

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 20 (1963)
Heft: 10

Artikel: Unser Gehirn
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-553023>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 04.04.2025

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

Unser Gehirn

Das Gehirn ist nicht nur ein wunderbares Gebilde, sondern zugleich auch ein grossartiges Geschenk des Schöpfers an den Menschen. Nichts könnte er ohne dieses unternehmen, nichts planen, nichts hinausführen und vollenden. Er sollte dafür tatsächlich jeden Tag erneut dankbar sein. Wenn nun ein Mensch freiwillig fastet oder unfreiwillig hungert und dabei ein Grossteil seines Gewichtes verliert, ist der Anteil der Gewichtseinbusse im Rückenmark und im Gehirn fast gar nicht feststellbar. Dass zuerst alles andere abgebaut wird, zeigt uns, wie wichtig das Gehirn als Ausgang der meisten Lebensimpulse ist.

Die Wallnuss liefert ein gutes Vergleichsmodell für das menschliche Gehirn. Die äussere harte Schale kann mit dem Schädel verglichen werden. Der Kern illustriert das Grossgehirn, während die Haut, die man bei frisch geernteten Nüssen abschälen kann, mit der Hirnhaut verglichen werden könnte. Zwischen dem Rückenmark und dem Gehirn befindet sich das Kleinhirn, das ungefähr die Grösse einer Orange aufweist. Von den Funktionen des Gehirns, soweit sie bereits erforscht sind, können wir uns ein Bild machen, wenn wir die Schaltanlage eines grossen Kraftwerkes, den Kommandoraum eines modernen Ozeandampfers oder den Pilotenraum eines modernen Überseeflugzeuges betrachten. All die vielen Instrumente und Schalthebel erregen bestimmt einerseits unser Staunen und andererseits eine Bewunderung. Diese Kommandoräume sind gewissermassen das Gehirn der Schiffe oder Flugzeuge. Alles, was auf der ganzen Reise vor sich geht, jeder Kurswechsel, jede Abwehr im Kampf gegen Elemente, alle Impulse gehen von der Kommandozentrale, vom Gehirn aus. Dieses selbst wird durch den Körper mit Energie gespiesen. Die Energieerzeugung, die das Ganze funktionieren lässt, kommt von den Dynamos, die Kraft- und Lichtströme erzeugen. Wenn die Stromerzeugung nicht gut funktioniert oder aufhört, ist dies auf die Zen-

trale zurückzuführen, weil sie selbst nicht recht arbeitet oder still steht, was vorkommen kann, mögen ihre Apparate und Einrichtungen auch noch so wunderbar konstruiert sein.

Vom Bild zur Wirklichkeit

Die Energiezufuhr für unser Gehirn ist das Blut. Ist dieses mit allen Nährstoffen, Nährsalzen und Vitaminen geladen, so dass jede einzelne Hirnzelle das enthält, was sie benötigt, dann funktioniert alles ausgezeichnet. Zwar hat nicht jede der vielen Millionen Zellen eine eigene Funktion zu verrichten. Unser Gehirn ist in Arbeitsgruppen eingeteilt, die man Zentren nennt, und bis heute hat man bereits über 20 Zentren festgestellt. Wie ein ganzes Zentrum ausgeschaltet werden kann, zeigt ein Schlaganfall. Ein solcher tritt in der Regel in der inneren Kapsel und nicht in dem äusseren Teil des Gehirns, also nicht in der Gehirnrinde auf. Ist die Ader im rechten Teil der inneren Kapsel gesprungen, dann erhalten die äusseren Gehirnpartien keine Blutzufuhr und die Folgen treten auf der linken Körperhälfte auf. Dieser Wechsel stellt sich aus dem Grunde ein, weil sich im Nervenapparat des Körpers alles kreuzt. Was wir rechts empfinden, wird auf der linken Seite registriert und umgekehrt. Wenn der Körper den Schaden wieder flicken kann, dann wird auch die Lähmung wieder verschwinden, und das Sprechvermögen, das ausgesetzt hat, stellt sich erneut ein. Bleibt das Sprachzentrum gestört, während das Zentrum der Ideenverbindung mit der Innen- und Aussenwelt funktioniert, dann kommt der Mensch in die peinliche Lage, dass er wohl richtig denkt, sich jedoch falsch ausdrückt. Dies wird indes nicht der Fall sein, wenn er, das, was er sagen will, aufschreibt, statt ausspricht.

Nachteilige Auswirkungen

Zu hoher, wie auch zu niedriger Blutdruck beeinflussen die Funktionen des Gehirns ungünstig. Schwindelanfälle und

Absenzen können beispielsweise durch zu starken Druck oder durch eine Blutleere als Folge zu niederen Blutdruckes entstehen. Obschon dieser wichtigste aller Apparate, das Gehirn, sehr gut gelagert und durch den Schädelknochen geschützt ist, können Unfälle und Erschütterungen doch Schädigungen auslösen. Denken wir an die vielen Stürze beim Skifahren oder bei anderen Sportarten! Wie oft erleidet dadurch der Kopf und somit auch das Gehirn eine starke Erschütterung oder einen Schlag, ohne dass eine sichtbare Änderung festzustellen wäre. Ist ein Sturz aber sehr schwer, weil die Hirnhäute dabei zerreißen konnten, dann fliesst das Hirnwasser ab, und das bisher praktisch gewichtslos im Hirnwasser schwimmende Gehirn gerät wie ein Schiff auf Grund. Dadurch wird ein Druck auf verschiedene Zentren ausgeübt. Es wird dem Menschen übel; das Stoffwechselzentrum wird gestört, er beginnt zu erbrechen, und vielleicht stellt sich noch Durchfall ein. Der Patient muss stille liegen, damit der Riss wieder ausheilen kann und das Gehirn wieder im Hirnwasser schwimmt, wie ein flott gemachtes Schiff auf dem Wasser.

Auch Alkohol und Medikamente können die Gehirnfunktionen derart beeinflussen, dass einige Zentren in ihren Funktionen abgebremst und andere übersteigert werden. Dadurch kann der Mensch gewisse Hemmungen verlieren und vorübergehend so empfinden und handeln, wie er es im gesunden Zustande niemals fähig wäre. Bleibende Schäden in Form von Hirnerweichung und Paralyse entstehen besonders mit dem Abnehmen der Lebenskraft durch metallische Gifte, wie beispielsweise durch Arsen, Quecksilber und anderes mehr, indem im Gehirn und Zentralnervensystem Funktionen unterbunden und ausgeschaltet werden, wie dies bei den Folgen der Spätform einer Syphilis in Erscheinung tritt. Gerade die metallischen Gifte können jahrzehntelang im Körper inaktiv bleiben, um sich im Alter in sehr tragischen Formen bemerkbar zu machen.

Sehr wichtig ist es, sich vor Hirnhautentzündungen zu schützen, denn diese können schlimme Folgen zurücklassen. Man kann sie vorbeugend vermeiden, indem man den Kreislauf immer gut in Ordnung hält. Tritt aber umständehalber durch verschleppte Bakterien eine Hirnhautentzündung in Erscheinung, dann muss man ernstlich darum bemüht sein, sie rasch wieder auszuheilen. Eines der wirksamsten Mittel in solchem Falle ist Echinaforce. Wird die Hirnhautentzündung nicht richtig behandelt, dann kann sie Teillähmungen und andere bleibende Schäden nach sich ziehen. Das ist bestimmt Grund genug, nicht leichtfertig über die Erkrankung hinwegzugehen, sondern grosse Sorgfalt walten zu lassen. Der Patient erträgt weder Lärm noch Licht und benötigt daher verdunkelten Raum und grosse Ruhe. Gehirnhautentzündungen sind immer gefährlich, nicht nur der Schädigungen wegen, die sie zurücklassen können, sondern auch weil sie oftmals zum Tode führen.

Oft denkt man in der Jugendzeit und in den leistungsfähigsten Lebensjahren als unermüdlich tätiger Mensch viel zu wenig daran, dass das Zentralnervensystem und mit ihm das Gehirn auch in den Tagen des herbsthlichen Lebens noch ihren Dienst verrichten sollten. Wenn wir den Wunsch hegen, im Alter noch frisch und guter Dinge zu sein, indem wir uns wohl fühlen, weil unsere körperlichen und geistigen Funktionen ihren Dienst noch gut verrichten können, dann müssen wir dafür sorgen, dass die Apparate im Kommandoturm, also in unserem Gehirn, etwas sorgfältiger behandelt werden, als dies heute allgemein üblich geworden ist. Wieviele kürzen jene wunderbare Kraft- und Aufladequelle des Gehirns, den kostbaren Schlaf, regelmässig! Eine Ausnahme mag sich überbrücken lassen, aber andauernder Raubbau führt zur Übermüdung, was die Leistungsfähigkeit mit der Zeit sehr vermindern wird. Sorgen wir also in erster Linie für guten, frühzeitigen Schlaf, durch Naturkost für eine gehaltvolle Nahrung, durch Bewe-

gung während der Freizeit für erfrischende Entspannung und vermeiden wir die verschiedenen Vergiftungsmöglichkeiten, die an uns herantreten können, dann ha-

ben wir nicht nur unserem allgemeinen Gesundheitszustand, sondern vor allem auch unserem Gehirn den besten Dienst erwiesen.

Der Fanatismus, eine Krankheit

Von jeder Krankheit, die uns bedrängt, suchen wir frei zu werden, indem wir uns nach heilsamen Mitteln und Anwendungen umsehen. Der Fanatismus aber ist eine Krankheit, der wir schwer beikommen können, weil wir sie nicht als eine solche betrachten, und wer von ihr befallen ist, hängt so sehr an ihr, dass er sich ihrer nicht einmal entledigen möchte. Woher mag das wohl kommen? Die Antwort ist einfach, denn der Erkrankte liebt die Gefangenschaft seiner eigenen Gedankenwelt und schätzt sie sehr hoch ein, weshalb er in keiner Weise von ihr abweichen, geschweige denn von ihr befreit werden möchte. Das Gegenstück von ihm bildet demnach jener, der keine eigene Meinung besitzt und deshalb jeder fremden Idee hörig wird. Auch das zeugt nicht von einer gesunden Einstellung.

Eifer und Vereiferung sind verwandte Worte, doch herrscht zwischen der Auswirkung beider ein grosser Unterschied. Während der Eifer belebt und Gutes schafft, verzehrt die Vereiferung und bringt Unbehagen, ja sogar oftmals Feindschaft mit sich. Ein eifriger Mensch ist sich bewusst, dass er noch vieles zu lernen hat, um besser wirken zu können, aber ein Vereiferer, also ein Fanatiker, glaubt alles Wissen ausgeschöpft zu haben und nichts hinzulernen zu müssen. Kein Wunder, dass er deshalb alles besser wissen will als andere und keine Belehrung annehmen mag. Für ihn ist Salomos Rat anwendbar, der lautet: «Erzeige dich nicht übermässig weise; warum willst du dich verderben?»

Ungesunde Einstellung

In der Tat ist der Fanatismus, also jene übermässige Vereiferung, die nur den eigenen, engen Horizont vertritt, ein ungesunder Zustand. Sehr oft ist die Jugend

davon erfasst, weil in ihr ein Feuer brennen kann, das sie nicht beherrscht und auch nicht beherrschen will. Zum Glück kann man im Alter einsichtiger werden, indem man allmählich erkennt, dass keine irdische Quelle vollständig reines Wasser liefert, irgendwie haften ihm Mineralien und kleine Unreinigkeiten an, wenn es dadurch auch nicht unbedingt schädlich sein mag. Dies kann auch im geistigen Sinne zutreffen, denn das, was man als wahr vertreten hat, kann mit der Zeit durch grössere Klarheit sehr wohl in den Schatten gestellt werden. Anderes wieder mag sich als offensichtlichen Irrtum erweisen, und wenn man nicht auf ihm verharren will, heisst es umlernen. Wir wissen, dass nur vom Himmel völlig reines Wasser kommt, aber in unserer Atmosphäre kann auch dieses durch Stäubchen, Gase und Aschenbestandteile eine gewisse Verunreinigung erfahren. So haben wir denn auf allen Gebieten Unsicherheit und Täuschung zu gewärtigen, sei es nun in wissenschaftlicher, gesundheitlicher, politischer oder religiöser Hinsicht. Dadurch sind wir oft von der tatsächlichen Wahrheit weiter entfernt, als wir uns eingestehen möchten.

Täuschung statt Wahrheit

Sind nicht gerade in der Wissenschaft viele Schlussfolgerungen gezogen worden, die sich auf menschliche Mutmassungen stützen, aber der Wirklichkeit nicht standhielten? Kann beispielsweise eine Evolutionstheorie allen kritischen Prüfungen entsprechen? Dennoch gibt es viele, die sie mit grosser Vereiferung vertreten, mag sie das göttliche Urteil auch als Toreen kennzeichnen. Sie erkennen es nicht, weil ihnen das Unterscheidungsvermögen fehlt. Paulus aber, ein Gelehrter seiner Tage sah klar, als er mit