

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 30 (1973)
Heft: 3

Artikel: Wie verhält es sich mit dem Rauchen?
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-554425>

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: 13.01.2026

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

zum schwächeren Geschlecht gehört, womit jedoch nicht gesagt sein will, dass sie

sich nicht gleichwohl gewisser Vorteile zu erfreuen hat.

Wie verhält es sich mit dem Rauchen?

Weist man auf die Gefährlichkeit des Rauchens hin, dann bekommt man oft beschwichtigende Worte zu hören, wie, das Rauchen sei nicht so gefährlich. Diese Behauptung wird immer wieder durch entsprechende Artikel unterstützt, und es ist verständlich, dass besonders leidenschaftliche Raucher, sowie die Tabakindustrie daran interessiert sind. Während nun aber der Industrie auf diesem Gebiete Vorteile erwachsen, wenn solche Artikel die Gefahr des Rauchens als unbedeutend hinstellen, ist ihr doch der Raucher selbst in noch vermehrtem Masse preisgegeben, denn, statt masszuhalten, wird er seiner Leidenschaft noch mehr frönen. Es mag natürlich überzeugend wirken, wenn Bilder und Berichte von einem 80jährigen Urgrosspapa erscheinen, der mit schmunzelnder Gemütlichkeit seine Toscana- oder Brissago-Zigarre raucht. Wenn er dabei noch immer gesund und guter Dinge ist, wieso sollen sich dann junge Menschen mit Recht warnen lassen müssen? Ich kannte auch Chinesen, die alt geworden sind, obwohl sie jahre-, sogar jahrzehntelang Opium geraucht haben. Aber das darf uns Europäern kein Vorbild sein, wäre es doch sehr riskant für uns, wenn wir die gleiche Menge Opium rauchen wollten, wie diese zähen Chinesen es sich leisten konnten.

Empfindliche Naturen

Die wenigsten Menschen verfügen über eine solch gute Erbmasse und eine solche widerstandsfähige Beschaffenheit, dass sie trotz Aufnahme grosser Giftmengen keinen sichtbaren Schaden davontragen würden. Sollte man demnach solchen, die unter diesen Giften nicht zu leiden scheinen, also den Genuss verargen? Solange der Genussüchtige mit seiner Leidenschaft andere weder behelligt noch schädigt, ist das seine Privatangelegenheit. Man bedenke nun aber, dass dies beim Rauchen nicht

der Fall ist, denn die Verunreinigung der Luft mit dem abtossend hässlichen Geruch genügt schon, um gegen das Rauchen in Gegenwart anderer mit Recht vorstellig zu werden. Der Rauch schadet nämlich empfindlichen Nichtrauchern bereits wesentlich, nicht zu sprechen von Kleinkindern, die durch das Einatmen rauchgeschwängelter Luft derart vergiftet werden können, dass als Folge asthmaartige Störungen auftreten mögen. Ich selbst weiss von Kindern und sehr empfindlichen Personen, die dadurch unliebsame Zustände bekamen, als ob sie einem Emphysem erliegen würden, mussten sie doch während des Anfalles nach Luft schnappen, wie ein Fisch, der aufs trockene Land geworfen wurde. Dieses Pseudoemphysem verschwindet indes jeweils nach kurzer Zeit wieder, sobald sich der davon Befallene der Rauchatmosphäre entziehen kann. Wieder anderen Menschen mag es durch das Einatmen von Rauchluft jämmerlich schlecht werden, was sich besonders beim Reisen ungünstig auswirken kann. Gedankenlos und unverantwortlich ist es, wenn Mütter ihrem Säugling den Rauch ihrer eigenen Zigarette in die Nase blasen oder auch nur schon, wenn sie solche in Lokale mitnehmen, in denen geraucht wird. Aber warum soll eine Mutter das Kind vor solchen Umständen bewahren, wenn beide Eltern nicht einmal zu Hause Rücksicht walten lassen, sondern ihrer Leidenschaft am laufenden Band frönen? Nein, eine süchtige Welt von heute will nicht, auch nicht einen Augenblick, auf den gewohnten Genuss verzichten, mag er für andere auch noch so anstössig und schädigend sein!

Sollte nun das Rauchen für starke, unempfindliche Menschen wirklich weniger gefährlich sein, kann es sich doch bei jenen, die empfindlich sind, um so tragischer auswirken. Heute ist das Rauchen

für viele Menschen weit schlimmer als früher, denn unser Körper wird allgemein durch die Umweltverschmutzung bereits übermäßig belastet, befinden sich doch in der Luft viele krebserzeugende Stoffe wie Benzpyren, die man täglich einatmen muss.

Sprechende Beispiele

Aus vielen Fällen von Raucherkrebs möchte ich nur drei herausgreifen, die sich in meinem Bekanntenkreis abspielten. Ein robuster Mann aus dem Puschlav, der noch nicht sehr lange verheiratet war, betrachtete sich als widerstandsfähig genug, um ein starker Raucher sein zu dürfen. Als bei ihm ein zäher Raucherhusten einsetzte, der allen Behandlungen trotzte, merkte er noch nichts von der Gefahr, die ihn bedrohte, denn andere husten ja auch, und wenn man lange hustet, wird man alt. Diesen Spruch bekommt man scherzweise oft zu hören. Erst, wenn die Ärzte einen Kehlkopfkrebs feststellen, beginnt man unsicher zu werden und fängt an, die Sache eher ernstzunehmen. Auf der Diavolezza erkundigte sich die Frau des erwähnten Rauchers ganz nebenbei, was sich gegen den Husten ihres Mannes vornehmen liesse. Meinem Rat, das Rauchen einzustellen, war sie nicht sonderlich hold, denn sie selbst huldigte dieser Leidenschaft stark. Erst als die Arztdiagnose auf Krebs hinwies, fand sie Beachtung. Als meine Tochter später dieser Frau auf einer Wanderung begegnete, erkundigte sie sich nach dem Befinden ihres Mannes, erhielt aber die betrübliche Antwort, dass er bereits etliche Zeit unter dem Boden liege. So musste sie sich denn wieder alleine durchhelfen. Ob sie für sich aber aus dem betrüblichen Umstand die richtige Lehre ziehen wird, ist uns nicht bekannt.

Einem anderen starken Raucher führte ich die Gefahr, in der er sich befand, immer wieder vor Augen, denn ich wusste, dass in der Familie eine Krebsdisposition vorlag, weshalb ich ihn vor einem

solchen Unheil bewahren wollte. Obwohl nun also seine Erbanlage in der Hinsicht ungünstig war, mochte er gleichwohl meiner Warnung nicht Gehör schenken, denn er fühlte sich noch zu jung, um solcherlei Befürchtungen ernstzunehmen. So wollte er sich denn die ungetrübte Freude am Leben nicht durch Ängste verdrängen lassen und den Genuss am Rauchen einschränken. Als die ersten Schatten auf der Lunge im Röntgenbild sichtbar wurden, wäre es zur Umstellung höchste Zeit gewesen. Aber, obwohl sich der Kranke immer wieder vornahm, eine Änderung zu treffen, war er doch nicht stark genug, sie durchzuführen. Als Folge trauerte ein Jahr später seine Frau als verlassene Witwe um ihren Mann, weil er erst kurz vor seinem Tode begonnen hatte, dem Ernst der Lage die richtige Bedeutung beizumessen.

Der dritte Fall betrifft einen Arzt, dem ich leider oftmals vergebens die Gefahr des Rauchens vor Augen zu führen versucht hatte, denn ich hätte auch ihn gerne vor bitterer Enttäuschung bewahrt. Erst als ihm auf Grund eines Gefässleidens ein anderer Arzt den wirklichen Sachverhalt klarlegen konnte und in seinem Falle die bestehenden Gefahren des Rauchens besonders eindrücklich zu beleuchten vermochte, führte er den Entschluss, nicht mehr zu rauchen, in die Tat um. Leider wurde die Freude über diese Errungenschaft etwas getrübt, weil die nachträgliche Durchleuchtung einen Lungenkrebs anzeigte, und zwar mit der schlimmen Feststellung, dass sich bereits in einem anderen Körperteil eine Metastase gebildet hatte. Dies war eigentlich ohne die geringsten Schmerzen und ohne irgendwelche verdächtigen Symptome in der Lunge geschehen. Nun allerdings ist es höchste Zeit, gegen diesen typischen Raucherkrebs durch gut ausgewogene ärztliche Kunst vorzugehen, und zwar mit Hilfe natürlicher Stoffe, um die eigene Abwehr so zu stärken, dass eine Möglichkeit geschaffen wird, den Wettlauf mit der Krankheit zu gewinnen.

Weitere ähnliche Berichte könnte ich nur

allzu reichlich bekanntgeben. Aus diesem Grunde grenzt denn auch jeweils meine Besorgnis Freunden, Bekannten, ja sogar weltfremden Menschen gegenüber oft fast an eine gewisse Unhöflichkeit, wenn ich den Eindruck habe, ich müsse sie vor den Gefahren des Rauchens eindringlich warnen, damit ihnen die schlimmen Folgen erspart werden könnten. Wer jahrzehntelang im Heilberufe tätig ist und über viel Erfahrung verfügt, wer nebst dem eine angeborene Geschicklichkeit und ein intuitives Einfühlungsvermögen besitzt, muss sein Gewissen entlasten können, indem er eine deutliche Warnung bekanntgibt, um so die Gefährdeten frühzeitig zur Besinnung zu bringen.

Erst kürzlich meldete die Tagespresse ein weiteres Ansteigen des Alkohol-, Tabak- und Drogenkonsums. Da sich auch die allgemeine Belastung durch die Umwelt, den Stress und die Gifte in der Nahrung mehrt, gelangen heute selbst stärkere Na-

turen in Gefahr, mochten sie sich zuvor auch sicher gefühlt haben, indem sie bis ins Alter keine schlimmen Folgen zu verzeichnen hatten, wiewohl sie ihren Leidenschaften frönten. Diese robusten Naturen werden indes immer seltener, und es ist auch nicht zu übersehen, dass die Männer für den Raucherkrebs gefährdeter zu sein scheinen als die Frauen. Da jedoch die Frauen dem Rauchen noch nicht so lange zugetan sind, wiewohl sie heute diesem Genuss oft leidenschaftlicher frönen als die Männer, sind die Erfahrungen noch zu kurzfristig, um endgültig Schlussfolgerungen ziehen zu können. Als ich noch jung war, sah man ganz selten eine Frau rauchen, auch betrachtete man damals eine rauchende Frau als fragliches Element. Heute dagegen rauchen bei gesellschaftlichen Anlässen oft mehr Frauen als Männer. Wie sich dies besonders in bezug auf den Krebs auswirken wird, mag uns die Zukunft zeigen.

Immer mehr gesundheitsschädigende Gifte

Als das Bleibenzin aufkam, schrieb ich sowohl an den Bundesrat als auch an den Nationalrat, um auf die gesundheitlichen Bedenken hinzuweisen, die durch die Bleibemengung unfehlbar in Erscheinung traten. Da jedoch beim Bundesrat keine weiteren Reklamationen laut seinem persönlichen Bericht an mich eingingen, legte er diese Angelegenheit ganz einfach zur Seite, als bestünde für ihn kein Anlass und keine Möglichkeit, sie gründlich unter die Lupe zu nehmen. Erst nach Jahren wurde zwar die Gefahr der Bleivergiftung doch noch festgestellt, was zur Folge hatte, dass eine behördliche Verfügung den Bleigehalt im Benzin zu vermindern gebot. Die Einschränkung verhindert jedoch nicht, dass immer noch eine grosse Menge Blei in feinverteilten Partikelchen auf den Pflanzen haften bleibt, und auch Tiere, die uns später zur Nahrung dienen sollen, werden nicht verschont. Wir selbst atmen nur zuviel davon ein, wenn wir uns auf verkehrsreichen Strassen befinden. Vielleicht liegt sogar unser Besitztum an

einer Autostrasse und die biologisch gezogenen Pflanzen unseres Gartens müssen darunter leiden. Da neuerdings die Fahrgeschwindigkeit der Autos geregelt und entsprechend eingeschränkt wurden, hätte sich bestimmt die Gelegenheit geboten, nun auch das Bleibenzin zu verbieten. Die Stellungnahme gegen das bleifreie Benzin gilt dem Hauptargument, das besagt, es entwickle weniger Energie als das bleihaltige Benzin. Bei herabgesetztem Tempo kommt eine gesteigerte Energie auch nicht mehr gross in Frage, weshalb man mit bleifreiem Benzin glänzend auskommen könnte. Aber irgendwelche andere Rücksichtnahmen als jene für die Gesundheit scheinen da den Vorrang zu geniessen.

Behördliche Kontrolle

Kürzlich legte eine Radiosendung ein interessantes Thema dar, indem sie zeigte, wie das Volk durch die Kontrolle der Gesundheitsbehörden vor gifthaltigen Nahrungsmitteln bewahrt werden sollte. Man glaubt nun, der Angelegenheit gewissen-