Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 20 (1963)
Heft: 11

Artikel: Eindrücke aus Siams Leben
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553137

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: 08.08.2025

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

Eindrücke aus Siams Leben

Wenn ich einem Kaufmann etwas von Siam erzähle, dann denkt er dabei unwillkürlich an den Reis, den er aus Siam beziehen kann. Gerade so erinnert sich auch der Siamese an unsere Schweizeruhren, wenn er erfährt, dass wir Schweizer sind, und verständnisvoll zeigt er auf unsere Uhr. Siam ist tatsächlich ein Land, in dem der Reis in bester Güte heimisch ist. Neidlos bestätigte mir sogar ein Burmanese, dass in Siam der beste Reis gedeihe. Wer einmal bei klarem Wetter über das Land geflogen ist oder wer sich Zeit erübrigen konnte, um auf einer Landreise durch die Reisgegenden zu fahren, weiss, wie endlos ihm die Reisfelder dieses Landes erschienen sind. Er kann sich auch vorstellen, wieviel fleissige Hände, wieviele gebeugte Rücken und willige Füsse notwendig waren, um den Reis in den nassen Reisfeldern anzupflanzen und zu ernten. Hat er zudem Verständnis für den lebenswichtigen Wert reiner Naturnahrung, dann bedauert er nur, dass ein grosser Teil davon den Menschen nicht zugute kommen kann, weil der moderne Handel dafür gesorgt hat, dass allenthalben, nicht nur in Siam, das segensreiche Nahrungsmittel seiner wertvollsten, äusseren Schicht beraubt wird. Ungeachtet dessen, dass ungefähr 9½ mal soviel Mineralstoffe und Vitamine in der Reiskleie und im Keime enthalten sind als im ganzen übrigen weissen Reiskorn, schreckt die menschliche Verständnislosigkeit von heute doch nicht davor zurück, die sichtbaren Heilwerte dieser gehaltvollen Getreideart zu vermindern. Braunreis wird in Siam, wie auch in andern Reisländern, leider nur noch auf dem Lande gegessen und auch da nicht mehr überall.

Nebst dem Reis gedeiht in Siam auch noch Maniok ausgezeichnet, so dass er in grossen Mengen exportiert werden kann, aber leider vorwiegend nur als Viehfutter. Diese äusserst basenreiche Wurzel stellt eine gute Kohlehydratnahrung dar, weshalb es nicht verwunderlich ist, dass sie im Amazonasgebiet den dort lebenden Indianern als Hauptnahrung dient. Auch an Früchten, Gemüsen und Fischen ist Siam reich. Man muss nur einmal die schwimmenden Märkte in Bangkok besuchen, um von dieser Tatsache überzeugt zu werden. Die Farbenfülle, die die einzelnen Boote ziert, während sie sich durch die Kanäle hindurchschlängeln, um auf diesem ungewöhnlichen Marktwege den Reichtum der Natur feilzubieten, ist für den Photographen so verlockend, dass er mehr Filme verknipst, als er sich zuvor vorgenommen hatte.

Wer noch nie ein wirkliches Märchenland gesehen hat, in dem alles vergoldet ist durch Tausende von Ornamenten, Türmchen und glitzernden Toren, umrahmt von blauem Himmel, der kann diese Augenweide geniessen, wenn er all die vielen Tempel, Tempelchen und Paläste von Bangkok besichtigt. So, wie uns Venedig einzig in seiner Art anmutet, so auch Bangkoks Baukunst, deren Farbenfreude und Zierlichkeit uns nicht rasch wo anders begegnet. Es scheint, dass die künstlerische Phantasie und Ausdrucksweise nicht genug bekommen konnte. Mit verschwenderischer Fülle wiederholt sie sich immer wieder erneut in all den vielseitigen Figuren und Formen. Wer das erste Mal in den Kreis dieser fabelhaften Kunstergüsse tritt, glaubt, in eine ferne Märchenwelt versetzt zu sein, und er muss sich vorsehen, dass er in dem Zauber den Wirklichkeitssinn nicht einbüsst.

Allerdings muss er diesen nur allzurasch wieder gebrauchen, besonders wenn er womöglich selbst ein Auto steuert. Der Siamese stösst sich allerdings an den schlechten Strassen nicht gross, denn er sitzt auch dann noch seelenruhig in seinem Wagen, wenn auch die Schlaglöcher dessen Federn zu zerbrechen drohen. Die asiatische Seele empfindet eben ganz anders als der Bewohner des Westens, weshalb ein volles Verständnis in politischen, wirtschaftlichen, religiösen und

ethischen Fragen schwer zu erlangen und auf eine gemeinsame Eebene zu bringen ist. Das Schlagwort: «Andere Länder, andere Sitten,» bewahrheitet sich immer wieder. Ein Teil der Menschheit arbeitet, um dadurch leben zu können, ein anderer Teil lebt, um arbeiten zu können, und die ganz Schlauen leben, auch ohne zu arbeiten. Sie sterben womöglich in einer gewissen Notlage, aber auf alle Fälle weder an einem Herzinfarkt noch an der Managerkrankheit.

Die Haut

Nicht allen Menschen ist bewusst, dass die Haut ein ebenso lebenswichtiges Organ ist wie die Niere, der Magen und den Darm, ja sogar so wichtig und lebensnotwendig wie die Leber. Ohne die Funktion der Haut stirbt der Mensch in einigen Stunden, und zwar viel eher, als wenn man ihm den Magen und alle Därme herausnehmen würde. 1/3 der gesamten Blutmenge, die der Mensch besitzt, befindet sich in den feinen Gefässen der Haut, die beim Erwachsenen Menschen eine Fläche von ungefähr 2 m² oder 20 000 cm² ausmacht. Die Haut ist somit eines der grössten Organe des Körpers. 1 cm² Haut enthält etwa 3 Millionen Zellen und eine ganze Anzahl feiner Apparate, von deren Funktion die Gesundheit des Menschen wesentlich abhängt. Da wir Kälte weniger stark empfinden und somit weniger Schmerzen verspüren beim Erfrieren als bei Verbrennungen, haben wir in der Haut auf 1 cm² ungefähr 2—3 Kälteregistrierapparate und etwa 6mal soviel Wärmeregistrierapparate. Ungefähr 10—20 Haare werden je nach den Körperstellen auf 1 cm² Haut gefunden, zudem etwa 12—15 Talgdrüsen und 90—120 Schweissdrüsen je nach der grob- oder feinporigen Haut. Würde man die feinen Adern, die Kapillargefässe genannt werden, als ein Stück zusammenrechnen, dann ergäbe dies ungefähr 1 m Länge, und die noch feineren Nervchen würden sogar das Vierfache an Länge ausmachen.

Berühren wir mit einer Fingerspitze Stoff, um festzustellen, ob das Gewebe aus reiner Seide oder aus reiner Leinwand hergestellt ist, dann arbeiten 25 kleine Apparate, die uns die Warenprüfung ermöglichen. Klemmen wir die Fingerspitze zwischen einer Türe ein, dann würden wir davon gar nichts spüren, wenn nicht auf 1 cm² 200 Schmerzpunkte eine Meldung über das Gefühlsnervensystem in die Gehirnzentrale leiten würden. Verbrennen wir uns oder machen wir eine Baunscheidtableitung, wodurch sich grosse, mit Flüssigkeit gefüllte Blasen bilden, dann können wir feststellen, dass sich die obere Hautschicht von der unteren abtrennen kann. Die obere Schicht wird Epidermis genannt und besteht aus Zellen, während der untere, viel dickere Hautteil als Lederhaut bezeichnet wird und aus Bindegewebefasern besteht. Die Oberhaut weist über 20 Zellschichten auf, die keine Adern enthalten, weshalb wir auch nicht bluten, wenn sich diese abschält. Wir nehmen in der Oberhaut auch kein Gefühl wahr und können daher auch keinen Schmerz empfinden, wenn sie sich abschält. Wenn wir dagegen die darunter liegende, emtblösste Lederhaut berühren oder sie mit blossem Wasser zusammenbringen, reagieren wir sehr empfindlich. Täglich, besonders wenn wir körperlich stark arbeiten und mit Erde, Sand, Lauge und derartigem in Berührung kommen, dann streifen wir beim Händewaschen einige Zellschichten der Oberhaut ab. Am anderen Morgen haben wir jedoch wieder genau gleichviel Zellschichten, da sich die Epidermis von unten her immer wieder erneuert. Ist diese Funktion gestört, dann haben wir entweder eine Verhornung der Haut oder eine anormale Abschuppung, wie dies bei der Kopfhaut so gerne vorkommt. Menschen, die allzulang die gleiche Unterwäsche tragen, haben Millionen abgestorbener Zellen in den Poren der Stoffgewebe. Der schlechte Geruch, der schmutziger Wäsche anhaftet, kommt vor allem von den abge-