

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 12 (1955)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Auch in Afrika beginnt es zu hapern  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552942>

### **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:** 24.04.2026

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

schwüre, behandelt hat und zwar mit einem Gemisch von halb Sand, halb Zement, mit Wasser angerührt. Dieses Sand-Zement-Pflaster wurde für die Dauer einer Stunde auf die Wunde gelegt und nach dieser Zeit wieder erneuert und zwar 4—5mal. Noch mehr solch eigenartige Erfahrungen weiß der Arzt zu berichten. Ein 85jähriger Maurer gab seine Beobachtungen den Aerzten bekannt, damit sie die Nachwelt verwenden kann. Die Universitätsklinik hat diese Berichte aufgenommen und sie sind von den Aerzten beachtet worden.

Lebhaft erinnere ich mich noch aus meiner Jugendzeit an unseren alten Schuhmacher, der sein Schusterpech als das beste Mittel für die Behandlung kleiner Uebel pries. Hatte er einen Dorn oder ein kleines Stücklein Holz im Finger, kam er mit seinem Schusterpech, ja, er pflasterte es sogar auf Wunden, die behandelt werden mußten, und ich selbst habe früher diese Behandlungsweise bei Dornen in den Füßen mit gutem Erfolg durchgeführt. All diese Eindrücke aus der Jugendzeit sind mir noch in lebhafter Erinnerung.

Soll man solche Erfahrungen und Beobachtungen einfach nur vom Tische wegwischen, oder soll man ihnen eine gewisse Beachtung schenken? Das Volk kennt noch mehr davon. Sie sind oft äußerst eigenartig. Wohl soll man sie kritisch betrachten, aber gleichwohl ernstlich prüfen und in einer brauchbaren Form dem Volke übermitteln, denn sie zeigen große und unerschöpfliche Möglichkeiten der Naturheilmethoden an. Es mag dies eine schöne Aufgabe für alle biologisch eingestellten Aerzte, Forscher und Heilpraktiker sein.

### Auch in Afrika beginnt es zu hapern

Wenn ich über einen Punkt sprechen will, der auch in Afrika zu hapern beginnt, dann werde ich mich bestimmt nicht der Politik zuwenden, obwohl ja auch diese teils in ein ganz trübes Fahrwasser geraten ist und zwar bestimmt nicht ohne Schuld des weißen Mannes. Die gleiche Beobachtung, die ich in Amerika bei den Indianern des Nordens vornehmen konnte, läßt sich heute leider auch bei den Negern in Afrika feststellen. Während dort die Väter, Großväter und Urgroßväter noch im Besitz blendend weißer, unverdorbener Zähne sind, hapert es bei den Kindern bereits schon ganz bedenklich, denn sie weisen nicht mehr die schönen Zahnreihen ihrer Vorfahren auf, sondern haben teilweise wie wir über schlechte Zähne und Zahnkaries zu klagen. Diese Beobachtung, die ich seinerzeit selbst feststellen konnte, wurde mir nun kürzlich durch den Besuch von Freunden aus dem Basutoland erneut bestätigt. Sie berichteten mir ebenfalls, daß die Negerkinder der heutigen jungen Generation bereits schon verfärbte und schlechte Zähne haben. Auch bei ihnen ist demnach, wie bereits schon erwähnt, die unliebsame Zahnkaries nicht mehr unbekannt, wiewohl die Väter und Großväter davon noch nicht betroffen sind, sondern im Gegenteil noch schöne, unverdorbene Zahnreihen aufweisen, die höchstens durch gründliches Kauen etwas abgenutzt sind, wie wir dies ja jeweils auch bei wilden Tieren und alten Pferden feststellen können. Das Material der Zähne ist hingegen noch ganz gesund, weshalb die Alten immer noch im Vollbesitz ihrer starken Zähne sind. Warum beginnt es nun aber heute bei den Jungen so mächtig auf diesem Gebiet zu hapern? Die Auskünfte, die mir meine Freunde gaben, entsprechen dem, was auch ich beobachtete. Früher haben die Neger nämlich ihren gelben Vollmais gegessen und haben auch andere, vollwertige Naturstoffe eingenommen, vor allem auch ein Brot, das aus dem ganzen Getreide zubereitet war. Allerdings haben die Eingeborenen im Basutoland kein eigentlich gebackenes Brot. Es handelt sich dabei vielmehr um eine breiartige Masse, die im Grunde genommen nur etwas getrocknet, also nicht durchgebacken worden ist, wie beim eigentlichen Brot. In verschiedenen andern Gegenden habe ich ebenfalls bei Naturvölkern

Breier vorgefunden. Es ist dies keineswegs die schlechteste Methode, sich das Getreide zuzubereiten. So habe ich auch gesehen, wie man Maisbrei mit Muscheln stampfte, was eine Kalkanreicherung ergab, die sich gesundheitlich sehr günstig auswirken kann.

Heute hat nun also leider die gesunde Sitte, nur reine, unverfälschte Naturkost zu genießen, auch bei den Negern im Basutoland einen unliebsamen Wechsel erfahren. Sie mußte weichen und an ihrer Stelle steht das Weißbrot, stehen auch das bearbeitete Weißmehl, der weiße Mais, statt den gelben Vollmais, ja bereits haben sich sogar schon etwas Konserven eingeschmuggelt. Dadurch ergibt sich für diese Leute eine einseitige Lebensweise, die Avitaminosen hervorruft. So findet man bei den Eingeborenen Pellagra, was eine typische Mangelkrankheit ist. Die großen Bäuche der Negerkinder sind auf diese Mangelercheinungen zurückzuführen. Es ist schade, daß in einem richtigen Negerstaat, in dem 600 000 Neger und nur 170 000 Weiße leben, die Unsitten der Weißen zum großen Nachteil, ja sogar zum Verderben dieser schwarzen Bevölkerung Eingang gefunden hat. Seinerzeit hat der Weiße die Schwarzen als Sklaven weggeführt. Das war schlimm. Was er ihnen aber heute auf viel harmlosere Art und Weise bringt, ist im Grunde genommen noch weit schlimmer und viel gefährlicher. Damals hat er ihnen die Söhne, die Jünglinge, die Töchter, die starken Männer und kräftigen Frauen weggenommen, und jetzt raubt er ihnen die Gesundheit. Obwohl die Versklavung eines Volkes eine brutale Handlung bedeutet, ist doch die Untergrabung des Gesundheitszustandes bestimmt ein noch viel schlimmeres Uebel. Glücklicherweise haben diese üblen Zustände noch nicht überall um sich gegriffen, aber langsam dringt die Zivilisationsnahrung als verkappter Feind in alle Länder ein und zerstört wichtige Werte, die die Natur ihren Kindern zur Gesunderhaltung gegeben hat. Man sollte mehr Achtung haben vor der Gesetzmäßigkeit, die der Schöpfer in seine Werke legte. Er hat uns Nahrung gegeben, die für uns und die Tiere zweckdienlich und passend ist. Ein einziges Getreidekorn ist ein Kunstwerk des Schöpfers, enthält es doch fast alle Stoffe, die wir gebrauchen. Verwerten wir es ganz, dann erhalten wir uns das gesundheitliche Gleichgewicht. Es bietet uns bekannte und unbekannte Faktoren für den Aufbau unseres Körpers und die Erhaltung unserer Gesundheit. So verhält es sich mit vielen Pflanzen, die zu unserer Ernährung bestimmt sind. Genießt man die Früchte und Gemüse so, wie sie uns die Natur darreicht, dann hat man, was man braucht, um gesund zu sein und gesund zu bleiben. Dies will nun aber nicht sagen, daß wir uns die Nahrung nicht geschickt und schmackhaft zubereiten dürfen! Wir sollen sie nur nicht entwerten oder durch ungeeignete Zutaten schädigen. Vermeidet man dies, dann frevelt man auch nicht auf gedankenlose Art gegen die weisen Vorkehrungen, die die größte und höchste Intelligenz des Universums zu unserm Wohle vorgesehen hat. Vor allem sollte man davon absehen, jene zu veranlassen, sich mit entwerteter Nahrung zu versehen, die bereits schon einseitig leben und also nicht unsere Vielseitigkeit kennen, die jeweils immerhin wieder einen gewissen Ausgleich zu schaffen vermag, weil der Mangel des einen eben durch den Ueberschuß des andern gewissermaßen wieder etwas ausgeglichen wird. Je einseitiger sich ein Volk ernährt, umso gefährlicher ist der Uebergang auf die sogenannte Kulturnahrung. Kein Wunder also, wenn es daher auch im Lande Afrika zu hapern beginnt.

### FRAGEN UND ANTWORTEN

#### Rasche Heilung einer Colitis

Ende April dieses Jahres wandte sich Frl. W. aus B. infolge einer heftigen Colitis an uns. Nach Untersuchung des Urins erhielt sie folgenden Bericht: «Wir sehen in der Urinanalyse eine Störung der Leberfunktion mit einer Reizung der Magen-Darmschleimhäute,