

**Zeitschrift:** Bulletin de la Société Fribourgeoise des Sciences Naturelles = Bulletin der Naturforschenden Gesellschaft Freiburg

**Herausgeber:** Société Fribourgeoise des Sciences Naturelles

**Band:** 65 (1976)

**Heft:** 2

**Artikel:** Mangel und Überfluss als weltweites Ernährungsproblem

**Autor:** Mauron, J.L.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-308531>

#### 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:** 12.01.2026

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

## Mangel und Überfluß als weltweites Ernährungsproblem

von J. L. MAURON,

Société d'assistance technique pour produits Nestlé SA, La Tour-de-Peilz

Die Welt ist, was die Versorgung mit Lebensmitteln angeht, zweigeteilt. Auf der einen Seite finden wir die Reichen, deren Nahrung infolge Überfluß unausgeglichen ist, auf der anderen Seite finden wir die Armen, die vor allem eine ungenügende Protein-Versorgung haben. Zur ersten Gruppe gehören in erster Linie die Bevölkerungen der gemäßigten Zonen, zur zweiten Gruppe die der tropischen und subtropischen Gebiete. Man kann darum von einem Gegensatz Nord-Süd reden.

Im ersten Teil dieser Ausführungen sei gezeigt, welcher Art die hauptsächliche Unterernährung in der dritten Welt ist. Man darf nicht glauben, daß in diesen Ländern eine allgemeine Unterernährung herrscht, welche alle Schichten der Bevölkerung gleichermaßen betrifft. Die Unterernährung ist vielmehr selektiv und betrifft vor allem die gefährdeten Klassen, d.h. die Kinder und die jungen Mütter der ärmsten Bevölkerungsschichten. Dies wird durch die Resultate einer Untersuchung illustriert, welche der Vortragende in einem Bauerndorf der Provinz Kwilu im Kongo (Zaire) durchgeführt hat. Die Proteinzufluhr liegt dort etwas unter dem Erforderlichen, aber der gesunde Erwachsene kann sich daran anpassen, während Angehörige der gefährdeten Klassen an Unterernährung leiden. Das Leiden äußert sich in zwei verschiedenen Formen, dem *Marasmus* und dem *Kwashiorkor*. Der Marasmus findet sich vor allem in städtischen Gebieten, wo die Brustnahrung der Kinder verhältnismäßig früh abgebrochen wird, während der Kwashiorkor eher in den traditionsgebundenen ländlichen Gebieten auftritt, wo die Brustnahrung der Kinder bis zum Alter von 2 Jahren und darüber fortgesetzt wird. Das unter Marasmus leidende Kind ist unterernährt, aber seine Ernährung ist im allgemeinen einigermaßen ausgeglichen. Das Kind paßt sich dieser Situation an, und sein Wachstum ist verlangsamt. Wer eine kalorienmäßig gerügnde Nahrungsmenge zu sich nimmt, die aber zu wenig Proteine enthält, leidet an Kwashiorkor. Wenn ein Kind längere Zeit diese unausgeglichene Nahrung zu sich genommen hat, ist es oft nicht mehr fähig, sich wieder an die richtige Ernährung anzupassen. Es treten schwere klinische und biochemische Störungen auf, wie z.B. Oedeme, Entfärbung der Haare, Hautgeschwüre und fortschreitender Verlust der Verdauungsfunktionen. Im Marasmus sind alle diese pathologischen Phänomene stark gedämpft, oder sie treten überhaupt nicht auf, was zeigt, daß es für ein Kind leichter ist, sich an etwas zu wenig Nahrung zu gewöhnen als an eine Ernährung mit starkem Protein-Defizit. Als Beispiel für die Möglichkeit der Heilung und Vorbeugung der Unterernährung wird auf die Verabreichung lactosefreier Milch und auf einheimische pflanzliche Proteine hingewiesen. Sicher wird langfristig das Problem vor allem der Kinder-Unterernährung in diesen Ländern nur gelöst werden können, wenn man in großem Maßstab auf die einheimischen pflanzlichen Proteinquellen zurückgreift wie z.B. Soja, Erdnuß, Kichererbse, Baumwollsamen, Sesam etc.

Im zweiten Teil sei auf das Problem der Überernährung und der daraus resultierenden Fettsucht eingegangen. In der industriellen Konsumgesellschaft kann der Mensch das erste Mal in seiner Geschichte jeden Tag seines Lebens genügend essen. Der Stoffwechsel des Menschen ist aber so eingerichtet, daß jeder Nahrungsüberschuß als Fett gespeichert wird,

als Energievorrat für Hungerperioden, die früher durchaus häufig waren. Alle Statistiken von Ländern mit hohem Lebensstandard zeigen eine starke Zunahme der Fettsucht bei den Erwachsenen und mehr und mehr auch bei den Heranwachsenden. Die Lebenserwartung eines fettsüchtigen Menschen ist stark vermindert. Unter anderem besteht ein direkter Zusammenhang zwischen Fettsucht und Herz- und Gefäßkrankheiten, Zuckerkrankheit und Gicht, so daß die Fettsucht zu Recht als Geißel der reichen Länder bezeichnet werden kann. Um die Fettsucht zu bekämpfen, muß man entweder die Nahrungsaufnahme einschränken oder den Energieverbrauch des Körpers steigern. Zwar kennt man den eigentlichen Grund der Fettsucht noch nicht mit Sicherheit, aber nach einer neuen Hypothese soll am Anfang der Fettsucht eine Resistenz der äußeren Gewebe gegenüber dem Insulin stehen. Diese Resistenz konnte z.B. im Muskel-Gewebe Fettsüchtiger nachgewiesen werden und kann durch mäßige körperliche Betätigung weitgehend behoben werden. Die Insulinresistenz führt zu einem Ansteigen von Glucose und Insulin im Blut, was die Aufnahme von Glucose in die Fettgewebe und ihre dortige Umwandlung in Fett fördert. Durch die chronisch hohe Insulinproduktion können die Insulin erzeugenden Organe verfrühten Abnützungsscheinungen unterliegen, womit diese Hypothese auch den Zusammenhang zwischen Fettsucht und Zuckerkrankheit erklären würde.

Es kann gezeigt werden, daß zwischen den schlechten Eßgewohnheiten der reichen Länder und dem Nahrungsmittelmangel der armen Länder ein Zusammenhang besteht; denn der Mensch, der seinen Proteinbedarf mit Fleisch deckt, verbraucht indirekt 10 mal mehr Getreide als der Vegetarier. Die Fleischproduktion, ausgehend von Getreide, hat nämlich nur einen Wirkungsgrad von etwa 10 %. Es würde demnach genügen, den Fleischverbrauch in den reichen Ländern auch nur wenig zu senken, um das Weltdefizit an Getreide zum Verschwinden zu bringen. Leider stehen dieser Feststellung tief verwurzelte Gewohnheiten entgegen und weisen damit auf eine weitere ungute Seite der Konsumgesellschaft hin. Auf dem Gebiet der Ernährung sind es nicht so sehr die Wissenschaft und Technologie, die eine Lösung bringen werden, sondern es ist vor allem ein Gesinnungswandel in den reichen Ländern notwendig.