

bundenheit ist sie prädestiniert, eine praktische Interpretin der Wissenschaft der Krankheitsverhütung zu werden, sofern ihr die entsprechende Ausbildung mitgegeben worden ist.

#### *Zusammenfassung*

Im Anschluß an den Artikel von Dr. Hans Wespi «Health Education» in der Märznummer dieser Zeitschrift und das Symposium über Gesundheitserziehung und Hygieneunterricht in Schulen vom 13. Juni 1957 in Zürich wird ebenfalls die Notwendigkeit einer Hinwendung zu den Problemen der Gesundheitserziehung in der Schweiz unterstrichen und die Aufmerksamkeit besonders auf die Gemeindegemeinschaften gelenkt. Durch entsprechende Ausbildung wäre sie imstande, durch aktive Mithilfe eine Rolle zu spielen in der Erziehung der Bevölkerung zur Gesundheit.

#### *Résumé*

A propos de l'article du Dr Hans Wespi sur l'éducation sanitaire, paru dans le numéro du mois de mai de cette revue et du Symposium du 13 juin à Zurich sur l'éducation sanitaire et l'enseignement d'hygiène dans les écoles, quelques considérations sont ajoutées. L'attention est attirée vers une autre voie d'accès au public. La sœur visiteuse dans les communes pourrait en effet jouer un rôle actif à condition qu'on lui donne l'enseignement supplémentaire concernant la prévention des maladies et l'éducation sanitaire.

#### *Summary*

The idea of promoting health in Switzerland by appropriate education and teaching, stressed by Dr. Hans Wespi and discussed on the meeting of the 13th June is supported. It is shown that another approach to an effective Community health might be through the district nurse if she is given the knowledge and training of all the problems in concern.

*Verfasser: Dr. med. E. Flückiger, alte Landstr. 42, Rüslikon (ZH)*

## **Gesundheitserziehung auf dem Gebiete der Ernährung**

*H. Lüthi, Bern*

Wer sich mit Fragen der vorbeugenden Medizin beschäftigt, gelangt früher oder später vor die Aufgabe der Gesundheitserziehung. Ein sichtbares Zeichen dieser Hinwendung zum Ausgangspunkt jeglicher Krankheitsvorbeugung war das Symposium über Gesundheitserziehung und Hygieneunterricht in Zürich, veranstaltet von der Schweizerischen Gesellschaft für Präventivmedizin. Auf diese anregende Zusammenkunft von Ärzten und Pädagogen greifen wir hier zurück. Damals sind vor allem grundsätzliche Fragen des Hygieneunterrichts an Schulen und Seminarien zur Sprache gekommen. Im Folgenden wird ein bestimmter Sektor dieses Faches herausgegriffen. Es soll versucht werden, zu zeigen, wie sich verschiedene anlässlich des Symposiums aufgeworfene Probleme im konkreten Falle der *Ernährungshygiene* stellen und gelöst werden können.

Es erübrigt sich, hier eingehend die hervorragende Bedeutung der Ernährungshygiene zu begründen. Es sei nur erinnert, welchen breiten Raum Ernährungsfragen in der Weltgesundheitsorganisation einnehmen. Gleichzeitig muß auch unterstrichen werden, wie ganz verschiedenartig die Probleme in Erscheinung treten, weil sie von Land zu Land und sogar von Landesgegend zu Landesgegend wechseln. Neben qualitativen Fragen existieren solche quantitativer Art, wobei Mangel und Überschuß oft dicht beieinander liegen. Die Nahrung ist der wichtigste und der am leichtesten beherrschbare Umweltfaktor. Luft, Wasser und Nahrung standen von jeher im Brennpunkt der Hygiene.

Zuerst sei kurz berichtet, wie die Gesundheitserziehung auf dem Gebiet der Ernährung in den USA und in Deutschland angepackt wird.

In den USA ist die Aufklärung über Ernährungsfragen erstaunlich weit fortgeschritten. Darüber vermittelt einen vortrefflichen Einblick der Bericht der deutschen

Delegation über ihre Studienreise im Frühjahr 1953 mit dem Thema « Food and Nutrition ». Die Reise war organisiert worden im Programm der « Mutual Security Agency » (bzw. « Foreign Operations Administration » FOA). Es beteiligten sich daran 28 Vertreter von 8 europäischen Nationen.

Die Ernährungserziehung baut sich in den USA systematisch auf: vom Kindergarten, über Elementar- und höhere Schulen, bis zum College und zur Universität. Für Schüler aller Altersgruppen gibt es sehr reichhaltiges Material, welches auf Ernährungsfragen hinweist. Im Mittelpunkt der Aufklärung stehen die « Basic Seven », eine siebenfache Grundeinteilung der Lebensmittel. Der Unterricht über Ernährungswissen erfolgt in manchen Schulen als besonderes Fach (« Food, Nutrition and Health »), häufig aber dergestalt, daß die Ernährung in andere Unterrichtsfächer eingebaut wird. Es gibt keine Schule, in der nicht die Grundkenntnisse der Ernährung gelehrt werden.

Die Aufklärung und Beratung des Verbrauchers über Fragen der Lebensmittel und der Ernährung wird mit sehr großer Intensität durchgeführt. Daran sind eine ganze Reihe von Stellen beteiligt: Landwirtschaftsministerien, Universitäten, Rotes Kreuz, Gesundheitsministerien, Jugendorganisationen, Frauenverbände. Die Aufklärungsarbeit richtet sich bevorzugt auf die sogenannten gefährdeten Gruppen, nämlich auf Kleinkinder, 10–12jährige Kinder, werdende und stillende Mütter, Übergewichtige und alte Leute. (Zusammenfassung aus « Mehr Wissen um Ernährung », FOA TA-Projekt Nr. 09–189, Bericht über Studienreisen im Rahmen der Auslandhilfe der USA, Heft 74. Herausgegeben vom Land- und Hauswirtschaftlichen Auswertungs- und Informationsdienst e. V. [AID], im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, Bonn. Verlag Kommentator, Frankfurt am Main 1955).

Aus dieser Berichterstattung geht deutlich hervor, « daß die USA auf dem Gebiete der Ernährungshygiene überaus aktiv vorgehen, daß sie die Ergebnisse der Ernährungsforschung praktisch auswerten, sie in weite Kreise der Bevölkerung tragen und das Wissen um eine gesunde und zweckmäßige Ernährung vertiefen. »

Trotz der Bewunderung für die Fülle der in USA auf dem Gebiet der Ernährungsaufklärung geleisteten Arbeit war sich die Delegation darüber klar, « daß wir so gut wie nichts einfach nach Deutschland übertragen können, sondern daß wir auch das Verwendbare erst in deutsche Verhältnisse übersetzen müssen, bevor es uns Nutzen bringen kann ». In den folgenden Jahren zeigte sich allerdings, daß aus dem « so gut wie nichts » doch reiche Früchte gewachsen sind. Die direkte Linie zwischen der damaligen Studienreise und der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) ist unverkennbar. Das geht deutlich aus dem Programm der DGE hervor, besonders aus dem uns interessierenden Teil, der sich auf den Unterricht bezieht. Anlässlich der Mainzer Tagung 1954 der DGE, postulierte Prof. Kraut in seinem Vortrag, daß auch in Deutschland Ernährungslehre in den Schulunterricht eingebaut werde. Dazu sollten aber erst die Lehrer die notwendige Ausbildung erfahren. Ernährungslehre müsse also Unterrichtsfach an den Seminarien (« pädagogische Akademien ») und auf den Universitäten werden. Ebenso halte er es für notwendig, daß die Studenten der Medizin nicht nur in Physiologie und physiologischer Chemie mit Ernährungslehre in Berührung kommen, sondern daß Ernährungsphysiologie regelmäßig gelesen werde. Zudem sollte man den Mut haben, auch die Erwachsenen-ausbildung in Ernährung anzupacken.

\*

Nachdem wir uns nun in großen Zügen orientiert haben, wie die Ernährungsaufklärung in den USA gehandhabt und in Deutschland geplant wird, wollen wir uns den schweizerischen Verhältnissen zuwenden. Was geschieht bei uns?

*Beratungsstellen.* Hier sind zu nennen die Schularztämter, die Schulzahnkliniken, die Mütterberatungs- und Fürsorgestellen, die Säuglingspflegesschulen, die Beratungsstellen und Lehrküchen der Gas- und Elektrizitätswerke, die Reformhäuser.

*Unterricht und Kurse.* Als grundlegend ist der hauswirtschaftliche Unterricht an den Volks-, Fortbildungs- und Haushaltungsschulen, an den Landwirtschafts- und Bäuerinnenschulen und ferner in den Mädchenheimen und Internaten zu betrachten. Im Hygieneunterricht der Seminarien, besonders der Haushaltungslehrerinnenseminarien, nimmt die Ernährungslehre einen wichtigen Platz ein. Zu erwähnen sind auch die Weiterbildungskurse für Fachlehrer des BIGA, Sektion hauswirtschaftlicher Unterricht, sowie die Kurse einzelner Volkswirtschaftskammern.

*Aufklärung* erfolgt in mannigfacher Art durch Lebensversicherungen (zum Beispiel «Vita»-Ratgeber), Krankenkassen und Gesundheitsvereine («Volksgesundheit»). Ein großes Verdienst gebührt der Eidgenössischen Alkoholverwaltung, die weit mehr, als ihr Name vermuten läßt, durch Förderung des Konsums und brennloser Verwertung von Obst und Kartoffeln großen Anteil hat an der Hebung der Volksgesundheit. Neuerdings tritt auch die Schweizerische Zahnärztesgesellschaft (SSO) mit aufklärender Dokumentation an die Öffentlichkeit im Kampf gegen den Zahnzerfall. Auch von Seiten der Nahrungsmittelproduktion wird wertvolle Aufklärung betrieben, u. a. von der Propagandastelle der Schweiz, Milchkommission, der Propagandazentrale für Erzeugnisse der schweizerischen Landwirtschaft und durch die Kundenzeitschriften aller Art.

*Ämtliche Überwachung und Kontrolle.* Hier ist in erster Linie das Eidgenössische Gesundheitsamt zu nennen, mit seiner Sektion für Lebensmittelkontrolle und den beratenden Kommissionen (Eidgenössische Kommission für Volksernährung, Lebensmittelgesetzgebung und -kontrolle, Eidgenössische Kommission zur Bekämpfung des Alkoholismus, Fluorkommission).

Die vorstehende Zusammenstellung beansprucht nicht, vollständig zu sein. Es fehlt darin zum Beispiel die Leistung des einzelnen, der als Arzt, als Zahnarzt, als Lehrer, als Redaktor auch außerhalb der erwähnten Institutionen ernährungs-hygienische Erziehungsarbeit leistet, sei es im Beruf (ärztliche Praxis, Schulzimmer), durch Vorträge, an Ausstellungen, in der Presse oder im Radio.

Bei dieser Vielfalt an Bestrebungen tritt die Ernährungserziehung als Ganzes nicht so imponierend in Erscheinung. Die verstreuten Teilerfolge werden leicht übersehen, so daß vielfach, gerade in Ärztekreisen, eine Unterschätzung des Erreichten und noch Erreichbaren besteht. Mit der resignierten Feststellung «es nützt doch nichts» wird oft das Unterlassen der Erziehungsaufgabe entschuldigt.

Auf der andern Seite könnte angesichts der Fülle von Einrichtungen die mit Ernährungsaufklärung zu tun haben, der Eindruck entstehen, es geschehe in Sachen derartiger «education» mehr als genug. Als Gegenbeweis brauchen wir nur die schlechten Ernährungsverhältnisse unserer Bergbevölkerung anzuführen und die Seuche Karies, die als untrüglicher Indikator der Fehlernährung eines Volkes gelten kann. Es ist deshalb dringendes Erfordernis, daß bei dem geplanten Ausbau der Gesundheitserziehung und des Hygieneunterrichtes der Ernährungshygiene größte Beachtung und Sorgfalt geschenkt wird.

Wir wollen nun einige Überlegungen anstellen, die uns vielleicht Anregungen und Vorschläge bringen können. Dabei sei ausgegangen von Problemstellungen, wie sie am Symposium aufgetaucht sind. Als vorläufigen Zielpunkt werden wir den von Direktor Sauter vorgeschlagenen Zentralkurs für Seminarlehrer im Auge behalten.

Diejenigen Referenten, die das Schwergewicht mehr auf «Erziehung» als auf «Unterricht» legten, waren sich einig, daß Aufklärung nicht genügt. Es gelte, durch die *Macht des Beispiels* zu lehren. Echtes Erziehen sei Beispiel geben und Vorbild sein. Damit wird jedoch die Persönlichkeit des Lehrers ausschlaggebend für den Erfolg. Was das für den Erzieher zu einer gesunden Ernährung bedeutet, ist ohne weiteres klar. So wenig ein Kettenraucher legitimiert ist, jungen Leuten über Nikotin- und andere Rauchschäden zu dozieren, so schlecht ist ein Schlemmer und Gewohnheitsgenießer ausgewiesen, Mäßigkeit und Knappheit zu lehren. Eine gesundheitserzieherische Haltung auf dem Ernährungsgebiet wird ihm abgehen. Er wird vermutlich als lauer, inkonsequenter «Beschwichigungs-Taktiker» jeglicher Ernährungsreform ungünstig gesinnt sein.

Die Forderung nach dem Beispiel enthält auch den Gedanken, daß es mit Theorien nicht getan ist. Das gilt ganz besonders in Ernährungsfragen, wo die *Praxis* der gesunden Nahrung gezeigt, am eigenen Leibe erprobt und erlebt werden muß. Darauf ist immer wieder aufmerksam zu machen. Ein noch so gutes Kolleg über Ernährungs-Hygiene kommt nicht an die erzieherische Wirkung einer vernünftigen Kost in der Studentenkantine oder im Assistenten-Eßzimmer heran. Das ist entsprechend von den Mahlzeiten in Internaten, Heimen, Seminarien, Haushaltungsschulen und Hotelfachschulen zu sagen.

Der Schularzt des Kantons Zürich hat aufmerksam gemacht auf die «kolossale Lücke zwischen Medizin und Bevölkerung.» Diese Lücke müsse geschlossen werden durch Ge-

sundheitserziehung. Das gibt zu denken, denn es bedeutet, daß das Volk bisher von Universität, medizinischer Fakultät und Klinik in bezug auf Gesundheit, Gesundheitserhaltung und -förderung erschreckend wenig gehört hat. Wahrscheinlich die schlimmste diesbezügliche Unterlassungsünde tritt in der wenig vorbildlichen Ernährung an unseren Spitälern zutage<sup>1</sup>.

Den genannten Graben zwischen Katheder und Volk durch Gesundheits- und Ernährungserziehung zu schließen, sind vor allem die Ärzte berufen. Sie sind nur berufen insofern, als sich ihr praktisches Ernährungswissen nicht selber als lückenhaft erweist! Der Ruf von Prof. Kraut nach einer gesonderten Vorlesung über Ernährungsphysiologie gilt auch für unsere Verhältnisse. Gerade im Hinblick auf die vorgesehenen Zentralkurse für Seminarlehrer, die einen Stab von Ärzten erfordern, die in Hygiene allseitig ausgebildet sind, müßte «Nacherziehung der Ärzte» (Postulat Naef) in den Ernährungswissenschaften verlangt werden. Unter Ernährungswissenschaft ist nicht nur Ernährungsphysiologie, sondern auch -biologie und -hygiene sowie Lebensmittelkunde zu verstehen. Das wichtige Lehrfach Ernährungshygiene wird seinen gebührenden Platz jedoch erst einnehmen können, wenn an den medizinischen Fakultäten die längst fällige Trennung von Hygiene und Bakteriologie vollzogen ist. Solange an den Universitäten der Hygieneunterricht im Schatten der Bakteriologie steht, kommt dem Hygieneinstitut der ETH als Ausbildungsstätte für Hygienefachleute eine um so größere Bedeutung zu. Die Wahl geeigneter Lehrkräfte für den Zentralkurs wird nach dem Gesagten nicht gerade leicht fallen.

Vom Standort des Ernährungshygienikers aus muß auch zur Wahl der Kursteilnehmer etwas gesagt werden. Ein solcher Lehrgang hat Rücksicht zu nehmen auf die Rolle der Hausfrau und Mutter, als der Trägerin der Erziehung. «Es ist nicht der Staat, nicht die Schule, nicht irgend etwas anderes des Lebens Fundament, sondern das Haus ist es» (Gotthelf). Das gilt wörtlich auch für das Fundament der Gesundheit, die im Hause beginnen muß. Ganz besondere Beachtung verdient deshalb der hauswirtschaftliche Unterricht an der Volksschule, an den Fortbildungs- und Frauenfachschulen. Das hauswirtschaftliche Obligatorium der 8. und 9. Klasse der Volksschule ist eine Einrichtung, um die uns viele Länder beneiden und aus welcher sich gesundheits-erzieherisch und besonders in ernährungs-hygienischer Hinsicht noch viel mehr herausholen ließe. Die Hauswirtschaftslehrerin – «Kochlehrerin» genannt – hat in Hygiene und Ernährungslehre eine besonders sorgfältige Ausbildung zu erfahren, was wiederum zur Voraussetzung hat, daß die Lehrkräfte an den Haushaltungslehrerinnen-Seminarien entsprechend geschult sind. Sie sind in den vorgesehenen Kursen besonders zu berücksichtigen.

Es sei schließlich noch auf eine weitere Möglichkeit hingewiesen, wie in der Volksschule die Gesundheitserziehung im allgemeinen und die Ernährungsaufklärung im besonderen intensiviert werden können. Es handelt sich um die bessere Ausgestaltung der Unterrichtspläne, in welchen für die Erziehung zur Gesundheit offenbar sehr spärliche und vage Hinweise anzutreffen sind. Wir gestatten uns, diese Vermutung und Verallgemeinerung auszusprechen, weil wir den Unterrichtsplan für Primarschulen eines im Schulwesen sehr fortschrittlichen Kantons vor uns haben und in diesem wichtigen Leitfaden für die Lehrer erstaunlich wenig Anregung zur Gesundheitserziehung finden. Als Beweis und Beispiel sei im Kapitel «Naturkunde» das Verzeichnis der empfohlenen Literatur erwähnt, das unter der Rubrik «Menschenkunde und Gesundheitslehre» ganz einseitig die Alkoholfrage berücksichtigt. Diese Feststellung geschieht bei voller Anerkennung der Wichtigkeit dieses Problems.

Die offensichtlichen gesundheits-pädagogischen Lücken in den Lehrplänen legen es nahe, diesbezüglich an die kantonalen Erziehungsdirektionen bzw. an die Konferenz deren Direktoren zu gelangen.

\*

Zusammenfassend stellen wir fest, daß bei der großen Bedeutung der ernährungsbedingten Gesundheitsschäden in den USA und in Deutschland die Gesundheitserziehung auf dem Gebiete der Ernährung überaus intensiv an die Hand genommen wird. Da in

<sup>1</sup> «Ernährung und Diät in den Spitälern der Schweiz», VESKA-Zeitschrift, 19. Jahrg. 1955 Dr. H. Lüthi.

unserem Lande die Ernährungsverhältnisse ebenfalls zu gesundheitlichen Bedenken Anlaß geben, muß bei aller Würdigung des bereits Geleisteten betreffend Ernährungsaufklärung und -erziehung *mehr* geschehen. Eine sinnvolle Zusammenarbeit der bestehenden Institutionen drängt sich auf. Wir befürworten, im Gegensatz zu den USA, in den Schulen nicht ein separates Ernährungsfach, sondern den Einbau der Ernährungserziehung und -hygiene in eine umfassende Gesundheitserziehung bzw. in einen vielseitigen Hygieneunterricht. Die kantonalen Lehrpläne sind zu überprüfen. Dem hauswirtschaftlichen Unterricht und damit den entsprechenden Seminarien ist besondere Beachtung zu schenken. Dringend nötig ist die bessere Ausbildung der Ärzte in den Ernährungswissenschaften und in einer Gesundheitspflege, die über die « Reinlichkeits-Hygiene » hinausreicht.

Verfasser: *Dr. med. H. Lüthi, Optingenstraße 16, Bern.*

#### *Zusammenfassung:*

Nach einem Hinweis auf die Ernährungsaufklärung in den USA und in Deutschland wird aufgezählt, welche Institutionen sich bisher in der Schweiz um die Gesundheitserziehung auf dem Gebiete der Ernährung bemüht haben. Im Rahmen des geplanten Ausbaus des Hygieneunterrichts in Schulen und Seminarien wird die Ernährungs-Hygiene einen besonders wichtigen Sektor darstellen. Dem hauswirtschaftlichen Unterricht und damit den entsprechenden Seminarien ist besondere Beachtung zu schenken. Die kantonalen Lehrpläne sind in bezug auf Ernährungs-Hygiene zu überprüfen und zu ergänzen. Dringend nötig ist eine bessere Ausbildung der Ärzte in den Ernährungswissenschaften. Eine der Voraussetzungen ist die Trennung der Lehrstühle Hygiene und Bakteriologie an den Universitäten.

#### *Résumé:*

Après avoir cité l'éducation sanitaire aux Etats-Unis et en Allemagne, l'auteur énumère les institutions suisses qui se sont chargées jusqu'à présent de l'éducation sanitaire dans le domaine de l'alimentation. Dans le programme envisagé de l'instruction sanitaire dans les écoles et séminaires, l'hygiène de l'alimentation occupera une place importante. Il faudra prêter une attention particulière aux cours ménagers ainsi qu'aux séminaires correspondants. Les plans d'études cantonaux devront être révisés et complétés quant à l'hygiène de l'alimentation. L'instruction plus approfondie des médecins en matière d'alimentation est une nécessité de premier ordre. Ceci implique la séparation des chaires d'hygiène et de bactériologie dans l'enseignement universitaire.

## Referate

### **Ärztliche Vorträge aus dem Sanatorium Glotterbad**

Von *L. Grote*. H. 1-3. Hippokrates-Verlag Stuttgart 1956/57.

Es ist interessant, wie die Erfahrungen, die die Gruppenpsychiatrie gemacht hat, sich langsam auch auf die Behandlung innerer Krankheiten auswirken. So hat *Melzer* gezeigt, wie in der Lungenheilstätte der Kranke durch ärztliche Vorträge, Diskussionsabende und gemeinsame Lektüre lernt, wieder mehr von innen nach außen als von außen nach innen zu leben. Ein Gleiches hat *Grote* mit seinen Vorträgen im Sanatorium Glotterbad versucht, die dem Patienten die allgemeine Bedeutung der mit ihm besprochenen Gesundheitsfragen darstellen wollen. Die Drucklegung der zunächst improvisierten Vorträge ermöglicht nun eine viel breitere Wirkung dieser gesundheitlichen Aufklärung, die bei einem Mann wie Grote immer auf ein interessiertes Publikum zählen kann. Von den bis jetzt erschienenen 9 Vorträgen möchte Ref. nur einzelne herausgreifen, deren Form und Inhalt ihm besonders typisch erscheinen.

Schon der erste Aufsatz « Über die Gesundheit » führt mitten in die große medizinische