

Gesundheitslehre in den Tropen.

Von F. H. Galleki-Levaja.

Es wird so viel von den Gefahren des Tropenclimas, besonders von den Hauptgefahren der Tropen — der Malaria und der Dysenterie — geschrieben und gesprochen, daß der unfundierte Reisende leicht auf den Gedanken kommt, ein vorübergehender oder längerer Aufenthalt in den heißen Landschaften zwischen den beiden Wendekreisen schließe die Gefahr der Erkrankung an Malaria, Ruhr, Leberentzündung usw. ohne weiteres in sich. Diese Meinung dürfte manchen Einwanderungsberechtigten nützlich gewesen. Es kann darum nicht oft und nicht nachdrücklich genug betont werden, daß für die Tropenkrankheiten die Prophylaxe, d. h. die vorbeugenden Maßnahmen, einen hervorragenden und mindestens ebenso hohen Wert haben, wie die starken Dosen des bei Ausbruch des Tropenfiebers schwer zu umgehenden Chinins. Die Lehre von der „Tropenhygiene“ wird sich allmählich zu einer Wissenschaft auswachsen. Daß das Leben in dem tropischen Indien, Afrika usw. mit mannigfaltigen Gefahren für die Gesundheit der Weißen verbunden ist, muß beachtet werden. Sie sind zumeist auf das Konto der vernünftigen Lebensweise und des Mangels an hygienischen Maßnahmen seitens des Reisenden und Auswanderers zu schreiben. Der Europäer und überhaupt der Weiße, der in heißen Ländern an der üblichen kultivierten Lebensweise festhält, wird unbeschadet früher oder später erkranken. Leider wird im Eisen und Tinten nur zu sehr geschätzt. Brandv, Bitterschnaps, Bier, Sekt und schwere Rotweine, also Alkohol in jeglicher Form, werden öfters am Tage und zumeist in erheblichen Mengen verzehrt. Man vergessensmäßig sich hierbei gleichmäßig, daß die meisten Getränke, die nach den Tropenländern expediert werden, der größeren Haltbarkeit wegen einen höheren Gehalt an Alkohol erhalten. Rechnet man nun zu den starken Getränken, welche in den Tropen den Kopf und die Verdauungsorgane doppelt schwer belasten, die süßigen und komplizierten Fleischspeisen, so wird man sich leicht vorstellen, daß die Mehrzahl der Fieberfälle weniger den abnormen klimatischen Verhältnissen als den wenig zweckmäßigen Lebensgewohnheiten zuzuschreiben ist.

Zahlreiche erfahrene Tropenkenner, wie z. B. Claus von Anderjén, Baumgarten, Kurt Töppen, Dr. Fischer, A. Boshart usw., sind alle derselben Meinung, daß der übermäßige Alkoholgenuß die Widerstandskraft gegen das Fieber herabsetze. „Jeder gesunde Europäer“, schreibt Claus von Anderjén („Kolonialpolitische Korrespondenz“ 1880, Nr. 30) „kann sich in Ostafrika leicht akklimatisieren und wohl fühlen, wenn er verständig ist. Wer von den meisten Erkrankten der Europäer im Kongogebiet Schlüsse ziehen will, auf das Klima in Diarriba, für den würde es sich empfehlen, zuvor Erkundigungen über die Lebensweise der kongoischen-Unterthanen einzuziehen. Die Quantitäten geistiger Getränke aller Art und die Konferenzen, welche dort verachtet werden, würden besser in eine Kolonie am Nord- oder Südpol passen, als in das tropische Klima.“ Und ein anderer Tropenkenner, Dr. A. Fischer, schreibt: „Wenn die Leute, die in den Tropen sich aufhalten, das Gewissen von dem tun, was der Gesundheit dienlich ist, so darf man sich nicht wundern, daß so viele an den Folgen des Klimas“ zu leiden haben. Man muß es gesehen haben.“ Schreibt derselbe Verfasser weiter, „wie von einem großen Teile der europäischen Kaufleute in Indien gelebt wird, um es zu verstehen, daß die meisten (übertraf nach Europa zurückkehren.“ Wenn sie nicht vorher an Fiebern zugrunde gehen — wollen wir hinzufügen. Der Körper des Weißen zeigt in den Tropen eine weitläufige größere Empfänglichkeit für äußere Einflüsse als der des Eingeborenen, z. B. des Negers. Und eine von ganz aus schwache Konstitution wird natürlich noch geringere Widerstandsfähigkeit gegen die Einflüsse besitzen als eine kräftige, nervöse. Beide aber, der Art wie der schwächliche Organismus erleidet in der ersten Zeit ihres Tropenaufenthaltes einen Kräfteverlust, der zum Fieber neigt macht. Die hohe Temperatur ist verbunden mit der Luftfeuchtigkeit auf Hauttätigkeit, Herz und Nerven tiefergreifende Wirkungen. Während in dem gemäßigten Klima die Schwereabsonderung ein vorübergehender Zustand der Haut ist, macht sich in den Tropen eine beständige Wasserabgabe an der Oberfläche derselben bemerkbar. Die Atmung zeigt sich beschleunigt, der Puls ist unregelmäßig. Aber die schnellsten Atemzüge, die gehobene Reizbarkeit des Herzens und der lebhafteste Puls schlagen lassen sich, sobald sich der Europäer an das Tropenklima gewöhnt hat. Die Körperwärme zeigt eben das Verhalten, eine Anpassung der Leistung an die veränderten Verhältnisse herbeizuführen. So beschaffen die Lungen nach behändlicher Akklimatation die Erscheinung der Tiefatmung bei. Der Gehalt des Körpers an Wasserstoff, dünner Luft der Tropen eine vermehrte Sauer-

stoffzufuhr, und der menschliche Organismus arbeitet so lange und so intensiv, bis er sie automatisch, ohne Zutun des Menschen geregelt hat.

Wenn daher behauptet wird, daß es z. B. gegen das afrikanische Fieberklima keine Akklimatationsmöglichkeit gebe, so ist das irrig. Kommt dem außerordentlichen Anpassungsbestreben des Körpers noch eine verständig geübte Prophylaxe zu Hilfe, so kann sich der Europäer Jahre hindurch in den Tropen widerstandsfähig erhalten. Zu den vorbeugenden Maßnahmen gehört, nächst der Forderung einer mäßigen Lebensweise, eine peinliche Reinlichkeit. Tägliche Bäder und häufige Waschungen, nicht im Freien, sondern besser im wohlverschlossenen mündlichen Räume, Brausen mit darauffolgenden Abreibungen des Körpers sind von der wichtigsten Wirkung. Claus von Anderjén empfiehlt jeden Abend ein kräftiges Waschen des Körpers und darauf ein ableitendes warmes Fußbad. Ein vorzügliches Mittel, um vorhandene Störungen des Organismus zu beseitigen und den Kopf zu entspannen! Schädliche Gewohnheiten, wie z. B. das Rauchen, sollten auch aufgegeben werden. Das Rauchen hat zwar keine so schädlichen Wirkungen, wie die Exzesse im Essen und Trinken, immerhin übt es auf die ohnehin beschleunigte Herzschlagkraft einen ungünstigen Einfluss aus. Greift dann der Wohlweisensrand — nachdem sein von Europa mitgebrachter Vorrat aufgebraucht ist, nach dem schlecht präparierten Kraut der Eingeborenen, das statt aus der ungeputzten Holzrinne geraucht wird, ist er noch übler daran. Bezüglich der Diät sei bemerkt, daß eine kräftige Pflanzennahrung und allenfalls etwas mageres Fleisch von erprobten Afrikanern als das beste prophylaktische Mittel gegen das Fieber der Kranke gelten gepriesen worden ist. Als Getränk diene abgekochtes, filtriertes Wasser mit Zusatz der in den Tropen außerordentlich schärfen und geschunden Zitronenfrucht. Früchte werden im übrigen nicht immer gut vertragen, vor allem müssen sie in geschwunden Zustände genossen werden; man meide das Übermaß! Ein sehr angenehmes, etwas lässlich schmeckendes Kompott, das auch Dysenteriekranken gute Dienste leistet, erhält man durch Abkochen des Fleisches der noch vollkommen unreifen Mangoerucht. Stark vermischt, ähnelt es unserem Apfelsaft. Dr. Fischer beobachtete, daß die auf Zanzibar wachsende Ananas, auch reichlich genossen, von vielen gut vertragen wurde, während die von der ostafrikanischen Küste stammenden Früchte häufig Darmfalarbe hervorriefen.

Die zwei Hauptgefahren des Europäers in den Tropen sind, wie schon eingangs erwähnt wurde: das Malariafieber und die Dysenterie. Nach neueren Beobachtungen wird die Malaria nicht durch irgend welche aus dumpfigen Niederungen, Zuhütten und Lämpeln aufsteigende Miasmen verursacht, sondern durch eine Mückenart, die Anopheles, welche durch ihren Stich das Malariagift von Fall zu Fall überträgt. Allerdings pflegt die Anopheles ihre Brutstätten in Sümpfen und Lämpeln zu legen. Daher wird die Hygiene des Hauses und der nächsten Umgebung desselben von größter Wichtigkeit sein, um dieses gefährliche Insekt nach Möglichkeit fern zu halten. Man sollte nicht auf Kosten einer geschwundenmässigen Einrichtung Sparantekostspott treiben. Ein zweckmäßig eingerichtetes Bett, ein geschwunden Schlafkammer mit bequemem Bett sind zur Erhaltung der Gesundheit nötig. Bei weiten Märchen wird der Reisende gut daran tun, ein praktisches Zelt mitzunehmen. Unter einem solchen versteht man ein Zelt mit Doppelbedachung, das obere Dach muß aus regenbeständigem Stoff bestehen und weit über die unteren Wände hinausragen. Das Zeltdach ist bei nassem Wetter in einem regenbeständigen Sack zu tragen, tagsüber sollte es frei von der Sonne beschienen werden. Eine vernünftige hygienische Maßregel verbietet den Aufenthalt an den dünnsten, mit Regenzeit füllt den Bergessen dieser Regel zu den schwersten Erkrankungen. Für jeden Tropenreisenden ist die Mitnahme eines Moskitonezes und ebenso eines Tropenhelms unerlässlich. Das erste gibt Schutz (besonders bei Nachtzeit) vor dem gefährlichen Stich der Anopheles, und der Tropenhut schützt gegen die Sonne. Neulinge, die minutenlang sich zu schützen versuchen, werden vom Stichschlag getroffen. Todesfälle dieser Art sind öfters zu verzeichnen gewesen. Es soll noch bemerkt werden, daß das regelmäßige Einnehmen seiner Chinindosen im geschwunden Zustände als ein prophylaktisches Mittel gegen die Malariaerkrankung gilt. Viele Afrikaer kennen beibringen die Nützlichkeit dieser Maßregel. So behauptet A. Boshart, daß das Chinin — als vorbeugendes Mittel — nur zum Zweck der eigenen Verhütung genommen werde, also eine Art von suggestiver Wirkung übe. Die größte Sorgfalt soll auf Beschaffung guten Trank- und Kochwassers gelegt werden. Abkochen und Filtern selbst des bestaussehenden Wassers sind Hauptfordernisse jeder vorsichtigen Tropenhygiene. Wichtig ist