

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 21 (1964)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Eigenartige Immunitätsgesetze  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552984>

### 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:** 09.02.2026

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

schenotyps, indem sie dessen Sensibilität entsprechend berücksichtigten. Man kann wohl Kleider, Frisuren, Bemalungen von Körperteilen, auch Sitten, Gebräuche und Gesellschaftsformen in bestimmte Normen drängen, niemals aber Behandlungsmethoden und Medikamentierungen. Die

Natur besitzt in ihrer Vielseitigkeit ihre eigenen Gesetze, die wir gut studieren müssen. Je nach der Begabung und Tüchtigkeit des Therapeuten richtet sich auch der Erfolg einer ärztlichen oder naturheilerischen Praxis.

## Eigenartige Immunitätsgesetze

Das Leben mit seiner Wandelbarkeit stellt oft eigenartige Fragen an uns, oder ist es nicht sonderbar, dass die Infektionskrankheiten bei uns zurückgehen, während die Todesziffern der Zivilisations- und Stoffwechselkrankheiten erschreckend steigen? Beruht dies auf einer Errungenschaft, die wir uns durch vermehrte Widerstandskraft erworben haben, und was gibt uns den erwähnten anderen Gefahren preis? Das alles scheint eigenartig rätselhaft zu sein, wenn wir aber das gesammelte Erfahrungsgut gründlich beobachten, erhalten wir auch eine erklärlche Antwort.

Als ich im Amazonasgebiet weilte, wütete dort eine Masernepidemie, die Tausende von Urwaldindianern hinweggraffte. Bei uns stirbt praktisch weder ein Erwachsener noch ein Kind mehr an Masern. Warum nicht? Die Giftigkeit und Virulenz der Bakterien hat nicht abgenommen, aber die Natur ist immer geschickter als der Mensch. Sowohl der Arzt wie auch der Laie sollten die biologische Gesetzmässigkeit mit ihrer anpassenden Elastizität beachten und zugleich bewundern lernen. Nur einer wunderbaren, ausgleichenden Grosszügigkeit, die schöpferischer Barmherzigkeit entspringt, ist es zu verdanken, dass die Naturgesetze mit der Zeit jedem brutalen Angriff eine geschickte Gegenwehr entgegenzustellen wissen. Anfangs grasen die Bakterien förmlich, und wie wütend raffen sie unter einem Volke Tausende von Menschen weg. Aber schon in der nächsten Generation sind Immunitätsstoffe als Gegenwehr bereit, und nach einigen Generationen ist die Krankheit nur noch von nebenschälicher Bedeutung. So ging es mit der Tu-

berkulose, die noch vor 60 Jahren bei uns eine der bedeutendsten Todesursachen war. Auch die Diphtherie und viele andere Infektionskrankheiten haben bei uns inner ungefähr 50 Jahren ihre Schrecken verloren.

### Beachtenswerte Gesetzmässigkeit

Im Pflanzenreich können wir eine gleiche Gesetzmässigkeit betreffs der Anpassung und der Schaffung von Abwehr und Immunitätskräften feststellen. Das beweisen die Erfahrungen mit DDT, tötete dieses Mittel doch bei uns noch vor 8 Jahren bis auf 2 Arten alle anderen Insekten. Heute sind es schon ungefähr 40 Arten, die diesem Insektizid widerstehen. Als ich in Kalifornien weilte, konnte ich selbst beobachten, dass man, um Erfolg zu haben, die Insektizide immer stärker und giftiger einsetzen musste. Die betrübliche Folge war oft der Tod von Millionen von Vögeln und Bienen, während sich die Insekten rasch an die neue Giftdosis gewöhnten. Im Laufe des letzten Jahres teilte uns ein Freund aus Guatemala mit, dass eine industrielle Gesellschaft in der Nähe seiner Bienenbestände starke Insektizide eingesetzt habe, was unbeabsichtigt auch seine Bienenvölker erschreckend stark vermindern konnte. Solch ein Eingriff in den biologischen Werdegang der Natur bringt eben manche unliebsame Schädigungen mit sich, ohne dass der einzelne für die dadurch eingetretenen Verluste entschädigt würde.

Infolge der erwähnten Gesetzmässigkeit ist anzunehmen, dass in 50 Jahren die Indianer im Amazonasgebiet nicht mehr an Masern sterben werden, da die Widerstandsfähigkeit gegen diese Krankheit bis

dann auch bei ihnen genau so stark und günstig sein wird, wie sie es heute schon bei uns ist. Solange die Indianer den Nachteilen der Zivilisation noch fernbleiben können, wird auch die Zahl der Zivilisationskrankheiten unter ihnen gering sein. Die Sterblichkeit bei Gicht, Zuckerkrankheit, Fettsucht, Krebs und der gefürchteten multiple Sklerose wird bei ihnen unwesentlich sein, während sie bei uns immer grösser wird.

Einsichtige Ärzte und Biologen zeigen heute, wie man sich durch natürliche Lebensweise und durch die Einnahme naturbelassener Nahrung gegen die erwähnten Übel schützen kann. Wie Rufer in der Wüste warnen sie immer wieder erneut zur notwendigen, einsichtsvollen Umstellung. Einer dieser Forscher ist der bekannte Dr. med. Joseph Evers, zu dem heute Tausende von Kranken mit multiple Sklerose strömen, um sich das schwere

Los etwas erleichtern zu lassen. Einfacher wäre es allerdings auch diesem Falle, vorzubeugen, statt mühsam zu bessern, denn eine Heilung ist trotz grosser Mühewaltung und Anstrengung nicht immer gewährleistet. Dr. Evers Werk «Gestaltwandel des Krankheitsgeschehens», das im Karl Haug-Verlag in Ulm erschienen ist, wird nicht nur Ärzte sondern selbst Gesunde so sehr beeindrucken, dass sie seine Anordnungen in der Lebensweise und Ernährung unwillkürlich zu berücksichtigen beginnen. Jeder normal denkende Mensch wird an den klar und logisch begründeten Argumenten des erfahrenen Forschers nicht achtlos vorübergehen können. Dr. Evers Ausführungen zeigen in überzeugender Weise, dass wir der Natur mehr Verdienste an der Zunahme des Durchschnittsalters von uns Menschen zuschreiben können, als allen Errungenschaften der Schulmedizin.

### Gefahren bei grosser Hitze

Wenn in unserem grünen Land, das nicht arm an Kälte und Niederschlägen ist und eigentliche keine Dürre kennt, zur Sommerszeit der Seufzer laut wird: «Ach, diese Hitze!» dann erinnert mich dies immer wieder an einen Besuch bei einem gastfreundlichen Beduinen, der sein Zelt mittendrin in der Wüste aufgeschlagen hat. Vor Hitze vibrierte damals die Luft und unter dem schwarzen Ziegenhaargewebe des Zeltbehanges mochte es am Schatten 40 Grad gehabt haben. Dennoch bewirtete mich der bärtige Mann, durch dessen Gesicht sich bereits die Furchen des Alters zogen, mit heissem Tee. Erstaunt wollte ich wissen, was der Grund seines Vorgehens war, und erhielt die Antwort, dass es grundfalsch sei, bei grosser Hitze eiskühltes Wasser zu trinken, da dieses, wie auch süsse Getränke, den Durst nur mehrere, statt ihn zu stillen. Auch für die Gesundheit sei dieses Vorgehen schädigend. Damals zweifelte ich noch an der Tatsache dieser Aussage, erhielt sie aber mit der Zeit durch entsprechende Erfahrungen bestätigt. Bei grosser Hitze helfen

heisse Getränke oder saftige Früchte wirklich den Durst am besten stillen. Auch zieht man sich dadurch keine Erkältungen und Katarrhe zu, was eben möglich ist beim hastigen Genuss eisgekühlter Getränke. Es ist nicht nur bei starker Kälte, sondern auch bei grosser Hitze ein notwendiges Erfordernis, durch die Nase zu atmen, da wir in der Nase eine eingebaute Klimaanlage besitzen, die im Winter wärmt und im Sommer kühl. Wir sollten diesen Vorzug also unbedingt benützen und nicht achtlos vernachlässigen, was uns hilfreiche Dienste zu bieten vermag.

### Weitere Ratschläge

Da die Wüstenbewohner gewohnt sind, sich bei andauernder Hitze gesund zu erhalten, dürfen wir ruhig die Vorteile, die sie kennen, beachten und wenn möglich auch nachahmen. Weil dabei nicht nur das Trinken heisser Getränke eine Rolle spielt, sondern vor allem auch das Tragen einer richtigen Kleidung, ziehen wir auch in dieser Frage einen Vergleich zu unseren Ansichten. Wie erstaunt werden