

U lakšim slučajevima dolazi već za 1 dan do poboljšanja, a rijetko zaostaje izvjesna slabost, koja traje po 2 do najviše 8 dana. No znade doći i do povratnih napadaja. U nepovoljnim slučajevima ugibaju skoro neprimjetno zbog prestanka disanja, ili se opet prije ugibanja znadu uznemiriti ili zapasti u grčeve te dobivati proljev. U iznimnim slučajevima se znadu srušiti, kao da ih je ošinuo grom te uginu u grčevima. Rijetko se za 2 do 3 dana razvije upala pluća zbog zagrcnuća (otežano disanje i groznica) ili se znadu kao posljedice pridružiti kljenuti pojedinih živaca, obamiranje mišića, sisa te nogu, a osim toga luče i manje mlijeka.

Ishod bolesti je bio do nedavna u nekih 40—50% slučajeva nepovoljan, no danas uz napredak veterinarske medicine to se dešava samo u nekih 5% slučajeva.

Oboljelim se kravama pomaže tako, da se polože na obilnu stelju u poludnom ili grudnom položaju sa povišenim prednjim trupom, a podvučenim nogama. Vrlo je opasno bilo što zalijevati u usta, jer se lako zagrcnu. Dalje pomaže snažno trljanje gužvama slame ili polijevanje hladnom odnosno toplom vodom. No svrsishodno će liječenje moći provesti jedino stručnjak.

U pogledu predusretanja bolesti treba steone krave dnevno puštati da se kreću, slabije ih hraniti, t. j. davati dobro sijeno, a manje koncentrate, a manje ih izmuzivati prva 3 dana nakon oteženja.

Prof. dr. M. Šlezíć

ZNAČENJE MASNOĆA U PREHRANI

U našim domaćinstvima vrlo često se drži, da je glavna svrha masnoća, kako bi okus hrane bio što bolji. Zna se doduše, da je masnija hrana »jača« i da se ta jača hrana više troši zimi, za hladna vremena, ali se te poznate činjenice često ne uzimaju u obzir, i domaćice na masnoćama često štede gdje god mogu. S druge strane gurmani, a i prosječan čovjek u nekim našim krajevima, troše mnogo više masnoća nego je to potrebno za dobar okus hrane, a pritom nikako ne vode računa, da masnoće znatno povećavaju kaloričnu vrijednost hrane, često i iznad poželjne visine. Ni jedno ni drugo ne valja i na štetu je zdravlja.

Masnoće imaju veliku kaloričnu vrijednost, dvostruko veću od bjelančevina i ugljikohidrata, tih dvaju izvora topline i energije, što ih organizam prima s hranom. Tako na pr. 1 g čiste masti ili čista ulja izgarajući u tijelu daje 9,3 kalorija, a gram čista šećera ili drugih ugljikohidrata (škroba) od brašna i drugih namirnica ili pak bjelančevina bilo kojeg podrijetla daje samo 4,1 kaloriju. S obzirom na kaloričnu vrijednost i tržne cijene lako je proračunati, da su masnoće najjeftiniji izvor energije (osim žitarica):

100 g svinjske masti	930 kalorija	36 Din	1 Din	(26 kal.)
100 „ ulja	930 „	27 „	1 „	(34 „)
100 „ maslaca	820 „	60 „	1 „	(13 „)
100 „ margarina	820 „	30 „	1 „	(26 „)
100 „ mesa (20 g bjel.)	130 „	52 „	1 „	(2,5 „)
100 „ mlijeka	65 „	4 „	1 „	(11 „)

100 „ jaja (cca 2 jaja)	150	„	46	„	1	„	(4,1	„)
100 „ brašna	340	„	7	„	1	„	(49	„)
100 „ kruha	250	„	5	„	1	„	(50	„)
100 „ graha	360	„	10	„	1	„	(36	„)
100 „ riže	350	„	20	„	1	„	(18	„)
100 „ šećera	390	„	17	„	1	„	(23	„)
100 „ jabuka i sl.	60	„	6	„	1	„	(6	„)

Prema tome na masnoćama ne valja pretjerano štedjeti, jer one povećavaju kaloričnu, prehrambenu vrijednost hrane. Ali ne valja ih ni previše trošiti, a to vrijedi naročito za osobe, koje naginju debljanju. Prosječna dnevna količina za odraslu osobu iznosi oko 50 g čistih masnoća; pritom treba uzeti u račun i one masnoće, koje se već nalaze u pojedinim živežnim namirnicama (meso, mlijeko, sir, jaja, orasi, lješnjaci i dr.), a ne samo masnoće, koje se dodaju jelu kao začim (mast, ulje, maslac, špek). Zimi se može trošiti nešto više masnoća, jer su one najbolji izvor topline, koju tijelo gubi više nego ljeti. Organizam može bez štete podnijeti i nešto veće količine masnoća, naročito zimi i kod težeg fizičkog rada, da stvara toplinu i štedi ugljikohidrate, koji su za rad mišića prijeko potrebni. Međutim normalan organizam ne može na dan iskoristiti više od 200 grama masnoća. Sve što je preko toga, organizam izlučuje neiskorišteno, a osim toga taj suvišak oštećuje probavne organe i uopće nepovoljno djeluje na opće zdravstveno stanje organizma (jetra, srce, krvne žile, gojaznost). Isto tako i sav suvišak masnoća iznad nužnog minimuma (50 g), ako je inače podmirena kalorična potreba u hrani, taloži se u organizmu u potkožnom tkivu i oko unutrašnjih organa, a to opet nepovoljno djeluje na opće zdravstveno stanje organizma.

Međutim do nagomilavanja masti u tijelu dolazi i kad preobilno uzimamo druge nemasne sastavine hrane, ugljikohidrate (škrob, šećer) i bjelanjčevine (meso, jaja, sir). Sve što se od toga ne iskoristi za potrebe kalorije i za izgradnju i obnovu tkiva, pretvara se u mast i taloži u tijelu, pa dovodi do gojaznosti.

Još jedan momenat treba istaknuti u vezi s upotrebom masnoća u prehrani. Masnoće naime dobivamo iz živežnih namirnica životinjskog i biljnog podrijetla. U principu nema među njima bitne razlike. Kalorična im je vrijednost potpuno jednaka (mast i ulje). One se razlikuju samo nešto po svom kemijskom sastavu, i mnogi su stručnjaci skloni da vjeruju, da su s obzirom na t. zv. zasićene i nezasićene masne kiseline biljne masnoće bolje, a životinjske masnoće da više pogoduju pojavi srčanih i krvožilnih bolesti (arterioskleroza). Ulja su nešto lakše probavljiva i zgodnija pogotovo u ljetnoj prehrani.

Ipak moramo istaknuti jednu prednost nekih animalnih masnoća, naročito onih u mlijeku i mliječnim prerađevinama (maslac, vrhanje, sir) i jajima. One su naime nosioci vitamina, koji se otapaju u mastima, i na taj način može ih organizam iskoristiti. To su vitamini A i D. Prvi — A vitamin — uvjetuje iskorišćivanje bjelanjčevina, podiže otpornost sluznica, naročito onih dišnih putova, zaštićuje sluznice očiju i pospješuje rast i razvitak tijela. Vitamin D uvjetuje iskorišćivanje kalcija i fosfora u hrani, koji su potrebni u prvom redu za izgradnju kostiju (neštašica D vitamina dovodi do pojave rahitisa — omekšanja kostiju) i drugih organa. Zato bez te masnoće (mlijeko i jaja) ne smije nikako biti ni dječja prehrana.

Prim. dr. Eugen Nežić