Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 26 (1969)
Heft: 3

Artikel: Das Geheimnis der Immunität
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969233

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: 22.05.2025

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

abends eine Tasse Löwenzahntee oder wir nehmen ganz einfach nur zweimal täglich 20 Tropfen Taraxacum-Frischpflanzen-Extrakt in etwas Wasser ein. Die eine oder andere Einnahmeart genügt, um die erwünschte Wirkung zu erzielen.

Das Geheimnis der Immunität

Es scheint tatsächlich ein gewisses Geheimnis zu sein, dass nicht alle, die mit einer Epidemie in Berührung kommen, von dieser erfasst werden. Selbst Ärzte und Forscher sind sich nicht ohne weiteres klar, warum sogar Pflegepersonal bei einer seuchenartigen Erkrankung trotz anstrengendem Einsatz nicht ebenfalls erkrankt. So traf ich auch unter den Weltreisenden solche an, die praktisch durch alle Länder der Welt wanderten, ohne von irgendeiner Infektionskrankheit angesteckt worden zu sein. Handelt es sich bei dieser Feststellung bloss um eine glückliche Veranlagung, oder hängt dies mit der Einstellung und Lebensweise des einzelnen zusammen? Diese Frage ist gar nicht so leicht und einfach zu beantworten. Die Erbanlage spielt dabei bestimmt eine grosse Rolle. Wenn unsere Vorfahren gewisse Infektionskrankheiten erfolgreich durchgemacht haben, dann können auch wir durch diesen Umstand Abwehr- und Immunitätsstoffe erhalten und sind dadurch vor Ansteckungsgefahren eher geschützt.

Dass dem so ist, beweisen die Erfahrungen, die wir bei Negern, Indianern und Eskimos feststellen können, denn solange diese Völker nicht mit gewissen Krankheitserregern in Berührung kamen, verfügten sie auch über keine entsprechenden Abwehrstoffe und unempfindliche Abwehrkräfte. Kein Wunder, dass ihnen infolgedessen einfache Kinderkrankheiten zum Verhängnis werden können. Die Ansteckung mit dem Erreger der Masernerkrankung führte daher Tausende in den Tod. Anderseits gab es eigenartigerweise bei Cholera- und Pestepidemien immer einen Prozentsatz von Menschen, die überlebten. Die Frage erhebt sich nun, ob diese Menschen durch Ursachen, die man heute noch nicht erkannt hat, unempfindlich, also immun waren oder ob sie entsprechende Mittel zur Verfügung hatten, die sie vor dem Unheil bewahren konnten? Von der Pest in Basel berichtet die Sage, dass die tägliche Einnahme einer gewissen Wurzel über Leben und Tod entscheidend war. Das regelmässige Kauen dieser Wurzel soll so fabelhaft geholfen haben, dass sie infolgedessen den Namen Pestwurz oder Petasites offizinalis erhalten hat. Inwieweit diese Aussage über die Pestbekämpfung im Mittelalter stimmt, kann heute nicht mehr nachgeprüft werden, da wir in unseren europäischen Ländern keine Pest mehr zu verzeichnen haben. Allerdings könnte uns ein Krieg, der mit bakteriologischen Waffen geführt würde, all die schlimmen Krankheiten, die wir durch vermehrte Hygiene und gute Heilmittel überwunden haben, wieder bringen. Hoffen wir jedoch, dass dieser Schrecken nie in Erscheinung treten wird.

Aus eigener Erfahrung

Ich selbst hielt mich in den schlimmsten Malariagebieten der Erde auf, ohne je diese gefürchtete Krankheit zu bekommen. Ich konnte zwar öfters Moskitos einfangen, wenn ich in einer Hütte der Eingeborenen übernachtete. Sie drängten sich jeweils durch die Ritzen des Bambusbodens und konnten dadurch unter mein Moskitonetz gelangen. Wenn ich sie zerdrückte, konnte ich feststellen, dass sie Blut enthielten. Mein Begleiter, der im Amazonasgebiet bei mir war, hatte die Malaria schon gehabt und wurde daher von Zeit zu Zeit durch diesbezügliche Fieberschübe belästigt. Ich kann allerdings nicht beweisen, ob mich meine Pflanzenmittel ausgiebig schützten. Ich behalf mich jeweils mit Echinaforce und kleinen Dosen von Chinin. Vielleicht war ich auch dieser Krankheit gegenüber unempfindlich. Um mich herum gab es genügend

Malariakranke, und von Moskitos wimmelte es nur so. Ganz besonders geschäftig waren sie abends, wenn die Sonne am Horizont ihren letzten spärlichen Lichtschein über die breiten Urwaldflüsse sandte. Bei einer Hitze von 40 Grad im Schatten konnten mir Indianerinnen begegnen, mit ihren fieberkranken Kleinkindern in den Armen. Hilflos schlotterten und zitterten die armen Kleinen, und da in dieser Gegend kein zuverlässiges Mittel gegen Malaria aufzutreiben war, ging ein Grossteil dieser Kinder an der unerbittlichen Krankheit zugrunde.

Die massgebende Ernährung

Woran mag es nun aber liegen, dass die Natur scheinbar launenhaft den einen verschont und den andern überfällt und sehr oft hinwegrafft? Meine Beobachtungen in Afrika, Asien und Amerika haben meine Aufmerksamkeit auf die Ernährung hingelenkt, denn ich konnte feststellen, dass eine einseitige Nahrung, vor allem ein Mangel an Mineralstoffen und Vitaminen, ja oft sogar ein Eiweissmangel die Menschen so sehr zu schwächen vermochte, dass sie dadurch schutzlos waren und für Infektionskrankheiten empfänglich wurden. Wenn man bei diesem wichtigen Punkte angreift und dafür sorgt, dass der Eiweissmangel behoben wird, wenn man zugleich vitalstoffreiche Nahrung gibt, dann tritt rasch eine offensichtliche Wendung zum Guten ein, indem dadurch eine bessere Widerstandskraft gegen Infektionskrankheiten erlangt werden kann.

Sehr gefährdet sind vor allem die Halbzivilisierten. Solange sich die Eingeborenen von der Zivilisation fernhalten, indem sie ihre altbewährten Lebens- und Ernährungsgewohnheiten sorgfältig beachten, sind sie auch gegen Infektionskrankheiten viel widerstandsfähiger. Dies dient zu ihrem Vorteil. Es kann indes auch vorkommen, dass die Weissen mit unbekannten Keimen heranrücken, was die Sachlage erschwert, denn wer mit diesen noch nie in Berührung gekommen ist, unterliegt ihnen viel eher. Ich konnte beobachten, dass beispielsweise die Tuberkulose bei Weissen und Farbigen keinen Fuss fassen konnte, wenn die Ernährung keine mangelhaften Zustände aufwies. Notwendig ist genügend gute Eiweissnahrung, ferner darf sich kein Kalk- und Vitamin-D-Mangel in der Nahrung vorfinden. Viele Spitalärzte, vor allem in Afrika, haben mir dies bestätigt.

Bazillenträger

Von grosser Wichtigkeit ist der Umstand, dass gesunde Menschen als Bazillenträger in Frage kommen können, was natürlich eine sehr gefährliche Auswirkung haben kann. Wenn man einen Abstrich der Mundschleimhäute bei Kindern und Erwachsenen untersucht, dann findet man in der Regel bei völlig gesunden Menschen allerlei Krankheitskeime. Bei vielen Kindern werden beispielsweise Erreger der Kinderlähmung gefunden, ohne dass sie je an dieser Lähmung erkranken. Sehr oft findet man sogar bei Erwachsenen Angina-Erreger und den Erreger der Lungenentzündung. Doch diese Erreger vegetieren in solchem Falle eigentlich nur, da die biologischen Voraussetzungen zu ihrer Entwicklung einfach nicht gegeben sind. Aus diesem Grunde könnte man einen solchen Menschen als immun bezeichnen. Wenn sich nun aber ein solcher Bazillenträger selbst einer starken Erkältung aussetzt, oder wenn er sich einer grossen, körperlichen Schwächung preisgeben muss, dann können auch bei ihm die Bakterien einen besseren Boden zum Gedeihen finden, weshalb sie aufflackern und je nachdem eine Angina, eine Lungenentzündung oder eine andere Krankheit hervorrufen. Man fragt sich dann, woher die Infektion gekommen ist.

Am deutlichsten zeigt sich dies im Hochgebirge, wo die Luft so gut wie keimfrei ist. Nehmen wir an, dass an einem Skilift, der für kurze Zeit ausgesetzt hat, 100 Personen stehen. Da es sehr kalt und windig ist, frieren viele und haben eiskalte Füsse. Dies ist zwar infolge der enganschliessenden Sportkostüme leicht verständlich. Sehr interessant ist jedoch, wie

unterschiedlich die einzelnen auf die ungünstige Belastung ansprechen. Man mag erstaunt sein, dass von den 100 Leuten sich womöglich nur einer eine Lungenentzündung zuzieht, während etwa zwei an einer Angina erkranken und einige einen Bronchialkatarrh davontragen. Wenn auch von den Anwesenden noch viele zu den Bazillenträgern zählen mochten, waren diese gesundheitlich doch in einer solch guten Verfassung, dass die Durchkühlung bei ihnen keine Krankheit auslösen konnte.

Hongkong-Grippe

Wieder scheint eine asiatische Viruskrankheit aufzuflackern. Wir wissen, wie überaus viele Opfer die Grippe im Jahre 1918 forderte. 1957 wiederholte sie sich, aber wir waren abwehrfähiger. Sollte sie daher erneut, in etwas veränderter Form wieder bei uns Einkehr halten, wird sie doch nie mehr so gefährlich auftreten können wie bei ihrem ersten Besuch in Europa, denn inzwischen haben wir bedeutend mehr Abwehrkräfte entwickeln können, so dass wir viel immuner geworden sind.

Schutzvorkehrungen

Wenn wir uns den Infektionskrankheiten nicht einfach nur preisgeben wollen, im guten Glauben, wir seien ihnen dann schon gewachsen, dann müssen wir uns ernstlich fragen, ob wir nicht vorbeugende Massnahmen gegen sie einsetzen könnten? In erster Linie sollten wir unseren Körper nicht übermässig belasten und ermüden, was zwar in unserer heutigen, anspruchsvollen Zeit nicht immer leicht fallen wird. An zweiter Stelle steht die Ernährungsfrage. Wir müssen uns vor Mangelerscheinungen, sogenannte Avitaminosen, zu schützen suchen, da der Mangel an Vitalstoffen die natürliche Abwehrkraft gegen Infektionskrankheiten vermindert.

Auch gewisse Naturmittel helfen dem Körper, sich besondere Widerstandskraft anzueignen. Vorteilhaft ist in der Hinsicht vor allem auch die regelmässige Anwendung von Molkosan, indem wir täglich den Hals mit dieser natürlichen Milchsäure auspinseln, vermag diese doch in ihrer günstigen Konzentration eine Menge von Bakterien zu vernichten. Wir sollten schon leiseste Symptome von Influenza, Grippe oder Angina mit Lachesis D 10 oder D 12 bekämpfen, indem wir von diesem Mittel 5 bis 10 Tropfen dreimal während des Tages einnehmen. Kurze Zeit später beschaffen wir uns regelmässig noch einige Tage morgens und abends 10 bis 20 Tropfen Echinaforce. Auf diese Weise können wir in der Regel den Ausbruch der Krankheit verhindern. Melden sich die Anzeichen eines gewöhnlichen Schnupfens, dann können wir diesem mit der Wollfettcreme «Bioforce» zuvorkommen, insofern wir die ersten Anzeichen nicht übersehen.

Wenn schon die Wissenschaft, so auch die Serologen, das tiefere Geheimnis der Immunität, die den Körper gegen Viren und Bakterien unempfindlich macht, noch nicht lüften konnten, werden uns die vorbeugenden Ratschläge bestimmt dennoch ihre guten Dienste erweisen können.

Kennst du dich selbst genügend?

Die Frage, ob wir uns selbst genügend kennen, um unseren Gesundheitszustand richtig beurteilen zu können, ist nicht unangebracht, sondern in gewissem Sinne lebenswichtig für einen jeden von uns. Wenn wir unsere körperlichen Eigenarten kennen, wenn wir wissen, wo unsere günstigen Veranlagungen und wo unsere Schwächen liegen, dann haben wir auch die Möglichkeit, uns danach zu richten. Als Kinder leben wir meist in den Tag hinein, ohne unser kleines Ich richtig einschätzen zu können. Erst wenn die Frage der Berufswahl an uns herantritt, beginnen wir zu erwägen, welche Wahl sich wohl für unsere Zukunft am vorteilhaftesten auswirken wird.

Solange wir uns gesund und stark fühlen,