

Detlef Briesen



# DAS GESUNDE LEBEN

Ernährung und Gesundheit  
seit dem 18. Jahrhundert



# Inhalt

I.	Dilemmata gesunden Lebens im modernen Zeitalter .....	7
II.	Die Herausbildung des modernen Gesundheitsdilemmas.....	15
	1. Vom Wert der Lebensführung: Von der Antike bis zu den modernen Naturwissenschaften .....	17
	2. Ernährungskrise, Überfluss und bürgerliche Kochkunst .....	37
	3. Die Ernährung und die industrielle Revolution.....	51
III.	Gesundheitliche Revolutionen .....	67
	4. Die Alkoholprohibition – eine Gesundheitsbewegung .....	69
	5. Die deutsche Lebensreform und die Ernährung vom Kaiserreich bis zum Nationalsozialismus.....	91
	6. Gesundheits- und Hygienerevolution und die Ernährung.....	119
IV.	Der moderne Massenkonsum, eine Gesundheitsbewegung aus den USA .....	139
	7. Von der Neuen zur Neueren Ernährung: Massenernährung in Amerika 1900 bis 1930 .....	141
	8. Die moderne Ernährung: Die USA 1930 bis 1960.....	163
V.	Goldene Zeiten: Die Individualisierung von Konsum und Gesundheit nach dem Zweiten Weltkrieg.....	181
	9. Vom Mangel zum Überfluss: Ernährung in Deutschland bis in die 1970er Jahre .....	183
	10. Vom vorläufigen Ende der Bedenken: Ernährungswissenschaften in der frühen Bundesrepublik.....	197

11. Transatlantische Party: Alkohol und Rauchen in der Nachkriegszeit .....	209
VI. Vom schnellen Ende der Schönen Neuen Welt.....	225
12. Die neue Rolle von Naturwissenschaften und Medizin .....	227
13. Schatten auf der Lunge: Die Schöne Neue Welt und das Rauchen .....	235
14. Die ersten Lebensmittelskandale .....	247
15. Die Paradoxien der modernen Ernährung in der Bundesrepublik Deutschland.....	273
VII. Gesundheit durch Gesundheitspolitik?.....	287
16. Vom Genussmittel zur tödlichen Droge: Rauchen seit den 1960er Jahren .....	289
17. Ein Martini zu viel: Alkohol zwischen gesellschaftlicher Azeptanz und Suchtprävention .....	307
18. Von der Gesundheitserziehung zur Health Promotion.....	319
VIII. Nachschlag .....	329
Literatur.....	333
Abkürzungen.....	367
Tabellenanhang.....	369
Personenregister .....	381
Sachregister.....	387

## 14. Die ersten Lebensmittelskandale

Die moderne Ernährung hatte sich in der Zwischenkriegszeit in den USA entwickelt und von dort nach dem Zweiten Weltkrieg international verbreitet. Auch die Kritik an der Industriekost setzte wiederum zuerst in Amerika ein. Seit dem Ende der 1950er Jahre zeigten sich erste Verwerfungen in der Schönen Neuen Welt der angeblich so gesunden, vorgefertigten und verbraucherfreundlichen Lebensmittel. Dies lag zum einen an einer kulturkritisch beeinflussten Wendung gegen den *American Way of Life*. Autoren wie Betty Friedan oder Vance Packard setzten sich kritisch mit der Welt der Vorstädte auseinander (Packard 1957; Friedan 1963; Goldstein 1992: 54–71). Zum anderen machte sich eine neuartige Skepsis gegenüber dem gesundheitlichen Wert der Industrieprodukte breit. Seit der Novellierung des *Food and Drug Act* 1938 war die US-Regierung in Ernährungsfragen untätig gewesen. Die FDA war in der Ära Eisenhower eher ein Partner der Industrie als ein Überwachungsorgan. Ihre Führung war ebenso wie die Industrie begeistert von den Möglichkeiten, welche die Chemie inzwischen bereitstellte. Auch der US-Kongress ignorierte zwischen 1952 und 1957 die Anträge des Abgeordneten James Delaney (1901–1987), die Lebensmittelindustrie gesetzlich dazu zu verpflichten, die Unschädlichkeit chemischer Beimischungen nachzuweisen (Belasco 1989: 15ff.).

Plötzlich jedoch veränderte sich 1958 die gesellschaftliche Stimmung. Damals berichtete ein führender Wissenschaftler des *National Cancer Institute* über neue Forschungsergebnisse. Mehrere chemische Zusätze in Lebensmitteln standen unter dem Verdacht, beim Menschen Krebs auszulösen. Der Skandal fand ein breites Echo in der Öffentlichkeit. Gleichwohl war es nach Aussagen von Delaney nicht der Skandal selbst, der Gesetzesänderungen zustande brachte, sondern der Hollywood-Star Gloria Swanson (1899–1983). Ihre große Medienwirkung half dem *Delaney Amendment* zum *Food and Drug Act* durch den Kongress. Swanson, eine Anhänge-

rin der Gesundheitsbewegung seit den 1920er Jahren, überzeugte die Ehefrauen der Parlamentarier von der Notwendigkeit, chemische Zusätze in der Nahrung auf ihre Schädlichkeit hin testen zu lassen. Das Amendment führte eine Prüfpflicht für bisher noch nicht verwendete Substanzen ein; bis 1960 musste zudem die Unbedenklichkeit der bisher üblichen Zusatzstoffe erbracht werden.

Die meisten Vertreter des produzierenden Gewerbes erkannten die langfristigen Vorteile dieser Regelung. Eine Minderheit versuchte jedoch weiterhin, die wissenschaftlichen Tests zu behindern. Dabei bildete sich ein Argumentationsmuster heraus, das auch in der Debatte um das Rauchen bedeutsam wurde. Nach den damaligen Standards der experimentellen Physiologie war nur durch Tierversuche der Nachweis möglich, ob eine Substanz schädlich war oder nicht. Einige Vertreter von Industrieinteressen bestritten daher deren prognostische Qualität. Die Körper von Ratten und Menschen wären zu verschieden, als dass Schlüsse auf die Schädlichkeit von Substanzen für beide Spezies zulässig wären. Zusatzstoffe wären nach dieser Logik grundsätzlich unschädlich; zumindest wäre das Gegenteil nicht beweisbar.

Nur ein Jahr nach dem *Delaney Amendment* gerieten die Pestizide in den Blickpunkt. Dies war ein direktes Ergebnis der Novelle gewesen, denn sie hatte die FDA mit größeren Kompetenzen ausgestattet. Durch die Kontrollen wurde im Herbst 1959 ein kanzerogenes Herbizid in Preiselbeeren nachgewiesen. Die kontaminierten Früchte wurden vom Markt genommen. Trotz der Zusicherung der FDA, dass alle übrigen Preiselbeeren giftfrei wären, verzichteten beim Erntedankfest 1959 Millionen auf die übliche Garnitur ihres Truthahnbratens – ein höchst symbolischer Akt. Danach kam es noch schlimmer: Einige Wochen später zeigten Versuche an Ratten, dass einige der am meisten verwendeten Lebensmittelfarben Krebs erzeugten. Der Sommer 1961 schließlich brachte *Before Silent Spring*, eine bahnbrechende Studie von Rachel Carson (1907–1964) über die verheerenden (ungewollten) Wirkungen von Pestiziden und Additiven bei Pflanzen, Tieren und Menschen (Carson 1961). Das Resultat all dieser Skandale war, dass sich die lange passiv gebliebene Verbraucherbewegung wieder formierte. Die FDA wurde mit Forderungen überschwemmt, Kennzeichnungspflichten für alle Zusatzstoffe in der Industrieproduktion von Lebensmitteln einzuführen.

Studien, die auf die *Framingham-Untersuchung* gefolgt waren, zeitigten Resultate. Erstmals griff 1961 die Furcht vor Cholesterin um sich, womit eine

neue Stufe in der Eskalation von Ernährungsängsten erreicht war: Nun schien es so, als wäre selbst die bis dahin als gesund empfohlene Kost tödlich. Ein großer Teil dessen, was Experten für wertvoll gehalten und sich Gesundheitsbewusste zu verbrauchen angewöhnt hatten – Milch, Butter, Käse und Rindfleisch –, enthielt Substanzen, die Herzinfarkte und Schlaganfälle auslöste. Die Horrormeldungen beruhten auf Forschungen, die für sich genommen nicht neu waren. Seit den frühen 1950er Jahren hatten mehrere Ernährungsstudien die Risiken einer übermäßigen Aufnahme von tierischen Fetten aufgezeigt; der Wert dieser Studien wurde jedoch vom wissenschaftlichen und industriellen Establishment angezweifelt (Hall 1974: 247f.). Die Furcht vor dem todbringenden Cholesterin kam deshalb so rasch auf, weil die Produzenten von Pflanzenöl und Margarine nun die Studien nutzten, um für ihre Erzeugnisse zu werben. Niemand sollte die Botschaft verpassen: Margarine war gesünder als Butter! Schon bald füllten sich in den USA die Regale der Supermärkte mit Dressings, Mayonnaisen, Ölen und Backwaren, die mit immer höheren Anteilen ungesättigter Pflanzenöle warben. Innerhalb nur eines Jahres, von 1961 auf 1962, gaben 22 Prozent der Verbraucher in Umfragen an, ihre Ernährung wegen der Cholesteringefahr umgestellt zu haben.

Gegen Ende der 1950er Jahre änderte sich das weibliche Körperideal ein weiteres Mal: Die schlanke Linie wurde wieder en vogue. Zwar waren die entsprechenden Diätpläne niemals ganz verschwunden, aber speziell bei der im doppelten Sinne umfangreichen US-Mittelschicht waren die Frauen bis in diese Dekade zumeist mit ihrem Gewicht zufrieden gewesen. Zudem war bis dahin kaum bekannt, dass (starkes) Übergewicht ein erhebliches Gesundheits- beziehungsweise Mortalitätsrisiko bildet (Wyden 1965: 15).

Derartige gesundheitliche Erwägungen waren jedoch nicht maßgeblich für den wieder einsetzenden Trend zum freiwilligen Fasten. Die schlanke Linie kam aus der Modewelt und ging mit einer neuen Welle der Emanzipation der Frauen einher. Die Schlankheitswelle war mit einer neuen Generation von Models verbunden, etwa mit Suzy Parker (1932–2003). Sie unterschied sich in ihrer Statur deutlich vom bis dahin vorherrschenden, fülligen Frauentypus, den Marilyn Monroe präsentiert hatte. Schlagartig veränderte sich daher der Inhalt der Frauenzeitschriften: Nun wurden Diäten nach der Mode zum zweitwichtigsten Thema. Außerdem verdreifachte sich zwischen 1959 und 1961 der Umsatz von Natriumcyclamat, einem künstlichen Süßstoff. Im selben Zeitraum verdoppelten sich weiter-

hin die Verkaufszahlen von Produkten, die mit einem niedrigen Kaloriengehalt warben. Nun wurde speziell auf Schlankheit ausgerichtete Kost entwickelt. Die Firma Mead und Johnson bot Metrecal an, eine aus der Babynahrung weiterentwickelte kalorienarme Vollnahrung für Erwachsene. Das Pulver wurde in ein Glas Milch gemischt und war erstaunlich sättigend. Zudem kamen damals unzählige Diätkochbücher neu auf den Markt (Schwartz 1986: 198).

Anfang der 1960er Jahre veränderte sich die Einstellung der US-Verbraucher zu chemischen Produkten – mochten diese wie Pestizide während der Erzeugung eingesetzt oder den Produkten – wie Speisefarben – später zugefügt worden sein. Die Chemikalie, die die stärkste Aufmerksamkeit erregte, war DDT. Es wurde erstmals 1874 synthetisiert, aber es dauerte noch bis 1939, bis man seine Wirkung als effektives Pestizid verstand. Der Schweizer Paul Müller (1899–1965), der die schädlingsbekämpfenden Wirkungen entdeckt hatte, erhielt dafür sogar 1948 den Nobelpreis. In dieser Funktion wurde der Einsatz von DDT von der US-Armee gefördert. Sie suchte nach Mitteln gegen die Malaria, deren Erreger auf den Schlachtfeldern des Zweiten Weltkrieges oft endemisch waren. 1942 wurde DDT an Freiwilligen getestet, die sogar große Mengen der Substanz tranken, angeblich ohne negative Folgen. Bei Kriegsende wurde die Verwendung von DDT in der Landwirtschaft forciert.

Als das *Delaney-Komitee* 1950 die Überprüfung der langfristigen Folgen des Pestizids verlangte, blockte dies eine Lobby aus Wissenschaft und Agrarinteressen ab (U.S. House of Representatives, Select Committee to Investigate the Use of Chemicals in Food Products 1951: 90f.). Im Jahr darauf stellte das *Food Protection Committee* im NRC weitreichende Behauptungen auf: Rückstände von DDT oder überhaupt von Pestiziden in der menschlichen Kost wären unbedenklich; und ohne deren Einsatz könnten die USA ihre Bevölkerung nicht mehr ernähren! Im Jahre 1954 veröffentlichte der Chef-Toxikologe des *Public Health Service* eine Studie, nach der DDT in jeder amerikanischen Mahlzeit nachweisbar wäre. Dies wäre jedoch vollkommen unschädlich, da die Mengen weit unter dem lägen, was Freiwillige in Versuchen zu sich genommen hätten. Die Studie wies zudem nach, dass sich DDT in Fett anreicherte; wohlgermerkt angeblich nur im Fett der Lebensmittel, nicht im menschlichen Körper!

Die Anreicherung im Fett hatte auch Rachel Carson untersucht. Ihr gelang dabei der Nachweis einer Ansammlung von DDT und anderer Pestizide im menschlichen Fettgewebe. Dieses erschreckende Resultat veröf-