

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 19 (1962)
Heft: 9

Artikel: Muttermale als Krebsgefahr
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-554815>

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: 14.02.2026

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

mit ihm zu Grunde gehen. Bei jeder Eiterung sind Leucozyten in grossen Mengen damit tätig, die Bakterien einzukapseln. Wenn beispielsweise bei einem reifen Furunkel der Eiter aus den verschiedenen Kanälen ausgedrückt und ausgeschieden wird, verlassen damit zugleich Hunderttausende weisser Blutkörperchen, sowohl Leucozyten als auch Lymphozyten den Körper. Das, was man als Eiter erkennt, sind nicht die Bakterien, denn diese sind so klein, dass man sie nur unter dem Mikroskop sieht, und zwar selbst dann nur, wenn man sie färbt, also sichtbar macht. Der Eiter besteht also in der Hauptsache aus weissen Blutkörperchen, die sich opfert, um den Körper von Tausenden von Bakterien zu befreien.

Als Sonderkampftruppen gegen die Bakterien kommen noch die sogenannten Immunitätskörperchen zum Einsatz. Diese sind so wichtig, dass ein Sieg gegen eine Infektionskrankheit oft von diesen sehr aktiven Spezialtruppen abhängig ist.

Unterstützung der Abwehrkräfte

Es erhebt sich nun die Frage, wie wir dieses gut organisierte Verteidigungssystem stärken und unterstützen können? Es ist in erster Linie eine dringliche Notwendigkeit, Kampftruppen gut zu nähren, denn in einem hungernden Zustand ist die Aussicht auf erfolgreiche Kampf-

handlungen sehr schlecht. Wir müssen also dafür besorgt sein, dass der Körper genügend Vitalstoffe zugeführt erhält. Es handelt sich hierbei um Nährsalze, Vitamine und Fermente, die nur in der Naturnahrung in genügender Menge und im rechten Verhältnis enthalten sind. Mit einer Ernährung aus Weissmehl- und Weisszuckerprodukten, wie auch aus Büchsenahrung hungern und degenerieren die ganzen Abwehrkräfte unseres Körpers. Müssen sie in solchem Zustande voll eingesetzt werden, dann werden sie eine Niederlage nach der andern erleben, so dass der Körper oft alle Reserven einsetzen muss, wenn er vor allem bei dem Grossangriff einer schweren Infektionskrankheit nicht zugrunde gehen will.

Warum also nicht durch die Einnahme naturbelassener Nahrung vorsorgen, indem man sich mit frischen, gut ausgereiften Früchten und Fruchtsäften versieht, wie auch mit viel Rohgemüse, Vollkornbrot, Naturreis, kaltgeschlagenen Ölen, Quark und Honig? Es ist auch angebracht, dafür zu sorgen, dass der Stoffwechsel gut ist, und zwar durch genügend Atmung und Bewegung in Luft, Licht und Sonne. Das ganze Heer der willigen Abwehrkräfte in unserem Körper wird unsere vernünftige Einstellung in der natürlichen Ernährung und Lebensweise mit Gesundheit und Wohlbefinden zu danken wissen.

Muttermale als Krebsgefahr

Schon oftmals hat mir die Beobachtung gezeigt, dass man Muttermale nicht vorsichtig genug behandeln kann. Man sollte sich davor hüten, daran herumzukratzen, sondern sollte ein solches Mal vielmehr ruhig auf sich bewenden lassen, denn es ist auch nicht harmlos, wenn man daran herumdoktert oder es gar chirurgisch entfernen lässt. Dies kann nämlich die Voraussetzung schaffen, die ein Aussäen von vielleicht vorhandenen Krebszellen ermöglicht. Am ehesten kann man noch im Kindesalter gegen ein

Muttermal vorgehen, wenn man es, weil es vielleicht auffallend dunkelfarbig ist, beseitigen möchte. Es ist aber auch dann streng darauf zu achten, dass man einen ganz geschickten Chirurgen wählt, der sich des vollen Ernstes der Lage bewusst ist.

Muttermale mögen sich jahrzehntelang ruhig verhalten, worauf plötzlich im Alter von 50 Jahren und darüber Schwierigkeiten auftreten können. Kürzlich berichtete mir ein Schweizer, der sich in Britisch Kolumbien, also in Westkanada

niedergelassen hat, von einer solchen Begebenheit. Sein Freund wusste nichts anderes, als dass er seit jeher am untern Teil des Rückens ein Muttermal gehabt hat. 1½ Jahre nach dessen Entfernung traten überall Drüsenschwellungen und Schwierigkeiten auf, die sich als Metastasen herausstellten, und zwar, wie die nähere Untersuchung ergab, solche von bösartigem Charakter. Aber schon ein blosses Reizen des Muttermales, besonders, wenn sich ein solcher Reiz fortgesetzt wiederholt, kann zur grossen Gefahr werden. Diese Reizung kann durch ungünstige Bekleidung verursacht werden oder aber auch durch die ungeschickte Gewohnheit, immer wieder an dem Muttermal herumzukratzen, womöglich so gründlich, dass man es blutig kratzt. Dies kann sich mit der Zeit bösartig auswirken.

Vorsichtsmassnahmen

Wer darauf dringt, sein Muttermal durch einen guten Chirurgen entfernen zu lassen, sollte zuvor vorbeugend eine richtige Leberdiät durchführen, und zwar jene, die für den Krebskranken als die beste Ernährungstherapie gilt. Zugleich muss man noch Petacanceron einnehmen, was Metastasen verhindern hilft. Man sollte nicht einfach nur hingehen und eine solche Sache wegoperieren lassen, ohne zuvor in prophylaktischem Sinne die inneren Vorbereitungen getroffen zu haben. Es ist auch nicht ratsam, ein Stückchen des Zellgewebes probeweise zur Untersuchung herauszuschneiden, wenn man nicht zuvor die gleichen Vorsichtsmassnahmen ergriffen und sorgfältig durchgeführt hat, indem man die erwähnte Leberdiät, die dem Krebskranken bekömmlich ist, ein oder zwei Monate hindurch beharrlich eingehalten hat. Auch das bereits empfohlene Petacanceron wird gleichzeitig mithelfen, das Bilden von Metastasen zu verhindern. Die Beachtung dieser Vorsichtsmassnahmen könnte bestimmt manchen Menschen vor viel Unheil bewahren, ja

ihm womöglich sogar lebensrettende Hilfe darbieten.

Immer wieder wird von ärztlicher Seite durch Vorträge und Literatur darauf hingewiesen, dass bei Krebsverdacht unbedingt eine frühzeitige Behandlung beachtet werden sollte. Was aber heisst frühzeitig? Es gibt viele Menschen, die regelmässig den Arzt aufsuchen, um von ihm gewissenhaft kontrolliert zu werden, aber trotzdem können sie dadurch nicht verhindern, dass sie mit ihrem Arzt zusammen von einer unerwarteten Sache überrascht werden, die man zuvor nicht sehen konnte. Auf welche Weise sollte man vorgehen, um gegen den Krebs erfolgreich vorzubeugen? Das ist nicht leicht zu beantworten, denn in der heutigen Zeit wirken viele Umstände darauf hin, die normale Zelle aus ihrem biologischen Gleichgewicht zu werfen und so aus der normalen Zelle eine Krebszelle werden zu lassen. Diese Mutation, also der Übergang von der gesunden zur kranken Zelle, sucht man immer noch zu ergründen. Bereits wurden viele Anstrengungen unternommen, um dieses Rätsel zu lösen, was aber bis heute ohne Erfolg geblieben ist.

Niemand kann abstreiten, dass die Hetze unserer Tage mitschuldig ist an verschiedenen Krankheiten, handle es sich nun dabei um ein Gefässleiden oder um den gefürchteten Krebs. Es kann auch nicht abgesprochen werden, dass gerade bei der Krebserkrankung die vermehrte Radioaktivität mitwirkt. Man kann jedoch ebenfalls die chemischen Spritzmittel, wie auch die chemischen Zusätze der Mitbeteiligung beschuldigen. Noch ein weiterer Übelstand ist mit der gleichen Anklage zu belasten, und dieser beruht auf dem Raffinieren unserer Nahrungsmittel und ihrem bedenkenlosen Genuss. Mit der erwähnten Hetze verbunden, mag sehr wahrscheinlich auch noch die vermehrte seelische Belastung unserer Zeit eine nicht geringe ursächliche Rolle bei der Bildung der Krankheitsbereitschaft übernehmen. Bekanntlich wirken Kummer und Sorgen sehr

ungünstig auf die Lebertätigkeit ein, was wiederum der Funktion der endokrinen Drüsen schadet. Die sich daraus ergebenden Reaktionen sind mitschuldig, wenn sich ein Krebsleiden entwickelt. Es ist daher angebracht, alle erwähnten Schuld-faktoren genau zu prüfen, um sie gewissenhaft meiden zu können. Natürlich sollte auch in jeder Hinsicht ein naturgemässer Lebensrhythmus beachtet wer-

den. Alles Übertreiben, alles Naturwidrige kann eine ohnedies geschwächte Grundlage empfindlich beeinflussen. Wenn wir erfasst haben, wie wir uns günstig und richtig einstellen müssen, um einem der schlimmsten Übel, das die Menschheit heute erfasst hat, entgegen zu können, wird sich bei uns auch ein Muttermal weit weniger mehr krebsgefährlich auswirken können.

Vegetarismus und Eiweissmangel

Zu diesem Thema möchten wir Stellung nehmen, weil uns folgendes Schreiben von Herrn S. aus B. dazu Veranlassung gab. Es lautete: «Anlässlich eines Vortrages hier in B. sagte ein Arzt, dass es für einen Vegetarier sehr gefährlich werden könne, wenn er mit 60 Jahren eine Lungenentzündung bekäme, denn durch die vegetarische Ernährung bestände ein Eiweissmangel, der sich bei einer ernsthaften Krankheit im Alter schlimm auswirken könnte.

Ich kann mir gar nicht vorstellen, dass ein Vegetarier zu wenig Eiweiss haben soll? Warum behauptet das die Medizin immer? Was haben Sie dazu zu sagen? Ich glaube bestimmt, dass Ihre Antwort viele Leser Ihrer Zeitschrift interessieren wird.»

Beachtenswerte Ratschläge

Oft wird tatsächlich von Ärzten behauptet, Vegetarier würden an Eiweissmangel leiden und besonders im Alter durch dessen Folgen Schwierigkeiten zu verzeichnen haben. Es gibt bestimmt Vegetarier, die einen Eiweissmangel aufweisen, besonders, wenn sie ohne Milchprodukte auszukommen suchen. Es ist eben nicht so leicht, vegetarisch zu leben, und die Gefahr ist gross, sich dadurch einen Eiweissmangel zuzuziehen. Man darf eben nicht nur Fleisch, Eier, und die Milchprodukte weglassen und glauben, der Rest der üblichen Gemischtkost genüge als vegetarische Ernährung. Dem ist jedoch nicht so, denn vom ausgekochten Gemüse, von Weissbrot und weissen Teigwaren nebst Kartoffeln

kann man eben nicht gesund leben, auch dann nicht, wenn man nebenbei noch Salat und etwas Früchte zu sich nimmt. Es wird viel zu wenig beachtet, dass im Genuss entwerteter Nahrung ein grosser Fehler liegt, denn die fehlenden Mineral- und Vitalstoffe erschweren die Verdauung und berauben den Körper. Wollen wir vegetarisch gesund leben, dann müssen wir naturreine Nahrung wählen. Wir werden uns also auf Vollkornprodukte verlegen, auf Frischgemüse und Früchte. Als zusätzliche Eiweissnahrung dient uns das Nusseisweiss in Form von Mandeln, Nüssen und Samen. Es wird oft behauptet, Nusseisweiss genüge nicht, doch fand ich nie eine Beweisführung dieser Behauptung vor. Ich habe allerdings bei den meisten Naturvölkern, die gewissermassen ohne Fleisch leben, beobachtet, dass sie als weitere Eiweisslieferanten entweder Milch oder Fisch zugezogen haben. Mit Milchprodukten wie Joghurt und Quark ist es sehr leicht, genügend Eiweiss zu bekommen. Eiweiss finden wir in Hülsenfrüchten, Bohnen, Erbsen, Linsen, ferner im Sesamsamen und wie bereits erwähnt, in allen Nüssen und Kernen, wobei die Pinienkerne vom Vegetarier sehr bevorzugt werden. Auch die Vollkornprodukte enthalten ein gutes Eiweiss, das allerdings allein nicht ausreichen würde.

Wer die soeben erwähnten Eiweissquellen benützt, wird als Vegetarier keinen Eiweissmangel aufweisen, auch wenn er das Milchtrinken und die Eier völlig meidet. Er muss allerdings darauf bedacht sein, seine Nahrung stets mit der not-