

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 48 (1991)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Grauer Star und Grüner Star sind nicht dasselbe  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969774>

### **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:** 05.04.2026

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

wissen auch, dass die Ernährung der Menschen aus Früchten und Samen bestand, als noch keine Tiere geschlachtet wurden.

**Vegetarier zu sein bedeutet, nicht alles wahllos zu essen. Er wird sich nicht dazu verleiten lassen, jeder angepriesenen Ernährungstorheit, auch im vegetarischen Bereich, zu folgen. Ein Vegetarier wird sich selbst beobachten und auf mögliche Alarmzeichen seines Körpers achten. Wiederholte Blähungen, das Empfinden einer Schwere im Bauch und Kopfweh sind bereits unüberhörbare Warnsignale.**

Ein Vegetarier, der seine Ernährung dem individuellen Verdauungsvermögen und seinen Bedürfnissen anpasst, ist auf dem besten Wege seiner Gesundheit einen

vorzüglichen Dienst zu erweisen. Als Vegetarier wird man keinen Schaden erleiden, wenn man daran denkt, dass Rohkost als Heildiät zu betrachten ist, die ihre besondere Aufgabe im Krankheitsfall zu erfüllen hat. Sie taugt aber nicht als eine dauerhafte Ernährungsform, die zu den beschriebenen verhängnisvollen Folgen führen kann.

Wir sind sicher, dass dieser Artikel heftige Kontroversen auslösen wird, besonders im Lager der Verfechter strenger Rohkost. Mag sein, dass sich jemand bei dieser Ernährungsform im Moment wohl fühlt, doch bei ausschliesslicher Rohkost wird man auf die Dauer gesehen mit negativen Folgen rechnen müssen, denn jede extreme Ernährung wird früher oder später ihren Tribut fordern. (WG)

## Grauer Star und Grüner Star sind nicht dasselbe

**«Sie haben einen Grauen Star» – diese Diagnose des Augenarztes erschreckt viele Patienten. Dennoch ist diese Augenerkrankung eine relativ harmlose, meist altersbedingte Veränderung. Nicht wenige verwechseln zunächst den Grauen Star mit dem gefährlichen und trügerischen Grünen Star, einer Erhöhung des Augeninnendruckes, der meist unbemerkt langsam die Sehnerven unwiederbringlich schädigt, und über den wir bereits an anderer Stelle berichtet hatten.**

Was ist nun der Graue Star und wie entsteht er? Wie bereits erwähnt ist der Graue Star, oder auch Katarakt genannt, meist eine Erkrankung des älteren Menschen. Aufgrund des Alterungsprozesses der Linse im menschlichen Auge, die hinter der Regenbogenhaut der Iris sitzt und wie die Gummilinse einer Kamera funktioniert, findet eine allmähliche Trübung der in der Jugend klaren Linse statt.

Oft beginnt diese Trübung bereits vor dem 60. Lebensjahr, wobei eine gewisse Veranlagung dazu auch eine Rolle spielt. Die Trübung der Linse kann verschiedene Formen annehmen. So gibt es auch gewisse Erkrankungen nicht nur des Auges, die eine Linsentrübung verursachen können,

wie zum Beispiel der Diabetes oder einige Hauterkrankungen. Ebenso können Stoffwechselstörungen oder Medikamente, allem voran das Cortison, zu einem Katarakt führen.

### **Auch eine Berufskrankheit**

Früher sah man auch manchmal den sogenannten Glasbläserstar oder Feuerstar, der speziell bei dieser Berufsgruppe sowie bei Hochofenarbeitern vorkam, und auf die dabei entstehende grosse Hitze und Infrarotbestrahlung zurückzuführen war. Inwieweit ultraviolettes Licht einen Grauen Star verursacht, ist noch nicht restlos geklärt. Sicher ist jedoch, dass Menschen, die vermehrt ultravioletten Strahlen ausgesetzt

sind, eher einen Grauen Star bekommen. Das trifft auch auf extreme Sonnenbestrahlung zu, zum Beispiel beim Sonnenbaden oder bei Gebirgswanderungen. Deshalb sollte bei diesen Gelegenheiten immer eine Sonnenbrille getragen werden, deren Gläser ultraviolettes Licht nicht hindurchlassen.

Vereinzelte gibt es bereits bei Kindern eine seltenere, angeborene Variante des Grauen Stars, die möglichst früh entdeckt und behandelt werden sollte, um eine zeitlebens bleibende Sehschwäche zu verhindern. Des Weiteren kann ein Grauer Star auch bei schweren Augenerkrankungen oder Augenverletzungen als Begleit leiden entstehen.

### Hilfe bei Grauem Star

In den Ländern der Dritten Welt ist der Graue Star eine der Hauptursachen für die Erblindung. Dies ist jedoch nur deshalb der Fall, weil Ärzte und technische Mittel fehlen, um eine entsprechende Staroperation durchführen zu können. Der Graue Star ist nämlich heute mit relativ kleinem

Risiko und erstaunlichen Ergebnissen heilbar. Man muss sich die eingetrübte Linse wie einen Vorhang im Auge vorstellen, der alles Licht dämpft und nur mehr einen Teil der sichtbaren Aussenwelt als Bild auf die dahinterliegende Netzhaut durchlässt. Letztgenannte ist mit dem Film in einer Kamera vergleichbar und leitet alle aufgenommenen Seheindrücke über feinste Nervenbahnen an das Gehirn weiter.

Der Graue Star lässt uns auf diese Weise alles wie in Nebel getaucht erscheinen. Wir erkennen gewisse Farben nicht mehr so gut, die Sehfähigkeit lässt allgemein nach und schliesslich sind wir nur mehr in der Lage grosse Schrift, wie zum Beispiel die Titel eines Zeitungsartikels, lesen zu können. Dann ist der Zeitpunkt einer Operation nicht mehr in weiter Ferne.

### Operation unter dem Mikroskop

Mittels modernster Geräte kann eine solchermassen getrübe Linse über einen ganz kleinen Schnitt aus dem Auge entfernt

## Krankenkassen: Wann kommt das Umdenken?

**In der Schweiz gehen politische Gremien daran, das Bundesgesetz zur Krankenversicherung einer Totalrevision zu unterziehen. Die vom Bundesrat dafür eingesetzte Expertenkommission hat nun einen entsprechenden Entwurf vorgelegt, der für den Freund der natürlichen Ganzheitsmedizin eine Enttäuschung sein muss. Nach Auffassung dieser Experten soll nach wie vor die Schulmedizin ihre Herrscherrolle ausüben können. Es wird empfohlen, die Krankenkassen auch in Zukunft nur zur Vergütung der «wissenschaftlich anerkannten Heilanwendungen» zu verpflichten.**

Das heute geltende Bundesgesetz zur Krankenversicherung stammt aus dem Jahr 1911 und müsste jetzt den veränderten Bedingungen angepasst werden. Und dabei müsste doch das in allen Schichten der Bevölkerung zunehmende Vertrauen in die sanften Methoden der natürlichen Medizin auch Platz finden. Denn die Forderung nach einer Ganzheitsmedizin, welche den Kranken nicht nur auf seine Krankheit reduziert, sondern als Einheit von Geist, Körper und Seele versteht, ist heute ein Gebot der Stunde.

Immerhin ist auf politischer Ebene das letzte Wort noch nicht gesprochen. So haben zum Beispiel letztes Jahr über 110 Nationalräte ein Postulat unterschrieben, mit dem eine zusätzliche Arzneimittelkommission für Erfahrungsmedizin gefordert wird.

Ausserdem sind einige Krankenkassen schon bereit – allerdings unter teilweise erheblichen Mehrkosten für den Versicherten – auch sanfte Therapiemethoden zu vergüten.

(BN)

werden. Dank neuartiger kleinster Kunststofflinsen, die nur wenige Millimeter gross sind, und an die Stelle der alten Linse eingepflanzt werden, sind die früher gebräuchlichen dicken und unförmigen Stargläser überflüssig geworden. Diese neue Methode der Operation wird unter dem Mikroskop durchgeführt und dauert 20 bis 30 Minuten. Dazu genügt in der Regel auch lediglich eine örtliche Betäubung. Wenn keine anderen Augenerkrankungen vorlie-

gen, wie zum Beispiel Netzhautschäden, Durchblutungsstörungen oder Schäden der Sehnerven, dann lässt sich ein hundertprozentiger Heilerfolg auf diese Weise erzielen.

Deshalb sollten Sie auf keinen Fall zögern, bei nachlassendem Sehvermögen den Augenarzt aufzusuchen. Die Diagnose «Grauer Star» kann Ihnen dann sicherlich keinen Schrecken mehr einjagen. (WG)

## Die unendliche Phantasie unserer Pflanzenwelt

**«In allen Dingen ist Mass – und darüber hinaus gibt es Grenzen.»** Diesen berühmten Satz eines griechischen Philosophen möchte man mit allem Nachdruck und immer wieder denjenigen unserer fortschrittsgläubigen Wissenschaftlern entgegenhalten, denen die Gesetze der Schöpfung nichts als Hürden sind, die es zu überwinden gilt. Mit Manipulationen am Erbgut etwa oder der schnöden Verachtung lebendiger Wesen, wie es die angeblich für wissenschaftliche Zwecke unumgänglichen Tierversuche darstellen, soll den Menschen glaubhaft gemacht werden, dies geschehe nur zu ihrem Wohl. Dabei gibt es innerhalb des unendlichen Feldes der natürlichen Zusammenhänge jeglichen Lebens auf der Erde noch soviel zu entdecken, dass unseren ehrgeizigen Forschern die Arbeit noch lange nicht ausginge – hätten sie nur etwas mehr Respekt vor der Natur und schielten sie dafür etwas weniger nach ihrem eigenen Glanz! Ein Beispiel: Das bis heute erst in ihren Anfängen erforschte Leben der Pflanzen.

Nehmen wir einmal die rund 500 Milliarden Tonnen Lebensmittel, welche die Menschheit jedes Jahr konsumiert, und untersuchen wir sie auf ihre Herkunft. Den weitaus grössten Teil liefern die Pflanzen. Nur ein kleiner Teil stammt vom Tier, das sich seinerseits aber wieder von Pflanzen ernährt. Die Speisen, Getränke, Genussmittel und auch Medikamente, die uns Menschen am Leben und – richtig verwendet – auch bei bester Gesundheit erhalten, werden uns durch die Zuckerproduktion der Photosynthese zuteil. Aus dem Zucker entstehen Stärke, Fette, Öle, Wachs und Zellulose. So ist der Mensch von der Wiege bis zur Bahre von der Zellulose abhängig. Sie bildet den Grundstoff für das Dach über dem Kopf, für die Kleidung, die Brennstoffe, die Werkstoffe zum Flechten, Weben, Spinnen und Nähen, für Musikinstrumente und für das Papier. Und von den Pflanzen geht in der Tat immer ein

«gewisses Etwas» aus, das uns Menschen befriedigt und beglückt. Blumen zum Beispiel gehören zu Geburt, Hochzeit und Tod ebenso wie als Ausdruck der Liebe, Freundschaft, Verbundenheit oder als Dank für Gastfreundschaft.

### Leicht und graziös

So haben sich schon im Mittelalter die Naturforscher die Untersuchung des Pflanzenlebens zu ihrer Aufgabe gemacht. Anfangs dieses Jahrhunderts erklärte der Wiener Biologe Raoul Francé, Pflanzen würden sich ebenso frei, leicht und graziös bewegen wie die geschicktesten Menschen oder Tiere, und wir Menschen würden das nur deshalb nicht bemerken, weil Pflanzen sich so sehr viel langsamer bewegten als Mensch und Tier. Francés Erklärung war einfach: Die Wurzeln der Pflanzen graben sich forschend durch das Erdreich, Knos-