

Zeitschrift:	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
Herausgeber:	Schweizerischer Fourierverband
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 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: 12.12.2025

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

- a) Feststellung des Einflusses der verschiedenen Zubereitungsarten auf den Nährwertgehalt der Lebensmittel, vermittels 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 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, B₁, B₂ (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 B₂ (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.