

VEGETARISMUS.

Geachte Redactie.

Vergun mij door middel van Uw blad een paar vragen te stellen aan collega SYBRANDY naar aanleiding van zijn ingezonden stuk aan PINKHOF.

Hoe verdedigt een vegetariër van het slag van Prof. JULIUS BARON het dooden van dieren om ons aan melk, boter, kaas, eieren en honig te helpen?

Wat is het essentieele onderscheid tusschen het gebruik van die dierlijke stoffen en de andere van het dier afkomstig?

Een antwoord hierop van collega SYBRANDY zou mij en anderen zeer verheugen.

Collegialiter,

Schiedam, 21 Februari 1905.

J. ENDTZ.

ANTWOORD AAN COLLEGA ENDTZ.

Historisch zien wij reeds 3 vormen, waaronder het vegetarisme optreedt. (Bijbel: paradijsverhaal, Israëlieten in de woestijn, Daniël [I:12—16]; aan deze al of niet oorspronkelijke verhalen, liggen ook de 3 vormen van vegetarisme ten grondslag: de zedelijke, noodzakelijke en de physiologisch-hygiënische; verder Boedhisme: godsdienstig-ethisch; PYTHAGORAS: godsdienstig-physiologisch-hygiënisch, misschien ethisch; SENECA: ethisch enz.).

Ook tegenwoordig hebben wij hetzelfde, al kan men slechts spreken van 2 *richtingen*, omdat de proletarische vorm gedwongen is.

Er zijn er, die handelen volgens ethische motieven, terwijl de 2de groep meent, dat het zgn. lacto-vegetabele diëet (ALBU) of ook het vegetabele alleen, physiologisch-hygiënisch de voorkeur verdient.

Van welk „slag” nu Prof. BARON was, weet ik niet. Behoorde hij tot de laatsten, dan vervalt de eerste vraag natuurlijk. De tweede is niet geheel duidelijk. Wordt bedoeld het moreel verschil of het chemisch-physiologisch-hygiënische? Daarom zal ik n^o. 1 beantwoorden van ethisch standpunt, n^o. 2 kortelijk chemisch-physiologisch-hygiënisch, omdat, indien deze vraag moreel bedoeld is, het antwoord in n^o. 1 ligt opgesloten.

Iedereen zal ongetwijfeld toestemmen, dat men een dier niet noodeloos moet kwellen. Nu is de ruwe behandeling van het vee, het vervoer, vooral van pasgeboren kalveren, de talloze castraties, het slachten op zichzelf, allerlei wreede methoden voor het vangen van visch, het laten uitdrogen enz., moeilijk anders te betitelen dan *kwelling*. Handelt men nu uit zedelijke overwegingen, dan is het de vraag, in hoeverre het gebruik van de melk en haar producten is te verdedigen. Maar eeuwenlang is het, misschien wel oorspronkelijk frugivore, individu aan een min of meer gemengd diëet gewend, en daarom wordt een *plotselinge* overgang tot den zuiver vegetabielen vorm zelden goed verdragen, en trouwens door geen verstandig mensch aangeprezen.

Anders is het met het ovo-lacto-vegetabele diëet. Verreweg de meeste menschen kunnen hiertoe vrijwel direct overgaan, mits niet staande onder den suggestieven invloed van tegenstanders. En algemeen doorgevoerd, zou *dit* beteekenen: groote reductie der veeteelt en haar gevolgen, derhalve groote vermindering van leed en kwelling.

En *tracht* nu niet ieder mensch naar het zedelijk goede te handelen naar

zijn beste weten, al bereikt hij slechts een deel van hetgeen hij zich voorstelt? En zouden wij nu dat streven nalaten, omdat wij het einddoel niet volstrekt logisch kunnen bereiken? Elke poging daartoe, hoe gering, moet zedelijk goed worden genoemd. En zoo kan de ethische (lacto-) vegetariër voorloopig nog het dooden van deze dieren verdedigen, voorzoover dit bijv. op oeconomische gronden, wegens het *te veel*, noodig mocht zijn; maar dit laatste zou hij althans zonder leed kunnen doen, nl. door asphyxiatie, want hij eet ze niet op. Misschien vindt men dit dwaas, maar waarom eet men geen hondebiefstuk of katteworst?

Elk levend wezen doodt andere, het is niet mogelijk, dat ooit geheel te vermijden. Maar de ethische vegetariër zal er naar streven dit te beperken, en mij dunkt, dat dit door ieder welwillend, beschaafd mensch moest toegejuicht worden; en dan is de *eerste stap in deze richting*: het (ovo-)lacto-vegetabele diët.

Ondertusschen kunnen physioloog en medicus uitmaken, welke diëtvormen de voorkeur verdienen.

Vraag 2. Voor het scheikundig verschil zij naar de literatuur verwezen; men lette echter op het groote eiwitgehalte van vleesch, in tegenstelling met dat van melk en zelfs van eieren; en bedenke, dat de natuur zelf ons in de moedermelk weinig eiwit geeft: ongeveer 1 pCt. De „Mischungsverhältnisse der Nahrungsstoffe” door Prof. RUBNER opgegeven in het *Handbuch der Ernährungs-therapie*, VON LEYDEN 2de druk, blz. 139, zijn onjuist (voor zuigelingen). Verder bevat bijv. 100 gram versch vleesch slechts 25.8 mgr. Ca en 4.7 mgr. Fe, dus al bijzonder weinig. Ei en melk bevatten ook niet veel Fe (komen voor anaemie dus ook weinig in aanmerking) resp. 4.3 en 2.3 mgr., maar bevatten althans veel Ca: 122.1 en 173.7 mgr.

Physiologisch heeft de vleeschdigestie meer zoutzuur noodig dan bijv. melk (zoo heeft brood veel ferment en minder HCl noodig volgens de hondeprouven van PAWLOW: Die Arbeit der Verdauungsdrüsen). Wat is het gevolg? *Tijdelijke* vermeerdering der alkaliteit van het bloed voor korten duur, zoodat er zelfs alkalische urine kan ontstaan: dus eliminatie van alkaliën. Maar daarna moet door het HCl, in welken vorm dan ook, vermindering van deze alkaliteit optreden, omdat het geneutraliseerd wordt, of de Cl-ionen ontnemen Na-ionen aan het bloed (of de weefsels). Bovendien treedt er een vrij groote hoeveelheid H_2SO_4 op bij het gewone gemengde vleeschdiët (bijv. 200 gram per middagmaaltijd = 40 à 42 gram eiwit), dat weliswaar gedeeltelijk door NH_3 wordt geneutraliseerd, maar overigens opnieuw basen aan het lichaam kan onttrekken. Door de slechte verdeling der zouten in het vleesch, kan het hier zelf niet in voorzien. Vermindering van alkaliteit van het bloed, of liever vermindering der voorwaarden voor het ontstaan of het voorhanden hebben van hydroxyl-ionen, beteekent steeds vermindering van weerstandsvermogen, door de kansen voor gevaarlijke zuurvorming in het lichaam.

Een ander physiologisch verschil is bijv. het sterker optreden van rotting in den darm door vleesch, in tegenstelling met melk. (E. METCHNIKOFF in zijn artikel over den ouderdom, stelt de rotting in den darm als een der groote gevaren voor, die den mensch bedreigen en hij vraagt zich af, hoe dit te vermijden. Het antwoord ligt voor de hand).

Vervolgens wordt vleesch pas gebruikt, nadat de rigor mortis is verdwenen; feitelijk is dan de rotting ingetreden. Volgens Prof. KÖNIG (*Chemie der menschl. Nahrungs- und Genussmittel* II, Ed. 4) is het vóór dien tijd moeilijk kook- en verteerbaar. Eieren en melk daarentegen kan men steeds zonder deze eigenschappen gebruiken, al laat de hygiëne van het melken heel veel te wenschen over.

Andere verschillen vinden wij in het gehalte aan nucleïnen en extractief stoffen enz.

Verder is bijv. melk bijzonder weinig prikkelend, wat a priori reeds is aan te nemen, omdat het voor een teer, jong individu is bestemd.

Omtrent vraag 2 heb ik slechts een greep kunnen doen, maar mag geen plaatsruimte meer vergen, Alleen moet mij nog de opmerking van het hart, dat ik het jammer vind, dat men op dit gebied niet meer en uitgebreide onderzoekingen doet.

Warga, 26 Febr. 1905.

B. SYBRANDY.

HET GEMOEDSBEZWAAR TEGEN DE PERFORATIE DER LEVENDE VRUCHT.

Vergun mij, geachte Redactie een kort antwoord aan Collega A. W. AUSEMS.

In de eerste plaats een erkentenis van ongelijk. Volmondig stem ik toe dat het niet aangaat de handelwijze der R. K. collega's als „roekeloos” te bestempelen. Het spijt mij dat deze uitdrukking, die mijn meening niet juist weergeeft, mij uit de pen is gevloeid. Roekeloosheid is altijd het gevolg van een karakterfout, en het is verre van mij zulk een blaam op hen te willen werpen. Zij handelen volgens de voorschriften van hun geweter, en derhalve kan hun niets verweten worden.

Uit mijn stukje bleek, dunkt mij, duidelijk, dat mijn bedoeling niet beledigend was.

Verder word ik door Collega AUSEMS beschuldigd van „belachelijke overdrijving” en van „vechten tegen windmolens”. Daar moet ik tegen opkomen. Ik ben overtuigd, dat Collega AUSEMS de zaak te gunstig voorstelt. In een Universiteitsstad zijn de indicatiën voor perforatie veel beperkter dan ten plattenlande; Collega AUSEMS verliest dat te veel uit het oog en komt daardoor tot de verkeerde slotsom, dat de zaak die ons bezighoudt van geenerlei beteekenis is.

Ten slotte spreek ik toch nog de verwachting uit, dat Collega AUSEMS, die in zijn antwoord daarover geheel zwijgt, met ons zal willen deelnemen aan een actie tegen de strafwetnouvele.

Met dank voor de opname
Kampen, 1 Maart.

Dr. J. D. C. KOCH.

BERICHTEN.

Wetten, Besluiten, Officiële verslagen, enz.

Wetsontwerp tot beveiliging der caisson-arbeiders.

De Regeering heeft bij de Tweede Kamer ingediend een ontwerp van wet