Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 47 (1990)
Heft: 2

Artikel: Infektionskrankheiten wie Katarrhe, Grippe und ähnliche Infekte
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554294

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: 13.07.2025

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

mit dem HIV-Virus nachgewiesen werden. Der Betroffene ist dann HIV-positiv.
Die Unsicherheit des Bluttestes besteht in der langen Inkubationszeit bis zur Bildung der Antikörper. Jemand, der sich dem Test unterzogen hat, kann durchaus HIV-negativ sein, obwohl das Virus bereits in seinen Körper eingedrungen ist und er somit weitere Personen anstecken kann.
Deshalb ist es unumgänglich, dass man später noch einen weiteren Test machen lässt, um das erste Ergebnis zu bestätigen.
Welche ungeheure seelische Belastung bereits der Verdacht auf AIDS mit sich bringt, kann nur der ermessen, der wochenlang in Unsicherheit leben muss, bis vielleicht der erlösende negative Bescheid kommt.

AIDS-positiv – das endgültige Todesurteil?

Ein positives Testergebnis, das besagt, dass sich der Betroffene mit dem HIV-Virus infizierte, ist noch kein Grund für hoffnungslose Panik. Der Betroffene wird – sofern keine Medikamente entwickelt werden – zeitlebens mit dem Virus im Körper leben müssen, doch ein positiver AIDS-Test lässt immer noch die Frage offen, ob jemand an AIDS erkranken wird oder nicht. Der Ausbruch der Krankheit wird von vielen Symptomen begleitet. Dahinter steckt meistens eine schwerwiegende chronische Infektion an verschiedenen Organen. Die häufigste Todesursache bei AIDS-Patienten ist eine Lungenentzündung.

Ist Hoffnung in Sicht?

Noch gibt es weder einen Impfstoff noch ein Medikament, die diese Seuche eindämmen und vollständig heilen könnten.
Wie wir eingangs dieses Artikels erwähnt haben und womit sich Ärzte intensiv beschäftigen, ist die Stärkung der Abwehrkräfte. Nur so kann verhindert werden, dass sich aus Mangel an Widerstandskraft infektiöse Krankheiten einschliesslich Krebs ausbreiten und zum Tode des Patienten führen können.

Begegnung mit AIDS-Kranken

Jede kranke Person braucht Zuwendung und verständnisvolle Betreuung. Auch AIDS-Kranke darf man von dieser Fürsorge nicht ausschliessen, denn allzuoft werden sie mit lasterhaftem Lebenswandel oder Rauschgift in Verbindung gebracht und fühlen sich aus der Gesellschaft ausgeschlossen. Neben körperlichen Beschwerden leiden die Betroffenen unter Angst, Schuldgefühlen und Scham. Oft werden sie mit Aggressivität und Diskriminierung als Menschen zweiter Klasse konfrontiert.
Uns steht es nicht zu, über sie zu urteilen und sie gesellschaftlich zu isolieren oder gar in die Quarantäne zu schicken. Wir alle haben die Pflicht, jedem Menschen und somit auch AIDS-Kranken mit Achtung und Respekt zu begegnen. Wenn wir das tun, dann leisten wir einen wertvollen Beitrag zur Selbstachtung und Linderung ihrer seelischen Not. Inzwischen wissen wir alle, dass das HIV-Virus durch Körperflüssigkeiten übertragen wird.
Seien wir deshalb nicht allzu ängstlich mit AIDS-Infizierten und überlassen wir sie nicht allein ihrem harten Schicksal. Wachsames beachten der seit altersher geltenden sittlichen Gesetze bietet den sichersten Schutz gegen diese unheimliche Krankheit.

Infektionskrankheiten wie Katarrhe, Grippe und ähnliche Infekte

Während die weissen Siedler immer wieder unter Infektionskrankheiten wie Grippe zu leiden hatten, habe ich solche Infekte, immer mit leichtem Fieber einhergehende Unannehmlichkeiten, bei den Indianern nie beobachtet. Mit einem prominenten Arzt habe ich über diese Beobachtungen diskutiert. Er erklärte mir, dass die Indianer – beziehungsweise alle Menschen die ihre Lebensgewohnheiten der Natur angepasst haben, sich nicht von denaturierten Produkten ernähren und für körperliche Be-

tätigung sorgen – mit einem eigenartigen, durch ihre Lebensweise erworbenen Immunsystem, ausgestattet sind. Dieser erfahrene Arzt, der im sogenannten wilden Westen tätig ist und die dortigen Verhältnisse aus langjähriger Erfahrung kennt, erklärte mir, dass der Mensch von Natur aus – wenn er naturgemäss lebt, genügend Bewegung und Atmung in gesunder Luft hat – ein gewisses Mass an Unempfindlichkeit entwickelt, eine Immunität gegen verschiedene Erkältungskrankheiten, unter denen die weisse Bevölkerung immer wieder zu leiden hat.

Stärkung der Immunität

Der gesunde Mensch, den man also auch als Naturmenschen bezeichnen könnte, entwickelt genügend Abwehrkräfte, um mit solchen alltäglichen Bakterien und Viren fertig zu werden.
Bei Indianern, wie auch bei anderen natürlich lebenden Stämmen, habe ich immer einen gewissen Grad an Immunität vorgefunden. Es wäre deshalb erstrebenswert, dass der sogenannte zivilisierte Mensch nicht nur auf seine Lebensweise achtet, sondern auch keine Störungen wie Gärungen im Darm oder Stuhlverstopfung zulässt.
Wer eine berufliche Tätigkeit ausübt, die ihn ans Büro bindet, muss deshalb immer für genügend Zeit zur Bewegung in frischer Luft sorgen. Wir brauchen unbedingt Sauerstoff, der nur durch eine richtige Atmung dem Körper zugeführt werden kann. Wer also beruflich genötigt ist, die Woche hindurch am Schreibtisch zu sitzen, der sollte die Freizeit zu einem Ausgleich durch Wandern und sonstige sportliche Aktivitäten benutzen. Nur so kann man gesund und leistungsfähig bleiben! Wenn sich bald Schnee einstellt, haben wir zusätzliche Möglichkeiten, uns im Freien zu tummeln!

Beachten der naturgegebenen Gesundheitsregeln

Wenn ich heute darüber nachdenke, wie ich meine Kenntnisse der Naturgesetze und deren Auswirkungen im Leben von Menschen und Tieren praktisch eingesetzt habe, dann muss ich folgendes feststellen:
Bestimmt war es wesentlich und wichtig, dass ich seit meiner Jugend viel Literatur studiert habe und mich sehr eingehend mit den Veröffentlichungen von Dr. Bircher auseinandersetzte. Ich habe ja Dr. Bircher persönlich gut gekannt und oft mit ihm über meine Erfahrungen und Beobachtungen diskutiert. Darum habe ich ihm sehr viel zu verdanken.

Aus Beobachtungen lernen

In meinem Leben war mir jedoch das Beobachten immer sehr wichtig. Schon als Junge habe ich den wiederkäuenden Tieren auf der Weide zugeschaut, und dabei ist mir die Bedeutung des Einspeichelns zum Bewusstsein gekommen. Wenn ich dann verglich, wie die meisten Menschen nur halb zerkaute Nahrung hinunterschlucken, konnte ich feststellen, dass diese von der Natur gegebenen Voraussetzungen missachtet werden, nämlich das Zerkleinern der Nahrung im Munde und das Einspeicheln. Als Folge davon entstehen in vielen Fällen Magen- und Darmleiden. Es können sich dadurch sogar Magengeschwüre und Krebs entwickeln. Ein konsequentes Training, so möchte ich sagen, war dafür nötig, um sich an die naturgegebene Esstechnik zu gewöhnen. Ich bin bis heute beim Essen immer der Letzte, denn ich brauche dafür viel Zeit. Es ist mir jetzt aber so selbstverständlich zum Grundsatz geworden, dass ich die Speisen gar nicht mehr herunterschlingen kann. Ausserdem konnte ich beobachten, dass man praktisch auch nie zuviel isst. Das Sättigungsgefühl stellt sich dann ein, wenn der Bedarf gedeckt ist. Nur bei Menschen die hastig essen, tritt diese «natürliche Essbremse» nicht in Funktion. Die Nahrung wird schlecht verwertet.

Bestätigung meiner Erfahrung

Mit Are Waerland habe ich über diese Fakten gesprochen, und er gab mir recht