

geht hier an vielem vorüber und unterläßt jedenfalls eine systematische fürsorgende Ausbildung der Ärzte gegen das Volksübel verfehlter Ernährung. Vorbeugende Arbeit täte not. Auch bei der Diagnose zeigt sich dieser Umstand. Unsere Diagnostiker begehen sehr oft den großen Fehler, eher nach dem Wo zu forschen als nach dem Warum. Der wirkliche Grund einer Krankheit wird kaum jemals festgestellt, obgleich er meistens auffindbar ist in der schädlichen Ernährung. Aber man greift nur sehr selten so weit zurück.

Der Kampf gegen die verfehlte Ernährung verlangt Zähigkeit und Ausdauer, er gilt der Niederringung jahrhundertealter Vorurteile, Irrtümer und Mißbräuche. Es ist nicht jedes Menschen Sache, gegen den Strom zu schwimmen, und eben deshalb bleiben die neuesten, sehr bedeu-

tenden ernährungswissenschaftlichen Forschungsergebnisse, auf die namentlich Amerika hinweisen kann, in den Laboratorien hängen und dringen nicht vor zur Masse. Während in allen Dingen, in Kunst und Wissenschaft, große Partien der Erkenntnisse des verflossenen Jahrhunderts durchweg überwunden sind, blühen die Irrtümer der Nahrungswissenschaft des 19. Jahrhunderts noch ungebrochen, ja sie breiten sich noch aus. Die Ärzte dürften nicht auf halbem Wege stehenbleiben. Es genügt nicht, daß man die Leute beruhigt und ihnen sagt, es sei ja nicht so schlimm, man müsse hier nur ein wenig Salat, dort ein Stück Obst hinzufügen, dann käme alles wieder in beste Ordnung. Obst und Gemüse soll nicht als Beilage betrachtet werden, wie das heute geschieht, also als etwas, das ebensogut auch wegbleiben könnte, sie sollen häufiger auf den Tisch kommen als Fleisch, als gekochte Sachen, ja diese zum Teil verdrängen.

Die ernährungswissenschaftliche Erziehung stößt bei Erwachsenen naturgemäß auf Schwierigkeiten, deshalb soll sie beim Kinde einsetzen. Das Kind soll nicht an zu vieles Essen gewöhnt werden, was seiner Verdauung schädlich ist; die unnötigen Zwischenmahlzeiten sollen wegfallen; und das soll nicht als Diät angesehen werden, sondern soll notwendig zur Gewohnheit gemacht werden. Die Frauen leisten hier instinktiv bereits mehr als die Männer. Sie sind es, die immer wieder das Gemüse auf den Tisch bringen und dafür sorgen, daß nicht nur Fleisch gegessen wird. Auch in der Kinderstube ist es immer wieder die Mutter, die darauf dringt, daß das Kind Gemüse ißt. Wenn die Frauen nicht wären, wären die Männer schon längst Fleischfresser geworden, und es würde noch mehr Alkohol konsumiert, als es heute geschieht. Die Frauen verdienen es, daß sie in dieser Initiative von den Männern unterstützt werden. Es ist der Weg, der zu ungetrübter Lebensfreude und zur Bewahrung der Gesundheit führt.

(Aus einem Gespräch)



Rudolf Großmann