

unserem Nährstande, der in Sturm und Wetter pflicht-treuen Landwirtschaft werden wir nie verhungern. Aber es gilt, wie Minister v. Loebell mit Recht neulich an Prof. Sering schrieb, jeden Haushalt in Kriegszustand zu versetzen und mit vernünftiger Sparsamkeit zu wirtschaften. Und gegen die sorglose Unvernunft muß die Gesetzgebung ebenso scharf einschreiten, wie gegen die wucherische Ausbeutung.

Nährstoffe und Nahrungsbedarf.

Unglaubliche Mengen von Nahrungsmitteln verzehrt solch ein Millionenvolk. Zum Leben nötig sind vor allem Eiweißstoffe, Fett, Stärkemehl, Zucker und Nährsalze (Natrium, Kalium, Kalk, Eisen, Phosphor, Mangan usw.). Letztere sind in der gewöhnlichen Nahrung in der Regel genügend vorhanden. Das Eiweiß ist der Baustoff für den wachsenden Körper und der Ersatzstoff für verbrauchtes Körpereiwweiß. Die lebende Körpermasse besteht in der Hauptsache aus Eiweiß, Salzen und Wasser. Fett, Stärkemehl und Zucker sind sog. Energiespender, denn bei ihrer Verwertung (Verbrennung) im Körper mit Hilfe des eingeatmeten Sauerstoffes entsteht Wärme und Arbeitskraft in verschiedener Form. Auch das Nahrungs-eiweiß kann bei reichlicher Zufuhr in Energie umgewandelt werden, was aber höchst verschwenderisch ist, denn das Eiweiß ist der weitaus teuerste Nährstoff und darf sich deshalb, namentlich jetzt nicht an der Schaffung der nötigen Körperenergie beteiligen. Überdies kann eine zu reichliche Eiweißzufuhr gesundheitschädlich werden, indem die angehäuften Zerfallsprodukte der sehr verwickelt zusammengesetzten Eiweißkörper im Blute geradezu vergiftend wirken.

Mit den eiweißreichsten Nahrungsmitteln (Fleisch, Milch, Käse, Eier, Bohnen, Erbsen) müssen wir also äußerst sparsam umgehen. Man hat den Energiewert der Nährstoffe Eiweiß, Fett, Stärkemehl und Zucker genau ermittelt und in Heizwerten (Kalorien) ausgedrückt. Unter einer Kalorie versteht man diejenige Menge von Wärmekraft, die im-

stande ist, die Temperatur eines Kilogramms Wasser um 1° zu erhöhen. So liefern 1 g Fett 9,3, 1 g Stärkemehl oder Zucker, sowie 1 g Eiweiß je 4,1 Kalorien. Daraus erkennt man schon, daß das Eiweiß als Energiespender bei einer sparsamen Ernährungsweise ausscheiden kann. In einer überaus interessanten Arbeit, betitelt: „Die deutsche Volksernährung und der englische Aus Hungersplan“ hat der Berliner Volkswirtschaftler Prof. Paul Elsbacher, zusammen mit 15 anderen Autoritäten, in wissenschaftlich-statistisch unanfechtbarer Form den gesundheitlich nötigen Gesamtbedarf an Eiweiß und Heizwerten berechnet. Jeder erwachsene Mensch braucht bei ausreichender Ernährung täglich 80 g Eiweiß und 3000 Kalorien. Unter Berücksichtigung der Bevölkerungseinheiten vom Säugling bis zum Greis läßt sich der heutige jährliche Gesamtnahrungsbedarf des deutschen Volkes in den zwei Zahlen ausdrücken: 1 Million 605 000 Tonnen (je 20 Zentner) Eiweiß und 56 750 Milliarden Kalorien. Noch nie ist der Nährstoffbedarf eines Volkes so gewissenhaft errechnet worden! Wohl gemerkt: Es handelt sich um den zur Erhaltung der Gesundheit notwendigen Bedarf während der Kriegsjahre.

Verbrauch vor dem Kriege.

Diesen Bedarfsziffern stellen wir nun an der Hand der genannten Denkschrift zunächst die üppigen Ziffern des wirklichen Verbrauchs vor dem Kriege gegenüber. Da ergibt sich ein Jahresverbrauch von 2 Millionen 307 000 Tonnen Eiweiß und 90 420 Milliarden Kalorien. Dieser Verbrauch übersteigt also den „Bedarf“ an Nährwerten (Kalorien) um 59%, an Eiweiß um 44%.

Nährstoffmenge bei Beibehaltung der bisherigen Wirtschaftsweise.

Endlich wurde der Verbrauch berechnet, den die Inlandserzeugung uns bei Beibehaltung der bisherigen Wirtschaftsweise während des