Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 15 (1958)
Heft: 10

Artikel: Die umstrittene Salzfrage
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552618

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: 11.07.2025

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

TEUFEN (App.), Oktober 1958

15. Jahrgang — Nr. 10

A.Z. VILLMERGEN

Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement:	Redaktion/Verlag: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen	Vertriebsstelle für Deutschland:	Insertionspreis:
Inland . . Fr. 4.80 Ausland . Fr. 6.—	Telefon (071) 23 60 23 Postcheck IX 10 775 Druck: Walter Sprüngli, Villmergen	Verlagsanstalt Merk & Co., Konstanz Abonnement: 6.— DM Postcheck Karlsruhe 6228	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT: 1. Würzendes Salz / 2. Die umstrittene Salzfrage / 3. Beispiele bestätigen den Grundsatz der Ganzheit / 4. Bakterienfurcht / 5. Zweckmäßiges Süßen / 6. Fragen und Antworten: a) Kohlblätter helfen; b) Grauer Star als Geburtstagsgeschenk. / 7. Aus dem Leserkreis: a) Jahrelange Magenschmerzen verschwinden; b) Starke Magensenkung; c) Ueberraschende Hilfe bei schwerer Angina; d) Eine weitere Bestätigung.

WÜRZENDES SALZ

Eine muntre Ziegenherde klettert bergwärts zu den Höhen,
Nascht und nascht der Kräutlein Würze, die am Wege reichlich stehen.
Aber gleichwohl gibt der Hirte ihnen hie und da zu lecken
Reines Salz, weil gar zu gerne sie auch diese Würze schlecken.
Auch wir Menschen nicht nur würzen mit den Kräutern unsre Speisen,
Denn das Salz der Erde stetig alle Völker reichlich preisen.
Wissen wir, wieviel wir brauchen und was tunlich unserm Leben?
Denn ein alter Spruch vor Jahren ward uns weislich mitgegeben.
Dieser heißt, man könne salzen, salzen, salzen bis zum Zwist,
So, daß dieserhalb das Leben regelrecht versalzen ist.
Also ist es sicher richtig, weise mit dem Salz zu sein,
Zu gebrauchen seine Würze gegen alles fade Sein.
Speisen werden dadurch schmackhaft, nicht an Weisheit es gebricht,
Wenn es nicht an Würze fehlet, also, an der Wahrheit nicht.

Die umstrittene Salzfrage

Das Salzbedürfnis

Wenn wir von Cinuos-chel über den Inn in den Nationalpark hineinwandern und ungefähr nach einer Stunde Marsch links in ein Seitental abschwenken, dann werden wir eine Stelle finden, die als natürliche Salzlecke bekannt ist. Kein Wunder, daß sich dort regelmäßig Gemsen einstellen, da sie das Salz als Zusatz zu den würzigen Bergkräutern lieben. Ein inneres Bedürfnis treibt diese wildlebenden Tiere instinktiv an diese Stelle, woraus zu schließen ist, daß ihr Gesundheitszustand auch dieses anorganisch gebundene Salz benötigt, denn der natürliche Instinkt solcher Tiere ist ein Wegweiser, der sich schwerlich täuscht. Auch unser Führer, der Parkwächter berücksichtigt dieses Bedürfnis, denn oft trägt er in seinem schweren Rucksack einen großen Salzstein bergan, den er hoch oben in den Bergen für die Steinböcke und Gemsen als künstliche Salzlecke niederlegt. Es muß aber Steinsalz sein, da kristallisiertes, gemahlenes Salz den Tieren schaden könnte, weil sie dann zu große Mengen einnehmen würden. Haben denn die Tiere dieses Salz wirklich nötig, da doch der Boden überall mehr oder weniger salzreich ist? Hauptsächlich findet sich das Kochsalz in der Verbindung von Chlornatrium vor, also in der Kombination von Natrium, einer Base und Chlor, einer Säure. In dieser Form, also nicht einzeln, sondern als Gemisch, zeigt es sich reichlich in den Zwiebeln und den Laucharten, weshalb es im Bereiche der Möglichkeit liegt, daß wir die für uns notwendige Menge von Kochsalz durch die Pflanzen aufnehmen können, wir müssen uns nur bemühen, diese kochsalzreichen Pflanzen in unsern Speisezettel aufzunehmen.

Auch die Kalisalze, die wir benötigen, sind in den grünen Pflanzen reichlich enthalten, so daß sie den Speisen nicht zusätzlich beigegeben werden müssen. Aber genügen diese pflanzlich gebundenen Salze wirklich, um unsern Salzbedarf zu decken und weshalb benötigen wir überhaupt Salz?

Eine interessante Forderung

Wenn wir die Blutflüssigkeit untersuchen, dann werden wir im Blutserum ein Gemisch von Salzen finden. Das elektrische Spannungsfeld unsres Körpers benötigt Salz, um das richtige Verhältnis der Jonen zu gewährleisten. Auch in der Elektrotechnik könnten wir bekanntlich keine Batterie aufladen, wenn die Batterieelemente nur destilliertes Wasser enthielten, während die Salze fehlen würden. Die Salze sind unbedingt notwendig, da sonst kein Strom erzeugt werden könnte. In ähnlichem Sinne verhält es sich in unserem Körper, der gewissermaßen wie eine Batterie ist. Das elektrische Spannungsfeld und noch viele andere Funktionen werden in unserem Körper durch das Salz aufrechterhalten. Es ist somit ein lebensnotwendiger Stoff. Zuviel Salz würde einer Batterie jedoch anderseits wiederum nicht dienlich sein, da dieses Zuviel die normale Funktion verunmöglichen würde. Es handelt sich also um ein bestimmtes Verhältnis, das berücksichtigt werden muß, und das auch für unsern Körper in Frage kommt.

Wie groß ist unser Salzbedarf?

Diese soeben gestellte Frage ist umstritten. Wissenschaftliche Zeitungen aus Amerika geben bekannt, daß wir viel Salz benötigen, da sonst die Abwicklung der Lebensvorgänge gefährdet sei. Die Vitalität und das innere Spannungsvermögen seien namentlich vom Salzgehalt abhängig. Umgekehrt warnen vormerklich europäische Wissenschaftler vor zu vielem Salzgenuß, da dieser Blutdruckerhöhungen zur Folge haben kann, genau wie dies bei der Eiweißüberfütterung der Fall ist. Auch rheumatische Leiden, Arterio-Sklerose, Nierenleiden und andere

Krankheiten werden in Verbindung mit einem zu großen Kochsalzgenuß gebracht. Wir stehen hier vor der ähnlichen Frage, die uns auch die Dosierung der Vitamine auferlegt. Nehmen wir zuviel Vitamine, vor allem Vitamin C, dann finden wir, je mehr wir einnehmen, umso größere Mengen im Urin vor. Der Körper kann das überflüssige Vitamin nicht aufspeichern, weshalb er es durch den Urin wegschafft. Aehnlich ist es beim Kochsalz. Ein großer Kochsalzgenuß erzeugt viel Durst, was jeder Wirt und Hotelier weiß, weshalb er seine Einnahmequelle durch kräftig gesalzene Speisen erhöhen kann. Die Kochsalzmenge muß gelöst werden, was durch Flüssigkeit geschieht. Je mehr wir salzen, umso mehr müssen wir trinken. Bei starkem Kochsalzgenuß wird die Urinanalyse einen hohen Gehalt an Kochsalz aufweisen. Dies stellt für die Niere mit der Zeit eine große Belastung dar, und sie wird mit der Ausscheidung der überschüssigen Salze nicht mehr nachkommen, wenn sich noch andere Komplikationen hinzugesellen, so beispielsweise eine Erkältung oder irgendwelche andere Fehler, die gemacht werden. Die Folge ist eine Rückstauung oder Retention mit jenen großen Schädigungen, die dem übermäßigen Kochsalzgehalt im Körper zuzuschreiben sind.

So geht denn aus diesen Feststellungen hervor, daß das Zuviel und Zuwenig schädlich ist, während das normale Maßhalten den vernünftigen Lebensbedingungen entspricht. Der zusätzliche Kochsalzbedarf hängt unbedingt von der Art unsrer Nahrungsmittel ab. Weißbrot, Weißmehl, weißer Zucker, ausgelaugte Gemüse, Büchsenkonserven, kurz, alle raffinierten Nahrungsmittel fordern eine größere Zugabe von Kochsalz. Dies mag der Grund sein, warum der Amerikaner den Standpunkt eines großen Kochsalzverbrauches vertritt, während der Europäer bei seinem Vollkornbrot und andern unraffinierten Naturprodukten weniger einen Salzmangel zu befürchten hat. Wer seine Nahrung mit salzhaltigen Wirkstoffen versieht, mit Zwiebeln, Knoblauch, Kresse, Meerrettich und andern kräftigen Gewürzkräutern, der braucht womöglich überhaupt nicht zu salzen. Die Inder, die Indianer und andere Naturvölker salzen wenig, obwohl sie gleichwohl scharf gewürzt essen, denn sie verwenden kräftige, wenn auch gesunde, vitaminhaltige Gewürzpflanzen, so Paprika- und Peperoniarten. Diese würzen so scharf, daß sie die Zunge beißen können, obwohl sie die Niere nicht reizen. Man kann also mit einem kräftigen Würzstoff gesundheitlich richtig würzen. Es liegt demnach ein wesentlicher Unterschied im scharfen oder salzigen Würzen. Kochsalz kann also auch bei uns ersetzt werden, denken wir nur einmal an die schmackhafte Würzkraft von Meerrettich im Salat oder Quark. Die Urinanalysen beweisen, daß auch bei uns in Europa durchschnittlich noch viel zu viel gesalzen wird. Auch die Hautausscheidung, der Schweiß, ist salzig. Verschiedene Formen von Ekzemen und Flechten hat man als Salzfluß bezeichnet und dies keineswegs zu unrecht, denn salzfreie Diät vermag diese Ausscheidung zu verhindern und teilweise sogar ganz zu heilen. Daß auch unsere Tränen salzig sind, wissen wir alle und verschiedene Wissenschaftler, die evolutionistische Ansichten vertreten, möchten sogar wahr haben, daß der Mensch innerlich dem Meere nachweine, weil er ihm entstamme. So weit kommt der Mensch, der es besser wissen will als sein Schöpfer.

Die Bildung salziger Wasser

Bekannntlich sind die Meere salzig und ganz besonders reich an Salzen sind die Wasser des Toten Meeres. Am Südende dieses Meeres befindet sich in der Nähe von Kalibergwerken eine Salzschlucht, die an den Eingang in eine Gletscherhöhle erinnert, nur steht an Stelle des Eisberges links und rechts ein Salzberg mit blaugrünen Wänden und Riesenblöcken, die sich ineinanderschieben. Es ist tatsächlich als durchwandle man eine grünschillernde Gletscherschlucht, an deren Ende sich eine große runde Halle befindet, deren Wände 30, 50 oder noch mehr Meter aufwärts ragen und aus lauter Salz bestehen, das wie grünliches Eis aussieht. Woher mögen diese Salzmassen kommen, und wieso ist das Tote Meer salzig? Diese Fragen beschäftigten uns lebhaft, denn dieses salzige Meer, das keinen Abfluß hat, wird nur durch Süßwasserzufluß gespiesen, vor allem vom Jordan. Jährlich verdunstet dieses Meer Tausende und aber Tausende Tonnen von Wasser, das zu Wolkenbildungen wird und als solches destilliert, also salzfrei ist. Woher kommen also die abgelagerten Salze? Das gewöhnliche Flußwasser, Bachwasser und Quellwasser enthält gelöste Mineralstoffe, weshalb es unmerklich salzig ist, während unsere Mineralquellen reich an verschiedenen gelösten Mineralstoffen sind, die wir als Spurenelemente besonders benötigen, an denen wir aber oft einen Mangel haben. Wenn nun der Jordan seine großen Wassermengen ins Tote Meer ergießt, das wie jedes Binnenmeer ohne Ausgang oder Abfluß ist, dann werden die Salze ganz einfach zurückbleiben, denn das Wasser wird ja bekanntlich ständig verdunstet und als destiliertes Wasser abgeführt. Nach Jahrhunderten und Jahrtausenden kann deshalb das Wasser eines solchen Binnenmeeres immer salziger und salziger werden, bis es schließlich fast einer gesättigten Salzlösung entspricht. Ist diese Salzlösung übersättigt, dann beginnt die Kristallisation. Das Salz fängt an sich abzulagern, und die entstehenden Salzschichten werden immer dicker und dicker, bis sie sich zum Salzberg bilden. So erklärt man sich normalerweise das Salzigwerden von Binnenseen und Meeren. Vielleicht stimmt diese Erklärung, vielleicht haben sich aber auch die Mineralsalzlager bereits schon bei der Erdgestaltung gebildet, worauf sie durch die Meere gelöst worden sind.

Düngprobleme

Auch durch Regenwasser können Salze gelöst werden, was einer gewissen Düngung entspricht. Man kann also auch mit Salzen düngen, nur verhält es sich damit gleich wie mit der Verwendung von Kochsalz. Mit einer zu konzentrierten Salzlösung kann man nämlich die Bodenbakterien so sehr schädigen, daß sie daran zum Teil zugrunde gehen können. Verabfolgt man aber nur einen Drittel oder Viertel der Salze, die gewöhnlich in den Düngern enthalten sind, so vor allem die Kalisalze, dann können die Bodenbakterien gedeihen und sich vermehren, wodurch die Pflanze ihre normalen Nährwerte erhält. Man sollte also auch dem Boden gegenüber nicht auf Extreme eingestellt sein, indem man ihm entweder zuviel oder zu wenig gibt. Die Menge an Salzen, die durch die Verwitterung von Steinen dem Boden wieder zugeführt wird, genügt bekanntlich nicht, um zu ersetzen, was die Ernte der Erde entzieht. Wir müssen also unbedingt nachhelfen, wenn wir auf eine qualitativ und quantitativ gut gestellte Ernte abzielen. Jede Düngung, die die Bakterienflora im Boden fördert, ist richtig. Um nicht fehl zu gehen, sollten wir also jeweils den Gehalt und Bestand der Bodenbakterien nachprüfen. Bloße Laboratoriumsversuche sind nicht maßgebend, ebensowenig wie die Berechnung des menschlichen Salzbedarfes durch einseitige Forscher. Die richtigen Maßstäbe bietet uns die Natur selbst, indem sie uns die notwendigen Verhältnisse finden läßt.

Die Wirksamkeit verschiedener Salzarten

Noch festzustellen ist die Wirksamkeit verschiedener Salzarten. Das Salzelement, das in den Pflanzen vegetabil gebunden ist, erweist sich als das beste für uns. Das zusätzliche Salinenkochsalz ist sehr sparsam zu gebrauchen, während sich jodiertes Salz, wie es allgemein im Handel erhältlich ist, sehr schlimm und gefährlich auswirken kann. Gewöhnlich wird das Jod mit einem Mikroverstäuber in das Salz verteilt. Diese Jodbeigabe mag bei Unterfunktionen der Schilddrüse, bei dem sogenannten Myxoedem, günstig sein, was aber nur einem verhältnismäßig kleinen Teil der Menschen zugute kommt, da der erheblich größere Teil eher an mehr oder weniger star-

ker Ueberfunktion der Schilddrüse leidet, weshalb er durch Jodsalz empfindlich geschädigt werden kann. Als Folge kann sich Herzklopfen einstellen, können sich Nervenleiden ergeben, die bis zu Nervenzusammenbrüchen führen mögen. Jod ist ein Medikament, das stärker wirkt als viele andere Medikamente, die rezeptpflichtig sind, weshalb es nur vom Arzt verschrieben werden sollte. Wir sollten also unbedingt darauf achten, daß wir unjodiertes Salz gebrauchen.

Meerbewohner, die Meersalz statt Salinensalz verwenden können, haben durch den Salzgenuß nicht die gesundheitlichen Nachteile zu gewärtigen, die bei den Binnenvölkern üblich sind. Wohl befindet sich auch im Meersalz Jod, jedoch ist dieses in einer ganz besonderen Verbindung darin enthalten, die dem menschlichen Organismus zuträglich ist, wenn davon jeweils nur kleine Mengen verwendet werden. Auch enthält das Meersalz viele Spurenelemente, die für unser Drüsensystem eine bedeutende Rolle spielen. Selbst der Kalkhaushalt wird durch den Gebrauch von Meersalz besser geregelt. Vielleicht liegt hierin die Ursache, weshalb die Völker, die Meersalz genießen, bessere Zähne und Knochen haben.

Wenn man das Meersalz mit seinen Vorzügen zudem noch mit biologisch gezogenen Frischpflanzen kombiniert, dann erreicht man dadurch ein Maximum vorteilhafter Werte, den Vorzug frischer Pflanzensäfte und zugleich durch das Meersalz denjenigen verschiedenster Spurenelemente. Kein Wunder, daß beispielsweise Herbamare und Trocomare, als solch kombinierte Salze, dem gewöhnlichen Salz weit überlegen sind.

Wenn man in einer Sache im Leben geizig sein darf, dann ist es bestimmt bei der Verwendung von buchstäblichem Salz, während in geistiger Hinsicht, also im biblischen Sinne, das Salz mit dem Licht verglichen wird, das nicht fehlen darf, wenn man nicht in Unkenntnis versinken will.

Beispiele bestätigen den Grundsatz der Ganzheit

Warum unverfälschte Nahrung?

Würden wir stets bedenken, daß alles, was aus des Schöpfers Hand hervorging, wohlweislich berechnet ist, dann würden wir uns nicht durch alle möglichen geschäftstüchtigen und teilweise auch wissenschaftlich erscheinenden Ansichten täuschen lassen. Wir wüßten dann, daß uns irgend ein Korn nicht nur mit dem Innnern, der Stärke dient, sondern vor allem auch mit den äußern Schichten, der Kleie und dem Keimling, liegen darin doch wertvolle Mineralbestandteile, Vitalstoffe, Vitamine, Spurenelemente, kurzum viel bekannnte und noch unbekannte Stoffe und Wirksamkeiten. Es mag sein, daß gerade das noch Unbekannte, das vielleicht in noch kleineren Mengen vorhanden ist, noch wesentlicher und wichtiger ist als die Spurenelemente, von deren Bedeutung man bereits Kenntnis genommen hat. Selbst wissenschaftlich kann heute bewiesen werden, daß sich die Stoffe in irgendeinem Korn im richtigen Verhältnis vorfinden, wie es für den Menschen und das Tier zweckdienlich ist. — Es ist daher keineswegs richtig, das Krüsch wegzunehmen, um es den Schweinen zu verfüttern, denn wenn es für diese so wertvoll ist, daß sie sich dadurch den schön durchzogenen Speck beschaffen können, dann besitzt es bestimmt auch für uns wichtige, aufbauende Werte. Warum sollten wir diese also nicht mit dem ganzen Korn für unsere eigene Gesunderhaltung gebrauchen? Warum müssen wir darauf verzichten, um es uns erst umtransformiert, in gesundheitlich weniger bekömmlicher Form aneignen zu können? Sowohl für uns Menschen als auch für das Tier gilt der Grundsatz, daß das von Gott geschaffene Verhältnis in allen Nahrungsmitteln, handle es sich um Getreide, um Gemüse oder Früchte, für seine irdischen Geschöpfe unumstößlich richtig ist. Wenn wir aber von diesem Grundsatz abgehen, indem wir das Verhältnis ändern, um beispielsweise nur das innere Weiße vom Korn zu gebrauchen, dann können wir mit der Zeit mit einer Störung des biologischen Gleichgewichts rechnen. Ein Glück, wenn unter diesen Umständen unsere Ernährung möglichst vielseitig ist, da dadurch der Mangel nicht so offensichtlich zu Tage gefördert wird, wie bei jenen Völkern, die einseitig leben. Dort kann sich durch die Einnahme entwerteter Nahrung rascher eine Mangelkrankheit einstellen als bei uns. In oft abschreckender Form treffen wir jene typischen Avitaminosen bei Menschen an, denen zuvor ihre spärliche Naturnahrung genügte, während sie nachträglich durch das Eindringen der Zivilisationsnahrung unwissentlich betrogen wurden. Wenn der weiße Mann mit Weißrot, weißem Reis, weißem Zukker und anderen denaturierten Nahrungsmitteln auskommen kann, warum sollte es dann dem Eingeborenen schaden? Die Erfahrung hat indes deutlich bewiesen, daß diese Schlußfolgerung falsch ist.

Die Reisfrage

Die östlichen Völker leben bekanntlich vorwiegend von Reis. Solange dieser naturrein war, genügte er ihnen, selbst wenn sie ihn morgens, mittags und abends einnahmen. Als man ihm aber seine wertvolle Hülle nahm, so daß er für das Auge begehrlich weiß wurde, da zeigte es sich, daß die erwähnte Gewohnheit, morgens, mittags und abends Reis mit nur etwas Salat, Zwiebeln oder Tomaten zu genießen, nicht mehr genügte, Der weiße, raffinierte Reis brachte eine unheilvolle Avitaminose mit sich, die man zuerst gar nicht richtig bewertete, denn man glaubte nicht, daß es sich dabei um eine Mangelkrankheit handle, sonst hätte man kaum nach einem bakteriellen Erreger gesucht. Erst, als einer der forschenden Aerzte, Dr. Eijkmann, beobachten konnte, wie ein Huhn, das ebenfalls an der neuartigen Beriberikrankheit litt, wieder gesundete, weil es Naturreis zu picken bekam, wurde ihm klar, daß die Krankheit lediglich auf einer Avitaminose beruhte.

Sobald man einem Beriberikranken Beiskleie als Heilmittel gibt, beginnt er nach einiger Zeit wieder gesund zu werden. — Tierversuche haben diese Feststellung einwandfrei bewiesen. Füttert man beispielsweise Tauben mit weißem Reis, dann bekommen diese Tierchen rote Augen, das Gefieder wird struppig; sie werden schwach und können nicht mehr auf den Füßen stehen. So liegen sie denn herum und können nicht einmal mehr fressen. Gibt man ihnen in diesem Zustand als Heilmittel weiter nichts anderes als Reiskleie ein, dann sind sie nach einigen Tagen wieder gesund und fliegen davon. Es ist dies ein ganz einfaches Experiment, das uns unbedingt belehren sollte. Trotzdem aber diese Tatsachen bereits an den Universitäten gelehrt werden, essen die meisten Studenten in den Pensionen immer noch weißen Reis. Die Theorie wendet man in der Praxis leider nicht an, was bestimmt nicht folgerichtig ist.

Industrielle Ausbeute

Trotz den vielen interessanten, aufklärenden Vitaminartikeln, die in wissenschaftlichen Zeitungen erscheinen, hat die chemische Industrie kein Interesse daran, im gleichen Sinne aufklärend auf das unwissende Volk einzuwirken, indem es ihm Ernährungsratschläge erteilen würde, denn durch ein solches Vorgehen würde sie zu wenig verdienen. Da kennt sie einen anderen Weg, einen, der viel zweckdienlicher für sie ist, denn kann nicht wissenschaftliche Forschung auch industriell nutzbringend verwertet werden? — Bestimmt. Wenn doch die Vitamine so lebenswichtig sind, warum sollte man sie nicht ganz einfach synthetisch herstellen? Das lohnt sich, lohnt sich weit besser als dem Volk den einfachen Weg zur unverfälschten Nahrung zu zeigen. — Synthetische Vitamine können beliebig hergestellt werden, und wenn die Nahrung entwertet ist, ist großer Bedarf nach künst-