



קערת המזון של אסיר במחנה מיידנק

הרעב

והניצחון על הרעב בשואה

מישהו מכיר!

דחוב Sienna 60

סיפור ראשון על דעב







יקי גנץ אמר:

180... קלוריות

הייתה הקצובה היומית למזון

ליהודי בגטו ורשה...

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

אנחנו יודעים:

יש קצובה יומית

• גיל

• מיץ

• הריון / הנקה

• פעילות

אנחנו המומים:

יש דבר כזה בהיסטוריה?

קצובת גזע:

• יהודית

• פולנית

• גרמנית

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

קצובת 'הגזע' של גטו ורשה

1939 - כיבוש פולין על ידי גרמניה

1940 - הקמת גטו ורשה

1940 - 450,000 יהודים בגטו

1941 - הקצובה היומית הלאומית היהודית

קצובה יומית יהודית בגטו ורשה		קצובה יומית מומלצת RDA *	
אוגוסט 1941	ינואר 1941		
177 [7%]	219 [9.2%]	2380	אנרגיה קק"ל
3 [5.4%]	4 [7.2%]	55	חלבון גרם
41 [9.5%]	51 [11.8%]	430	פחמימות גרם
-	-	42	שומנים גרם

מחיר הקלוריה (זלוטי)	קק"ל לנפש ליום	קבוצה לאומית
0.3	2,310	גרמנים
1.3	930	אוקראינים
2.6	645	פולנים
5.9	180	יהודים

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

Shaul G. Massry et al. The Hunger Disease of the Warsaw Ghetto. Am J Nephrol 2002

ד"ר מרים עופר, חלוק לבן בגטו, 2015

גִּטּוֹ וּרְשָׁה – גִּטּוֹ הַרְעֵב

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

180 קק"ל – איז למאסלו סולם



450,000 יהודים בגטו
7 אנשים בחדר
180 - 800 קק"ל / יום

צרכים במחון והגנה: בית, משפחה, עבודה

צרכים פיזיולוגיים: מזון, מים, שינה

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

על הרעב בגטו ורשה

איך משיגים מזון:

שוק שחור

הברחות

'חבילות מאמריקה'

מטבחים ציבוריים של הגו'ינט

"כל מה שנעשה היה כמו חומת חול כנגד האוקיינוס

שום דבר לא יכול היה לעצור את הרעב שהציף את הגטו..."

The uses of adversity . Tushnet 1966

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

איך 'מרגיש' רעב בגטו ורשה

"הרופאים בביקורים היו מוצאים בכל בית

משפחות מחות מרעב.

מוות מרעב בא לאט ובשקט"

the word "ghetto" was prohibited. The visiting doctors would find in every house families dying of hunger. Death by hunger arrived slowly and quietly. Sometimes, however, a person would become violent, run into the street and snatch from a passerby whatever he was carrying. (Translator note, as related by S.Z. a teen-

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

מתוך ראיון עיתונאי עם ד"ר אמיל אפלכאום מהחוקרים הראשיים במחקר הרעב בגטו ורשה 1945

בתי החולים בגטו ורשה

בגטו מתרכזים יותר מ- 800 רופאים, מטובי הרופאים ברחבי פולין וסביבתה

בגטו פועלים 2 בתי חולים המופעלים באמצעות 'מס בית חולים' של 10 גרוזו ליום לאדם

בית החולים ברסון באומן - בית חולים לילדים

מצוי בתחומי הגטו – ברחוב *Sienna 60*

בראשו עומדת רופאה מוערכת ד"ר אנה בראודה - הלר

בגלל שנותר במקומו היה מצבו טוב יחסית בשנה הראשונה

בהמשך נתן היה לראות 3 ילדים שוכבים באותה המיטה

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

בית החולים צ'יסטה **CZYSTE** - בית חולים למבוגרים

עבר בדצמבר 1940

מ- 8 בניינים, מודרניים ומאובזרים בחלק הארי לתוך הגטו

שם פוזרו מחלקותיו בין בניינים שונים ברחבי הגטו

נאספים מצעים, ביגוד וציוד

ציוד רפואי מגיע משוויץ

תרופות נרכשות במחיר גבוה ביותר מאת החברה קון והלר

בבית החולים כ- 600 מיטות

על הרעב בבתי החולים

דיאטה של 800 קלוריות

(תפריט בית החולים בגטו)

3 גרם שומן

20-30 גרם חלבון צמחי

לחם שחור

קמח שיפון

דייסה

תפוח אדמה

מעט חמאה, שמן, סוכר

קערה של מרק

'תפריט'
בית
החולים
למבוגרים

בית
החולים
לילדים
'העשרה'
יומית'
לילדים
מורעבים

אבקת ביצים – (חצי ביצה)

כדור של ויטמין C

COURAGE UNDER SIEGE – DR ROLAND

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

מתוך הספר מחלת הרעב 1942

פרק: היבטים קליניים של מחלת הרעב במבוגרים / ד"ר ג'וליאן פלידרבאום

על רעב הילדים בבתי החולים

“Everything was in short supply except sick children”

“ בחדר הכניסה של בית החולים שכב ילד בן 5, נפוח כולו מרעב, מצוי בשלב האחרון של חייו.

העיניים נפוחות, ידיים ורגליים נפוחות כמו בלון.

כל בדיקה רפואית שנתן לבצע אולי כליות, לב, לא! שום דבר מזה

הילד עדיין מניע את שפתיו ומבקש קצת לחם.

אני מנסה להאכיל אותו, אולי ירגיע וינחם אותו.

אך הוא אינו יכול, הצוואר הנפוח מרעב סגור, דבר לא עובר.

הרופא שואל: אכלת משהו היום?

לא!

אתה רוצה לאכול עכשיו?

מספר דקות לאחר מכן הוא מבקש בפעם האחרונה..

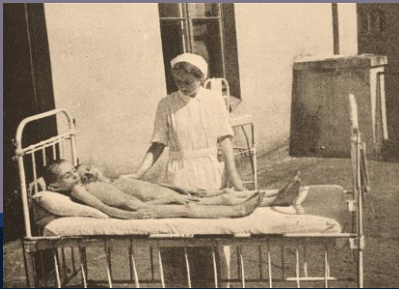
“פרוסת לחם”

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

COURAGE UNDER SIEGE – DR ROLAND

180 קק"ל – ואהבה



180 - 800 קק"ל / יום

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

רעב ואהבה



האהבה שניצחה: "בזכות מכתבך איני רעב עוד"

"איטק'ה אהובתי, כה גדולים געגועיי אלייך..."

"מהרגע שקיבלתי את מכתבך איני רעב עוד"

כך פתח פנחס בורנשטיין את המכתב הנוגע ללב שכתב לרעייתו איטה בינואר 1945,

כשהוא נמצא בבירקנאו והיא לא הרחק משם באושוויץ.

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

אהבה

רעב וחברות למקצוע

רק רופאים ואחיות בבית החולים קבלו הקצבת מזון מיוחדת:

500 גרם של מרק

60 גרם של לחם

העובדים האחרים של בית החולים לא קבלו הקצבה זו

בישיבה מיוחדת של הרופאים והאחיות בבית החולים

הוחלט שהקצבת המזון של הרופאים והאחיות תחולק שווה בשווה בין כל העובדים

לכן רופאים ואחיות קבלו כמו כולם:

300 גרם מרק כ- 150 קלוריות

40 גרם לחם כ- 200 קלוריות

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

חברות

שותפות

180 קק"ל – לא כולי אמות



Fig. 3. A group of malnourished children suffering from Hunger Disease in Warsaw Ghetto. Reproduced from Fuku [4].

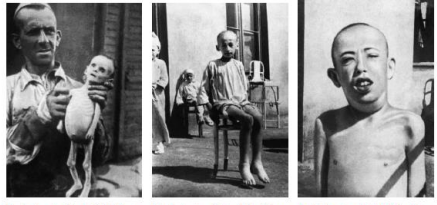
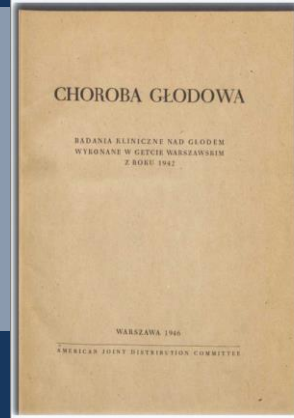
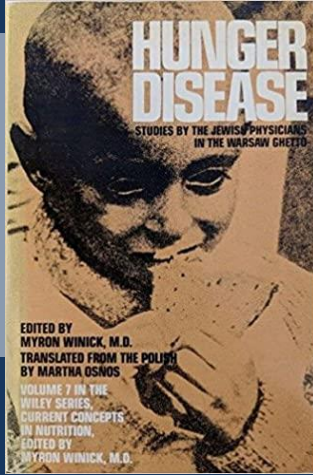


Fig. 4. A malnourished child in Warsaw Ghetto. Reproduced from Choroza Głodowa, E. Aglitzbaum (ed), American Joint Distribution Committee, Picture 1, 1946.
Fig. 5. A malnourished child in Warsaw Ghetto with peripheral edema. Reproduced from Choroza Głodowa, E. Aglitzbaum (ed), American Joint Distribution Committee, Picture 4, 1946.
Fig. 6. A malnourished child in Warsaw Ghetto with facial edema. Reproduced from Choroza Głodowa, E. Aglitzbaum (ed), American Joint Distribution Committee, Picture 7, 1946.

לדעת, להבין,
לחקור,
מימוש עצמי

צורכי
הגשמה עצמית

צרכים במחון והגונה: בית, משפחה, עבודה
צרכים פיזיולוגיים: מזון, מים, שינה

150,000 יהודים בגטו
7 אנשים בחדר
180-800 קק"ל / יום

“העלייה לדרג העליון של הפירמידה כמעט ולא ניתנת להשגה, ואכן המציאות מראה שמעט מאוד אנשים יכולים להגיד על עצמם כי הם הגיעו למימוש עצמי בחייהם. אפשרות זו קיימת אך הסיכוי להגיע אליה הוא קטן.”

סיפור ראשון על רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

סיפור ראשון של רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

לדעת

לחקור

להבין

סיפור ראשון של רעב

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

ד"ר ג'וליאן פלידרבאום

1898 – 1943

אנדוקרינולוג

לפני המלחמה היה
מנהל השירות האנדוקרינולוגי
בבית החולים לסרטן בוילנה

הוא אשתו וביתו
קפצו למותם מבניין בגטו
בכדי לא להיכנע לנאצים

“הרעב עתיק כמו ההיסטוריה של האנושות....”

“...עדיין, האספקטים הקליניים והביוכימיים של רעב מתמשך

וכן הסימפטומים של היווצרות המחלה טרם תוארו כראוי...”

“אנו, לעומת זאת, ננסה להרחיב את חקר הרעב

אגב שימוש בשיטות מדעניות חדשניות”

לדעת

לחקור

להבין

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה



ד"ר ישראל מיליקובסקי
ראש מחלקת הבריאות בגטו ורשה
בוגר אוניברסיטת ורשה
רופא עור מפורסם בוורשה
בגטו שמש כעין ראש מחלקת הבריאות
הקים בית ספר מחתרתי לרפואה בגטו
תלמידי רפואה שנה חמישית ועישית
מאוניברסיטאות סיימו שם תואר רפואה
היה איש החזון של מחקר הרעב
והחוקר הראשי שלו

לך, הרופא היהודי,

כמה מילים צנועות של הכרה

מה אגיד לך, רע יקר וחבר לסבל?

גורלך היה כגורל הכלל:

עבדות, רעב, גירושים

כל אלה, דמויות המוות בגטו שלנו,

נתלו גם מעל ראשך,

ואתה בעבודתך נחת תשובה יחידה למרצחים,

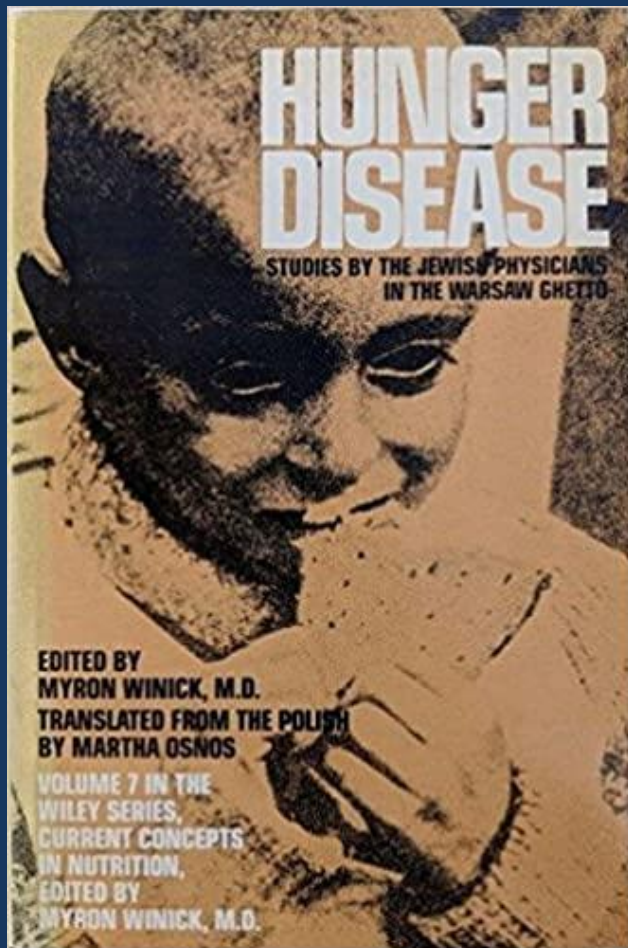
וכה דברי התשובה:

לא כולי אמות!

No omnis moriar

מימוש
עצמי

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה



מחקר הרעב בגטו ורשה – זכרון מורשת

ד"ר משה שכטר

פרופ' שאול שאשא

Massry S.G. · Smogorzewski M

פרופ' אבי עורי

ד"ר מרים עופר

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

- תחילת מחקר: פברואר 1942
- סיום המחקר: יולי 1942 (האקציה הראשונה לטרבלינקה)
- סיכום ממצאי המחקר ועריכתו (ד"ר מילייקובסקי): יולי - אוקטובר 1942
-
- סוג המחקר: מחקר חתך (Cross sectional)
- משתתפים:
- 70 מבוגרים (בית החולים צ'יסטה)
- 40 ילדים (בית החולים לילדים באומן-ברסון)
- צריכה יומית (במקרים הטובים ביותר): עד 800 קק"ל
- 20-30 גר' חלבון צמחי, 3 גר' שומן

לדעת

לחקור

להבין

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

בירור המחלות הנדירות והשכיחות במצב רעב

עד כמה תהליך המחלה שונה ברעב לעומת מצב תקין

עד כמה מתרפאות מחלות מסוימות מאליהן במצב של רעב
(סוכרת מסוג 2, כיבי קיבה, אלרגיה)

מהי הסיבה לבצקת הרעב, לתשישות, התכווצות השרירים
והזדקנות מוקדמת

מציאת המנגנון של מוות ברעב

לדעת

לחקור

להבין

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה



לדעת
לחקור
להבין

לכל חוקר יש שם

Dr
Mieczysla
w Kocen

Dr Leon
Blacher

Dr
Emil
Apfelbaum
– died 1946

Dr.
Einhorn

Dr
Joseph
Stein

Dr
Kazimierz
Zweibaum
- Survived

Suzanne
Szejnfinkel

Dr
Mieczyslaw
Szejnman



דר ישראל מיליקובסקי
(1887-1943)

לא

Dr
Israel
Milejkowski

Dr Ryzard
Pakszewr

Dr
Julian
Fliederbaum

Dr
Michal
Szejnman

Dr Teodosi
Goliborska
- Survived

Dr
Regina
Elbinger

Dr
Ichaski
I Wohl

Dr
Szymon
Falgenblat

Dr
Anna
Braude
Heller

Jeanne
Zarchi

Dr Israel
Rotbalsam



ד"ר אָנה בֶּראַודֶה-הֶלֶר
(6 בינואר 1888 – מאי 1943)

כולי

Dr
Zdzislaw
Askanas-
survived

Fajga
Ferszt

Dr
Boleslaw
Raszkes

Dr
Roza
Amzel



ד"ר שמחה לדרמן (1942-1909)

אמות

Dr Henryk
Fenigstein
- Survived

Dr
Teodosie
Goliborska
- Survived

Dr Ari
Heller -
Survived

Dr
Owsiej
Bielenki

Jerzy
Herzekruk

Dr Moryc
Plonskier

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

כדי לצור מדדי בסיס זהים ככל הניתן ולהקטין למינימום את סמיית התקן

הוצאו מהמחקר תינוקות וקשישים

כמו גם מקרים של רעב המסובכים במחלות אחרות

נלקחו רק מקרים של רעב 'pure starvation'

הנתיחה לאחר המוות היתה הוכחה לכך

ובאם נמצאה דלקת או זיהום הנתונים של אותו מטופל הוצאו מהמחקר

לא היה מחקר שהלך כל כך רחוק כדי לצור בסיס מדעי

התחלתי למחקר

משתתפי המחקר טופלו במחלקה נפרדת

המחלקה היתה מבריקה

איסור כניסה עם בגדים ונעליים מהרחוב

אסור לעשן



לדעת

לחקור

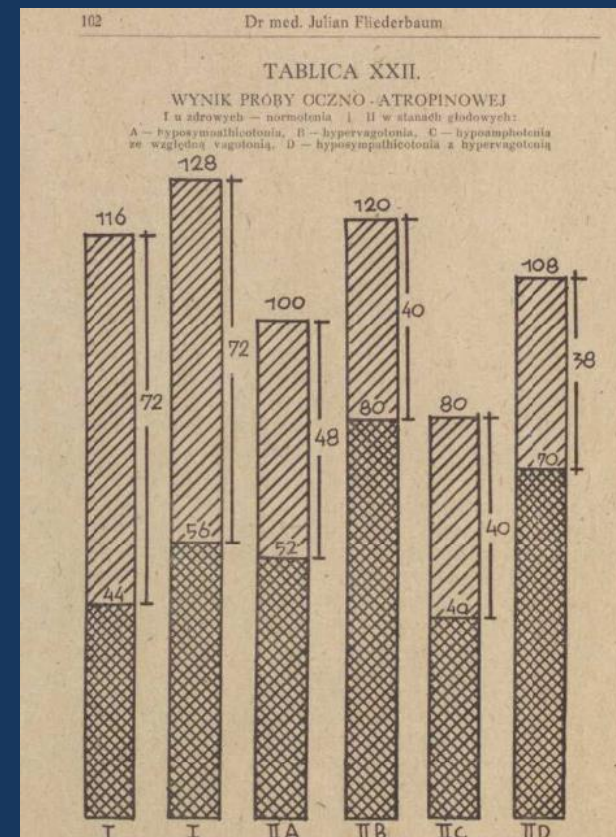
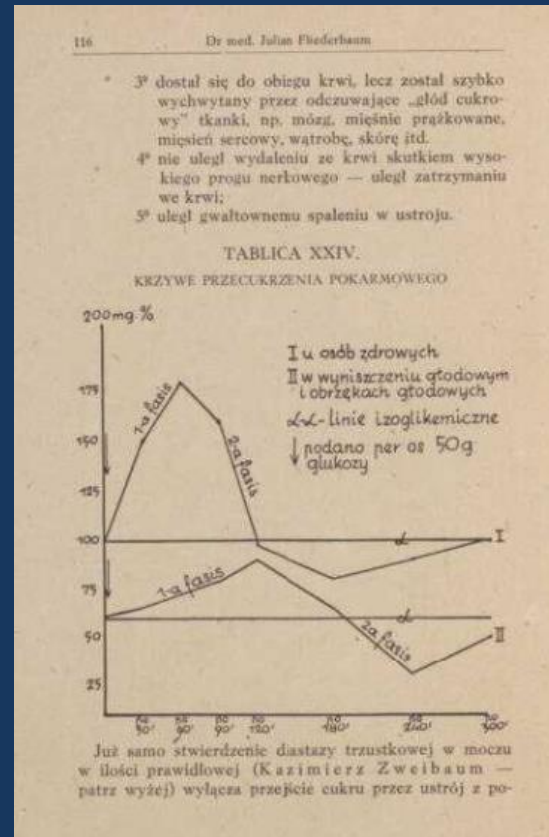
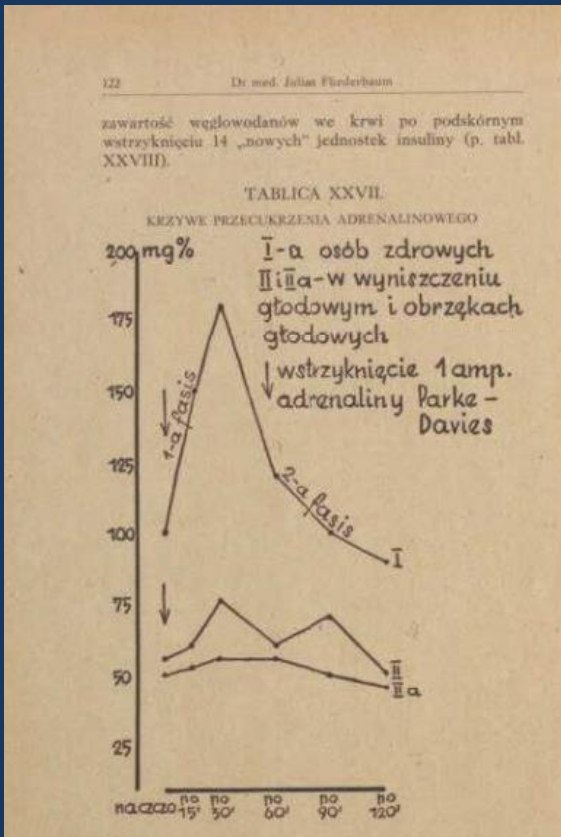
להבין

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

בחודשים בהם החלו השילוחים מהגטו, נאספו כל החומרים של המחקר

נערכו ונכתבו בסתר על ידי ראשי המחקר בבית המטה של בית הקרבות היהודי

אילו הגרפים המקוריים כפי שפורסמו בהמשך בפרסום בפולנית שיצא אחרי המלחמה בשנת 1946



לדעת

לחקור

להבין

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

חלוקת הרעב ל 3 רמות:

לדעת

לחקור

להבין

לחדש

Anorexia and limited food intake

Anorexia is associated with poor food intake by:

- Altered CNS appetite signals with symptoms resulting from cancer or its treatments (nausea, diarrhea, pain)
- Physical limitations to food intake and use (mouth ulcers, GI obstruction)

Precachexia and cachexia

With cachexia, anorexia and weight loss are worsened by:

- Catabolic drivers (inflammatory cytokines) that further reduce nutrient intake and increase metabolic needs

Sarcopenia

Sarcopenia ensues as:

- Body reserves are depleted
- Lean body mass, mostly muscle, is lost

1. הידלדלות של שומן

2. הזדקנות וקמילה של המטופל

3. קנקסיה סופנית

מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

הנפוחות המתרחשת במצב של רעב תועדה והיתה ידועה כבר קודם

אולם רופאי הגטו היו הראשונים לחקור אותה בשיטות מודרניות

מדידות מדויקות של:

- צריכה / הוצאה של נוזלים, מאזן נוזלים,
- אובדנים של נוזלים מהכליה / מחוץ לכליה,
- הידרופיליות של הרקמות התת עוריות

והכל בטכניקות פיזיולוגיות שונות החדישות ביותר בזמנם

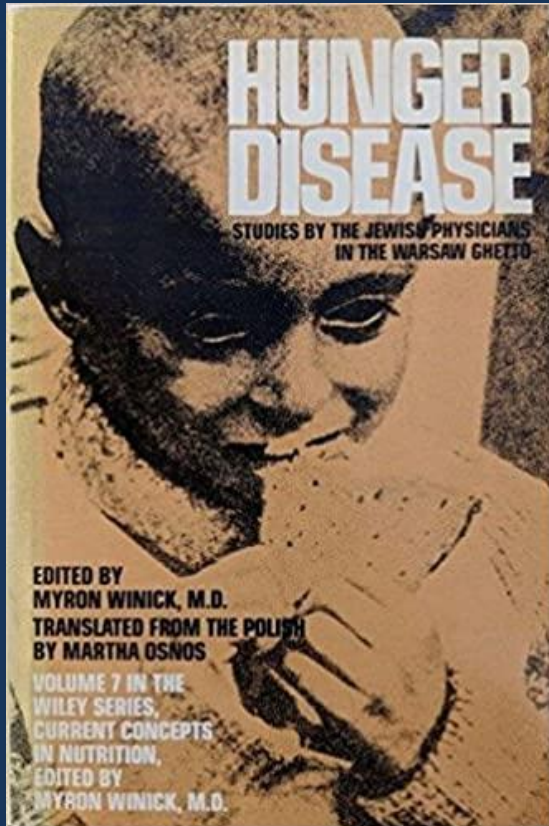
לדעת

לחקור

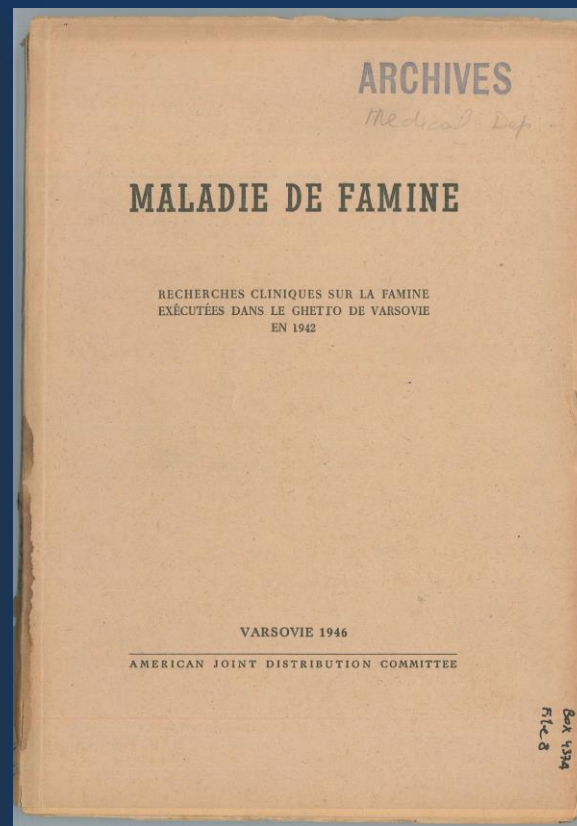
להבין

לחדש

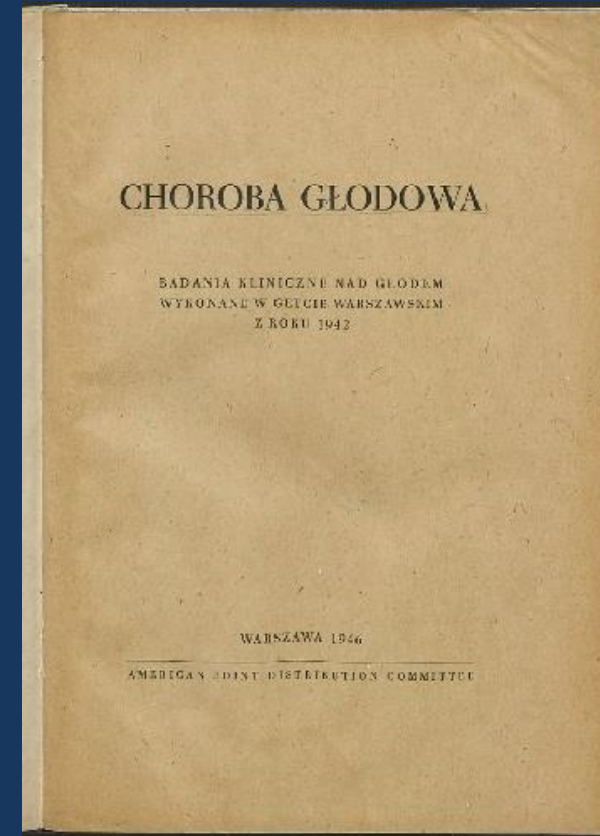
מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה



1979 אנגלית



1946 צרפתית



פולנית

זכרון

מורשת

עבודה לא משחררת... מרעב

סיפור שני על רעב

גדי כפיד שאל:

**“אפשר לחשב כמה אכלו
הילדים העובדים בגטו לודג’
מול כמה אנרגיה הם הוציאו
בעבודה ברסורטים (מפעלים)”**

סיפור שני על רעב

WOHNGEBIET DER
JUDEN
BETRETEN
VERBOTEN



כרוניקה של גטר לודז'

כרך 1
יגה
ושם

כרוניקה של גטר לודז'

כרך 2
יגה

כרוניקה של גטר לודז'

כרך 3
יגה

כרוניקה של גטר לודז'

כרך 4
יגה

93347
173

חברה
מלחמת כרוניקה

גִּטּוֹ לְוֹדֵג' – גִּטּוֹ עֵבֹדָה

*סיפור שני על רעב
עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'*

לודג' – אחרון הגטאות בפולין
מיכל אונגר

גטו לודג' – גטו עבודה

האמונה כי עבודה ויצרנות תציל את הגטו הפכה את גטו לודג' לגטו עבודה

גברים, נשים, נערות, נערים, ילדים וילדות עבדו ברסורטיום – מפעלי הגטו היצרניים



סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

בעולם נורמלי

הורים מרחיקים את ילדיהם הקטנים

ממספריים, מחטים, סכינים וחפצים חדים שיכולים לפגוע בהם

בעולם ההוא הפוך

ילדים עבדו עם חפצים מסוכנים שבעולם רגיל לא היו מורשים לגוע

בעולם ההוא הנורא וההפוך

חפצים חדים אילו שמרו אותם בחיים

בעולם הפוך

הילדים היו המבוגרים האחראים על מזונם, עבודתם ואולי גם חייהם

גטו לודג' – גטו עבודה

האוכלוסייה הייתה תלויה לחלוטין בשלטונות הגרמנים.

בגטאות אחרים ברחבי פולין, שגשגה "תעשייה" נסתרת שהתבססה

על הברחות של מזון ומוצרים בין הגטאות והעולם שבחוץ.

בלודז' לעומת זאת, זה היה כמעט בלתי אפשרי עקב ההקפדה החמורה

והמיעוט הגרמני שישב בעיר.

היהודים היו תלויים לחלוטין בשלטונות הגרמניים וביודנראט בכל הנוגע

למזון, תרופות וציוד חיוני אחר.

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

לחשב את מאזן האנרגיה של הילדים העובדים

בגטו לודג'

מנתונים המצויים ב- 4 הכרוניקות:

הכנסה – המזון הקצוב

הוצאה – העבודה האינסופית

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

לדעת

לחקור

להבין

את מה

שלא

נתן

להבין

הקצובה היומית לאדם למזון בגטו לודג' - הערכה

שיטה:

• מתבססת על דווחים מהרישומים:

כרוניקה של גטו לודג' כרך ד (ינואר-יולי 1944)

• הקצבת מזון מבוססת על:

○ מצרכים יבשים (מכולה)

○ לחם

○ 'מזונות טריים': ירקות, מוצרי חלב, דגים, בשר

○ המרק של הרסורטים (לעובדים בלבד)

• ההקצבה השתנתה במהלך החודשים והשנים בגטו

• השינויים הגדולים היו בעקר במוצרים הטריים

• החישוב נעשה כאשר ברישום היה דיווח מפורט על

כמות המצרכים יחד עם רישום מדויק של משך ההקצבה

350	גר' ריבה	600	גר' קמח שיפון
150	" מרק כפרי	450	" סוכר לבן
400	" מלח	200	" גריסי שיפון
300	" תערובת קפה	50	" פתיתי שבולת-שועל
100	" אבקת קפה	50	" סגור
150	" תמצית מרק פירות	100	" שמן
15	" סודה לשתיה		

מחיר המנה 8.50 מארקים.

כמו-כן יחולקו לפי תלוש מס' * של כרטיס המזון

100 גר' מרגרינה ו-250 גר' סלט ירקות, במחיר 1.50 מארק,

ולפי תלוש מס' * של כרטיס המזון יחולקו 200 גר' בשר.

כרוניקה של גטו לודג'
אריה בן מנחם, יוסף רב
פברואר 1944 עמוד 181

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

הקצובה היומית לאדם למזון בגטו לודג' - הערכה

תוצאות:

250 קק"ל לאדם / ליום

חישוב הקצובה לאדם (10 ימים: 1-10 מאי)

מצרכים יבשים (מכולת)

פריט מזון	מידה	כמות	קלוריות	פחמימות	חלבונים
קמח חיטה לבן	גרמים	250	910	184	26
סוכר, לבן	גרמים	100	387	100	0
סוכר, חום	גרמים	50	188	49	0
מרגרינה לאפיה ללא מלח	גרמים	100	720	0	0
כרוב ירוק, חי	גרמים	200	48	7	3
ריבה, כל הטעמים	גרמים	100	260	66	1

אנרגיה ליום: כ- 250 קלוריות (10% מהקצובה היומית לאדם עובד)

חלבון ליום: 3 גרם

שומן ליום: 8 גרם

פחמימות ליום: 40 גרם

סידן ליום: 19 גרם (2% מהקצובה היומית)

הקצבת-מזון

ביום ב', 27 בחודש זה, הוכרו על הקצבת-מזון כללית לתקופה מ-1 עד 10 במאי. מכירת המצרכים מתחילה ב-28 בחודש. התושבים שאינם נזקקים למטבחים הציבוריים, מקבלים לתלוש 6 של כרטיס המזון, במחיר של 2 מארקים: 250 גרם קמח-חיטה, 100 גר' סוכר לבן, 50 גר' סוכר צהוב, 100 גר' מרגרינה, 200 גר' כרוב, 200 גר' מלח, 100 גר' תערובת-קפה, 100 גר' ריבה, 10 גר' מלח-לימון, 10 גר' סודה לשתייה, 250 גר' סודה לכביסה. התושבים הרשומים במטבחים מקבלים לתלוש 7, תמורת 1.20 מארק: 75 גר' סוכר לבן, 25 גר' מרגרינה, 200 גר' כרוב, 100 גר' מלח, 100 גר' קפה, 100 גר' ריבה, 10 גר' מלח-לימון, 250 גר' סודה לכביסה. נוסף על כך, מקבלים כולם, על-סמך תעודות-ירקות: 2 קופסאות-גפרורים וחפיסת-סכרין של 2 גר' — תמורת 50 פניג. הקצבה זו בשביל הנזקקים למטבחים, אשר צומצמה שוב ביחס למבשלים בבתיהם, משכנעת עוד ועוד אנשים למחוק עצמם מרשימת הסועדים במטבחים. פרסום חלוקת המזון, הדלה באופן מיוחד, לעשור הראשון של חודש מאי הגביר את דאגותיהם הקיומיות של תושבי הגטו.

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

הקצובה היומית לאדם למזון בגטו לודג' - הערכה

כ- 300 קק"ל לאדם / ליום

תוצאות:

חישוב הקצובה לאדם

מצרכים 'טריים'

בדיווחים מצוינים מוצרים כמו:

ירקות – סלט ירקות, לפת, צנון, גזר, כרוב, תפוז"א,

מלפפון כבוש, לשד הדלעת, תרד, כרשה, אפונה,

פירות – מרק פירות, תמצית מרק פירות

מוצרי חלב – גבינה רכה

בשר: בשר בקר, חלקים פנימיים: מעיים, שימורי בשר,

גידים/עצמות, שומן עצמות, בשר צדפות (עמ' 188).

בשר חזיר משומר, בשר סוסים, נקניק, בשר דגים,

הערה	אנרגיה קק"ל / יום	כמות גרם / יום	מזון
מקור לסיבים, ויטמינים, מינרלים	50	150-250	מנת ירקות
מקור לחלבון וסידן	100	60	מנת גבינה
מקור לחלבון, שומן, ברזל, וויטמין B 12	100	20-40	מנת בשר

הערה:

חישוב ממוצע בלבד

היו תקופות רבות בהם היה חסר מזון ולא סופק

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

הקצובה היומית לאדם למזון בגטו לודג' - הערכה

תוצאות:

חישוב הקצובה לאדם ליום – לחם

לפי דווח כרוניקה של גטו לודג' (פברואר 44 עמוד 184)

2 ק"ג לחם / 8 ימים = 250 גרם לחם / יום

ממוצע בין 150-250 גרם ביום

350 - 600 קלוריות / יום

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

כרוניקה של גטו לודג'
אריה בן מנחם, יוסף רב
פברואר 1944 עמוד 184

הקצובה היומית לאדם למזון בגטו לודג' - הערכה

75 קלוריות / יום

תוצאות:



התיעצויות במחלקת המטבחים

מנהל מחלקת המטבחים, קאופמן, קיים לאחרונה פעמים מספר התיעצויות עם מנהלי המטבחים על האפשרויות לשיפור טיב המרק. אולם למרבה הצער שיפורים אלה אינם מורגשים בתפריט. אכן קשה לשפר, כאשר אין מה לשים לתוך המרק. והנה הופיעו מנהלי המטבחים בתכנית חדשה: הם יבשלו בכל יום מרק לפת עם מעט תפוחי-אדמה ופעם אחת בשבוע מרק סמיך ממצרכי מכולת. אלא שאין זה מתקבל על הדעת, שתוכנית זו תתבצע, משום שאין גם מספיק ירקות לאורך ימים. במרק שהוכן מן הלפת המאוחסנת אין אוכלוסיית הגטו חשה כל שיפור. ההיפך הוא הנכון, רק בקושי ניתן לבלוע מרק זה. מכל מקום שוררת במחלקת המטבחים אווירה של אבדן-עצות מוחלט.

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

חישוב הקצובה לאדם - מרק

(לעובדי הרסורטים)

'המתכון' (משתנה):

גריסים

תפוח אדמה / לפת

קמח שיפון / שיבולת שועל / שחיטה

הערך הקלורי הממוצע של המרק בגטו

(לפי מקור שנת 1944)

25 גרם גריסים

10 גרם תפוח אדמה

15 גרם קמח

סהכ: 75 קלוריות, 1.8 גרם חלבון, 0.2 גרם שומן

הקצובה היומית לאדם למזון בגטו לודג' - הערכה

תוצאות:

חישוב הקצובה לאדם ליום

מזון	אנרגיה (קק"ל / יום)
מצרכים קשים	300 – 250
לחם	500
ירקות	50
גבינה	100
בשר	100
ירקות עמילניים	100 - 50
סה"כ	1200 - 1000

התפריט חסר בחלבון, שומן וויטמינים ומינרלים

כ- 50% מהקצובה מהקצובה היומית לאדם (תת תזונה)

כ- 1000-1200 קק"ל
לאדם / ליום

כרוניקה של גטו לודג'
אריה בן מנחם, יוסף רב
פברואר 1944 עמוד 174

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

'מחיר עבודת הילדים'



3.6 קק"ל/דקה



3.6 קק"ל/דקה



5.4 קק"ל/דקה



3
קק"ל/דקה



2.8 קק"ל/דקה



2.8 קק"ל/דקה

ההוצאה האנרגטית היומית לילדים גיל 12-18 שנים

תוצאות : סיכום

הוצאה אנרגטית יומית TEE (לפי משקל 50 ק"ג +1485 קק"ל)	עבודה קק"ל/יום	פעילות	בנים 12-18 שנים
2925	1440	עור ורצענות	עבודה ברסטורמים
2879	1394	תפירה	
		מכבסות	
3645	2160	עבודת מתכת	
3405	1920	נגרות	
	444	הליכה לעבודה הלוך חזור	

הוצאה אנרגטית יומית TEE (לפי משקל 50 ק"ג +1399 קק"ל)	עבודה קק"ל/יום	פעילות	בנות 12-18 שנים
2793	1394	תפירה	עבודה ברסטורים
2935	1536	מכבסות	
2887	1488	נגרות קלה	
	360	הליכה לעבודה הלוך חזור	

מכאן נתן להסיק שההוצאה האנרגטית לנער במשקל 50 ק"ג :
 בין 2900 קלוריות ועד מעל 3600 קלוריות / יום
 בטמפרטורה מתחת ל- 0 בחוץ ללא חימום + 100 קלוריות ליום

מכאן נתן להסיק שההוצאה האנרגטית לנערה במשקל 50 ק"ג :
 בין 2800 קלוריות ועד מעל 3000 קלוריות / יום
 בטמפרטורה מתחת ל- 0 בחוץ ללא חימום + 100 קלוריות ליום



The Lodz Ghetto - Historical Background

Child eating soup in the Lodz Ghetto

YV Photo Archive 4062/473

בגטו לודג' מאזן האנרגיה של ילד עובד היה על פי הערכה

הכנסה אנרגטית - 1000 עד 1200 קלוריות ביום

הוצאה אנרגטית - 2700 עד 3000 קלוריות ליום

כלומר חסר יומי חמור של

בין 1500 – 2000 קלוריות ליום

עבור ילד שעובד, גודל, חושב ורוצה לחיות

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'



The Lodz Ghetto - Historical Background

Child eating soup in the Lodz Ghetto

YV Photo Archive 4062/473

Do you have children in the ghetto at all ?

That species is heading for extinction

***even before it can develop into a creature
called a child .***

***If the child has the good fortune of not dying at
once ,***

he immediately becomes a full-fledged grownup .

In the ghetto there are no children

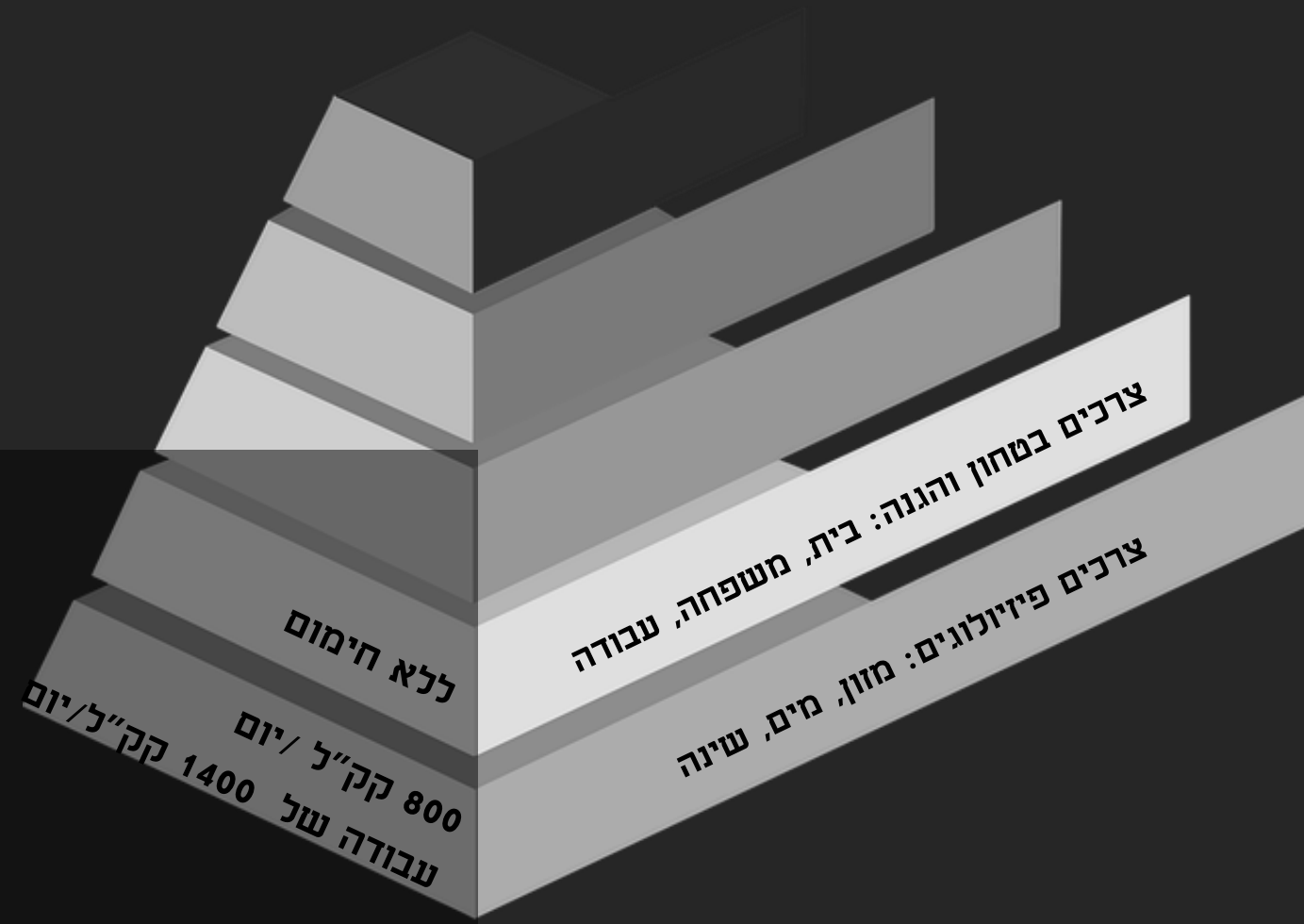
but small Jews.

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודז'

Josef Zelkowicz- director of the ghetto archives

עבודה ברעב



"אין שינוי"

הגטו מוסיף לרעוב"

כרוניקה של גטו לודג'
אריה בן מנחם, יוסף רב
פברואר 1944 עמוד 174

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

החלטתי לכתוב יומן. למרות שזה קצת מאוחר מדי [...]

http://www.rivolidistoria.it/OLOCAUSTO/LAVORO/GHETTO_LODZ/LODZ.htm

ביצעתי השבוע מעשה שיכול להמחיש בצורה הטובה ביותר לאיזו מידה של דה-הומניזציה הגענו

סיימתי את כל כיכר הלחם שלי [...], אז הייתי צריך לחכות עד שבת הבאה לכיכר החדש – הייתי רעב מאוד. היה לי סיכוי לחיות רק מהמרקים של המפעל שהכילו שלוש חתיכות תפוחי אדמה קטנות ושני דצמ' של קמח. שכבתי ביום שני בבוקר די מדוכך לבדי במיטתי והתיה עם "נוכחת" איתי חצי כיכר לחם של אחותי היקרה.

כדי לקצר סיפור ארוך, לא יכולתי לעמוד בפיתוי ואכלתי אותו כולו סיימתי אותו לגמרי. לאחר שעשיתי זאת – שהוא היום פשע נורא – התגברתי על חרטה נוראית של מצפון ודאגה גדולה למה אחותי הקטנה תאכל במשך 5 הימים הבאים. הרגשתי כמו פושע עלוב [...] אני סובל נורא על ידי כך שאני מבין שאני לא יודע לאן הלחם הלך ואני חייב לספר לאנשים שהוא גונב על ידי גנב פזיז וחסר רחמים. וכדי לשמור על מראית עין, אני חייב לקלל קללות וגינויים על הגנב הדמיוני. "הייתי תולה אותו במו ידיי אם הייתי נתקל בו" וכדומה לביטויים צבועים [...]

כל מה שאני יכול לומר הוא שאני תמיד אסבול על הזיכרון ה"אצילי" הזה שלי.

ושתמיד אגנה את עצמי על כך שאני מסוגל להיות כל כך חסר בושע וחצוף

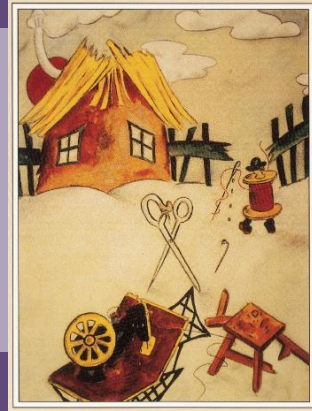
שאני לעולם אתעב את החלק הזה של "האנושות" שהצליחו להביא צרות פנימיות כאלה על חבריהם בני האדם.



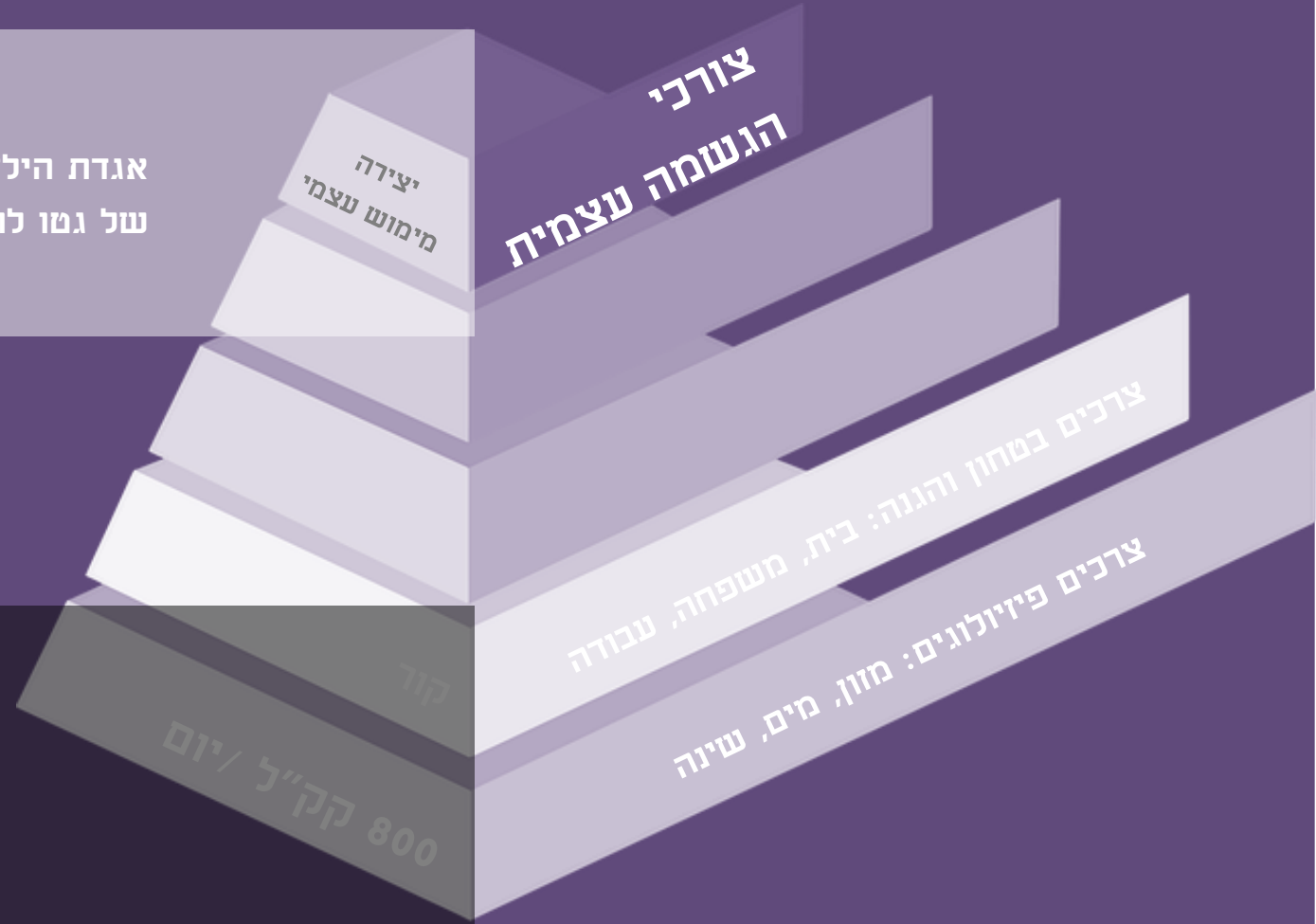
סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודז'

רעב ויצירת 'אגדת' הרעב



אגדת הילדים
של גטו לודג'



סיפור שני על רעב
עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

רעב ויצירה – אגדת הילדים של גטו לודג'

“זו אגדה על נסיך וארץ פלאות ורגעי אושר שעברו על

שלושה דורות במשך חורף, אביב, קיץ וסתיו, למרות

ששררו שם מצוקות ורעב.” (מהאגדה)

האלבום “אגדת הילדים” מגטו לודז' צויר במפעל לחייטים במשך תקופת

השילוחים למחנה ההשמדה חלמנו.

לאחר המלחמה נמצאו ציורים אלה בדרך מקרה בין חורבות הגטו ונאגדו

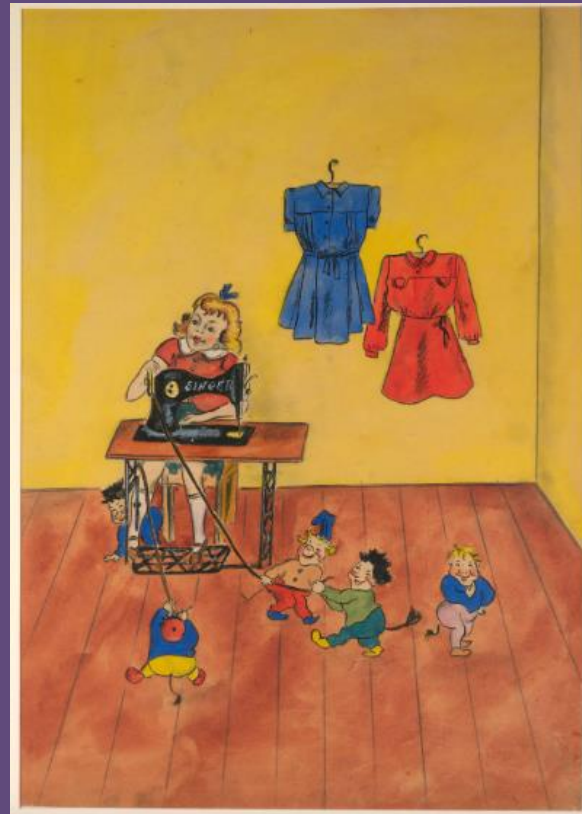
לאלבום.

האלבום מכיל שבעה עשר ציורים שצוירו בצבעי גואש.

את הציורים מלווה טקסט בחרוזים, שנכתב במקור בפולנית.

מטרתם הייתה כנראה להסיח את דעת הילדים בגטו

מפחד וחרדה שחוו ביום־יום.



“זיעה נוטפת ממצחה של הילדה

היא מחפשת עזרה

אין טעם – היא לבדה

זה הכל בגלל התעלולים והטריקים

של השדונים השובבים והגמדים

המחבלים בגסות

ותמיד הורסים לה את התפרים

סיפור שני על רעב

עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

רעב והומור

בגטו נהוג לשתות את המרק
לאכול את הקפה
לעשן את התה
לישון ברסורט
ולעבוד בבית

כשעיניו זולגות דמעות מתבדח היהודי:
לפני המלחמה אכלנו ברווזים ודהרנו כסוסים
כיום אוכלים סוסים ומתנוועים כברווזים

אנחנו נראים כמו שלושה חגים יהודים
אוכלים כמו ביום כיפור
גרים בסוכות
ונראים כמו בפורים

מרק הרסטורים כונה בידיש – חלאפוס
משמעותו – לשפוך משהו חסר ערך
"לחלאפוס של היום לא נחוצה כף"

סיפור שני על רעב
עבודה ורעב של הילדים בגטו לודג'

spohskrow-robal-12<http://museum.lodzjews.org/en/>

לודג' – אחרון הגטאות בפולין
מיכל אונגר



מבחינה תזונתית קשה מנשוא לתאר

את הרעב והשלכותיו

או להסביר בכלל איך שרדו את כל זה

את התשובה יש לחפש לא

בדפי התזונה, הרפואה המדע

אלא

במה שאנו יודעים על איך אדם עומד

במצבים בלתי אפשריים וצומח

מצמיח מגלעיני דובדבנים ריקים

עץ משגשג ופורח

דיאטנים של 180 קלוריות

שרעב והרעבה אין להם צידוק אנושי

הם מביאים את האדם ועל האדם מצב השולל ממנו את אנושיותו

שדיאטנים צריכים להיות חלק מהפועלים נגדו – נגד הרעב

שדיאטנים צריכים לזכור, להכיר, להבין רעב מהו

שדיאטנים צריכים לספר את סיפור הרעב האיום בשואה ואת חקרו

המזעזע של מחקר הרעב של הרופאים היהודים בגטו ורשה

שדיאטנים צריכים לבקש את הרשות מכל אדם שבו הם מטפלים

להמעיט, לשנות, להחליף ולמנוע מזון גם באם זה לפעול לבריאותו

שמזון בו אנו עוסקים זה קיום, הגנה, גדילה וצמיחה, אהבה ויאוש, מחקר

אמנות והומור – ואיזה עוצמה יש במקצוע העוסק בו

כשרעב לא מנצח