

Zeitschrift:	Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform
Herausgeber:	A. Vogel
Band:	2 (1930-1931)
Heft:	12
Artikel:	Eine biochemische Bestätigung der neuen Ernährungslehre
Autor:	Pinkus-Flatau, Felix
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-968526

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: 17.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

halt an Blutfarbstoff gesteigert, was für bleichsüchtige Menschen von derselben Bedeutung ist, wie die Bildung von Chlorophyll bei bleichsüchtigen Pflanzen, wenn sie dem Sonnenlicht ausgesetzt werden.

Blutfarbstoffe sind aber wichtige Träger des unentbehrlichen Sauerstoffes, was für die Oxydations- und Reduktionsvorgänge im Stoffwechsel von allergrösster Bedeutung ist. Durch die chemisch-biologische Aktivität der Höhensonnen, die, wenn richtig angewendet, zur Bekämpfung von Bleichsucht, Skrofulose, Haut-, Knochen- und Drüsenterberkulose von unschätzbarem Werte ist, hat der Arzt ein Mittel in der Hand, das der Menschheit zum Segen gereicht. Auch bei Lungentuberkulose sollte von der günstigen Heilwirkung der Sonne in ausgedehnterem Masse Gebrauch gemacht werden. Natürlich darf der Lungentuberkulose nicht auf eigene Faust Sonnenbehandlung treiben, sondern immer nur unter ärztlicher Kontrolle. Es ist Sache des Arztes, sich über die örtliche Sonnenwirkung zu unterrichten, um die richtigen Sonnendosierungen beim kranken Menschen vorzunehmen.

Es sei hier aber noch ausdrücklich hervorgehoben, dass die natürliche Höhensonnen der künstlichen und der Sonne im Tiefland weit überlegen ist, nicht nur durch die grössere Anzahl an Sonnentagen gegenüber der Ebene, sondern vor allem durch den grösseren Reichtum an Strahlenarten in Verbindung mit den übrigen klimatologischen Faktoren, womit aber nicht gesagt ein soll, dass nicht auch an der Tieflandsonne Heilerfolge erzielt werden können.

EINE BIOCHEMISCHE BESTÄTIGUNG DER NEUEN ERNÄHRUNGSLEHRE.

Von Dr. Felix Pinkus-Flatau, Berlin-Friedenau.

Als vor zwei Jahren die Versuche Dr. Gersons in der breiten Öffentlichkeit bekannt wurden, waren sich alle Anhänger der neuen, auf den Arbeiten von Hindhede, Ragnar Berg, Dr. Bircher-Benner u. a. aufgebauten Ernährungslehre durchaus darüber klar, dass Dr. Gerson sowenig wie Professor Sauerbruch mit seinen Darlegungen etwas Neues gebracht hatte. Trotzdem begrüssen wir alle diesen Durchbruch einer vernunftgemässen Heil- und Ernährungsauffassung in die Front der Schulmedizin. Von einem ganz anderen Gebiete aus wird diese Front jetzt wiederum erschüttert, und zwar gerade an der Stelle, wo sie am schwächsten ist, dort wo das Krebsproblem sein drohendes Haupt erhebt.

Der französische Forscher, Dr. Pierre Delbet, befasst sich seit mehr als anderthalb Jahrzehnte mit Untersuchungen über das

Wollest mit Freuden und wollest mit Leiden mich nicht überschütten,
Doch in der Mitten liegt holdes Bescheiden. (Mörike.)

Vorkommen und die Wirkungen des Magnesiums im tierischen und menschlichen Organismus. Das Resultat seiner Forschungen, jetzt unter dem Titel «*Welche Rolle spielt Magnesium unter den biologischen Vorgängen*» in deutscher Übersetzung im Verlag Dr. Madaus & Co., Dresden-Radebeul erschienen, ist geeignet, nicht nur der Krebsforschung neue Wegleitung zu geben, sondern auch ein wichtiges Gebiet der Ernährungslehre, die Frage der Düngung in der Landwirtschaft, zu erhellen.

Schon im Jahre 1915 hatte Delbet festgestellt, «dass Chlormagnesium in einer bestimmten Lösung die Tätigkeit der weissen Blutkörperchen steigert.» Der Arbeitseifer der sogenannten Fresszellen (Phagozyten), die sich speziell gegen fremde Eindringlinge (Bakterien) wenden, erhöhte sich ausserordentlich. Auswaschung von Wunden mit einer bestimmten Chlormagnesiumlösung ergab vorzügliche antiseptische Resultate. Innerliches Einnehmen hatte starkes Ruhe-Gefühl mit Energiesteigerung zur Folge, grössere Leistungsfähigkeit, Verringerung der Ermüdungserscheinungen und dergleichen mehr. Ausnahmsweise wurden bei der klinischen Beobachtung auch nachteilige Wirkungen bemerkt, die aber im Laufe der Behandlung bald verschwanden.

Im allgemeinen glaubt Professor Delbet zu dem Schluss kommen zu dürfen, dass Magnesiumsalze jedenfalls eine günstige Wirkung auf den gesamten Stoffwechsel ausüben. Insbesondere konnte er feststellen, dass Magnesium als das Metall der Gehirntätigkeit und der Geschlechtsfunktionen anzusprechen sei; daneben, dass regelmässiges Einnehmen von Salzen dieses Metalls eine mildernde Wirkung auf gewisse Alterserscheinungen ausgebe. Es scheint demnach richtig zu sein, dass, wie die Zunahme des Kalkes, so auch die Verringerung des Magnesiumgehaltes im menschlichen Körper eine Alterserscheinung ist. Heilung, besser noch Vorbeugung, dürfte demnach in beiden Fällen heute möglich sein.

Von wesentlicher Bedeutung aber sind die von Professor Delbet, inbezug auf die Erforschung des Krebses erhaltenen Resultate. Die Magnesiumimpfung an weissen Mäusen vorgenommen, brachte in allen Fällen erhebliche und günstige Beeinflussung der Wucherungen, in sehr vielen Fällen ausgesprochene Heilung. Die klinische Beobachtung zeigte Hemmung der Wucherungen für längere Zeit, in manchen Fällen auch Rückbildung mit starker Heilungstendenz. Trotzdem neigt Delbet zu der Ansicht, man könne vorläufig nur im Frühstadium des Krebses von einer heilenden, jedoch allgemein und unbedingt von einer vorbeugenden Wirkung des Magnesiums sprechen. Ausdrücklich führt er aus: «Vom sozialen Standpunkte aus ist die Krebsfrage keine therapeutische, sondern eine prophylaktische. Man muss ver-

Die richtende Kritik vergisst, dass sie selbst unvollkommen ist, und dass sie göttlicher Gerechtigkeit nicht wird Stand halten können.

hüten, dass Krebs entsteht, und in dieser Beziehung kann man alles hoffen.»

Seine Laboratoriums- und klinischen Beobachtungen haben tatsächlich erwiesen, dass Magnesium die Entstehung des Krebses zu verhindern scheint, wobei Delbet keineswegs soweit geht, zu behaupten, das Nichtvorhandensein dieses Metalls sei die Ursache des Krebses, sondern nur, dass die Aufspeicherung von Magnesium viele Ursachen des Krebses beseitige.

Hierfür führt der französische Forscher auch geographische Beweise an. In Metlaoui in Tunis, wo nur eine Tagesreise vom alten Karthago die Phosphatlager von Gasfa sich befinden, war in der Wüste in kurzer Zeit eine Stadt entstanden, deren Trinkwasser so reich an Magnesium ist, dass es die Europäer nicht trinken. Die Eingeborenen haben sich längst daran gewöhnt. Die Bergwerkgesellschaft liess auf Veranlassung von Delbet Untersuchungen über das Vorkommen von Krebs anstellen, als deren Resultat der Arzt von Metlaoui berichtete, er habe bei den Europäern mehrere Krebsfälle festgestellt, dagegen bei den viel zahlreicher Eingeborenen nicht einen einzigen Fall.

Noch schlagender scheint ein anderer Beweis. Der französische Forscher *Robinet*, hat die Krebsfrage vom Gesichtspunkt der Bodenart, speziell des Magnesiumgehaltes, studiert und zu diesem Zwecke Krebsfälle in Städten Frankreichs unter 5000 Einwohnern erforscht, in der Annahme, dort wo man Grundwasser trinke und sich in der Hauptsache von selbsterzeugten Pflanzen und Tieren nähre, der Mensch mehr als anderswo, Produkt des Bodens sei. Die Sterblichkeit wurde auf 10 000 Einwohner bemessen. Die Zonen mit einer Durchschnittszahl unter 3,5 Todesfälle auf 10 000 Einwohner wurden gelb, die Zonen mit mehr als 8,5 auf 10 000, blau bemalt. Eine Gegenüberstellung dieser Karte mit einer Karte, die den Magnesiumgehalt der verschiedenen Gegenden aufwies, zeigte, dass den Gegenden, wo Magnesium selten vorkommt, genau diejenigen gegenüberstehen, wo der Krebs häufig auftritt (blau), während die an dem Metall reichen Zonen auch diejenigen sind, wo der Krebs selten ist (gelb).

Diese Tatsache veranlasst Professor Delbet zu der mit Beispielen reich belegten Bemerkung, dass die Methode der Landwirtschaft, in welcher Magnesium als Düngungsfaktor gar keine Rolle spielt, an der heutigen Häufigkeit der Krebskrankheit mitbeteiligt sei. Aber nicht nur das, sondern auch die Raffinierung unserer Nahrungsmittel, namentlich in Hinsicht auf das Weissmehl und das Salz sei eine vernunftwidrige. Enthalte doch unser gesamtes Weissgebäck nur ein Minimum Magnesium, während der wertvolle Gehalt an diesem Metall als Nebenerzeugnisse der

Der Maßstab, der heute an des Menschen Handeln gelegt wird, hängt meist nur von dessen materiellen Nutzen ab. Was er an geistigen Werten schafft, das wird abgelehnt, sobald die klingende Münze dabei ausbleibt.

Müllerei zur Ernährung des Viehs diene. Ebenso werde durch die Raffinade aus dem Salz das Magnesium entfernt.

Mit diesen Feststellungen bestätigt Professor Delbet in seinem aufschlussreichen Bericht die moderne Ernährungslehre in mehrfacher Beziehung. Einmal wird hier die Wichtigkeit des Mineralreichtums besonders betont. Der Gesundheitswert der Kartoffel, der Blätterkohlarten, des Lauch des getrockneten Johannisbrot, die alle Magnesium zum Teil in bedeutendem Masse enthalten, wird hier von der biochemischen Seite indirekt bezeugt, zugleich auch der Einfluss der Düngung auf die Nahrung und die Notwendigkeit einer vernunftgemässen Reform der Landwirtschaft in dieser Hinsicht. Ferner bestätigt der französische Biochemiker auch unsere Anschauungen von dem verderblichen Einfluss der steten Verfeinerung (Raffinade) unserer Nahrungs- und Genussmittel. Endlich aber dienen die Ausführungen Delbets der Bestätigung der Diätheilkunde auch bei Krebs, denn es dürfte keinem Zweifel unterliegen, dass diese Volksgeisel in die Reihe der Stoffwechselkrankheiten verwiesen werden muss, wenn eine klinische Nachprüfung im grossen Maßstabe die Richtigkeit der hier dargestellten Forschungen ergibt.

NERVÖSE KINDER.

Von Anni Weber, Arnsberg i. W.

In dieser Zeit abgenutzter, ja zerrütteter Nerven, kommt es mehr als je darauf an, starknervige Menschen zu ziehen. Aber gerade die Eltern, die es mit der Kinderstube tief ernst nehmen, richten da oft unbewusst den grössten Schaden an: Durch ihre Überängstlichkeit, durch ihr eifriges Herumexperimentieren am Kind und durch ein verfrühtes Aufdrängen ihrer eigenen Welt auf das Kindergemüt. — Wer aus der Angst vor Bazillen oder Unfällen, vor Veranlagungen oder schlechten Einflüssen nicht herauskommt, der wird einen versorgten Menschen grossziehen, der auch im späteren Leben auf Schritt und Tritt Gefahren wittert, statt seines Daseins froh zu sein. Wir können und sollen unserm geliebten Kind nicht jeden Stein aus dem Weg räumen, wir sollen das Kind aber menschenmöglich geschickt machen, ihn selbst lachend fortzustossen. — Alles Experimentieren mit den wachsenden kindlichen Nerven birgt Gefahr. Eine rechte Mutter fühlt, was sie der Willenskraft ihres Kindes zutrauen darf, ohne seine Nerven zu überspannen. Sie übt den kleinen Willen täglich im Sonnenschein ihrer Liebe, aber sie umschifft sorgsam witternd

Die Jugend selbst kann nicht verantwortlich gemacht werden, dass sie verroht, sie ist zu bedauern, weil sie als Produkt einer zu materiellen Zeit aller inneren Güter beraubt wird. (J. Michael.)