

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 43 (1986)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Bakterien und Viren  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551165>

### **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:** 03.05.2026

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

## Bakterien und Viren

Über diese beiden Mikroorganismen sind schon viele Bücher geschrieben worden. Auch wurden viele Vorträge darüber gehalten, und an den Universitäten gibt es sogar Institute, die sich mit der Erforschung von Mikroorganismen beschäftigen. Was weiss man schon von ihnen und wie kann man diesen Krankheitserregern begegnen?

### Die Bakterien

Sie sind zwar sehr klein, lassen sich aber unter dem Mikroskop nachweisen. Obwohl sie nun genügend erforscht sind, haben sie an Gefährlichkeit nicht verloren. Denken wir nur an Bakterien, die so schreckliche Krankheiten und Epidemien auslösten wie Cholera, Pest, Typhus und Tuberkulose. Schon allein durch Verbesserung der hygienischen Verhältnisse konnten die schrecklichen Epidemien, die im Mittelalter ganze Städte und Dörfer dezimiert haben, fast ausgerottet werden. Das alles haben wir der Hygiene zu verdanken, der Kanalisation und dem guten Trinkwasser. Von der Tuberkulose sind früher Zehntausende dahingerafft worden. Noch vor fünfzig Jahren zählte die Schwindsucht, wie man sie nannte, zu den Krankheiten, die gefährlicher waren als Krebs, weil ihr meistens junge Menschen im blühenden Alter erlagen. Durch Änderung der Lebensweise, gesündere Wohnverhältnisse und eine vollwertige, kalk- und vitaminreiche Nahrung, ferner durch Licht und sauerstoffreiche Luft konnte die Tuberkulose weitgehend überwunden werden. Patienten, die man als geheilt entlassen konnte, hatten eine gewisse Immunität gegen diese Erkrankung entwickelt. Es kam zu einer Einkapselung der Bakterien. Wenn sie weiterhin gewisse Richtlinien befolgten, bekamen sie es nicht mehr mit dieser Krankheit zu tun. Es geht eben darum, das bereits im Körper vorhandene Abwehrsystem, die sogenannte Immunität, zu stärken. Irgendein Mangel an Vital- oder Nährstoffen oder auch äussere Verhältnisse können dieses grossartige Abwehrsystem schwächen oder gar zerstören. Wenn man es militärisch ausdrücken will,

ergäbe dies eine schwache Stelle in einer sonst gut geschützten, gut verteidigten Frontlinie. An einer schwachen Stelle kann ein Feind eindringen und ähnlich ist es auch im Kampf des Immunsystems gegen eindringende Bakterien.

### Die Viren

Lange Zeit hat man von ihrer Existenz überhaupt nichts gewusst, und zwar wohl deshalb, weil sie viel kleiner als Bakterien sind und sich einer mikroskopischen Beobachtung entziehen. Jetzt stehen uns komplizierte Untersuchungsmethoden mit den neuesten Ultra- und Elektronenmikroskopen zur Verfügung, so dass man die Viren sichtbar machen kann. Deshalb wird ihre Funktion und auch ihre Gefahr für Menschen und Tiere besser erkennbar. Gegen Bakterien wurden spezifische Mittel entwickelt, die ihre Vermehrung und Entwicklung hemmen und in gewissen Fällen sogar zu vernichten vermögen. Bei Viren ist man noch nicht soweit, denn sie sind viel zäher und lassen sich zum Beispiel mit Antibiotika in keiner Weise beeinflussen.

### Meine eigene Erfahrung

Vor ungefähr zwanzig Jahren habe ich bei einer Patientin gewisse Symptome beobachtet, die mich vermuten liessen, ein Virus könnte die Ursache ihrer Erkrankung sein. Die Frau, die aus Jugoslawien kam, klagte über eine unnatürliche Müdigkeit. Dazu stellten sich Kopfweg, Empfänglichkeit für Katarrhe, Appetitlosigkeit und Störungen des Darmes ein. Der ganze Körper schien völlig aus dem Gleichgewicht geraten zu sein. Die ganzen Symptome erinnerten mich an einen Zustand, den ich von einem durch Studium einschlägiger Literatur über einen bestimmten Virus kennenlernte. Da auch alle übrigen bekannten phytotherapeutischen und homöopathischen Heilmittel keinen Erfolg bei ihr brachten, vermutete ich, es könne sich nur um diesen speziellen Virus handeln. Das Krankheitsbild der Patientin passte genau auf die Symptomatik, die der Cytomegalie-Virus

verursacht. Ich wollte mir deshalb Gewissheit verschaffen und schickte die Patientin in ein Kantonsspital. Den leitenden Wissenschaftler des Spitallabors kannte ich persönlich gut, und ich teilte ihm meine Vermutung über den Cytomegalie-Virus als Ursache dieser Erkrankung mit. Dieser Wissenschaftler hielt es nicht für möglich, denn die Symptome waren für ihn doch nicht so klar, um meine Vermutung zu bestätigen. Als ich ihn aber bat, auf alle Fälle die Blutuntersuchung durchzuführen, hat er mir diesen Dienst doch erwiesen. Mit grossen, erstaunten Augen kam er dann zu mir und bestätigte voll und ganz meine Vermutung. Ich habe ihn noch gefragt, was man dagegen unternehmen könne. Ausser einer Stärkung und Verbesserung des Allgemeinzustandes konnte er nichts vorschlagen, denn es gab kein spezifisches Mittel gegen diesen Virus.

#### **Versuch mit Naturmitteln**

Und so musste ich eigentlich versuchsweise all das einsetzen, was mir bekannt war und zur Verfügung stand. Zur Stärkung der eigenen Immunitäts- und Regenerationskraft habe ich Echinacea probiert, denn ich weiss, dass diese Pflanze die eigene Abwehrkraft des Körpers enorm fördert. Dies habe ich selbst in den Tropen erlebt, wo mir Echinacea geholfen hat, meine Immunität gegen die Malaria zu stärken. Deshalb habe ich dieses Mittel auch gegen diesen Virus verwendet. Dann noch Lachesis, ein homöopathisch verdünntes Schlangengift, um gegen die Toxine, die diesen Virus absondert, vorzugehen. Als drittes erfolgte der Einsatz von Pollen und Gelee Royal, um den Körper mit speziellen Aufbaustoffen zu unterstützen. Ausser diesen Mitteln stellte ich die Patientin auf Rohkost, rohe Gemüsesäfte, Naturreis und saure Milchprodukte um.

#### **Das Ergebnis**

Nach drei Monaten fühlte sich die Patientin schon wieder viel besser. Nach dieser Zeit wurde erneut eine Kontrolle im Kantonsspital, eben bei dem bekannten Virologen, durchgeführt. Nach der Untersuchung

bestätigte er mir, dass das Krankheitsbild wesentlich besser geworden sei, und auch das körperliche Befinden der Patientin könne auf eine gute Prognose deuten. Auf meine Frage, ob man diesen Virus ganz abtöten könnte, sagte er mir, dies sei nach seiner Auffassung nicht möglich. In einem interessanten Vergleich hatte er mir dann die Situation bildlich vor Augen geführt.

#### **Ein lehrreicher Vergleich**

Mein Bekannter erzählte mir, man könne den Virus als einen Bösewicht betrachten, der aus dem Hause hinausgetrieben wurde, aber er halte sich immer noch auf dem Balkon auf, und wenn sich die Verhältnisse in der Wohnung wieder ändern, das heisst wenn irgendeine Schwächung des Gesamtzustandes in Erscheinung träte, dann schlüpft der Bösewicht wieder in das Haus hinein, um ein Unheil anzurichten. Dies erinnerte mich an Steinmarder, die sich in der Nähe unseres Hauses aufhielten. Sie sind über Bäume zu uns ins Haus geklettert und haben auf dem Estrich einen unheimlichen Spektakel vollführt. Ich musste daraufhin einige Bäume schlagen lassen und alle Einstiegsmöglichkeiten verschliessen. Von da an war kein Marder mehr zu hören, weil sie keinen Zugang mehr zum Haus hatten. Aber irgendeine Schlingpflanze, die an der Hausmauer emporgewachsen war, hat ihnen nach Jahren wieder einen Weg geöffnet. Und schon kletterten sie wieder auf den Estrich und die gleiche Geschichte begann von vorne. Nur dadurch, dass wir ihnen erneut keine Möglichkeit zum Einsteigen gelassen haben, wurden wir diese Plagegeister los.

Es ist vielleicht ein komischer, nicht ganz passender Vergleich, aber ich habe diesen Wissenschaftler verstanden.

Als einzige Möglichkeit gegen gewisse Krankheitserreger, in diesem Fall Viren, gegen die wir noch keine geeigneten Gegenmittel haben, können wir nur den Körper in seiner eigenen Abwehrfähigkeit unterstützen und die Abwehrmechanismen mobilisieren. Wir müssen also, um gegen Viren ankämpfen zu können, die eigene Regenerationskraft des Körpers fördern. Dieser

Forscher im Kantonsspital gab mir recht, denn nur auf dieser Grundlage kann gegen eine Viruserkrankung vorgegangen werden.

### **Verlust der Immunität**

Bei Krebs wissen wir schon einiges, wie man ihm begegnen kann. Es gibt schon wirksame biologische Behandlungsmöglichkeiten, die, ohne den Körper mit Nebenwirkungen zu belasten, das geschwächte Abwehrsystem wieder normalisieren. Wir wissen heute, dass Krebs kein auf die Geschwulst begrenztes Geschehen ist, sondern wir müssen es als eine chronische Erkrankung des ganzen Organismus betrachten. Deshalb müssen entgiftende Massnahmen eingeleitet werden, indem man zum Beispiel die Leberfunktion, gewissermassen als Giftfilter, anregt, dann auch die Darmflora normalisiert, dem Körper genügend Sauerstoff zuführt und auf eine vollwertige Ernährung mit milchsauren Produkten achtet. Auf diese Weise kann man der Krebserkrankung entgegen treten und sich davor weitgehend schützen. Wir dürfen sie auf keinen Fall als ein unabweichliches Schicksal betrachten.

Bei Viren ist es vielleicht ähnlich, aber doch nicht so einfach, weil die Viren gerade das Immunsystem angreifen. Wenn die Widerstandskraft durch die Summe der Belastungen und eine ererbte Immunitätsschwäche derart geschädigt ist, kann ein Angriff durch Viren den letzten Rest der Regenerationskräfte zerstören. Dann hat man nicht nur eine Schlacht, sondern sogar den Krieg verloren.

### **Schlimmer als Krebs – AIDS**

Die schlimmste Krankheit, die durch Viren erzeugt wird, ist AIDS, wie man sie nennt. AIDS hat einen Schock ausgelöst und Hunderttausenden einen gewaltigen Schrecken eingejagt. Dies nicht nur in Amerika, sondern rund um die Welt. Die Schulmedizin kennt noch kein Heilmittel dagegen. Jeder, der daran erkrankt, ist gewissermassen ein Todeskandidat. Er hat noch eine Karenzzeit von zwei bis fünf Jahren, bis die ganze Widerstandskraft zusammenbricht. Dann stirbt er ja nicht an

irgendeinem zerstörenden Effekt dieses Virus, sondern an einem Mangel der Abwehrkräfte, an einem Versagen der regenerierenden Mechanismen seines Körpers, an einer Krankheit, die er unter normalen Verhältnissen leicht überwinden könnte.

### **Gibt es einen Schutz?**

Vorausgesetzt, dass die Medienberichte stimmen, soll in den USA und in Europa die Zahl der Erkrankten bereits in die Hunderttausende gehen. Was kann man prophylaktisch dagegen tun? Eine grosse amerikanische Zeitung gab den Rat, und damit stimme ich überein, ein ganz moralisches, korrektes Leben zu führen, auf sexuelle Exzesse, Homosexualität und all diese Entgleisungen physischer und psychischer Empfindungen zu verzichten. Denn gerade in diesen Kreisen hat sich die Krankheit in einem fast epidemischen Sinne ausgebreitet. Die Übertragungsmöglichkeit der Viren sei über die Schleimhäute, primär der Sexualorgane und sekundär sogar über die Mundschleimhäute, also zum Beispiel durch einen Kuss, möglich. Ich schreibe nicht gerne über so etwas. Viel lieber berichte ich über positive Dinge, mit guten Therapiemöglichkeiten, um unsere Gesundheit zu pflegen und zu erhalten. Aber vielleicht kann ich den vielen ängstlichen Gemütern doch einen kleinen Hinweis und einen Trost vermitteln.

### **Ein kleiner Hoffnungsschimmer**

Ich weiss, dass virologische Institute fieberhaft daran arbeiten, ein Gegenmittel gegen diesen mikroskopisch kleinen Bösewicht zu finden. Man hofft, und es wäre ein Glück, wenn diese Hoffnung auch erfüllt werden könnte, um vielen Menschen grosses Leid zu ersparen. Aber was können wir tun, solange die Wissenschaft kein spezifisches Mittel gefunden hat?

Wir können nur durch eine gesunde Lebensführung, durch eine Verbesserung und Stärkung des allgemeinen Zustandes dem Körper helfen, damit er sich gegen die Viren schützen kann.

Es ist deshalb nötig, dass man viel vitalstoffreiche Nahrung zu sich nimmt. Die

heutige Zivilisationsnahrung schwächt den Körper, schädigt seine Abwehrkräfte, so dass seine Regenerationsmöglichkeit erst gar nicht zur Entfaltung kommt. Ich habe die Wirkung verschiedener Pflanzen kennengelernt, die sich bei Virus-Erkrankungen als sehr hilfreich erwiesen haben. In erster Linie ist der Knoblauch, Meerrettich, Bärlauch, die Pestwurz, die flechtensäurehaltigen Pflanzen wie Usnea und Echinacea, also der Rote Sonnenhut, zu nennen. Neben einer vernünftigen Lebensweise habe ich bei verschiedenen Viruserkrankungen mit diesen erwähnten Pflanzen schon gute Erfolge gesehen. Es wäre bestimmt nicht unnützlich, wenn Ärzte, die mit solchen Kranken zu tun haben, gerade diese Pflanzen einmal an ihren Patienten ausprobieren würden. Besonders die Echinacea, die dazu beigetragen hat, mich und meine Freunde vor Malaria zu schützen, sollte

auch in den Fällen, wo diese furchtbare Viruskrankheit AIDS aufgetreten ist, ausprobiert werden. Statt nichts zu unternehmen, und nur auf den Tod zu warten, könnte man mit einer gründlichen Umstellung der Lebensweise und mit den erwähnten Pflanzen einen Versuch machen. Vielleicht hätte man damit einen Erfolg!

Sicherlich wird dieser Schock der AIDS-Krankheit manchen Menschen, vor allem junge Leute, zum Nachdenken veranlassen, um ihre ethische Einstellung, besonders auf dem sexuellen Gebiet, zu revidieren. Und so möchte ich Ärzten und Diätetikern ans Herz legen, alles zu versuchen, damit auch einmal etwas Positives statt nur beunruhigende und beängstigende Nachrichten in der Presse erscheinen.

Die Natur hat sicher auch da einen Weg, aber man muss ihn suchen. Nur wer sucht, kann Lösungen erwarten!

### **Krebs – eine Viruskrankheit?**

In letzter Zeit ist in der Presse und in einigen wissenschaftlichen Zeitschriften wieder die Meinung vertreten worden, Krebs sei eine Viruskrankheit. Andere Forscher behaupten und scheinen nachzuweisen, dass Krebs eine Degenerationserscheinung ist, indem der ganze Zellstaat des Körpers durch Fehler in der Lebensweise, vor allem in der Ernährung, und durch viele andere schädigende Einflüsse, langsam immer mehr und mehr vergiftet wird. Somit wird nach Jahren und Jahrzehnten das ganze biologische Gleichgewicht in den Zellen gestört. Als Folge dieser Störung treten krankhafte Veränderungen in Erscheinung. Eine asoziale Zelle, wenn man so sagen darf, bildet sich aus, die auch grösser ist als die Normalzelle und als Krebszelle ihr zerstörendes Werk fortsetzt.

#### **Viren als Begleiterscheinung**

Was ist nun richtig? Ist ein Virus die eigentliche Grundursache oder ist Krebs eine degenerative Erscheinung im Zellstaat? Diese Anschauung, dass Krebs durch Viren verursacht werden könnte, ist nicht neu. Ich habe vor zirka 50 Jahren mit Dr. Nebel aus

Lausanne, einem Krebsspezialisten, schon über die Idee, dass Viren bei der Entstehung von Krebs eine Rolle spielen, gesprochen.

Nehmen wir an, Krebs sei wirklich, wie viele Forscher beobachtet haben, eine degenerative Erscheinung im Zellstaat, dann ist doch die Möglichkeit naheliegend, dass geschwächte Körperzellen einen Nährboden für Viren darstellen. Eine gesunde Zelle wird sich gegen die Eindringlinge erfolgreich zur Wehr setzen, so dass die Viren nicht als Grundursache sondern nur als Begleiterscheinung im bereits geschwächten Zellmaterial des Körpers eine Entwicklungsmöglichkeit finden. Die degenerativen Erscheinungen würden also den Nährboden schaffen, und die Viren könnten sich auf dieser Grundlage schnell entwickeln. Eine weitere Schädigung der Zelle durch Viren verschlimmert den Verlauf des Krankheitsgeschehens. Die eigentliche Grundursache wären nicht die Viren, sondern der degenerative Zustand in der völlig aus dem biologischen Gleichgewicht geratenen Zellen.