

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 32 (1975)
Heft: 11

Artikel: Wie können wir Krebs verhindern?
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-970635>

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>

einen ohnedies geschwächten Zustand fördern. Kennt der Arzt diese verborgene, hemmende Ursache, die die notwendige Lebensfreudigkeit erdrosselt und den Weg zur Krankheit vorbereitet? Wenn der Patient von sich aus nichts verlauten lässt, wird dies wohl schwerlich der Fall sein. Sollte irgendein Fremder unsere körperlichen und geistigen Bedürfnisse besser kennen als wir selbst? Wohl kaum. Aus diesem Grunde ist es daher notwendig, dass der Kranke die festgestellte Diagnose mit seinem Arzt oder Naturarzt bespricht. Er muss darauf hinweisen, auf welche Art sein Körper reagiert und welchen Eigenarten er unterliegt.

Das wird für den Behandler eine anregende Hilfe sein, denn dadurch ist es ihm eher möglich, die Lage richtig zu beurteilen und den Kranken vor Schaden zu bewahren.

Notwendige individuelle Anpassung

Ich kannte einen Mediziner, der aus Erfahrung wusste, dass er auf eine Narkose sehr empfindlich ansprach. Als Kollege teilte er dies seinem Chirurgen vertrauensvoll mit und bat um die Anwendung eines Minimums narkotischer Medikamente, als sein entzündeter Blinddarm operiert werden musste. Der Chirurg liess indes diese Bitte verständnislos unberücksichtigt, indem er eine normale Narkose als völlig angebracht betrachtete. Die Folge war, dass er den Patienten nicht mehr zum Erwachen bringen konnte. Selbst künstliche Ernährung änderte die betrübliche Sachlage nicht mehr. Der Operierte blieb bewusstlos und

starb später, obwohl sein Körper blass diese unbedeutende Entzündung aufgewiesen hatte, im übrigen aber völlig gesund war. So gefährlich kann es also für einen Kranken werden, wenn seine Empfindlichkeiten unberücksichtigt bleiben.

Es ist tatsächlich so, dass ich Menschen kannte, die eigentlich organisch gesund waren und nur unter starken Empfindlichkeiten oder Allergien zu leiden hatten. Weil diese unberücksichtigt blieben, indem man bequemlichkeitshalber nach üblichem Schema bei ihnen vorging, verschlimmerte sich die Lage. Wenn der Patient erfahrungsgemäss mit den verordneten Medikamenten oder physikalischen Anwendungen schon zuvor mit Schwierigkeiten zu kämpfen hatte, ist es bestimmt unangebracht, dies zu übersehen. Glücklicherweise kennt man sich heute zwar bei Allergien besser aus und versteht sie eher erfolgreich zu berücksichtigen. Viele Aerzte glauben zwar, zu wenig Zeit für eine individuelle Behandlung aufbringen zu können, aber der dadurch erwirkte Erfolg ist der Mühe wert. Das Heraufbeschwören von iatrogenen Krankheiten lohnt sich indes nicht und ist für den Patienten und den Arzt auch völlig unbefriedigend. Die Anpassung an die persönliche Eigenart des Kranken ist dagegen von grossem Nutzen, verhindert dieses Vorgehen doch weit eher Unglücksfälle, denn für viele Patienten ist es ein Fluch, unter das Räderwerk moderner Ansichten zu geraten, da deren Wirksamkeit unerbittlich sein kann, wie jene gefühlloser Maschinen.

Wie können wir Krebs verhindern?

Beobachtet man eingehend die schlimmen Auswirkungen, die durch die verschiedenen Arten der Krebskrankung auf unsere heutige Menschheit einstürmen, dann kann man dieses unheimliche Leiden bestimmt mit Recht als Würgengel bezeichnen. Es drängt mich daher immer wieder, auf dieses Thema einzugehen, um durch entsprechende Hinweise die notwendigen Warnsignale gegen jegliche Art von sorgloser Unbekümmertheit ergehen zu lassen.

Eher kann ich mich damit abfinden, wenn junge Menschen zur Winterszeit bei Föhn mit unverständlichem Wagemut ein Lawinental aufsuchen, und zwar trotz unmissverständlicher Warnung, dass sie dadurch ihr Leben aufs Spiel setzen. Wenn sie ihre Dreistheit mit dem Tode bezahlen müssen, dann handelt es sich dabei um ein verhältnismässig kurzes Leiden. Anders aber verhält es sich mit jenen Menschen, die monate-, meist sogar jahrelang

zu leiden haben, weil sie dem Krebs preisgegeben sind. Wie oft erreicht ein solches Leiden das äusserste Mass der Erträglichkeit, so dass der Patient nur durch Morphium und andere starke Mittel vor der Verzweiflung bewahrt werden kann. Ist es da nicht begreiflich, dass man so vielen als möglich solch ein bedenkliches Los ersparen möchte? – Bestimmt ist nicht jeder Mensch in gleichem Masse anfällig auf Krebs, doch kann auch niemand mit Sicherheit sagen, er sei dagegen völlig immun und unterstehe keiner Gefahr, jemals mit dieser Krankheit in Berührung zu kommen. Es ist keineswegs für alle massgebend, dass es Naturen gibt, die trotz ausgiebigem Rauchen, trotz der Einnahme von zuviel Alkohol und trotz anderen belastenden Einflüssen, nicht an Krebs erkranken. Wer gibt uns die Gewähr, dass wir in gleichem Masse widerstandsfähig sind wie jene? Wir können uns also auf solcherlei Argumente und Vergleiche nicht einlassen oder uns gar auf sie verlassen. Wenn wir so töricht sind, müssen wir nicht erstaunt sein, dass sich gleichwohl eines Tages an unserem Körper irgendwo eine Krebgeschwulst bemerkbar machen kann. Welch eine Enttäuschung, dass uns unsere Zuversicht davor bewahren konnte! Im Gegenteil, nun tritt auch an uns die bange Frage der Operation, des Bestrahlens und der Einnahme von Cytostatika heran. Mit Hoffen und bangenden Sorgen wagen wir den Wettkampf zur Rückgewinnung unserer Gesundheit, allerdings meist ohne ihn zu gewinnen. Vielmehr müssen wir einsehen lernen, dass es für uns keinen anderen Ausweg gibt, als sich ins Unvermeidliche zu schicken. Wollen wir nun aber einem solchen Los entgehen, dann müssen wir uns über verschiedene wichtige Punkte völlig im klaren sein.

Gegensätzliche Einflüsse

Statt sich dem Zufall preiszugeben, ist es besser, zu wissen, dass wir zwischen krebsfördernden und krebshemmenden Stoffen und Einflüssen wählen können. Es handelt sich dabei um cancerogene oder anticance-

rogene Einwirkungen, und wir sollten diese gründlich kennenlernen, liegt es doch in unserer Hand, möglichst zu vermeiden, krebsfördernde Umstände zu begünstigen. Nur auf diese Weise werden wir die Möglichkeit besitzen, dem Gespenst der Krebskrankung entgehen zu können. Wenn es uns aber nichts ausmacht, es auf ein Risiko ankommen zu lassen, dann mögen wir immerhin all den schädigenden Einflüssen, mit denen wir zu brechen nicht willens sind, um unsere Genussucht nicht aufzugeben zu müssen, weiterfahren. Auf alle Fälle sind wir dann aber an allfälligem Missgeschick selbst schuld und tragen dafür die volle Verantwortung.

Es ist kein ratsamer Weg, sich um seine Gesundheit nicht zu kümmern oder erst dann, wenn sie bereits geschädigt oder gar verloren ist. Auch in gesundem Zustand sollten wir uns über das seuchenartige Auftreten einer Krankheit im klaren sein, denn wie anders könnten wir uns sonst schützend dagegen einstellen? Oft kommt es uns zugute, wenn wir bei Freunden den unseligen Verlauf eines schlimmen Leidens beobachten können, weil sich solch eine Erfahrung aufrüttelnd und abschreckend auf uns auswirken kann. Was könnte uns das Sprichwort, dass Vorbeugen besser als Heilen ist, deutlicher vor Augen führen, als ein solch betrübliches Erleben? Gleichgültige Unbesorgtheit gegenüber drohenden Gefahren veranlasst uns nicht, diesen auf den Grund zu gehen. Wir müssen unbedingt mit dem Thema krebsfördernder Einflüsse und Stoffe bekanntwerden, wenn wir sie ernstlich meiden wollen. Zu diesem Zweck sollte die Krebsliga eines jeden Landes ein Verzeichnis herausgeben mit genauen Angaben aller krebszeugenden Stoffe und Einflüsse. Damit allein wäre indes noch nicht völlig gedient, denn gleichzeitig sollte auch ein Verzeichnis all dessen, was den Krebs zu hemmen oder zu verhindern vermag, bestehen.

Krebsfördernde Stoffe und Einflüsse

Es ist notwendig zur Erhaltung unserer Gesundheit folgende Bekanntmachungen zu beachten. Zu meiden wären also:

1. Alle Teerprodukte und alle daraus gewonnenen Präparate. Hierzu gehört eine gewisse Menge von chemischen Medikamenten, die gegen Kopfweh wirken, als Schlaf- und Schmerzstillmittel dienen, und weitere, die andere Leiden zu beheben suchen.
2. Von Belang sind auch alle geräucherten Nahrungsmittel. In diesem Zusammenhang steht auch das Rauchen, was heute ja allgemein bekannt ist, wobei es sich sowohl um Tabak als auch um Zigarren oder Zigaretten handelt. Es gibt nun allerdings heute Raucher, die sich in Sicherheit wiegen, weil sie erfahren haben, es gebe bereits nikotinfreie Tabakwaren. Solcherlei Einwände und Bemühungen zeigen nun aber einen Mangel an richtigem Verständnis, denn es ist nicht das Nikotin, sondern es sind die Teerprodukte in den Rauchwaren, die cancerogen wirken. Noch andere Ausreden versuchen das Gefahrenmoment in Abrede zu stellen. So mögen Raucher der Behauptung Glaubenschenken, nur das für Zigaretten verwendete Papier sei für die Teerwirkung verantwortlich. Es bilden sich indes bei allem Verbrennen Teerprodukte, also nicht nur beim Verbrennen des Papiers, sondern auch beim Verbrennen des Tabaks sowie anderer brennbarer Gegenstände. Dies wäre also dringlich zu beachten, weil man diese Gefahr nur als Nichtraucher umgehen kann.
3. Des weiteren sind alle chemischen Zutände in Nahrungsmitteln und Getränken so weit als möglich zu vermeiden. Es mag sich dabei um Farben, Aromas oder Konservierungsmittel handeln.
4. Keine chemischen Spritzmittel sollten in Anwendung kommen, denn sowohl Insektizide wie auch Fungizide wirken sich cancerogen aus, somit auch deren Rückstände im Wasser und in der Nahrung.
5. Alle Gase, die den Explosionsmotoren entweichen, sind ebenfalls als gefährbringend zu betrachten, seien es solche aus den Autos, den Baumaschinen, den Maschinen landwirtschaftlicher Art oder den Flugzeugen. Die Arbeitserleichterung durch technische Errungenschaften erweist sich demnach ebenfalls als gefahrbringender Schatten für unsere Gesundheit. Wie beruhigend war es doch noch zur Zeit der Fuhrwerke mit Pferdegespann, des Bauens mit menschlicher Geschicklichkeit und Kraft, der landwirtschaftlichen Bearbeitung ohne maschinelle Hilfe mit Sichel, Sense, Pflug und Egge! Das alles ist wie ein Traum vorbei, doch wir müssen mit der Erleichterung auch das gesundheitliche Nachsehen in Kauf nehmen.
6. Ein weiteres Gespenst sind die Abfallprodukte der Atomkraftwerke. Solche können in fester Form auftreten, sich als gasförmig erweisen oder aber als zellschädigende Strahlen in Erscheinung treten.
7. Schwerwiegend sind auch die krebsfördernden seelischen Einflüsse, denn Sorgen, Kummer, Hetze, Angst und Depressionen sind unserem Gesundheitszustand nicht dienlich. Wer dagegen ankämpfen kann, obwohl dies nicht immer leicht sein wird, findet dadurch wesentliche Hilfe, und wer zudem noch den Mangel an Bewegung und Sauerstoff behebt, unterstützt damit gesundheitliche Forderungen.

Was wirkt anticancerogen?

Heute sind Stoffe und Einflüsse, die anticancerogen wirken, nicht mehr unbekannt. Es lassen sich zudem immer neue dieser Art entdecken, so dass uns zur erfolgreichen Vorbeugung, ja sogar als Hilfe in der Therapie stets mehr Möglichkeiten offen stehen. Um uns zweckmäßig zu dienen, greifen wir also in Zukunft zu folgenden Vorfügen:

1. Alle biologisch gezogenen, naturreinen Nahrungsmittel kommen uns zugute. Vor allem wählen wir Vollkornprodukte, naturbelassenen Zucker und Zuckerwaren, wie auch Öle und Fette dieser Art.
2. Vorteilhaft wirken sich alle milchsauen Erzeugnisse aus. Wir greifen zur Molke, zu Produkten, die durch Milch-

säuregärung gewonnen wurden, so zu Sauermilch, zu Joghurt, zu saurer Buttermilch, zu Sauerkraut, Sauerrüben und zu milchsauren Gemüsen, wie sich diese im koreanischen Kimchi als vorteilhaft erweisen.

3. Wir vergessen auch die milchsauren Säfte, vor allem den bekannten Randinasaft nicht.
4. Ansprechend sind auch alle Pflanzen und Kräuter, die das Blut verbessern, die Leber reinigen und anregen und auf das Lymphsystem gut einwirken. Dazu gehören die Brennesseln, das Alfalfa, die Haferstaude, drei Bestandteile von Alfa-vena. Des weitern sind noch Petasites off., Mistel, Kreosotbuschtee, Lapachorinde und Teufelskrallentee zu erwähnen.
5. Interessant ist es auch, dass Kernen und Samen, die Blausäure enthalten, anticancerogen zu wirken vermögen. Dies ist der Fall bei Apfel- und Aprikosenkernen, bei Bittermandeln und den daraus gewonnenen Präparaten, wie Laetrile, das besonders in Amerika erfolgreichen Einsatz findet.
6. Anschliessend sind noch alle Pflanzen zu erwähnen, die stark eisen- und germaniumhaltig sind, so Wallwurz, Petasites, Meerrettich und alle Kressearten, worunter vormerklich die Kapuzinerkresse erwähnt zu werden verdient, ferner Ginseng und Knoblauch.
Auch Reis- und Gerstenkleie gehören zu den anticancerogenen Stoffen.
7. Bereits erwähnt wurden anticancerogen wirkende Einflüsse wie reichliche Bewegung in frischer Luft, Wanderungen, vernünftiger Sport zur körperlichen Anregung. Zum inneren Gleichgewicht verhelfen Friede und Freude nebst Harmonie mit der Natur und vor allem mit deren Schöpfer.

Allmähliche Regeneration

Da die Krebserkrankung auf einem Versagen der menschlichen Ganzheit beruht,

können wir nicht erwarten, ein spezifisches Krebsheilmittel zu finden. Mag ein Arzt ein noch so grosser Wissenschaftler sein, es wird ihm nicht gelingen durch irgendeine Methode den Krebs zu heilen. Aber die gesamte Anregung natürlicher Vorgänge in unserem Körper kann im Kampfe gegen dieses schwerwiegende Leiden erfolgreich sein, so dass die Zellen allmählich zu regenerieren vermögen, was der Degeneration Einhalt gebieten wird. Wir können ferner das natürliche Geschehen in unserem Körper mit allem notwendigen Material unterstützen und ihm Einflüsse zur Verfügung stellen, die aufbauend und regenerierend wirken. Auf diese Weise können wir den Heilprozess ankurbeln, die Krankheit, wenn immer möglich, zum Stillstand und schliesslich zum Verschwinden bringen. Wir müssen tastend vorgehen, um das natürliche Geschehen in unserem Körper richtig und in vollem Masse zu berücksichtigen. Göttliche Weisheit hat der Natur heilende Kräfte zugesetzt, durch deren Wirksamkeit die Gesundheit erneuernde Anregung finden kann. Es ist somit nicht der Mensch mit all seiner Wissenschaft, sondern nur die Natur mit ihrer innwohnenden Regenerationskraft, die Krebs heilen kann. Der Mensch kann nur die Stoffe und notwendigen Voraussetzungen dazu beschaffen und zur Verfügung stellen.

Eine Heilung zu erlangen ist indes nicht so einfach, wie es die Vorbeugung einer Krankheit wäre. Die erwähnten Ratschläge, die zur Heilung führen können, lassen bestimmt erkennen, dass auch die gleiche Methode zum erfolgreichen Vorbeugen verhelfen wird. Wir brauchen also nicht erst krebskrank zu werden und müssen nicht erst versuchen, die Gesundheit mit Mühe und Anstrengung wieder zurückzugewinnen, sondern die entsprechende Einsicht und Einstellung wird uns ermöglichen, überhaupt nicht erkranken zu müssen.