

**Zeitschrift:** Kultur und Politik : Zeitschrift für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge  
**Herausgeber:** Bioforum Schweiz  
**Band:** 18 (1963)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Warum enthalten die STRATH-Aufbaumittel keine synthetischen vitamine?  
**Autor:** Pestalozzi, F.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-890467>

### **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:** 28.01.2026

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

Wir sind außerordentlich glücklich und dankbar, daß unser Lebenskreis in langen Jahren und auf vielen seiner Betriebe den unwiderlegbaren Beweis dafür erbracht hat, daß unter den verschiedenartigsten Verhältnissen eine Lösung dieser Fragen ohne Gift möglich ist. Die durch die wirtschaftliche Integration Europas heraufziehenden Schwierigkeiten lassen in Welten Einsichten reifen, für die diese noch vor kurzer Zeit nichts als Hohn und Spott übrig hatten. Wir haben alle Ursache, uns auch darüber zu freuen.

# Warum

enthalten die  
**STRATH-Aufbaumittel**  
keine synthetischen  
Vitamine?

*Vitamine* (wie auch die Fermente und Hormone) sind lebenswichtige Wirkstoffe. Sie kommen in der Natur in unendlich kleinen, sogenannten homöopathischen Mengen vor, z. B. B<sup>1</sup> in der Haselnuß mit 0,004 Promille oder in der Hefe, dem größten B-Vitamin-Träger, mit 0,02 Promille. In dieser naturgebundenen minimalen Menge üben die Vitamine eine maximale gesundheitsfördernde Wirkung aus. Durch das Fehlen eines einzelnen Wirkstoffes wird auch die Wirkung der andern restlichen Wirkstoffe beeinflußt. *Erst durch das Zusammenspiel aller Wirkstoffe wird das Gleichgewicht der katalisierenden Kräfte erreicht, die in ihrer Gesamtheit das Leben ausmachen.* (Dr. Vogel, Paris)

*Die Natur standardisiert die Wirkstoffgehalte nicht*

Die deutsche Bundesanstalt für Qualitätsforschung pflanzlicher Erzeugnisse stellte in ihrem Tätigkeitsbericht 1959/60 fest, daß bei Spinat Schwankungen des Vitamin-C-Gehaltes zwischen 2,4 und 157 mg/100 g und des Carotins (Vitamin A) zwischen 0,7 und 6,3 mg/100 g festgestellt wurden. — Eine Ueberdosierung an Vitaminen, die sich in lebendiger Nahrung befinden,

kann *nicht* stattfinden, da mit der Nahrung gleichzeitig viele Begleitstoffe mitverzehrt werden müssen. Umgekehrt ist eine Ueberdosierung an synthetischen Vitaminen möglich und gefährlich, da solche in reiner Form verabreicht werden. Zudem enthalten die künstlichen Vitamine oft chemische Konservierungsmittel.

*Der Gesetzgeber macht keinen Unterschied zwischen natürlichen und künstlichen Vitaminen.*

Die Anpreisung von Vitaminen in Lebensmitteln ist nur dann gestattet, wenn eine bestimmte Mindest-Vitaminmenge garantiert ist. Aus den oben geschilderten Gründen ergibt sich, daß z. B. bei der *Hefe* (und somit auch den Strath-Präparaten), dem praktisch *vitamin- und fermentreichsten Lebensmittel*, paradoxerweise Vitaminanpreisungen nicht möglich sind, es sei denn, daß solche Stoffe dem Lebensmittel nachträglich beigelegt werden, denn: die Natur liefert keine gleichbleibenden Wirkstoffgehalte.

Die «Anreicherung» von Produkten mit Vitaminen (Getränke, Brot, Mehl, Nahrungsmittel) ist ohne großen Kostenaufwand leicht möglich. Bei den sich bei uns im Handel befindlichen Nahrungsmitteln mit Vitaminbeigaben handelt es sich in ungefähr zwei Dritteln aller Fälle um *künstliche Vitamine*. Diese werden in den meisten Fällen aus Steinkohlenteer gewonnen.

*Sind synthetische und natürliche Vitamine gleichwertig?*

*Dr. Winkelmann* schreibt in seinem Standardwerk über die Vitamine: «Umfangreiche Untersuchungen lassen keinen Zweifel darüber aufkommen, daß die synthetisch hergestellten und die aus Naturprodukten gewonnenen chemisch reinen Vitamine in jeder Beziehung identisch sind.»

*Dr. A. Berglas*, der dem Pasteur-Institut nahesteht, sagt: «Trotz dem therapeutischen Wert der synthetischen Vitamine in der Behandlung mancher Krankheiten, sollte man nicht glauben, daß einzig die Verwendung reiner synthetischer Vitamine, auch wenn sie mit der chemischen Struktur der natürlichen Vitamine identisch sind, notwendigerweise den gleichen Effekt haben auf den menschlichen Körper, als die Einnahme von

natürlichen Vitaminen mit all' ihren Begleitstoffen. Die letzteren dürfen nicht als «Ueberschuß-Gepäck» bezeichnet, sondern müssen das Ergebnis von Millionen von Jahren der Evolution mit optimalen Kombinationen betrachtet werden.»

*Dr. med. H. Anemuellet: «Die Ernährungs-Wissenschaft kann sich der Tatsache nicht mehr entziehen, daß nicht einzelne Vitamine, sondern die Summe aller natürlichen, bekannten und unbekannten Wirkstoffe einer vollwertigen Nahrung die Stoffwechsel-Ordnung in unserem Körper entscheidend beeinflussen, und der Organismus mit der Zeit in einen Notzustand gerät, wenn die vollständige Zahl der Wirkstoffe in der Nahrung fehlt.»*

Jenes Experiment erregte in London Aufsehen, in dem Meerfische, die in Wasser gesetzt wurden, das auf Grund der genauen chemischen Analyse von Meerwasser künstlich hergestellt wurde, zugrunde gingen. Erst dann blieben die Fische lebensfähig, nachdem zuvor dem «Meerwasser» *echtes* Meerwasser beigelegt wurde. Der gewisse Faktor «Leben» scheint entscheidend zu sein. Künstliche Stoffe können das, was die Natur geschaffen hat, nicht ersetzen.

*Die natürlichen Vitamine wirken besser.*

Die Biochemiker Amos und Ludwig (Eastman Kodak) zeigten in zweijährigen Versuchen mit natürlichem und synthetischem Vitamin E, daß, obschon die beiden Vitaminsubstanzen scheinbar identisch sind in Bezug auf Zusammensetzung und Molekulargewicht, sie sich voneinander doch stark in ihren chemischen und physikalischen Eigenheiten unterscheiden. In den Versuchen wurde gezeigt, daß das synthetische Vitamin 20,6% biologische Aktivität aufweist gegenüber 100% des natürlichen Vitamin E, daß, obschon die beiden Vitaminsubstanzen schein-

10. 9. 62).

Der Arzt *Dr. K. C. Hutchin* berichtete über eine eigenartige Feststellung im «Allentown Evening Chronicle» vom 11. 9. 62: «Während des Krieges war ich Gefangener in Japan. Sofort nach Kriegsende wurde unser Lager von Alliierten aus der Luft mit dringend benötigtem synthetischem Vitamin B<sup>1</sup> versorgt. Trotzdem unsere Beri-Beri-Kranken (Vitaminmangelkrankheit, verursacht z. B. durch den einseitigen Genuß von

geschältem Reis) große Spritzen von diesem künstlichen Vitamin erhielten, besserte sich ihr Krankheitszustand nicht. Es gelang uns aber, einen Sack Reiskeimlinge mit Schalen (Polishings) aufzutreiben, die natürliches Vitamin B enthalten. Wir weichten diese im Wasser und gaben das unappetitliche Getränk unseren Kranken zu trinken. Jene schwerkranken Männer begannen innert 24 Stunden zu genesen.»

Im «*Journal der American Medical Association*» vom 20. 8. 60 wird darauf hingewiesen, «daß in USA jährlich bereits für 1500 Millionen Franken Vitamine gekauft werden, statt daß den natürlichen, in der Nahrung enthaltenen Vitaminen mehr Sorge getragen würde.»

Im «*American Journal of Clinical Nutrition*» vom 7. 8. 59 wird auf einen Rattenversuch hingewiesen, nach dem ein außerordentlich großer Unterschied zwischen den Gruppen mit synthetischen und natürlichen Vitaminen festgestellt wurde. Letztere Gruppe zeichnet sich nicht nur in bezug auf die Gesundheit, sondern auch die Intelligenz und das Verhalten der Tiere aus.

Der *Wiener Physiologe, Prof. L. Prokop*, berichtete über seine Vitamin-C-Versuche an Sportlern in der «Neuen Zeitschrift für ärztliche Fortbildung: «... Dabei zeigte das im Orangensaft enthaltene Vitamin C im Sauerstoff- und Atmungstest eine dreifach stärkere Wirkung als synthetisches Vitamin C (Ascorbinsäure).»

«*Journal of the Canadian Medical Association*», (Vol. 44, p. 20, 1941): 15 Fälle von Hautkrankheiten wurden mit Einspritzungen von synthetischem Vitamin B behandelt. Es zeigte sich keine Besserung im Zustand der Patienten, bis Hefe und Leberextrakt gegeben wurden.

«*The American Journal of Digestive Diseases*», (Januar 1940): Patienten mit Verdauungs-Schwierigkeiten wurden mit ausgezeichnetem Erfolg mit Hefe-Extrakt behandelt. Diese gebesserten Patienten erhielten anschließend statt der Hefe die synthetischen Vitamine B<sup>1</sup> und B<sup>2</sup> verabreicht. Hierauf traten die früheren Krankheitssymptome wieder in Erscheinung.

### *Können synthetische Vitamine der Gesundheit schaden?*

An der *Tagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung*, 1963 in Münster, wurde erklärt: «...Man weiß zwar schon lange, daß z. B. die Vitamine A + D schädlich sein können, wo jedoch die Grenze liegt, kann auch der Fachmann vielfach nur vermuten.»

Der Zürcher Kinderarzt *Dr. med. Trachsler* berichtete im «Nelly-Kalender» vom Oktober 1963, daß die Schweizer Kinderärzte vor einigen Jahren postuliert hätten, die Industrie möchte von der Beigabe von Vitaminzusätzen zu ihren Produkten Abstand nehmen. Es bestehe die Gefahr von Ueberdosierung des nicht ungefährlichen Vitamin D durch die Summierung durch Höhensonnenbestrahlung, Zusatz zu Nahrungsmitteln (Yoghurt, Lebertran etc.), Polyvitamin-Präparate, ViDé etc.

*Prof. Dr. W. Heupke, Frankfurt*, schrieb im Februar 1961: «Die medizinische Literatur ist voll von zahlreichen zum Teil tödlichen Vitamin-D-Vergiftungen von Kleinkindern. In der letzten Zeit sind zahlreiche Erkrankungen von Säuglingen durch vitaminisierte Trockenmilch beobachtet worden.» — Ähnlich schreibt das «*Journal of the American Medical Association*» (130:1208—1215/1946).

Ein Experiment an der *University of California* zeigte, daß Hunde, die mit einer Diät von mit synthetischen Vitaminen angereichertem Weißmehl gefüttert wurden, vor den Tieren starben, die nur Weißmehl erhielten. Zudem bestand die Tendenz bei den Hunden, die mit «angereichertem Mehl» ernährt wurden, daß sie an plötzlichem Herztod verschieden.

*Prof. T. Gordenoff, Bern*, schrieb in der «Schweiz. Medizinischen Wochenschrift» vom 2.7.60: «Die Frage über die notwendigen Mengen der einzelnen Vitamine ist noch nicht restlos geklärt. Mit jedem Vitamin hat man bei Ueberdosierungen mehr oder weniger toxische (giftige) Wirkungen beobachtet. Es wurde festgestellt, daß hohe Zufuhren künstlichen Vitamins C während längerer Zeit eine Sparschaltung (im Körper) lähmen, so daß nachher bei C-Mangel rascher Schäden entstehen. Die Abwehrkräfte gegen Infektionen nehmen ab.»

Zahlreiche weitere Beispiele von Schädigungen mit künstlichen Vitaminen und der Ueberlegenheit der natürlichen Wirkstoffe sind in der *amerikanischen Zeitschrift «Prevention»* (Nov. 1962 und ff.) geschildert.

*Die Strath-Präparate werden natürlich belassen!*

*Auf Grund unzähliger wissenschaftlicher Forschungsergebnisse ist es verständlich, daß*

1. die in den Strath-Produkten verwendete, mit Heilpflanzen «gefütterte» Torula-Hefe *nicht erhitzt wird*, um die Harmonie der natürlichen und reichlich vorhandenen Vitamin- und Fermentaktivitäten nicht zu zerstören.
2. *von der Beigabe von künstlichen Vitaminen oder chemischen Konservierungsstoffen bewußt abgesehen wird*, um jede schädliche Gift- oder Reizwirkung von vorneherein auszuschalten.

Auf diese Weise ist es möglich geworden, ein natürliches und konzentriertes Stärkungsmittel zu schaffen, das einen großen Wirkungsbereich auf die Gesundheit des Menschen besitzt und gleichermaßen Kleinkindern, Jugendlichen, Erwachsenen und älteren Leuten zu erhöhter Widerstandskraft und besserer Leistungsfähigkeit verhilft.

F. Pestalozzi

---

**Immer wird das Neue,  
das wirklich etwas Großes ist,  
dem kleinen, gewöhnlichen Verstand  
unmöglich erscheinen.**