

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 46 (1989)  
**Heft:** 5: \

**Artikel:** Umweltverschmutzung  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969722>

### **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:** 22.02.2026

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

sein wollen, müssen wir zugeben, dass wir im Grunde genommen nicht heilen können, sondern wir können höchstens dem Körper die Voraussetzungen schaffen, damit er mit der eigenen, in ihm liegenden Regenerationskraft eine Krankheit überwinden kann. Wir haben oft beobachtet, dass der Körper sogar bei Krebs, auch bei sogenannten hoffnungslosen Fällen, eine Anregung der körpereigenen Abwehrkräfte ausgelöst hat, die direkt an ein Wunder grenzte. Es ist allerdings bei einer strengen Kur notwendig, vor allem bei Fastenkuren, dass das Herz in Ordnung ist und der Patient mitarbeitet, indem man ihm das Verständnis für die ganzen Heiltendenzen erklärt. Er muss begreifen, dass auch seine seelische Verfassung berücksichtigt werden muss. Dass das eigene Ich, die Psyche, das Gemüt, wenn es sich dem Positiven zuwen-

det, die Hälfte des Erfolges oder noch mehr ausmachen.

### **Die Freude am Erfolg**

Neben dieser positiven, geistigen Einstellung müssen alle Möglichkeiten ausgeschöpft werden, gehe es nun um die Ernährung, pflanzliche Heilmittel, physikalische Anwendungen, Akupunktur und so weiter. Alles zusammen kann in unserem Körper Kräfte aktivieren, die uns in Erstaunen setzen, insofern der Therapeut als auch der Patient positiv und in vollem Ausmass mitwirken.

Wir könnten die meisten Krankheiten heilen, wenn diese positiven Kräfte zusammenwirken. Dazu sollten wir uns gegenseitig ermuntern und unterstützen. Wenn wir durchhalten, können wir uns dann auch gemeinsam am Erfolg freuen!

## **Umweltverschmutzung**

Als Naturfreund und guter Beobachter hat man heute den Eindruck, dass sich manches in der Natur durch die Umweltverschmutzung verändert hat.

### **Zuerst stirbt der Baum, dann der Mensch**

Besonders die Nadelhölzer, die Tannen, sind da sehr empfindlich. Wenn die jungen Triebe von ihrem satten Grün sich ein wenig ins Blasse oder sogar ins Gelbliche verfärben, beim Laubholz vermehrt eine sogenannte Spitzendürre beobachtet werden kann, und sich die Blätter allzufrüh verfärben und zum Teil abfallen; wenn enorm viele Jungbäume, vor allem Arven, absterben, wie dies zum Beispiel sogar im Engadin zwischen Maloja und St. Moritz auf der linken Talseite (der Sonnenseite) beobachtet werden kann, wo Hunderte von Jungarven zugrunde gegangen sind – wahrscheinlich, wie mir Fachleute erklärten, weil die von Mailand aufsteigenden Gase diese Umweltschäden an der Natur verursachen sollen – dann müssen wir uns der grossen Gefahr für unsere Erde bewusst werden. Besucher aus Mailand erzählten uns, dass die Behörden bereits etwas unter-

nommen haben. So würde das Heizen zu bestimmten Zeiten eingeschränkt und auch die Autofahrer müssten sich gewisse Einschränkungen gefallen lassen.

### **Eine unerfreuliche Überraschung**

In vielen Ländern rund um die Erde kämpft man heute gegen die schlimmen Folgen der Umweltverschmutzung. Freunde von uns, die sich in Peking (China) einige Zeit aufhielten, erzählten, dass es für Frauen nicht ratsam sei, in schönen weissen Blusen umherzugehen, weil man dort vorwiegend mit Kohle heize und deshalb überall die schwarzen Niederschläge dieser Kohlenfeuerungen als sehr lästig empfinde.

### **Umweltfreundliche Energiequellen**

Es ist schade, dass man die Sonnenenergie nicht in vermehrtem Masse auswertet, da sie die umweltfreundlichen unerschöpflichen Kräfte zur Verfügung stellen könnte, ohne dass der Rohstoff einmal ausgehen würde.

Ich weiss, dass vor Jahren in Südfrankreich ein einziges Sonnenenergie-Kraftwerk ge-

baut wurde, und wie ich vernahm, soll es sogar rentabel und zufriedenstellend arbeiten. Auch das Ausnützen der Erdwärme als Energielieferant ist viel zu wenig beachtet worden. In meinem eigenen Haus habe ich fünf Sonden siebzig Meter in die Erde hineinbringen lassen. Wir beziehen nun einen Grossteil unserer Energie für die Heizung aus der Erdwärme, ebenfalls eine umweltfreundliche Methode, die viel zu

wenig angewendet wird. Durch das grosszügige Ausnützen der Erdwärme und in warmen Ländern durch das Ausnützen der Sonnenenergie könnte man viel dazu beitragen, die Luftverschmutzung wesentlich zu reduzieren. Aber es scheint, dass materielle Interessen und die vorwiegend vorhandene Gewinnsucht diesem Bestreben und der von der Natur gegebenen Möglichkeiten im Wege stehen.

## Wie gesund ist unsere Nahrung?

Die grössten Optimisten werden heute kaum bezweifeln, dass wir mit jedem Bissen der täglichen Nahrung und mit jedem Schluck eines Getränkes unseren Körper mit einem winzigen Quantum giftiger Substanzen belasten. Die Menge des giftigen Stoffes richtet sich nach dem Nahrungsmittel, das wir auswählen und konsumieren. Daraus ergibt sich die Notwendigkeit einer sorgfältigen Zusammenstellung unserer Kost, um das Schlimmste zu verhüten. Wir dürfen uns der Illusion von biologisch gezüchtetem Gemüse und einer Vollwertnahrung nicht bedenkenlos hingeben, denn auch diese sind mit Schadstoffen aus der Umwelt belastet; freilich nicht in dem Ausmass wie Erzeugnisse aus dem Massenanbau, bei denen nicht die Gesundheit, sondern die Rentabilität (für die Erzeuger) ausschlaggebend ist.

### Was sind Grenzwerte?

Was besagen schon Grenzwerte von giftigen Stoffen, die man in Laboratorien und Forschungsstätten berechnet, und die, im Tierexperiment nachvollzogen, angeblich eine auf den Menschen bezogene Aussage machen sollen? Diese Zahlen von noch erträglichen Giftmengen geben zwar einen Hinweis auf eine akute Gefährdung, aber sie können keine Auskunft über weitaus geringere Mengen der Gifte geben, die erst nach Jahren oder Jahrzehnten die Schädigungen im Körper sichtbar werden lassen. Man muss aber auch berücksichtigen, dass der Organismus auf eine bestimmte Menge

ganz individuell reagiert. Deshalb ist es unmöglich, sich auf die Angabe einer Zahl festzulegen, denn sie könnte bestenfalls nur Anhaltspunkte für eine gewisse, noch zulässige Belastung geben. Der chronische Verlauf einer schleichenden Vergiftung wird meistens unentdeckt bleiben und versteckt sich hinter den Symptomen verschiedener Leiden wie Kopfwahl, Schlaflosigkeit, Gliederschmerzen, Müdigkeit und so weiter. Hinzu kommt noch, dass wir mit der Nahrung nicht nur durch ein einzelnes Gift unsere Gesundheit untergraben, sondern mit vielerlei schädigenden Chemikalien, die wir täglich einnehmen.

### Wechselseitige Wirkungen

Diese können sich im Körper mit anderen Substanzen oder mit den Verdauungssäften verbinden und auf diese Weise eine verstärkte Wirkung ausüben. Ein Beispiel soll es veranschaulichen: In der Landwirtschaft werden Kunstdünger verwendet, die das an und für sich ungefährliche Nitrat enthalten. Gelangt diese harmlose Chemikalie in den Darm, entsteht dort unter Einwirkung der Darmbakterien das überaus giftige Nitrit. Diese Reaktion setzt sich überdies noch weiter fort. Essen wir nämlich dazu noch eiweisshaltige Speisen wie Milchprodukte, so verwandelt sich das Nitrit in einen krebserregenden Stoff, in Nitrosamine. Diese sind deshalb so gefährlich, weil sie zu den bekannten Krebserregern gehören. Es wird nun jedem einleuchten, dass die Angabe einer Toleranzgrenze wenig nützt, da wir