Carica Papaya

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

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **22 (1965)**

Heft 5

PDF erstellt am: **15.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-969133

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

in der Zukunft als schädigend erweisen kann? Nach Jahren verkündet womöglich die Tagespresse in grossen Schlagzeilen, welch mannigfache Schädigungen das willkürliche Eingreifen in die natürlichen Vorgänge des Körpers verursacht hat, also erst dann, wenn viele Leidende vergebens bereuen, dass sie nicht klüger und verantwortungsbewusster gewesen sind. Wenn wir das Wunderwerk unseres Körpers mit der gebührenden Achtung wertschätzen, dann werden wir uns davor hüten, das gesunde Gleichgewicht der Natur durch chemische Eingriffe zu stören, denn es ist nicht abzustreiten, dass dies ein grosses Risiko darstellt. Es gibt andere Möglichkeiten, um eine vernünftige Geburtenregelung durchzuführen. Sie sind allerdings nicht so einfach wie das Schlucken einer Tablette, dafür belasten sie jedoch unsere Gesundheit und auch unser Gewissen nicht, und vor allem wird die Jugend dadurch weniger Gefahr laufen, vom geraden Wege abzugleiten.

Carica Papaya

Wenn ich in einem Obst- und Gemüsegeschäft Papayafrüchte ausgestellt sehe, erinnert mich dies immer wieder an meinen Aufenthalt in Lagunas am Marañon, denn dort hatte ich mir angewöhnt, nach jeder Mahlzeit nach einer Papayapflanze Umschau zu halten, damit ich mir ein Blatt davon sichern konnte, denn wohlweislich diente mir dies als Vorbeugungs- und Verdauungsmittel. Schon die Grösse eines Fünffrankenstückes davon genügte jeweils. Das regelmässige Kauen solcher Blätter mag mit beigetragen haben, dass ich auf meinen vielen Tropenreisen vor mancherlei Parasiten verschont geblieben bin, auch wenn ich sie mit der Nahrung eingenommen haben mochte. Ich war zwar sehr vorsichtig, aber immerhin wimmelt es dort von gefährlichen Amöben, Hakenwürmern, Oxyuren, Ascariden, Geisselwürmern und anderem mehr, denn all diese schlimmen Schädlinge vermehren sich durch Millionen von Eiern. Die einen saugen das Blut aus den Schleimhäuten des Darmes, die anderen erzeugen Entzündungen, ja sogar Abszesse und Geschwüre. Sie dringen bis in die Leberpartien hinein, und Tausende ihrer Opfer gehen an den Folgen direkt oder indirekt langsam zugrunde.

Das günstige Heilmittel

Aber überall, wo dem Menschen Gefahren lauern, ist auch die Abwehrmöglichkeit oder das Heilmittel zu finden. Papaya ist eine Pflanze, die nur in den feuchtheissen Tropen gut gedeiht. Gerade in Lagunas am Marañon habe ich die schönsten Pflanzen dieser Art gefunden. Die stämmigen, krautigen Bäume waren etwa 3—4 Meter hoch und der Stammdurchmesser betrug ungefähr 20—25 cm, zwischen den Blattachsen am Stamm hingen 20—25 Früchte. Unten waren die gelben, reifen und nach oben wurden sie immer kleiner, immer grüner und unreifer. Ihre Form gleicht der einer Melone, was nicht verwunderlich ist, denn sie kann eigentlich als Baummelone bezeichnet werden. Die reife Frucht hat im Innern eine Höhlung, die mit kleinen, glänzend schwarzen, feuchten Kügelchen ausgefüllt ist. Es sind dies die Samenkeime. Der eigentliche Wirkstoff ist vorwiegend nur in der unreifen Frucht zu finden, während er bei den reifen Früchten in der Schale steckt, die man jedoch nicht isst, sondern wegwirft. Das Fruchtfleisch ist gelb oder rötlich und hat einen eigenartigen Geschmack, an den man sich nur langsam gewöhnt, indem man ihn mit etwas Zitronensaft mildert. Da auch die Frucht verdauen hilft, wird es manchem von uns mit der Zeit zum Bedürfnis, nach den Mahlzeiten noch einen grossen Schnitz Papaya zu essen. Im Fruchtsalat aus Ananas, Bananen und Mangos verliert sich der etwas aufdringliche Papayageschmack ebenfalls. Wenn man Papaya und Ananas zusammenmixt, erhält man ein schmackhaftes, nektarartiges Getränk, das im tropischen Klima besonders gut mundet. Lei-

der steckt jedoch in der reifen Frucht nicht die grosse Heilwirkung, wiewohl der Prospekt einer deutschen Heilmittelfirma ihr Präparat, als nur aus vollreifen Früchten hergestellt, empfiehlt. Das mag auf einer irrtümlichen Ansicht beruhen, denn die stark heilwirkenden Stoffe, vor allem das sogenannte Papain, sind in der unreifen Frucht, im Samen und den Blättern enthalten. Das Rohpapain kann deshalb auch aus den unreifen Früchten gewonnen werden. Kritzt man in diese grünen Früchte hinein, dann fliesst eine weisse Milch aus der Wunde, ähnlich wie beim Gummibaum. Wenn man nun diese Milch eintrocknen lässt, dann entsteht eine gelbliche, gummiartige Masse, die als Rohpapain bezeichnet werden kann. Dieses Rohpapain ist ein ausgezeichnetes Heilmittel, das zwei ganz spezifische Wirkungen hat. Erstens einmal tötet, besser gesagt, verdaut es alle Darmparasiten, also alle jene Kaltblütler, die sich im Dick- und Dünndarm gerne ansiedeln möchten. Wer daher nach jeder Mahlzeit ein Stück von einem Papayablatt isst, wie ich dies jeweils vorbeugenderweise immer getan habe, oder aber einen Teelöffel voll der schwarzen Kerne kaut und schluckt, auch wenn sie nicht gut munden, wird von den Parasiten, also von der lästigen Wurmplage, befreit. Wer diese Vorsichtsmassnahme regelmässig durchführt, ist auch gegen Infektionen gefeit.

Hilfe für die Bauchspeicheldrüse

Noch weitere Vorzüge weist die Papaya auf, denn sie wirkt günstig auf die Bauchspeicheldrüse ein und hilft das Eiweiss verdauen. Wer daher nach reichlicher Eiweissnahrung Papaya geniesst, fühlt sich rasch erleichtert, da das schlappmachende Völlegefühl schon nach einigen Minuten verschwindet. Es ist daher nicht verwunderlich, dass auch das Papayasan, das aus den Blättern und dem Saft der unreifen Früchte hergestellt wird, als reines Naturprodukt gute Dienste leistet. Wenn die Bauchspeicheldrüse, also das Pankreas unter Störungen leidet, auch bei den sogenannten Pankreasfettstühlen, ja sogar bei der typischen Pankreatitis hat sich Papayasan ausgezeichnet bewährt, und zwar in Verbindung mit Kelpasan, besonders wegen dessen Jodkaligehaltes. Es ist auch nicht verwunderlich, dass der Zukkerkranke im Papayasan ebenfalls ein vorzügliches Hilfsmittel findet, weil es vor allem bei der Verarbeitung von Fett und Eiweiss einen grossen Dienst zu leisten vermag. Bei schlechter Verdauung, auch wenn der Abbau der Eiweissnahrung Mühe bereitet, sollte man nach jeder Mahlzeit 2 Papayasantabletten einnehmen, und man wird über dieses Naturmittel begeistert sein.

Wer in Südländern oder den Tropen reist, auch wenn es nur einige Ferientage sein mögen, sollte auf alle Fälle Papayasan bei sich haben, da 2 Tabletten nach jeder Mahlzeit vor vielen Gefahren bewahren. Es ist bestimmt besser, man schenkt seinem Körper und dadurch auch seiner Gesundheit eine kleine Aufmerksamkeit, als nachher mit einer unerwünschten Amöbenruhr oder einer hartnäckigen Wurmkrankheit kämpfen zu müssen.

Alterserscheinungen

Nehmen wir ein ärztliches Lehrbuch zur Hand, dann lesen wir unter der Rubrik Alterserscheinungen über allerlei krankhafte Zustände, die mit einer wachsenden Abnützung des Organismus verbunden sind. Eine zunehmende Verknöcherung der Knorpelscheiben und ein Nachlassen der Elastizität der Bänder macht den Körper steifer und beugt das ganze Skelettsystem. Die Beweglichkeit der Gelenke lässt nach und wird beschwerlich und oft schmerzhaft. Auch der Gang mag unsicher werden und es entsteht ein Gefühl, als fehle die Gelenkschmiere, was durch ein zeitweises Knarren der Gelenke bestärkt wird. Das Gedächtnis lässt nach und die zunehmende Verkalkung des Gefässsystems erhöht den Blutdruck. Gros-