

10. Die Pflicht in den Tropen gesund zu sein.

Von Oberregierungsrat Dr. med. Külz.

Aus „Afrika-Post, Zeitschrift für deutsche Interessen in Afrika“, Nr. 6 Jahrgang 1913.

Verstand, Wissen und technische Fertigkeiten allein genügen nicht zur vollen Ausfüllung des Berufes für den im Tropenklima lebenden Europäer. Es bedarf außerdem körperlicher Widerstandskraft, und zwar einer Widerstandskraft, die weit größer sein muß als die in der Heimat erforderliche; denn nicht nur die gesundheitlichen Gefahren sind hier zahlreicher, sondern das tropische Klima stellt an sich schon stärkere Anforderungen an den Organismus. Es ist also zunächst eine Pflicht gegen uns selbst, erhöht auf die Gebote der Hygiene zu achten. Aber nicht allein die Pflicht gegen das eigene Ich stellt diese Forderung, auch von anderen Gesichtspunkten aus müssen wir eine Pflicht, gesund zu sein, gerade in unseren tropischen Kolonien besonders anerkennen. Schon oft habe ich bei persönlicher Diskussion über hygienische Vorsichtsmaßregeln, etwa über die Chininprophylaxis oder über andere Schutzmittel gegen die Malaria vorgehalten bekommen: „Ich will lieber ab und zu mein Fieber in Kauf nehmen; was macht's, wenn ich es habe, das ist meine Privatsache.“ Grundsätzlich! Es ist nicht Privatsache, Erstens ist jeder mit einer übertragbaren Krankheit Behaftete eine direkte Ansteckungsquelle für seine Umgebung, und er weiß nicht, ob die gleiche Krankheit, die bei ihm vielleicht glimpflich abläuft, bei denjenigen, dem er sie vermittelt, nicht möglicherweise ein schlimmes Ende nimmt. Zweitens aber schädigt jede ernste Erkrankung und jeder Todesfall das gesundheitlich ohnehin in der Heimat nicht besonders hohe Renommee unserer tropischen Besitzungen; denn erstere werden vom Fernstehenden in ihrer Gesamtheit als Folgen des „heimtückischen Klimas“ angesehen, und niemand kann aus der Summe der Opfer diejenigen herausfinden, bei denen mittelbar oder unmittelbar eine hygienische Pflichtversäumnis vorlag. Gerade besonnene Leute werden sich daheim leicht durch eine falsche Bewertung des gesundheitlichen Risikos, das ihrer in der Kolonie harret, abhalten lassen, sie aufzusuchen. Rücksicht gegen unsere Mitmenschen und Rücksicht auf unsere Adoptivheimat müssen uns demnach außer der Rücksicht gegen uns selbst die Pflicht diktieren, Krankheiten, die wir vermeiden können, nicht leichtsinnig auf uns zu nehmen. Die Zahl der durch Unachtsamkeit und Nachlässigkeit verschuldeten Erkrankungensfälle ist gar nicht gering. Wenn einer ungekochtes oder ungefiltertes Wasser trinkt, von dem er nicht den Beweis hat, daß es einwandfrei ist, und wenn er danach an Dysenterie erkrankt, wenn einer seinen Malariachutz lax betreibt und sich deshalb ein Fieber zuzieht, so hat er eben nicht alles getan, was er zur Ver-

meidung dieser Krankheit hätte tun können, er hat eine Pflichtver-säumnis begangen. Alle Dienstherren in der Kolonie, Regierung, Firmen, Missionsgesellschaften haben gleichermaßen ein großes Interesse daran, daß sich ihre Funktionäre leistungsfähig erhalten; denn was kann ihnen an einem Angestellten gelegen sein, der alle Monate einige Tage lang vom Dienste fern bleiben muß? Gesunde Knochen, gesunde Muskeln, gesunde Organe sind uns nötig im Tropenklima, und nicht zuletzt ein widerstandsfähiges Nervensystem. Auf die Frage, welches die schlimmste Tropenkrankheit sei, darf man mit gutem Recht antworten: die Nervosität, denn der körperlich Erkrankte schadet nur durch das, was er während seiner Krankheit unterläßt, der Nervöse aber auch mit dem, was er tut, und die Nervosität ist von vornherein eine langwierige chronische, oft genug wenigstens im Tropenklima unheilbare Krankheit. Leider ist die Nervosität der Tropenbewohner in ihrer Ausschreitung nicht recht zu kontrollieren, denn die Grenze zwischen Gesundem und Krankhaftem geht gerade bei ihr unmerklich ineinander über, und bei seiner Krankheit ist die Selbsttäuschung größer als bei ihr. Ich kenne so manchen Kolonisten, der aufs tiefste empört sein würde, wenn ich ihm meine volle ärztliche Ueberzeugung von seiner hochgradigen Nervosität offenbarte. Alle Stadien von nervöser, überhasteter Viel-geschäftigkeit, von harmloser Reizbarkeit, ebensowohl wie vom un-verbesserlichen Querulanten-tum bevölkern ihr Gebiet.

Wir haben die Pflicht, gesund zu sein, und ihre Erfüllung ist uns eigentlich nicht allzuschwer gemacht; denn jeder weiß aus mündlicher oder gedruckter Belehrung, was er zu tun und was er zu unterlassen hat, um ihr nachzukommen. Meist fehlt es auch nicht an der Einsicht, sondern am Willen. Die Energie scheint unter tropischen Verhältnissen leichter zu erlahmen als daheim, und doch ist gerade sie unerläßlich für erfolgreiche kolonisationsarbeit; denn nicht nur gute Ideen tun uns not, sondern auch Leute, die sie ausführen. Mancher wird bei der brennenden Zigarre im Lehnstuhl auf der Veranda an einem einzigen Nachmittage ein ganzes Duzend neuer kolonialer Probleme schmieden können; weit schwieriger schon ist es, nur zweien von ihnen allgemeine Geltung zu verschaffen, und am schwierigsten, eins von allen praktisch durchzuführen. Ausdauernde Kämpfer in der Front sind es, die den kolonisationserfolg verbürgen, und der Grundpfeiler ihrer körperlichen und psychischen Ausdauer ist ihre Gesundheit.

Für eine ganze Anzahl tropischer Infektionskrankheiten wissen wir, wie wir uns gegen sie zu schützen haben. Aber mit der Befolgung dieser direkten Vorsichtsmaßregeln gegen Infektionskrankheiten ist unsere hygienische Pflicht nicht voll erfüllt. Wir müssen unsern Organismus auch so weit stählen bzw. widerstandsfähig erhalten, daß er, wenn eine nicht vermeidbare Krankheit ihn befällt, oder wenn im Laufe der Jahre die Einflüsse des Tropenklimas sich zu summieren beginnen, ihnen erfolgreich zu trozen vermag. Jeder Arzt wird hierbei an sportliche Betätigung denken; denn gerade die

Pflicht, gesund zu sein, kann jedem durch Betreiben eines „vernünftigen“ Sportes wesentlich erleichtert werden. „Vernünftig, das heißt ohne die bei Engländern und Amerikanern so beliebten Auswüchse zu züchten und ohne den bei uns Deutschen gepflegten Brauch, den Erfolg der sportlichen Übungen durch ein anschließendes Zechgelage zu vereiteln. Sportübungen sind uns im Tropenklima nicht nur wegen ihrer Gymnastik für Skelett und Muskulatur, für Herz und Lungen dienlich, sondern auch wegen ihres Einflusses auf unser psychisches Befinden. Gerade sie sind geeignet, den Beeinträchtigungen des Nervensystems durch tropische Verhältnisse entgegenzuwirken. Sie fördern Ruhe, Ausdauer und Kaltblütigkeit; sie gewöhnen an planmäßiges und doch rasches und selbständiges Handeln; sie bannen Kopfhängertum, Neurasthenie und Blasiertheit, die auch unseren kolonialen Neuländern nicht ganz fern geblieben sind; sie lehren die Rücksichtnahme auf das Mitspielen anderer und die Unterwerfung des eigenen Ich unter die Kunstregeln und das Urteil sachverständiger Richter, alles Vorteile vom großem Gewinn für den kolonialen Praktiker. Aber auch der, dem es an irgend welchen äußeren Gründen unmöglich ist, sich an sportlicher Vereinstätigkeit zu beteiligen, hat für sich allein mannigfache Gelegenheit zu körperlicher und psychischer Rekreation, in der das Wesen allen vernünftigen Sportes beruht. Bedingung ist nur, daß alle solche Betätigungen, wie Spaziergänge, Bergsteigen, Zimmergymnastik, Reiten, Fahren usw., mit einer gewissen Regelmäßigkeit getrieben werden; denn nur so vermögen sie wirklich einen hygienischen Erfolg zu verbürgen. Als zu solchem Sport im weiteren Sinne des Wortes gehörig sei noch die beinahe jedem Europäer ohne großen Kostenaufwand mögliche Beschäftigung mit Gartenbau genannt. Wer regelmäßig nach beendetem Tagewerk sich nicht scheut, $\frac{1}{2}$ —1 Stunde bei der Bestellung oder Pflege seines Gemüse-, Frucht- und Blumengartens Hand anzulegen, der wird sich damit über manche leibliche und geistige Erschlaffung oder kleine Misere des kolonialen Lebens hinwegsetzen oder gegen sie wappnen können, ganz abgesehen von der Verbesserung seiner Lebenshaltung, die er dabei erzielt.

Den Sport treiben und den Alkohol meiden!

Es scheint in den letzten Jahren besser geworden zu sein mit dem Alkoholkonsum der Europäer in den Kolonien, aber es ist noch längst nicht gut damit! Gerade er ist das größte aller Hindernisse, die unserer Pflicht, gesund zu sein, entgegenstehen. Wir trinken noch viel zu viel alkoholische Getränke im heißen Klima. Ich habe für die 7 Jahre von 1902—1908 im nachfolgenden eine Tabelle zusammen gestellt, die Aufschluß über den Kameruner Import an Wein (stille Weine und Schaumwein) und Bier gibt ihm ins Verhältnis setzt zur Kopfszahl der Europäer:

Kalender- jahr	Eingeführter Wein i. Litern	Eingeführtes Bier	Einwohner- zahl	Wein pro Kopf	Bier pro Kopf
1902	75 992	305 533	670	113	456
1903	88 941	298 593	710	125	420
1904	91 727	247 486	826	109	300
1905	103 721	253 032	896	116	282
1906	123 694	311 903	1010	122	309
1907	144 671	362 838	1128	128	322
1908	93 752	342 339	1127	83*)	303

*) Der scheinbar starke Rückgang des Weinimportes 1908 beruht darauf daß von diesem Jahre ab der sogen. Muskatwein, ein billiges und bei den Eingeborenen beliebtes Alkoholum, nicht mehr als Wein, sondern als Schnaps verzollt wird. Dadurch ist er vom Weinkonto verschwunden und, soweit er überhaupt noch importiert wird, aufs Branntweinkonto gekommen.

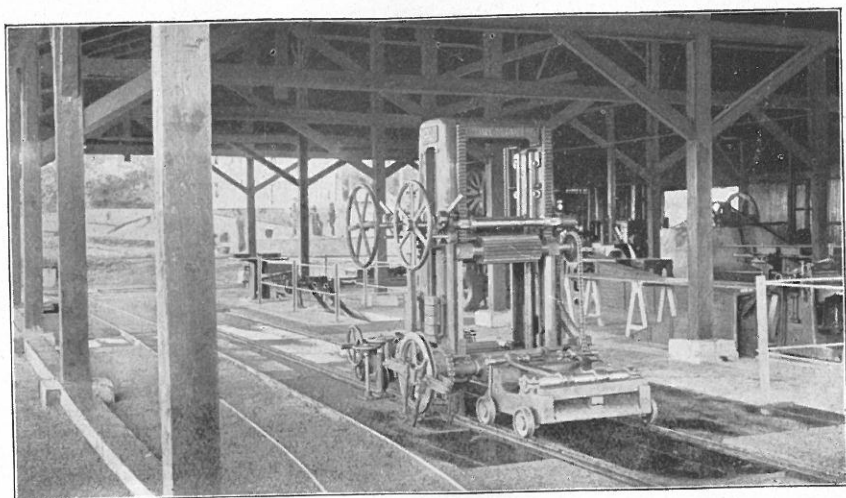
Diese lose in der Luft schwebenden Zahlen sagen für sich allein noch nicht viel, obwohl vielleicht ein gewandter Zahlenjongleur mit ihnen allerhand kühne Zauberkunststückchen vollführen könnte. Gar manche auf ihre Höhe einwirkenden Begleitumstände müssen berücksichtigt werden. So ist zunächst zu bedenken, daß in der Kopfszahl der Europäer alle Frauen und Kinder mit ihrem verschwindenden Anteil am Alkoholverbrauch mit einbegriffen sind. Die auf den männlichen Teil der Bevölkerung allein entfallende Kopf-Quote würde sich deshalb noch bedeutend erhöhen. Anderseits darf nicht vergessen werden, daß ein gewisser Bruchteil des importierten Bieres und Weines nicht von Weißen, sondern von jenen halbzivilisierten Eingeborenen genossen wird, die in der Nachahmung europäischer Bräuche bis zum Bier- und Weintrinken gediehen sind. Vor allem aber kommt zu dem Konsum der Europäer an Wein und Bier der statistisch leider nicht faßbare, aber gewiß nicht gering zu veranschlagende Verbrauch von Whisky, Kognak und Likören hinzu. Namentlich der Whisky bildet ja, mit Sodawasser mehr oder weniger verdünnt, für sehr viele Kolonisten das bevorzugte alkoholische Getränk. Ob sein Konsum in der Abnahme begriffen ist, wage ich mindestens stark zu bezweifeln. Ferner gibt nur die Berücksichtigung einer größeren Jahresreihe brauchbare Vergleichspunkte; denn von einem Jahre zum andern ist der Import namentlich haltbarer Alkoholum aus äußeren Gründen oft verhältnismäßig großen Schwankungen unterworfen. Eine bevorstehende Zollerhöhung wird z. B. eine gesteigerte Einfuhr in dieser der Erhöhung vorausgehenden Zeit in Gefolge haben. Es werden Vorräte aufgestapelt werden, die zum Teil erst dem Konsum des folgenden Jahres anheimfallen, so daß weder ein Anstieg im Import eines einzelnen Jahres beweisend ist für steigenden Konsum noch ein Rückschlag in der Einfuhr für verminderten Verbrauch. Selbst das Prosperieren des kolonialen Handelsgeschäfts ist sicher bis zu einem gewissen Grade nicht ohne Einfluß auf die Höhe des Alkoholgenußes, da Zeiten mit gutem Verdienst eher eine Flasche Sekt oder Wein auf den Tisch

kommen lassen, als solche mit flauer Geschäftslage. Es ist deshalb auch kaum ein Zufall, daß die Einfuhr von Selt gerade in den Hafenplätzen Südamerikas mit seinem geschäftlich besonders raschen Emporblühen sich in den letzten Jahren vervielfacht hat, und daß Kribi allein im Schaumweinimport alle anderen Orte, selbst das viel europäerreiche Duala mit seinem Hinterland aus dem Feld geschlagen hat.

Das einzige Sichere, was aus der zur Verfügung stehenden Alkoholimportzahlen auf den Konsum geschlossen werden darf, ist lediglich ein Sinken des Bierverbrauches. Aber selbst wenn man sich nicht auf den Standpunkt totaler Abstinenz stellt, sondern nur einer alkoholischen Mäßigkeit das Wort redet, muß die jetzige Menge der jährlich getrunkenen Alkoholika noch als weit zu hoch bezeichnet werden.

Merkwürdigerweise macht man den Arzt, der in hygienischer Beratung auf die Pflicht, gesund zu sein hinweist, nicht selten auf einzelne Personen aufmerksam, die bei offensichtlich unhygienischer Lebensweise reichlichem Alkoholgenuß, häufigen Fiebern usw., es doch eine stattliche Reihe von Jahren im Tropenklima ausgehalten haben. Ja, dieser Hinweis verdichtet sich bisweilen sogar zu der kühnen Vermutung, daß gerade diese Lebensweise der Grund der scheinbar unerschöpflichen Widerstandsfähigkeit sei. Nicht bedacht wird dabei, daß alle solche Einzelercheinungen in der verschwindenden Minderzahl gegenüber all den vielen anderen sind, die bei gleichem Beginnen entweder frühzeitig ihre Tropentauglichkeit einbüßten oder gar ein frühes Grab hier fanden und ihre warnende Stimme nicht erheben können. Vergessen wird weiterhin dabei, daß es allen diesen einzelnen nicht wegen, sondern trotz ihrer Lebensweise eine verhältnismäßig lange Zeit leidlich ergeht, daß aber endlich auch für sie der Zeitpunkt zu kommen pflegt, an dem die Grenze erreicht ist.

Die Pflicht, in den Tropen gesund zu sein, erfordert freilich ein ganz klein wenig körperliche Askese. Aber ist es nicht ratsam, sie freiwillig in jungen Jahren auf sich zu nehmen, als im späteren Alter zu ihr gezwungen zu sein, oder frühzeitig in seinem kolonialen Berufe die Segel streichen zu müssen? Zudem scheint mir der Gewinn an Arbeitsfähigkeit und Arbeitsfreudigkeit, den sie uns verbürgt, mehr als genug Entschädigung zu bieten für den geringen Zwang, den sie uns auferlegt. Ich glaube, je mehr wir unsere Pflicht, gesund zu sein, erfüllen, um so klarer wird es uns werden, daß es in unsere eigene Hand gegeben ist, einen sehr großen Teil der gefürchteten Gefahren des Tropenklimas von uns fernzuhalten.



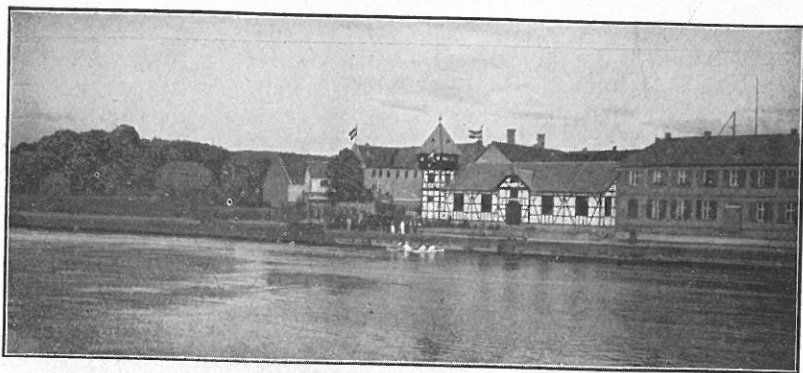
Sägewerk auf der Prinz-Alfred-Pflanzung Kamerun.

(Westafrikanische Pflanzungsgesellschaft „Victoria.“)



Bürogebäude der Prinz-Alfred-Pflanzung.

(Westafrikanische Pflanzungsgesellschaft „Victoria.“)



Reit- und Turnhalle.



Im Garten am Tempelchen.