

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 30 (1973)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Drei Hauptursachen der Krebskrankheit  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554548>

#### 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:** 12.01.2026

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

Wirkung die richtige Diät, ferner gute, physikalische Anwendung und nicht zuletzt auch der Verzicht auf gefässverengende Einflüsse und Gifte auszulösen vermochte. Obwohl diese Gefässkrankheit als unheilbar gilt und wiewohl sie bereits in fortgeschrittenem Stadium war, zeigte das Gelingen in doppeltem Sinne, was sich erreichen lässt, wenn man dem Körper die Möglichkeit zur Sammlung und Ausscheidung der hemmenden Aufbaustoffe zur Stärkung darreicht und zur Heilung die entsprechenden Naturmittel anwendet. Dies alles wäre jedoch nicht so erfolgreich verlaufen, hätte man den Körper vor Aufnahme weiterer Gifte nicht entschieden verschont. Gifte und Einflüsse, die die Gefäße degenerieren, in vorliegendem

Falle also verengen, wie dies vor allem bei Nikotin der Fall ist, dürfen nicht weiter in den Körper gelangen, wenn man eine Heilung beabsichtigt. Besonders in solch schwerwiegenden Fällen sollte der Kranke entschlossen durchhalten und auch nachher nicht mehr rückfällig werden, denn der schlimme Krankheitszustand bewies ja eindeutig, dass der Körper den aufgebürdeten Belastungen nicht gewachsen war. Die Entlastung aber, die vorgenommene Reinigung und heilsame Stärkung zeitigte den erfreulichen Erfolg. Natürlich braucht ein Schwerkranker solcher Art auch geistig eine ermunternde Unterstützung, damit sein Durchhaltewille nicht nachlässt, sondern immer wieder erneut gestärkt wird.

### Drei Hauptursachen der Krebskrankheit

Oftmals erhalte ich Anfragen und Berichte von Bekümmerten, die irgendeinen ihrer Angehörigen infolge Krebskrankung verloren haben. Dabei können sie nicht begreifen, wieso dies überhaupt hätte möglich sein können. Tatsächlich ist es erstaunlich, wie jemand, der zuvor immer gesund und nie krank war, plötzlich vom Krebstod überfallen werden kann, ohne dass die Ärzte das herannahende Unheil früh genug bemerkten, bis es dann eben zum erfolgreichen Eingriff zu spät war. In der Regel lautet der Inhalt der erwähnten Schreiben jeweils auf diese Weise. Nachfolgende Hinweise mögen die ungelösten Fragen etwas klären helfen. In grossen Zügen umrissen, stösst man stets auf drei Hauptursachen, die immer zusammenspielen, wenn gesunde Zellen oder Zellgruppen in Krebszellen übergehen. Als erster Punkt treten die Zellgifte hervor. An zweiter Stelle kommen die Kreislaufstörungen in Frage. Die dritte Ursache mag im Sauerstoffmangel liegen.

#### Gifteinwirkung

An Giften, die die Zelle schädigen können, besteht heute kein Mangel, da solche sowohl aus der Luft, dem Wasser und auch durch die Nahrung auf uns losstür-

men. Weise Selbstbeherrschung lässt uns eine Menge Gift von uns fernhalten, indem wir möglichst naturreine Nahrung einnehmen, Genussgifte reichlich einschränken, noch besser ganz auf sie verzichten, was vor allem dem schlimmsten Zellgift gilt, nämlich jenem, das durch das Rauchen in den Körper gelangt.

#### Kreislaufstörungen

Beachten wir nun einmal den Kreislauf, um festzustellen, ob er nicht so beschaffen ist, dass er zur Zelldegeneration führen könnte. Vielleicht ist er so schlecht, dass dadurch die Zufuhr der notwendigen Nähr-, Aufbau- und Betriebsstoffe langsam wird, während die Abfuhr von Abfallstoffen nicht programmgemäss vor sich geht. Durch diese Umstände können sich Stockungen und Stauungen einstellen, so dass die Zelle ermüdet, bevor sie etwas Wesentliches gearbeitet hat. Dieser Zustand ist sehr unerfreulich, da durch ihn auch die Ruhepause im Schlaf nicht mehr ausreichen wird, um die notwendige Erholung zu beschaffen und eine gesunde Frische zu bewerkstelligen. Verhängnisvoll wirkt sich ein solcher Umstand aus, wenn er monate- ja sogar jahrelang andauert. Das nun kann die Degeneration

der Zelle unweigerlich zur Folge haben. Die häufigsten Formen solcher Zelldegenerationen sind heute Gicht und Krebs. Jeder vernünftige Mensch sollte daher erkennen, dass das Kreislaufgeschehen für uns von grosser Bedeutung ist, weshalb wir ihm unsere volle Aufmerksamkeit schenken sollten. Verschiedenes lässt sich unternehmen, um den Kreislauf in Ordnung halten zu können. Also, merken wir uns einmal, dass wir ihm durch physikalische Anregungen die besten Dienste leisten. Unsere täglichen Wasseranwendungen richten sich ganz nach unserem Alter, unserem Naturell und dem, was wir als erträglich erachten mögen. Je nachdem werden wir ansteigend heisse, kalte oder Wechselduschen vornehmen. Auch die als Schlenzbäder bekannten Überwärmungsbäder sind günstig wie auch die Sauna, Anwendungen, die wir je nach unserem Zustand einmal wöchentlich oder in weiteren Abständen durchführen mögen. Auf diese Weise werden wir hemmende Stauungen beseitigen und den Kreislauf in Ordnung halten. Dies ist ein Vorteil, der schon Tausenden das Leben erleichtert hat. Leider begreifen dies jedoch nur wenige, und sehr zu bedauern ist, dass auch unter Ärzten nur ein gewisser Prozentsatz die Wichtigkeit dieser Angelegenheit versteht und ihr im eigenen Interesse und in dem ihrer Patienten die notwendige Beachtung schenkt.

### Sauerstoffmangel

Es ist gut, wenn wir uns auch stets vor Augen führen, dass wir keinen Sauerstoffmangel aufkommen lassen dürfen, weil auch dieser bei der Krebsentstehung eine wesentliche Rolle spielt. Vielleicht ist darin die Erklärung zu finden, warum Bergbauern, Bergführer, Förster, Gärtner und alle anderen Vertreter von Berufen, die viel Bewegung im Freien ermöglichen, ganz selten an Krebs erkranken. Wer jeden Tag eine Stunde in noch möglichst guter Luft marschiert und an freien Tagen zudem noch Wanderungen durch Feld und Wald ausführt, wird persönlich weit weniger mit dem Krebs Bekanntschaft

machen, als jene, die ihr Leben meist in verbrauchter Luft zubringen.

Eigenartig mag es daher viele anmuten, dass in letzter Zeit der Krebs auch im Bauernstand mehr auftritt als früher. Bei einiger Überlegung wird jedoch auch dieser Umstand begreiflich sein, denn der Beruf des modernen Bauern ist heute nicht mehr gross gesund zu nennen. Das war früher der Fall, als der Bauer noch in der Morgenfrühe mit Hacke oder Sense auszog. Da konnte er sich noch in unverdorbener Luft reichlich bewegen und schwitzen, weil er sich genügend anstrengen musste. Heute erleichtern die Maschinen sein Tagewerk um vieles, aber er muss sich auch mit ratterndem Lärm, mit Rohöl- und Benzindämpfen abfinden. Um das Einatmen reiner Luft ist es deshalb getan. Des weitern hat er sich angewöhnt, seine Kulturen so und so oft mit Gift zu spritzen. Wenn er sich dabei nicht gebührend schützt, weil es ihm an chemischen und biologischen Kenntnissen mangelt, vielleicht auch, weil er meint, dazu keine Zeit aufbringen zu können oder womöglich sogar aus Nachlässigkeit, dann muss er die feinen, zerstäubten Gifte einatmen und auf einfachstem Weg durch die Haut und die Lunge in den Körper eindringen lassen. Kein Wunder, wenn die Zellen dadurch dermassen vergiftet werden, dass sie selbst einen starken Menschen mit besten Erbanlagen überaus zu schaden vermögen. All diese schlimmen Einflüsse tragen dazu bei, dass schliesslich auch ein Bauer dem Krebs zum Opfer fallen kann. Führt man einem Landwirt diese Übelstände vor Augen, indem man ihm zeigt, dass sein Stand noch vor 50 Jahren zu den gesündesten im Schweizervolk gehörte, dann erklärt er uns mit Recht, dass er infolge der technischen Erfordernisse der Zeit gezwungenermassen hatte umstellen müssen, um überhaupt noch existieren zu können. Es bedeutet auf die Dauer keine befriedigende Lösung, sich durch Landverkauf seine Existenz zu sichern, auch sind die wenigsten dazu bereit, wieder auf biologische Landwirtschaft umzuschalten, wiewohl sich dadurch ein Teil der

Schädigungen ausmerzen liesse. Das würde für viele, denen die bequemen Neuerungen gelegen kamen, ein zu grosses Opfer bedeuten, denn dann müsste man doch wieder anfangen, sich mehr aufzuraffen und mehr anzustrengen, und dazu bringen eben doch die meisten den nötigen Impuls nicht mehr auf, wiewohl sich die Arbeitsleistung befriedigender auswirken würde.

#### Folgen bedenklicher Verschmutzung

Selbst in der Schweiz ist es heute gar nicht so leicht, dem Sauerstoffmangel Herr zu werden, wiewohl uns Ausländer aus Industriegebieten immer auf den Vorteil hinweisen, im gesunden Schweizerland wohnen zu können. Ausser in den höheren Lagen unserer Berggegenden ist es um unsere Luft sowie den Sauerstoffgehalt nicht viel besser bestellt als im Flachland unserer Nachbarländer. Die Zahl der Autos nimmt auch bei uns ständig zu, ebenso ist die Industrie noch immer im Wachstum begriffen, und all dies vergiftet die Luft immer mehr. Noch schlimmer wirkt sich der Umstand aus, dass beide, die Autos und die Industrie, den Sauerstoff immer reichlicher verbrauchen. Keine Verbrennung geschieht bekanntlich ohne Sauerstoffverbrauch, ob sie in einem Motor, der Ölheizung oder in Verbrennungsaggregaten der Industrie stattfindet. Es handelt sich dabei um eben diesen bedenklichen Verlust lebenswichtiger Kostbarkeit. Immer geringer wird demzufolge der Gehalt an Sauerstoff unserer Atmungsluft. Für unseren eigenen Verbrennungsmotor, den Körper, noch genügend Sauerstoff zu erhalten, erfordert immer grössere Anstrengungen.

Es gehört daher nicht mehr zum Luxus, auf Ferien im Gebirge oder am Meer Anspruch zu erheben, so dass man durch ausgiebiges Wandern, durch Schwimmen oder winterlichen Skisport den Sauerstoffmangel einigermassen wieder ausgleichen kann. Auch den Kreislauf kann man dadurch berücksichtigen, insofern man die Bergbahnen möglichst meidet, um die Höhe durch eigene Bemühung zu errei-

chen, denn dadurch leisten wir unserer Gesundheit und somit also auch dem Kreislauf die besten Dienste. Sehr vorteilhaft ist es, dass im Wintersport der Skilanglauf wieder populär geworden ist, denn das reizt manchen Tieflandmenschen, sich einer der gesündesten Sportarten zu widmen und daran zu gesunden und zu erstarken.

Die übrige Zeit des Jahres kann man sich mit ausgiebigen Wanderungen behelfen. Auch die Gartenarbeit verschafft Bewegung. Ebenso sollte man die Freizeit in frischer Luft verbringen, indem man sich dabei einer körperlichen Betätigung hingeben kann, denn all diese Möglichkeiten sind ein Erfordernis der Natur, um heute eher gesund bleiben und sich besonders vor dem Krebs schützen zu können.

#### Verhängnis oder eigene Schuld?

Krebs hat nichts mit Schicksal zu tun, wird er doch nicht ohne jegliche Schuld unsererseits über uns verhängt. Leider sehen die meisten von uns diese Tatsache zu spät ein. Weist man darauf hin, so lange sie einigermassen noch gesund sind, dann belächeln sie uns meist nur mitleidig, weil sie glauben, das treffe nur die andern, nicht aber sie selbst. Das gilt besonders auch für Raucher, die ich, wenn ich ihnen begegne, immer wieder auf die Gefahren, denen sie sich aussetzen, hinweise. Wenn sie später mit einem Lungen-, Kehlkopf- oder Lippenkrebs behaftet bei mir Hilfe suchten, bedauerten sie, nicht jeweils frühzeitig auf meine Warnungen geachtet zu haben. Nur der Glaube, man sei vor Erkrankung gefeit, bewahrt nicht. Trifft es auch nicht alle, hat doch keiner die Gewähr, zu jenen Glücklichen zu gehören, die trotz der gewagten Herausforderung gesund bleiben. Eingestanden, es hält schwer, von einer Leidenschaft, der man versklavt ist, zu lassen, aber es wäre die einzige vernünftige Anstrengung, die wir auf uns nehmen könnten, um ein selbstverschuldetes Unheil zu verhüten, trifft ein solches doch gleichzeitig nicht nur den Betroffenen, sondern auch die eigenen Angehörigen schwer. Fa-

milienväter und Mütter sollten sich daher ihrer Verantwortung voll bewusst sein und gebührend umschalten. Noch besser wäre es, mit solch schwerwiegenden Belastungen überhaupt nicht zu beginnen. Wie viel leichter kann man dadurch seine Kinder davor bewahren, wenn man selbst auf solch schädliche Genüsse verzichtet.

Das Leben bietet genug wertvolle Freuden, die uns für die Mühen des Alltags entschädigen können und keine Nachteile

mit sich bringen. Es ist daher verfehlt, sich Gefahren preiszugeben, obwohl man sie völlig vermeiden könnte. Besonders in unserer heutigen Zeit, in der wir unverschuldet ungünstigen Verhältnissen ausgeliefert sind, sollten wir soviel Willen und Entschlossenheit aufbringen, um wenigstens mit jenen Nachteilen zu brechen, die in unserer Macht stehen. Welch eine Erleichterung bringt eine Anstrengung in der Hinsicht mit sich, wenn sie mit Erfolg gekrönt wird.

### Aufgepasst: Tierzucht und Veterinärmedizin]

In London traf ich mit einem englischen Gesundheitsminister zusammen und erfuhr durch ihn, dass auch die britische pharmazeutische Industrie zugibt, mangelhafte Kenntnisse über Nutzen, Risiken und Gefahren betreffs der Verwendung von Antibiotika bei Tieren zu besitzen. Auch bei uns mag dieser Umstand nicht besser sein, aber gleichwohl besitzen Landwirte immer noch die Möglichkeit, diese keineswegs ungefährlichen Medikamente nach eigenem Gutdünken zu verwenden, statt diese nur dem Veterinär zu überlassen. Dass diese Verwendungsmöglichkeit nicht einmal einer strengen Kontrolle unterstellt ist, beweisen von Zeit zu Zeit auftretende nachteilige Vorkommnisse. So kam es vor, dass eine Engadiner Molkerei keinen Joghurt mehr zustande bringen konnte, weil die mit guten Joghurtbakterien geimpfte Milch einfach nicht mehr dick werden wollte. Man prüfte die Angelegenheit nach, und das Untersuchungsergebnis bewies, dass die Milch zuviel Antibiotika enthielt. Dies verhinderte das Entwickeln der Joghurtbakterien. Diese beanstandete Milch stammte von einer erkrankten Kuh, die eine zu grosse Menge Penizillin erhalten hatte. Wohl wusste der Besitzer dieser Kuh über die Umstände Bescheid, wollte aber die Milch nicht zurück behalten, um des Verdienstes nicht verlustig zu gehen. Solch kurzsichtige, rücksichtslose Berechnung, die engherziger Selbstsucht entspringt, führt nur zu weiterem Schaden

und trifft statt nur einen unter Umständen mehrere. Aber heute beurteilt man eine solche Einstellung nicht mehr gleich wie früher. Die Zeiten haben sich zum allgemeinen Nachteil geändert.

Tatsächlich geht man heute mit Hormonen und Antibiotika um, als handle es sich dabei um die harmlosesten Dinge der Welt. Es scheint, dass massgebende Behörden solchen Vorkommnissen keine grosse Beachtung schenken, auf alle Fälle keine solche, die für gebührende Einschränkung besorgt wäre. Jedenfalls sind das viel zu kleine Beanstandungen für unsere Zeit. Da scheinen schon schlimmere Nachteile in Erscheinung treten zu müssen, bis die notwendige Abhilfe erfolgen würde. Vielleicht, wenn der Hormonhaushalt dermassen gestört würde, dass Frauen einen Bartansatz und Männer weibliche Geschlechtsmerkmale aufweisen würden, käme womöglich eine Abhilfe in Frage, aber es mag sein, dass man selbst dies noch als zu belanglos betrachten und auf sich beruhen lassen würde.

Wenn nur wenigstens der Konsument selbst merken würde, was gespielt wird. Er verlöre dann vielleicht eher den Mut, Geflügel oder Fleisch von Mastvieh zu essen, weil er dadurch ein solch unliebsames Risiko eingehen müsste, dass er wegen der verwendeten grossen Mengen von Geschlechtshormonen solch empfindlichen Nachteilen ausgesetzt wäre. Tatsächlich ist es für jedermann unerwünscht, infolge Funktionsstörungen der Keimdrüsen