

werden in seinem Körper stetig Stoffe, die dem Zellenbestande angehören, beim Stoffwechsel zerstört. Außerdem verbraucht er fortgesetzt im Säftestrom kreisende Stoffe für seine Arbeitsleistungen und seine Wärmeentwicklung. Für den Lebensunterhalt des Menschen kommen dieselben Stoffe in Betracht, die ihm im embryonalen Zustande, in welchem er noch der Selbständigkeit entbehrte, seitens des mütterlichen Organismus zugeführt wurden.

Diese Stoffe sind Eiweißkörper, Fette, Kohlehydrate, Salze und Wasser, Stoffe, die übrigens nicht nur für den Menschen, sondern für das Leben aller Organismen von weittragendster Bedeutung sind.

Von größter Wichtigkeit bei der Ernährung sind noch eigentümliche, den Eiweißkörpern wahrscheinlich nahestehende Substanzen, die Produkte der chemischen Arbeit innerhalb tierischer und pflanzlicher Zellen sind, ja sie sogar überleben und von ihnen getrennt Wirkungen entfalten können. Sie heißen Fermente (fermentum, von *ferveo* ich gäre, das Gärungsmittel) oder Enzyme (*έν* darin und *ζυμώω* ich gäre). Wir kennen ihre Natur leider noch wenig, wohl aber sind uns manche Wirkungen derselben bekannt.

Sie sind keine Baustoffe im physiologischen Sinne, sondern wirken vielmehr abbauend. Ihre Verrichtung besteht darin, daß sie beim Stoffwechsel allerlei chemische Umsetzungen, die von selbst nur sehr langsam vonstatten gehen würden, in die Wege leiten und beschleunigen. Das Charakteristische dabei aber ist, daß die Fermente nur durch ihre Gegenwart