

πάρκεια τοῦ ἀστικοῦ σιτηρεσίου τῶν πτωχοτέρων τάξεων. Τὸ ποσὸν τοῦ προσλαμβανομένου λευκώματος ζωϊκῆς προελεύσεως εἶναι τελείως χνεπαρκές, τὸ αὐτὸ δὲ δύναται νὰ λεχθῇ καὶ διὰ τὸ ποσὸν τῆς βιταμίνης Α καὶ τοῦ ἀσβεστίου. Γενικῶς τὸ σιτηρέσιον τῶν πτωχοτέρων στρωμάτων δὲν παρουσιάζει τὴν ποικιλίαν ἐκείνην, ἥτις ἔξασφαλίζει ἐπαρκῆ διατροφῆν. Τὰ ἀποτελέσματα ταῦτα ἐπιβεβαιοῦν γνώμας τὰς ὄποιας διετύπωσεν δ. Γ. Ἰωακείμογλου μετὰ τῶν μαθητῶν του ἀπὸ τοῦ 1933<sup>6, 7, 8</sup>. Μὲ τὴν αὔξησιν τοῦ εἰσοδήματος βαίνει σχεδὸν παραλλήλως καὶ αὔξησις τῆς ποικιλίας τῶν διαφόρων σιτίων. Εἰς τὰς μελετηθείσας ὑφ' ἡμῶν οἰκογενείας, 40-70% τοῦ εἰσοδήματος ἐδαπανᾶτο πρὸς διατροφήν.

#### ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. CATHCART, Some of the difficulties in the quantitative assessment of human diets. *Nutr. Abst. Rev.* 1 (1931), 6-II.
2. J. KÖNIG, Nahrung und Ernährung des Menschen. Berlin 1926.
3. Imperial Bureau of Animal nutrition, Table of composition of foods. Aberdeen 1938.
4. E. BIGWOOD et G. ROOST, L'alimentation rationnelle, 1934. *Inst. Sociol. Solvay*. Bruxelles.
5. League of Nations, The problem of nutrition. Vol. II. *Report of the physiological bases of nutrition*, 1936.
6. Γ. ΙΩΑΚΕΙΜΟΓΛΟΥ καὶ Σ. ΓΙΑΝΝΟΥΣΗ, Περὶ τῆς ἐπαρκοῦς τροφῆς τῶν πτωχῶν τάξεων τοῦ λαοῦ. *Πρακτ. Ἀκαδ. Ἀθηνῶν*, 8 (1933), σ. 224.
7. Γ. ΙΩΑΚΕΙΜΟΓΛΟΥ καὶ Γ. ΛΟΓΑΡΑ, Χημικὰ διαφορὰ μεταξὺ ἀρρενος καὶ θήλεος. *Πρακτ. Ἀκαδ. Ἀθηνῶν*, 8 (1933) σ. 16.
8. Σ. ΣΩΤΗΡΙΑΔΟΥ, *Πρακτ. Ἀκαδ. Ἀθηνῶν*, 12 (1937), σ. 281.

**ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗ.**— Μελέτη τοῦ σιτηρεσίου πτωχῶν οίκογενειῶν τῶν Ἀθηνῶν κατὰ τὴν πολεμικὴν περίοδον 1941-1942\*, ὑπὸ Γεωργίου Δογαρᾶ<sup>1</sup>. Ανεκοινώθη ὑπὸ κ. Γ. Ἰωακείμογλου.

\* Αν ὑπὸ ὁμαλάς συνθήκας αἱ στατιστικαὶ παραγωγῆς, εἰσαγωγῆς καὶ καταναλώσεως τροφίμων ἐνὸς κράτους, πολὺ δὲίγον καταδεικνύουν τὴν κατάστασιν διατροφῆς τοῦ λαοῦ του, τοῦτο ἵσχει ἐτι μᾶλλον ὑπὸ ἀνωμάλους συνθήκας - ὡς αἱ σημεριναὶ - ὅπου ἡ κατανομὴ εἶναι ἔξαιρετικῶς ἀνισος.

Εἰς προηγούμενην ἀνακοίνωσίν μας ἐμελετήσαμεν τὸ σιτηρέσιον ἐργατικῶν οίκογενειῶν τῶν Ἀθηνῶν κατὰ τὴν περίοδον 1938—1939. Ἐν τῇ παρούσῃ ἀνακοίνωσει προσεπαθήσαμεν νὰ μελετήσωμεν τὸ σιτηρέσιον οίκογενειῶν ὅσῳ τὸ δυνατόν του αὐτοῦ οἰκονομικοῦ ἐπιπέδου πρὸς τὰς οἰκογενείας τῆς προηγουμένης μελέτης μας.

**Τεχνική.**— Ἡκολουθήσαμεν, κατὰ τὸ δυνατόν, τὴν αὐτὴν περίπου τεχνικὴν μέ-

\* G. LOGARAS, Dietary survey of small income families of Athens during the period of the famine (1941-42).

<sup>1</sup> Ανεκοινώθη κατὰ τὴν συνεδρίαν τῆς 15 Ὁκτωβρίου 1942.

θιδον ώς καὶ ἐν τῇ προηγουμένῃ ἡμένι μελέτῃ. Λόγω τῶν δημιουργηθεισῶν ἐκ τοῦ πολέμου συνθηκῶν, ἡ ἔργασία αὕτη παρουσιάζει πολὺ μεγαλυτέρας δυσκολίας ἢ ὑπὸ ὀμαλὰς συνθήκας. Ψυχολογικοὶ λόγοι ἐπιδροῦν πολύ, δὲν ὑπάρχει δὲ ἡ ιδία προθυμία πρὸς εἰλικρινῆ συνεργασίαν. Διὰ τοῦτο ἐκ τῶν ἔξετασθεισῶν ἀνώ τῶν 40 οἰκογενειῶν μόνον αἱ 27 δύνανται νὰ θεωρηθοῦν μὲ ἀποτελέσματα ἀσφαλῆ. Τὰς λοιπὰς δὲν ἐλάβομεν ὑπὸ ὅψιν. Διὰ τὸν ὑπολογισμὸν τῆς θρεπτικῆς ἀξίας τῶν σιτίων ἐλάβομεν ὑπὸ ὅψιν τοὺς πίνακας Köping. Διὰ μερικὰ σιτία τοπικῆς κατασκευῆς ἐλάβομεν ὑπὸ ὅψιν ἐπιστήμους ἐλληνικὰς ἀναλύσεις καὶ ὑπελογίσαμεν τὸ ποσὸν τῶν θερμίδων.

\*<sup>1</sup> Αποτελέσματα.—Ο πίνακας I δίδει τὴν ἡμερησίαν κατανάλωσιν - κατὰ καταναλωτικὴν μονάδα - εἰς λεύκωμα, λίπος, ὑδατάνθρακας καὶ θερμίδας.

## ΠΙΝΑΚΑΣ I

Αριθ. ἀριθ.	Οικογένεια	Άριθμός Αριθμός	Καταναλωτικαὶ μονάδες	Λεύκωμα	Λίπος	Υδατάνθρακες	Θερμίδες
1	B ....	6	5	7.32	1.88	83.8	390
2	T ....	3	2.6	22.6	38	118	910
3	P ....	7	6.6	27.8	22.3	196	1133
4	K ....	7	6	16.6	25	76.6	624
5	G ....	3	2.9	30.1	69.3	200.3	1666
6	A ....	6	6	17.38	17	104.38	669
7	Φ ....	6	6	19	4.74	108	567
8	Σ ....	4	2.8	30.5	69.3	153.5	1432
9	Σ ....	5	3.8	19.7	37.1	105.7	884
10	Σ ....	4	3	26.11	54.02	170.51	1319
11	M ....	2	2	24.34	28.76	82.9	718
12	M ....	5	4.5	17.3	7.2	79.2	471
13	K ....	3	3	33.5	21.6	121.6	843
14	B ....	4	2.7	40.1	20	208.7	1228
15	K ....	3	2.35	12.1	11.08	104.6	656
16	Σ ....	4	3.35	30.8	49.3	184	1280
17	N ....	4	3	18.75	35.17	88.44	782
18	K ....	5	5	28.26	14.9	283.5	1030
19	Ξ ....	4	3.4	21.4	22.0	155.9	930.3
20	B ....	3	3	19.9	20.4	182.2	1037
21	K ....	5	4.8	14.26	7.24	126	657
22	Σ ....	3	3	16.6	25.4	89.7	683
23	Δ ....	4	4	15.7	1.9	25.8	369
24	M ....	4	4	40.9	21.8	147.8	955
25	Σ ....	3	2.8	32.9	36.06	164	1129
26	Σ ....	9	8.7	17.1	14.8	176	853
27	T ....	4	2.72	55.9	72.3	389	2471

Δέον νὰ τονισθῇ ὅτι ἐκρίθη ἀναγκαῖα ἡ ἐκ νέου μελέτη τοῦ ποσοστοῦ ἀποριμάτων τῶν λαχανικῶν, ὁπωρῶν, κλπ. Ἐνῷ ὑπὸ ὄμαλᾶς συνθήκας π. χ. τὸ ποσοστὸν ἀποριμάτων τῶν λεμονίων καὶ πορτοκαλλίων ἀνήρχετο εἰς περίπου 30 %, νῦν δὲν ἔτο ἀνώτερον τῶν 1 %.

## ΠΙΝΑΞ II

Ἄριθμὸς Οἰκογενειῶν	Θερμίδες κατὰ Κ. Μ. ἡμερησίως
3	369- 500
6	501- 700
8	701-1000
6	1001-1300
3	1301-1700
1	2401-2500

Πληροφορίας περὶ τοῦ κόστους τῶν σιτίων καὶ τοῦ εἰσοδήματος δὲν ἔτο δυνατὸν νὰ ἀρυσθῶμεν.

Θερμίδες.—Ο πίναξ II δίδει τὴν ἡμερησίαν κατανάλωσιν εἰς θερμίδας κατὰ Κ. Μ.

Ἐκ τούτου προκύπτει ὅτι εἰς 17 οἰκογενείας ἡ ἡμερησία κατανάλωσις ἔτο κατωτέρα τῶν 1000 θερμίδων κατὰ Κ. Μ., εἰς 9 δὲ οἰκογενείας κάτω τῶν 1700 θερμίδων. Μόνον μία οἰκογένεια ἔλαμβανε σιτία ἀποδίδοντα ποσὸν θερμίδων ἀνταποκρινόμενον

πρὸς τὰς ἀνάγκας της. Ο ὑποσιτισμὸς τῶν ἐν λόγῳ ἀτόμων τῶν ἀποτελούντων τὰς οἰκογενείας ταύτας ἔτο ἔκδηλος καὶ ἀπὸ κλινικῆς ἀπόψεως παρουσίαζον ἀπίσχνανσιν, καταβολὴν τῶν δυνάμεων, κλπ.

Λεύκωμα.—Ο πίναξ III δίδει τὴν ἡμερησίαν κατανάλωσιν εἰς λεύκωμα κατὰ Κ. Μ. 19 ἐκ τῶν οἰκογενειῶν ἔλαμβανον κάτω τῶν 30 γραμ. ἡμερησίως κατὰ Κ. Μ.,

## ΠΙΝΑΞ III

Ἄριθμὸς Οἰκογενειῶν	Γραμ. λευκώματος κατὰ Κ. Μ. ἡμερησίως
1	κάτω τῶν 10 γραμ.
1	» » 15 »
11	» » 20 »
3	» » 25 »
3	» » 30 »
5	» » 35 »
2	» » 40-45 »
1	» » 55 »

## ΠΙΝΑΞ IV

Ἄριθμὸς Οἰκογενειῶν	Γραμ. λίπους κατὰ Κ. Μ. ἡμερησίως
2	κάτω τῶν 2 γραμ.
1	» » 5 »
2	» » 10 »
3	» » 15 »
6	» » 25 »
3	» » 30 »
4	» » 40 »
1	» » 50 »
1	» » 55 »
2	» » 70 »
1	» » 75 »

Ἐκ τούτων οὐδὲν ἔτο ἀσήμαντον ποσοστὸν ζωϊκοῦ λευκώματος ὑπῆρχε. Τινὰ τῶν ἀτόμων τούτων παρουσίαζον ἥδη οἰδηματικὴν νόσον.

Λίπος.- Ο πίναξ IV δεικνύει τὴν ἡμερησίαν κατανάλωσιν λίπους εἰς γρμ. κατὰ K. M.

21 ἐκ τῶν οἰκογενειῶν ἐλάμβανον κάτω τῶν 40 γρμ. λίπους ἡμερησίως. Τὸ ἔλειμμα τοῦ λίπους προέρχεται κυρίως ἀπὸ τὴν ἀσήμαντον κατανάλωσιν ἐλαίου.

\* Υδατάνθρακες.- Τὸ μεγαλύτερον ὅμως ἐλλειμμα εἰς θρεπτικὴν οὐσίαν ἀφορᾷ εἰς τοὺς ὑδατάνθρακας, ὡς δεικνύει καὶ ὁ ὑπὸ ἀριθ. V πίναξ.

Τοῦτο ὀφείλεται κυρίως εἰς τὴν μικρὰν μερίδαν ἄρτου. Ἐκ προηγουμένης ἡμῶν μελέτης, γενομένης εἰς οἰκογενείας τῆς αὐτῆς περίπου οἰκονομικῆς καὶ κοινωνικῆς ὁμάδος, προκύπτει ὅτι προπολεμικῶς περίπου, 60% τῶν θερμίδων προήρχοντο ἐξ ἄρτου, ἥτοι 800-1500 θερμίδες. Ἐκτὸς τούτου κατηγόριον αὔται καὶ σημαντικὴν ποσότητα σιτίων πλουσίων εἰς ὑδατάνθρακας, ὅπως ζυμαρικά, ὅρυζαν, σάκχαρον κλπ., τὰ ὅποια ἀκριβῶς ἐλλείπουν τὴν σήμερον. Ο μεγαλυτέρου βαθμοῦ ὑποσιτισμὸς παρατηρεῖται εἰς αὐτὰς ἀκριβῶς τὰς οἰκογενείας ὃπου διετηρήθη ἡ αὐτὴ ἀναλογία καὶ δὲν ἦσαν εἰς θέσιν τὸ ἐκ τοῦ ἄρτου προκύπτον ἐλλειμμα γὰρ καλύψουν διὰ σταφίδος ἢ ὀσπρίων, ἀντὶ δὲ τούτων ηὕξησαν εἰς μέγαν βαθμὸν τὴν κατανάλωσιν λαχανικῶν. Ως παράδειγμα παραθέτομεν κατωτέρω τὸ ἑβδομαδιαῖον σιτηρέσιον τῆς οἰκογενείας Δ.

\* Ατομα 4. K. M.=4. Απὸ τῆς 5 Δεκεμβρίου μέχρι τῆς 11 Φεβρουαρίου 1942.

Σιτία	Ποσόν εἰς γραμ.	Λεύκωμα εἰς γραμ.	Λίπος εἰς γραμ.	Υδατάνθρακες εἰς γραμ.	Θεομίδες
"Αρτος	2.945	171.7	11.49	1269	6417
Χόρτα διάφορα	12.800	225.1	37.53	380.6	2841
Λαχανίδες	2.560	32.44	4.35	91.4	544
Λεμόνια	1.440	10.08	—	121.1	533
Ολικὸν	439.52	53.37	1722.1	10335	
Κατὰ K. M. ἡμερησίως	15.7	1.9	25.8	369	

Συμπεράσματα.- Ἐκεῖνο ὅπερ κυρίως χαρακτηρίζει τὸ σιτηρέσιον τῶν ἐν λόγῳ οἰκογενειῶν, εἶναι ἡ ἐξαιρετικῶς περιωρισμένη ποικιλία σιτίων. Ἐκτὸς τοῦ ἄρτου

ἡ κυρία κατανάλωσις ἀφορᾷ εἰς τὰ λαχανικά, ἡ κατανάλωσις εἰς γεώμηλα ἢ το μικρὰ ἢ ἀσήμαντος. Κατανάλωσις μικρὰ γίνεται εἰς τινας οἰκογενείας, σταφίδος, ἐλαιῶν, ὄσπριών, ξηρῶν καρπῶν. Λεμόνια καὶ πορτοκάλια κατηγοριαὶ συγκομιδῶν ὑφ' ὅλων τῶν οἰκογενειῶν. Κρέας μόνον 6 οἰκογένειαι ἔφαγον καὶ ἵχθυς μόνον 4. Μικρὰ κατανάλωσις γάλακτος ἐγένετο ὑπὸ ἐπτὰ οἰκογενειῶν. Τυρὸς δὲν ὑπῆρχεν εἰς οὐδὲν σιτηρέσιον. Οἶνου μόνον τέσσαρες οἰκογένειαι ἔκαμψαν χρῆσιν.

'Ἐκ τῆς μελέτης τοῦ σιτηρεσίου προκύπτει ὅτι τοῦτο εἶναι τελείως ἀνεπαρκὲς διὸ τὴν κάλυψιν τῶν ἀναγκῶν τῆς ζωῆς. Αἱ θερμιδικαὶ ἀνάγκαι δὲν ἔκαλύπτοντο οὔτε κατὰ τὸ ἥμισυ. Τοῦτο ὀφείλεται ἀφ' ἐνὸς εἰς τὴν ἀδυναμίαν τῶν πτωχῶν στρωμάτων νὰ ἀγοράσουν σιτία πλούσια εἰς ὑδατάνθρακας ὡς ὄσπρια, δημητριακά, κλπ., καὶ ἀφ' ἑτέρου εἰς ἀγνοιαν, διότι θὰ ἡδύναντο νὰ καλύψουν μέρος τῶν θερμιδικῶν ἀναγκῶν των μὲ μικρὰ δαπάνην διὰ σιτίου σχετικῶς εὐθηνοῦ καὶ πλουσίου εἰς ὑδατάνθρακας ὅπως ἡ σταφίς. 'Αντὶ τούτου αἱ πλεῖσται τῶν οἰκογενειῶν κατηγοριαὶ μεγάλα ποσὰ λαχανικῶν τῶν ὅποιων ἡ ἀπόδοσις εἰς θερμίδας εἶναι μικρά.

Εἰς τὸ θερμιδικὸν ἔλλειμμα συμβάλλει καὶ ἡ ἀσήμαντος ἡ μικρὰ κατανάλωσις λιπῶν ἀν καὶ κατὰ τὴν ἐποχὴν τῆς μελέτης τὸ ἐλαιόλαδον ἢ τὸ ἀπὸ θρεπτικῆς ἀπόψεως ὅσον ἀφορᾷ εἰς θερμίδας τὸ εὐθηνότερον σιτίον. 'Πολογίσαμεν<sup>1</sup> ὅτι τὸν Φεβρουάριον τοῦ 1942 ἐκατὸν θερμίδες ὑπὸ μορφὴν ἐλαίου ἐκόστιζον 15.7 δραχ., ἐνῷ 100 θερμίδες ὑπὸ μορφὴν λαχάνου ἐκόστιζον 74 δραχ.

'Η ἀλλη μεγάλη ἔλλειψις τοῦ σιτηρεσίου ἀφορᾷ εἰς τὸ λεύκωμα. 'Η ἡμερησίᾳ κατανάλωσις λευκώματος κατὰ καταναλωτικὴν μονάδα κυμαίνεται μεταξὺ 7 - 56 γραμ. καὶ εἶναι διὰ τὰς περισσοτέρας οἰκογενείας ἀποκλειστικῶς φυτικῆς προελεύσεως. 'Απὸ ἀπόψεως βιταμινῶν καὶ ἀνοργάνων συστατικῶν ἡ κυρία ἔλλειψις ἀφορᾷ εἰς τὴν βιταμίνην A καὶ τὸ σύμπλεγμα τῆς βιταμίνης B2, διότι σιτία πλούσια εἰς τὰς ἐν λόγῳ βιταμίνας ὡς τὸ κρέας, οἱ ἵχθυς, τὸ γάλα, ὁ τυρός, κλπ., οὐδόλως ἡ εἰς μικρὸν ἀριθμὸν οἰκογενειῶν κατηγοριαὶ.

Δὲν εἶναι βεβαίως δυνατὸν τὸ σιτηρέσιον τῶν οἰκογενειῶν τούτων νὰ ἢ το συνεχῶς τόσον πτωχόν. Εἰς ἀνωμάλους ἐποχάς, ὡς ἡ ὑπὸ ἔξετασιν, ἡ ἔβδομαδιαίᾳ ἡ μηνιαίᾳ κύμασις εἶναι σημαντική. Πλεῖστοι ὅσοι παράγοντες συντελοῦν εἰς τοῦτο (μεταφορικαὶ δυσκολίαι, ἐργασία ἡ ἀνεργία, διανομὴ τροφίμων, κλπ.). Τοῦτο δὲ ἴσχυει ἰδιαιτέρως διὰ τὰς ἐπισιτιστικὰς συνθήκας τῶν 'Αθηνῶν ἀπὸ τοῦ παρελθόντος 'Ιουλίου καὶ ἐντεῦθεν.

'Η μελέτη ἡμῶν ἐγένετο κατὰ τὴν διάρκειαν Νοεμβρίου 1941 - Μαρτίου 1942, ἥτις δύναται νὰ θεωρηθῇ καὶ ἡ δυσχερεστέρα ἀπὸ ἐπισιτιστικῆς ἀπόψεως. Κατὰ τὴν περίοδον ταύτην μικρὰ ἡ οὐδεμία διανομὴ ἄρτου ἐγένετο.

Τὸ μελετηθὲν σιτηρέσιον εἶναι ἐκ τῶν πτωχοτέρων ἐν τῇ βιβλιογραφίᾳ. Τὸ γε-

γονός τοῦτο ἔξηγει καὶ τὴν μεγάλην αὔξησιν τῆς θνητικότητος εἰς Ἀθήνας. Οὕτε κατὰ τὸν παρελθόντα πόλεμον ἐν Γερμανίᾳ, ὅπου ὁ ὑποσιτισμὸς ἦτο σημαντικὸς καὶ ἡ οἰδηματικὴ νόσος εἶχε λάβει μεγάλην ἔκτασιν, τὸ σιτηρέσιον δὲν ἦτο τόσον πτωχόν. Οἱ Loewy καὶ Braham<sup>2</sup> εὗρον δὶ’ ὑπολογισμοῦ τοῦ σιτηρεσίου 9 πτωχῶν τοῦ Βερολίνου 1400 - 1800 θερμίδας μὲ 25 - 50 γρμ. λευκώματος, εἰς ἓν δὲ ἀτομον 880 - 1228 θερμίδας. Οἱ Jansen<sup>3,4</sup> διὰ προσδιορισμοῦ τοῦ σιτηρεσίου τῶν ἔξι οἰδημάτων πείνης πασχόντων εὗρε τιμᾶς μεταξύ 897 καὶ 1038 θερμίδων. Τὰς αὐτὰς περίπου τιμᾶς εὗρε καὶ οἱ Schittenhelm καὶ Schlecht καὶ Bürger.

Δέον νὰ ληφθῇ ὑπὸ ὄψιν ὅτι αἱ τιμαὶ αὗται εὑρέθησαν ἐν Γερμανίᾳ εἰς ἐποχὴν καθ’ ἣν τὰ διὰ τοῦ δελτίου διανεμόμενα σιτία ἀπέδιδον τὰ κάτωθι ποσὰ θερμίδων ἡμερησίως:

1916      1312 θερμίδες

1917      1200      »

Οἱ I. G. Covián<sup>5</sup> κατὰ τὴν διάρκειαν τοῦ ἴσπανικοῦ πολέμου (1937 - 1939) ἐν Μαδρίτῃ, εὗρεν ὅτι κατὰ τὴν διάρκειαν 19 μηνῶν, ἡ μέση τιμὴ τῶν προσλαμβανομένων θερμίδων ἦτο 1060 θερμίδες κατὰ κεφαλὴν ἡμερησίως, μὲ 34 γρμ. λευκώματος ἐξ ὃν 22% ζωϊκῆς προελεύσεως.

Παρ’ ἡμῖν τὰ διανεμηθέντα διὰ τῶν δελτίων ἀρτου καὶ τροφίμων σιτία ἀπέδιδον τὰ κάτωθι ποσὰ θερμίδων:

Νοέμβριος 1941      183 θερμίδες κατ’ ἀτομον ἡμερησίως

Δεκέμβριος      »      410      »      »      »      »

Ιανουάριος 1942      356      »      »      »      »

Φεβρουάριος      »      204      »      »      »      »

Μάρτιος      »      357      »      »      »      »

Ποιά τις αὔξησις τοῦ ποσοῦ τῶν θερμίδων παρατηρεῖται ἀπὸ τοῦ Μαΐου καὶ ἐντεῦθεν, ὅτε ἥρχισε χορηγούμενος τακτικῶς ἀρτος. Οὕτω διενεμήθησαν κατὰ τοὺς μῆνας,

Μάϊον      1942      591 θερμίδες κατ’ ἀτομον ἡμερησίως

Ιούνιον      »      540      »      »      »      »

Ιούλιον      »      589      »      »      »      »

Εἰς τὰ ὡς ἀνω ποσὰ δέον νὰ προστεθοῦν τὰ ποσὰ τῶν θερμίδων, ἀτινα προέρχονται ἐκ τῶν διὰ τῶν συσσιτίων χορηγουμένων τροφίμων. Άλλὰ καὶ τὸ ποσὸν τούτων εἶναι σημαντικῶς μικρόν. Π. χ. εἰς τὰ λαϊκὰ συσσιτία ἐχορηγήθησαν κατὰ μῆνα Μάρτιον 150 θερμίδες ἡμερησίως.

#### S U M M A R Y

A dietary one week survey was made in 27 families between November 1941 and February 1942. This period was the worst one of the famine

period in Greece. During this period the daily ration per person amounted to: November 183 calories, December 410 cal., January 1942, 356 cal., February 204 cal. The rest was purchased in the black market at exorbitant prices. Of the total number, 17 families obtained less than 1000 cal. per man value per day and 9 families less than 1700 cal. per man value per day. The clinical symptoms of the starvation were apparent. The variety of consumed food was extremely restricted. The bulk was made of vegetables and fruits. Lemons and oranges were eaten by all families. Cheese and meat were absent from the menu. A small amount of fish was consumed by some of the families. The daily intake of protein varies in the range of 7 to 56 Gm per man value.

#### ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Γ. ΙΩΑΚΕΙΜΟΓΛΟΥ καὶ Γ. ΛΟΓΑΡΑ, Τὸ πολεμικὸν σιτηρέσιον τοῦ λαοῦ καὶ μερικαὶ ὑποδεῖξεις πρὸς βελτίωσίν του, *Πρακτ. Ἀκαδημίας Ἀθηνῶν*, τόμ. 17 (1942), 65 κέξ.
2. W. STEPP, Ernährungslehre, Berlin 1939, σελ. 267.
3. C. MAASE und H. ZONDEK, Das Hungerödem, Leipzig 1920
4. BÜRGER, Einführung in die Pathologische Physiologie, Berlin 1936, σελ. 242.
5. FR. GRANDE COVIAN, Die Ernährung 5, 1940 σελ. 179.