

Kohlehydrate bestritten werden. Da wir nun die Zusammensetzung der Nahrungsstoffe kennen, können wir eine Ration zusammenstellen, in der eine genügende Anzahl von Kalorien, mit Einschluß von Eiweiß, enthalten sein würde. Es muß immerhin bemerkt werden, daß alle diese zahlenmäßigen Aufstellungen von sehr relativem Werte sind, denn die Kalorienzahl, die ein erwachsener Arbeiter braucht, schwankt sehr, je nach der Arbeitsanspannung, von 21½ bis 8 Taus. Kalorien am Tage; die Nahrungsmittel selbst ferner haben eine sehr wechselnde Zusammensetzung, jede Portion Nahrung aber einer chemischen Analyse zu unterwerfen, ist natürlich unmöglich. Doch die Hauptschwierigkeit besteht in etwas anderem.

In den 90er Jahren des vorigen Jahrhunderts hat der Begründer der modernen energetischen Ernährungstheorie, der deutsche Physiologe Rubner, den folgenden Satz aufgestellt: Führt man einem Lebewesen mit der Nahrung ein Minimum von Energie zu, die zur Aufrechterhaltung seiner Funktionen notwendig ist, so verhält sich der Organismus bis zu einem gewissen Grade gleichgültig dazu, ob diese Energie ihm in der einen oder der anderen Form zugeführt wird. Seitdem dieser Satz aufgestellt wurde, ist ein Vierteljahrhundert vergangen. Die energetische Ernährungstheorie hat ihre Bedeutung zwar beibehalten, doch viele Korrekturen erfahren. Bekanntlich braucht der Organismus ein Minimum an Eiweiß, doch stellte es sich heraus, daß es vollwertiges und nicht vollwertiges Eiweiß gibt und daß vor allem ersteres unentbehrlich ist. Ferner wurde nachgewiesen, daß die Nahrung unbedingt auch Lezithin, Nuklein und die noch wenig erforschten Vitamine enthalten muß. Weiterhin stellte es sich aber heraus, daß auch die Fette von sehr verschiedenem Nährwert sind. Man kann also der Bevölkerung ein genügendes Quantum von Kalorien, ja vom Eiweiß zuführen und sie dennoch zu Massenerkrankungen an Skorbut bringen.

Nun wird man uns wohl erwidern, wenn der Oberste Volkswirtschaftsrat, dem ja doch alle Erfahrungen der Wissenschaft zur Verfügung stehen, dennoch nicht imstande ist, eine notwendige Ration zusammenzustellen und der Produktion entsprechende Direktiven erteilen, — wie soll der einfache Bürger dazu imstande sein? — In Wahrheit braucht aber der letztere auch keine Wissenschaft. Er empfindet vielmehr unmittelbar den Zustand seines Magens und seines

