

**Zeitschrift:** Bauen, Wohnen, Leben  
**Herausgeber:** Bauen, Wohnen, Leben  
**Band:** - (1960)  
**Heft:** 41

**Rubrik:** Sprechstunde unseres Hausarztes

#### **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:** 06.02.2026

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

# SPRECH-STUNDE UNSERES HAUS-ARZTES

## Arterienverkalkung und Ernährung

Ist das Fett schuld?

Jedenfalls essen wir zuviel

**DK.** Die Gefäßerkrankungen, vor allem die Arterienverkalkung, nehmen in allen zivilisierten Ländern zu. Man glaubt Zusammenhänge mit der Ernährung feststellen zu können. Allzu reichliche Ernährung im allgemeinen und übermäßige Fettzufuhr im besonderen wird für die Gefäßerkrankungen verantwortlich gemacht. Sicher sind aber noch andere Faktoren beteiligt, und die Ernährungsmythologie, die sich bereits um die Gefäßerkrankungen gebildet hat, enthält erhebliche Uebertriebungen. Solche Uebertriebungen werden nur zu leicht volkstümlich, wozu die sogenannten Ernährungslehrer der verschiedenen Naturapostel ihren Teil beitragen.

Was läßt sich wissenschaftlich heute über den Zusammenhang zwischen Ernährung und Arteriosklerose aussagen? Im allgemeinen ist aus den Berichten namhafter Forcher aus verschiedenen Ländern die Tendenz zu erkennen, die Ernährungszusammenhänge der Gefäßerkrankungen eher mit Vorsicht zu beurteilen. Lange Zeit hatten bedeutende Gelehrte die Ansicht vertreten, daß zu viel Cholesterin in der Nahrung an der Gefäßerkrankung schuld sei. Das Cholesterin ist ein Stoff, der in bestimmten Mengen normal im Körper vorkommt und biologisch wichtig ist. Es ist die Grundsubstanz der überaus wichtigen Gruppe der Sterine und unter anderem mit den Keimdrüsenhormonen verwandt. Die hochwertigen Nahrungsmittel, wie Fleisch oder Eier, enthalten unendliche Mengen an Cholesterin. Abscheidungen von Cholesterin gehen der Bildung von Kalkplättchen an den Gefäßwänden voraus. Man riet also, weniger Fleisch, Eier usw. zu essen.

Auf einer Tagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung hatten deutsche Gelehrte festgestellt, daß nicht der an sich kleine Cholesterin-Gehalt der Nahrung für die Arteriosklerose verantwortlich ist, sondern das Cholesterin, das sich aus den in der Nahrung enthaltenen Fetten durch chemische Umwandlungen im Körper bildet. Also weg mit dem Fett, rief man nun, namentlich mit den sogenannten gesättigten Fettsäuren, die zur Umwandlung in Cholesterin neigen. Die ungesättigten Fettsäuren dagegen sind unbedenklich. Sie finden sich in den Oelen, ausgenommen den

gehärteten (Margarine), in denen chemische Sättigung eingetragen ist. In kleineren Mengen sind ungesättigte Fettsäuren allerdings in allen Nahrungsfetten (am meisten in Butter) und auch vielen anderen Nahrungsmitteln enthalten. Die Verabreichung ungesättigter Fettsäuren in Gestalt von Nahrungsölen senkt tatsächlich den Cholesterin-Spiegel im Blut.

### Auch ausreichend ungesättigte Fettsäuren

Dennoch ist es zu früh, bestimmte Fettarten zur Ernährung zu empfehlen und andere zu verdammen. Im allgemeinen neigt man zu der Empfehlung, den Fettanteil in der Nahrung zu vermindern und für einen ausreichenden Anteil ungesättigter Fettsäuren zu sorgen. Doch ist man weit von irgendwelcher Einseitigkeit entfernt. Eine genauere Betrachtung der üblichen Nahrung zeigt nämlich, daß wir uns mit den verschiedensten Nahrungsmitteln ganz erhebliche Mengen an ungesättigten Fettsäuren zuführen und wahrscheinlich keinen Mangel an diesen leiden. Es wäre unangebracht, nach dem überwundenen Cholesterin-Schreck (kein Fleisch, keine Eier usw.) nun einen Fettschreck oder einen Aberglauben an ungesättigte Fettsäuren zu propagieren. Sowohl die Gefäßerkrankungen mit der Ernährung zusammenhängen, scheint eher eine allgemeine

### Ueberernährung in den bessergestellten Ländern,

bzw. Bevölkerungsschichten mitzu spielen. Da diese stets mit erhöhter Fettzufuhr einhergeht, sind die beiden Probleme ineinander verzahnt. Schon klassisch sind die Berichte über die Erfahrungen in Deutschland während der Periode mangelhafter Ernährung nach dem letzten Kriege. Professor Pezold (Berlin) erinnert daran, daß er bei 6700 Sektionen in den Hungerjahren 1947 bis 1949 nur in der Hälfte seiner Fälle Arterienverkalkung fand, in den Ueberflüßjahren 1955 bis 1957 aber in zwei Dritteln der Fälle.

Die Sklerose der Herzkrankengefäße, die oft zum Herzinfarkt führt, war in den Notjahren nur bei 30 Prozent der Fälle zu finden, in den Jahren der Fülle aber bei 63 Prozent. In der Mangelzeit hatte man in Berlin nur 1800 Kalorien Gesamtnahrung zur Verfügung, davon nur einen Zehntel in Gestalt von Fett. In Jahren guter Ernährung hatten die Fälle Pezolds meist 3500 Kalorien täglich zu sich genommen, davon einen Drittel als Fett. Von den Männern über 50 Jahren waren in den Mangeljahren 80 Prozent, in den Jahren der Fülle 100 Prozent mit Arteriosklerose verschiedene Grade behaftet.

Diese letzte Zahl mahnt allerdings zur Vorsicht bei der Beurteilung des Ernährungseinflusses. In höherem Lebensalter ist die Verkalkung zu allen Zeiten eine fast normale Erscheinung, ein Unterschied von 80 und 100 Prozent ist zwar bedeutsam, aber nicht zur Begründung einer ganzen Ernährungslehre ausreichend. Eindrucksvoller sind Pezolds Zahlen über die Erkrankungen der Herzkrankengefäße. Es ist ziemlich sicher, daß wir zuviel essen; man käme nach den wissenschaftlichen Normen mit 2400 Kalorien täglich aus, die praktischen Erfahrungen lassen noch erheblich geringere Mengen als ausreichend erscheinen.

Der Arteriosklerotiker hat mehr Fett im Blut als der Gesunde. Nach fettreichen Mahlzeiten finden sich vorübergehend winzige Tröpfchen Fett im Blut. Ein einfacher Zusammenhang zwischen Fett und Arterienverkalkung besteht aber nicht. Man kann den Ueberschuß an Fett und Cholesterin nämlich durch Fettzufuhr aus dem Blut beseitigen, wenn gewisse Fettgemische, die auch gesättigte Fettsäuren enthalten, verabreicht werden, ferner durch gewisse Stoffe, die man aus der Sojabohne gewinnt, die schon immer als gesundes Nahrungsmittel gegolten hat. Es gibt aber noch ein einfacheres Mittel: körperliche Arbeit! Diese wirkt sogar am schnellsten. Hier werden Zusammenhänge zwischen den Gefäßerkrankungen und dem Mangel an körperlicher Betätigung in weiten Kreisen der Bevölkerung sichtbar.

### Auch Schweine haben eine «Managerkrankheit»

Ernährungsänderungen allein werden die Gefäßerkrankungen wahrscheinlich nicht eindämmen können; eine Änderung der ganzen Lebensweise, von der die Ernährung nur ein Teil ist, könnte es wahrscheinlich. Uebrigens sind Gefäßerkrankheiten nicht auf den Menschen beschränkt. Im Schwarzwald bemerkten Schweinezüchter, die wertvolle, hochgezüchtete Schweinerassen hielten, ein häufiges Eingehen der Tiere. An der Universität Freiburg

wurde festgestellt, daß die Schweine am Herzinfarkt, einer Art Managerkrankheit, gestorben waren. Es stellte sich heraus, daß diese hochgezüchteten Schweinerassen mit der herkömmlichen, hauptsächlich pflanzlichen Nahrung nicht auskamen. Sobald man ihrem Futter 10 Prozent tierisches Eiweiß in Form von Milch, Fischmehl oder Kraftfutter zusetzte, hörte der Herzstod auf. Hier half also eher eine höherwertige Ernährung gegen den Gefäßtod als eine minderwertige, irrigerweise «natürliche» genannte.

Walter Theimer

## Die «Margarine-Krankheit»

Die wissenschaftlichen Untersuchungen waren noch nicht abgeschlossen

bw. Das Kapitel «Margarine» ist eines der größten im Rahmen der Lebensmittelindustrie. Durch den «Schwarzen Peters» des weltbekannten Unilever-Trusts, die niederländische «Planta»-Margarine, durch den «Genü» in den letzten Tagen des diesjährigen August tausende und abertausende Konsumenten in Holland, Belgien, teils auch in Deutschland, an dem nicht gerade prickenhellen «Nesselieber» erkranken, ist dieses Kapitel wieder neu aufgeschlagen worden. Es gab nämlich auch *Todesopfer*.

Ueber die «Planta»-Krankheit wird in der Sitzung des holländischen Parlaments in diesen Tagen leidenschaftlich gesprochen. Die holländische Regierung wird durch ihren Gesundheitsminister eine sachliche Darstellung geben, worauf dann, in diesem Fall wohl zum ersten Male, eine zusammenhängende Schilderung der bedenklichen Affäre erfolgen wird.

Der Leiter des medizinischen Dienstes im holländischen Gesundheitsministerium, Dr. H. G. Dekkens, erklärte, daß auch diejenige Margarine, die von der «Margarine-Union», einem deutschen Zweigbetrieb der Unilever, die in Deutschland verkauft wurde, eine Dosis des Erregers der «Margarine-Krankheit» enthielt. Diese Dosis sei allerdings geringer, also schwächer gewesen als diejenige des in Holland hergestellten Produktes. Im deutschen Zweigbetrieb wurden damals noch Versuche mit einer schwächeren Beimischung des betreffenden «Emulgators», des «geschmacksverbessernden» Stoffes gemacht, deshalb war die schädliche Wirkung schwächer.

Die *toxikologische* Untersuchung des «Planta»-Produktes durch das holländische Gesundheitsministerium wird erweisen, worin die schweren Fehler bestanden haben, wer und in welcher Weise die Schulden zur Verantwortung gezogen werden können. Ein großes Kapitel für sich wird die Entschädigungsfrage für die *Heilungskosten* und den *Verdienstaufstand* der von der «Margarine-Krankheit» Betroffenen sein.

Die neue Zusammensetzung des «Planta»-Produktes soll während acht Monaten untersucht und erprobt werden. Die zum Unilever-Konzern gehörende holländische Firma Van den Berghs und Jurgens Ltd. soll nach den nicht erhärteten Angaben *Vissers*, das neue Produkt vor der Auslieferung für den Verkauf an die Konsumenten nicht von Menschen habe prüfen lassen. Diesbezügliche «Kostproben» seien leider unterlassen worden. Man nimmt an, daß die Erkrankungen in Belgien und Deutschland daher röhren, daß Touristen holländische «Planta»-Margarine über die Grenzen mitgenommen haben.

In Belgien wurde sofort nach den ersten Meldungen aus Holland vor dem Genuß der Margarine «Planta» mit dem roten Verpackungsband gewarnt.

Wie man bis jetzt festgestellt hat, ergeben sich bei der *Erkrierung* der *medizinischen Ursache* der *Massen-erkrankungen* Schwierigkeiten. Das ist beispielhaft. Die Margarine, das Speisefett aus gehärteten, auf höheren Schmelzpunkt gebrachten Oelen, wird ja in den verschiedenen Fabriken auf Grund von *Geheimrezepten* hergestellt. Es ist ein sehr kompli-

ziert, nahrungsmittelchemischer Vorgang des Schmelzens, des Kernes, der Ueberführung der Fette in den Lebensmittelzustand, der Nachbehandlung usw.

Die eigentliche Anregung zur Herstellung eines «Butterersatzes» stammt von *Napoleon dem Dritten*. Die Entwicklung der Margarine-industrie begann in den siebziger Jahren des 19. Jahrhunderts in den Niederlanden und in Deutschland.

In der Schweiz ist die Lebensmittelkontrolle wohl am schärfsten. So darf bei uns für Butterersatzstoffe das Wort Butter auch nicht in Wortverbindungen, wie etwa «Butterfett», angewendet werden. In der Stadt Zürich steht das *Chemische Laboratorium*, mit Dr. Hans Forster an der Spitze, im Dienste der Volksgesundheit. Ueber seine Arbeit im letzten Jahr gibt der Sonderbericht sehr detailliert Aufschluß. *Unsere Gesundheitspolizei ist scharf und tüchtig*. Gerade bei solchen Massenerkrankungen, wie der «Margarine-Krankheit» im Ausland, kommt uns dies wieder deutlicher zum Bewußtsein. Nachfolgend geben wir noch einige Feststellungen bekannt, die in Sachen des «Schwarzen Peters» des Unilever-Konzerns eruiert werden konnten. Sie dienen uns als *Mahnung!*

Der niederrändische Gesundheitsminister Charles van Rooy hat versichert, daß das staatliche Institut für öffentliche Gesundheitspflege in keiner Weise für den Verkauf der Unilever-Konzern auf dem Markt gebrachten Margarine «Planta» verantwortlich zu machen sei. Van Rooy erklärte, daß die Hersteller

der Margarine, die inzwischen bereits bei über 100 000 Menschen eine Art von Nesselfieber hervorgerufen hatte, im Jahre 1959 eine *toxikologische* Untersuchung von «Planta»-Zusätzen beantragt hätten. Das Institut hat bisher diese Untersuchungen noch nicht abgeschlossen. Aus der Erklärung des Ministers muß nach Auffassung zuständiger Kreise geschlossen werden, daß die Unilever-Fabriken die Margarine «Planta» vor Abschluß der erforderlichen Untersuchungen auf den Markt gebracht haben.

### Keine Vorkontrolle

In den Niederlanden ist eine Vorkontrolle von Lebensmitteln, ehe sie in den Handel gebracht werden, nicht erforderlich. Konservierungsmittel und Farbstoffe dürfen verwendet werden, wenn sie keine für die menschliche Gesundheit schädlichen Bestandteile enthalten. Ob bei der Zusammenstellung der «Planta»-Margarine das niederländische Waren-schutzgesetz umgangen worden ist und ob die der Margarine zugefügten Bindemittel und andere Stoffe von vornherein als gesundheitsschädlich betrachtet oder eine entsprechende Annahme hätte berücksichtigt werden müssen, soll eine Untersuchung noch erweisen.

### Gerichtliche Untersuchung beantragt

Der Abgeordnete J. Burger hat den holländischen Justizminister um die Einleitung einer gerichtlichen Untersuchung der «Planta»-Affäre ersucht.

Burger forderte Sonderregelungen für ein rasch arbeitendes und wirksames System der *Schadensersatzleistung an die Opfer und ihre Angehörigen*. Bisher sollen zwei Menschen an den Folgen des «Planta»-Genusses gestorben sein. Wie von der Gesundheitsbehörde in den Niederlanden festgestellt wurde, sind seit Beginn der Krankheit täglich je über 1000 Fälle der «Planta»-Erkrankung registriert worden.

## Nesselfieber und Bläschenkrankheit «unwiderlegbar» identisch

Der Chefinspektor für das niederrändische Volksgesundheitswesen, Dr. H. J. Dijkhuis, hat den Zusammenhang zwischen der deutschen Bläschenkrankheit und dem in den Niederlanden epidemieartig aufgetretenen Nesselfieber «unwiderlegbar» genannt. Daß die Bläschenkrankheit, die 1958 in der Bundesrepublik gleichfalls epidemieartig auftrat und sich Ende 1959 in Berlin wiederholte, leichterer Natur gewesen sei als das jetzt nach dem Genuß einer bestimmten Margarine sorte in den Niederlanden auftretende Nesselfieber, habe an der schwächeren Dosis des damals in der deutschen Margarine verwendeten *Emulgators* gelegen.

Untersuchungen nach den Ursachen der niederrändischen Margarinekrankheit, erklärte Dr. Dijkhuis weiter, hätten ergeben, daß die niederrändischen Unilever-Fabriken bereits im Mai dieses Jahres mit dem neuen, in der Bundesrepublik bereits verwendeten *Emulgator* experimentierten. Damals sei Margarine mit einer schwächeren Dosis dieses Bindemittels, das ein Spritzen des Fettes in der Pfanne verflüchten soll, in das dahin handelsüblichen «Planta»-Verpackungen auf den Markt gebracht worden. Dies erklärte auch die Feststellung

im Grenzgebiet waren in den letzten Tagen ebenfalls schon einige Menschen nach dem Genuß niederrändischer Margarine krank geworden. Der Margarine-Verband in Hamburg bezeichnet es als ausgeschlossen, daß *Krankheitserscheinungen*, wie sie in Holland nach dem Genuß von Margarine aufgetreten sind, auch durch Produkte der Margarine-fabriken im Bundesgebiet und in Westberlin ausgelöst werden können. Die Ende 1959 in Kraft getretenen Lebensmittelvorschriften ließen bei der Herstellung von Margarine nur eine sehr beschränkte Zahl von Fremdstoffen zu. Diese Stoffe seien durch behördliche Untersuchungen und durch die deutsche Forschungsgemeinschaft für unbekannt erklärt worden.

Verbreitung des Nesselfiebers sei durch die *Verdopplung des Beimischungsproduktes* in der Margarine entstanden.

Auch im Ruhrgebiet wurden, nach Auskunft der Gesundheitsämter, Menschen von der «Margarine-Krankheit» befallen. In *Duisburg* erkrankten zwei Kleinkinder schwer und zwei Erwachsene leicht. Alle vier hatten sich vorher in Holland aufgehalten. In *Oberhausen* wurde ein Familienmitglied krank, das sich die «Planta»-Margarine aus Holland mitgebracht hatte. Auch in *Bochum* wurde eine Frau margarinekranck. In mehreren anderen Fällen hat sich der Verdacht auf die niederrändische Krankheit noch nicht bestätigt.

Im Grenzgebiet waren in den letzten Tagen ebenfalls schon einige Menschen nach dem Genuß niederrändischer Margarine krank geworden.

Der Margarine-Verband in Hamburg bezeichnet es als ausgeschlossen, daß *Krankheitserscheinungen*, wie sie in Holland nach dem Genuß von Margarine aufgetreten sind, auch durch Produkte der Margarine-fabriken im Bundesgebiet und in Westberlin ausgelöst werden können. Die Ende 1959 in Kraft getretenen Lebensmittelvorschriften ließen bei der Herstellung von Margarine nur eine sehr beschränkte Zahl von Fremdstoffen zu. Diese Stoffe seien durch behördliche Untersuchungen und durch die deutsche Forschungsgemeinschaft für unbekannt erklärt worden.