

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 45 (1988)

**Heft:** 8

**Artikel:** Schizophrenie : manisch-depressive Zustände

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552863>

### 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:** 22.02.2026

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

Erzeugnisse. Wer unter Ekzemen leidet und ein warmes Vollbad nimmt, sollte ins Badewasser Tee von Käslkraut und Sanikel dazugeben. Nach dem Baden wird die Haut am besten mit Wallwurz-Tinktur eingerieben. Wöchentlich einmal ist es nötig, dass wir dem Körper wieder eine Fettahrung zuführen, zum Beispiel Johannisöl. Es fettet, pflegt die Talgdrüsen und übt zugleich eine Heilwirkung aus. Ist die Haut sehr trocken, dann kann eine Wollfett-Creme sparsam aufgetragen werden. Auch Dr. Bruker schreibt: «Die Ernährung des Neurodermitis-Kranken, der kein tierisches Eiweiss essen darf, muss daher notwen-

digerweise zu einem relativ grossen Teil aus unerhitzter, pflanzlicher Nahrung bestehen, die wir als Frischkost bezeichnen». Je grösser der Frischkostanteil, um so grösser der Behandlungserfolg oder anders ausgedrückt, je schwerer die Krankheit ist, um so grösser muss der Frischkostanteil der Nahrung sein. Bei allen Formen der Hautkrankheiten ist also nicht nur was wir äusserlich tun von ganz grosser Wichtigkeit, sondern auch was wir essen. Und da ist vor allem eine ausgewogene Ernährungstherapie auf neuzeitlicher, vorwiegend pflanzlicher Basis eine Notwendigkeit, um einen Therapieerfolg zu erzielen.

## Schizophrenie – manisch-depressive Zustände

Es ist erfreulich, dass einige Ärzte den Versuch unternommen haben, Schizophrenie, manisch-depressive Zustände oder sogar Epilepsien und gewisse Formen von Geisteskrankheiten durch Diät und durch natürliche Mittel zu beeinflussen. Teilweise ist es ihnen auch gelungen, Heilungen zu erwirken.

**Günstiger Einfluss vitaminreicher Nahrung**  
Ein erfolgreicher Psychiater hat im Jahre 1936 eine Diät mit reichen Gaben von lebendiger Hefe, Hafer und Weizenkeimen zusammengestellt. Diese Diät zeigte sehr schöne Erfolge. Leider wurden seine Bücher in der Hitlerzeit eingestampft, weil das Erfahrungsgut dieses Arztes mit dem nationalsozialistischen System, mit der Erbtheorie, nicht übereinstimmte. Amerikanische und englische Ärzte haben dann auch mit Naturnahrung und reichlich natürlichen – auf keinen Fall synthetischen – Vitaminen gute Erfolge erzielt. In San Diego (Kalifornien) hat ein Arzt in einem Kinderheim mit vitamin-B<sub>6</sub>-haltigen Stoffen gute Resultate verzeichnen können. Vitamin-C-haltige Nahrung brachte ebenfalls vorzügliche Wirkungseffekte. Der Psychiater schrieb unter anderem wörtlich: «Wie ist diese gute Wirkung der Vitamine bei Schizophrenie zu erklären?»

### Die fehlenden Nährstoffe

Unsere Zivilisationskost ist dadurch, dass wir viel Gekochtes, viel Zucker und Weissmehlprodukte geniessen, vitaminarm. Das menschliche Gehirn regelt die Lebensvorgänge des menschlichen Körpers unentwegt, Tag und Nacht. Durch diese unermüdliche Arbeit ist der Bedarf des menschlichen Gehirns an Nährstoffen, Sauerstoff und Vitaminen sehr hoch. Die Vitaminarmut unserer Zivilisationskost macht sich besonders intensiv am vitaminhungigen Gehirn bemerkbar und hilft mit bei der Entstehung von Schizophrenie. Bei Eingabe von Vitaminen wird der Vitaminmangel im Gehirn, und damit die Schizophrenie, günstig beeinflusst und eventuell sogar behoben.

### Die Wirkung des Vitamin C erforscht

Professor Linus Pauling, der zweifache Nobelpreisträger, ist der Ansicht, dass die Heilziffer für Dauerheilungen bei der Schizophrenie durch zusätzliche Vitamintherapien von etwa 40 Prozent auf 80 Prozent erhöht werden kann. Professor Pauling, den ich persönlich gut kenne, hat an einem Kongress in den Niederlanden – an dem ich auch teilgenommen hatte – die Wirkung von Vitamin C und seine durchgeföhrten Versuche eingehend begründet und erklärt.

Obwohl Professor Pauling nach meiner Ansicht und Erfahrung zu hohe Dosen Vitamin C vorschreibt, hat er doch in vielen Fällen bemerkenswerte Erfolge erzielt. Ich möchte nicht so weit gehen und behaupten, dass durch die reichliche Vitaminzufuhr und die Ernährungsumstellung die Schizophrenie völlig geheilt werden kann. Aber es ist immerhin erwiesen, dass eine Besserung, und sicherlich in einigen Fällen eine Heilung zu erwarten ist. Es lohnt sich auf jeden Fall, auf diesem ernährungstherapeutischen Gebiet weiterhin Versuche zu unternehmen. Jede Besserung ist schon ein grosser Erfolg, da durch die üblichen chemischen Mittel, die sogenannten Psychopharmaka, wohl die Symptome unterdrückt, aber die Krankheit als solche nicht geheilt werden kann.

### Die Fastenkur

Ein kanadischer Arzt, Dr. Hofer, behandelte 60 Schizophrene, die auf die Vitamintherapie nicht ansprachen, mit einem viertägigen Fasten. Er schreibt: «Am Morgen des fünften Tages hatten 40 Patienten ihre Schizophrenie verloren».

Es ist ermutigend, solche Berichte zu hören, obschon man mit diesen Methoden nicht immer einen derart frappanten Erfolg erreichen kann.

### Einfluss der glutenfreien Nahrung

Ein anderer Arzt beobachtete bei einem Doppelblindversuch die Symptome von schizophrenen Klinikpatienten und er berichtete, dass sich bei einer Diät ohne Gluten die Symptome besserten, während sie sich bei einer glutenreichen Nahrung (in Getreide und Brot) sogar wesentlich ver-

slechterten. Er begründet sein Resultat wie folgt: Der Mensch ist von Natur aus ein Verzehrer von Früchten, nicht von Getreide. Gluten kann die Krankheitssymptome bei Schizophrenie genauso verschlechtern wie wir dies bei der Herter'schen Krankheit ebenfalls beobachten. Wenn man Getreideprodukte essen will, dann muss man glutenfreies Getreide, vor allem Naturreis, einsetzen. Reiche Glutengaben können auch noch eine andere Krankheit verursachen, nämlich die Zöliakie. Bei dieser Krankheit reagiert die Schleimhaut des Dünndarms allergisch auf Gluten. Im Ärztebericht wird erklärt, dass in England und in den USA Hunderte von Psychiatern und Ärzten Schizophrenie und andere Geisteskrankheiten mit Diät, vor allem mit vitaminreicher Nahrung, behandeln.

### Unterstützende Naturmittel

Zudem wird der biologisch eingestellte Arzt noch mit Pflanzenheilmitteln nachhelfen und unterstützen. Da sind vor allem Avena sativa, der Saft aus dem blühenden Hafer, dann Ginseng, eine hervorragende Pflanze und die russische Verwandte vom Ginseng, Eleutherococcus, zu nennen sowie das Johanniskraut (*Hypericum perforatum*). Bei vielen Menschen wirkt auch die Tinktur der Passiflora incarnata vorzüglich. Nicht zuletzt muss auch das homöopathische Mittel Ignatia D<sub>6</sub> erwähnt werden.

Die jüngsten Erfahrungen haben gezeigt, dass man mit Spezialdiäten von Naturnahrung und Pflanzenpräparaten nicht nur physische, das heißt körperliche, sondern auch seelische, also psychische Störungen günstig beeinflussen und sogar Heilerfolge erwirken kann.

### Spurenelemente

Es ist eigenartig, dass heute immer mehr Verständnis für die Wichtigkeit der Spurenelemente gezeigt wird. Vor einem halben Jahrhundert wusste man von den meisten Spurenelementen, die heute in der Literatur so grosse Bedeutung erlangt

haben, überhaupt noch nichts. Neben den Nährstoffen machte man sich vor allem Gedanken über die Wichtigkeit von Kalk und Phosphor für die Knochen und von Eisen für das Blut. Von den vielen anderen Spurenelementen, die heute bekannt sind,