Zeitschrift: Kultur und Politik : Zeitschrift für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge

Herausgeber: Bioforum Schweiz

Band: 20 (1965)

Heft: 3

Artikel: "Was ist's mit dem Leistungsschwund der jungen Generation? : Wo liegen die Ursachen?"

Autor: Müller, M.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-890378

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«Die Bedeutung der üblichen Kostform als Krankheitsursache wurde bisher völlig übersehen.» Prof. Malten

«Was ist's mit dem Leistungsschwund der jungen Generation? Wo liegen die Ursachen?»

Frau Dr. M. Müller

An den diesjährigen Frauentagen, ebenso am Landestag mit den Männern, haben wir über die Beobachtungen des Leistungsschwundes nachgedacht und nach den Ursachen geforscht. Müssen wir nur bei uns eine Minderung der Leistungsfähigkeit von Generation zu Generation feststellen oder ist es eine weltweite Erscheinung?

Im Jahre 1959 schon ist ein Buch herausgekommen mit dem Titel «Der Begabungsschwund in Europa». Bei seiner Lektüre könnte es einem angst und bange werden.

Präsident Kennedy sagte im Jahre 1963 an einem Bankett: «Um 2 Soldaten zu bekommen, müssen 7 einberufen werden. Davon fallen 3 wegen körperlicher und 2 wegen geistiger Untauglichkeit weg.» Damit wäre die Frage, ob nur bei uns körperlicher, wie geistig-seelischer Leistungsschwund zu konstatieren sei, beantwortet. Es scheint sich vielmehr um eine weltweite Erscheinung in der zivilisierten Welt zu handeln. In welchen Symptomen zeigt sich dieser Leistungsschwund?

Dr. Feldheim aus Gießen schrieb im Jahre 1963: «*Vollwertig ernährte Menschen* sind in der Regel *arbeitsam* und *arbeitsfreudig*. Sie besitzen große Leistungsfähigkeit und *große Widerstandskraft* gegen Krankheiten, ebensolche Widerstandskraft gegen *seelische und körperliche Belastungen*. Sie entwickeln *schöpferische Geisteskräfte*.

Fehlerhaft ernährte Menschen zeigen Minderungen von Leistungsfähigkeit, der schöpferischen Geisteskräfte. Sie ermüden leicht, sind für Krankheiten empfänglich, psychisch labil, d. h. sie neigen zu Unruhe — Unzufriedenheit, Mißtrauen und Streitsucht.

Welches Bild trifft für unsere junge Generation (vielleicht schon für uns) zu? Freut sie sich auf die Arbeit? Oder empfin-

det sie sie als «Krampf»? Zeigt sie Ausdauer und sorgfältige Gestaltungskraft in ihr, oder geschieht alles fludrig, damit man baldmöglichst von ihr erlöst wird? Haben sie gute Ideen und verwirklichen sie sie mit Hingabe bis ans Ende oder wird Radio, Transistor oder dergleichen angelassen, die «Negermusik», Schlager usw. dahergröhlen, die einem in Schwung bringen sollen und ein erhöhtes Lebensgefühl vortäuschen? Daneben ist man müde, träge, fahrig von einem Ding zum andern und sieht nur voller Mißgunst auf solche, die scheinbar mit weniger Mühe zu mehr Freuden kommen. Arbeit aber ist viel zu oft keine Freude mehr, sondern ein «Krampf». Liegen die Ursachen solcher Veränderungen in Erziehungsfehlern — in der Verweichlichung z. B.?

Möglicherweise geht der Appell «man ist doch tapfer» weniger oft, weniger ausnahmslos für alle Hindernisse an die Jungen, wie seinerzeit von unserer Mutter an uns. Handelte es sich um ein zerschundenes Knie — einen eingeklemmten Finger — um Zahn-, Ohren- oder Kopfweh, um viele Schulaufgaben oder einen ganzen Acker voller Heu- oder Getreidemahden, immer war das erste Rezept: «man ist doch tapfer». Erst nachher wurde das andere Notwendige vorgekehrt. Ja, dieses Rezept hat mich treu begleitet durch siebzig Jahre und hat sich gut bewährt.

Vielleicht hat auch die Mechanisierung einen Teil Schuld am Leistungsschwund der jungen Generation. Sie erspart viel Training. Training aber stärkt die Kräfte, das weiß jeder Sportler. Heute setzt man sich auf den Roller oder steigt ins Auto. Dann bleiben Beine und Arme still bis zum Bedienen der Hebel und Pedale, weder Brustkasten noch Herz werden auf volle Leistungsfähigkeit geübt. Kommt dann eine stramme Arbeit auf einen ungeübten Körper zu, muß er sie als «Krampf» empfinden.

Ja, Erziehung, Mechanisierung, mangelndes Training etc. mögen ihren Teil beitragen, doch befriedigten mich diese Erklärungen trotzdem nicht ganz. Ich suchte daher weiter nach Ursachen. Da stieß ich bei meinen Studien auf Prof. Pottengers Katzenversuche. Sie ließen ein Licht aufblinken, das nicht leicht zu verharmlosen oder wegzudisputieren ist. Im Bauernstande sind wir gewohnt, durch Auslese und richtige Haltung, namentlich Fütterung unserer Haustiere oder der Pflanzen, alle auf ihren

höchsten artgemäßen Leistungsstand zu bringen. Wir studieren sorgfältig ihre besten Haltungsbedingungen. Wir wissen, auch die Leistungsfähigkeit unserer Maschinen und Motoren — die Haltbarkeit unserer Gebäude, hängen von der Vollwertigkeit der Baumaterialien ab, die zu ihrer Konstruktion verwendet wurden. Ebenso wissen wir, nur vollwertiges Futter kann unsere Zuchttiere zu besten Leistungen bringen. Freilich forschen wir nach deren Erbanlagen, aber zugleich wissen wir, also sind schon die Vorfahren durch Generationen mit guten Bausteinen versorgt worden — sonst hätten sie schon versagt. Wir wollen möglichst auf guten Fundamenten richtig weiter bauen — bei unseren Tieren — und bei uns selbst? Vielleicht stecken uns Prof. Pottengers Katzenversuche etliche Lichter auf.

Er teilte 700 Katzen in zwei Gruppen. Die Haltungsbedingungen waren bei beiden Gruppen genau gleich — mit Ausnahme des Futters. Freilich erhielten die beiden Gruppen dasselbe Futter: Fleisch — Milch — Brot. Er untersuchte nicht, ist Fleisch, Milch und Brot für Katzen das *richtige* Futter — er nahm es einfach an. Die eine Gruppe erhielt es aber roh, d. h. Fleisch und Milch; sie wurde also zu ⅔ gegen ⅓ auf Rohkost gesetzt. Die andere Gruppe wurde mit derselben Ware und Menge in gekochtem Zustand versorgt. Es stand also einzig der *Einfluß des Kochens* auf die Tauglichkeit des Futters in Ueberprüfung.

Er wollte untersuchen:

a) wurden die einen Katzen durch Hitze veränderte Nahrung krank?

b) in welchen Symptomen zeigen sich diese Krankheiten?

c) konnten kranke Katzen mit richtiger Nahrung wieder gesund gemacht werden, d. h. gibt es eine Regeneration über die Fütterung?

d) in welcher Zeit ist diese zu erreichen?

Überraschenderweise zeigten sich die ersten Krankheitssymptome an den Zähnen und zwar schon nach drei bis sechs Monaten. Die Rohkost-Katzen waren «purlimunter». Sie zeigten vorerst, daß Fleisch, Milch und Brot für sie die richtige Nahrung ist, sofern wenigstens ⅔ davon roh genossen wird (Mäuse konnten sie eben keine fangen).

Die Kochkost-Katzen dagegen waren geplagt von Zahnerkrankungen (Paradentose), von Zahnabszessen, sie verloren Zähne.

Nach der *zweiten* Generation Kochkost litten die Katzen ganz allgemein an krankhafter Kieferknochenbildung. Die Zahndurchbrüche wurden schwierig — demnach können auch Katzen «schwer zahnen», nicht nur unsere Kinder. Der Zahnzustand wurde unregelmäßig; Zahnfleischentzündungen wurden allgemein, die Zähne lockerten sich und waren zum Ausfallen geneigt. Ober- und Unterkiefer wurden schmäler, damit hatten die Zähne nicht mehr Platz. Ober- und Unterkiefer verschoben sich gegeneinander.

In der dritten Generation stellte er einen Teil der Kochkost-Katzen auf Rohkost um, um zu erfahren, ist eine Regeneration möglich über den Weg der Fütterung und in welcher Zeit.

Das Ergebnis war so, daß schon in verhältnismäßig kurzer Zeit (ca. 6 Monate) wieder an den Zähnen zuerst, eine merkliche Besserung eintrat, die anhielt, aber erst nach der *vierten* Generation zur vollen Gesundung der Tiere führte. Lesen wir es gut, nicht nach vier Wochen — vier Monaten — vier Jahren, sondern *vier Generationen.* Stellte Prof. Pottenger seine Kochkost-Katzen erst nach der dritten Generation zu mindestens ⅔ auf Vollwert-Nahrung um, brauchte es schon *7 Generationen,* bis das Erbgut wieder aufgewertet und vollwertig weitergegeben werden konnte.

Eine Regeneration über die Ernährung ist also möglich — aber je länger die Mißernährung gedauert, desto längere Zeit braucht es zur vollen Gesundung und Leistungsfähigkeit der Rassen und zwar in Generationen.

Behalten wir diese Tatsachen gut im Auge für unsere Tiere — nicht minder aber für uns Menschen — unsere Kinder.

Nun zurück zum weiteren Schicksal der Kochkost-Katzen. Nicht nur, daß sie an ungesunden Zahnverhältnissen litten, die den unsern überraschend ähnlich sind, trotzdem sie weder Zukker- noch Weißmehlnahrung verkraften mußten wie wir. Bei den Kochkost-Katzen traten bei der 2. Generation auch noch 25% Fehlgeburten auf, in der 3. Generation bereits 75%. Außerdem litten die Katzen unter schwierigen, mühsamen Geburten, häufiger Tod der Muttertiere war üblich, und die Sterblichkeit der Jungtiere groß.

Der *nervlich-seelische Zustand* der Kochkost-Katzen zeigte sich so, daß die Muttertiere nach der dritten Generation bösartig wurden, sie fauchten, bissen, kratzten. Demnach war ihr Nervenzustand sehr gereizt. *Die Männchen* dagegen zeigten sich eher faul, träge, unstet, fahrig, unnatürlich in ihren Gelüsten — bis zänkisch. Auch diesen Nervenzustand kann man wohl nicht normal nennen. Wie erklären wir uns aber das viel gereiztere, angriffigere Verhalten der Muttertiere? Ich überlegte es mir so: Durch die Geburten gaben sie viel mehr von ihren Kräften und Reserven an die Jungtiere ab; erhielten aber nichts besseres zugeführt als die Männchen, deshalb war ihre körperliche und nervlich-seelische Situation viel schlimmer, und zeigte sich in aggressiven Äußerungen.

Wenn wir sie beherzigen wollen, enthält auch diese Tatsache eine Lehre.

Nach der vierten Generation Kochkost überlebten die Jungtiere selten den 6. Monat. Sie litten oder starben an Knochenmark-Eiterungen — Herzschäden — Nierenentzündung, Gelenkentzündung (Arthritis), Gehirnhautentzündungen etc. Welch eine Liste «menschlicher» Krankheiten bei Katzen.

*

Nun überlegen wir uns weiter: Seit wann ist eigentlich eine massive Fehlernährung unter der zivilisierten Bevölkerung ganz allgemein geworden? Betrachten wir den Verbrauch der «Zivilisations-Nahrungsmittel» bei uns ums Jahr 1870 gegenüber 1964.

Verbrauch pro Person und Jahr:

	1870	1964
An Zucker	7 kg	50 kg
An Fleisch	12 kg	64 kg
An Weißbrot	selten, nur an Festtagen	ab 1950 ganz allgemein. Vollkornbrot selten.

Simon Gfeller schrieb in den 50er Jahren: «Früher lebte man viel einfacher — nicht so üppig — Öpfel us der Hostett, Gmües us em Garte oder Pflanzplätz, Härdöpfel z'morge, z'mittag u z'nacht».

So was können wir für unsere Zeit nicht mehr behaupten. Nun rechnen wir alle 30 oder 20 Jahre eine neue Generation als fortpflanzungsfähig, dann wären die heute 18- bis 20jährigen die 3. bis 4. Generation mit massiver Fehlernährung und werden bald die 5. auf die Welt gestellt haben. Wäre es wohl nicht an der Zeit, sich umzusehen und einen neuen Ernährungsstil zu entwickeln, der dem Leistungsschwund der Generationen Einhalt gebieten könnte?

Nicht die Jungen allein sind schuld, wenn sie schlechte Zähne haben, schwache Knochen, ungesundes Blut, rasch müde werden, lieber Allotria treiben (Teenager und Beatles), die Arbeit als «Krampf» empfinden, leichter das «Maul» einsetzen als Kopf, Arme und Beine. Es sind unsere falschen Ansichten in mancher Beziehung, aber gerade in Sachen Ernährung auch.

Auf dem Möschberg haben wir den «neuen Ernährungsstil», wie er für das Bauernhaus leicht zu verwirklichen ist, seit Jahren ausprobiert und gestaltet — nicht aus einer «Marotte» heraus und nicht als Hobby, es steht zu viel Verantwortungsbewußtsein dahinter. Viel Ablehnung, viel Mißverstehen und Abneigung haben wir getragen, aber erfreulicherweise auch viel Verständnis und Nachfolge gefunden. Das Vollkornbrot ist in unseren Familien oft in sehr guter Qualität anzutreffen — Rohsalate und Früchte beherrschen die Mahlzeiten, Kartoffeln sind geachtet und werden mannigfaltig zubereitet, Milch oft roh genossen und selbst Joghurt aus Rohmilch bereitet. Zucker wird bestimmt nicht 50 kg pro Person und Jahr verwendet. Also ist schon etliches erreicht, der Anfang gemacht. Wir müssen nur die besseren Ansichten, als die besseren Gewohnheiten, der jungen Generation mitgeben. Zu wünschen ist nur, daß diese «Ohren hat zu hören» und nicht erst durch eignen Schaden klug werden muß.

Es ist tatsächlich möglich, durch Ernährungsänderung den Verlauf und die Gesamtleistung des Lebens für uns und unsere Nachkommen in einer Weise zu verbessern, wie man das früher für unmöglich gehalten hat.
Vieles, was wir für erb- und anlagebedingt hielten, finden wir jetzt dem Einfluß der Ernährung zugänglich.

Prof. Dr. med. Shermann
Mitglied des nationalen Forschungsrates der USA