

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 36 (1979)

**Heft:** 11

**Artikel:** Gesunde Lebensweise, ein Problem der Neuzeit

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553409>

### 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:** 25.02.2026

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

ihm andere massgebende Wissenschaftler schwer haben, sämtliche, krebserzeugende Nachteile feststellen zu können. Die Erbmasse bedingt die Veranlagung und Abwehrkraft des Körpers, die Lebensweise wird Nachteile verstärken, und zudem kann es Umstände geben, durch die sich Symptome verbergen können, so dass sie sich ohne sichtliche Störung des Allgemeinbefindens Jahre hindurch ruhig verhalten. Erst wenn ein solcher Patient infolge einer anderen Krankheit stirbt, mag bei einer nachfolgenden Sektion eine Krebsgeschwulst festgestellt werden. Einen solch versteckten Krebs bezeichnet Professor Hackethal als Haustierkrebs und empfiehlt diesen weder chirurgisch noch medizinisch zu plagen. Statt dessen spricht er einer Umstellung zu einer gesunden, vernünftigen Lebensweise mehr Erfolg zu als der üblichen Holzhammermethode, die mit Stahl und Strahl, mit Cystostatika, Hormonen und Chemotherapie arbeitet, durch welche der Leidensweg eher verschlimmert und die Lebenserwartung verkürzt wird. Ist ein Patient aber erst einmal in ein Krankenhaus eingeliefert worden, dann ist es dort schwer für ihn, zu irgendeiner riskanten Methode nein sagen zu können.

Heute sind ehrliche Fachleute zwar so weit, zuzugeben, dass es gar nicht einfach und leicht ist, mit hundertprozentiger Sicherheit eine verlässliche Krebsdiagnose stellen zu können. Auch aus dem Blut und Urin kann man Anhaltspunkte gewinnen, doch auch dies bürgt nicht für hundertprozentige Sicherheit, dass man sich vielleicht nicht etwa trotzdem täuscht. Sogar viele Chirurgen, die mir persönlich

bekannt sind, äussern heute Bedenken gegenüber der Gewebsentnahme zur histologischen Untersuchung. Sie ziehen es deshalb auch im Zweifelsfalle vor zu operieren. Das ist allerdings auch wieder gewagt, denn dadurch verlor schon manche Frau ihre erkrankte Brust, obwohl es sich dabei bloss um eine gewöhnliche Zyste oder sonst eine harmlose Geschwulst gehandelt haben mag. In solchem Falle ist die Lage für den Chirurgen äusserst peinlich, denn wenn er ehrlich zugibt, dass er sich geirrt hat, kann er, besonders in Amerika, unter Umständen einen Prozess gewärtigen. Wenn er der Patientin gegenüber jedoch nicht zu seinem Missgeschick freimütig Stellung bezieht, sondern ihr irgend etwas vortäuscht, das glaubwürdig ist, aber nicht stimmt, wird er durch diese Unaufrechtheit sein Gewissen belasten, wenn er nicht bereits zu sehr an solche Ausflüchte gewohnt ist, so dass er gelassen zu etwas Verkehrtem stehen kann, ohne dass sein Gewissen dadurch beunruhigt wird, was seine Verlässlichkeit allerdings in Frage stellt. Nicht nur in der Therapie, sondern auch in der Diagnose ist demnach der Krebs noch immer ein ungelöstes, heikles Problem, und zwar sowohl für den Arzt wie auch für den Patienten. Da in unserer Neuzeit viele krebserzeugende Einflüsse, die man früher nicht kannte, auf uns einstürmen, ist es wohl angebracht, alles zu meiden, was uns möglich ist, um die Gefahren nicht zu steigern. Eine naturgemäße Lebens- und Ernährungsweise wird uns dabei behilflich sein, und was der Diagnose dienlich sein wird, liegt auf dem Wege biologisch natürlicher Denkweise.

### Gesunde Lebensweise, ein Problem der Neuzeit

Viele Probleme haben uns die neuzeitlichen Verhältnisse zur Lösung auferlegt. Alle stehen sie mehr oder weniger in engem Verhältnis zur Frage, ob und wie man heute überhaupt noch gesund leben kann? Auf allen Gebieten scheint uns unbarmherzig ein Riegel gestossen zu sein. Mit wieviel Giften haben wir nur

sich durch die Rückstände von Pestiziden und Fungiziden zu rechnen! Je mehr sich die Umweltverschmutzung auszubreiten vermag, um so mehr verschlimmert sich unsere Lage. Doch nicht nur auf dem Gebiet der Ernährung sollten wir gesundheitsbewusster leben, denn auch unsere Wohnverhältnisse lassen zu wünschen

übrig, und immer bedenklicher sieht es auch mit der Forderung gesunder Bekleidung aus.

Wie wohl war es uns doch früher in Wäsche und Kleidern aus gesunden Rohstoffen. Bis zum Zweiten Weltkrieg waren noch keine Kunstfasern üblich, um Wolle, Baumwolle, Leinen und Seide allmählich zu verdrängen. Alles konnte man noch ohne Mühe völlig naturrein erhalten, und man musste nicht wie heute bangen, dass gesunde Rohstoffe schliesslich künstlichem Ersatz völlig weichen müssten. Aber nun ist es doch so weit gekommen, dass die Kunstfaser das Feld erobert hat. Man kann sich bald nicht einmal mehr mit einer Selbstanfertigung gesunder Bekleidung aus unbeeinträchtigten Naturfasern vertrösten, weil reine Wolle und Baumwolle zum Stricken bald nicht mehr erhältlich sein wird. Auch Stoffe sind nicht ohne weiteres mehr einwandfrei, obwohl man sie vielfach auch dann noch als völlig naturrein anzupreisen sucht. Meist gelingt die Täuschung, allerdings zum Schaden des empfindlichen Käufers, dem damit nicht gedient ist. Ebenso erlebt es ihm mit der Anpreisung schöner Woll-, Baumwoll- und Seidenkleidung, wenn diese mit Kunstfaserstoffen gefüttert ist. Bei allergischer Empfindlichkeit sind dadurch unangenehme Störungen, wenn nicht gar Schädigungen unvermeidbar. Es scheint da seitens der Geschäftswelt entschieden am Verständnis für gesundheitliche Forderungen zu fehlen.

### Vorteile, die zählen

Massgebende Fachleute sollten diese Probleme allerdings ernst behandeln und nicht vorteilshalber die Menge täuschen, da diese ohne weiteres eher gedankenlos dem Neuen zustimmt und sich dafür begeistern lässt, besonders wenn es gewisse scheinbare Vorteile zu bieten hat. Um gesundheitliche Schädigungen kümmern sich die wenigsten. Der Bevölkerung sagt es allgemein zu, weil sich Kunstfasergewebe besonders auf Reisen als praktisch erweisen. Die Kunstfaser saugt keine Feuchtigkeit in sich auf und trocknet da-

her schnell. Die einzige Mühe bereitet das Aufhängen der Wäschestücke, denn das Bügeln erübrigt sich, da Kunstfaserstoffe in der Regel bügelfrei sind. So sind die Wäschestücke nach kurzer Trockenzeit schon wieder ankleidebereit. Sollte man daher bei soviel Erleichterung und Zeitsparnis solche Gewebe nicht bevorzugen? Bestimmt zählt das bei den meisten, und nur der Gesundheitsbeflissene denkt weiter.

### Wenn sich Schattenseiten zeigen

Weitere Erwartungen waren allerdings mit diesen Vorteilen erschöpft, und mit der Zeit meldeten sich bei verschiedenen auch Schattenseiten. Wer ohnedies zu Rheuma neigte, konnte meist nicht verhindern, dass gewisse Krankheitssymptome in Erscheinung traten und immer mehr zunahmen. Selbst Frauen, die zuvor keine Gliederschmerzen gekannt hatten, begannen dadurch belästigt zu werden, da sich in den Beinen ziehende Schmerzen einstellten. Im Kreuz äussern sie sich hexenschussartig und in den Achseln machten sie sich wie nach schweren Erkältungen bemerkbar. Vom Arzt verabfolgte Schmerzstillmittel halfen nur vorübergehend. Kein Wunder, dass Aerzte über die Eigenart und Zähigkeit dieser Schmerzsymptome stutzig zu werden begannen. Einige kluge Köpfe kamen auf die Idee, die erwähnten Umstände könnten womöglich mit der Bekleidung aus Kunstfasern zusammenhängen. Mit Strümpfen begann man die ersten Testversuche. Dadurch liess sich die Kunstfaserwirkung nach kurzer Zeit leicht feststellen. Traten nämlich während des Tragens von Strümpfen aus Kunstfasern Schmerzen auf, dann konnte ein blosser Wechsel zu den früheren Naturstrümpfen durch das baldige Verschwinden der Schmerzen beweisen, wem die Schuld an der Störung zuzuschreiben war. Um sicher zu gehen, nahm man diese Wechsel einige Male vor. Wiederholte sich durch den jeweiligen Wechsel der Strümpfe das erneute Schmerzempfinden oder dessen allmähliche Abnahme, dann fühlte man sich

berechtigt, dem Test Vertrauen zu schenken. Es war bestimmt nur vernünftig, wenn schmerzempfindliche Frauen davon abstanden, Kunstfaserstrümpfe zu tragen, wenn sie doch in den früheren Strümpfen schmerzfrei verblieben.

Nun stellte sich aber noch ein anderes Problem ein, denn nicht alle Frauen reagierten durch das Tragen von Kunstfaserstrümpfen mit Schmerzen, mochten sich diese ihrer daher ruhig weiter bedienen, obwohl damit noch nicht sicher gestellt war, dass sie sich diese Unempfindlichkeit stets erhalten könnten. Wie war nun das verschiedenartige Problem überhaupt zu erklären? Bekanntlich sind alle Menschen dem sogenannten elektromagnetischen Spannungsfeld ausgesetzt. Ist es nun möglich, dass sie die fragliche Änderung bewirken können? Ge wisse Vertreter der Wissenschaft behaupten dies mit hochempfindlichen Apparaten feststellen zu können. Aber gesundheitsbewusste Menschen halten noch immer an praktischen Experimenten fest, haben diese doch seit Jahrtausenden bewiesen, wie zuträglich reine Naturfasern für unsere Gesundheit sind. Auch jener, der Jahre hindurch unempfindlich zu sein scheint, kann mit abnehmender Lebenskraft schliesslich doch noch Unstimmigkeiten in Kauf nehmen müssen. Dann mag sich durch die Rückkehr zu Naturfaser geweben das Blatt allerdings wieder zum Guten wenden. Auch das bekräftigt dann den Beweis, dass die Kunstfaserstoffe mit Recht für die Störungen beschuldigt werden können.

### Grossartige Vorkehrung

Befolgen wir daher ruhig den Rat von Professor Kollath, der eindringlich lautet: «Lasst die Natur so natürlich als möglich sein!» Das befolgen die Beduinen durch das Tragen ihrer weiten Wollkleidung. Diese lässt sie die sengende Hitze des Tages wie auch die Kälte der Wüsten nächte erfolgreich überstehen. Darum las-

sen sie sich von den veränderten Zeiten nicht beeinflussen, wenden sich also nicht den modernen Kunstfaserstoffen zu. Erhielten ihre Schafe denn ein anderes Kleid zum Schutz für die Anforderungen der Wüste? Hätte dieses nicht genügt, dann hätte ihr fürsorglicher Schöpfer bestimmt etwas Zweckdienlicheres für sie beschafft, zumal sie selbst dazu ja nicht in der Lage wären. Ist es übrigens nicht grossartig, dass auch die Hirten aus dieser wunderbaren Vorkehrung für sich und ihre Familien Nutzen ziehen können, verschafft doch die Wollbekleidung der Schafe auch noch genügend Wolle für uns Menschen! Dabei ist zu bedenken, dass diese Wolle keinerlei Risiko in sich trägt. Kunstprodukte des menschlichen Geistes können niemals erreichen, was durch die Weisheit schöpferischer Ueberlegenheit mit grösster Sorgfalt zum Schutz und zur Erhaltung unserer Gesundheit zu stande gekommen ist. Aber leider ist der moderne Mensch weit abgerückt von vernünftiger Einsicht, obwohl ihn diese vor Schaden bewahren würde.

### Rückkehr zur Vernunft

Die forschende Wissenschaft weist uns bekümmert auf die Abnahme wichtiger Rohstoffe hin. Auch jene zur Bereitung von Kunstfaserstoffen können zu Ende gehen, während die Naturfasern erhältlich sind, solange unser Oekologiesystem besteht. Ich selbst werde demnächst die Anstrengungen bekannter Textilfirmen der Schweiz tatkräftig unterstützen, damit wieder genügend Naturtextilien zu erlangen sind, worüber wir noch näheren Bericht erteilen, sobald das Programm so weit gediehen ist. Durch die Beschaffung reiner Naturtextilien in Wolle, Baumwolle und Seide wird wenigstens auf diesem Gebiet wesentlich dazu beigetragen, dass für alle, die solche Bemühungen zu schätzen wissen, eine gesündere Lebensweise in die Wege geleitet werden kann.