

**Zeitschrift:** Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 1 (1929-1930)

**Heft:** 4

**Rubrik:** Fragen und Antworten

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### 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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### 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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.02.2026

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

## FRAGEN UND ANTWORTEN

---

**Wieso kann der Eskimo ohne Pflanzennahrung leben?** (An C. in Zofingen.) Die gleiche Frage hat mich vor einigen Jahren beschäftigt, und da fragte ich einen bekannten Naturforscher, der mir folgende Auskunft gab. Schon der Name Eskimo (eigentlich Eske-mwhan), der soviel wie «Rohfleischesser» bedeutet, zeigt, dass dieses Volk fast ausschliesslich aus rohem Fleisch lebt. Da das Fleisch arm ist an Mineralbestandteilen, ist es notwendig, dass der Eskimo unheimliche Quantitäten zu sich nimmt, um seinen (Nährsalz) Bedarf zu decken. Es ist nichts Ungewöhnliches, dass ein einziger Eskimo seine 15 Kg. rohes Fleisch pro Tag verschlingt. Für unsere Begriffe eine Unmöglichkeit!

Im Herbst nähren sie sich reichlich mit erjagten Vögeln und essen als Zukost verschiedene Kräuter, Wurzeln, Beeren.

Lange hat man gesucht, wieso der Eskimo während des Winters zu seinem allernotwendigsten Vitaminbedarf komme und da hat man bemerkt, dass der Eskimo immer wenn er ein Rentier schlachtet das Blut herauslässt und den gesamten Mageninhalt, sowie den noch nicht verdauten Darminhalt dazu schüttet (als Würze), und diese Nahrung liefert ihm wenigstens den allernotwendigsten Bedarf an Ergänzungsstoffen (Vitamine).

Ragnar Berg, der bekannte Chemiker und Physiologe, schreibt in seinem hervorragenden Werke «Die Vitamine» (Verlag von S. Hirzel, Leipzig) Seite 21 folgendes:

«Wenn als Beweis die Lebensweise halbwilder Völkerarten, wie z. B. der Eskimo, herangezogen wird, so stimmt diese Beweisführung nicht. Missionare, Ärzte und Forschungsreisende, die z. B. bei den Eskimos gelebt haben, bekunden übereinstimmend, dass bei fast reiner Fleischnahrung diese Menschen durchaus nicht so gesund sind, wie behauptet wird. Während des Sommers, wo noch einige vegetabilische Nahrung zu finden ist, leiden sie trotzdem überaus häufig an hämorrhagischen Erscheinungen (Blut durch die Schleimhäute, blutigen Stuhl, Blut im Urin) und sind gegenüber ansteckenden Krankheiten ausserordentlich hinfällig. Im Winter dagegen, wo die Leute hauptsächlich auf getrocknetes Fleisch angewiesen sind, tritt selbstverständlich der Skorbut als gefürchteter Gast auf, der häufig ganze Stämme fast vollkommen ausrottet.

Sehr interessant ist in dieser Hinsicht ein Bericht von Kuczynski (3116) über seine Untersuchungen bei der Bevölkerung der kirgisisch-dsungarischen Steppe. Die Völker leben dort fast ausschliesslich von Fleisch, Milch und Kumys (gegorener Stutenmilch). Als Folgen von dieser Lebensweise gibt der Verfasser an: Neigung zu Hautkrankheiten, skrofulöse Erkrankungen, frühzeitige Erblindung, bösartige Ohrenleiden und Taubheit, Tuberkulose, Arteriosklerose, Fettinfiltration der Intima, Gicht, Apoplexie, Schrumpfnieren, Magen- und Darmstörungen. Das Geschlechtsleben ist stark ausgeprägt: Neurastheniker und insbesondere Sexualneurastheniker gibt es viele, und Hysterie sowie echte Psychose sind nicht selten. Häufig ist eine ausgesprochene Fettleber. So sieht die berühmte Gesundheit der fleischessenden Völker aus!

---

## WARENBERICHT

---

**Die Kirschenzeit** ist nun wieder da und grosse und kleine Kinder freuen sich auf die saftigen weissen, roten, braunen und schwarzen Beeren. Der Tisch des Rohköstlers wird nun wieder etwas vielseitiger, da die unersetzlichen Äpfel nun am Schwinden sein werden. Wer auf dem Lande wohnt oder einen Garten hat, kann sich nun das Morgenessen wie die Vögel auf dem Kirschbaum holen, und es ist etwas