Seafood und Krebs

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **18 (1961)**

Heft 10

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-553425

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

enwelt daran gewöhnt, lieber zu frieren, statt auf leichte Wäsche und hauchdünne Strümpfe verzichten zu müssen. Es wäre gut, wenn diese Frauen einmal sehen könnten, wie sich sogar in subtropischen Gegenden die Eingeborenen oft in weite, wollene Gewänder einhüllen, um sich dadurch sowohl gegen die heissen Sonnenstrahlen, wie auch gegen die nächtliche Kälte zu schützen. Enganschliessende Kleider geben nicht einmal zur Hälfte so warm wie eine luftige, weite, möglichst poröse Bekleidung.

Eine gute Durchblutung des ganzen Körpers, die wir beispielsweise durch die Sauna, durch türkische Bäder oder andere, ähnliche Anwendungen von Zeit zu Zeit immer wieder fördern können, dient ebenfalls wunderbar zur Vorbeugung gegen Erkältungen. Im gleichen Sinne, ja sogar heilend, wirken auch verschiedene Pflanzenmittel wie Usnea, Echinacea und Imperatoria. Wer sich also in der Hinsicht richtig einstellt, wird auch Erkältungen möglichst verhindern können.

Seafood und Krebs

Als Seafood bezeichnet man die Nahrung, die aus dem Meere stammt und vor allem den Küstenbewohnern zur Speise dient. Dazu gehören ausser den Fischen und Krebsen auch die Muscheltiere, der Tintenfisch, Garnelen, kurz alles Essbare, das im Meere lebt. Da aber auch Pflanzen im Meere gedeihen, so die Algen, das Kelp und andere mehr, ist es angebracht, auch diese als Seafood oder Meeresnahrung zu bezeichnen, denn durch sie wird unsere Ernährung um vieles bereichert. Einige dieser Pflanzen, besonders jene, die wir im Chinesischen Meer antreffen, besitzen bis zu 25 % Einweiss und ungefähr 30 % Kohlehydrate. Doch dies ist nicht alles, da im Seafood, gesamthaft gesehen, eine Menge von Mineralstoffen, ein reicher Vitamingehalt und beträchtlich viel Hormone zu finden sind. Ich hatte immer wieder Gelegenheit zu beobachten, wie sehr uns Seafood zu beleben und zu stärken vermag. Selten habe ich mich so wohl gefühlt wie auf meinen Reisen im fernen Osten, wenn ich jeweils Gelegenheit hatte, gutes Seafood zu erhalten. Menschen, die gewohnt sind, regelmässig die erwähnte Meeresnahrung zu geniessen, besitzen eine gewisse Vitalität, eine natürliche Lebhaftigkeit und vor allem meist eine schöne schlanke Linie, was nach der allgemeinen Regel gewöhnlich als Zeichen einer guten Keimdrüsentätigkeit gewertet werden kann. Dies konnte ich vor allem in Japan, Korea und China beobachten. Gewissermassen als natürliche Folge hiervon sind diese Menschen auch sehr fruchtbar und haben fast durchwegs ein nettes Schärlein Kinder, ohne dass dadurch die Frauen nach den Geburten dick und phlegmatisch werden.

Interessante Beobachtung

Da der Krebs neben andern Ursachen auch ein Nachlassen der Keimdrüsentätigkeit zur Folge hat, habe ich in allen diesen Ländern etwas eingehender Ausschau gehalten, um den verschiedenen fraglichen Problemen ein wenig näher auf den Grund zu kommen. Ich halte es keineswegs für unmöglich, dass die bessere und länger andauernde Keimdrüsentätigkeit, die in diesen Ländern durch die Seafoodnahrung günstig beeinflusst wird, im Zusammenhange steht mit der viel geringeren Krebssterblichkeit, die in diesen Gebieten festgestellt werden kann. Warum verabreicht die moderne Medizin nach den Krebsoperationen Hormonspritzen, um dadurch Metastasen und eine Neuerkrankung nach Möglichkeit verhüten zu können? Liegt in dieser Therapie nicht ein Zugeständnis, dass der Mangel an Sexualhormonen, der auf eine zu geringe Keimdrüsentätigkeit zurückzuführen ist, in erster Linie am Krebsgeschehen beteiligt sein muss? Wäre es daher nicht angebracht, der Pflege der Keimdrüsentätigkeit mehr Beachtung zu schenken? Dies kann durch eine bessere Sexualhygiene geschehen, indem man sich physikalischer Anwendungen mit Licht, Luft und Wasser

bedient. Gleichzeitig muss auch darauf geachtet werden, dass unsere Nahrung vitalstoff- und hormonreicher ist als vorher. Es ist keineswegs ausgeschlossen, dass die heute so gepriesene Hormontherapie, auf die man grosse Hoffnungen setzt, doch wieder, infolge unerwarteter Enttäuschungen, durch eine andere Therapie abgelöst werden muss. Dies ist möglich, weil einerseits immerhin die Herkunft der Hormone den Erfolg in Frage stellen können, anderseits aber auch die Dosierung, die sehr individuell gehalten werden muss, als fragliches Problem in Betracht zu ziehen ist. Es ist ein sehr komplexes Geschehen, das gelöst werden muss, um dem Krebs, der schlimmsten Geisel der Menschheit, eine Schranke zu setzen. Da die Lösung dieses schwierigen Problems bestimmt auch mit einer guten Pflege der Keimdrüsentätigkeit zusammenhängt, sollte diese in Zukunft nicht mehr vernachlässigt werden. Diese Beobachtung bei den Völkern des Fernen Ostens mag sowohl dem Patienten als auch dem Therapeuten zur Anregung dienen, damit dadurch eines der wichtigsten Gebiete in der Therapie und Prophylaxis weniger mehr übersehen wird.

Der Zauber der Südsee

Es muss ein beglückendes Gefühl gewesen sein, als die braunen Gestalten emsigen Ruderer auf ihren Doppelbooten endlich auf die grünen Inseln der Südsee gestossen sind. Laut Berichten, sollen die Vorfahren der Polynesier das überfüllte Indien verlassen haben, um gegen Osten vorzudringen. Das Wagnis gelang, denn etliche der Boote erreichten die erträumten Inseln, die genügend Nahrung boten, um leben und gesund bleiben zu können. Bewohner von Tahiti und andern Inseln, auf denen Polynesier wohnen, freuten sich darüber, uns diese Auskunft mitteilen zu können. Mit besonderer Wertschätzung beobachten wir die gütige Fürsorglichkeit, die an Stelle von Getreide für diese Inselbewohner eine Brotfrucht geschaffen hat, die auf grossen Bäumen wächst. Sie wird ungefähr so gross wie eine Melone und mit der grünen Schale im Feuer zubereitet. Die Eingeborenen wissen genau, worauf sie achten müssen, um die richtige und bekömmliche Schmackhaftigkeit herausholen zu können. Es scheint, dass diese Kunst nicht jedem gleich gut gerät, denn es braucht eine gewisse Geschicklichkeit dazu. Diese Brotfrucht ist sehr wertvoll, da sie als Hauptnahrung ungefähr 80 % des ganzen Nahrungsbedarfes zu decken vermag. An zweiter Stelle steht in der Ernährung die Kokosnuss. Schön sind die Kokospalmen, die sich nicht nur infolge ihrer Früchte als nützlich erweisen, sondern noch vielen andern Zwecken dienen, denn nebst den Nüssen kann von der Wurzel bis zu den Blättern alles gebraucht werden. Mit dem Bambus zusammen dienen jeweils auch die Stämme der Kokospalmen beim Bau der Hütten, während aus den Palmenblättern die Dächer geflochten werden. Die spärliche Kleidung beschafften sich damals diese Kinder der Natur aus Pflanzenfasern. Und das Meer diente ihnen als Eiweisslieferant durch seinen Reichtum an Fischen, Krebsen, Muscheln und anderen nährstoffreichen Meerestieren. Kein Wunder, dass sich da die glücklichen Bewohner dieser Inseln wohl fühlen konnten. Die schönen, natürlichen Strandplätze waren durch Korallenriffe geschützt und boten Gelegenheit, sich abwechselnd im Schatten der Palmen oder in der Wärme der Sonne aufzuhalten, während die weisse Gischt der Wellen zum erholenden Bade einlud. Sonne und Regen wie auch die Meer- und Flussbäder ersetzten die heutigen Einrichtungen der Hygiene, während die kräftigen, guten Zähne, die diese gesunden Naturmenschen damals noch besassen, den Ersatz für manch ein Werkzeug darboten. So lebten zu jener Zeit diese Inselbewohner, die ihr sonniges Gemüt bis auf die heutige Generation vererben konnten.

Es ändern sich die Zeiten

Als im 17. oder 18. Jahrhundert der weisse Mann seinen Fuss auf diese Inseln setzte, gereichte manches, was er mit sich ge-