

*

Не ще съмнение, че дългогодишниятъ опитъ е научилъ, както животнитѣ, така и дивацитѣ, какъ да се хранятъ, като подбиратъ това, което природата имъ дава. Червенокожитѣ отъ Америка ядатъ каша отъ дивни ягоди, въ които има голѣмо количество варъ, тѣ ядатъ сжцо така и вжтрешнитѣ органи на убититѣ отъ тѣхъ животни, въ които има много витамини.

Ученитѣ установили, че при боледуването отъ „скорбутъ¹⁾“, въ храната на болнитѣ липсватъ нѣкакви вещества. При изследване били открити витаминитѣ С и Д. И при болестъта „бери-бери“ се установило, че и тя се причинява отъ липсата на нѣкакви вещества въ храната, макаръ и да сж тѣ въ безкрайно малко количество. Преди четиридесетъ години учениятъ Ейкманъ установилъ, че когато хранимъ кокошки съ полиранъ (обѣленъ) оризъ, тѣ се разболѣвали отъ болестъ, подобна на „бери-бери“ у хората. Тогава той заключилъ че тази болестъ се дължи на отсжтствието на нѣкакво непознато вещество, необходима съставна частъ на храната. Това вещество се намира само въ най-горната частъ на оризеното зърно и се изхвърля при полирането на ориза. Установено било още, че беднитѣ японци, които ядатъ неполиранъ оризъ, не страдатъ отъ „бери-бери“, а болестъта е разпространена между богатитѣ японци, които ядатъ полиранъ оризъ.

Ученитѣ въ Англия и Америка намѣрили, че храната не е пълна, ако въ нея има само вжглеводи, мазнини и бѣлтъци. Трѣбва още нѣщо, таинствено, неуловимо, безкрайно малко. Тѣ кръстили тия неизвестни вещества съ името *витамини*. Дълго време хората знаели само действието на витаминитѣ върху организма, безъ да познаватъ, какво нѣщо сж тѣ. Мнозина

¹⁾ Отъ скорбутъ боледуватъ главно севернитѣ народи, въ храната на които се чувствува недостигъ отъ зеленчуци и плодове.