

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 33 (1976)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Naturheilmethode der Bauernärzte in China  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970442>

### **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:** 02.10.2025

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

Interessant ist es auch, dass bei Pflanzen die Wachstumshormone angeregt werden können. Setzt man beispielsweise Digitalis neben gewisse Pflanzen, dann werden diese besser gedeihen und schneller wachsen. Auch unter der Bergflora besteht eine gewisse Vergesellschaftung, denn wo wir Johanniskraut vorfinden, wird in der Nähe auch die Goldrute, bekannt auch als Solidago, stehen. Nicht weit davon entfernt, werden wir bestimmt auch Schafgarbe antreffen, und wenn wir uns weiter umsehen, dann begegnen uns der Honigklee und noch verschiedene andere Bergkräuter. Man könnte nun allerdings auch erwidern, dass Pflanzen, die in diesen Gegenden heimisch sind, sich dort eben ganz einfach vorfinden. Aber es mag ebenso gut möglich sein, dass gerade an diesen einsamen Orten die Zusammengehörigkeit eine gewisse fördernde Rolle spielt.

#### **Im Gemüsebau**

Auch im biologischen Gartenbau können wir bei gewissen Gemüsepflanzen beobachten, dass sie sich gegenseitig behilflich sein können, wenn sie unmittelbar beisammen stehen. Die Erfahrung zeigte, dass der Lauch besser gedeiht, wenn er in Reihenpflanzung, zwischen denen eine Reihe Karotten ausgesät worden ist, steht, wodurch aber auch die Karotten ein besseres Wachstum geniessen. Der Lauch vertreibt die Karottenfliege, wahrscheinlich durch seinen Geruch oder auch durch ein anderes Fluidum, worunter wir das erwähnte Etwas verstehen mögen, weil wir es uns nicht besser erklären können. Die praktische Erfahrung weist uns auf solcherlei

Vorzüge hin, doch mögen auch die Ansichten der Biologen in Betracht fallen, denn sie richten unsere Aufmerksamkeit auf die Wurzelausscheidung hin, die anderen Pflanzen als Nahrungsstoff oder Aktivator dienlich sein kann. Pflanzen ermüden einen Boden, dadurch, dass man sie immer gleichmässig zusammen anbaut. Man nennt dies Monokultur. Je nachdem die Pflanzen gewisse spezifische Stoffe benötigen, entnehmen sie diese dem Boden immer wieder, so dass er mit der Zeit daran einen Mangel aufweisen wird. Aber diese gleichen Pflanzen können dem Boden ihrerseits auch wieder andere Stoffe abtreten, und diese mögen dann als Nährstoffe für andere Pflanzen dienen, wodurch diese alsdann besser gedeihen können. Aus diesem Grunde pflanzt man in weniger guten Boden mit Vorliebe Kartoffeln, weil die Erfahrung zeigte, dass diese als wertvolle Bodenverbesserer dienen können. Wer Gemüse anpflanzt sollte sich durch wachsame Beobachtung Erfahrungen ansammeln, denn solches Erfahrungsgut kann ihm immer wieder dienlich sein und auch anderen nützen. Auch durch Bücher kann man manches lernen, denn Pflanzer geben ihre Erfahrungen oft gerne auf diese Weise kund. Manches können wir indes auch selbst feststellen und den praktischen Beweis dafür bekanntgeben, denn die Theorie alleine ist nicht immer massgebend. Ob wir dies oder jenes als ein unbestimmtes Etwas bezeichnen müssen, weil wir es uns nicht anders erklären können, hindert uns dies keineswegs daran, das gesammelte Erfahrungsgut nutzbringend anzuwenden.

### **Naturheilmethode der Bauernärzte in China**

Mit Prof. Bantli, einem Schweizer, der an einer fernöstlichen Universität tätig ist, hatte ich seinerzeit Gelegenheit, einen chinesischen Arzt sowie eine chinesische Apotheke zu besuchen. Staunend konnte ich dabei feststellen, wieviele alte Heilmethoden und Heilmittel bei den Chinesen immer noch im Gebrauch sind. Ausser Rauwolfia, Ginsengwurzeln, Boldo, Curcuma

und einigen andern mir bekannten Pflanzen wurden noch über hundert wertvolle Heilmittel dargeboten, die in China seit Jahrhunderten im Gebrauch sind. Durch einen finnischen Arzt, der sich einige Zeit in chinesischen Universitäten aufgehalten hatte, erfuhr ich, dass er dabei die Akkupunktur als hochentwickelte Behandlungsmethode kennengelernt habe, doch nicht

nur diese, sondern auch andere, interessante, alte Heilmethoden wurden ihm zugänglich gemacht.

### **Chinas Ja zur Naturheilmethode**

Die Weltgesundheitsorganisation berichtet nun in ihrem Mitteilungsheft vom Dezember 1975 von einer Massenaktion, die in China eine Millionennarmee von Bauernärzten herangebildet habe. Sie alle sind bei dieser Gelegenheit mit den alten, chinesischen Heilmethoden vertraut gemacht worden. Von diesen Bauern, die als Naturärzte ausgebildet worden sind, wird verlangt, dass sie in ihrem engen Kreise wirken, um den Kranken Hilfe zu leisten, ihnen Pflanzenheilmittel billig zu beschaffen, was ihnen möglich ist, weil sie solche zum Teil selbst sammeln und zubereiten. Ihre wichtigste Aufgabe besteht indes nicht im Heilen, sondern im Vorbeugen und Aufklären. Diese Aufklärungsarbeit befasst sich mit gesunder Ernährung sowie mit zweckdienlicher Körperpflege. Sie sorgt im weitern auch für das Aufräumen mit gesundheitsschädigenden Traditionen und Gewohnheiten. Der Tätigkeit dieser Bauernärzte soll bereits ein grosser Erfolg zuzuschreiben sein, da dadurch viel Infektionskrankheiten ausgerottet werden konnten, unter anderem auch die früher stark verbreitete Syphilis. Dies war möglich, weil alle Kranken gemeldet und behandelt werden mussten. Zudem wurde die Prostitution abgeschafft. Sogar Pest, Typhus und Fleckfieber epidemien, die früher Tausende von Opfern gefordert hatten, sind völlig verschwunden. Den Fliegen, Moskitos und Ratten, die als Krankheitsüberträger eine grosse Rolle spielen, wird energisch zu Leibe gerückt. Die Reinhaltung des Trinkwassers überwacht man sorgfältig. Da früher durch Fäkalien die Wurmkrankheiten übertragen wurden, verhindert man dies heute, indem man diese Fäkalien gefahrlos verwertet.

Die Bauernärzte verlangen für ihre Beratung kein Honorar und ihre Mittel geben sie billig ab. Sie werden, wie auch die übrigen Aerzte, vom Staat bezahlt. Nebenbei arbeiten sie gleichzeitig noch in der

Landwirtschaft. Man erwartet in China, dass durch konsequente Massnahmen der Aerzte und vor allem der Bauernärzte Malaria, Lepra und die Bilharzia mit der Zeit zum Verschwinden gebracht werden können. Den Bauernärzten soll ferner auch die Schwangerschaftsbetreuung, die Geburtshilfe und Wochenbettspflege obliegen. Bereits soll die Säuglingssterblichkeit, die früher in China beträchtlich war, erheblich gesunken sein.

Bei all diesen Berichten könnte man denken, sie seien zu schön, um wahr zu sein. Aber es ist kaum möglich, dass sie ganz aus der Luft gegriffen sind und es ist tatsächlich beachtenswert, dass der Ansporn zu solch erfolgreicher Wirksamkeit nicht von auswärts stammt, sondern dem fortschrittlichen Bestreben führender Männer entspringt. Vor allem ist es auch erfreulich, dass in China die Naturheilmethoden wieder gepflegt werden. Die Behandlung mit Pflanzenmitteln, also die Phytotherapie, findet sowohl in den Universitäten, den Spitälern, bei der Aerzteschaft wie nun auch bei dem Millionenheer der Bauern- oder Naturärzte vollen Anklang zusammen mit den anderen natürlichen Heilmethoden, indem man diesen zum Wohle des Volkes wieder zu gebührendem Recht verhilft.

### **Gegenteilige Einstellung**

Bekanntlich und bedauerlicherweise ist bei uns eine gegenteilige Tendenz zu beobachten, denn die Chemotherapie geniesst viel zuviel beschützende Vorteile, während man die alten Naturheilmethoden vernachlässigt, wenn nicht sogar bekämpft. Zwar kehrt die Sympathie des Volkes immer mehr zu den Pflanzenheilmitteln zurück, denn vielseitige Erfahrungen betreffs Neben- und Nachwirkungen der chemischen Mittel lösen stetig mehr Bedenken, wenn nicht sogar Angst vor diesen aus. Aber gleichwohl herrscht dennoch die Neigung, dem Naturheilmittelverfahren durch verschärfte Massnahmen und erhöhte Bewilligungskosten der Mittel entgegenzuwirken. Vor dem Aufkommen der Chemie genoss die Pflanzenheilkunde noch volles

Vertrauen, und sie verdient es auch heute noch, vermag sie doch noch immer risikolos zu heilen, denn das ist ihr Zweck und ihre Bestimmung, da sie sich mit blosser Betäuben nicht zufriedengibt. So könnten denn auch wir aus den Bestrebungen Chi-

nas Nutzen ziehen, wenn wir wieder mehr auf die Heilung der Krankheiten eingestellt wären. Es braucht dabei allerdings längere Zeit, bis der Schmerz verschwindet, aber dann ist er auch behoben, um nicht mehr zu erscheinen.

## Vitamin A

Es gibt bekanntlich viele Vitaminarten, und von jedem einzelnen Vitamin können wir feststellen, wie wichtig es für uns sein mag, wie es sich auswirkt in unserem Körper und was geschieht, wenn es fehlt. Aber eigentlich verhält es sich so, dass wir alle lebenswichtigen Vitamine als eine Arbeitsgemeinschaft auffassen sollten, in der zwar jedes einzelne Vitamin seine ganz spezifische Aufgabe zu erfüllen hat, gesamthaft aber arbeiten alle zusammen in einem Teamwork, dessen einzelne Teile im gemeinsamen Wirkungsfeld harmonisch ineinandergreifen müssen.

### Eine günstige Entdeckung

Im ersten Weltkrieg gab es bekanntlich noch keine elektronisch gesteuerten Navigationsinstrumente, weshalb es vorkommen konnte, dass Flieger, die am Abend bei der Dämmerung landen mussten, verunglückten. Die Ursache hiervon mochte ihrer Nachtblindheit zuzuschreiben sein. Erst später fand man heraus, dass man diesen gefährlichen Zustand durch die Einnahme von viel Karotten beheben konnte, indem man viel Karotten ass, viel Karottensaft trank oder Saftkonzentrat zu sich nahm.

Wenn es früher vorkam, dass jemand bis ins hohe Alter hinauf ohne Brille lesen konnte und weder durch den grauen noch durch den grünen Star geplagt wurde, schrieb man diesen günstigen Zustand der regelmässigen Einnahme von viel Karotten und roten Rüben zu. Diese Beurteilung erfolgte instinktiv, da man damals ja noch nicht viel über die wichtigen Funktionen von Vitamin A und Provitamin A wusste. Etliche, die ich gekannt habe, behaupteten, dass sie beim Nachlassen der Sehkraft viel Karottensaft getrunken hät-

ten, wodurch sie nach einiger Zeit wieder ohne Brille hätten lesen können. – Man stellte ferner auch die günstige Wirkung von Karottensaft bei Lebererkrankungen fest, denn neben der Einnahme von bitteren Kräutern trug auch der Karottensaft zum guten Erfolg bei. Neuere Forschungen bestätigten denn auch die heilende Beeinflussung von Vitamin A auf die Leber. Ebenso kann denn auch die regelmässige Einnahme von Karottensaft die Anfälligkeit auf Infektionen vermindern. Dieser günstige Umstand ist vorwiegend dem Einfluss von Vitamin A zuzuschreiben. Eine vermehrte Vitamin-A-Zufuhr vermag auch die Hautfunktion und die Widerstandskraft zu verbessern.

### Von der Beschaffenheit des Vitamins A

Reines, fettlösliches Vitamin A ist auf Sauerstoff und ultraviolettes Licht sehr empfindlich, also äusserst oxydationsempfindlich. Das Provitamin A, das erst im Körper in Vitamin A umgearbeitet wird, ist weniger oxydationsempfindlich, was sich im Karottensaft, der in Deutschland als Möhrensaft bekannt ist, günstig auswirkt. Dies ist jedenfalls dem Umstand zuzuschreiben, dass das Vitamin mit den Begleit- und Ballaststoffen weniger verbindungsbereit ist. Es sind vor allem die Naturfarbstoffe, die Carotinoide, die im Körper selbst eine gewisse Vitamin-A-Wirksamkeit entfalten. Es wäre bestimmt vorteilhaft, wenn man Lebensmittel mit den natürlichen Farben der Carotinoide behandeln würde, statt mit chemischen Farben, die sich immer mehr als schädlich, ja sogar als cancerogen erweisen. Im Gegensatz hierzu sind die Farben der Carotinoide völlig harmlos und zudem bereichernd. Besonders Karotten und Rinden