

Moszcze owocowe

dla chorych i zdrowych

P. inż. S. J. Tilgner, Warszawa.

Przed niedawnym czasem odbył się w doksztalcającej szkole zdrowia w Charlottenburgu doksztalcający kurs lekarski. Zadaniem jego było zapoznanie lekarzy z użytecznością terapeutyczną owoców i moszczów owocowych. Czołowym referentem był znany profesor wiedeński, dr. med. von Noorden, który w swoim referacie oparł się głównie na własnem przeszło 50-cioletniem doświadczeniu jako naukowiec i lekarz.

Dając krótki przegląd historyczny, podkreślił słynny uczony różnice, jakie istniały pod koniec zeszłego stulecia między zapatrywaniem ogółu świata lekarskiego a społeczeństwa. Lekarze wówczas powszechnie nie doceniali wartości owoców, zakazując w wypadkach chorobowych ich spożywania, podczas gdy społeczeństwo, idąc za instynktem tylko, z dużą dozą niewiary stosowało się do zaleceń lekarzy. Nawet w roku 1896 odważyło się pewne zdrojowisko o światowej sławie na wyraźne zakazywanie spożywania owoców, umieszczając odpowiednie ostrzeżenie na każdej butelce swej słynnej wody zdrojowej. Tęgodzianafakty brzmią przy dzisiejszym rozwoju pojęć wprost paradoksalnie. Cenimy dzisiaj owoce i moszcze owocowe nie tylko dla ich wartości smakowych, pobudzających apetyt, lecz przede wszystkim dla ich bogactwa w zasadowe składniki mineralne.

Jakkolwiek ilość składników mineralnych nie przekracza w owocach $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ % ogólnej wagi owocu, to jednak ilość ta posiada dla organizmu ludzkiego niesłychanie wielkie znaczenie, jeśli się zważy, że przeważająca część pożywienia nowoczesnego człowieka wywołuje w jego organizmie niepożądaną, kwaśną reakcję, na której zubożenie trzeba właśnie owych zasadowych soli mineralnych. Pozatem posiadają owoce jedną cenną własność negatywną, t. j. posiadają niesłychanie mało soli kuchennej, uznanej dzisiaj za składnik niekorzystny w pożywieniu człowieka. Ubóstwo związków białkowych oraz nieobecność tłuszczów tworzą dalsze cenne własności owoców oraz moszczów owocowych. Te ostatnie zawierają wszystkie korzystne własności owocowe i dzięki temu konsumacja ich stale się zwiększa w przeciwieństwie do win, które, jakkolwiek z tych samych surowców, ustawicznie cierpią na zwężające się rynki zbytu, mimo obniżki cen.

Zalecając moszcze owocowe osobom zdrowym, należy mieć następujące czynniki i własności na uwadze:

- 1) moszcze nadają się jako pokarm uzupełniający codzienne zapotrzebowanie żywności — pożywność moszczów dochodzi do wartości dobrego pełnotłustego mleka.
- 2) przy wydatnem spożywaniu owoców i moszczów następuje zapobiegające uodpornienie organizmu przeciw dyzenterji oraz usprawienie działalności trawiennych,