

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 44 (1987)
Heft: 2

Artikel: Salzfreie Diät
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-551687>

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: 23.01.2026

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

wirken könnte. Aber gerade bei dieser Patientin ist meine Vermutung bestätigt worden, dass man mit einer Fastenkur, völlig eiweiss- und fettfrei, also nur mit reinem Fruchtsaft, in diesem Fall Traubensaft, unter Umständen ein Einschmelzen der Krebsgeschwulst erreichen könnte. Ich war noch nicht sicher, aber ich hatte die Idee und die Vermutung. Dies teilte ich der Patientin mit und sie begann mit eiserner Energie diese Saftkur durchzuführen. Mit der Flüssigkeitszufuhr von zirka 2,5 Litern verdünntem, reinem Traubensaft war ihr Bedarf gedeckt. Diese Kur unterstützte sie noch mit Petasites, nierenaktivierenden Kräutern, Brennesseltee sowie einigen anderen Kräutern.

Was da alles ausgeschieden wurde, und wie diese ganze Kur verlief, darüber könnte man eine eigene kleine Broschüre schreiben. Aber die Patientin ist zum grossen Erstaunen ihrer beratenden und behandelnden Ärzte völlig gesund geworden. Jahrzehnte sind inzwischen vergangen und wir haben in dieser Zeit, vor allem in Australien, mit Patienten, die von Kliniken als unheilbar entlassen wurden, mit der eiweiss- und fettfreien Fastendiät, mit Kräutern und Säften

von Gemüsen und Früchten – vor allem mit milchsauren Gemüsesäften – Erfolge erzielt, die jeder objektiv eingestellte Arzt mit Genugtuung zur Kenntnis nehmen sollte.

Fastendiät bei Krebs nur unter fachlicher Anleitung

Die völlig eiweissfreie Fastendiät hat auch noch Erfolg, wo oft alle ärztliche Kunst versagt hat. Sie sollte allerdings, wenn immer möglich, unter fachkundiger Kontrolle durchgeführt werden. Es ist zu hoffen, dass immer mehr Heilinstitute, gerade bei schweren, sogenannt hoffnungslosen Krebsleiden, zu dieser Methode greifen. Und wenn noch irgendwelche Kraftreserven da sind und vor allem, wenn das Herz gut ist, kann man bei richtiger Durchführung mit Erfolgen rechnen, die vielleicht mit keiner anderen Methode erzielt werden können. Der Körper ist fähig, in seinem eigenen Zellstaat regenerierende Funktionen einzuschalten und pathologische Zellen zu beseitigen. Und er ist fähig, auch da noch Heilungen zu erwirken, wo alle ärztliche Kunst zu versagen scheint.

Salzfreie Diät

Ich weiss von Dr. Gerson, mit dem ich in den fünfziger Jahren in New York das letzte Mal gesprochen habe, dass er nicht nur in bezug auf Krebs eine enorme Erfahrung besass. In seinem Buch «Fünfzig geheilte Krebsfälle» hat er gezeigt, was auf diätetischem Wege erreicht werden kann. Der Mittelpunkt seiner Therapie war die Pflege der Leber. Er hat mir auch persönlich bestätigt, dass er noch nie einen Krebskranken mit einer vorzüglichen Leberfunktion in seiner Klinik aufgenommen hätte. Immer war entweder ein Leberschaden oder ein Funktionsmangel der Leber, eine sogenannte Insuffizienz, vorhanden, die, wenn sie jahrelang bestanden hat, neben einer Eiweissüberfütterung – nach seiner Erfahrung – Krebs auslösen konnte. Er war auch

der erste, der schon vor fünfzig Jahren bei Hauttuberkulose eine einfache Lösung gefunden hat, damals als die Ärzte diese Erkrankung noch als unheilbar erklärten. Dies gelang ihm auf sehr einfache Weise, indem er neben einer natürlichen Ernährung eine völlig salzfreie Diät durchgeführt hat, wobei nur mit natürlichen Gewürzen wie Knoblauch, Meerrettich, Petersilie und all den Gartenkräutern, die für eine neuzeitliche Ernährung in Frage kommen, die Diät geschmacklich verfeinert wurde.

Heilerfolge mit salzloser Diät

Dr. Gerson vermochte auch Prof. Sauerbruch davon zu überzeugen und dieser hat sofort seinen Assistenten, Dr. Hermannsdorfer, beauftragt, eine spezielle Abteilung

für Hautkrebs, Lupus vulgaris, einzurichten. Der Erfolg war der, dass bei einem grossen Versuch mit 450 Lupus-Kranken, die eine salzlose Diät erhielten, nur bei vier Patienten die gewünschte Heilung nicht eingetreten ist. Es ist nicht leicht, eine völlig salzlose Diät durchzuführen, da in vielen Nahrungsmitteln an und für sich schon Salz enthalten ist. Dass eine solch völlig salzlose Ernährung auch bei Ekzemen, Psoriasis, ja sogar bei Hautkrebs und sicherlich bei jeder Krebsform, wenn zugleich eine eiweißarme Diät durchgeführt wird, einen Erfolg auszulösen vermag, ist erfreulich. Wenn man nur Naturnahrung zu sich nimmt, dann hat der Körper die Möglichkeit, die dringend notwendigen Salze für die Blutflüssigkeit selbst herauszuziehen. Ich habe eine eigene Erfahrung

bei einem Indianerstamm im oberen Maranon, bei den Jivaros, gemacht. Sie kennen überhaupt kein Salz. Dort war ich gezwungen, in dieser tropisch heissen Gegend völlig salzlos zu leben. Ich habe schon einmal berichtet, dass ich bereits nach vierzehn Tagen weniger Durst hatte, weniger schwitzte und mich so wohl fühlte, wie überhaupt nie zuvor in dieser tropischen Äquatorialgegend. Auch bei Hautkrebs kann man bei dieser salzlosen Spezialdiät, wenn man die Krebsstellen mit Thujatinktur im täglichen Wechsel mit Chelidonium-Urtinktur und Petasites-Urtinktur betupft, überraschende Heilungen erzielen. Bedingung ist jedoch, dass die völlig salzlose Diät ganz konsequent durchgeführt wird, und dass nur Naturnahrung anstelle von raffinierten Produkten Verwendung findet.

Atem ist Leben

Unter dieser Überschrift ist ein wichtiger Artikel in meinem Buch «Der kleine Doktor» erschienen. Ich muss immer wieder besonders ältere Menschen darauf aufmerksam machen, dass der ganze Kreislauf, die Drüsentätigkeit und alle aktiven Funktionen im Körper vom Sauerstoff abhängig sind. Es genügt nicht, dass wir am offenen Fenster etwas Atemgymnastik betreiben, auch wenn dies sicher nicht schlecht ist. Am besten und gründlich atmet der Mensch, wenn er wandert, läuft und vernünftigen, leichten Sport betreibt.

Der «zweite Atem»

Wer sich gut beobachtet, der wird feststellen, dass man am Anfang einer Wanderung, besonders wenn es bergauf geht, mit einigen Schwierigkeiten zu kämpfen hat. Vielleicht werden wir in der ersten halben Stunde müde, weil der Körper noch viel Säurematerial im Blut festhält. Durch intensives Atmen beim Wandern wird ein Teil dieser, man könnte sagen Stoffwechselgifte, in die Nieren befördert. Dann verspüren wir eine Erleichterung und plötzlich kommt der sogenannte zweite Atem. Dann bereitet das Wandern keine Mühe. Oft ist man bei geschickter Taktik, ohne zu forcieren, am

Abend weniger müde als zu Beginn einer Wanderung. Bei allen Sportarten, ich meine dabei nicht Leistungssport, der auch für junge Leute gewisse Gefahren in sich birgt, sondern nur Gesundheitssport, sollte man immer ganz langsam beginnen. Ich habe beim Skisport beobachtet, dass beim Aufsteigen mit Fellen, nach der Überwindung der ersten Müdigkeit, das Weiterkommen sehr leicht fällt. Auch beim Wandern, wenn wir einmal den richtigen Bergler-Schritt eingebübt haben, wird vieles leichter. Dann können wir stundenlang gleichmässig und mit guter Atmungstechnik unseren Weg fortsetzen. Junge Leute wandern oft unvernünftig. Sie fangen an zu rennen, dann bleiben sie wieder stehen und laufen dann weiter. Letzten Endes ist derjenige, der mit dem richtigen Bergführerschritt stetig vorwärts geht, eher am Ziel.

Langsames Warmlaufen beachten

Bei allen Sportarten, bei jeder körperlichen Tätigkeit, müssen wir uns immer ganz langsam warmlaufen. Je älter wir werden, desto mehr müssen wir diesen Rat beachten, sonst können wir mehr Schaden anrichten, als dass wir daraus Nutzen ziehen. Sogar geübte Sportler, wenn sie längere Zeit nicht