

# DIE IDEE DER GESUNDHEITSLANDSCHAFT

Vor zwei Generationen erreichten 50 von 100 Neugeborenen das 45. Lebensjahr, heute sind es 62. Diese Verlängerung der mittleren Lebenserwartung verdanken wir der Senkung der Säuglingssterblichkeit, der erfolgreichen Bekämpfung der großen Seuchen, der verbesserten Operationstechnik und modernen Medikamenten, wie den Antibiotika, den Sulfonamiden, und dem überlegenen Handhaben der Herz- und Kreislaufmittel. Alle diese Errungenschaften sind eng verknüpft mit den Fortschritten der Zivilisation, die damit einen entscheidenden Anteil daran hat, daß heute die Menschen in ständig steigender Zahl die Erde bevölkern können und die Aussicht haben, immer länger zu leben.

Die Menschen leben zwar länger, sie sind aber keineswegs gesünder. Die chronischen Herz- und Gefäßleiden, die langwierigen Störungen des Verdauungsapparates, die Verformungen der Füße und die „Abnützungserscheinungen“ an den Gelenken, die Abwegigkeiten des Seelen- und Geisteszustandes, die bösartigen Geschwülste werden zu immer größeren Plagen für die zivilisierte Menschheit. Es ist kein Zweifel, daß die Technisierung und Chemisierung Mitursachen dieser verhängnisvollen Entwicklung sind. Sie machen das Leben bequemer, sie nehmen dem Menschen immer mehr körperliche Arbeit ab, sie halten auch einfache Infektionen von ihm fern, sie bewirken ein künstliches Klima, das im ganzen Haus jahraus, jahrein gleichmäßig ist, sie verhindern jeden Nahrungsmangel, sie haben längst die Gefahren beseitigt, die einstmals dem Menschen von wilden Tieren drohten.

Dafür überschüttet die technische Zivilisation den Menschen mit Lärm, sie versetzt die Luft mit den Abgasen der Industrie und der Motorisierung, sie vergiftet das Wasser mit chemischen Abfallprodukten und mit dem „entseuchten“ Kühlwasser der Atommeiler. Die schrankenlose Anwendung chemischer Insektenvertilgungsmittel bringt diese Chemikalien in Lebensmittel und zwar so heimlich, daß kaum jemand auf diese Schadensquelle achtet; wie überhaupt heute das Versetzen der Lebensmittel mit Chemikalien weltweit verbreitet ist und von der Unbekümmertheit des zivilisierten Menschen den Gefahren seiner eigenen Zivilisation gegenüber zeugt.

Der Lärm ist eine der Begleiterscheinungen der Industrialisierung und Mechanisierung, die dem Menschen am stärksten unangenehm zu Bewußtsein kommen. Er macht sehr nervös. Interessant ist die Feststellung dazu, daß der starke Lärm zu einer Verarmung an Vitamin B<sub>1</sub> im Körper führt. Das Vitamin B<sub>1</sub> — das im Überschuß mit dem vollen Getreidekorn, mit dem Silberhäutchen des Reises, mit der Hirse, mit der Sojabohne gegessen wird — ist ein Teil des Fermentes, das im Kohlehydratstoffwechsel die Brenztraubensäure weiter abbaut. Mangel an Vitamin B<sub>1</sub> bewirkt einen Rückstand an Brenztraubensäure, deren Gehalt im Gewebe und im Blut ansteigt, besonders im Nerven- und im Gehirngewebe. Die Krankheitserscheinungen des Vitamin B<sub>1</sub>-Mangels, der durch die Weißmehlkost unserer Zivilisation sehr gefördert wird, reichen von leichten Nervenschmerzen bis zu den schwersten Nervenstörungen, die die Beri-Beri kennzeichnen.

In der von Industrie- und Motorabgasen vergifteten Großstadtatmosphäre hat man krebserregende Stoffe gefunden und es ist daher nicht verwunderlich, wenn man die Zunahme des Lungenkrebses bei Hunden damit in Zusammen-

hang bringt. Ebenso auffallend ist es, daß bei den Großstädtern der Lungenkrebs stärker zunimmt als bei der Landbevölkerung. Es ist kein Zweifel, daß die Technisierung und Chemisierung den Tabakkonsum fördert; gleichzeitig wurde festgestellt, daß zwischen dem Ansteigen der Zahl der Lungenkrebskranken und der Höhe des Zigarettenverbrauches ein enger Zusammenhang besteht. Ein anderes Beispiel für die verschlungenen Wege, die unsere Zivilisationsschäden gehen können, ist das DDT. Bei einer Anzahl von New-Yorkern wurden kleine Fettproben aus der Haut ausgestanzt und auf ihren Gehalt an DDT untersucht. Bei den meisten wurde DDT gefunden, auch dann, wenn die Untersuchten nie DDT verstaubt hatten. Bei der Schädlingsbekämpfung kommt DDT aufs Gras, wird von den Kühen mitgefressen, mit der Milch, weil es fettlöslich ist, ausgeschieden und verzehrt. Wird die Milch an Schweine verfüttert, dann macht das DDT noch den kleinen Umweg über den Schweinefleischspeck.

Andere Segnungen der Zivilisation haben sich als hinterhältig erwiesen. Wie wird es als Fortschritt gepriesen, daß sie uns die körperliche Arbeit abnimmt. Leider wird die zunehmende Bewegungsarmut als eine der Ursachen der Darmträgheit genannt und mit der Zunahme der Herz- und Kreislaufstörungen in Zusammenhang gebracht. Sie hilft auch mit der Überernährung, die wir auch als Zivilisationserscheinung ansprechen können, die chronischen Krankheitszustände zu vermehren. Es ist von den Lebensversicherungsgesellschaften eindeutig nachgewiesen worden, daß Übergewichtige mehr an den oben aufgezählten Zivilisationskrankheiten leiden als Normal- oder Untergewichtige.

Diese wenigen Beispiele zeigen schon, daß die Gesundheitslandschaft nicht nur eine ruhige, schöne Landschaft in entlegener Gegend sein kann. Man muß von ihr verlangen, daß sie vom Boden auf durch entsprechende Pflege selbst gesund sei, sie soll land- und forstwirtschaftlich genützt werden und ihre Bewohner sollen von der Idee der Gesundheitslandschaft so erfaßt sein, daß sie ihre Einrichtungen — die Küche miteingeschlossen — für zwar notwendige, sonst aber lästige Begleiterscheinungen des Fremdenverkehrs halten. Sie sollten von der Notwendigkeit einer gesunden Lebensführung für sich selbst überzeugt sein. Nur so kann man sicher sein, daß die in der Gesundheitslandschaft Tätigen die Gründung und Erhaltung dieser Institution für wichtig halten. Zu den Einrichtungen der Gesundheitslandschaft gehören die Kompostbereitung, Gärtnereien, Imkereien, Hecken und andere Vorkehrungen für den Vogelschutz und für eine natürliche Schädlingsbekämpfung, Wiesen zum Tauslaufen und zum Spielen, Badeteiche mit Saunabädern, Wassertretgraben und dazu hergerichtete Bachläufe, Wanderwege, vielleicht auch Reitwege, Blumentröge vor den Fenstern und Blumenstreifen auf Dorfplätzen, schöne Dorfbrunnen, gutgeformte Sitze und Bänke zum Entspannen, auch in den Gaststuben; beim weiteren Ausbau käme noch ein Kneippbad und schließlich ein Kurheim dazu. Sehr wichtig ist selbstverständlich die Ernährung, auch dort, wo keine Diät verabreicht wird. Die Küche muß eine wirkstoffreiche Kost auf den Tisch bringen, die nicht mästet und deren Lebensmittel frei sind von chemischen Zusätzen.

So liegt vielleicht der wesentliche Unterschied zwischen den begrüßenswerten Bestrebungen der Naturschutzparks und der Gesundheitslandschaft, daß diese, wenn sie in der idealen Weise nach und nach auf- und ausgebaut wird, keine Reservation und Zuflucht, sondern ein Kraftfeld ist.

Dr. E. Sedlacek, Wien

# ZOBODAT - [www.zobodat.at](http://www.zobodat.at)

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Natur und Land \(vormals Blätter für Naturkunde und Naturschutz\)](#)

Jahr/Year: 1959

Band/Volume: [1959\\_1-3](#)

Autor(en)/Author(s): Sedlacek E.

Artikel/Article: [Die Idee der Gesundheitslandschaft. 8-9](#)