

**Zeitschrift:** Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen

**Band:** 16 (1943)

**Heft:** 7

**Artikel:** Ernährung und körperliche Leistung bei Soldaten

**Autor:** Scheurer

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-516667>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 17.11.2024

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

- a) Feststellung des Einflusses der verschiedenen Zubereitungsarten auf den Nährwertgehalt der Lebensmittel, vermittelt chemischer und biologischer Versuche,
- b) Ausarbeitung eines Kochbuches auf Grund der zu a) gemachten Feststellungen,
- c) wissenschaftliche und praktische Verbreitung der gefundenen Erkenntnisse.

## **Ernährung und körperliche Leistung<sup>1</sup> bei Soldaten**

von Hptm. Scheurer, Dr. chem., Sitten

In der Armee wurden Versuche über die Ernährung und die körperliche Leistung der Soldaten durchgeführt. Vitamin C-Untersuchungen im Militär sind in der Schweiz vor allem von Gander, Bucher, Stahel, Demole, Brunner etc. schon abgeschlossen worden. Diese Autoren glauben aus den von ihnen erhaltenen Resultaten den Schluss ziehen zu können, dass bei unseren Wehrmännern in kürzeren (Wiederholungskursen), wie auch in längeren (Rekrutenschulen) Dienstperioden ein erhebliches Vitamin C-Defizit bestehe, welches nach längerem, 8—9 Monate dauerndem Militärdienst (Mobilmachungs- und Aktivdienst) noch erheblicher wird. Auch J. von Deschwanden, Adelboden, beschäftigte sich mit diesen Fragen und berichtet darüber in Nr. 51 der Schweiz. medizinischen Wochenschrift 1942. Im wesentlichen stimmen die von ihm erhaltenen Resultate der Sättigungsdefizite überein mit denjenigen der oben erwähnten Untersucher. Er prüfte unter anderem auch Truppen, die in anstrengenden Eilmärschen über einen verschneiten Bergpass ziehen und dort sogar Schnee schaufeln mussten, um durchzukommen, 39 km und 1327 m Höhendifferenz. Alle diese Wehrmänner hatten nach ihrer Ankunft beträchtliche Sättigungsdefizite. Es wurden den Soldaten versuchsweise Vitamin C, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub> (Lactoflavin) und Guigoz 3 Trockenmilch verabreicht. Es wurde unter verschiedenen Arbeitsbedingungen das Sättigungsdefizit bestimmt und nach längerer Dienstzeit vergrössert vorgefunden. Schwere körperliche Anstrengungen verursachen, wie schon erwähnt, in kurzer Zeit ziemlich erhebliche Sättigungsdefizite. Bei Verabfolgung entsprechender Mengen des Trockenmilchpräparates Guigoz 3 Trockenhefe anstelle des üblichen Soldatenfrühstücks wird das Sättigungsdefizit verringert. Dies trifft auch zu, wenn der üblichen Kost Aneurin (Vitamin A) oder Vitamin B<sub>2</sub> (Lactoflavin Roche) einzeln oder zusammen zugefügt werden. In letzterem Falle ist die Verringerung etwas grösser. Wird täglich 0,3 g Ascorbinsäure (= Vitamin C, Redoxon Roche) abgegeben bis zur Sättigung und auch weiterhin, so ist die Ausscheidung der reduzierenden Substanz im Urin eine geringere, wenn gleichzeitig und bereits 7 Tage vorher das erwähnte Präparat oder die Vitamine zugeführt werden. Je schwerer die körperliche Leistung, desto grösser ist die Verringerung der Ausscheidung (d. h. um so mehr Vitamine verbraucht der Körper).

Bekanntlich verteilt die deutsche Armee ihren Soldaten speziell vor grossen Anstrengungen Vitamin-Tabletten, um die Leistungen zu erhöhen und den Körper gegen Krankheiten (Grippe) zu schützen, indem er gegen Bakterienangriffe widerstandsfähiger wird.