

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 22 (1965)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Die Zunge  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969192>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 17.05.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

tor» unter den Artikeln über Krebs erwähnt.

### **Virusinfektionen**

Oft stellen Virusinfektionen grosse Belastungsproben an das Lymphsystem. Denkt man an die vielen Fälle, in denen Kinder wohl Träger des Kinderlähmungsvirus, bekannt als Poliomyelitis, sind, ohne selbst daran zu erkranken, dann ist

man geneigt, anzunehmen, dass eine gute Lymphe der Anfälligkeit auf diese Krankheit entgegenzuwirken vermag. Auf jeden Fall ist es sicher, dass eine gute Lymphfunktion gegen Virus- und Bakterieninvasionen sehr stark schützen kann. Es lohnt sich deshalb doppelt, vor allem bei unseren Kindern alles zu unternehmen, um das Lymphsystem stark und leistungsfähig, also einsatzbereit zu erhalten.

## **Die Zunge**

Wie jedes Organ ist auch die Zunge ein auffallendes Wunderwerk der Schöpfung. Die eigenartige Anordnung und Struktur dieses Muskelorganes verschafft diesem eine Beweglichkeit, wie sie kein anderes Organ des Körpers besitzt. Die Zunge kann ohne weiteres eine flache, eine breite, dünne oder dicke Form annehmen, indem ihr die Muskelfasern wie dressierte Zirkuspferde gehorchen. Das Interessanteste am Bau der Zunge ist jedoch ihre Oberfläche, die in der Vergrösserung wie eine Mondlandschaft aussieht. All die Erhöhungen und kleinen Kratergruben sind mit feinen Reaktionsapparaten ausgestattet. Diese verschaffen dem Menschen die Möglichkeit, dass er beim Essen und Trinken einen besonderen Genuss empfinden kann. In einer solchen Geschmacksgarbe sind Schleimdrüsen eingebaut, die dafür sorgen, dass immer etwas Flüssigkeit vorhanden ist, denn nur flüssig gelöste Stoffe können Geschmacksempfindungen auslösen.

### **Geschmacksempfindungen**

Die Nervenzellen, die die Geschmacksempfindungen aufnehmen und zum Gehirn weiterleiten, sind in Zwiebelformation angeordnet. Die einführenden Nervenstränge könnte man mit den Wurzeln vergleichen, während die ordnenden Reaktionsapparate mit den Verstärkungsanlagen die Schichten der Zwiebel darstellen. An Stelle der Zwiebelrohre sind feine Härchen, die als Nervenenden die Reize aufnehmen. Diese Nervenzwiebeln nennt man Geschmacksknospen, weil sie

die Forscher mit Knospen verglichen haben. Ein erwachsener Mensch besitzt deren etwa 3000. Interessant ist die Feststellung, dass der Mensch beim Essen sehr wahrscheinlich nicht so viel Geschmacksempfindungen hat wie beispielsweise die Antilopenarten, die ungefähr 15mal so viel Geschmacksknospen auf der Zunge aufweisen als der Mensch. Besässe der Mensch genau soviel Geschmacksknospen wie diese Tiere, dann würde er vielleicht eher merken, was für ihn gesund oder womöglich sogar giftig ist. Tiere können Nahrung, die ihnen gut oder schlecht bekommt, besser unterscheiden als wir Menschen.

Auch Geschmackszonen lassen sich bei der Zunge leicht feststellen. Auf der Zungenspitze wird man Süsses gewahr werden, wenn man sie in Honigwasser taucht. Salzig empfindet man auf den seitlichen Rändern etwas weiter hinten, und noch weiter hinten, ebenfalls an den Zungenrändern, wird man sauer feststellen, während sich hinten, quer über die Zunge laufend die Geschmackszonen befinden, mit denen man Bitteres gewahr wird. Die Zungenmitte ist ganz neutral, denn sie nimmt überhaupt keine Geschmacksempfindungen auf. Beachtenswert ist, dass die Zunge als Testorgan viel zuverlässiger arbeitet als dies durch chemische Reaktionen geschieht. Eine Weinkellerei oder eine Firma, die Olivenöl verarbeitet, wird daher ihrem erfahrenen Degustateur mehr Beachtung schenken als dem Chemiker im Labor.

Wieviel anders wäre für uns das Leben

ohne die 3000 Geschmacksknospen der Zunge. Was würde uns zum Essen und Trinken anspornen, wenn damit kein Genuss verbunden wäre? Das kann jener, der sich ohne jeglichen Hunger zum Essen zwingen muss, gut vorstellen. Auch den Frauen und Köchinnen ginge der Anreiz zum Bereiten eines guten Essens verloren, wenn das befriedigende Schmunzeln als Lohn für eine schmackhafte Mahlzeit fehlen würde. Trotz ihrer Kleinheit ist die Zunge mit wichtigen Aufgaben, von denen manche Befriedigung und Genugtuung abhängt, betraut.

### **Weitere Fähigkeiten der Zunge**

Wenn wir den anatomischen Aufbau und einen Teil der Funktionen der Zunge kennen, haben wir damit noch lange nicht ihren ganzen Wirkungskreis und ihre volle Aufgabenmöglichkeit erschöpft. Wir wissen sehr wohl, dass wir der Zunge sprachliche Verständigung zu verdanken haben. Doch nicht nur dies, sie ist zugleich auch das Sprachrohr des Herzens, dem wir symbolisch den Sitz des Fühlens, des Denkens und Entscheidens zusprechen. Dadurch kann sich das kleine, wendige Organ sowohl zum Segen als auch zum Flush für uns und andere auswirken.

Der biblische Bericht bestätigt uns, dass Pferde wie auch Schiffe besser zu lenken seien als unsere Zunge. Wiewohl ein kleines Glied, kann doch von ihr ein verheerendes Feuer ausgehen, das einem zerstörenden Waldbrand gleicht.

Schmerzlich ist ihre Wirksamkeit, wenn sie böses Gerede weiterträgt und dadurch Freunde und liebe Bekannte verleumden hilft. Auch der Neid und der Hass kann sich zu Unrecht des kleinen, wendigen Seeleninstrumentchens bedienen, um giftige Pfeile auszusenden, die dem erfolgreichen Mitmenschen schaden sollen. Glatt wie ein Aal arbeitet die Zunge der Verführung, denn das erwählte Opfer soll ihrem magischen Einfluss nicht entkommen. Wie manche Zunge weiss nicht zwischen Ja und Nein zu unterscheiden, weshalb ihr Widerspruch und ihre lügenerische Wirksamkeit mithilft, andere zu

vernichten. Manch ein Enttäuschter mag die bittere Galle seines Herzens der Zunge anvertrauen und dadurch viele anstecken und vergiften. Wie schlimm aber äussert sich dieses kleine, unscheinbare Glied bei geistig Umnachteten? Der ganze, zerissene Zustand eines solchen Menschen sucht sich oft durch die Zunge Bahn zu brechen. Es ist für den Gesunden schwer, solch einem Ausbruch zu begegnen.

Aber es genügt uns schon, wenn uns eine fremde Zunge hart beurteilt, ohne die wirklichen Beweggründe unseres Handelns in Betracht zu ziehen. Ein vernichtendes Urteil hat schon manchen in die Verzweiflung getrieben.

### **Vom segenvollen Gebrauch der Zunge**

Aber wurde der Zunge die Macht des Sprechens wirklich verliehen, damit sie dadurch Unglück schaffen sollte? Nein, gewiss nicht. Darum ermahnte schon der Apostel seine Mitverbundenen, alles, was lieblich und wohlklingend ist, zu erwähnen, denn der gegenteilige Gebrauch der Zunge bereitet nur Kummer und Verdross. Liebevoller, erwärmender Worte, Worte der Belehrung sowie wohlwollender Ermahnung, Trost und Ermunterung sollten über unsere Lippen fliessen, damit sich das kleine Glied des Ausdrucksvermögens zum Segen auswirken kann. Aber eben, das kann nur sein, wenn sich das Herz in der richtigen Verfassung befindet. Wenn es dessen Bestreben ist, dem Freund ein Freund zu sein, dem Notleidenden die helfende Hand darzureichen und selbst feindliche Gesinnung mit Gutem zu überwinden. In solchem Falle wird auch die Zunge Milde und Güte offenbaren können.

Was verschönt uns die Frühlingszeit so sehr? Ist es nicht der Vögel lieblicher Gesang? Aus kleiner Kehle schmettert ein Dankeslied in die Luft voll Begeisterung und inniger Hingabe. Auch wir sind mit dieser wunderbaren Fähigkeit des Singens ausgestattet und können, wie die Vögel, dem Überschwang unseres Emp-

findens in harmonischem Gesang zum Ausdruck verhelfen.

Aber noch etwas anderes muss die Zunge lernen, weil sie es in schwierigen Zeiten können muss. Sie muss schweigen, wenn es darum geht, den Freund und Bruder nicht zu verraten. Sie muss ferner im Schweigen geübt sein, um des Feindes vernichtende Absichten zu durchkreuzen und die Macht des Bösen zu brechen. Selbst ein törichter Mann wird als weise betrachtet, wenn er schweigen kann. Dies erklärten schon Salomos Sprüche. Darum sagt wohl auch der Volksmund, dass reden Silber, schweigen aber Gold sei. Zum Schweigen ist auch für viele tatsächlich eine grössere Kraft nötig als zum Reden.

Wie eigenartig, dass ein solch kleines Glied, wie es die Zunge ist, einem solch vielseitigen Gebrauch dienen kann. Sie kann uns Trank und Speise wertvoll ge-

stalten, kann uns vor schädigendem oder gar giftigem Genuss bewahren, denn wenn wir unserem Gaumen nicht unnatürliche Genüsse zumuten, wenn wir von ihm nicht verlangen, dass er Schlechtes als gut bezeichnet, dann lohnt er es uns mit gesundem Beurteilungsvermögen. Gleich verhält es sich auch mit der anderen Aufgabe, die diesem kleinen, menschlichen Glied zugedacht ist, mit dem Ausdrucksvermögen des Empfindens. Die Zunge kann somit ein überaus nützliches, aber auch ebenso verwerfliches Instrument unseres Körpers sein. Ob wir sie als Sprachrohr unseres Herzens zum guten oder schlechten Gebrauch anwenden, hängt vom Zustand unseres Herzens ab, weshalb uns Salomo weise beriet, als er uns empfahl, das Herz mehr zu bewahren als alles andere, was zu bewahren ist, denn von ihm aus sind die Ausgänge des Lebens, und aus der Fülle des Herzens redet der Mund.

### Achtung, Kälte

En wenig Durchzug, etwas kalte Füsse, ein hastig getrunkenes, kaltes Getränk und schon sind sie wieder da, die unangenehmen Schmerzen, die der eine Arzt als Rheuma, der andere als Schleimhautentzündung und ein dritter als chronische Nervenentzündung bezeichnet. Ist das bisschen Kälte wirklich die Ursache dieser immer wieder in Erscheinung tretenden Störungen und Schmerzen? Vielleicht haben jene recht, die behaupten, Kälte sei in solchen Fällen nur das auslösende Moment? Wäre es vielleicht nicht besser, einmal den eigentlichen Ursachen nachzugehen, statt nur immer wieder symptomatisch eine Linderung und Hilfe zu suchen?

#### Ursachen

Je älter der Mensch wird, um so empfindlicher und anfälliger ist er auf Störungen eingestellt. Genau so ist es auch bei Maschinen, die uns schon viele Jahre treuen Dienst geleistet haben. Maschinen kann man ersetzen, dem Körper, der das

ganze Leben hindurch aushalten muss, sollte man jedoch genügend Pflege und Sorgfalt entgegenbringen. Fehler in der Ernährung zählen von Jahr zu Jahr mehr. Auch nervliche Belastungen fallen bedeutend schwerer ins Gewicht als früher, weshalb man es vermeiden sollte, spät ins Bett zu gehen, weil man glaubt, die gesellschaftlichen Belastungen nicht abschütteln zu können. Auch auf die Kleidung sollte man besser achten, da sie nicht der Jahreszeit, sondern der Witterung angepasst werden muss, wenn man sich durch unnötige Abkühlung nicht empfindlich schaden will.

Sehr beachtenswert ist auch der grosse Fehler, den wir heute immer mehr begehen, indem wir uns zu wenig Bewegung und Atmung verschaffen. Das führt zu Mangel an Sauerstoff und dieser erhöht die Bereitschaft für Erkältungen wesentlich. Des weitern sind heute Ärger, Kummer und Sorgen an der Tagesordnung, und sie alle führen zu Spasmen und stören die Leberfunktion. Die blutreinigende Tätig-