

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

**Herausgeber:** Schweizerischer Fourierverband

**Band:** 54 (1981)

**Heft:** 7

**Rubrik:** Kamerad, was meinst Du...?

### **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:** 17.01.2026

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

realisierbare Trennung der Kriegsauswirkungen zwischen zivilen und militärischen Zielen vorschreiben (Art. 57/2 und 58).

Völkerrechtliche Abkommen vom Umfang und der Bedeutung der heute vor dem Parlament liegenden Zusatzprotokolle I und II haben immer einen gewissen Kompromisscharakter. Bei der Verschiedenheit der Gesichtspunkte und der Härte des Ringens um jeden Artikel ist es sogar ein kleines Wunder, dass die Protokolle überhaupt zustande gekommen sind. Diese tragen deutlich die Zeichen der Zeit und sind Ausdruck der modernen Entwicklung. Aber auch wenn dieses «politische Situationsrecht» nicht unsere letzten Wünsche erfüllt, darf es doch als ein im wesentlichen geglücktes Recht bezeichnet werden, dem wir — mit Ausnahme unserer ausdrücklichen Vorbehalte — mit gutem Gewissen unsere Zustimmung geben dürfen.

Kurz

## Kamerad, was meinst Du . . . ?

---

### Nochmals Vitamin B 1

Four H. B. sandte uns folgende (leicht gekürzte) Zuschrift zu diesem Thema:

Die vermehrte Abgabe der im Reglement Truppenhaushalt (Regl. 60.1) aufgeführten Vitamin B 1-«Spitzenreiter» würde dazu führen, dass sich die Rekruten noch vermehrt auswärts mit Nahrung eindecken würden. Denn die Beliebtheit, zum Beispiel der weissen Bohnen (Büchsenmenu), dürfte bekannt sein. In wieviel Familien wird heute zudem noch Mais gegessen?

*Vorschlag:* Nicht mehr, sondern *bessere* bzw. *beliebtere* Vitamin B 1-Träger.

Hoffentlich «löst» das OKK das Problem «Vitamin B 1» nicht einfach durch Erhöhung des Pflichtkonsums an Biskuits oder Büchsenmenüs; diese «Lösung» wäre für das OKK zu billig und für den Fourier zu teuer.

Im erwähnten Artikel scheint mir ein Widerspruch zu stecken: Wenn es heisst, ich zitiere — «besonders am Abend wurde öfters die Verpflegung in nahegelegenen Restaurants auf eigene Kosten dem Abendessen in der Kaserne vorgezogen», dann dürfte es sich hierbei wohl kaum um — ich zitiere Dr. A. Blumenthal — «ernährungstechnisch minderwertiges Zeug: Zucker und Alkohol» handeln.

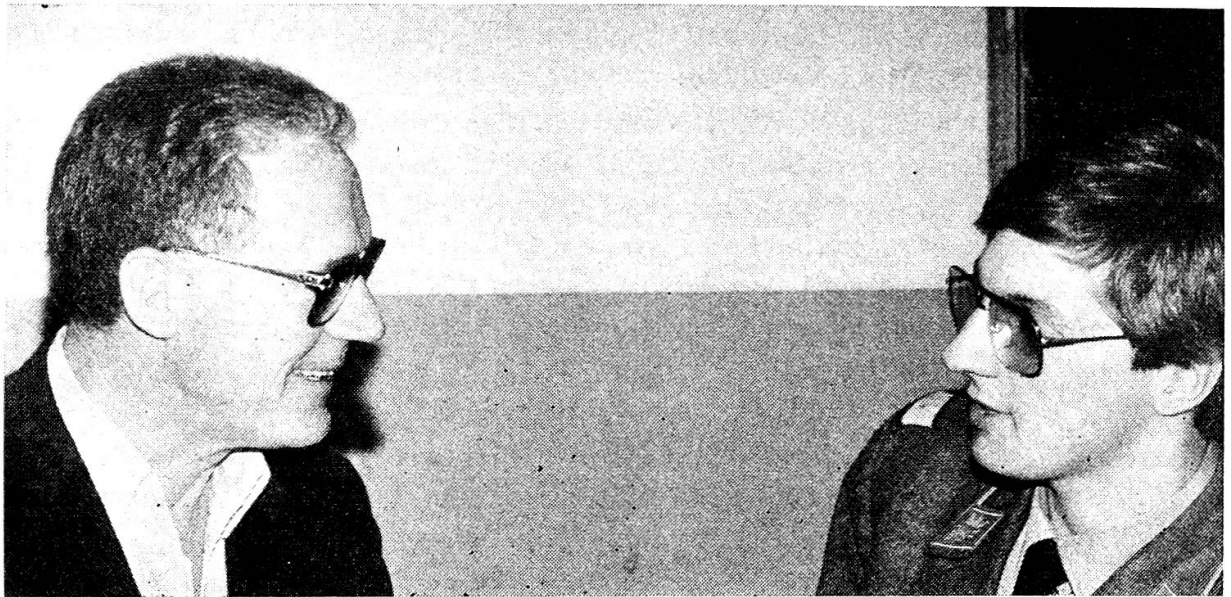
Somit dürften auf diese Weise doch noch zusätzliche Vitamine zugeführt werden (z. B. Vitamin B 1 aus Schweinefleisch!) Das Gemüse ist sehr teuer: bis in den Oktober 1980 hinein, z. B. kostete jeweils das Gemüse im Ankauf bereits mehr als die in «Preise für Militärspeisen» (V-41.12) angegebene fertig zubereitete Mahlzeit! Bei solchen Preisen liegt der Bezug von Obst schlicht und einfach nicht mehr drin.

*Vorschlag:* Damit das Obst vermehrt Zugang zu der Truppenküche findet, sollen die Obsthändler vermehrt günstige Angebote machen, vielleicht auch einmal selber beim Fourier vorbeischaauen.

### Antwort der Redaktion

(s) Noch steht die Antwort des Schweizerischen Obstproduzentenverbandes aus, aber wir werden zu gegebener Zeit (spätestens zur Zeit der Obsternte) darüber berichten. Probleme rund um das Vitamin B 1 haben wir in der Ausgabe vom April 1981 behandelt.

Doch haben auch wir in der Redaktion unterdessen weitere Informationen eingezogen. Führend auf diesem Gebiet ist Professor Dr. Meinrad Schär aus Zürich.



Prof. Dr. M. Schär beantwortet bereitwillig Fragen eines Aspiranten der Offiziersschule in der Kaserne Bern

Seit Jahren hält er ein sehr beachtetes Referat in der Versorgungstruppen-Offiziersschule zum Thema: «Ernährungsgewohnheiten und Mangelercheinungen in der Schweiz.» Wir hatten Gelegenheit, den ersten Teil dieses Referates in der Kaserne Bern mitzubekommen. Aufgefallen ist die mustergültige Aufmerksamkeit des Auditoriums, was allerdings wegen der interessanten Ausführungen von Professor Schär begründet war.

«Gibt es in der Schweiz Mangelercheinungen bezüglich Vitamin B1?» so fragten wir auch ihn. Seine Antwort:

«Bisher seien nur in Entwicklungsländern echte Probleme aufgetaucht, bei den Eingeborenen. Der Grund von Vitamin B1-Mangelercheinungen sei folgender gewesen: Der weisse Mann verzehrt auch in den Entwicklungsländern nur weissen, polierten Reis, aber zusammen mit Fleisch, Gemüse und/oder Salat. Was der weisse Mann tut, gilt als vornehm. Polierten Reis kann sich auch die arme Bevölkerung leisten, allerdings ohne Beilagen von Fleisch und Gemüse/Salat. Die Krankheitserscheinungen wegen Vitamin B1-Mangel konnten allerdings jeweils rasch behoben werden, wenn vom Arzt die Einnahme des herkömmlichen, braunen Reises angeordnet wurde.»

Professor Schär findet, weit schlimmer als

der Vitamin B1-Mangel unserer Rekruten sei die landesweite «Überfütterung» unserer Bevölkerung.

Eindrücklich schildert er den Offiziersanwärtern: «Es ist leichter, wenige Kalorien zuzuführen, als sie vermehrt auszugeben!» Oder: «Dem menschlichen Körper genügt ein halbes Kilo Fett für einen Marsch um den ganzen Zürichsee.» Ein erhöhter Bedarf an Vitamin B1 sei lediglich ausgewiesen bei Alkoholikern, dort könne ein Bilanzdefizit festgestellt werden, im Extremfall sogar eine Poly-Neuritis. Hingegen führten zu grosse Fetteinlagerungen bei 40 bis 50jährigen bereits zu Gefässverschlüssen an Armen und Beinen, besonders schlimm sind diese natürlich dann, wenn sie in den Herzkranzgefässen stattfinden und eventuell zum Herzinfarkt führen, der aber auch viele andere Ursachen haben kann.

Fehlende Ballaststoffe (Obst, Gemüse, Reis, andere Cerealien) führen hingegen zu Verdauungsträgheit, eventuell sogar zu Verstopfung, die wieder krebsfördernd sein kann. Genügend Ballaststoffe garantieren einen geregelten Stuhlgang, weshalb Professor Schär seinem militärischen Auditorium (es ist immer eine Freude, vor einem andern Publikum als «nur» Medizinstudenten zu reden) zum Schluss einen geregelten Stuhlgang wünscht und donnernden Beifall erntet.