

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 23 (1966)
Heft: 10

Artikel: Man trifft es nicht
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-969429>

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: 07.02.2026

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

Mich trifft es nicht

Es ist wie ein Spiel mit dem Leben, wenn jemand, den man vor dieser oder jener Gefahr warnt, mit überlegener Gewissheit behaupten kann: «Mich trifft es nicht!» Doch Tausende mögen so denken, und so dachte auch ein Schiffsoffizier. Trotz seiner Einstellung ereilte ihn jedoch das Unheil. Es half ihm gar nichts, dass er in jungen Jahren glaubte, einem Seemann könne gesundheitlich nichts Übles zustossen, lebe er doch stets in gesunder, jodhaltiger Meerluft, verbunden mit herrlicher, ultravioletter Sonnenbestrahlung. Sonnengebräunt und kraftvoll könne er daher höchstens ertrinken, niemals aber an Krebs sterben! Das war die feste Überzeugung dieses Offiziers, aber sie bewahrheitete sich nicht, weil er seine Veranlagung nicht berücksichtigte und die für ihn notwendige Gesundheitsregel ausser acht liess. Sein letztes Bekenntnis, das er einige Stunden bevor er sich zur Operation begeben musste, ablegte, beeindruckte mich sehr. Seiner Gewohnheit, jeden Tag 1 bis 2 Pakete Zigaretten zu rauchen, hatte er es zu verdanken, dass es mit seiner Gesundheit so weit kommen musste. Die meisten seiner Kollegen waren zwar der gleichen Gewohnheit verfallen, da sie jedoch keine Veranlagung zu Krebs hatten, blieben sie von dieser schlimmen Krankheit gleichwohl verschont. Anders aber verhielt es sich mit unserem Schiffsoffizier, wusste er doch, dass in seiner Familie Krebs keine unbekannte Krankheit war. Seine Zellen waren deshalb nicht unbelastet, weshalb er dieser Tatsache unbedingt Beachtung hätte schenken sollen. Er wollte jedoch nichts davon wissen. Selbst als sich der erste Schatten auf der Lunge zeigte, schlug er die Warnungen des Schiffsarztes in den Wind. Da der Arzt selbst auch rauchte, schlussfolgerte der Kranke, es könne nicht so schlimm um ihn bestellt sein, denn wenn es sich wirklich um ein solch schlimmes Laster handeln würde, müsste wohl der Arzt in erster Linie davon abstehen. Wer vom

andern etwas Schweres fordert, sollte eben mit dem guten Beispiel vorangehen. Auf diese Weise sieht sich der Schwache eher veranlasst und angespornt, den Kampf gegen eine üble Gewohnheit aufzunehmen. Aber auch der Schiffsarzt schien zu jenen zu gehören, die zuversichtlich denken, es werde sie nicht treffen. Vielleicht mag er auch erst Einsicht gewinnen, wenn es zu spät ist, oder gehört er wohl gar zu den Glücklichen, denen das Rauchen nicht zum Unheil wird, weil sie keine Krebsveranlagung aufweisen und über eine ganz gute Elastizität der Arterien verfügen? Unserem Schiffsoffizier nützte die verspätete Einsicht nichts mehr, denn die Operation konnte seinen Zustand nicht mehr bessern, da es sich bei ihm um einen typischen, ausgeprägten Raucherkrebs handelte, und zwar waren beide Lungen dermassen belegt, dass die Ärzte nach dem Öffnen gleich wieder zumachten. Für den Kranken mochte es in solchem Falle besser sein, dass er die Operation nicht überlebte. Da er ein anständiger Mensch war, bedauerte ich seine Sorglosigkeit, die ihm das Leben gekostet hatte, sehr. Solche Erfahrungen zeigen, wie angebracht es ist, immer wieder auf die schlimmen Folgen des Rauchens hinzuweisen. Bestimmt, es ist nicht leicht, sich das Rauchen abzugewöhnen, weshalb sich die Raucher gerne einreden, es werde sie nicht treffen. Es braucht in der Tat Entschlossenheit, Willenskraft und eine starke Selbstbeherrschung, um diese üble Gewohnheit völlig überwinden zu können.

Belehrbare

Tatsächlich gibt es aber noch solche, die sich ermannen, wenn sie die notwendige Einsicht erlangen. So erging es einem bekannten Wissenschaftler. Als seine Kollegen bei ihm einen Schatten auf der Lunge beobachteten, hörte er mit dem Rauchen auf, liess sich die eine der Lungenspitzen vom Chirurgen wegnehmen und wurde wieder völlig gesund. Eben-

sowenig wie sich ein Raucher einbilden sollte, es treffe ihn nicht, sollte er sich auch nicht entmutigen lassen, indem er sich einreden mag, für ihn sei es ohnedies zu spät. Von 1000 Rauchern, und zwar vor allem Zigarettenrauchern, erkranken ungefähr 250 entweder an Lungen-, Kehlkopf-, Zungen- oder Lippenkrebs. Sie können aber auch an Emphysem und Bronchialleiden ihr Leben verlieren. Sollte es ein Familienvater verantworten können, das Risiko einzugehen, einer von denen zu werden, die zu diesen 25 % gehören? Sollte er sich nicht vorher besinnen, dass er dadurch womöglich schon in den Fünfzigerjahren dem Würgeengel Krebs anheimfallen kann, so dass er Gefahr läuft, seine Familie, wenn sie ihn vielleicht am nötigsten hat, verlassen zu müssen? Wie unweise, sich den wohlverdienten Lebensabend auf eine solche Art zu verderben!

Nicht alle sind jedoch unbelehrbar. Ich kenne einen Zürcher Arzt, der als Chirurg bei einem starken Raucher eine Operation durchzuführen hatte. Der Zustand des Kranken mochte ähnlich gewesen sein, wie jener bei unserem Schiffsoffizier. Der Arzt war darob so betroffen, dass er von der Zeit an keine Zigarette mehr anrührte. Mich selbst bedrängt es jedesmal, wenn einer meiner Bekannten, der als anständiger Mensch gelebt hat, sein Leben auf diese Weise beenden muss, weshalb ich es als notwendig erachte, von Zeit zu Zeit besondere Beobachtungen und Erfahrungen zu veröf-

fentlichen. Wenn sich auch nur wenige erfolgreich beraten und vor Unheil bewahren lassen mögen, lohnt es sich doch für diese wenigen.

Rauchende Frauen

Ernstlich sollten auch die Frauen bedenken, dass sie ihren Kindern schaden, wenn sie ihr eigenes Blut durch das Rauchen mit Nikotin durchsetzen. Das Gefässsystem der Nachkommen kann dadurch äusserst geschädigt werden. Aber es gibt leider viele Frauen, die sich hierüber keine Rechenschaft ablegen, die im Gegenteil sogar während der Zeit des Stillens bedenkenlos rauchen, weil sie sich nur von ihrer Leidenschaft beherrschen lassen. Wie wollen sie da gesunde Kinder aufziehen, wenn sie selbst nicht gesund denken und handeln können? Das schwerwiegende Problem wäre sehr einfach zu lösen, indem man zu Weinbeeren oder Sultaninen statt zur Zigarette greifen würde. Man kann sich dadurch nämlich die üble Gewohnheit des Rauchens abgewöhnen. Noch besser wäre es allerdings, man würde damit überhaupt nie beginnen. Es gibt sovielen gesunde ansprechendere Gaumengenüsse, und auch eine regelmässige, wertvolle Ernährung des Geistes hilft die Rauchsucht überwinden. Das Leben ist wertvoll, und man sollte es nicht durch eigenes Verschulden aufs Spiel setzen. Der Glaube, es treffe gerade einen selbst nicht, ist ein unsicherer leerer Trost.

Der Einbildungsranke

Oft fügt man Kranken Unrecht zu, wenn man sie als einbildungsranke bezeichnet. Selbst Ärzte kommen gern zu diesem Schluss, sobald ihre Kunst versagt, wenn sie sich durch die Überempfindlichkeit eines Kranken vor Probleme gestellt sehen, die sie nicht ohne weiteres lösen können. Besonders Frauen können auf bestimmte Einflüsse, hauptsächlich auf klimatische, sehr eigenartig ansprechen, so dass sie dem Arzt förmliche Rätsel

aufgeben. In solchem Falle mag er dazu neigen, den Kranken abzuschreiben, indem er ihn auf die Liste der bloss nervlich und seelisch Belasteten setzt. Bestimmt gibt es Menschen, und zwar besonders solche, die wenig Pflichten haben, die sich jeden Tag über etwas anderes zu beklagen wissen. Aber es gibt auch Kranke, die wirklich ernst zu nehmen sind, selbst wenn die Überprüfung aller Organfunktionen keinen Befund ergeben haben.