

## **Beiheft 20: Vollwerternährung**

### **Jörg Melzer. Vollwerternährung. Diätetik, Naturheilkunde, Nationalsozialismus, sozialer Anspruch**

Stuttgart: Steiner, 2003, kt.

ISBN: 3-515-08278-6

---

#### Inhaltsverzeichnis

### **Einleitung**

#### **1 Essen und Trinken in der antiken Diätetik und im Mittelalter**

- 1.1 Die Vorsokratiker und die Entstehung der Diätetik
- 1.2 Diätetik der hippokratischen Ärzte
- 1.3 Galen von Pergamon
- 1.4 Zusammenfassung

#### **2. Naturgemäße und naturheilkundliche Therapie- und Ernährungsvorstellungen in der Neuzeit**

- 2.1 Aspekte naturgemäßer Therapieansätze im 18. u. 19. Jahrhundert
  - 2.1.1 Christoph Wilhelm Hufeland medizinische Aufklärung und Makrobiotik
  - 2.1.2 Zusammenfassung
- 2.2 Wechsel von naturgemäßen zu naturheilkundlichen Therapie- und Ernährungsempfehlungen im 19. Jahrhundert
  - 2.2.1 Vinzenz Prießnitz: kaltes Wasser und gemischte Kost
  - 2.2.2 Lorenz Gleich: der Begriff Naturheilkunde
  - 2.2.3 Johann Schroth: temperiertes Wasser und Semmelkur
  - 2.2.4 Theodor Hahn: Weizenschrotbrot und vegetarische Ernährung
  - 2.2.5 Louis Kuhne: Kur und Weizenschrot
  - 2.2.6 Zusammenfassung
- 2.3 Vorreiter einer vollwertigen Ernährung im 20. Jahrhundert
  - 2.3.1 Mikkel Hindhede: naturwissenschaftliche Ernährungsforschung
  - 2.3.2 Maximilian Bircher-Benner: naturheilkundliche Empirie
  - 2.3.3 Zusammenfassung

#### **3. Ernährungsempfehlungen im Dritten Reich**

- 3.1 Gleichschaltung, Führerprinzip und NS-Ideologie
- 3.2 Die für Volk und Krieg zweckmäßige Ernährung
  - 3.2.1 Der Reichsnährstand (RNS)
  - 3.2.2 Die Reichsarbeitsgemeinschaft für Volksernährung (RAGVE)
  - 3.2.3 Die Deutsche Gesellschaft für Ernährungsforschung (DGEF)
  - 3.2.4 Der Reichsvollkornbrotausschuss (RVBA)
  - 3.2.5 Exkurs: Vegetarische Ernährung und Menschenversuche
  - 3.2.6 Zusammenfassung
- 3.3 Der Vollwert der Nahrung
  - 3.3.1 Werner Kollath
  - 3.3.2 Begründung der Vollwertlehre
  - 3.3.3 Zusammenfassung

#### **4. Vollwertige Ernährungsempfehlungen und ihre Hintergründe nach 1945**

- 4.1 Weiterentwicklung der Vollwertlehre
  - 4.1.1 Werner Kollath
- 4.2 Vollwertige Ernährung

## **Beiheft 20: Vollwerternährung**

4.2.1 Wilhelm Heupke

4.2.2 Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE)

4.3 Vollwert-Ernährung (Teil 1)

4.3.1 Hans Adalbert Schweigart

4.3.2 Internationale Gesellschaft für Nahrungs- u. Vitalstoff-Forschung (IVG)

4.4 Vollwertkost

4.4.1 Herbert Krauß

4.5 Schnitzer-Kost

4.5.1 Johann Georg Schnitzer

4.5.2 Arbeitskreis Gesundheitskunde (AKG)

4.6 Grunddiätsystem

4.6.1 Helmut Anemueller

4.7 Vitalstoffreiche Vollwertkost

4.7.1 Max Otto Bruker

4.7.2 Exkurs: Brukers politische Verbindungen nach 1945

4.7.3 Aspekte von Brukers Ernährungs- und Krankheitslehre

4.7.4 Gesellschaft für Gesundheitsberatung (GGB)

4.8 Vollwert-Ernährung (Teil 2)

4.8.1 Karl von Koerber, Thomas Männle, Claus Leitzmann

4.8.2 Verband für unabhängige Gesundheitsberatung (UGB)

4.9 Zusammenfassung

## **5. Gesamtzusammenfassung**

## **6. Ausblick**

### **Verzeichnisse:**

Abbildungsverzeichnis

Verzeichnis der verwandten Abkürzungen

Quellen- und Literaturverzeichnis

Sachwortregister