Objekttyp: **FrontMatter**

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

Band (Jahr): **16 (1943)**

Heft 3

PDF erstellt am: **03.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

März 1943 XVI. Jahrgang Nr. 3

DER FOURIER

OFFIZIELLES ORGAN DES SCHWEIZ. FOURIERVERBANDES

Appetit, Hunger und Sättigung in der Truppenverpflegung

von Fourier Felix Hasler, Basel

Es wird gelegentlich von ziviler Seite her geklagt, die Armee habe eine zu gute Kost. Dieser Vorwurf erfüllt uns Verpflegungs-Funktionäre mit Befriedigung, ja mit Stolz. Wir sind froh, dass die Verpflegung auch im vierten Kriegsjahr den Ansprüchen der Truppe noch voll genügt. Anderseits wird behauptet, in diesen und jenen Einheiten sei das Essen zu wenig sättigend.

Herr Hptm. Zeller (Fachberater für Ernährungsfragen im Armeestab) hat das Problem Hunger und Sättigung genau untersucht. Anlässlich eines Vortrages im Schosse des Fourierverbandes, Sektion beider Basel, gab Herr Hptm. Zeller in sehr interessanter und leichtverständlicher Weise einige Ergebnisse seiner Arbeit bekannt.

Der Hunger hängt nicht nur von der zur Verfügung stehenden Nahrungsmenge ab. Es kommt noch auf viele andere Faktoren an. So ist es durchaus möglich, dass zwei Gerichte den gleichen Sättigungswert aufweisen, obwohl der in Kalorien ausgedrückte Nährwert des einen nur ein Drittel des andern beträgt [1]). Hunger und Appetit ist auch nicht dasselbe. Der Bedarf nach Nahrung macht sich durch den Hunger bemerkbar; nennen wir ihn den quantitativen Regulator der Nahrungsaufnahme. Der Appetit jedoch befriedigt den Anspruch. Er ermöglicht, wie Prof. von Soos [2]) sagt, die qualitative Einstellung des Nahrungsstromes. Hunger und Appetit sind beides Allgemeingefühle, Triebe, die befriedigt werden müssen. Nach Prof. von Gonzenbach [3]) ist Essen Umwandlung eines Unlustgefühles (Hunger) in ein Lustgefühl (Sättigung). Gewiss, Hunger ist der beste Koch! Die Erfahrung lehrt aber, dass der Hunger des Menschen nicht planlos nach irgend einer Speise verlangt. Nein, der Körper verlangt unbewusst oft nach ganz bestimmten Nahrungsstoffen, die er gerade benötigt. Es ist deshalb gut erklärlich, warum jemand, der gewohnt war, viel Fleisch zu essen, bei Fleischknappheit plötzlich ein grösseres Bedürfnis nach Käse bekommt. Eine Eiweissquelle wird instinktiv durch eine andere ersetzt [1]). Oder haben wir es nicht selbst schon erlebt, wie wir nach einer grossen körperlichen Anstrengung mit viel Schweissabsonderung, nicht nur nach Flüssigkeit, sondern auch nach einem „Landjäger" oder sonst etwas Gesalzenem begierig verlangten? Der Körper benötigte Kochsalz! Ähnlich können wir einen Fett- und Eiweisshunger bekommen.

Der Hunger „sitzt" im Magen. Der Soldat weiss das schon lange, wenn er uns zuruft: „Ich habe einen leeren Ranzen!" Er sagt uns damit die nackte Tatsache!