Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 37 (1980)
Heft: 10

Artikel: Rätselhafte Vererbungsgesetze
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553393

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

Patienten durch geistige Unterstützung zu fördern suchten. Aber das setzt eben auch bei diesen einen entsprechenden geistigen Inhalt voraus. Da man damit nicht ohne weiteres rechnen kann, ist es am besten, sich selbst günstig auszurüsten, um im Krankheitsfall auch ohne fremde Unterstützung mit sich fertigwerden zu können. Das ist ein lohnender Entschluss, der selbst für gesunde Tage erspriesslich ist. Erst nach dem Spitalaufenthalt erwies sich die Badekur der Kranken gewissermassen als Illusion, da sich bei ihr eine Art Lähmung einstellte, wodurch die Bewegungsmöglichkeit eingeschränkt und das Gehen verunmöglicht wurde.

Lohnende Einstellung

Anpassung war wiederum das Losungswort, und zwar mit Hilfe entsprechender Heildiät, naturgemässer Pflege, natürlicher Mittel und einer unzerstörbaren, zuversichtlichen Geduld. Unaufschiebbare Schreibarbeiten wurden ganz einfach diktiert und die übrige Zeit galt einem stärkenden Studium. Die auferlegte Ruhepause eines Jahres konnte aufholen, was zu grosse Belastungen an Erschöpfung mit sich gebracht hatte.

Aerztlich empfohlene Bestrahlungen

mussten nicht erwogen werden, da die natürlichen Hilfeleistungen zur Heilung genügten. Inzwischen aber starb der emsige, übereifrige Chirurg eigenartigerweise an Krebs, wiewohl er seinen Ansichten stets das Heil zugesprochen hatte. Aber man kann sich auch täuschen und täuschen lassen, und darin liegt eine eigenartige Tragik. Immerhin wollen diese Erfahrungen zeigen, wie richtiges Verhalten wirkt, und wie man es sich aneignen kann.

Rätselhafte Vererbungsgesetze

Da die Erbmasse in unserem Leben eine bedeutsame Rolle spielt, müssen wir mit ihr als eine Wirklichkeit unbedingt rechnen. Aber dennoch kann sie sich als geheimnisvolle Willkür auswirken. Am einfachsten erweist sich die Uebertragung einer gesundheitlichen starken Erbmasse durch beide Elternteile. Wer sich eines solchen Vorteils erfreuen kann, besitzt eine fast unverwüstliche Gesundheit. Dies ist besonders dann der Fall, wenn dieses kostbare Erbgut mit der vollen Wertschätzung, die es verdient, bedacht wird. Das geschieht dadurch, dass man seine günstigen Veranlagungen durch die vernünftige Beachtung gesundheitlicher Forderungen unterstützt, indem man dem Lebensrhythmus in völlig natürlicher Gesetzmässigkeit gerecht wird. Das heisst, sich auf allen Gebieten nach den naturgegebenen Regeln zu richten. Während gesunde Anstrengung nicht schadet, ist es verkehrt, das Schlafbedürfnis trotz erschöpftem Zustand unbeachtet übergehen zu wollen, um mehr fordern zu können, als die Kraft hergeben kann. Essen und trinken, um Hunger und Durst zu stillen, ist genussreich. Wer aber über die natürliche Sättigung hinaus noch weiteren Genuss erlangen möchte, wird durch den gesteigerten Reiz gleichwohl keine grössere Genugtung gewinnen können. Es ist bekannt, dass ein Hungernder durch ein trockenes Stück Brot die gewünschte Labung finden kann, während ein Schlemmer auf immer grössere Reize ansprechen muss, ohne seinen unstillbaren Begierden im erwarteten Sinne gerecht werden zu können. Jedenfalls galt früher daher der Rat als angebracht, mit dem Essen aufzuhören, wenn es am besten schmeckt. Auch heute verfügt jener noch über ein vorteilhaftes Urteil, wenn ihm die zuvor gut mundende Speise nicht mehr schmeckt, sobald er gesättigt ist. Wenn er vernünftig ist, wird er auf diesen Umstand achten und seine Mahlzeit unmittelbar beenden.

So kann man auch auf anderen Gebieten eine gesunde Grenze ziehen, wodurch das gesamte Gleichgewicht unserer Lebens-

gewohnheiten gewahrt werden kann. Das ist weise und angebracht, damit auch die Nachkommenschaft wiederum ein gesundes Erbe antreten kann. –
Wem jedoch diese Einsicht fehlt, weil er den Sinn des Lebens im Uebermass des Geniessens zu finden sucht, wird sich dadurch zwar gegen die Forderungen einer vernünftigen Lebensweise verstossen, wenn er aber über eine starke Erbmasse verfügt, kann er in der Regel gleichwohl ein hohes, möglichst beschwerdefreies Alter erleben.

Gesundheitliche Benachteiligung

Anders verhält es sich nun allerdings mit jemandem, der ein gesundheitlich geschwächtes Erbe antreten musste, denn es wird ihm zum Verhängnis werden, wenn er diesen Umstand nicht berücksichtigt. Er darf keineswegs erwarten, dass er das, was ein anderer mit günstiger Erbmasse von sich fordern kann, ebenfalls zu erlangen vermag, denn für ihn bedeutet in solchem Falle Höchsteinsatz unfehlbare Ueberanstrengung, die er nicht schadlos verkraften kann. Es wird ihm auch keineswegs etwas nützen, über diese Ungleichheit erzürnt zu werden oder womöglich gar zu verbittern. Viel nützlicher wird sich einsichtsvolle Schonung für ihn auswirken, sollte er sich doch unbedingt nach seinem Zustand richten. Er muss sich einfach mit dem zufrieden geben, was ihm möglich ist, statt gegen sein Los zu hadern.
Verständlich wird eine solche Forderung durch einfache Beispiele. Ein Sohn, dessen Vater sich mit einer Glatze abfinden musste, sollte nicht erstaunt sein, wenn sein Haarwuchs durch lichte Stellen gekennzeichnet wird. – Wenn jemandes Vater und Grossvater schon an Magenkrebs gestorben sind, dann müssen deren Nachkommen mit einer gewissen Veranlagung rechnen und vorbeugend alle Vorsichtsmassnahmen ergreifen, so gesunde Naturkost, richtige Essenstechnik, notwenige Entspannung vor dem Essen und dergleichen mehr, weil dadurch die Krebsgefahr möglichst eingedämmt werden kann. – Hofft ein junges Mädchen mit gesunden Beinen der mütterlichen Veranlagung zu Krampfadern nicht ausgesetzt zu sein, so mag es sich täuschen, denn als junge Frau können sich diese schon nach der Geburt des ersten Kindes getreulich bei ihr einstellen. Die vererbte Veranlagung dazu ist in der Regel der vermehrten Belastung des Kreislaufsystems durch die Geburt eines Kindes nicht immer gewachsen.

Vorbeugung statt Auflehnung

Auch mit Veranlagungen anderer Art ist stets zu rechnen. Veranlagung zu Zuckerkrankheit, Rheuma und Arthritis, wie auch zu gewissen Blutkrankheiten und psychischen Leiden sollten stets berücksichtigt werden. Auflehnung gegen diese Uebertragungsmöglichkeiten erschweren die Umstände nur, während vorbeugendes Verhalten am Platze ist. Je früher damit begonnen wird, um so erfolgreicher kann sich die Einsicht auswirken. Leider möchte aber gerade die heutige Jugend den gewohnten Lebensrhythmus nicht ändern, um geniessen zu können, was noch zu geniessen ist, wiewohl es sich segensvoller auswirken kann, wenn man sich mit kleinen Reizen begnügt, weil ein Uebermass davon seine Reize einbüsst und daher nicht mehr zu befriedigen vermag. Gerade das beweist ja unsere Jugend heute vielfach. Wo liegt also die Tragik der Erbmasse, wenn nicht in unvernünftigen Forderungen. Wir müssen uns mit gewissen Gesetzmässigkeiten abfinden, auch wenn sie uns als Willkür erscheinen mögen. Oder ist es nicht äusserst tragisch, wenn nur eines der Kinder durch die tuberkulöse Mutter die Veranlagung zu dieser Erkrankung erbt, während die andern durch den gesunden Einschlag des Vaters kerngesund und stark durchs Leben gehen können? – Ja, die Vererbungsmacht ist eine geheimnisvolle Wirksamkeit, der wir ausgeliefert sind, wenn wir uns besonders bei ungünstiger Veranlagung nicht streng an gesundheitliche Forderungen halten. –