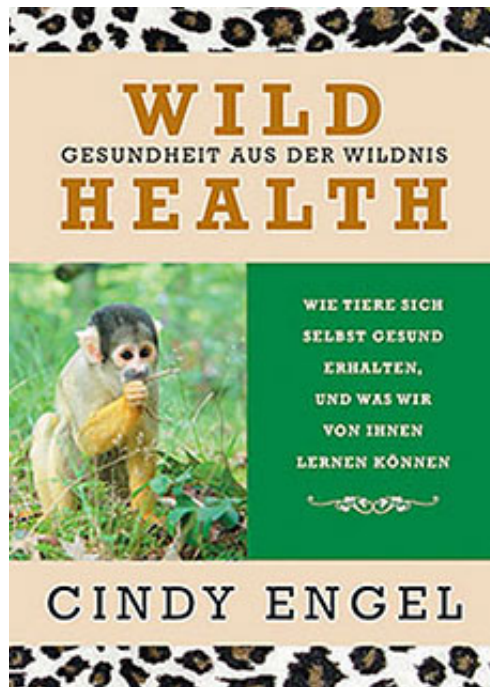


Cindy Engel Wild Health

Leseprobe

[Wild Health](#)

von [Cindy Engel](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b5314>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH
Blumenplatz 2
D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Fax +49 7626 9749 709
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



INHALT

..

EINLEITUNG	1
I LEBEN IN DER WILDNIS	7
1. Gesundheit in der Wildnis	9
2. Die Apotheke der Natur	21
3. Nahrung, Medizin und Selbstmedikation	31
4. Wissen, um zu überleben	50
II RISIKEN FÜR DIE GESUNDHEIT	61
5. Gifte	63
6. Mikroskopisch kleine Feinde	94
7. Klaffende Wunden und gebrochene Knochen	114
8. Milben, Stiche und Juckreiz	136
9. Wirt wider Willen und unwillkommene Gäste	161
10. Wenn Tiere „high“ werden	189
11. Psychische Krankheiten	208
12. Familienplanung	222
13. Angesichts des Unvermeidlichen	236
14. Was wir bis jetzt wissen	254
III DINGE, DIE WIR LERNEN KÖNNTEN	261
15. Tiere in unserer Obhut	263
16. Gesundheitliche Ziele	280
ANMERKUNGEN UND LITERATURHINWEISE	
STICHWORTVERZEICHNIS	333

2 DIE APOTHEKE DER NATUR

Die Pflanze gleicht den eigensinnigen Menschen, von denen man alles erhalten kann, wenn man sie nach ihrer Art behandelt. - *Goethe, 1809* -

Anders als Pflanzen können Tiere die meisten Stoffe, die sie brauchen, um richtig zu funktionieren, nicht selbst herstellen. Stattdessen müssen sie sich auf Pflanzen verlassen, die ihnen direkt oder indirekt das zum Leben Notwendige liefern. Die Gesundheit von Tieren ist daher in hohem Maße von der pflanzlichen Chemie abhängig. Grüne Pflanzen bauen aus den Grundstoffen Sonnenlicht, Luft und Grundwasser Kohlenhydrate, Proteine, Fette, Hormone, Vitamine und Enzyme auf - alles, was sie brauchen, um zu wachsen, Beschädigungen zu reparieren und sich fortzupflanzen. Zusätzlich zu den chemischen Stoffen, die sie für ihren normalen *primären* Stoffwechsel produzieren, synthetisieren viele Pflanzen so genannte *sekundäre* Inhaltsstoffe, die in ihrem Stoffwechsel keinem offensichtlichen Zweck dienen. Bemerkenswert an diesen Sekundärstoffen ist ihre biologische Reaktivität - ihre giftigen oder medizinischen Eigenschaften - und dementsprechend bilden sie den Hauptteil der Apotheke der Natur. Bislang wurden etwa 100.000 verschiedene sekundäre pflanzliche Inhaltsstoffe entdeckt.

Eine Erklärung für die Existenz derartiger Stoffe ist, dass es sich um Abfallprodukte handelt, die die Pflanze nicht ausscheiden kann. Eine breite akzeptierte Theorie besagt, dass diese Stoffe eine sinnvolle Rolle bei der Verteidigung spielen. Wie Tiere müssen sich auch Pflanzen gegen Infektionen mit Bakterien, Viren und Pilzen schützen und viele der Sekundärstoffe sind gegen diese Krankheitserreger sehr wirksam. Außerdem können Pflanzen während einer Infektion spezifische Abwehrproteine produzieren, was durchaus mit der menschlichen Immunantwort vergleichbar ist. Wie unsere eigenen Antikörper bewirken diese Proteine auch eine langfristige Resistenz.

Zusätzlich zur Abwehr von Krankheiten müssen sich Pflanzen auch vor Fressfeinden schützen (Pflanzen fressende Insekten, Säugetiere und Vögel), für die sie buchstäblich feststehende Ziele sind. Als Folge haben daher Pflanzen nicht nur physische und strukturelle Abschreckungsmittel wie Widerhaken, Stacheln und Dornen entwickelt, sondern auch Sekundärstoffe, die Fressfeinde abschrecken. Pflanzen und Tiere befinden sich in einem nie endenden evolutionären Rüstungswettlauf. In diesem Zusammenhang ist es sehr interessant, dass Pflanzen in den Tropen häufiger sekundäre Verbindungen enthalten als in den gemäßigten Klimazonen. Wahrscheinlich verlangt die größere Anzahl von Fressfeinden in den Tropen auch ein entsprechend größeres Arsenal an Abwehrwaffen.

Ideal ist es, wenn allein schon der Geruch ausreicht, um Herbivoren (Pflanzenfresser) abzuschrecken. Falls dem nicht so ist, muss der erste Geschmackseindruck unangenehm genug sein, um weiteren Schaden an der Pflanze zu verhindern. Die ältesten chemischen Stoffe zur Abschreckung von Fressfeinden sind die Gerbstoffe (Tannine), von denen es heißt, dass sie Pflanzen bereits vor den Dinosauriern geschützt hätten. Sie wirken stark adstringierend, so dass sich die Zunge zusammenzieht und die Schleimhaut von Mund und Rachen austrocknet. Sind sie einmal geschluckt, verursachen sie weitere Probleme im Verdauungssystem, indem sie wichtige Mikroorganismen und Enzyme in den Eingeweiden zerstören. Deshalb meiden Weidetiere normalerweise tanninreiche Pflanzen. Medizinisch betrachtet wirken sie jedoch antiseptisch, antibakteriell, antihelminthisch (gegen Würmer), gegen Pilzinfektionen und bei Durchfall.

Viele giftige Sekundärstoffe schmecken bitter und werden daher von den meisten Tieren nur in geringen Mengen aufgenommen. Saponine zum Beispiel schützen eine Pflanze vor Weichtieren, Insekten, Pilzbefall und Bakterien. Sie beeinflussen den Transport von Molekülen durch die Zellwände und können sogar rote Blutkörperchen zerstören. Alkaloide, die von etwa 20 % aller blühenden Pflanzen (vor allem in den Tropen) produziert werden, schmecken ebenfalls bitter. Es handelt sich um hoch reaktive Substanzen, die einen starken Einfluss auf physiologische Vorgänge haben und bereits in sehr geringen Dosen wirken. Pflanzen speichern sie in peripheren Bereichen wie in der

Rinde, den Blättern oder in den Früchten. Atropin aus der Tollkirsche, Psilocybin des so genannten „magischen Pilzes“ (*Psilocybe mexicana*) und Mescaline des Peyote-Kaktus sind Beispiele für Alkaloide. Vom Schierling ist bekannt, dass er von europäischen Hexen verwendet wurde. Er enthält acht verschiedene Alkaloide, die für viele Tiere, den Menschen eingeschlossen, giftig sind. Die Rinde des Cinchona-Baumes (Chinarinde) enthält das Alkaloid Chinin, ein wirksames Malariamittel. Verschiedene Pflanzen, unter anderem die Tabakpflanze, enthalten das bekannte Alkaloid Nikotin. Einige Alkaloide sind strukturell den Neurotransmittern, Botenstoffen im Zentralnervensystem von Tier und Mensch, erstaunlich ähnlich. Dopamin, Serotonin und Acetylcholin sind Beispiele hierfür. Da die sekundären Inhaltsstoffe bei der Abwehr verschiedensten Zwecken dienen, ist ihr Wirkungsspektrum breit gefächert. Viele sind für Insekten und Wirbeltiere giftig und hemmen gleichzeitig das Wachstum von Bakterien oder anderen Pflanzenkeimlingen.

Pflanzen sind außerdem in der Lage, sich mit Sekundärstoffen zu schützen, die nur ausgeschüttet werden, wenn sie attackiert werden. Wenn Akazienbüsche von Rehen beknabbert werden, enthalten die nachwachsenden Blätter eine höhere Konzentration an giftigen Abwehrstoffen. Sie beeinträchtigen die Fortpflanzung und rufen neurologische Störungen bei Tieren hervor, die so unklug sind, für eine zweite Mahlzeit an denselben Busch zurückzukehren. Diese speziell ausgelösten Abwehrreaktionen gibt es auch bei Angriffen durch Mikroorganismen. Wenn Weinstöcke von Pilzen befallen werden, geben sie einen als Resveratrol bezeichneten Stoff ab, der gegen Pilze sehr wirksam ist. Dieser ist in großer Menge in den Schalen roter Weintrauben zu finden und bleibt auch nach dem Prozess der Weinherstellung biologisch aktiv. Dies ist ein Grund dafür, warum ein moderater Genuss von Rotwein einen positiven Einfluss auf das Risiko für Herzerkrankungen und Krebs hat.⁽²⁾

Ein sekundärer Inhaltsstoff des Giftsumach verursacht eine Kontaktdermatitis, eine schmerzhaft Blasenbildung der Haut, die nach dem Kontakt wochenlang anhalten und sehr empfindliche Personen sogar töten kann. Obwohl dies mit Sicherheit ein sehr wirksames Abschreckungsmittel gegen Weidetiere ist, wird dasselbe Pflanzenmaterial beim Menschen eingesetzt, um bakterielle Infektionen wie Gonorrhö, Dysenterie und Gasbrand zu heilen.

3 NAHRUNG, MEDIZIN UND SELBSTMEDIKATION

Lasse deine Arzneien in des Apothekers Topf, wenn du
deinen Patienten mit Nahrung heilen kannst. -
Hippokrates, 5. Jahrhundert vor Christus -

NAHRUNG IST MEHR als nur ein Energielieferant. Sie ist die Substanz, aus der wir Tiere gemacht sind, und kann uns als solche gesund oder krank machen. Obwohl im Allgemeinen anerkannt wird, dass Nahrungsmangel zu Krankheiten führt, dass der übermäßige Genuss bestimmter Nahrungsmittel zu chronischen Herzerkrankungen, Bluthochdruck, Krebs, Arteriosklerose und Diabetes führt und auch, dass viele Nahrungsbestandteile uns vor Krankheiten schützen können, haken sich nur *wenige Menschen in der westlichen Welt* an Hippokrates Rat. Im vergangenen Jahrhundert hat die pharmazeutische Industrie einen Keil zwischen Nahrungs- und Arzneimittel getrieben, so dass das Wort *Medizin* inzwischen mit der Therapie mit chemischen Medikamenten gleichgesetzt wird. Die Industrie hat natürliche, pflanzliche Inhaltsstoffe in Medikamente umgewandelt, die sie durch synthetische Massenproduktion in viel größeren Mengen herstellt, als es durch die Extraktion von Pflanzen möglich wäre. Sie hat neue künstliche Medikamente entwickelt, die den Körper auf starke, dramatische und sehr schnelle Weise beeinflussen und, was für die pharmazeutische Industrie sehr wichtig ist, die patentierbar sind, was auf traditionelle pflanzliche Heilmittel nicht zutrifft. Wir sehen Medizin und Nahrung nun als zwei gänzlich verschiedene Dinge an: Medizin ist nichts, was wir für uns selbst tun, sondern etwas, was wir von Fachleuten kaufen.

Diese Unterscheidung wird von Ärzten der nicht westlichen Welt (und manchen der westlichen Welt) nicht so klar getroffen. Sie verwenden Nahrung, sowohl um Krankheiten vorzubeugen als auch um zu heilen. In der traditionellen chinesischen Medizin werden beispielsweise eine bakterielle Dysenterie mit gewöhnlichen Tomatenpflanzen und Asthma mit gedämpftem Kürbis behandelt. ¹ Solche Kuren mit Nahrungsmitteln halten wissenschaftlichen Untersuchungen durchaus stand. Eine Studie der Harvard Medical School hat ergeben, dass das Verzehren von mehr als zwei auf Tomaten basierenden Mahlzeiten pro Woche das Risiko, an Prostatakrebs zu erkranken, um nicht weniger als 34 % senkt. Nahrungsmittel bewirken daher mehr, als Tiere nur am Leben zu halten. Sie können Tieren helfen, gesund zu bleiben.

Wenn wir Tiere beobachten, ist es oftmals schwierig, zwischen Verhalten, das der Nahrungsaufnahme, und solchem, das medizinischen Zwecken dient, zu unterscheiden, denn dies ist eine *künstliche* Einteilung. Nahrung und Medizin können besser als zusammenhängendes Ganzes beschrieben werden: Nahrungsmittel mit hohem Energiegehalt, die in erster Linie der Energieversorgung wegen aufgenommen werden, stehen an einem Ende der Skala, und in starkem Maße bioaktive Substanzen, die normalerweise nicht als Nahrungsmittel angesehen werden, sondern die zu medizinischen Zwecken konsumiert werden, stehen am anderen Ende. Vieles, was Tiere in der freien Wildbahn zu sich nehmen, ist irgendwo in der Mitte zwischen diesen Extremen anzusiedeln, stellt jedoch einen entscheidenden Beitrag zur aktiven Gesunderhaltung der Tiere dar. Wenn wir entdecken wollen, wie Wildtiere gesund bleiben, müssen wir ihre Ernährungsweise genauer betrachten.

ÖKOLOGISCHE NISCHEN

Jede Art hat ihre eigenen speziellen Anforderungen an den Energie- und Nährstoffgehalt, abhängig von der Rolle, die die Tierart im Ökosystem spielt, ob sie den Dung von Pflanzenfressern frisst, anderen Raubtieren die Beute stiehlt oder Blätter von Bäumen äst. Jede Art hat einen eigenen Weg entwi-

KLAFFENDE WUNDEN UND GEBROCHENE KNOCHEN

Sobald es Leben gibt, gibt es Gefahr. -

Ralph Waldo Emerson, 1860 -

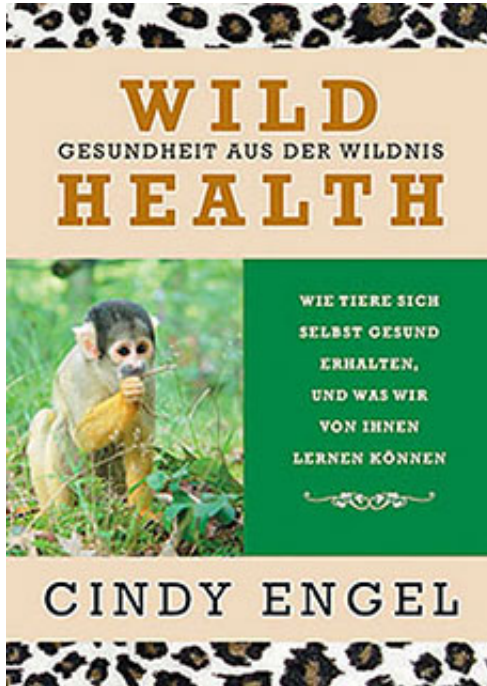
„Die FÄHIGKEIT DER GORILLAS, sich zu erholen, wird nie aufhören, mich zu erstaunen“, schrieb Dian Fossey, als sie die Schädel zweier Silberrücken untersuchte, die sie in den Virunga-Bergen Ruandas gefunden hatte. In den Knochen der Augenbrauen war bei beiden ein Stück Zahn eines anderen Silberrückens eingebettet und anhand des Knochenwachstums konnte sie bestimmen, dass beide diese ersten Wunden in ihrer Jugend, also viele Jahre zuvor, zugefügt bekommen hatten. Dies sind bei Gorillas häufig vorkommende Wunden. Von 64 Skeletten, die Dian Fossey im Laufe der Jahre gesammelt hatte, wiesen 74 % verheilte Kopfwunden auf und bei 80 % waren Eckzähne abgebrochen oder fehlten ganz. Während ihrer 13 Jahre Forschung sah sie viele Anzeichen für die Fähigkeiten der Gorillas, Verletzungen zu überleben, eine große Anzahl Narben und verheilte Wunden mit zickzackförmigen Narben auf ihren massigen Köpfen eingeschlossen.¹

Ähnliche Beispiele effektiver Heilung sind auch bei den Schimpansen in Gombe alles andere als selten. Ein heranwachsender Schimpanse namens Sherry zog sich eine tiefe, klaffende Wunde am Oberschenkel zu, die eine Woche lang nach Fäulnis stank und auch nach 20 Tagen immer noch „sichtbar schlecht“ war. Doch nach einem Monat erschien die Wunde komplett verheilt. Ein anderes Männchen im gleichen Alter wurde durch ein Buschschwein während der Jagd verletzt und wies im unteren Rückenbereich eine tiefe Wunde auf. Obwohl es ihm fünf Tage lang schwer fiel zu laufen, hatte er sich binnen zwei Wochen komplett erholt. Auch bei Steppenzebras wurde beobachtet, wie sie sich von schweren Verletzungen erholten. Ethologen entdeck-

ten eine Stute mit einer frischen zehn Zentimeter langen und 40 Zentimeter breiten klaffenden Wunde. Die Wunde infizierte sich später und eiterte. Trotz alledem war sie nach drei Monaten komplett verheilt und die Narbe konnte man nur an einer leichten Verschiebung im Streifenmuster erkennen.

Auch Knochen können brechen - und gerade und genau passend zusammenwachsen. Ein Drittel aller asiatischen Gibbons haben von Zeit zu Zeit einen Knochenbruch. Im Mikumi-Nationalpark in Tansania weisen fast alle Steppenpaviane, die älter als 13 Jahre sind, alte verheilte Knochenbrüche an verschiedenen Stellen des Körpers auf. Eine Analyse von toten Kojoten und Wölfen in Kanada ergab, dass sie zahlreiche verheilte Rippenbrüche aufwiesen - Brüche, die durch Tritte ihrer Beutetiere, Karibus und Rentiere, entstanden waren. Selbst der Verlust einer Hand oder eines Fußes (meist durch von Jägern ausgelegte Schlingen) ist für Paviane, Gorillas oder Schimpansen nicht unbedingt tödlich. Die meisten Langzeitstudien über Primaten enthalten zumindest einen Fall, in dem eines der Studienobjekte eine Amputation überlebt hat.

Auf irgendeine Art und Weise sind diese Säugetiere in der Lage, Wunden sauber verheilen zu lassen, selbst wenn sie von mit Keimen überzogenen Zähnen oder Klauen stammen, und das obwohl sie in einer an Pathogenen reichen Umgebung leben. Außerdem verfügen sie nicht über eine Tetanusimpfung, können Wunden nicht nähen oder verbinden und haben keine Schlingen für gebrochene Gliedmaßen. Solche Heilungsfähigkeiten erscheinen uns fantastisch, verglichen mit unseren eiternden Geschwüren, wund gelegenen Druckstellen und Blutvergiftungen.



Cindy Engel

[Wild Health](#)

Gesundheit aus der Wildnis. Wie Tiere sich selbst gesund erhalten und was wir von ihnen lernen können

348 Seiten, geb.
erschienen 2005



Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de