

# Gesundheitserziehung

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **34 (1977)**

Heft 2

PDF erstellt am: **15.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-553685>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Gesundheitserziehung

Wenn wir alle Nachteile, denen unsere neuzeitliche Lebensweise standzuhalten hat, gründlich nachprüfen, dann verstehen wir eher die entschiedene Forderung, sich auf gesundheitlicher Grundlage ernstlich erziehen zu lassen. Wer noch daran zweifeln möchte, dass dies heute unbedingt notwendig ist, wird seine Meinung ändern, sobald er sich die Aussage, die durch Frau Focke vom deutschen Gesundheitsministerium ausging, gründlich überlegt. Sie gab nämlich die Feststellung der deutschen Gesellschaft für Ernährung bekannt. Nach dieser soll jeder zweite Bundesbürger zu schwer sein, während jeder fünfte 30 Kilo zuviel Gewicht mit sich herumschleppt. Ferner soll die Nahrung zu süß, zu fett und zu kalorienreich sein und zuviel teures Fleisch enthalten. Die Berichterstatterin empfiehlt statt Mästen das Gegenteil, also Fasten.

### Vorbeugende Hilfeleistungen

Leider bietet die Schulmedizin für die sämtlichen Wohlstandskrankheiten keine Therapievorschläge an. Ist der Patient aus dem Gleichgewicht geworfen worden, dann stellt sie nur ihre Psychopharmaka zur Verfügung, um damit unerträgliche, seelische Zustände zu überbrücken, was allerdings nur vorübergehend und nicht ohne Risiko gelingt. Es ist daher notwendig, dass sich Naturärzte und alle jene, die sich um die Volksgesundheit bemühen, Hilfe leisten, damit die breite Masse nicht durchwegs auf den verderblichen Weg gelangt, der in den Brutkessel der Zivilisationskrankheiten führt. Eine gut durchdachte und richtig gezielte Warnung kann manchem schon dienlich sein, gesundheitliche Forderungen besser zu beachten und sich nicht einfach nur vom Strom der Zeit ungünstig beeinflussen zu lassen. Alle diese ungünstigen Einflüsse, die heute im Kampf zur Erhaltung der Gesundheit auf immer gefährlichere Weise auftreten, erlauben uns nicht, gleichgültig zu sein, wenn wir dadurch unsere Leistungsfähig-

keit nicht einbüßen wollen. Verschiedene Vereine, die am gesundheitlichen Volkswohl interessiert sind, bemühen sich daher, durch Kurse, Vorträge und allerlei Aufklärungsarten, Hilfe zu leisten. Doch sollten auch Eltern, Lehrer und Erzieher gesunder Lebensweise ein besseres Verständnis entgegenbringen. Ein geschlossenes Teamwork, das im Interesse der Gesundheitserziehung wirkt, kann mithelfen, einen gewissen Prozentsatz des gefährdeten Volkes vor den Folgen der verschiedenen Zivilisationskrankheiten zu bewahren. Wenn eine dieser Krankheiten bereits die gesundheitliche Grundlage im Körper zu erschüttern beginnt, ist es reichlich spät, um noch erfolgreich einzugreifen. Wir müssen gegen den Krebs frühzeitig die notwendigen Massnahmen beachten. Auch sollten wir dem Herzinfarkt nicht nur mit knapper Not entrinnen, sondern ihm überhaupt die Gelegenheit zum Entstehen unterbinden. Ebenso sollten wir die Anzeichen von Arthritis und Rheuma nicht übersehen, bis wir durch Gehunfähigkeit behindert sind. Die vorbeugende Hilfe lohnt sich, kommt sie indes zu spät, dann kann man oft nur noch durch Worte des Trostes das schwere Los des Kranken etwas erträglich gestalten. Es kommt ja immer darauf an, wie wir uns gedanklich zu den verschiedenen Begebenheiten des Alltags einstellen. Wir können trotz Warnung unachtsam bleiben, weil wir verderblichen Gewohnheiten frönen wollen, können aber auch ungünstigen Einflüssen vernünftig aus dem Wege gehen und uns dadurch manche Not ersparen. Wie mancher, der nicht hören wollte, verbittert später in seiner selbstverschuldeten Notlage. So ist es denn keineswegs überflüssig, sich in Gesundheitsfragen geschickt und frühzeitig erziehen zu lassen, weil man dadurch unter Umständen nagendem Leid entrinnen kann. Es ist bestimmt wertvoller, sich gesundheitlich auf der Höhe zu halten, um Bedrängten beistehen zu können, als selbst in bedrängtem Zustand auf Hilfe angewiesen zu sein.