

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 33 (1976)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Ein Wort zur rechten Zeit  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970422>

### **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:** 04.02.2026

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



alle Türen, alle Schubladen zu öffnen, wenn es mit seiner Körpergrösse dazu gelangen kann. Wie wunderbar, wenn es aus einem Fläschchen einen Schluck versuchen kann; weniger wunderbar allerdings für die Mutter, die das traurige Nachsehen hat, weil sie sich bei der Nachbarin vergass und über Mode und verbilligte Einkäufe berichtete, statt ihr Kind zu behüten. Vielleicht hat sich dieses auch inzwischen eine gefährliche Flüssigkeit über die Händchen gegossen und die sorglose Mutter kann sich nur noch über das Unheil, das geschah, entsetzen.

### Hilfe im Notfall

Wie soll man sich in all diesen schwierigen Umständen behelfen? Bei Vergiftungen sollte man sofort dem Arzt anläuten, dem Kind aber steckt man den Finger in

den Hals, um es zum Erbrechen zu veranlassen. Bis der Arzt erscheint, gibt man Holzasche, Holzkohle oder Lehm in Wasser gelöst ein. Auch Eichenrinde in Milch gekocht neutralisiert gewisse Gifte gut. In der Schweiz kann man sich an das Tox-Zentrum wenden, und zwar über die Telefonnummer 01 32 66 66, da dieses 24 Stunden in Betrieb ist.

Mütter sollten sich immer vor Augen führen, dass Vorbeugen besser und leichter ist als Heilen. Alles, was für Kleinkinder gefährlich sein kann, sollte eine Mutter nur dort lagern, wo das Kind keine Möglichkeit hat, es zu erreichen. Gefährlich sind auch scharfe Messer, Scheren, Nadeln und Stecknadeln wie auch Zündhölzchen. Die kluge Mutter sieht sich vor, und sie bewahrt die Kinder, dass ihnen die erste Entdeckerfreude nicht zum verhängnisvollen Schaden gereichen kann.

## Ein Wort zur rechten Zeit

Meine Reisen in tropischen Ländern waren immer von dem heimlichen Wunsch begleitet, mehr von der dortigen Pflanzenwelt erfahren zu können. Mich interessierten vor allem die Heilwirkungen der Pflanzen. Wer aber sollte mir solchen Aufschluss erteilen, sind doch die Indianer Fremden gegenüber äusserst verschlossen. Ihr Misstrauen ist zwar nicht ungerechtfertigt, denn die Habgier der weissen Eindringlinge hatte sie schwer enttäuscht. Wohl kennen sie noch immer manche guten Heilmittel, die uns dienlich sein könnten, aber sie geben ihre Geheimnisse nicht preis. Wie sollte es also mir gelingen, ihre feindselige Einstellung zu brechen? Mein aufgeschlossenes Empfinden kennt keine Rassenprobleme, auch bilden keine gesellschaftlichen Unterschiede Schranken für mich, wenn die Gesinnung eines Menschen gerade ist. Ich bin so völlig von der Tatsache überzeugt, dass wir unter der Haut alle gleich sind. Warum sollte also die Farbe eine trennende Rolle spielen? Da wir zudem den gleichen Ursprung haben, weil wir alle vom ersten Menschenpaar ab-

stammen, was heute sogar die Wissenschaft zugibt, sind wir im Grunde genommen alle Brüder. Warum sollten wir uns also gegenseitig befehden, statt uns gegenseitig behilflich zu sein? Das waren bestimmt einleuchtende Hinweise, die mir helfen sollten, das Misstrauen zu überbrücken und die trennenden Schranken allmählich zu beheben.

### Eindrucksvolle Wirkung

Nie vergesse ich den Eindruck, den diese und ähnliche Worte auslösten, als sich ungefähr zwei Dutzend ernste Indianer im Halbkreis um mich herum versammelt hatten. Wie üblich sassen sie im Schneidersitz auf dem Bambusboden, der ungefähr einen Meter über der Erde von Rundholzstützen getragen wurde. Nach aussen hin hatte die Hütte keine Wände und war nur noch mit einem Dach bedeckt, das aus kunstvoll geflochtenen Palmblättern bestand. Noch nie hatte ich in so viele dunkle, erstaunte Augen geschaut wie hier. Ausser den Urwaldgeräuschen und meiner Stimme nebst der mei-



nes Dolmetschers war nichts zu hören. Fast unheimlich still war es in der Hütte. Ich versuchte den Ausdruck dieser Augen zu entziffern, aber es war nicht leicht. Unbeweglich, fast starr waren sie auf mich gerichtet. Fragend, zweifelnd, völlig gebannt, und dennoch hörten sie mir hingebungsvoll zu und hingen an meinen Lippen, obwohl sie erst durch den Dolmetscher verstehen konnten, was ich ihnen erklärte. Aber der Ton meiner Stimme schien ihnen etwas zu verraten, was sie nicht gewohnt waren.

Sie überlegten und überlegten. Sollte es dieser Vertreter der weissen Rasse wirklich ehrlich mit ihnen meinen? Seine Brüder sollten sie sein? War das trotz der Unterschiede möglich? Hatte er ein volles Verständnis für ihre Anliegen und Schwierigkeiten? Konnte er ihnen gar Auswege aus ihrer Not zeigen? Immer milder wurde das Starre in ihren Augen. Wenn aber einmal Urwaldbewohner Vertrauen fassen, dann sind sie wie grosse Kinder. Während der Zeit, da ich unter ihnen weilte, verloren sie ihre Zweifel. Meine Heilmittel leisteten ihnen gute Dienste, und sie ihrerseits waren nun bestrebt, auch mich mit ihren Mitteln bekanntzumachen. Sie brachten mir allerhand Rinden, Blätter, Palmfrüchte und vielerlei andere Pflanzen, war ich doch in ihren Augen ein «Brucho», also ein Naturarzt oder Mediziner, dem sie ohnedies hohe Achtung zollen.

### Ein Tropfen auf heissen Stein

Leider war es indes schwierig, aus ihren Angaben immer klug zu werden, denn auch der Dolmetscher kannte nicht alle Ausdrücke, da er nicht dem gleichen Stamme angehörte und ihm sprachlich daher

manches fremd war. Man müsste in solchen Gegenden Jahre verbringen können, um die lohnenden Werte herauszufinden, die in den Erfahrungen verborgen liegen mögen. Ein Spital, ein Labor, menschenfreundliche, mutige Pharmakologen und Aerzte, sowie das Geld für eine Mondsonde würden genügen, um eine Bresche zu schlagen, aber Anstrengungen würde es erfordern und Gefahren anderer Natur müsste man bekämpfen. Der Lärm der Zivilisation würde mit den Urwaldgeräuschen vertauscht werden und die Umweltverschmutzung fiel dahin. Aber eben, wer will auf ungewisse Abenteuer eingehen? Albert Schweitzer versuchte die Not im Urwald zu mildern. Es war ein Tropfen auf einen heissen Stein, aber der Beweggrund war Mitgefühl und dieses zählte. Heute ist es schwer, ein Team zu finden, das sich im gleichen Sinne den bestehenden Verhältnissen anzupassen vermag, denn zweckdienliche Einfachheit entspricht nicht dem Geist der modernen Welt. Grossartige Unternehmen aber können sich in Urwaldverhältnissen unmöglich lohnen, was die Nachfolge vom Schweizer-Spital beweist. Man sollte Not nicht auf eine Art zu lindern versuchen, die den Umständen nicht entspricht. Manch erfolgreiche Hilfe dagegen liegt im Kleinen wie auch in mitfühlender Güte verborgen. Das scheinen auch meine Urwaldbewohner erfasst zu haben, denn nach kurzer Zeit waren Sie mir so zugetan, dass ihnen beim Abschied Tränen in den Augen standen. Da musste ich mich unwillkürlich an den weit besseren Ausweg erinnern, den uns göttliche Verheissung in Aussicht stellt, nämlich von höherer Warte aus alles neu zu gestalten, so dass jede Träne für immer versiegen wird.

### Ein gehaltvolles Frühstück

Wenn ich bei gesundheitlichen Beratungen vor allen Dingen auch die Wichtigkeit der Ernährung beleuchten muss, fragt man mich dann und wann: «Was essen Sie denn eigentlich zum Frühstück?» Je nach

den Verhältnissen und Gewohnheiten, die in einem Land herrschen mögen, wird die Antwort auf diese Frage verschieden sein. Wenn ich sie jedoch beantworten muss, brauche ich mich indes keineswegs nach