

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 27 (1970)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Besuch bei den Negern in Windhoek  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969574>

### **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:** 29.12.2025

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



## Besuch bei den Negern in Windhoek

Der Flug von Kapstadt nach Windhoek, also von Südafrika nach Südwestafrika, ist bei klarem Wetter ein abwechslungsreiches Erlebnis. Zuerst fliegt man über gebirgiges Land, das noch fruchtbar ist, dann gelangt man zu den grossen, trockenen Diamantfeldern Südwestafrikas. Bei der Landung in Windhoek veranlasst uns die warme, trockene Luft, den Kittel auszuziehen und die Krawatte zu lockern. Bei meinem ersten Besuch in diesem Lande war soeben ein neues, modernes Flughafengebäude im Bau begriffen, doch diesmal stand es den Fahrgästen mit all seinen Erleichterungen zur Verfügung, weshalb auch das zeitraubende Warten auf die Ankunft der Koffer wesentlich verkürzt wurde. Nachdem ich meine Gepäckstücke in Empfang genommen hatte, gewährte ich auch schon das freundliche Gesicht von Herrn Dr. E., der geduldig auf meinen Begleiter und mich gewartet hatte, um uns in seinem Mercedes auf dem raschesten Wege zur Stadt zu bringen, denn auch in Windhoek liegt der Flugplatz, wie bekanntlich fast überall, an günstiger Lage in ländlicher Gegend, ausserhalb vom städtischen Betrieb. So hatten wir denn auch eine gute Weile durch die afrikanische Steppenlandschaft zu fahren. Zwischen den vielen Akazienarten hindurch gewahrten wir einige Strausse, denn diese fühlen sich bei genügend Futter in der trockenen, warmen Gegend sehr wohl, und wir selbst waren erfreut, sie während der Fahrt beobachten zu können. Dies entschädigte uns ein wenig dafür, dass wir sonst weiter nicht viel Wild zu sehen bekamen, obwohl auch für dieses genügend Futter vorhanden gewesen wäre.

Das Klima von Windhoek ist sonnig, trocken und gesund, denn es sind dort wenig Niederschläge zu verzeichnen. Weil Südwestafrika früher eine deutsche Kolonie war, hat sich die deutsche Sprache neben Englisch und Afrikaans noch immer erhalten, weshalb ich auch meinen Vortrag

in Deutsch halten konnte, was sonst an keinem anderen Orte in Afrika möglich war. Der im Erstklasshotel gemietete Saal war voll aufmerksamer Zuhörer, denn europäische Redner gehören nicht zur Alltäglichkeit. Was mich besonders erfreute, war die Anwesenheit von drei interessierten Ärzten, die nach dem Vortrag noch verschiedene Fragen mit mir durchzusprechen hatten. Sie dankten mir auch noch besonders für die Mühe, die ich mir genommen hatte, um in ihrer Stadt einen Vortrag von allgemeinem Interesse zu halten.

### Überraschende Neuerungen

Einer meiner Freunde, der in der Regierung eine leitende Stellung innehat, nahm mich anderntags mit sich, um mir etwas zu zeigen, was ich, wie er meinte, noch nirgends in der Welt gesehen haben mochte. Als wir in seinem Wagen einige Meilen ausserhalb der Stadt angelangt waren, sah ich denn auch wirklich eine moderne Kläranlage, wie ich eine solche bis jetzt wirklich noch nirgends zu Gesicht bekommen hatte. Zuerst suchten wir eine interessante Stelle auf, da sich dort ein Rohr mit einer Dicke von etwa 80 cm vorfand. Aus diesem ergoss sich Tag und Nacht eine schwarze, stinkende Brühe in entsprechende Wasserbehälter. Ein Neger war mit der Aufgabe betraut, mit Hilfe eines Rechens aus dieser widerlichen Brühe grössere Stücke fester Stoffe herauszuziehen, damit sich dann keine allfälligen Abfälle von Metallen, Glas oder anderen Gegenständen mehr vorfinden. Nachdem sich die Brühe in den erwähnten Behältern abgesetzt hat, liefert sie tonnenweise schwarze Humuserde, die als Kompost Verwendung findet. Da Windhoek nur sandige Erde besitzt, ist es wohl für Gärtner als auch für Farmer von grosser Bedeutung, durch diese modernen Kläranlagen eine enorme Humuserzeugung zu erlangen. Das vorgereinigte Wasser läuft nachher einige Meilen durch ein



Rohr weiter in eine tiefer gelegene Anlage, wo zuerst mit einer Kalkmilch verschiedene Säuren neutralisiert werden. Nach diesem Werdegang kommt die biologische Reinigung mit Grünalgen, da diese den Stickstoff und andere Unreinigkeiten als Nahrung verzehren. Wenn dieses Verfahren beendet ist, gelangt das Wasser durch eine Filteranlage, die mit Kohlengranulat gefüllt ist. Es wird dadurch kristallklar, worauf man es zur Hälfte mit gefiltertem Frischwasser, das aus einem Stausee kommt, vermischt. Da es nun in einem Zustand der Brauchbarkeit ist, leitet man das so gewonnene Wasser in die städtische Wasserversorgung zurück. Ein sonderbarer Werdegang, dem ich zuerst gefühlsmässig nicht beistimmte, denn als mir mein Freund dieses Wasser zum Trinken anbot, weigerte ich mich, es zu kosten, da ich die anfänglich schwarze, stinkende Brühe nicht ohne weiteres vergessen konnte. Mein Freund trank indes direkt aus der Filtrieranlage davon, worauf ich es auch versuchte, und ich musste zugeben, dass es wirklich so gut wie frisches Quellwasser schmeckte.

Durch diese eigenartige Verfahrensweise verhindert Windhoek, dass kein einziger Liter verunreinigtes Material in einen Bach oder Fluss fliessen kann. Gleichzeitig ist dadurch auch die Trinkwasserversorgung geregelt, was in der trockenen Gegend ebenfalls von grosser Bedeutung ist. Leider wird jedoch die Verwertungsmöglichkeit der grünen Algen übersehen, da diese nach Auskunft meines Freundes nicht weiter verwendet, sondern achtlos weggeworfen werden. Ich wies nun auf deren grossen Mineralsalzgehalt hin und erklärte ihm, auf welche Weise durch sie ein gutes Viehfutter mit 40% Eiweiss gewonnen werden könnte, indem man sie ganz einfach nur über einen Walzentrockner gleiten lässt. Es sollen nun, gefolgt auf meine Anregung, entsprechende Versuche vorgenommen werden, und es würde mich freuen, wenn durch die Befolgung meines Rates noch weiterer Nutzen durch die Anlage entstehen könnte.

### Moderne Kläranlagen statt Wasserverschmutzung

Wir sollten bestimmt auch für uns die Möglichkeit moderner Kläranlagen in Betracht ziehen, statt unsere Flüsse und Seen weiterhin verschmutzen zu lassen. Im Hinblick auf diese bedenklichen Umstände wäre es wohl angebracht, dem Beispiel dieser afrikanischen Stadt zu folgen. Dem Sterben der Fische würde Einhalt geboten, und wir könnten wieder bedenkenlos in Flüssen und Seen baden. Zudem würden wir eine Menge biologischer Düngstoffe gewinnen, während diese sonst für den Humusboden verloren gehen. Wir könnten ferner unsere Flüsse und Seen vor zukünftiger Verschmutzung bewahren, denn statt sie mit Abfallstoffen zu verschmutzen, könnten wir ihnen gereinigtes Wasser zuführen.

Bis heute bleiben in Deutschland alleine 60 Millionen Kubikmeter Müllabfall und Klärschlamm unbenutzt. Zudem verunreinigt man damit das Grundwasser, die Flüsse und Seen. Überlegt man sich diesen bedenklichen Zustand, dann mag man in der Verwertungsmöglichkeit der Abfallstoffe durch moderne Kläranlagen eher einen nutzbringenden Vorteil erkennen, denn der Landwirtschaft können durch die gewonnenen Mengen von Komposterde wertvolle Dienste geleistet werden, abgesehen davon, dass die Reinhaltung unserer Gewässer von grossem, gesundheitlichem Nutzen für uns ist.

Amerika hat jährlich mit 175 Millionen Tonnen Müllabfallstoffen zu rechnen, und zwar nehmen diese jedes Jahr um ungefähr 8 Millionen Tonnen zu. Statt Grundwasser, Flüsse und Seen damit zu verunreinigen, könnte man sie dem Boden zur Bereicherung zurückgeben. Ein modernes System von Klär- und Müllaufbereitungsanlagen würde dem amerikanischen Volk mehr nützen als einige Überschallflugzeuge der Airforce. Auch die gewaltigen Auslagen für die Mondflüge machen sich keineswegs bezahlt, ebenso wenig die Auslagen des Vietnamkrieges, der ein Verlust-



geschäft an Geld und Menschenleben bleiben wird. Würde man von Vernichtungsmassnahmen völlig absehen und statt dessen mit vernünftigen Einrichtungen nicht

sparen, könnte man bestimmt verschiedene schwerwiegende Probleme nutzbringend lösen.

## Das geheimnisvolle Jod

Mit dem Jod ergeht es uns gleich wie mit allen anderen Spurenelementen, denn noch immer haben wir nicht alle Wirkungsmöglichkeiten und Aufgaben, die diese im Körper auszuüben haben, völlig kennengelernt. Im Jahre 1811 entdeckte Courtois das Jod, und wir können ihm dankbar dafür sein. Bereits 5 Jahre später begannen Coindet und Straub den Kropf mit Jod zu behandeln. Damals befassten sich die Ärzte noch nicht mit den fernöstlichen Heilmethoden, denn sonst hätten sie schon ehemals die Ansichten der Chinesen kennengelernt. Diese behandelten nämlich schon vor 3000 Jahren den Kropf mit dem einfachen Mittel von Meerpflanzen und der Asche verbrannter Meerschwämme.

Wohl weiss man heute, dass Jod nicht nur auf die Schilddrüse einwirkt, sondern auch auf alle endokrinen Drüsen, aber gleichwohl ist Jod noch immer ein geheimnisvolles Element, das der Forschung stets erneut Überraschungen darbietet.

Mollenschott prägte einst den Satz: «Ohne Phosphor kein Gedanke». Auch vom Jod kann man dies sagen. Nicht umsonst behauptete Prof. de Quervain, dass unsere körperliche Entwicklung ohne Jod kurzerhand stillgelegt werde, was auch für unsere Denkmaschine der Fall sei. Die Erfahrung zeigte, dass mit genügend Jod im Körper weder ein Kropfleiden entsteht noch leicht eine Infektionskrankheit auftreten kann. Dem ist so, weil Jod ein Feind von Bakterien ist, indem es deren Entwicklung hemmt. Dies ist der Grund, warum die Homöopathie bei hartnäckigem Husten und katarrhalischen Erkrankungen der Atmungsorgane erfolgreich mit Kalium jodatum D4 zu arbeiten versteht.

### Jodmangel sowie gleichzeitiger Kalkmangel

Eine eigenartige Ausnahme bilden skandinavische Völker, wobei vor allem die Norweger zu nennen sind. Wiewohl sie genügend Jod aus der Nahrung und der Meeresluft ziehen können, mögen bei ihnen Kröpfe in Erscheinung treten, und zwar infolge von Kalkmangel. Aus dieser Feststellung geht hervor, dass Jod nicht das einzige Element ist, dessen Mangel zur Kropfbildung führen kann. Nach meiner Beobachtung und Erfahrung ist daher bei der Behandlung von Kröpfen, handle es sich dabei um eine Unter- oder Überfunktion, Jod erst dann richtig wirksam, wenn gleichzeitig der Kalkmangel im Körper behoben wird. Sowohl beim Myxödemkropf, also bei einer Unterfunktion, wie auch im gegenteiligen Fall beim Basedowkropf wird interessanterweise die Jodbehandlung in Verbindung mit einer Kalktherapie Erfolg zeitigen. Der Unterschied in der Behandlung liegt nur in der Dosierung. Verschiedene Forscher wiesen nach, dass der Mensch täglich ungefähr 0,08 Milligramm Jod benötige. Man konnte ferner feststellen, dass in Kropfgegenden der einzelne durch das Wasser, das Salz und die Nahrung nur etwa die Hälfte dieser Menge einnehme. Das verursacht, dass das geistige Niveau etwas tiefer steht, und dass die Häufigkeit der Kröpfe grösser ist. Die Ärzte konnten jedoch nicht feststellen, warum sich dieser Umstand nicht gleichmässig auf alle Bewohner der Gegend auswirkt. Da man in solchen Fällen leider meist die Mitwirkung der Nahrung nicht in Betracht zieht, fällt ein weiteres Beobachtungsmerkmal dahin. Würde man dieses nicht übersehen, hätte man sicher längst feststellen können, dass nicht nur