Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 47 (1943-1944)
Heft: 19

Artikel: Aus der Wunderwelt der Natur : ist Sacharin gesundheitsschädlich?
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-671286

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: 16.07.2025

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

uns kommen und sehen, was aus deinem Pfirsichstein geworden ist: ein prächtiger Baum und aus seinen Steinen schöne junge Bäume. Die sind unser Stolz, unsere Freude, wenn sie mit ihren großen, schmackhaften Früchten behangen sind!"

Ich versprach ihr den Besuch, kam aber im Drange des Lebens nie auf das Dorf der Jugendfreundin hinaus. War es von ihr nun eine Mahnung oder ein Dank für den gesegneten Stein? Jeden Herbst schickte sie mir ein Körbchen prächtiger Pfirsiche von besonderer Güte.

Einmal fand ich doch den Weg zu ihr. Das war, als ich am Zürichsee, in einer Gegend, in der die Pfirsiche besonders leicht gedeihen, selber Besitzer eines Gartens geworden war. Ich bat mir von Louise Zoller ein paar junge Bäumchen aus. „Mit Vergnügen zu deinen Diensten", erwiderte sie, „mit so vielen, wie du willst. Alle, die du siehst, sind Enkel und Urenkel des ersten Baumes aus deinem Stein!"

Nun erlebte ich selber jeden Herbst das Wunder einer prächtigen Pfirsichernte. Sie bereitete meinem Vater, solange er lebte, stets die größte Überraschung. „Wie seltsam! Dir gedeihen die Bäume, ich brachte keinen davon!"

Auch letzten Herbst trugen die Bäume Lasten köstlicher Früchte. Noch jetzt aber kann ich mich nicht an ihnen und den schmausenden Enkeln freuen, ohne daß ich jedesmal des schönen und gütigen Mädchens gedenke, das mir vor wohl dreißig Jahren mitten in der Nacht von Zug zu Zug den Pfirsich schenkte. Er ist Urvater von Tausenden geworden, und immer, wenn ich mit Früchten oder Jungschossen andere beglücken kann, erlebe ich in der Erinnerung noch einmal reizvoll die kurze Nachtbegegnung in Troyes, das gütige Mädchen mit Augen wie zwei Sonnen.

Sie mag heute auch schon eine reife Mutter sein, vielleicht eine Trauernde, die Söhne im Krieg verloren hat. Ich wollte aber doch, die Geschichte ihres Pfirsichs käme einmal in ihre Hand. Ein Märchen so schön, daß es sich wohl nie begeben wird!

Vielleicht weilt die Dame, von der ich nur den Namen „Madole" weiß, überhaupt nicht mehr unter den Lebenden. Der Pfirsichstein aus der Reisenacht in Frankreich ist mir aber ein Sinnbild dafür geblieben, daß in den Geschehnissen des Lebens nicht nur der „Fluch der bösen Tat" fortwirkt, sondern auch der Segen jeder Güte, wenn nicht an uns selber, so an andern. Jede unserer Handlungen ist Samenkorn!

AUS DER WUNDERWELT DER NATUR

Ist Sacharin gesundheitsschädlich?

Zufolge des Mangels an Zucker, der uns heute nur noch in geringen Mengen zur Verfügung steht, ist die Nachfrage nach Sacharin außerordentlich gestiegen. Es wurde in großen Mengen aufgekauft und war zeitweise im Detailverkauf kaum mehr zu beschaffen, so daß es heute, um eine möglichst gleichmäßige Versorgung der zahlreichen Verbraucher zu sichern, wenn auch nicht der Rationierung, so doch der Kriegsbewirtschaftung untersteht. Denn seine Herstellung beruht auf dem Rohstoff Kohle und bekannterweise sind unsere Vorräte an Kohle sehr beschränkt.

Es erhebt sich in diesem Zusammenhange die nicht unmüßige Frage, ob dieser künstliche Süßstoff, wie vielfach behauptet wird, unserer Gesundheit unzuträglich sei. Zunächst ist dabei festzustellen, daß das Sacharin mit Zucker nicht das Geringste zu tun hat. Es ist vielmehr,

wie bereits angedeutet wurde, ein aus Steinkohlenteer gewonnenes kristallinisch weißes Produkt, nämlich Benzoesäuresulfimid, das schon im Jahre 1879 von dem deutschen Chemiker Fahlberg entdeckt und von ihm wegen seiner an Zucker erinnernden Süßigkeit als „Sacharin.. bezeichnet wurde. Reines Sacharin ist etwa 500mal süßer als Zucker, das heißt, daß ein Gramm davon ein Pfund Zucker ersetzt, hat jedoch, im Gegensatz zur landläufigen Meinung, weil es den Organismus völlig unzersetzt passiert, keinerlei Nährwert, kann also den Zucker lediglich wegen seines süßen Geschmakkes ersetzen. Es besitzt jedoch einen leicht bittern Nachgeschmack und ist überhaupt auch als bloßes Genußmittel an Wohlgeschmack dem Zucker nicht ganz ebenbürtig. Daß es schließlich auch keine Erhitzung verträgt und daher um den Geschmack der Speisen nicht zu verderben, diesen erst nachträglich und nicht schon während des Kochens beigefügt werden soll, dürfte heute jeder Hausfrau zur Genüge bekannt sein.

Auch seine oft behauptete völlige Harmlosigkeit scheint doch nicht über alles Maß erhaben zu sein; denn man machte die Erfahrung, daß sich auf der Haut von sacharin-überempfindlichen Personen stark juckende Bläschen und Flecken zeigen, welche jedoch rasch wieder verschwinden. Ferner wurde schon früher beobachtet, daß Tiere, wie Hunde und Katzen, mit Sacharin auch nur leicht gesüßte Speisen verabscheuen und lieber hungern, als diese zu sich zu nehmen. Auch die Bienen verschmähen das Sacharin vollständig, was sich übrigens aus dessen für die Ernährung vollständigen Wertlosigkeit hinreichend erklären läßt und nicht zum vornherein als eine Äußerung des Instinktes für schädliche Nährstoffe, der ja bei den Tieren besonders fein entwickelt ist, betrachtet zu werden braucht. Weiterhin soll durch Versuche festgestellt worden sein, daß das Sacharin die Auflösung des Eiweißes durch den Magensaft sehr wesentlich verlangsame und die bekannte Fähigkeit des Speichels, Stärke in Zucker zu verwandeln, beeinträchtige, alles Wirkungen, die für die Ernährung, ganz abgesehen von der absoluten Unverdaulichkeit dieses Süßstoffes, durchaus nicht gleichgültig sind und die früher oft aufgestellte Behauptung, dieses Surrogat sei dem Zucker gleichwertig, widerlegen.

In manchen Staaten, wie zum Beispiel in Deutschland, wurde unter dem Vorwande der Schädlichkeit des Sacharins schon im Jahre 1898 die Verwendung künstlicher Süßstoffe erheblich eingeschränkt und seit 1902 deren Verkauf überhaupt verboten, wobei indessen anzunehmen ist, daß diese Bestimmungen weniger aus dem angeführten Grunde, als vielmehr im Interesse der in dem Sacharin eine unliebsame Konkurrenz witternden Zuckergroßfabrikanten erlassen wurden; denn während des letzten Weltkrieges bewirkte in Deutschland der Zukkermangel die zeitweise Aufhebung dieser Verfügungen. In unserm Lande sind, da wir eine Zuckergroßindustrie nicht besitzen, solche einschränkende Bestimmungen niemals erlassen worden.

Heute ist festzustellen, daß sich die erfahrensten Spezialisten auf dem Gebiete des Stoffwechsels darüber einig geworden sind, daß der Genuß des Sacharins, sofern er sich in den üblichen Mengen vollzieht, vollkommen unschädlich sei. Dieser Standpunkt wird denn auch von der Eidgenössischen Kommission für Kriegsernährung geteilt; denn auf Grund eines Referates von Prof. Dr. Staub (Basel) kam sie in einer Sitzung vom vergangenen November zum Schlusse, daß die Verwendung von Sacharin in zum Süßen notwendigen und vorgeschriebenen Mengen keine gesundheitsschädlichen Wirkungen irgendwelcher Art verursache. Ganz besonders wird von der Ernährungswissenschaft aber auch die Behauptung zurückgewiesen, wonach das Sacharin das in unserm Körper befindliche Fett absorbiere.

Wir können also beruhigt unsern Kaffee auch weiterhin mit den kleinen weißen Tabletten versüßen, was freilich nicht wegnimmt, daß wir alle sehnsüchtig der Wiederherstellung geordneter wirtschaftlicher Verhältnisse entgegensehen.

S.

Redaktion: Dr. Ernst Eschmann, Zürich 7, Rütistraße 10. (Beiträge nur an diese Adresse!) Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Verlag von Müller, Werder & Co. AG., Wolfbachstraße 19, Zürich Telephon 2 35 27