

# Die Reichskalorienkarte.

Kritische Bemerkungen eines Physiologen.

Wir erhalten von geschätzter Seite folgende Zusage: Die in dem Artikel „Die Reichskalorienkarte“ in Nr. 168 vom 12. April 1917 ausgesprochene günstige Beurteilung des Vorschlages von F. Köhler kann nicht ohne Widerspruch gelassen werden. Zunächst muß die Klassifizierung der Nahrungsmittel nach ihrem Verwertungsgrade vom physiologischen und hygienischen Gesichtspunkte aus als eine recht unvollkommene bezeichnet werden, da für den effektiven Nährwert nicht so sehr der Bruttokaloriengehalt, als vielmehr die Ausnützungsgroße entscheidend ist. Diese ist aber von einer ganzen Reihe physiologischer Faktoren, auch vom jeweiligen Zustande des Verbrauchers, ebenso von der Zubereitungsweise der Nahrungsmittel zu Speisen abhängig. Dabei kommt auch in Abzug jene Energiemenge, welche auf die erforderliche mechanische Arbeit des Kau- und Verdauungsapparates zu rechnen ist. Die Ausnützungsgroße wäre ganz reinlich nur in Stoffwechselversuchen am Verbraucher selbst zu ermitteln. Als populäres Beispiel sei angeführt, daß der physikalische Brennwert des Holzes ein ganz erheblicher ist, seine physiologische Auswertungsgröße aber selbst bei feinsten Zer-

teilung z. B. in der Form des als Frühmaterial recht brauchbaren Buchenholzmehles (Haberlandt, Rubner) für den Menschen eine bescheidene ist. Kaloriengleichheit bedeutet also durchaus nicht Nährwertgleichheit!

Zu bedenklichen Täuschungen würde eine willkürliche Gleichsetzung dieser Begriffe führen, wollte man die für die Erhaltung des Menschen (erwachsenen Mannes) im Stoffwechselgleichgewicht erforderliche Menge von etwa 3000 Bruttokalorien (— 10% Verlust an Kot = 2700 Nettokalorien) durch beliebige, wenn nur kalorische gleichwertige Mengen beliebiger, nur überhaupt verwertbarer Stoffe herstellen. Daraufhin könnte einer auch auf den Gedanken kommen, den Alkohol mit seinem Brennwert von 7080 Kalorien per Kilo als hochwertigen Ersatz von Stärke mit 4183 oder Rohrzucker mit 3955 oder Eiweiß mit 5750 (Brutto — 1650 = 4100 Netto) heranzuziehen, zumal wenn er erfährt, daß dieser Stoff zu einem sehr erheblichen Teil (98%) wirklich verwertet wird und neue Zufuhr selbst bei bestehendem Zuckerüberschuß im Körper sofort den Zuckerverbrauch herabsetzt. Dabei würde aber übersehen, daß die Arbeit, z. B. Bergsteigen, unter Alkoholverwertung mit geringerem Nutzeffekt (Arbeitsleistung: Gesamtstoffverbrauch) also unökonomisch erfolgt, daß ferner bald die feine Abstufung im Zusammenarbeiten der Muskeln, die sogenannte Koordination, beeinträchtigt wird. Der Alkohol bedeutet eben nicht eine harmlose Energiequelle, sondern ein die Gewebe schädigendes Gift, wenn auch diesbezüglich eine gewisse natürliche Widerstandsfähigkeit und Gewöhnung nicht zu leugnen sind. Dementsprechend kehrt sich die bei geringen Dosen immerhin erfolgende Sparung an Stickstoffverlust (bis zu 7%) bei giftig wirkenden Dosen in eine Steigerung des Stickstoffverlustes bis zu 4, ja 10% um.

Aber auch abgesehen von der hiemit bezeichneten Möglichkeit eines auf die rein kalorische Betrachtungsweise gegründeten Mißbrauches gewisser Nahrungs- und Genußmittel muß der Köhler'sche Vorschlag der Reichskalorienkarte als undurchführbar und täuschend bezeichnet werden. Würden doch bei freier Wahl in der Art der Bestreitung des zuerkannten Kalorienminimums naturgemäß die meisten Verbraucher die hochwertigen Nahrungsmittel, speziell Fett, Milch, Eier wählen, an welchen gerade der größte Mangel herrscht. In der Praxis wäre man auch dann zur Wahlbeschränkung und Rationierung genötigt — also zum gleichen Vorgehen, wie wir es heute notgedrungen anwenden. Dabei sei gerne zugegeben, daß in der behördlichen Erfassung und Bewirtschaftung auch ein Zubiel zum Schaden der meisten geschehen kann. Beispiele solcher Hyperorganisation hat — neben bewunderungswerten Schöpfungen der Wahlorganisation — Deutschland geliefert, z. B. in der vorjährigen Beschlagnahme des Obstes und vieler Gemüse, in dem Verbote selbst einer geschenksweisen Uebertragung von Nahrungsmitteln u. a.