

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 32 (1975)
Heft: 3

Artikel: Zweierlei Wirkungsmöglichkeiten des Sauerstoffs
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-970549>

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: 24.12.2025

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

los sitzen kann, sollte ihm eine solche Wanderung nicht schaden, es sei denn, sie würde den ganzen Tag dauern, so dass der kleine Erdenbürger seinen notwendigen Mittagsschlaf einbüßen müsste. Auch Säuglingen sollte man nicht zu früh zumutten, im Huckepack verfrachtet zu werden.

Das wollen nun aber gewisse fortschrittliche Mütter nicht einsehen, und sie beziehen sich auf die Naturvölker, deren Mütter förmlich mit dem Säugling auf dem Rücken verwachsen zu sein scheinen. Wohl ist das Kind den Eltern im Huckepack näher, als wenn es im Kinderwagen herumgestossen wird.

Unterschiedliche Beweggründe

Aber der Huckepack und andere Tragmöglichkeiten verschaffen dem Kind nicht die gleichen körperlichen Beziehungen zur Mutter, wie sie bei den Naturvölkern bestehen. Wenn diese ihr Kind direkt auf dem Rücken trägt, dann ist sie mit ihm so verbunden, dass sie jede Regung und jede Störung wahrnehmen kann. Auch stammt ihr Kind, wie bereits erwähnt, aus anderen, aus robusteren Verhältnissen und wird mehr Strapazen ertragen können. Zudem beobachtete ich bei nordischen Indianerstämmen, dass sie eigenartige Gestelle bauen, in die sie die Kinder sorgsam hineinpacken, um sie so gesichert auf dem Rücken tragen zu können. Auch in Asien packt man die Kinder so auf den Rücken der Mutter, dass sie sich wohl und geborgen fühlen. Bei all diesen Naturvölkern hat man nicht den Eindruck, sie möchten

das Säuglingsalter so rasch als möglich überbrücken können, um kein Opfer bringen zu müssen. Im Gegenteil, die Mutter will sich ihrer Pflichten wegen nicht vom Kinde trennen, und damit sie sicher ist, dass ihm nichts mangelt, trägt sie es eben an ihrer unmittelbaren Körperwärme in einem Wolltuch gesichert mit sich auf dem Rücken herum. Das entspricht der Sitte und althergebrachter Gewohnheit.

Bei uns war dies ja nun wirklich nie üblich, und der Huckepack will ja auch nicht das Trägen des Säuglings auf dem Rücken dieser Mütter nachahmen. Allzulange können diese ihre Jüngsten auch nicht mit sich herumtragen, denn sehr rasch folgt oft eine weitere Geburt und dann muss sich einer der Brüder oder Schwestern des nunmehr Zweitjüngsten annehmen. Falls er im Gehen noch nicht selbständig genug ist, trägt ihn bei Ausgängen der Familie eben eines von diesen mit sich auf dem Rücken herum.

Da der Huckepack bei uns für die wanderfreudige Familie eine wunderbare Hilfe darstellt, weil auf diese Weise auch das Kleinkind dabei sein kann, ist er bestimmt ein günstiger Ausweg und spielt eine berechtigte Rolle im Gesundheitsplan der Familieneinheit. Wenn nun aber naturverbundene Mütter, die in bergigen Gegenenden wohnen, auf ihren täglichen Stundenmarsch nicht verzichten wollen, müssen sie im Säuglingsalter ihres Kindes gut prüfen, ob es nicht besser wäre, doch noch etwas zuzuwarten, bis das Kind so kräftig ist, dass seiner Wirbelsäule kein Schaden mehr zugefügt werden kann.

Zweierlei Wirkungsmöglichkeiten des Sauerstoffes

So viel hört man immer von der Notwendigkeit, genügend Sauerstoff in sich aufzunehmen, um sich vor gesundheitlichem Schaden zu schützen. Nicht alle mögen daher wissen, dass der Sauerstoff auch gefährlich werden kann. Vor ungefähr 20 Jahren erlebte ich einen solchen Fall bei einer Patientin. Sie stand in den Vierzigerjahren, und ich behandelte ihr schweres Rheumaleiden mit Erfolg. Natürlich war

sie darüber sehr erfreut, denn sie war tüchtig in ihrem Beruf, stand sie doch einem Atelier von etwa 200 Personen vor, und ihre Leistungsfähigkeit war auf eine gute Gesundheit angewiesen. Bevor sie ihre Arbeit wieder aufnahm, wandte sie sich noch an ihren Hausarzt, den sie wegen ihrer Krankenkasse benötigte. Dieser Arzt, der sich über ihren Erfolg sehr freute, war Spezialist für Sauerstoffinjektionen. Er

fand es nun für gut, ihr noch eine Sauerstoffinjektion zu verabfolgen, damit sie bei ihrer Arbeitsaufnahme besser durchhalten könne und auch noch etwas Kraftreserven zur Verfügung habe. Da der Arzt in seiner Praxis damit gute Erfahrungen gemacht hatte, willigte sie ein und erhielt die Spritze. Aber sehr wahrscheinlich enthielt dieses eine etwas zu grosse Dosis, denn unerwartet sank sie ohnmächtig auf den Behandlungstisch nieder. Jedenfalls handelte es sich dabei um einen blockierten Herzenzustand, was der Arzt auch sofort erkannte und richtigerweise mit einer Strophantinspritze hätte lösen können. Er beabsichtigte dies auch, aber unglücklicherweise war ihm das Strophantin ausgegangen. Er beeilte sich, raschmöglichst in die nächstliegende Apotheke zu eilen, bis er jedoch zurück war, konnte er bei der Patientin nur noch den Tod feststellen.

Der tragische Ausgang dieser Angelegenheit wäre mir nie bekannt geworden, wenn ihr Bruder nicht Nachforschungen unternommen hätte. Er war Polizeikorporal und als solcher ruhte er nicht, bis er den Tatbestand erfahren hatte. Durch ihn wurde dann auch ich unterrichtet. Natürlich bedauerte ich diesen unglücklichen Verlauf sehr. Es bestärkte mich indes um so mehr in meiner Ueberzeugung, dass selbst das wertvollste Lebenselixier nur in der richtigen Menge und Form fähig ist, Segen zu spenden, während jede Ueberdosierung oder die Wahl einer falschen Form sich unheilvoll auswirken, ja sogar zum Tode führen kann. Das ist eine Regel, die ich mir für alle Gebiete des Lebens merkte.

Gleichwohl unentbehrlich

Trotz dieser unheilvollen Begebenheit ist der Sauerstoff dennoch das A und das O für alle Lebensvorgänge in unserem Körpersstaate. Es gäbe keinen Herzinfarkt, wenn all die überbelasteten Managertypen mehr Sauerstoff, statt nur noch Benzin, tanken würden, um ja keinen Schritt mehr gehen zu müssen. Krebszellen sind bekanntlich sauerstoffarme Zellen. Es wäre nun sehr einfach, wenn man bloss genug Sauerstoff

einspritzen könnte, um solche Zellen im Sauerstoff ersticken zu lassen. Aber so leicht und gefahrlos würde sich eine solche Methode nicht abwickeln, wie dies ja das eingangs erwähnte Beispiel zur Genüge zeigt.

Gefährliches Raucherblut

Starke Raucher haben in ihrem Blut oft soviel Kohlenoxyd, dass ein solches Blut 10–20% von seiner Möglichkeit, Sauerstoff zu befördern, eingebüßt hat. Eine Zeitschrift in den USA berichtet von Forschungsergebnissen nach Bluttransfusionen, die bei herzschwachen Menschen Todesfälle zur Folge hatten. Die Forscher stellten dabei fest, dass das verwendete Blut von starken Rauchern stammte. Der Kohlenoxydgehalt eines solchen Blutes war stark genug, um bei einem herzschwachen Patienten eine Reaktion zu erzeugen, die, ähnlich wie beim Herzinfarkt, das Lebenslicht auszulöschen vermochte. Das Forscherteam stellte diese Beobachtung wiederholt fest, weshalb es sich nicht bloss um einen Einzelfall handelte.

Wer durch eine günstige Erbanlage ganz ausgezeichnete Blutgefäße besitzt, kann trotz dem Nikotin mit seiner gefäßverunreinigenden Wirkung alt werden. Wer aber kein solch günstiges Erbe antreten konnte, sondern mit einem degenerierten Gefäßzustand rechnen muss, sollte lieber keinen Vergleich mit seinem begünstigten Kollegen eingehen, denn seine Verhältnisse verbieten es ihm, in der Hinsicht ein Risiko auf sich zu nehmen. Gleicherweise verhält es sich auch mit jenem, in dessen Familie bei beiden Eltern Krebs als Todesunsache zu verzeichnen war. Es ist als grobe Fahrlässigkeit zu verurteilen, wenn ein Familievater, dessen eigener Vater an Raucherkrebs gestorben ist, diesem Laster weiter frönt. Ich konnte dies bei einem meiner Bekannten beobachten. Immer wieder verwarnte ich ihn, aber er war zu willensschwach, um das Rauchen zu lassen. Im schönsten Mannesalter ging er, wie sein Vater, an Lungenkrebs zugrunde. Die Kinder hätten den Vater damals noch benötigt, und die Witwe trauert ihm heute

noch nach. Auch mir fiel es schwer, ihn auf diese Weise leiden und sterben zu sehen, ohne ihm helfen zu können.

Wie kann man sich schützen?

Es ist wohl auch ein Jammer, dass inmitten frischer Bergluft soviele junge Sportler das Rauchen nicht lassen können. Sie denken nicht im geringsten daran, wie sehr sie andere belästigen, wenn sie eine Zigarette nach der andern anzünden und die reine Luft damit verpesten. Wie unangenehm ist es doch für jene, die in den Bergen Erholung suchen, wenn die verunreinigte Luft, die aus einer fremden Lunge kommt, in ihre Nase geblasen wird, so dass sie solche unfreiwillig einatmen müssen. Es ist dies bestimmt eine unverfrorrene Rücksichtslosigkeit, und sie blüht auf völlig gedankenloser Grundlage. Jeden meiner Bekannten, ja sogar Unbekannte, deren Weg sich mit dem meinen kreuzt, warne ich und weise sie auf die unheilvolle Gefahr des Rauchens hin. Niemandem gestatte ich in meinem Haus zu rauchen, auch wenn meine folgerichtige Einstellung nicht verstanden werden sollte. In dem Fall muss jemand eben ganz einfach auf meine Gesellschaft verzichten, und wenn es mein eigener Bruder wäre. Ich sah zu viele Menschen, auch solche mit akademischer Bildung, an diesem Uebel zugrunde gehen, obwohl sie wegen ihrer ohnedies gefährdeten Veranlagung überhaupt nicht damit hätten beginnen sollen.

Umständshalber wird die Luft in den Städten immer schlechter und enthält bereits genug Gase, die der Sauerstoffzufuhr zu den Zellen hemmend im Wege stehen. Ich muss da nur an meinen letzten Aufenthalt in Tokio denken, wo es mir beim Besichtigen der interessanten Ginsastrasse mit all den schönen Geschäftslokalen plötzlich übel zu werden begann. Mein brummender Kopf meldete sich so energisch, dass ich schleunigst mit dem nächsten Taxi zum Hotel zurückfahren musste. Dort halfen mir eine heisse Dusche, zwei bis drei Petadolortabletten, eine Tasse Ginsengtee nebst einer Stunde Entspannung wieder in den Normalzustand zurückzugelangen.

Was nützt uns der beste Eisengehalt im Blut, wenn der notwendige Sauerstoff nicht mehr zur Verfügung steht?

Schwerwiegende Aussichten

Sauerstoffmangel wird die Welt nur allzubald in noch grössere Bestürzung versetzen als die Oelkrise. Das moderne, technische Zeitalter verbraucht in einem Jahr viele tausend Male mehr Sauerstoff als das alte römische Reich in zehn Jahren beanspruchte. Prof. Piccard warnte an einem Vortrag davor, das Meer noch weiter zu vergiften, weil sonst der Sauerstoff nur noch 20 bis 30 Jahre ausreiche. Das wäre also weniger lang als das Ausreichen von Oel- und Kohlevorräten bei zunehmendem Verbrauch, wie uns dies Prof. Haber mitteilte. Vergessen wir nicht, dass die Meerpflanzen 67% des Weltsauerstoffes erzeugen, also mehr als alle Pflanzen der ganzen Erde. Gifte aller Art fliessen jährlich ins Meer, und zwar Tausende von Tonnen. Sollte es da verwunderlich sein, dass die Meerpflanzen vergiftet werden, weil die biologische Regeneration nicht mehr nachkommen kann? Die Wissenschaft weiss dies genau; die breite Masse ahnt es; viele aber denken: «Lasst uns essen und trinken, denn morgen sind wir tot.»

Wie klein ist doch der Mensch, der sich gegen die wunderbaren göttlichen Gesetze der Natur verstösst! Oekologen, Wirtschaftsführer, Theologen und Politiker, wissen nicht, wie sie das Steuer des Weltenschiffes dem Untergang entreissen sollen. Wie einst jene verhängnisvollen Worte an der Wand, «gezählt, gezählt, gewogen und zu leicht erfunden», den babylonischen König Belsazar erschreckten, so erschreckt heute auch der göttliche Vorsatz: «Ich werde die verderben, die den Erdkreis verderben», die ganze Menschheit. Die Weisheit der Weisen hat nicht gehalten, was sie versprach. Die Reinigung der Erde muss von höherer Warte aus geschehen, damit sich die Ueberlebenden des Lebens in wahrem Sinne erfreuen können, mit genügend Sauerstoff und all dem, was eine gereinigte Atmosphäre an Gaben darreicht.