**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
**Herausgeber:** A. Vogel
**Band:** 25 (1968)
**Heft:** 9

**Artikel:** Strahlenforschungen im Lichte der Neuzeit
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-553131

**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:** 09.08.2025

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

## Strahlenforschungen im Lichte der Neuzeit

In den Jahren zwischen 1925 und 1930 weilte ich oft in Arosa. Meistens besuchte ich dann jeweils auch Herrn Buser, der dort eine kleine Sternwarte bediente. Das verschaffte mir die Gelegenheit, die Wirksamkeit der Sonnenbestrahlung bei Tbc etwas näher kennenzulernen. Schon in Leysin konnte ich zuvor durch Professor Rollier manches betreffs Knochentuberkulose erfahren. Professor Rollier war meinen Ideen auf dem Gebiet der Ernährungstherapie sehr zugänglich. Als ich ihm 1935 mein Buch: «Die Nahrung als Heilfaktor», das seither schon längere Zeit vergriffen ist, zugehen liess, erhielt ich einen sehr anerkennenden Brief von ihm.

In Arosa nun lernte ich einiges über die Wirkung der Sonnenstrahlen bei Lungentuberkulose kennen. Herr Buser führte interessante Messungen, die Intensität der Sonnenstrahlen betreffend, durch. Er liess mich daher wissen, dass in unserem atmosphärischen Mantel verschiedene Schichten seien und dass eine von diesen als Ozonmantel bezeichnet würde. Je nach der Konzentration von Energie, beispielsweise bei einem Hoch oder Tief, ist dieser Ozonmantel näher oder weiter von der Erdoberfläche entfernt, was zur Folge hat, dass dementsprechend das Strahlenbündel des Sonnenlichtes stärker oder schwächer ist, besonders was die ultraviolette Strahlung anbelangt.

Herr Buser teilte die Ergebnisse seiner Forschungen einigen Ärzten der Sanatorien mit, und erfreulicherweise berücksichtigten sie etliche von ihnen. Bei weniger intensiver Strahlung können Tuberkulosekranke eine Sonnenbestrahlung ohne negative Reaktionen ertragen. Patienten, die jedoch starker Intensität der Sonnenstrahlen ausgesetzt werden, können Fieberreaktionen oder sogar Lungenblutungen erleiden. Diese Beobachtungen haben mir viel zu denken gegeben, machten sie mir damals doch manches klar. Leider haben die Lungenärzte die Ergebnisse nicht genügend ausgewertet, sonst hätte man schon zu jener Zeit manche akut aufflammende Reaktion bei Kranken vermeiden können.

### Zeitgemässe Aussprache

Kürzlich hatte ich Gelegenheit, mich mit einem erfahrenen Arzt, der auf die Ganzheitsmedizin eingestellt ist, zu unterhalten, und zwar über die Vireninfektionen, die heute jedem Arzt neue Probleme aufgeben. Heute ist der atmosphärische Mantel durch Flugzeuge, Raketen und Atombomben einem steten Aufreissen preisgegeben. Dadurch dringen Strahlen auf unsere Erde, die einen sehr schädlichen Einfluss auf alles Leben ausüben können. Früher konnten diese Strahlen durch einen unversehrten Atmosphärenmantel abfiltriert und somit abgehalten werden. Diese schädigenden Strahlen, die heute umständehalber durchdringen können, wirken nachteilig auf Mensch, Tier, Pflanzen und Mikroorganismen. Es scheint, dass dadurch die Viren viel boshafter und giftiger geworden sind. Viren, die früher als harmlos bezeichnet werden konnten, scheinen sich tatsächlich verändert zu haben, da sie sich heute als sehr schädlich auswirken und sich so der Gesundheit von Mensch und Tier als gefährlich erweisen. Es ist immer vorteilhaft, sich mit älteren, gewissenhaften Ärzten besprechen zu können, haben diese doch den Wechsel, den verschiedene neuzeitliche Umstände mit sich brachten, miterlebt, weshalb sie der Lösung auf den Grund gehen und die ungünstige Auswirkung nicht zu verbergen suchen.

Die technischen Errungenschaften dienen vorab militärischen Interessen, sind somit der Zerstörung von Leben zugedacht, weshalb jene, die sie von diesem Gesichtspunkt aus benützen, nicht daran denken, dass sie damit eine von Gott geschaffene Ordnung der Natur, wie beispielsweise den atmosphärischen Mantel, wesentlich schädigen können. Immer stärker wirkt sich die Belastung der verschiedenen neuzeitlichen Schädigungen auf unsere Gesundheit aus, und

bedenken wir zusätzlich noch die Verunreinigung von Wasser und Luft durch Chemikalien und Gifte, die in der Landwirtschaft Verwendung finden, dann müssen wir uns bestimmt ernstlich nach Gegenmassnahmen umsehen. Wir sollten in erster Linie streng darauf achten, dass wir uns möglichst gesund ernähren, indem wir uns biologisch gezogene Produkte beschaffen. Wir sollten auch darauf achten, gesund zu wohnen und auch eine ausgeglichene Lebensweise zwischen Anstrengung und Erholung befürworten, damit wir geschickt handeln, um unsere Widerstandskraft zu verstärken. Werden wir dennoch krank, weil wir unerwartet dem Angriff von Viren ausgesetzt wurden, dann sollten wir zu natürlichen, möglichst pflanzlichen Mitteln greifen, um unsere innewohnende Widerstands- und Heilkraft nicht zu schwächen.

Wie harmlos erscheint doch ein Flug durch die abendliche Stille. Kaum denkt jemand wohl daran, dass man dadurch womöglich in unerlaubtes Gebiet vordringt. Zu hübsch ist das rosige Abendwölklein, das uns begegnet, und wie froh sind wir, in kürzester Zeit am fernliegenden Reiseziel anzukommen. Ja, die technischen Errungenschaften bieten uns ihre Vor- und Nachteile dar, es kommt nur darauf an, ob sie sich gegenseitig die Waage halten oder ob es nicht doch besser wäre, auf sie zu verzichten, aber wer von uns könnte dem Lauf der Zeit schon Einhalt gebieten?

## Das Eiweissproblem

Die Leber empfindet es als Wohltat, wenn sie ganz fettarm gehalten wird. Der Körper kann ohnedies aus Kohlenhydraten selbst Fett erzeugen. Wir wissen, dass ausgesprochene Suppenesser und Biertrinker bei einer gewissen Veranlagung dick und fett werden können, ohne viel Fett einnehmen zu müssen. Anders verhält es sich beim Eiweiss, das ein Baustein der Zellen ist, weshalb es dringend benötigt wird und unbedingt eingenommen werden muss. Eiweiss ist aus Aminosäuren aufgebaut, und je nach der Zusammensetzung der Aminosäuren ist ein Eiweiss für unsere Ernährung mehr oder weniger wertvoll. Wissenschaftler behaupten, dass unser Körpereiweiss aus 18 Aminosäuren zusammengesetzt sei. Es ist eine Tatsache, dass das tierische Eiweiss unserem Körpereiweiss am ähnlichsten ist, so dass jener, der sich hauptsächlich von Fleisch ernährt, aber auch jener, der als Gemischtkostesser genügend Fleisch einnimmt, weniger oder überhaupt selten einen Eiweissmangel zu verzeichnen hat. Der Vegetarier aber, wenn er in Ernährungsfragen nicht richtig unterrichtet ist und sich auf frühere Art vegetarisch ernähren will, wird sich unter Umständen sehr leicht einen Eiweissmangel zuziehen. Naturvölker, die sich vorwiegend von Fleisch und Milch ernähren, sind daher auch viel stärker und kräftiger als jene, die mehr nur der Pflanzennahrung zusprechen. Von den Massai in Ostafrika weiss man, dass sie sich nicht nur von Fleisch und Milch, sondern zusätzlich noch von Blut ernähren, weshalb es auch begreiflich ist, dass sie viel kriegerischer und brutaler sind, als Völker, die sich reizloser ernähren.

Obschon wir bei Eiweissmangel abschwachen und abmagern, haben wir durch Eiweissüberfütterung, wie diese in den zivilisierten Völkern fast überall vorherrscht, wieder andere, grosse Nachteile in Kauf zu nehmen. Sobald das Eiweissoptimum von ungefähr 50 bis 60 g pro Tag längere Zeit überschritten wird, zeigen sich Nachteile, die sich in der Auslese der sogenannten Zivilisationskrankheiten finden. Es mag sich dabei um Arteriosklerose handeln, um Gefässleiden allgemeiner Art, verbunden mit Herzleiden, oder aber auch um Krankheiten, die gichtig-rheumatischer Natur sind, auch eine gewisse Form von Diabetes oder sogar Krebs kann in Frage kommen.

In vielen Gegenden isst man sogar dop-