die Diagnose von Adenauers Arzt sei „etwas voreilig“ gewesen. Es habe sich bei Adenauer höchstwahrscheinlich um eine nur kurzfristige Erhöhung der Zuckerwerte gehandelt. Zudem sei es „medizinisch nicht möglich“, dass die von Adenauer beschriebene Störung durch Diät verschwinden könne.³

Halten wir uns konsequent an die überlieferten Quellen und gleichen diese mit historischen und aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen ab, so gelangen wir zu anderen Ergebnissen. Dazu verhilft zunächst ein Blick in das um 1900 mehrfach aufgelegte Standardwerk „Die Zuckerkrankheit und ihre Behandlung“ des Diabetes-Spezialisten und Leiters einer Therapie-

¹ Anneliese Poppinga, *Meine Erinnerungen an Konrad Adenauer*, Bergisch Gladbach, 1997, S. 322

² Hans-Peter Schwarz, *Adenauer. Der Aufstieg 1876 - 1952*, Stuttgart 1986, S. 107, S. 234

³ Charles Williams, *Adenauer*, Bergisch Gladbach 2001, S. 62

Einrichtung in Frankfurt (Main), Professor Carl von Noorden und das „Kompendium der inneren Medizin“ des Neurologen Otto Dornblüth.⁴

Der Parameter einer Diabeteserkrankung ist um 1900 die erhöhte Ausscheidung von Glukose im Urin, die Glukosurie. Weil der Zuckergehalt schwankt, werden die Betroffenen angewiesen, die gesamte Menge des in 24 Stunden entleerten Harns zu sammeln. Die einzelnen Portionen werden miteinander gemischt, eine Probe dieses Harns wird auf Zucker untersucht. Bei einer noch genaueren Prüfung werden Proben nach dem ersten Frühstück und andere Proben in der Nacht bis zum ersten Frühstück gesammelt und der prozentige Gehalt des Harns an Zucker bestimmt.⁵

Ähnlich äußert sich Dornblüth. Da die Prozentmenge über den Tag hin sehr wechselt, solle sich der behandelnde Arzt die Kenntnis über eine mindest 24-stündige Harnmenge verschaffen und die Zuckerprobe wiederholen.⁶ Nach von Noorden ist allerdings zu beachten, wie sich die betreffenden Patienten ernährt haben, ob sie sich etwa sehr kohlehydratarm ernährt oder reichliche Mengen an Kohlehydraten zu sich genommen haben.⁷

Die entscheidende Rolle der Kohlehydrate für die Ausbildung eines Diabetes ist der medizinischen Wissenschaft durch den französischen Mediziner und Pharmakologen Bouchardat (1806 - 1886) länger bekannt. Bouchardat machte den hohen Anteil an Kohlehydraten und damit verbunden eine erhöhte Aufnahme von Glukose für überhöhte Zuckerwerte verantwortlich. Ein hoher Eiweißgehalt der Nahrung wirkt sich nach Bouchardat dagegen günstig auf den Zuckerstoffwechsel aus.⁸

Im Werk von Noordens finden sich dazu nähere Informationen. Eine gesunde Person sei „gewaltigen Mengen Kohlehydraten gegenüber gerüstet.“ Einen Teil verbrenne sie sofort, einen weiteren spare sie sich in Form von Glykogen auf, den dritten Teil verwandle sie in Fett, den vierten, sehr kleinen Teil entleert die Person mit dem Urin. Bei Diabetikern dagegen seien die Vorgänge 1 - 3 gehemmt, als Maß für diese Hemmung diene daher die Größe 4. Es werde geprüft, wie sich der Urin bei vollständig kohlehydratfreier Ernährung verhält: „Je nachdem, ob er zuckerfrei wird oder nicht, unterscheidet man dann leichte und schwere Fälle.“ Bei einer leichten Glukosurie werde der Urin bei Entziehung der Kohlehydrate in wenigen Tagen zuckerfrei. Bei einer schweren Glukosurie werde der Urin dagegen trotz mehrtägiger und sogar mehrwöchiger Entziehung der Kohlehydrate nicht zuckerfrei.⁹

Zur Beurteilung von Adenauers Diabetes ist zu fragen, ob dieses Verfahren zur Bestimmung einer Diabeteserkrankung angemessen und ausreichend gewesen ist. Wesentlicher Parameter der Diabetesdiagnostik ist heute die Blutglukosekonzentration. Eine Blutzuckerlangzeitkontrolle gibt Aufschluss über die Werte des Blutzuckers über zwei bis drei Monate (HbA1c-Wert). Der Früherkennung von Diabetes dient der sogenannte Glukosetoleranztest. Die Messwerte werden im nüchternen Zustand oder nach Belastung mit Glukose (mittels oraler oder intravenöser Glukosegabe) erhoben. Allerdings ist der Indikator Glukose im Urin noch nicht ganz out: Die Harnglukose-Selbstmessung durch Patienten mittels Teststreifen gilt als eine „hilfreiche Alternative zur Blutzucker-Selbstkontrolle.“ Dabei zeigt die Art der Verfärbung im Messfeld die Schwere des

⁴ Carl von Noorden, Die Zuckerkrankheit und ihre Behandlung, Berlin 1907, Otto Dornblüth, Kompendium der inneren Medizin für Studierende und Ärzte, Leipzig 1903

⁵ von Noorden, S. 66f

⁶ Dornblüth, Kompendium, S. 408

⁷ von Noorden, S. 67f

⁸ [wikipedia.org/wiki/Apollinaire Bouchardat](https://de.wikipedia.org/wiki/Apollinaire_Bouchardat), aufgerufen am 22. 05. 2020

⁹ von Noorden, S. 68

Glukosegehalts an.¹⁰ Der um 1900 üblichen Trommerschen Zuckerprobe dient die Verfärbung gleichfalls als ein Indikator. Bei einer gelbroten Verfärbung, so Dornblüth, „gilt das Vorhandensein von Zucker als höchstwahrscheinlich.“¹¹

Diese kurze Übersicht zeigt, dass heute weitaus komplexere Diagnose-Verfahren angewendet werden, um das Vorhandensein von Diabetes zu bestimmen. Neben den Verfahren zur Erstdiagnostik tritt u. a. noch die Bestimmung des Blutdrucks, der Lipidwerte, die Kontrolle des Augenhintergrunds und die Feststellung einer Neuropathie hinzu.¹² Neuropathien und andere Folgeerkrankungen von Diabetes sind allerdings um 1900 bekannt und werden in der damaligen Fachliteratur eingehend beschrieben. So ergibt sich als Schlussfolgerung, dass die diabetische Diagnostik um 1900 nicht den heutigen Ansprüchen genügt, gleichwohl jedoch auf einer durchaus nachvollziehbaren Grundlage beruht. Die Ärzte, die Adenauer untersuchten, gingen nach den damals gültigen wissenschaftlichen Erkenntnissen vor. Dies liegt insbesondere deshalb nahe, da sich Adenauer im Hinblick auf Diabetes einer Prüfung durch eine Lebensversicherung unterziehen musste. Eine nachlässige Zuckerkontrolle kann für die Antragsteller erhebliche Folgen haben: Lebensversicherungen, so von Noorden, ordnen vor Abschluss eines Vertrages bei Antragstellern einen Test auf Diabetes an. Sie fassten eine Glukosurie „als wichtiges Alarmsignal“ auf. Eine solche Glukosurie bringe den Antragsteller „in Verdacht in einen späteren echten Diabetes.“ Daher betrachteten Lebensversicherungen „jede Glukosurie, mag sie noch so vorübergehend und noch so gering sein, als Ausschließungsgrund.“¹³

Es ist dies ein Sachverhalt, der in der Adenauer-Literatur alles andere als angemessen reflektiert worden ist. Hans-Peter Schwarz bietet eine ganze Reihe an Informationen über Adenauers Erkrankung, es entgeht ihm allerdings, dass die Zuckerkrankheit der eigentliche Ausschließungsgrund für die Lebensversicherung gewesen ist. Denn dieser Zusammenhang geht aus dem Gespräch hervor, das Adenauer im Spätherbst 1965 in Cadenabbia mit Anneliese Poppinga geführt hat.¹⁴ Henning Köhler und Werner Biermann finden in ihren Biographien die Erkrankung keiner Erwähnung wert, Williams bemüht sich um eine Klärung der Problematik, aber indem er die medizinische Literatur der Jahre um 1900 nicht heranzieht, verbleibt er in überaus subjektiven Spekulationen über den Diabetes des jungen Konrad Adenauer, behauptet etwa ohne jeden Beleg, dass zu jener Zeit „eine Behandlung von Diabetes nicht bekannt“ gewesen sei.¹⁵

Für Adenauer ist der Bescheid der Lebensversicherung nach der frühkindlichen rachitischen Erkrankung und nach dem Auftreten der chronischen Bronchitis infolge einer Tbc-Infektion sowie das verbaute Zweite juristische Examen ein weiterer Schock. Der Handlungsoption, seine Frau für den Fall abzusichern, dass er stirbt, ist er beraubt. Zudem stellt die Ablehnung wegen Diabetes eine Stigmatisierung dar. Erschwerend kommt hinzu, dass er in einem Alter ist, in dem eine Diabetes-Erkrankung eher selten ist. Er ist somit mit einem ausgesprochenen off-time-Ereignis konfrontiert.¹⁶

¹⁰ ebenda, S. 95

¹¹ Dornblüth, S. 408

¹² Innere Medizin, Hrsg. Hendrik Lehnert, Hans-Peter Schuster, Stuttgart 2001, S. 70f

¹³ ebenda, S. 196f

¹⁴ Poppinga, S. 309 und 322

¹⁵ Williams, S. 62

¹⁶ vgl. Sigrun-Heide Philipp, Peter Aymanns, Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen, Stuttgart 2018, S. 56

Die Brisanz dieses Befundes nimmt noch zu, wenn wir uns Adenauers Situation im Herbst 1905 noch näher anschauen und fragen, warum er in diesen Tagen und Wochen mit erhöhten Zuckerwerten belastet ist. Nach von Noorden sind die Zuckerwerte insbesondere bei Übergewichtigen erhöht, aber auch dann, wenn etwa eine Influenza vorliegt, Erkältungssymptome also. Dafür ist Adenauer in besonderer Weise disponiert. Von Noorden nennt noch eine weitere Ursache, die höchst aufschlussreich ist. Im Kapitel „Psychische Einflüsse“ schreibt er: „In manchen, ausgezeichnet beobachteten Fällen schloss sich der Ausbruch der Krankheit an plötzlichen Schreck, plötzliche Freude oder andere Erschütterungen des seelischen Gleichgewichts an.“¹⁷

Betrachten wir in diesem Zusammenhang den biographischen Kontext, werden wir rasch fündig. Im Oktober 1905 endet Adenauers zweijährige Vertretung in der Kanzlei des Kölner Rechtsanwalts und Chefs der Stadtverordnetenfraktion der Zentrumspartei, Kausen. Adenauer ist in diesen Zeitraum vom Kölner Landgericht lediglich beurlaubt und würde dort nach dem Ende der Beschäftigung bei Kausen weiter als außerordentliche Hilfskraft beschäftigt werden. Er bewirbt sich jedoch um eine Stelle als Notar in dem Landstädtchen Kempen am Niederrhein. Einer solchen Notariatsstelle auf dem Land gilt aufgrund seiner labilen gesundheitlichen Verfassung seine besondere Ambition. Zudem sieht er sich nach seinem lediglich mit „ausreichend“ bewerteten Zweiten juristischen Examen den Erwartungen seiner Frau sowie deren Bruder, des Juristen Max Weyer und seiner Schwiegermutter ausgesetzt, seine vor der Eheschließung gemachte Zusage einzulösen, recht bald über ein angemessenes Einkommen bzw. über eine gesicherte berufliche Stellung zu verfügen. In dieser Situation, so berichtet der wegen der unklaren Zukunftsaussichten beunruhigte Max Weyer, habe ihm Adenauer „ganz ernsthaft den Plan“ entwickelt, ein Notariat in einer kleinen Stadt zu übernehmen und sich dort „in weltabgeschiedener Stille seinen Passionen zu widmen, der Gärtnerei, seinen kleinen Erfindungen und seiner Familie.“¹⁸

Anlässlich seines 90. Geburtstages erinnert sich Adenauer daran, dass er damals in Kempen in einem Hotel einkehrte, von dort aus Kontakt mit dem Bürovorsteher des Amtshauses aufnahm und er diesen gebeten habe, zu ihm herüber ins Hotel zu kommen. Er erhielt jedoch von dem Bürovorsteher eine Abfuhr, die ungewöhnlich ist. Der Bürovorsteher habe ihm erklärt, er wolle die vakante Notariatsstelle selbst einnehmen und habe ihn als „hergereisten Kölner“ titulierte, gegen den er einen Kampf „auf Leben und Tod“ um die Stelle führen werde.¹⁹

Der Affront durch den Bürovorsteher und zudem die Information, dass er als Notar in Kempen nur auf ein geringes Salär rechnen könnte, konfrontiert Adenauer mit der Härte einer Realität, wie er sie nicht erwartet hatte. Dies bleibt auf den seit vier Jahren prekär Beschäftigten nicht ohne Wirkung. Er sucht, offenbar von Beschwerden heimgesucht, einen Arzt auf, der ihm in einem Attest „Diabetes bestätigt und einen vier- bis sechswöchigen Erholungsaufenthalt begründet.“²⁰ Dieser Befund über krankhaft erhöhte Zuckerwerte und der recht lange Erholungsurlaub ist nach dem Schockerlebnis in Kempen nachvollziehbar. Adenauers lebenslange ausgeprägte Erinnerung legt nahe, dass ihn das peinliche Erlebnis in Kempen erheblich getroffen hat. Seine Hoffnung, im Beruf des Notars auf dem Land eine akzeptable Handlungsalternative zu seinen Jobs als juristische Hilfskraft zu haben, ist jäh zerstoßen.

¹⁷ ebenda, S. 48f

¹⁸ Paul Weymar, Konrad Adenauer, München 1955, S. 45

¹⁹ ebenda, S. 46; Konrad Adenauer, Der Vater, die Macht und das Erbe, Hrsg. Hanns Jürgen Küsters, Berlin, 2017, S. 428

²⁰ Schwarz, S. 197

Derart überraschende Ereignisse, so die Psychologen Filipp und Aymanns, fordern zu hohen Bewältigungsanstrengungen heraus, binden ein „hohes Maß an Aufmerksamkeit“ und erzeugen in „besonderem Maß negativen Affekt.“ Es könne für einen Menschen äußerst schwierig sein, sich von dem zu verabschieden, was er für sein Glück hält - etwa auch von „Visionen eines ‚guten‘ Lebens und all den damit verknüpften Plänen, Hoffnungen, Zielen und Wünschen.“²¹

Es ist daher davon auszugehen, dass Adenauer in den Tagen nach dem Fiasko in Kempen unter erhöhter Stressbelastung steht, dass somit die Cortisolproduktion merklich erhöht ist. Das „psychische Immunsystem“, so Filipp und Aymanns, reagiert „außerordentlich vigilant und rasch auf Bedrohungen des Selbstwerts und der Selbstkonsistenz.“ In dem Zusammenhang liege es nahe, dass die stärksten Cortisolreaktionen dann auftreten, „wenn eine Bedrohung des sozialen Selbst erfolgt war und zugleich eine mangelnde Kontrollierbarkeit des Stressors vorlag.“²²

Die Folge einer solchen Alarmreaktion des Organismus kann eine Unterdrückung der Immunreaktion bzw. ein erhöhtes Risiko für Diabetes sein. Dies besonders dann, wenn das Gefühl der Sicherheit bedroht ist und „die Grundlagen von Selbstwertschätzung und positiver Selbsterfahrung“ zerstört werden.²³

Der Befund von Noordens über die psychischen Ursachen einer Glukosurie wird somit aus heutiger Sicht bestätigt. Diese Diagnose ist auch deshalb naheliegend, da Gesunde nach dem Genuss von Kohlehydraten keine Glukosurie bekommen, „weil die Glykogenreservoirs sich des Zuckers bemächtigen“, bzw. „weil die Kohlehydratspeicher nicht krankhaft verändert sind.“²⁴

Es ist zudem davon auszugehen, dass Adenauer nach der ärztlichen Diagnose erheblich verunsichert ist. Eine solche Reaktionsweise wird durch aktuelle Studien bestätigt. Das Risiko, an einer Depression zu erkranken, tritt bei Diabetikern „etwa doppelt so häufig auf wie in der Allgemeinbevölkerung.“²⁵

Zu depressiven Reaktionen tragen in den Jahren um 1900 in besonderer Weise auch die gravierenden Folgen einer Zuckererkrankung bei. Mit großer Wahrscheinlichkeit hat Adenauer als viel lesender und an naturwissenschaftlichen Fragen überaus Interessierter über die ihn bedrängende Problematik zumindest die zeitgenössischen Lexika konsultiert. Dafür spricht, dass er über viele Jahrzehnte hinweg sich die jeweils neu herausgegebenen, mehrbändigen deutschen Lexika beschaffte und häufig benutzte. Diese zeichnen sich dadurch aus, dass in den recht umfangreichen Artikeln insbesondere medizinische Sachverhalte unter Berücksichtigung der neusten Fachliteratur dargestellt werden.

Liest er den Beitrag über Diabetes in Meyers „Großen Konversations-Lexikon“ von 1904, muss er zu Recht davon ausgehen, dass durch die Diabetes-Erkrankung sein Leben in höchster Gefahr ist. Schwere Fälle, so heißt es, führten unter „starker Abmagerung und mannigfaltigen Komplikationen zum Tode.“ Häufig sei dabei das „diabetische Koma, ein narkoseähnlicher, mit Bewusstseinsstörung und auffallend vertiefter Atmung verlaufender, immer tödlicher Zustand, der als eine Vergiftung des Körpers gedeutet wird.“²⁶

²¹ Sigrun-Heide Filipp, Peter Aymanns, Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen, Stuttgart 2018, S. 60 f und 157

²² ebenda, S. 86, S. 207

²³ ebenda, S. 39, 63 und 85

²⁴ ebenda, S. 22

²⁵ [spiegel.de/Diabetes](https://www.spiegel.de/Diabetes) und Depression, 20. 11. 2016. Wenn die Seele unter der Zuckerkrankheit leidet, aufgerufen am 23. 07. 2018

²⁶ Meyers Großes Konversations-Lexikon, Bd. 8, Leipzig und Wien, 1904, S. 823

So sagt Adenauer noch im hohen Alter zu seiner Vertrauten Poppinga, dass Diabetes „sehr bald tödlich ausgegangen“ sei, weil es keine wirksamen Medikamente gegeben habe.²⁷ Damit spricht er an, dass erst im Jahr 1922, also rund zwei Jahrzehnte nach der Diabetes-Diagnose, der kanadische Mediziner Frederick Banting das zur Regulierung des Zuckerstoffwechsels notwendige Insulin aus der Bauchspeicheldrüse eines Hundes zu gewinnen vermag. Gleichwohl ist auch heute noch die Diagnose Diabetes wegen der damit verbundenen erheblichen Anpassungsleistungen der Erkrankten und insbesondere wegen der Blutzuckerschwankungen während der Insulin-Therapie „ein Stresstest für die Psyche.“²⁸

Wer in dieser Situation mit Süßwaren seine Stimmung aufhellen möchte, erweist sich einen Bären dienst. Traubenzucker, so von Noorden, treibt den Zuckergehalt des Harns am stärksten in die Höhe, Fruchtzucker, also etwa in Obst natürlich vorkommender Zucker, vermehre Glukose nur halb so stark oder noch weniger, Rohrzucker dagegen stehe in seiner Wirkung dem Traubenzucker nahe.²⁹

Als Rohrzucker gilt der „aus dem Zuckerrohr dargestellte Zucker.“ Er wird daher auch als Kolonialzucker bezeichnet und ist um 1900 ein unverzichtbarer Bestandteil von Süßwaren. Dies insbesondere deshalb, weil die Gewinnung von Zucker aus Zuckerrohr „wegen der größeren Reinheit des Saftes einfacher als die aus Rüben“ ist.³⁰

Die Bedeutung des Rohrzuckers belegt eine Eintragung im Brockhaus Konversationslexikon am Beispiel des Begriffs „Kolonialwaren“: Kolonialwaren seien „die rohen Produkte der heißen Zone und besonders der europäischen Kolonien, namentlich Kaffee, Zucker, Thee, Gewürze, Spezereien, Reis, Baumwolle, Farb- und Nadelhölzer, die seit Anfang des 18. Jahrh. in Europa eingeführt, jetzt aber allgemeines Bedürfnis geworden sind.“³¹

Zucker ist auch ein besonderes Bedürfnis des kleinen Konrad. Anneliese Poppinga vertraut er an: Er habe einen Teil des Geldes, das er von seiner Mutter für das Annähen von Knöpfen bekommen habe, für Bonbons ausgegeben.³² Denken wir an Konrads prekäre Situation in dem Haus in der Balduinstraße bzw. in der Schaafenstraße, zudem an seine rachitische Erkrankung und die nachfolgende, ihn sehr belastende langwierige Therapie, so wird er ein sehr ausgiebiges Bedürfnis nach diesem kleinen Stimmungsaufhellern gehabt haben. Ein Blick in Meyers Konversations-Lexikon zeigt zudem, dass der junge Adenauer noch in einer weiteren Hinsicht für den Gebrauch von Süßwaren disponiert ist: Bonbons, so heißt es in dem Lexikon, seien ein „beliebtes Zuckerwerk“, man gebrauche Bonbons „zum Teil als Naschwerk, zum Teil aber auch Mittel gegen Husten und andere Brustbeschwerden.“³³

Wir sehen: Der an chronischer Bronchitis leidende junge Adenauer sieht sich also in doppelter Hinsicht veranlasst, zu dem „Naschwerk“ zu greifen. Dies insbesondere im Herbst, wenn er von der Bronchitis heimgesucht wird. Hinzu kommt: Gerade in Köln festigt sich das Bewusstsein, es mit solchen Naschereien ganz recht zu machen, in besonderer Weise. Dort hat die Weltfirma Stollwerck ihren Sitz, sie spricht Kinder durch eine raffinierte Art der Werbung an und macht, wie die Dokumentation im Kölner Schokoladenmuseum ausweist, Süßwaren bereits in den

²⁷ Poppinga, S. 322

²⁸ spiegel.de/Diabetes und Depression, 20. 11. 2016

²⁹ von Noorden, S. 80

³⁰ Brockhaus Konversationslexikon, Bd. 10, 1894 - 1896, S. 506

³¹ ebenda

³² Poppinga, S. 234

³³ Meyers Konversationslexikon, Bd. 3, 1885 - 1892, S. 188

Jahren vor 1900 in Automaten überall verfügbar und leicht zugänglich. Es bleibt daher nicht aus, dass Schulkinder zu einem überraschend hohen Anteil von Diabetes betroffen sind. Dornblüth zitiert in seiner „Hygiene der geistigen Arbeit“ eine Studie von 1900. Nach ärztlichen Feststellungen seien unter 1000 Schulkindern in Dresden 12,57 Prozent von der Zuckerkrankheit betroffen. Diabetes steht damit an zweiter Stelle hinter der Blutarmut (Anämie).³⁴ Aber auch Gicht, Rheuma und Gallensteine werden um 1900 die „Folge einer übermäßigen und falschen Kost.“³⁵

Die explosionsartig anwachsende Zahl von Kurorten und Fachkliniken sowie deren Ausbau ist ein Beleg dafür. Besonders das von Köln nicht weit entfernte Neuenahr, das sich das „rheinische Karlsbad“ nennt, wirbt um die Jahrhundertwende vor allem um Diabetes-Patienten.

Ein zeitgenössischer Prospekt mit comicartiger Illustration gibt davon einen Eindruck. Es ist eine illustre Gruppe von Damen und Herren, die sich auf den Weg zum Chemisch-Analytischen Laboratorium macht und dort das sogenannte „Fläschchen“, das „Zuckersüße“, abgibt. Der Autor der Illustration reimt: „Und hat der Zucker zugenommen, so macht’s ihn ganz verrückt, und hat er glücklich abgenommen, so ist er hoch beglückt.“³⁶

Zweierlei ist diesem Text zu entnehmen: Werden durch die Zuckerprobe hohe Zuckerwerte ermittelt, führt das bei den Betroffenen zu einer erheblichen Beunruhigung – ähnlich wie bei Adenauer. Zweitens wird suggeriert, dass durch eine in Neuenahr durchgeführte Diät das Leiden erfolgreich bekämpft werden kann.

Eine solche Behandlung in Neuenahr böte sich für Konrad an, zumal sein Bruder Hans nach dem Tod des Jubilarpriesters Knauf (1903) in dem nahe gelegenen Fritzdorf eine Land-Pfarrei innehat und er in dem sehr großzügig ausgeführten Pfarrhaus wie bereits nach der Rückkehr von seiner Hochzeitsreise (1904) eine günstige Unterkunft haben könnte.³⁷

Allerdings kann Adenauer dem Diabetes-Artikel in Meyers Konversations-Lexikon entnehmen, dass Trinkkuren in Neuenahr lediglich unterstützend wirken können – notwendig sei vielmehr eine „sachgemäße Ernährungs- und Lebensweise.“ Insbesondere den Hinweis, dass Diabetes häufig in Berufsarten auftrete, die mit „aufreibender geistiger Arbeit verbunden sind“,³⁸ kann Adenauer auf sich beziehen. Sein Wunsch, in der Abgeschiedenheit einer kleinen Landstadt ein ruhiges, mit der Natur verbundenes Leben als Notar zu führen, wird von daher verständlich.

Eine Kur, in welchem Heilbad auch immer, etwa auch im mondänen Karlsbad, kann Adenauer nicht empfohlen werden. Das Problem ist, so von Noorden: Die Zuckerwerte sinken nach einer solchen Kur, dies jedoch verleite die Betroffenen dazu, mit ihrer „Diät etwas laxer“ zu werden, es komme dann zu einer zweiten Kur, nach einigen Jahren jedoch würden die Patienten „mit Schrecken bemerken, dass sie auch bei einer Trinkkur nicht mehr zuckerfrei werden.“ Die Krankheit verschlimmere sich, aus einer leichten Form sei eine mittelschwere geworden – sehr oft entwickeln sich auf diese Weise „allerlei sekundäre Störungen“ wie „Arteriosklerose, Neuralgien, Neuritis, Linsentrübungen, Ausfallen der Zähne...“³⁹

Daher also - an einer Diät kommen die Diabetiker nicht herum. Demgemäß rechnet Dornblüth in seinem „Kompendium der inneren Medizin“ Diabetes den allgemeinen Ernährungsstörungen zu.

³⁴ Otto Dornblüth, Hygiene der geistigen Arbeit, Berlin 1908, S. 188

³⁵ Detlef Briesen, Das gesunde Leben, Frankfurt, New York, 2010, S. 55f

³⁶ Ausstellung in der 2020 abgerissenen Konzert- und Trinkhalle in Bad Neuenahr, Foto des Autors, 2016

³⁷ Recherchen des Autors in Fritzdorf

³⁸ Meyers Großes Konversations-Lexikon, 1904, Bd. 8, S. 822f

³⁹ von Noorden, S. 198f

Um den gefährlichen Zuckergehalt des Blutes zu vermindern, müsse zunächst die Zufuhr von Zucker und Kohlehydraten abgeschnitten werden. Die Kost müsse „vorwiegend animalisch“ sein, also aus Fleisch, Fisch und Milchprodukten bestehen, dann könnten auch „Semmel, Brot, Reis und grünes Gemüse“ konsumiert werden. Süßer Mehlspeisen, des Kuchens, Honigs, süßer Weine müsse sich der Erkrankte jedoch ganz enthalten.“⁴⁰

Will Konrad seiner Erkrankung Herr werden, stehen ihm also erhebliche Bewältigungsanstrengungen bevor. Der Erfolg hängt davon ab, welche Form der Glukosurie bei ihm manifest ist. Bei der leichten Form, so von Noorden, werde der Urin in wenigen Tagen zuckerfrei, bei der schweren überhaupt nicht. Leide ein Patient an der Mittelform der Glukosurie, gelinge es „dann oft noch durch sachgemäße Therapie und eiserne Konsequenz die leichte Form wiederherzustellen und ihren Bestand zu behaupten...“⁴¹

Damit sind wir bei der These des Adenauer-Biographen Williams, es sei medizinisch nicht möglich, dass überschüssige Glukose durch Diät zum Verschwinden gebracht werden könne.

Schauen wir in die medizinische Praxis der Gegenwart, wird diese Laien-Auffassung widerlegt. „Wir wissen heute,“ so Professor Stephan Martin, Direktor der Deutschen Diabetes-Klinik am Deutschen Diabetes-Zentrum in Düsseldorf, „dass diese Erkrankung durch den Lebensstil ausgelöst wird und rückgängig gemacht werden kann.“⁴² Hintergrund der Darstellung Professor Martins sind Diabetespräventionsstudien, so die DiRECT-Studie eines britischen Forscherteams sowie die Da-Qing-Studie chinesischer Wissenschaftler von 1986. Diese Studien, so ein Bericht des Ärzteblatts vom Mai 2019, „räumen mit einem alten Vorurteil auf, Diabetes-Remissionen oder -heilungen seien eine Seltenheit.“ Die Ergebnisse von Noordens werden durch diese Studien bestätigt. Die besten Aussichten auf eine Diabetesheilung, so schreiben die Autoren des Ärzteblatts, haben Personen mit moderaten Zuckerwerten, die ihr Körpergewicht nachhaltig reduzieren und eine noch nicht allzu lange Krankheitsdauer aufweisen. Es sollte daher „so früh wie möglich mit lebensstil-verändernden Maßnahmen behandelt werden.“⁴³ In dem Fall, so Professor Martin, müssten die Patienten „keine Medikamente mehr nehmen, ihr Langzeitblutzuckerwert ist dauerhaft im Normbereich.“ Es müsse dann kein Insulin mehr verordnet werden - in der medizinischen Praxis erfolge dies gleichwohl, „weil Ärzte und Krankenkassen daran verdienen.“⁴⁴

Das heißt also: grünes Licht für Konrad. Auch vor der Erfindung des künstlichen Insulins hat er eine Chance auf Gesundung - vorausgesetzt, er ändert seinen Lebensstil grundlegend. Schauen wir in die Erinnerungen seines Sohns Koko, geht er die Änderung seines Lebensstils auf äußerst rigorose Weise an. Gegenüber Paul Weymar erklärt Koko: Sein Vater habe sich bereits vor seiner Geburt, also 1906, den Erziehungsratgeber von Dr. Adolf Matthias, „Wie erziehen wir unsern Sohn Benjamin?“ besorgt. Diese populärwissenschaftliche Schrift orientiert sich im Kapitel „Gesundheit“ an Empfehlungen, welche denen der diabetologischen Fachmediziner nahekommen. Eine Besonderheit ist, dass Adenauer die Empfehlungen dieses Ratgebers auf die ganze Familie überträgt. Sein Vater und seine Mutter, so berichtet Koko, hätten die Rezepte des Herrn Matthias an ihm ausprobiert. Nach Matthias hat es um die „Abwehr von allerlei Gesundheitsfeinden“ zu gehen. Dazu ver helfe es, „den Körper vernünftig zu ernähren“ bzw.

⁴⁰ Otto Dornblüth, Kompendium der inneren Medizin, S. 408f

⁴¹ von Noorden, S. 49, S. 73

⁴² [spiegel.de/gesundheit](https://www.spiegel.de/gesundheit), So leben Diabetesranke besser - ohne Insulin, 23. 07. 2020, aufgerufen am 25. 07. 2020

⁴³ [aerzteblatt.de/archiv](https://www.aerzteblatt.de/archiv), Ernährungstherapie bei Diabetes: Neue Evidenzen beflügeln die Emissionstherapie, 05. 2019, aufgerufen am 3. 05. 2021

⁴⁴ [spiegel.de/gesundheit](https://www.spiegel.de/gesundheit), aufgerufen am 25. 07. 2020

„Unmäßigkeit“ zu meiden.⁴⁵ „Vater trank nicht, er rauchte nicht“, berichtet Koko. Auch seiner Mutter schreibt er ähnliche Tendenzen zu. Er könne sich nicht erinnern, von ihr jemals am Namenstag und an Geburtstagen Kuchen, Schokolade oder irgendeine Nascherei bekommen zu haben. „Hunger macht trocken Brot zu süßem Lebkuchen“, diese Devise aus dem Erziehungsbuch von Matthias sei zu Hause angewandt worden.⁴⁶

Schwieriger gestaltet sich die konsequente Einhaltung eines alternativen Lebensstils für Adenauer im beruflichen Bereich. Gegenüber seiner Vertrauten Anneliese Poppinga berichtet er, was er bislang für sich behalten hat - er habe mit „eiserner Disziplin gegen die Zuckerkrankheit gekämpft.“ Diese Wortwahl Adenauers ist mit der von Noordens nahezu identisch. Er folgt der Maxime des Professors, die Diabetestherapie mit „eiserner Konsequenz“ auszuführen, insbesondere in seiner Eigenschaft als Erster Beigeordneter. Er habe „an vielen offiziellen Essen der Stadt Köln teilnehmen müssen, die Einhaltung einer Diät sei so gut wie unmöglich“ gewesen, berichtet Adenauer Anneliese Poppinga. Er habe „dann kräftig mitgegessen und hinterher ein Glas warmes Wasser getrunken und den Finger in den Hals gesteckt.“⁴⁷

Diese Maßnahme deutet darauf hin, für wie schwerwiegend er die Diabetes-Diagnose einschätzt. Mit dem Verbergen des Diabetes vor Kollegen und Gästen liegt er richtig, hat er doch davon auszugehen, dass sein Nimbus in den Augen der Öffentlichkeit Schaden nehmen wird, wenn er sich der Teilnahme an den Festessen enthält. Dies verweist darauf, dass es im beruflichen Alltag Grenzen sozialer Unterstützung gibt bzw. dass „das soziale Umfeld eine erfolgreiche Bewältigung eher behindert als sie zu fördern.“⁴⁸

Wie hemmend eine verständnislose Umwelt sein kann, belegt eine Anekdote, die Max Wallraf, Kölner Oberbürgermeister von 1907 bis 1917 wiedergibt: Als er seinen Vorgänger im Amt des Oberbürgermeisters, Wilhelm von Becker, an dessen 80. Geburtstag begegnet, ist er „erstaunt über seine Frische“ und fragt, „welchen Mitteln er trotz der gewaltigen Lebensarbeit diese Frische verdanke.“ Er habe, so antwortet von Becker, „immer einen guten Freund gehabt, und das war mein schlechter Magen. Der zwang mich, Maß zu halten, und das ist gesund. Meine Jugendbekannten, zum Teil Hünen von Gestalt, die über meine Mäßigkeit lachten und glaubten, sich alles erlauben zu können, liegen längst unter dem Rasen.“⁴⁹

Von Noorden Bericht aus seiner medizinischen Praxis bestätigt die Erfahrungen von Beckers. Zugleich stellt von Noorden eine Beziehung zwischen dem Diabetes-Risiko und einem unvernünftigen Lebensstil her: „Dass Diabetes und Fettsucht sich häufig gesellen, ist eine altbekannte Tatsache.“ Die Aussicht auf Heilung sei besonders dann ungünstig, wenn sich Fettleibigkeit und Diabetes schon in jugendlichen Lebensjahren entwickelten: „Herkulische Gestalten, fettreich und muskelstark zugleich, bewundert wegen ihres kräftigen Körperbaus, sieht man unter solchen Umständen in Monaten zu Gerippen abmagern und hinsiechen.“⁵⁰

Diese Darstellung weist aus, dass schon lange vor den aktuellen Diabetes-Studien Übergewicht als ein erhebliches Risiko für Diabetes erkannt war. Adenauer nimmt diese Erkenntnis mit durch sein ganzes Leben. Seine Tochter Libet berichtet in ihren Erinnerungen: Ihr Vater habe oft darüber gesprochen, dass man „mit seinem Körper gut umgehen und sich sehr bewusst ernähren müsse, mit

⁴⁵ Dr. Adolf Matthias, *Wie erziehen wir unsern Sohn Benjamin?* München 1902, S. 181ff

⁴⁶ Weymar, S. 53

⁴⁷ Poppinga, S. 322

⁴⁸ Philipp/Aymanns, S. 278

⁴⁹ Wallraf, S. 88

⁵⁰ von Noorden, S. 51

kleinen Mahlzeiten. Man dürfe nicht zu viel auf einmal essen, sondern lieber öfter etwas zwischendurch. Er nannte das 'hygienisch leben', ein Ausdruck, der uns sehr beeindruckte.“⁵¹

Diese Maxime praktiziert Adenauer auch im Hinblick auf die von der Stadt Köln veranstalteten Festessen. Sein Motiv für das Erbrechen ist das Ergebnis einer kühlen Kalkulation. Er geht davon aus, dass durch ein üppiges Mahl die Zuckerwerte stark ansteigen werden. Durch das sofortige Erbrechen wirkt er dem jedoch konsequent entgegen. Eigentlich könnte er den bequemen Weg gehen und sich wie so viele andere zu einer Trinkkur ins mondäne Karlsbad begeben. Wie wir jedoch gesehen haben, macht der zwischenzeitliche Erfolg einer solchen Kur leichtsinnig, die Zuckerwerte steigen permanent an, gefährliche Folgeerkrankungen stellen sich ein. Der Zucker ist also keineswegs „fort“, wie es in dem Neuenahrer Prospekt heißt, „fort“ ist außer dem Geld ein vielleicht noch akzeptables Befinden, wie es vor der Trinkkur bestand. Es zeigt sich, dass jene auf Diabetes spezialisierten Kurorte ein Geschäftsmodell entwickelt haben, das alles verspricht, sich für die Betroffenen aber als eine Falle darstellt.

Somit ergibt sich, dass eine rigorose Ernährungstherapie eine entscheidende Maßnahme ist, um der Hormon- und Stoffwechselstörung Diabetes erfolgreich zu begegnen. Von Noordens Standardwerk „Die Zuckerkrankheit und ihre Behandlung“ weist allerdings auch aus, dass das Einhalten einer Diät nur ein Teil einer Lebensstiländerung sein kann. Die zweite Säule einer erfolgreichen Diabetes-Therapie besteht in einer konsequenten Steigerung der körperlichen Aktivität. Ob und in welcher Weise Adenauer sich einer solchen Prozedur hingibt, ist Gegenstand eines nachfolgenden Beitrags.

⁵¹ Libet Werhahn-Adenauer, Erinnerungen an meinen Vater Konrad Adenauer, Überlingen, 2019, S. 43