Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 36 (1979)
Heft: 8

Artikel: In den Urwäldern des Amazonas [Schluss]
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552787

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: 15.12.2025

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

weise dosiert, dann kann dies seine schlimmen Folgen zeitigen. Statt die Haut langsam bräunen zu lassen, kann sie durch zu anhaltend starke Sonnenbestrahlung krebsrot werden und statt weiter wandern zu können, landen wir mit Fieber im Bett.

Gefahren in südlichen Ländern

Manche verhalten sich bei Wanderferien in südlichen Ländern zu unbesorgt, weil sie gewisse Gefahren nicht kennen und daher glauben, das Leben verhalte sich dort gleich harmlos wie bei uns. Sie essen unbekümmert Salate und Früchte und trinken Wasser, ohne zu fragen, ob dies nicht Gefahren in sich einschliesst, weshalb es besser wäre, davon Abstand zu nehmen. Sie scheuen sich nicht barfuss zu gehen oder zu baden, wo es ihnen gerade gefällt, ohne sich erst zu erkundigen, ob dies ratsam ist. Jeder, der in solchen Ländern wandern geht, sollte sich erst gründlich vergewissern, was seiner wartet, wenn er nicht genügend unterrichtet ist und daher entsprechend aufpassen kann. Dieses Wissen sollte er sich unbedingt aneignen. Wenn er meinen «Gesundheitsführer durch südliche Länder» ausgiebig befragt, weiss er Bescheid, denn er gibt über all dies die notwendige Auskunft. Sobald man die bestehenden Gefahren genügend kennt, kann man sich mit entsprechender Vorsicht wappnen und dadurch unliebsamen Krankheiten entgehen. Wer möchte schon mit einer Bilharzia oder mit Filarien im Blute nach Hause zurückkehren? Auch Amöben und andere Plagen möchte man lieber meiden, daher ist eine gute Orientierung kein Luxus, noch weniger deren sorgfältige Beachtung. Man kann dadurch seine Wanderferien selbst in tropischen Ländern zum Erfolg und schönen Erlebnis werden lassen.

In den Urwäldern des Amazonas (Schluss)

Einem besonderen Ernährungsproblem begegnete ich im Amazonasgebiet beim Stamme der Jivaros. Schon seit Jahrhunderten leben diese Indianer nämlich ohne Kochsalz, weil sie sich infolge ihrer geographischen Verhältnisse keines beschaffen können. Nach dem Osten zum Ozean hin sind es etwa 4000 Kilometer und im Westen erweisen sich 7000 Meter hohe Berge als ein Hindernis, das zu überwinden diesen anspruchslosen Menschen nicht zugemutet werden kann, nur um sich aus dem Pazifik Salz beschaffen zu können. Woher sollten also diese Indianer ihren lebensnotwendigen Salzgehalt erlangen, wenn nicht ganz einfach aus der Nahrung, die ihnen in ihrem Gebiet zufiel. Ihr Körper musste sich demnach daran gewöhnen, auf diese Weise das Salzproblem zu lösen. Die Nahrung besteht dort vorwiegend aus Wurzeln, die sehr mineralstoffreich sind, was zur Deckung des Salzbedarfs genügt. Wenn wir Weisse in den feuchtheissen Tropen kein Salz bekommen, erkranken wir, denn man verliert durch das tägliche Schwitzen in der stetigen Hitze sehr viel Salz. Da ich nun aber keine Salztabletten bei mir hatte, war ich darauf angewiesen, mich genau so zu ernähren wie diese Indianer, bei denen ich mich einige Zeit aufhielt. Schon nach wenigen Tagen schwitzte ich nicht mehr so stark, auch verminderte sich das Durstgefühl trotz der Hitze von 45 Grad im Schatten. Ich war froh, dass sich mein Körper so rasch umzustellen vermochte, so dass ich mich eigentlich in den Tropen noch nie so wohl gefühlt hatte wie damals, als ich das Salzproblem auf die gleiche Art wie diese Indianer lösen musste. – Ich erfuhr aus Afrika, dass die Eingeborenen dort dieselbe Salzfrage etwas anders lösen, denn sie verbrennen Kuhmist und stellen sich aus Asche ein Salz her, das noch mineralstoffreicher ist als unser Kochsalz. Im Amazonasgebiet, wo ich mich aufhielt, bemühte sich niemand um einen solchen Salzersatz, so dass der Körper dort einzig auf die Mineralien der Nahrung angewiesen war. Es ist inter-

essant, dass man solch wichtige Probleme so einfach zu lösen vermag und dass man sich dabei zudem noch wohler fühlen kann als mit den scheinbar unvermeidlichen Salztabletten.

Mancherlei Gefahren

Ja, in den Tropen gibt es vielerlei versteckte, unheimliche Gefahren. Das erfahren vor allem die Indianermütter immer wieder. Obwohl diese sehr fruchtbar sind und in der Regel 12 bis 15 Kinder haben, verlieren sie meistens zwei Drittel davon, und zwar durch Malaria, Schlangenbisse und durch Gifteinwirkungen von Spinnen, Skorpionen, giftigen Ameisen oder auch durch Giftpflanzen, deren es im Urwald viele gibt. Es ist gut, dass die Eingeborenen den Tod dort nicht so tragisch empfinden wie wir, sonst wären die vielseitigen Verlust allzu tragisch. Oft schreibt man auch das Auslöschen von Leben der Wirksamkeit böser Geister zu, was hauptsächlich in Afrika der Fall ist.

Piranhas

Zu den erwähnten, unheimlichen Lebensgefahren zählt vor allem auch der kleine Raubfisch Piranha. Er ist nicht grösser als eine kleinere Forelle, aber im Gegensatz zu dieser unglaublich gefährlich. Darum haben mich diese Fische um das Vergnügen gebracht, in grossen Urwaldflüssen baden zu gehen, denn sie räumen mit Menschen und Tieren so schnell auf, wenn sie Gelegenheit dazu erhalten, dass man auf dieses Risiko überhaupt nicht eingehen sollte, denn auch wenn man bloss einige Meter vom Ufer entfernt ist, kann man nicht rasch genug vor ihnen fliehen, da sie nicht allein, sondern in eigenartig grossen Scharen erscheinen. Weil jeder dieser Raubfische über ein ausserordentlich scharfes Gebiss verfügt, kann man sich vorstellen, wie rasch ein Opfer unter ihren Zähnen verschwindet. Grausam, ja grauenhaft erscheint einem Beobachter vom nahen Ufer aus ein solches Schauspiel, während die Raublust der kleinen Fische dadurch gesättigt wird. Nein, solch einer Tragik setzt sich niemand aus, der genügend unterrichtet ist. Ich meinerseits begnügte mich da jeweils lieber mit einer risikolosen Dusche, um mir den Schweiss vom Körper abzuspülen, denn die Indianer waren bereitwillig, mir das Wasser dazu in einem Tonkrug zu holen. Ich schüttete es mir dann genüsslich über den Kopf und fühlte mich dadurch richtig erfrischt, wenn es schon noch schöner gewesen wäre, im Wasser herumschwimmen zu können. Doch ist dies nicht ratsam, denn oft erwischen die Piranhas badende Indianerfrauen. Ich vermute, dass dies hauptsächlich während der Monatsregel der Fall sein mag, da die Piranhas wie die Haifische alsdann vom Blute angezogen werden mögen, denn ihre unnachgiebige Raublust gleicht ohnedies derjenigen der Haie.

Schlangengifte

Auch der Giftzahn der Schlange fordert im Urwald seine Opfer, und oft müssen Kinder dieserhalb ihr Leben lassen. Die Medizinmänner sind zwar im Besitz von Mitteln gegen Schlangengifte, die ziemlich gut wirken. Eine Ausnahme allerdings bildet eine kleine Giftschlange, die sich oft in die Bananenstöcke verliert und von dort aus leicht mit Menschen in Berührung kommt. Ihr Gift führt schon in einigen Sekunden zum Tode. Ich habe mir gemerkt, dass Schlangen nur beissen, wenn sie sich selbst in Lebensgefahr fühlen. Das ist so ziemlich die Regel, die ich mir zunutze machte, indem ich den Schlangen bewusst auswich, wenn immer es mir möglich war. Es gibt zwar eine ungiftige Schlange, aber ich scheute sie mehr als alle anderen gefährlichen Tiere, denen ich im Leben begegnet bin, denn die grosse Würgeschlange Anakonda kann einen ganzen Menschen verschlingen, wenn sie ausgewachsen ist. Auf meinen Reisen im Amazonasgebiet bin ich dreimal einer solchen Schlange begegnet, und wenn ich mich daran erinnere, beschleicht mich noch heute ein unangenehmes, beengendes Gefühl, das durch den wilden, hypnotischen Blick dieser Riesenschlange geweckt wird. Widerstandslos erliegen die

Opfer dieser Waffe. Trotz der Grösse von 10 bis 12 Meter Länge kann sich diese gefährliche Riesenschlange völlig lautlos durch das Geäst und Blätterwerk fortbewegen, als ob sie nur so vorbeihuschen würde. Im weg- und steglosen Urwald begleiteten mich immer zwei Indianer, mit ihren Macheten ausgerüstet, einer von ihnen vor und der andere hinter mir. Hätten mich die Indianer nicht auf die bestehenden Gefahren aufmerksam gemacht, dann wäre ich vielleicht achtlos in sie hineingestürzt. So aber konnte ich mich nach der Warnung richten, denn schon mancher büsste im Urwald durch Sorglosigkeit und Unkenntnis sein Leben ein. Diesem Risiko entging ich durch die notwendige Vorsicht, hatte ich doch nicht im Sinn, mein Leben so zwecklos abzuschliessen, sondern es vielmehr durch wertvolle Erfahrungen hilfreicher zu gestalten.

Zivilisationskrankheiten im Urwald

Gerade darum interessierte mich das Vorkommen unserer berüchtigten Zivilisationskrankheiten im Urwald. Doch, wie ich richtig vermutete, begegnete ich keiner Arthritis, keiner Zuckerkrankheit und auch keiner multiplen Sklerose. Arterienverkalkung und die damit zusammenhängenden Gefässleiden, die zum Herzinfarkt führen können, waren hier ebenfalls fremd. Auch der gefürchtete Krebs fand sich nicht vor. Dies auszukundschaften war für mich der Hauptgrund, warum ich Mühe und Strapazen aufgenommen hatte, um ein solch abgelegenes Reiseziel fern von der Zivilisation zu erreichen. Ich fand bestätigt, was ich vermutete. Zwar war manches, was mir begegnete, keineswegs leicht und angenehm, aber ich fand immer wieder einen Ausweg.

Dass diese Indianer auch nicht unter Verstopfung zu leiden hatten, war für mich völlig verständlich, denn sie kannten keine zellulosefreien Stärkeprodukte. Eine gewisse Menge unverdaulicher Stoffe in der Nahrung dient als natürliche Darmbürste und sorgt deshalb für eine gute Darmtätigkeit. Wo daher die Zellulose und allerlei Faserstoffe nicht fehlen, wird auch keine Verstopfung in Erscheinung treten. Bei uns sind jedoch die Umstände so, dass diese Erkrankung zur wahren Plage werden kann. Dies hat mich veranlasst, durch eine Vollwertweizenkleie Abhilfe zu schaffen, was bereits Tausenden wirksam zu helfen vermochte.

Was nun aber den Urwaldbewohnern zum Verhängnis werden kann, sind für sie unbekannte Infektionskrankheiten, die durch Weisse eingeschleppt worden sind. Als ich mich dort aufhielt, starben Hunderte der Eingeborenen an Masern, die für sie eine völlig ungewohnte Krankheit war, weshalb ihnen die notwendigen Abwehrstoffe dagegen fehlten. Die Erschliessung der Amazonas-Urwaldgebiete durch die Weissen wäre daher nicht nur eine wirtschaftliche, sondern auch eine gesundheitliche Gefahr, denn noch viele andere, bis anhin unbekannte Infektionskrankheiten könnten dadurch Eingang finden und womöglich sogar zur Existenzfrage dieser Indianer werden.

Die Pflanzenwelt im Amazonas

Gerne hätte ich etwas mehr über die Pflanzenkenntnisse der Medizinmänner erfahren. Aber wie überall sind diese zurückhaltend, was die Uebermittlung ihres Wissens an Fremde anbetrifft. Darum konnte auch ich manches nicht inne werden, was für mich wichtig gewesen wäre. So hätte ich gerne die Herstellungsart von Curare als vorzügliches Betäubungsmittel kennengelernt, aber ich konnte das Geheimnis nicht lüften. Nur einige Pflanzen, wie gewisse Strophantusarten, die dazu verwendet werden, lernte ich kennen. Es gibt auch Pflanzen, die die Fruchtbarkeit der Frauen fördern und umgekehrt solche, die Anwendung finden, wenn kein Kindersegen erwünscht ist. Aber das war alles, was ich darüber erfuhr, denn die verwerteten Pflanzen blieben mir fremd. – Ich musste es daher sehr wertschätzen, dass ich wenigstens Chanca pietra zur Reinigung der Nieren kennenlernte. So konnte ich sie fotografieren und sogar Samen

mitnehmen. Diesen säte ich später auf meiner Farm an. Zu Hause erprobte ich dann die Heilmöglichkeiten dieser Pflanze und konnte feststellen, dass sie sich sogar bei Nierensteinen bewährt. – Auch die Barbascowurzel, die im Amazonasgebiet reichlich vorkommt, blieb mir nicht fremd. Sie wirkte als Insektizid wie DDT. Als Pflanze kann sie aber, obwohl sie giftig ist, leicht wieder abgebaut werden zum Unterschied von DDT, das sich heute überall vorfindet, weil es im Fett von Mensch und Tier gestapelt wird. Wenn die Fischer gequetschte Barbascowurzeln ins Flusswasser werfen, dann kommen die Fische betäubt nach oben, und man kann sie leicht einfangen. Sie sind jedoch nur betäubt, nicht aber vergiftet worden, da sie das Gift nicht eingenommen haben, weshalb man die so gefangenen Fische ohne Bedenken geniessen kann. Fische sind ohnedies die meistgebrauchte Eiweissnahrung bei diesen Indianern.

Das Rauchen kennen die Jivaros nicht, ebensowenig den Alkohol mit Ausnahme des Chicagetränkes, das aus den Yuccawurzeln gewonnen wird. Die gekauten Wurzeln werden in einen Tontopf gespuckt, worauf man sie gären lässt. Daraus entsteht dann eine Art Bier, das eine trübe, gelbe Farbe aufweist und einem Malzbier ähnlich ist. Als mir erstmals ein Indianermädchen eine Fruchtschale voll davon anbot, brauchte es etwas Ueberwindung für mich, dieses Getränk überhaupt zu kosten, doch später gewöhnte ich mich daran, durfte mich aber nicht zu lebhaft an die Herstellungsmethode erinnern, war mir diese doch höchst unsympathisch.

Sitten und Gebräuche

Es ist ratsam, die fremden Sitten und Gebräuche eines Volkes zu beachten, um Missverständnisse vermeiden zu können. Hat man einmal das Vertrauen der Eingeborenen erlangt, dann geniesst man auch eine erfreuliche Gastfreundschaft, denn was vorhanden ist, steht auch dem Gast freigebig zur Verfügung. Dies mag nur dann ändern, wenn das Denken der Zivilisation eindringt, denn dann können störende Berechnungen Platz greifen, so dass die Freigebigkeit darob Einbusse erleidet. Aber wo dieser nachteilige Einfluss fehlt, da herrscht auch ein schönes Verhältnis zwischen Gast und Gastgeber. Wenn diese Indianer meist auch wortkarg und eher scheu und verängstigt sind, lassen sie sich doch gerne durch den Dolmetscher von uns erzählen. Sie selbst glauben an einen grossen, ordnenden Geist, weshalb es ihnen nicht schwer fällt, dem Schöpfer aller Dinge Verehrung und Interesse entgegenzubringen. Mangels richtigen Unterscheidungsvermögens huldigen sie aber gleichzeitig auch noch der Welt der Dämonen, mit der sie durch Furcht verbunden sind. Doch so lange selbst bei uns noch immer ungeklärte Probleme das einheitliche Denken verhindern, wird man vom Urwaldmenschen nicht mehr erwarten können.

Die Taigawurzel (Eleutherococcus) im Vergleich zu Ginseng

Schon längere Zeit kennen wir die Ginsengwurzeln, die im Lebenslauf der Chinesen und Koreaner von grosser Bedeutung sind. In gleichem Ansehen steht bei den Russen auch die Taigawurzel. Im Grunde genommen ist weder die eine noch die andere dieser Wurzeln im eigentlichen Sinne als Medizin zu bezeichnen. Wenn sie auch in ihrem Ursprungslande sehr geschätzt sind, kann ihnen doch bei keiner Krankheit eine spezifische Wirkung zugesprochen werden. Beachtenswert war für mich allerdings immer wieder die Einstellung meiner Freunde, die in Korea als Aerzte tätig sind, denn sie alle äusserten sich voll Hochachtung über diese interessante Wurzel. Was in England der Schwarztee gilt, das ersetzt der Ginseng-