

Charlotte Gerson
Morton Walker

Das Große
Gerson
Buch

Die bewährte Therapie gegen Krebs
und andere Krankheiten

Haftungsausschluss der Autoren

Das vorliegende Buch wurde zu rein informativen Zwecken geschrieben und veröffentlicht und soll unter keinen Umständen den Rat eines professionellen Therapeuten ersetzen. Daher ist das hier zu findende Informationsmaterial auch nicht dazu gedacht, die Konsultation eines Onkologen, Kardiokardiologen, Endokrinologen oder anderen Arztes zu ersetzen.

Ein Großteil der in diesem Werk enthaltenen Informationen geht auf die Verfahren zurück, die von Max Gerson, MD, perfektioniert und angewandt wurden und in der Originalausgabe seines Buches „A Cancer Therapy: Results of Fifty Cases“ von 1958 beschrieben worden sind. Diese Verfahren wurden auf Grundlage von Ergebnissen entwickelt und in die Praxis umgesetzt, zu denen er während eines Zeitraums von 30 Jahren vor Veröffentlichung seiner bahnbrechenden Schrift gelangt ist.

Da Dr. Gersons 1958 veröffentlichtes Werk ganz auf die Behebung von Krebs ausgerichtet ist, musste ein weiteres Buch geschrieben werden. Schon sehr früh nämlich ging Dr. Gerson auf, dass die für die Heilung von Krebs angewandte Gerson-Therapie auch als korrigierende Behandlung bei fast allen anderen als „unheilbar“ bezeichneten akuten und chronischen Degenerationserkrankungen Wirkung zeigt. Wie wir anhand unseres Textes noch aufzeigen werden, ist das, was in der Vergangenheit als „unheilbar“ galt, durchaus heilbar.

Neben den ursprünglichen Bezügen, die in den sechs Auflagen von „A Cancer Therapy: Results of Fifty Cases“ angeführt werden, hält unser Buch auch eine Fülle an Informationen aus diversen anderen Quellen bereit. Diese Informationen stammen aus Interviews mit Fachkräften aus dem Gesundheitswesen, die die Entwicklung von Patienten mittels Labortests und klinischer Untersuchungen überprüft haben. Um dem Leser zusätzliches Wissen zu vermitteln, kommen zudem zahlreiche Patienten zu Wort, die starkes Unwohlsein, subklinische Erkrankungen oder aber konkret lebensbedrohliche Krankheiten durchgemacht haben. Sämtliche Fallgeschichten der Patienten sind authentisch, und wo nicht explizit erwähnt wird, dass es sich bei dem jeweiligen Namen um ein Pseudonym handelt, entspricht auch er der wahren Identität des Betroffenen.

Die Patienten berichten über ihre Erkrankungen und die alternativen/ komplementären Behandlungsmethoden, die sie angewendet haben, um sich dauerhaft davon zu befreien.

Obgleich jedes hier über die Gerson-Therapie veröffentlichte Wort durch Fallstudien untermauert wird, stellen Koautoren und Herausgeber dieses Buches lediglich Informationen bereit und mehr nicht.

Falls die Informationen auf den folgenden Seiten Fragen zu Beschwerden aufwerfen, unter denen Sie oder Angehörige leiden, sollten Sie sich direkt an das Gerson Institute wenden und eine Liste an Therapeuten anfordern, die nach der Gerson-Methode vorgehen.

Bitte betrachten Sie obige Ausführungen als eine Verzichtserklärung, mit der Autoren, Herausgeber, Gerson Institute, aufgeführte Organisationen sowie Anbieter von Produkten und Dienstleistungen (praktische Methoden, Vorgehensweisen, Diagnoseverfahren, Nahrungsergänzungsmittel, Nahrungsmittel, Geräte oder andere in diesem Text genannte Dinge) jegliche Verantwortung von sich weisen. Sofern ein Leser oder ein anderer Interessent Informationen aus diesem Buch umsetzt, tut er dies auf eigenes Risiko hin.

Um die bestmöglichen Informationen über die Gerson-Therapie zu erhalten, kontaktieren Sie bitte das gemeinnützige Gerson Institute.

Vorwort

„Dr. Max Gerson widmete sein Leben der Aufgabe, die Geißel namens Krebs zu bekämpfen, und jeder sollte sein großes Verdienst zu würdigen wissen.“

Honorable US Senator Claude Pepper (Demokrat, Florida)

Dieses Buch gibt der Leserschaft ein bewiesenermaßen wirksames Mittel in die Hand, mit dem sich in der Pathologie nahezu jeder akuten und chronischen Erkrankung eine Wende herbeiführen lässt, sofern das Auftreten der Erkrankung auf einer Fehlfunktion des Immunsystems oder lebenswichtiger Organe beruht. Unser Leser sollte jedoch die Warnung beherzigen, dass das Gerson-Programm streng und schwierig zu befolgen ist. Sicherlich kann es das Leben eines tödlich kranken Patienten retten, doch der Menüplan ist recht arbeitsintensiv und wird von Freunden und Bekannten, die nicht auf ganzheitliche Medizin und alternative Methoden ausgerichtet sind, oft nicht ohne Weiteres akzeptiert.

Bei der Gerson-Therapie handelt es sich um eine natürliche moderne, biologische Behandlung, die der Patient selbst anwendet, entweder zu Hause oder unter ärztlicher Aufsicht. Die Therapie bedient sich des körpereigenen Selbstheilungsmechanismus, um ein zehrendes Leiden zu beheben. Eingeführt wurde sie in den westlichen Industrienationen vor über 60 Jahren von Max Gerson, MD (1881-1959). Das revolutionäre Diätprogramm war zu dem Zeitpunkt, als es entwickelt wurde, so fortschrittlich, dass keine wissenschaftliche Erkenntnis vorlag, die hätte erklären können, weshalb es gegen chronische und Infektionskrankheiten wirkte. Da die Gerson-Therapie jedoch Patienten mit fortgeschrittenen Formen von Tuberkulose, Diabetes, Migräne, Herzerkrankungen, Krebs, Arthritis, Hauterkrankungen und zahlreichen weiteren lebensbedrohlichen Leiden tatsächlich heilte, hat sie sich schon lange als wesentliches Instrument im medizinischen Rüstzeug etabliert.

Dr. Max Gerson hat viele hundert Patienten behandelt und seine Therapie stetig weiterentwickelt, bis er 1959 im Alter von 78 Jahren starb. Sein berühmtester Patient war der medizinische Missionar und Philosoph Dr. Albert Schweitzer; Dr. Gerson heilte den 75-jährigen Dr. Schweitzer

von Altersdiabetes. Nach nur sechs Wochen unter Dr. Gersons Therapie war der Patient vollständig genesen und kehrte zurück nach Lambaréné in Gabun, Französisch-Äquatorialafrika. Dr. Schweitzer kümmerte sich um viele tausend afrikanische Patienten, gewann 1952 den Friedensnobelpreis und arbeitete noch mit über 90 Jahren. Von Diabetes befreit, wurde Albert Schweitzer 93 Jahre alt.

Übrigens heilte Dr. Gerson auch erfolgreich die Lungentuberkulose von Dr. Schweitzers Frau Helene. Helene Schweitzer hatte bereits im Sterben gelegen, lebte nach ihrer Genesung jedoch noch 28 Jahre. Zudem behandelte er mit Erfolg die schwere Hautkrankheit von Dr. Schweitzers 19-jähriger Tochter Rhena. Lotte Gerson und Rhena Schweitzer waren Jugendfreunde.

Als Nachruf auf seinen engen Freund schrieb Dr. Albert Schweitzer voller Trauer:

„Ich betrachte Dr. Max Gerson als eines der bedeutsamsten Genies in der Geschichte der Medizin. Viele seiner grundlegenden Ideen sind übernommen worden, ohne dass sein Name mit ihnen verbunden würde. Er hat mehr erreicht, als unter derart widrigen Umständen möglich erscheint, und hinterlässt ein Vermächtnis, das es zu achten gilt und das ihm letztlich zu dem Ansehen verhelfen wird, das er verdient. Diejenigen, die er geheilt hat, werden bezeugen, wie recht er mit seinen Konzepten hatte.“

Die vollständigste Darstellung des Gerson-Therapieprogramms findet sich derzeit in Dr. Gersons Buch „A Cancer Therapy: Results of Fifty Cases“, das erstmals 1958 veröffentlicht wurde, ein Jahr vor seinem Tod. Seitdem gab es 38 Neuauflagen der englischsprachigen Ausgabe mit über 250.000 Exemplaren. Verbreitet wurden sie von Dr. Gersons Tochter Charlotte (Lotte) Gerson wie auch vom Gerson Institute. Etwa 88.000 weitere Exemplare wurden in vier weiteren Sprachen gedruckt und weltweit verkauft.

Vertreten durch das Gerson Institute, hat Charlotte die Aufklärungsarbeit ihres Vaters fortgeführt und sein Behandlungsprotokoll zur Behebung chronischer Erkrankungen aller Art und vor allem zur Behebung von Malignomen weiterverbreitet. Das vorliegende Buch ist eine Erweiterung des ursprünglichen Werkes von Dr. Max Gerson, MD.

Max Gerson sagt vor dem Senat aus

Während eines Zeitraums von drei Tagen, vom 1. bis zum 3. Juli 1946, befragte der US-Senat landesweit renommierte Krebsforscher. Dies geschah im Rahmen der US Senate Bill 1875, auch bekannt als „Pepper-Neely Anticancer Proposal“ [Pepper-Neely-Gesetzesvorschlag zur Bekämpfung von Krebs]. In diesem Gesetzentwurf empfahlen die Senatoren Pepper und Neely die Bereitstellung von Fördergeldern in Höhe von 100 Millionen Dollar aus dem Budget der US-Regierung für die Krebsforschung, um ein für alle Mal ein Heilmittel gegen Krebs zu finden.

Als der Arzt und der Anwalt, die in Washington DC als Untersuchungsbeauftragte für Senator Claude Pepper (Demokrat, Florida) fungierten, berichten konnten, dass Dr. Gerson in der Tat erstmals in der Geschichte eine erfolgreiche Krebsbehandlung vorzuweisen habe, lud der US-Senat den Doktor der Medizin vor, damit er seinen spezifischen therapeutischen Ansatz zur Krebsheilung demonstriere. Also stellte Dr. Gerson dem Pepper-Neely Anticancer Subcommittee des Senate Committee on Foreign Relations des 79. Kongresses fünf seiner geheilten Patienten sowie die Krankenakten von fünf weiteren vor.

Das eindrucksvolle Zeugnis dieses Antikrebspezialisten und seiner Patienten bewegte Senator Pepper dazu, eine Pressekonferenz einzuberufen, um die Medien über die Gerson-Therapie zu informieren. Allerdings sorgte eine große Zahl an Lobbyisten der äußerst zahlungskräftigen Pharmaceutical Manufacturers' Association (PMA), der American Medical Association (AMA) sowie der American Cancer Society (ACS) dafür, dass die Reporter die Gerson-Pressekonferenz ignorierten und stattdessen zu einer Cocktailparty gingen, auf der die Verköstigung kostenlos war und der Alkohol in Strömen floss. Der einzige Reporter, der die Gerson-Präsentation vorzog, war Raymond Gram Swing, ein Nachrichtensprecher der *American Broadcasting Corporation*. Während des Zweiten Weltkriegs war Herr Swing ein bekannter Kriegsberichterstatter gewesen, der sich durchaus mit Edward R. Murrows messen konnte. Auf der Pressekonferenz des Senats machte er sich umfangreiche Notizen, die er in seiner *ABC*-Rundfunksendung am Mittwoch, 3. Juli 1946, um 18 Uhr Ostküstenzeit wiedergab. Im Folgenden das, was Raymond Cram Swing an jenem Tag in den gesamten USA per Rundfunk verbreitete:

„Ich hoffe, dass ich meinen Schwerpunkt richtig setze, wenn ich heute Abend nicht etwa über das Abkommen in Paris spreche, das der Außenminister bezüglich Triest getroffen hat, oder über die anhaltende Krise der OPA in Washington oder Präsident Trumans Unterzeichnung der Hobbs Antiracketeering Bill, sondern über eine bemerkenswerte Anhörung, die gestern vor einem Unterkomitee des Senats in Washington stattgefunden hat und bei der es um Krebs und die Notwendigkeit der Krebsforschung ging, in neue Bereiche vorzustoßen.

[...] Dem Kongress ist ein Gesetzentwurf – die Pepper-Nealy Bill – vorgelegt worden, mit dem man die Bereitstellung von 100 Millionen Dollar für die Krebsforschung erreichen möchte, ein Unterfangen, das in Eifer und Ausmaß in etwa dem Bemühen entspricht, das einst der Nutzbarmachung der Atomenergie voranging. Auch hier nun ist man einmal mehr bestrebt, die Aufgabe in Expertenhande zu legen und Ressourcen aufzubringen, die für eine Lösung des Problems angemessen sind.

Allein dies schon gäbe ein gutes Thema für eine Sendung ab, als Beispiel dafür, wie eine großartige Demokratie ihre Intelligenz und ihr Kapital zu nutzen weiß. Doch die Angelegenheit ist in besonderem Maße spannend, da es gestern zu außergewöhnlichen Vorkommnissen vor besagtem Unterkomitee kam, das unter dem Vorsitz von Senator Pepper Anhörungen durchführt, die für den Entwurf relevant sind.

Er lud einen Zeugen vor, Dr. Max Gerson, einen immigrierten Wissenschaftler, der heute ein New Yorker Bürger ist. Dr. Gerson führte in rascher Folge fünf Patienten vor, die ausgewählt worden waren, weil sie die vorherrschenden Hauptkrebstypen repräsentierten. In jedem Fall zeigte sich, dass die Gerson-Behandlung das bewirkt hatte, was vorsichtig als ‚günstiger Effekt auf den Verlauf der Krankheit‘ bezeichnet wird. Das an sich ist schon bemerkenswert, doch es wird umso bemerkenswerter, als Dr. Gersons Behandlung hauptsächlich aus einer Diät besteht, die er im Rahmen seines lebenslangen Forschens und Experimentierens entwickelt hat. Zu behaupten, dass Dr. Gerson Krebs mittels einer diätetischen Behandlung geheilt habe, wäre medizinisch unzulässig, da fünf Jahre ohne Rezidiv vergehen müssen, ehe eine solche Aussage erlaubt ist. Dr. Gerson hat mit seiner Diät bereits Tuberkulose und andere Erkrankungen geheilt, jedoch in den USA seit nunmehr viereinhalb Jahren allein an der Behandlung von Krebs gearbeitet. [...]

Doch alles, das eine erfolgreiche Behandlung zumindest einiger der 400.000 bestehenden Krebsfälle in diesem Land auch nur in den Rahmen des Möglichen rückt, ist eine aufregende Neuigkeit, ganz gleich, wie vorsichtig man es auch formulieren mag. Schließlich gäbe es keine Pepper-Neely Bill zur Bewilligung von 100 Millionen Dollar für die Krebsforschung, wenn die vorhandene Forschung den Anforderungen gerecht würde.

[...] Ich habe mich bislang bewusst besonnen und abstrakt ausgedrückt, wodurch ein Gutteil der Erschütterung ebenso wie der Begeisterung, die gestern bei der Anhörung des Pepper Committee zu spüren waren, untergegangen ist. Es ist eine Sache, über Chemie und Diät und Vitamine und andere Faktoren der Heilkunde zu sprechen; eine ganz andere hingegen, wie das Komitee gestern ein 17-jähriges Mädchen zu sehen, das einen inoperablen Tumor an der Hirnbasis hatte und wegen diesem gelähmt war. Gestern nun schritt diese junge Frau ohne fremde Hilfe zum Zeugenstuhl und gab ihren Fall und die Behandlung in klaren Worten wieder.

Auch ein kräftiger Mann war anwesend, ein ehemaliger Sergeant der Armee. Er hatte an einem bösartigen Tumor gelitten, der ebenfalls an der Hirnbasis saß. Er war operiert worden und hätte anschließend eine Röntgentiefenbestrahlung erhalten sollen, die jedoch nicht durchführbar war, da das Gehirn dadurch gefährdet gewesen wäre. Als er nun gestern aussagte, war er die Gesundheit in Person, und wie wohl nachvollziehbar ist, war er recht stolz darauf, sich so gut erholt zu haben.

Eine andere Frau hatte Brustkrebs gehabt, der bereits gestreut hatte. Gestern präsentierte sie sich wieder wohllauf und brachte ihre Aussage gelassen und voller Zuversicht vor.

Vereinzelte Fälle einer solchen Besserung können für sich genommen noch keinen Wandel in der Zukunftsperspektive der Medizin herbeiführen. Doch handelt es sich um verbrieft Fakten und nicht etwa um Zufälle, und als solche muss man sie anerkennen. Zudem gibt es viele, viele weitere Fälle, die hätten angeführt werden können.

Nun sollte es Aufgabe der medizinischen Forschung sein, sich auf diese Fakten zu stürzen und jedes hoffnungsvolle Indiz heranzuziehen, um zu einem endgültigen Fazit zu gelangen. [...]

So können die Verfechter der Pepper-Neely Bill ins Felde führen, dass viele Millionen Menschen in diesem Land zu einem Tode durch Krebs verurteilt sind, sofern wir keinen Weg finden, den Krebs erfolgreich zu besiegen. 100 Millionen Dollar sind kaum mehr als eine symbolische Zahlung Amerikas, wenn es darum geht, diese Unzahl an Todesfällen abzuwenden. Und schließlich können die Verfechter auf die Gerson-Diätmethode als dem aussichtsreichsten Forschungsfeld verweisen. [...]

Dr. Gerson war eine berühmte, wenn auch umstrittene Figur im Deutschland vor Hitler. Und umstritten musste er sein, stellte er doch die etablierte Praxis in Frage, indem er Tuberkulose durch Diät behandelte. Er war ein Assistent Foersters, des großen Breslauer Neurologen. Jahrelang assistierte er auch Sauerbruch, einem der herausragenden Ärzte auf dem Kontinent. Die Sauerbruch-Gerson-Diät für Hauttuberkulose ist in der europäischen Medizin weit bekannt und in die anerkannte medizinische Literatur eingegangen. Dr. Gerson berichtete dem Pepper Committee, dass er seine Diättheorie erstmals während des Versuchs aufgestellt habe, sich von seiner Migräne zu heilen. Später behandelte er damit auch andere, darunter einen Mann mit Hauttuberkulose. Dr. Gerson war ein anerkannter Ernährungsexperte in Weimar, Deutschland, und verantwortlich dafür, dass die deutsche Armee der damaligen Zeit statt Konservenessen Trockennahrung erhielt.“

Wie die Öffentlichkeit auf die Sendung reagierte

Raymond Gram Swing fuhr mit seiner Sendung fort und brachte noch einige zusätzliche Informationen ein. Nachdem er geendet hatte, standen die Apparate in der Telefonzentrale der *American Broadcasting Corporation* in New York nicht mehr still. Aus dem ganzen Land riefen Leute an, um mehr über die Gerson-Therapie zu erfahren. Doch andere, dunklere, machtvollere kommerzielle und politische Kräfte hatten ebenfalls gelauscht.

Die – der PMA angehörenden – Geschäftsführer von Pharmaunternehmen, die zytotoxische Wirkstoffe für die Krebsbehandlung herstellten, drohten damit, die mit dem Radiosender geschlossenen Werbeverträge für die Bewerbung ihrer rezeptfreien Medikamente aufzukündigen, was für die *ABC* einen jährlichen Einnahmeverlust in Höhe eines zweistelligen Millionenbetrags bedeutet hätte. Keine zwei Wochen nach der schicksalhaften Radiosendung, durch die die Menschen über ein potentiell

mittel informiert worden waren, und nach 30-jähriger Anstellung wurde Raymond Gram Swing aus seiner Position als Nachrichtensprecher des Senders *ABC* entlassen.

Womöglich interessiert es Sie auch, was mit der 227-seitigen Pepper-Neely Anticancer Bill des Senats von 1946 geschah – dem Dokument Nr. 89471. Durch die Bemühungen der Lobbyisten, die mit vier Senatoren zusammenarbeiteten, die ihrerseits Ärzte waren, wurde der Gesetzentwurf abgelehnt. Heute ist das Dokument Nr. 89471 in Kartons verpackt und setzt in den Archiven des US Government Printing Office Staub an.

Derweil die Pepper-Neely Bill zu Grabe getragen wurde, ist die Zahl der Menschen, die jährlich an Krebs erkranken, weit stärker gestiegen als erwartet. W. Douglas Brodie, MD, HMD, ein Onkologe, Homöopath und Internist aus Reno, Nevada, schreibt in seinem Buch „Cancer and Common Sense“, dass die Zahl der jährlichen Krebsneuerkrankungen von 402.000 Fällen im Jahr 1946 auf 1,9 Millionen im Jahr 1996 gestiegen sei. In dem halben Jahrhundert, das seit der Niederschlagung von Senator Peppers Entwurf für eine Antikrebsgesetzgebung vergangen ist, hat sich das jährliche Aufkommen neuer Krebsfälle in der amerikanischen Bevölkerung somit mehr als vervierfacht. Schlimmer noch – wie Medizinjournalist und Autor Michael Culbert noch drastischer aufzeigt, wird seit Einläuten des 21. Jahrhunderts um Punkt Mitternacht alle 45 Sekunden ein US-Bürger zum Tode durch Krebs verurteilt. Die Zahl beläuft sich auf etwa 1.900 Amerikaner pro Tag.

Onkologen, die sich mit Ernährung auseinandergesetzt haben, gehen davon aus, dass eine Diät, die reich an Obst und Gemüse statt an Fetten und tierischem Eiweiß ist, im Zusammenspiel mit mehr Bewegung, einer strengeren Gewichtskontrolle und einem Vermeiden von Zigarettenrauch das Auftreten von Krebserkrankungen um bis zu 40 Prozent senken könne. Dieses Programm könnte bewirken, dass pro Jahr weltweit knapp vier Millionen Menschen weniger an einem Malignom erkranken.

Demzufolge würden sich eine qualitativ hochwertigere Ernährung und Lebensführung in der amerikanischen Bevölkerung, wie Dr. Max Gerson bereits vor über 50 Jahren angeraten hat, als besonders effektiv erweisen, was die Prävention der vier am häufigsten auftretenden lebensbedrohlichen Malignome in den USA angeht. Das Magazin *Newsweek* berichtet in seiner Ausgabe vom 30. November 1998 Folgendes:

1. Für das Jahr 1999 wird mit einem Minimum von 184.500 neuen Fällen von Prostatakrebs gerechnet. 17 Prozent aller amerikanischen Männer erhalten irgendwann in ihrem Leben die Diagnose Prostatakrebs. Durch eine Verbesserung von Ernährung und allgemeinem Lebenswandel könnte dieser Anteil auf 13,6 Prozent gesenkt werden.
2. Mindestens 180.300 neue Fälle von Brustkrebs werden für das Jahr 1999 geschätzt. 14 Prozent aller amerikanischen Frauen erhalten irgendwann in ihrem Leben die Diagnose Brustkrebs. Durch eine Verbesserung von Ernährung und allgemeinem Lebenswandel könnte dieser Anteil auf sieben Prozent gesenkt werden.
3. Ein Minimum von 171.500 neuen Fällen von Lungenkrebs wird für das Jahr 1999 vorausgesagt. Etwas mehr als sieben Prozent aller US-Bürger werden irgendwann in ihrem Leben die Diagnose Lungenkrebs erhalten. Durch eine Verbesserung von Ernährung und allgemeinem Lebenswandel (vor allem durch das Vermeiden von Tabakqualm) könnte dieser Anteil auf nur 0,35 Prozent gesenkt werden.
4. Für Darm-/Mastdarmkrebs beläuft sich die Zahl der vermuteten Neuerkrankungen im Jahr 1999 auf wenigstens 95.600 Fälle. Sechs Prozent aller US-Bürger werden irgendwann in ihrem Leben die Diagnose Darm- und/oder Mastdarmkrebs erhalten. Durch eine Verbesserung von Ernährung und allgemeinem Lebenswandel könnte dieser Anteil auf 1,5 Prozent gesenkt werden.

„Trotz aller Fortschritte in Chemotherapie und Chirurgie“, heißt es vonseiten der First Circle Medical Inc. in Minneapolis, Minnesota, einem großen Hersteller von Hyperthermiewegeräten zur Behandlung von Malignomen, „sterben alljährlich über 1.800.000 Patienten in Nordamerika, Europa und Japan an gestreuten Formen von Lungen-, Prostata- und Brustkrebs sowie Melanomen.“

Wenn Sie unser Buch lesen, dürften sich Ihnen vor allem die drei folgenden Fragen stellen:

- Weshalb hat der US-Senat vor über einem halben Jahrhundert den ihm vorgelegten Antrag auf eine Finanzierungsmaßnahme für die Krebsbekämpfung abgewiesen?
- War die Vorsorge bzw. Behandlung von Krebserkrankungen in der amerikanischen Bevölkerung nicht wichtig genug?

- Warum wurden die Antikrebsexperten damals, als sich den Senatoren die Möglichkeit bot, nicht zumindest angewiesen, die Gerson-Therapie zu prüfen?

Und schlussendlich: Kennen Sie schon die folgende ergänzende, bezeichnende, statistische Schätzung? Ausgehend vom Mittelwert der Zahl an US-Einwohnern, die 1946 an Krebs erkrankt sind, und der Zahl derer, die der Krankheit in diesem Jahr zum Opfer gefallen sind, hätte wahrscheinlich 39.697.000 Amerikanern diese Geißel oder zumindest der Tod durch selbige erspart bleiben können. Die Anwendung der Gerson-Therapie hätte diese überaus würdige Aufgabe vielleicht erfüllen können. Doch selbst jetzt kann sie dies noch tun.

CHARLOTTE GERSON

Bonita, Kalifornien

MORTON WALKER

Stamford, Connecticut

Inhaltsverzeichnis

Einführung	19
Erster Teil: Wie die Gerson-Therapie funktioniert	
1. Kapitel: Wie die Gerson-Therapie heilt	29
2. Kapitel: Eine Kurzbiographie Dr. Max Gersons	45
3. Kapitel: Die biologische Basis der Gerson-Therapie	61
4. Kapitel: Das Herzstück der Gerson-Therapie	77
5. Kapitel: Remission – wie es dazu kommt.....	89
Zweiter Teil: Die Gerson-Therapie im Einsatz	
6. Kapitel: Melanome mittels der Gerson-Therapie heilen.....	105
7. Kapitel: Erfolg bei anderen Krankheiten	121
8. Kapitel: Lebensmittel des Gerson-Diätplans	137
9. Kapitel: 13 Gläser	157
10. Kapitel: Die salzlose Gerson-Diät	177
11. Kapitel: Nahrungsergänzungsmittel in der Gerson-Diät.....	191
12. Kapitel: Leberentgiftung durch Kaffeeinläufe.....	213
13. Kapitel: Kaffeeinläufe – wie man sie anwendet	229
Dritter Teil: Anpassung der Therapie für verschiedene Krankheiten	
14. Kapitel: Die Gerson-Standardtherapie für die meisten Krebsformen.....	245
15. Kapitel: Abgewandelte Behandlung bei Chemotherapie	269
16. Kapitel: Abgewandelte Therapie für stark geschwächte Krebspatienten	291
17. Kapitel: Abgewandelte Therapie für nicht kanzeröse Patienten ..	311
Vierter Teil: Näher zum Ziel mit den Ansätzen der Gerson-Therapie	
18. Kapitel: Psychologische Ansätze der Gerson-Therapie.....	351
19. Kapitel: Tag für Tag auf einer Reise zur Heilung.....	367
20. Kapitel: Erklärung der Gerson-Labortests	377
21. Kapitel: Erfolgsgeschichten von Patienten	410

22. Kapitel: Rezepte	441
Anhänge	529
Zusammenfassung der Diätzubereitung.....	531
Die Krebs hemmenden Bestandteile der Gerson-Therapie	540
Ernährungsbericht: Die China-Studie	542
Haushaltschemikalien: Eine weitere Giftquelle	545
Kosmetika: Eine weitere Giftquelle.....	547
Krebs und andere Degenerationskrankheiten durch Amalgam in Wurzelkanal und Zahn – eine Vertuschung	549
Warum nehmen Kinder Antidepressiva?	553
Immunisierung – Impfung	555
Finanzielle Informationen und Kontaktmöglichkeit	560
Gerson-Therapie: Selbsthilfegruppen.....	564
Liste der ausgewählten Literatur	569
Index.....	594
Über die Autoren	607

Einführung

Mitchell Gaynor, MD, der Leiter der Abteilung für medizinische Onkologie am Strang Cancer Prevention Center in der Stadt New York, wusste eine Menge über Krebs, als er seine Fachausbildung in diesem Bereich am Cornell Medical Center abschloss, doch er räumt ein, dass er nur wenig über Diät und Ernährung sowie deren Bedeutung für die Prävention und Behandlung degenerativer Erkrankungen weiß. Krebs – eine spezifische Gruppe von Körperzellen, die sich unkontrolliert teilen und vermehren – ist das ultimative Beispiel für eine fortschreitende Degenerationskrankheit.

Dr. Gaynor war nicht wenig verblüfft, als er 1986 für ein Postdoktorandenstipendium im Fach Molekularchemie an die namhafte Rockefeller University kam und feststellte, dass seine fortschrittlicheren Onkologiekollegen viel Gewese machten um die Krebs hemmenden Eigenschaften von Rosenkohl, Blumenkohl, Kohl und einigen weiteren zur Gruppe der Kreuzblütler gehörenden Gemüsesorten, die reich sind an einem chemischen Stoff namens Sulforaphan. Sulforaphan aktiviert die Produktion von Phase-II-Enzymen im Körper, die gefährliche Rückstände von Prokarzinogenen abtransportieren. Prokarzinogene sind Krebs erregende Präkursoren bzw. „Vorläufer“, welche die Zell-DNS schädigen können (für Details siehe Kapitel 3).

Im Jahr 1986 waren Forscher im Labor bereits dabei, dutzendweise neue chemische Stoffe in gängigen Obst- und Gemüsearten zu entdecken. In Reagenzglas und Tierversuch zeigten diese rätselhaften Verbindungen die bemerkenswerte Eigenschaft, die Bildung sowohl bös- als auch gutartiger Tumoren zu hemmen. Heute nimmt unser Wissen über diese sekundären Pflanzenstoffe (Verbindungen pflanzlicher Herkunft) rasant zu. Und je mehr die Wissenschaft über die Chemie von Pflanzen und anderen Nahrungsmitteln in Erfahrung bringt, desto zuversichtlicher wird sie in Hinblick auf das Ansinnen, die Menschheit vor Malignomen zu schützen. „Wir haben die Zukunft gesehen“, so Dr. Gaynor, „und die Zukunft sind Lebensmittel.“¹

Obwohl die Bedeutung einer nährstoffreichen, vollwertigen und natürlichen Ernährung für Gesundheit und Genesung ursprünglich schon vor etwa 60 Jahren von Dr. Max Gerson erkannt und vermittelt wurde, sind wir erst jetzt offen für die Wahrheit seiner Lehren. Es ist eine Tatsache, dass

eine qualitative Aufwertung von Diät, Nahrungsmitteln und allgemeinem Lebenswandel der Zukunftstrend ist, wenn es um die Überwindung aller möglichen Degenerationskrankheiten geht.

Das grundlegende Ernährungskonzept von Dr. Max Gerson

Dr. Gersons therapeutisches Programm zielt darauf ab, einen erkrankten Körper zu regenerieren und zu heilen. Dafür werden dem kranken Patienten, neben der Anwendung weiterer Modalitäten, reichlich Nährstoffe zugeführt. Die Nährstoffe stammen aus Rohsäften sowie rohen und gekochten festen vegetarischen Nahrungsmitteln von Bioqualität, die in großen Mengen verzehrt werden dürfen. Da das grundlegende – durch nachfolgend angeführte klinische Studien erprobte – Ernährungskonzept von Dr. Max Gerson besagt, dass ein Sauerstoffmangel im Blut zu Degenerationskrankheiten beitrage, ist seine Behandlung ausnahmslos darauf ausgelegt, die Menge des Sauerstoffs im Blutkreislauf zu verdoppeln.

Die Gerson-Therapie stimuliert den Stoffwechsel, beseitigt Giftstoffe und belebt die träge gewordenen Ausscheidungsfunktionen von Leber und Nieren des Patienten. Durch großzügige Mengen qualitativ hochwertiger Nahrung, eine gesteigerte Sauerstoffversorgung des Patienten, eine Stärkung des gesamten Organismus durch einen gut funktionierenden Stoffwechsel und eine verbesserte Zellentgiftung werden ein gehemmtes Immunsystem, eine fehlerhafte Physiologie, ein konfuser Geist, ein dysfunktionales Gehirn und gestörte lebenswichtige Organe dazu angeregt, sich zu regenerieren und zur Selbstregulation zurückzufinden.

Dr. Gersons Heilprogramm wirkt sich günstig auf die Überwindung so gut wie jeder Pathologie aus und ist der Krebs-Chemotherapie weit überlegen. So weist die Chemotherapie eine statistische Remissionsrate von durchschnittlich zwölf Prozent auf (sieben Prozent bei Darmkrebs und ein Prozent bei Bauchspeicheldrüsenkrebs), sofern die Patienten in einer frühen, intermediären Phase der Erkrankung behandelt werden. Die Therapie nach Gerson hingegen hat einen Remissionserfolg von durchschnittlich 42 Prozent vorzuweisen, wobei die derart behandelten Patienten größtenteils Krebs im Endstadium haben.

Darüber hinaus wirkt das Ernährungsprogramm der Gerson-Therapie dauerhaft und auf weit zuverlässigere Weise als alle anderen bekannten

Therapien, darunter Zytotoxikologie (Chemotherapie), Immunologie, Pharmakologie, Röntgenologie (Strahlentherapie) und andere übliche Verfahren, welche die konventionell angewandte allopathische Medizin bereithält. Das Ziel der Gerson-Therapie nämlich ist es, die Funktion aller lebenswichtigen Organe wiederherzustellen.

Das Ernährungsprogramm der Gerson-Therapie in der Übersicht

Was die Gerson-Therapie vor allem kennzeichnet, ist die diätetische Komponente. Die Therapie nach Gerson empfiehlt ein fettarmes, salzfreies Ernährungsprogramm, um die Körperzellen mit leicht verwertbaren Nährstoffen zu versorgen und so die natürliche Immunabwehr zu stärken. Damit bietet die Gerson-Therapie eine ideale Kost, um den meisten der etwa 1.500 bekannten Degenerationskrankheiten vorzubeugen oder sie zu beheben. In unserer modernen Gesellschaft der verarbeiteten, abgepackten Lebensmittel, die oftmals Konservierungsstoffe, Zusatzstoffe, Farbstoffe und manchmal gar konkret Krebs erregende Stoffe enthalten und uns im Rahmen massiver Medienpropaganda und -bewerbung aufgedrängt werden, stellt die Gerson-Therapie zugegebenermaßen einen Speiseplan dar, der nur schwer zu befolgen ist. Wenn einem Kranken jedoch ernsthaft an Genesung gelegen ist, so garantiert die Anwendung der Gerson-Therapiemethode, dass das Wohlbefinden sich wieder einstellt.

Das Herzstück der Gerson-Therapie bildet ihre Diät, zu der frisches Obst und Gemüse aus biologischem Anbau ebenso gehören wie täglich 13 Gläser frisch gepressten Safts, die im Abstand von je einer Stunde getrunken werden. Das frische Obst und Gemüse aus Bioanbau versorgt den Patienten mit großen Mengen an Mineralien, Enzymen, Betacarotin, den Vitaminen A und C sowie weiteren Antioxidantien, die freie Radikale ausschalten. Zudem führt es ihm natürliche sekundäre Pflanzenstoffe zu, die, wie die Wissenschaft festgestellt hat, chronischen Degenerationskrankheiten effektiv vorbeugen. Es wird geraten, darauf zu achten, dass all diese Nahrungsmittel keine Rückstände von Pestiziden und Fungiziden enthalten.

Fleisch ist nicht erlaubt. Im Rahmen des Gerson-Therapieprogramms verzichtet der Kranke während der ersten sechs bis zwölf Wochen der Behandlung auf jegliches tierische Eiweiß, und auch anschließend ist es nur in kleinsten Mengen erlaubt.²

Die Diät ist größtenteils fettfrei, umfasst jedoch etwas fettfreien und nicht aromatisierten Joghurt, fett- und salzfreien Quark, Hüttenkäse, Leinöl und, sofern verfügbar, Buttermilch (alternativ verwende man fettfreien Joghurt). Dr. Johanna Budwig aus Freudenstadt-Dietersweiler, die sieben Mal für den Nobelpreis vorgeschlagen wurde, hat durch ihre Forschung nachgewiesen, dass die Omega-3-Fettsäuren in Leinsamen menschliche Krebszellen in Gewebekulturen abtöten, ohne jedoch die normalen Zellen in den jeweiligen Kulturen zu zerstören.³

Noch ehe Dr. Budwig ihre bahnbrechende Arbeit veröffentlichte, wandte Dr. Gerson bereits sein ernährungstechnisches Wissen über Fette und Öle zur Behandlung der Erkrankungen seiner Patienten an, zunächst in Deutschland, dann in Österreich und schließlich in den USA. Inzwischen wird der Menüplan der Therapie nach Gerson auch von der American Cancer Society (ACS) angewandt. Ja, eben *jener* ACS, die Dr. Gerson einst verdammt und seine therapeutische Diät auf die schwarze Liste gesetzt hat. Darüber hinaus empfehlen sowohl das National Cancer Institute (NCI) als auch die American Heart Association (AHA) die Anwendung einer abgewandelten Version des Gerson-Ernährungsprogramms.

Da Dr. Gerson Krebs schon damals für eine systemische und nicht etwa für eine örtlich begrenzte Erkrankung hielt – eine irriige, in der Medizin der 1930er und 40er Jahre jedoch weit verbreitete Annahme –, legte er viel Wert darauf, die gesamte Physiologie des Patienten wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Aus seinen Schriften geht hervor, dass er mit seiner Therapie die Absicht verfolgte, jeden Zustand zu beheben, der das Wachstum von bösartigen Zellen fördert. Zudem wollte er eine Regeneration dieser durch pathologische Umstände dysfunktionalen Zellen herbeizuführen.

Die Entgiftungskomponente

Als Entgiftungskomponente wandte Dr. Gerson Kaffeeeinläufe an. Diese verabreichen sich die Patienten mehrmals täglich selbst. Der Kaffeeeinlauf wird nachfolgend noch ausführlicher besprochen (siehe Kapitel 12 und 13). Er hilft Krebspatienten und Menschen mit anderen lebensbedrohlichen Stoffwechselerkrankungen, schädliche Abbauprodukte auszuscheiden, die von sich rasch zersetzenden Tumoren stammen oder durch die Heilreaktion entstehen, welche die Gerson-Therapie in ehemals dysfunktionalen

Zellen anstößt. Sofern Kaffeeinläufe nicht zusammen mit Diät, Säften und einigen Ergänzungsmitteln durchgeführt werden, besteht Dr. Gersons Beobachtungen zufolge das Risiko, dass der Patient stirbt – nicht etwa am Verlauf der Krankheit, sondern vielmehr weil die Leber nicht in der Lage ist, schnell genug zu entgiften.

Rektal eingeführtes Koffein regt die Leberaktivität an, lässt mehr Galle fließen und öffnet die Gallengänge, sodass die Leber sich leichter von toxischen Abfällen befreien kann. Kaffeeinläufe eignen sich hervorragend sowohl als medizinische Präventivmaßnahme als auch zur Behandlung. Außerdem wirken sie überaus schmerzlindernd.⁴

Zu Dr. Gersons Maßnahmen gehört auch die orale Einnahme einiger diätetischer Ergänzungstoffe, die entweder täglich oder alle paar Tage erfolgt. Dies wirkt ebenfalls unterstützend bei der Entgiftung und ist zugleich Teil der therapeutischen Komponente, die unter anderem die Anwendung von Nahrungsergänzungsmitteln erfordert. Zu diesen Mitteln gehören Schilddrüsenextrakt, Kaliumjodid, Leberextrakt, Bauchspeicheldrüsenenzyme und Niacin (Nikotinsäure oder auch Vitamin B₃).

Dr. Max Gersons Aussage vor dem US-Senat

In unserem Vorwort haben wir ja bereits den unveränderten Text abgedruckt, den Raymond Gram Swing von der *American Broadcasting Corporation* am Mittwoch, 3. Juli 1946, in seiner Nachrichtensendung verlesen hat und in dem Dr. Max Gersons Erscheinen an eben jenem Tag in Washington DC vor dem Pepper-Neely Subcommittee des Foreign Relations Committee des US-Senats geschildert wird. Im Folgenden nun die Auszüge aus Dr. Gersons Aussage, die für die vorliegenden Ausführungen zu seiner diätetischen Behandlung am relevantesten sind:⁵

„Mein Büro und mein Wohnsitz befinden sich an der Park Avenue Nr. 815 in der Stadt New York. Ich bin Mitglied der AMA, der Medical Society of New York und der Medical Society of New York County.

Die diätetische Behandlung, die seit vielen Jahren als die ‚Gerson-Therapie‘ bezeichnet wird, habe ich ursprünglich gegen meine schwere Migräne entwickelt. Später wurde sie mit Erfolg bei Patienten angewandt, die an allergischen Krankheiten wie zum Beispiel Asthma litten, sowie bei Erkrankungen des Darmtrakts und des Leber-Pankreas-Apparats.

Ein Patient mit Lupus vulgaris (Hauttuberkulose) wurde ebenfalls geheilt, nachdem er die Diät durchgeführt hatte. Nach diesem Erfolg wurde die diätetische Behandlung auch bei allen anderen Formen von Tuberkulose angewandt – also bei der Tuberkulose der Knochen, Nieren, Augen, Lunge und so weiter. Auch bei vielen anderen chronischen Leiden erwies sie sich als ungemein wirksam, so bei Arthritis, Herzerkrankungen, chronischer Sinusitis, chronischen Geschwüren – darunter Colitis –, hohem Blutdruck, Psoriasis, Sclerosis multiplex [Multiple Sklerose] und so weiter. Die eindrucksvollsten Ergebnisse wurden bei der Heilung verschiedener Arten von Leber- und Gallenblasenerkrankungen beobachtet, die auf andere Methoden bis dahin nicht angesprochen hatten.

Die hohe Zahl an chronischen Krankheiten, bei der die diätetische Behandlung Wirkung gezeigt hat, hat unzweifelhaft nachgewiesen, dass der menschliche Körper einen Teil seiner Abwehr- und Selbstheilungskräfte eingebüßt hat. Grund hierfür ist, dass der Mensch schon vor Generationen vom Wege der natürlichen Ernährung abgekommen ist.

Der ursächliche Schaden entsteht durch den Einsatz von Kunstdünger für Gemüse und Obst wie auch für Viehfutter. Die mit jeder Generation zunehmende chemische Veränderung von vegetarischer Kost und Fleisch wirkt sich auch verändernd auf die Organe und Funktionen des menschlichen Körpers aus – und dies in die falsche Richtung.

Ein weiterer grundlegender Defekt besteht in der Entsorgung der Exkreme, die in den Städten anfallen. Anstatt den natürlichen Dung dem Früchte hervorbringenden Boden zurückzugeben, wird er in die Flüsse geleitet und vernichtet dort das Unterwasserleben. Der natürliche Kreislauf wird durchbrochen, und die Menschheit muss für dieses Vergehen teuer bezahlen. Die Lebensabläufe in Wald und Wildnis sollten uns ein Vorbild sein.

Doch wir können die verlorenen Abwehr- und Selbstheilungskräfte zurückgewinnen, wenn wir uns so weit wie möglich wieder an den urtümlichen Naturgesetzen ausrichten. Diese sind in der diätetischen Behandlung niedergelegt – in hoch konzentrierter Form, auf dass eine rasche Reaktion erfolge.

Der erste Krebspatient (Gallengänge) wurde 1928 erfolgreich behandelt. Bei sieben von zwölf weiteren Fällen verlief die Behandlung

ebenfalls günstig, und die Patienten sind heute, bis zu sieben Jahre später, noch immer symptomfrei.

Meine Erfahrungen haben mich zu der Überzeugung geführt, dass bei den Patienten, deren Zustand sich so bemerkenswert gebessert hat, die Leber das Zentrum des Regenerationsprozesses darstellt. Wenn die Leber bereits zu sehr geschädigt ist, ist der Behandlung von Anfang an kein Erfolg beschieden.

Obgleich ich mir der Unzulänglichkeiten dieser wie auch jeder anderen Theorie bewusst bin, werde ich versuchen, die Resultate der Gerson-Diät zu erläutern. Sie lassen sich kurz und bündig in drei charakteristischen Punkten zusammenfassen:

- Toxine und Giftstoffe werden beseitigt. Die deplatzierte ‚extrazelluläre‘ Na(Natrium)-Gruppe – die mit Toxinen, Giftstoffen, Ödemen und schädigenden Entzündungen in Zusammenhang steht – wird aus den Geweben, Tumoren und Organen, in die sie nicht gehört, zurück ins Serum sowie in die Gewebearten gebracht, in die sie gehört: Gallenblase und -gänge, angrenzendes Gewebe, Schilddrüse, Magenschleimhaut, Nierenmark, Tumoren und so weiter.
- Die eingebüßte intrazelluläre K(Kalium)-Gruppe wird zusammen mit Vitaminen, Enzymen, Fermenten, Zucker und so weiter in die Gewebe und Organe zurückgebracht, in die sie gehört: Leber, Muskeln, Herz, Gehirn, Nierenrinde und so weiter. Dadurch kann das bis dahin ineffektive Jod, das nun beständig zugeführt wird, eine Wirkung entfalten.
- Differenzierung, Tonus, Spannung, Oxidation und so weiter werden durch das aktivierte Jod dort wiederhergestellt, wo bislang wachsende Tumoren und Metastasen waren, die sich durch Dedifferenzierung und den Verlust von Spannung, Oxidation, Abwehrkraft und Selbstheilungsvermögen ausgezeichnet haben.“

Zwei Jahrzehnte, nachdem Präsident Richard M. Nixon am 23. Dezember 1971 zuversichtlich einen weiteren „Krieg gegen den Krebs“ angekündigt und versprochen hatte, dass man bis zur Zweihundertjahrfeier 1976 ein Heilmittel haben werde, fanden 1991 sich immerhin 60 angesehene Ärzte und Wissenschaftler zusammen und taten ihre Empörung über das Versa-

gen der Medizin im Allgemeinen und der Onkologie im Besonderen kund. Sie beriefen eine Pressekonferenz ein und gaben die folgende Erklärung ab:

„Das Krebs-Establishment sorgt in der Bevölkerung für Verwirrung mit seiner wiederholten [falschen] Behauptung, dass wir dabei seien, den Krieg gegen den Krebs zu gewinnen. [...] Unser Vermögen im Hinblick auf die Behandlung und Heilung der meisten Krebsarten hat sich nicht wesentlich verbessert.“

Der beste Weg, das Krebsproblem zu beheben, besteht vielmehr in qualitativ hochwertigen Lebensmitteln, Nährstoffen, einer Entgiftung des gesamten Körpers und einer allumfassenden Ernährungstherapie. Einige dieser Aspekte zur Behandlung degenerativer Erkrankungen werden in unserem nächsten Kapitel vorgestellt.

Endnoten

- 1 Cowley, G., mit Underwood, A., Springen, K., Davis, A.: „Cancer and diet: eating to beat the odds: what you need to know“, *Newsweek*, 30. November 1998, S. 60-6.
- 2 Walters, R.: „Options: The Alternative Cancer Therapy Book“ (Garden City Park, N.Y.: Avery Publishing Group, 1992), S. 189f.
- 3 Budwig, J.: „Flax Oil as a True Aid against Arthritis, Heart Infarction, Cancer and Other Diseases“ (Vancouver, B.C., Kanada: Apple Publishing, 1994).
- 4 Moss, R. W.: „Cancer Therapy: The Independent Consumer's Guide to Non-Toxic Treatment and Prevention“ (New York: Equinox Press, 1992), S. 189.
- 5 Gerson, M., Aussage vom 3. Juli 1946 im Rahmen der Anhörungen zur Senate Bill 1875, durchgeführt vom 1. bis 3. Juli 1946 unter dem Vorsitz von Senator Claude Pepper (Demokrat, Florida) für das Pepper-Neely Subcommittee des US Senate Foreign Relations Committee des 79. Kongresses.

Erster Teil

Wie die Gerson-Therapie funktioniert

1. Kapitel

Wie die Gerson-Therapie heilt

Im Jahr 1992 erfuhr Medizinprofessor Yoshihiko Hoshino, MD, PhD, vom Fukushima Medical College auf der Insel Hokkaido im Norden Japans, dass er Darmkrebs hatte. Während der Operation, bei der das Malignom entfernt werden sollte, stellte der operierende Onkologe fest, dass Dr. Hoshinos Krebs bereits Metastasen in der Leber gebildet hatte. Bei der Nachbehandlung riet ihm der chirurgische Onkologe, ein persönlicher Freund und ehemaliger Klassenkamerad Dr. Hoshinos, sich mehreren Zyklen von Chemotherapie zu unterziehen.

Nun ist aber das Gerson-Therapieprogramm zur Behebung akuter und chronischer Degenerationskrankheiten wie Krebs, Diabetes, Schlaganfall, Arthritis und anderer lebensbedrohlicher Leiden in den Industriestaaten Europas und Asiens recht bekannt. Professor Hoshino gehört zu der wachsenden Zahl an Therapeuten, die von Dr. Max Gersons fundiertem Buch „A Cancer Therapy: Results of Fifty Cases“ (ins Japanische übersetzt) und der medizinischen Effizienz seines Behandlungsprogramms wissen.

Aufgrund der bekannten negativen Nebenwirkungen und der hohen Rate an Misserfolgen bei Darm-/Mastdarmkrebs (93 Prozent der Patienten mit einem solchen Malignom sterben nach der Chemotherapie) und einer noch schlechteren Prognose für Leberkrebsmetastasen (hier sterben 97 Prozent der Patienten nach der Chemotherapie) verweigerte der Medizinprofessor die Einnahme zytotoxischer Wirkstoffe. Stattdessen unterzog sich Dr. Hoshino, der eine Ausgabe der weit verbreiteten japanischen Übersetzung von Dr. Gersons Buch besaß, eigenmächtig der Gerson-Therapie.

Heute, nachdem seit Dr. Hoshinos Diagnose ein nicht eben geringes Intervall von fast neun Jahren vergangen ist, haben er selbst und sein Onkologe den Patienten für „geheilt“ befunden, sowohl im Hinblick auf Darmkrebs als auch auf Lebermetastasen. Im Folgenden der Brief, den Charlotte Gerson kürzlich von Professor Yoshihiko Hoshino, MD, PhD, erhalten hat:

„Wie Sie ja bereits wissen, litt ich 1992 an Darmkrebs und Lebermetastasen und wurde dank der Gerson-Therapie wieder gesund. Inzwischen habe ich ein Buch geschrieben, das den Medizinkonsumenten Japans die Gerson-Therapie nahebringen soll. Mein Buch wurde im August 1998 veröffentlicht und ist das erste, das von einem japanischen Doktor der Medizin über die Gerson-Therapie verfasst worden ist. Es hat in der japanischen Bevölkerung für großes Aufsehen gesorgt, denn dank des Gerson-Programms sind inzwischen zwölf weitere Krebspatienten

geheilt worden. Mein Buch berichtet nicht nur von meiner eigenen Genesung, sondern beinhaltet auch die Geschichte dieser zwölf Japaner, die nicht länger an Krebs leiden.“

Heilung durch eine intensive Ernährungstherapie

Bei der Anwendung von Heilmethoden gehen alle Therapeuten mit einer Wahrheit konform: Es gibt nur eine Wissenschaft der menschlichen Immunologie, und dieser liegen spezifische biochemische Gesetze zu Grunde. Innerhalb der Ärzteschaft gibt es jedoch zwei gegnerische Lager, die einander ihre jeweils eigenen Praxisprinzipien entgegenhalten. Die krankheitsorientierte orthodoxye Medizin und die patientenbezogene holistische Medizin stimmen nur in Bezug auf die derzeit bekannten Fakten von Biochemie und Immunologie überein, kaum jedoch in anderen Punkten.

Die *krankheitsorientierte orthodoxye medizinische Praxis* ist bestrebt, verallgemeinernde Formeln für die Behandlung bestimmter Typen oder Klassen von Patienten mit ähnlichen Symptomen zu finden. Für sie ist eine Einordnung von Patienten in Gruppen oder Kategorien unabdingbar für die Wahl der Behandlung. Um die wirksamste Therapie zu ermitteln, werden häufig placebokontrollierte klinische Blind- oder Doppelblindstudien herangezogen. Was immer sich an der Physiologie des Patienten als fehlerhaft herausstellt, der allopathische (Medikamente einsetzenden) Arzt versucht das Gesundheitsproblem durch von der FDA zugelassene Pharmazeutika, Chemotherapeutika, Chirurgie, Immuntherapie, Strahlentherapie oder andere Hightechmethoden zu beheben. Die krankheitsbezogene Medizin ist ein System, das vorrangig Medikamente einsetzt, um eine Wirkung im Körper herbeizuführen, die sich direkt gegen die Krankheitssymptome richtet und diese somit lindert. Eine Krebsbehandlung mittels Chemotherapie ist das perfekte Beispiel für die angewandte krankheitsorientierte Medizin.¹

Die Heilverfahren der *patientenbezogenen medizinischen Praxis* sind darauf ausgerichtet, alles zu tun, was getan werden kann, um die Gesundheit eines bestimmten einzigartigen Individuums zu verbessern. Diese Ausrichtung wird von Jeffrey Bland, PhD, einem Dozenten im Bereich Gesundheitswesen aus Gig Harbor, Washington, auch als „funktionelle Medizin“ bezeichnet.

Sie erfordert Entscheidungen, die auf den Urteilen von ganzheitlichen Ärzten, Chiropraktikern, Homöopathen, Naturheilkundlern, Akupunkteuren, *einigen* Nurse Practitioners bzw. Pflegespezialisten, Ernährungsberatern und anderen Heilergruppen beruhen. Auch die Patienten selbst müssen sich intensiv einbringen. Oft verwendet der Arzt auf die Unterweisung des Patienten ebenso viel Zeit wie auf die Behandlung selbst. Sogar wenn der Patient nur subklinische Symptome zeigt, die sich in auffälligen Laborbefunden niederschlagen, wird in der patientenbezogenen Medizin stets versucht, drei spezifische physiologische Reaktionen zu erzielen:

1. Die Biochemie einer Person soll wieder ins Gleichgewicht gebracht werden.
2. Die Tätigkeit eines gehemmten Immunsystems soll angeregt werden.
3. Die Störung lebenswichtiger Organe soll behoben werden.

Das richtige homöopathische Mittel zu verschreiben, kann als perfektes Beispiel für die angewandte patientenbezogene Medizin genommen werden.²

Ein weiteres Beispiel dafür, wie die patientenbezogene Medizin in die Praxis umgesetzt werden kann, ist die Gerson-Therapie. Sie ist die beste Maßnahme im Hinblick auf medizinische Selbsthilfe, vor allem, wenn es um die Behebung wirklich schwerer Degenerationskrankheiten geht. Die Therapie nach Gerson bedient sich vorrangig der Ernährung, um alle drei Komponenten der ganzheitlichen, biologischen, patientenbezogenen Medizin abzudecken. Sie ist das Nonplusultra der Naturheilkunde und ein machtvolles Antidot gegen den äußerst unnatürlichen Lebensstil, der in allen modernen Industriegesellschaften vorherrscht.

In den folgenden Abschnitten dieses Kapitels werden wir die für Krebstypischen pathologischen Veränderungen in Gewebe und Zellen auf allgemeine Weise erörtern. Die Beschreibung dieser Abweichungen von der normalen Physiologie wird auch die Anomalien beleuchten, die sich bei anderen degenerativen Erkrankungen finden.

Seit Dr. Max Gerson 1946 seine heilkräftige Ernährungstherapie vorstellte, hat sie sich in der Gemeinschaft der allopathischen Medizin nie etablieren können. So handelte es sich denn auch bei den vier entscheidenden Abgeordneten, die 1946 gegen die Pepper-Neely Bill Nr. 1875 des US-Senats stimmten, um Ärzte, die Senatoren geworden waren. Damals mutete es allzu einfach an, die Degenerationskrankheiten des Menschen mittels einer Diät zu behandeln, denn das hätte die Ärzteschaft eines Gutteils ihrer Entscheidungskraft beraubt. Folglich sorgten die vier Ärzte, die damals US-Senatoren waren, mit ihrer Stimme dafür, dass Senator Claude Peppers Gesetzentwurf abgewiesen wurde mit dem Ergebnis, dass Krebspatienten damals wie heute Opfer der kurzsichtigen Entscheidung persönlicher Interessen werden.

Dr. Gerson machte weiter und holte auch fürderhin Kranke, die ihn konsultierten, von der Schwelle des Todes zurück. Und seit der Pionier vor über 40 Jahren von uns gegangen ist, haben es sich seine Tochter und das Gerson Institute zur Aufgabe gemacht, die Öffentlichkeit aufzuklären.

Die Gerson-Therapie ist von der US-Regierung faktisch anerkannt

Wie wir bereits in unserer Einleitung angesprochen haben, ist das revolutionärste und aussichtsreichste Feld der medizinischen Forschung im Hinblick auf die Bekämpfung degenerativer Erkrankungen das der Chemoprävention: der Einsatz von Mikro- oder Makronährstoffen, sekundären Pflanzenstoffen, Nutrazeutika und anderen organischen in Nahrungsmitteln enthaltenen Komponenten, die dem Krankheitsprozess vorbeugen, ihn beenden oder ihn zumindest hemmen können. Anfang 1995 führte das National Cancer Institute 40 Studien im Bereich Ernährung durch, die sich mit Enzymen, Ballaststoffen, Fett, Mikronährstoffen, Vitaminen und sekundären Pflanzenstoffen befassten.

Im Jahr 1999 waren die vierzig Abhandlungen, in denen die 1995 begonnenen Untersuchungen zu Krebs und Ernährung zusammengefasst waren, fertig gestellt und wurden an die American Association for Cancer Research der US-Regierung geschickt. Diese Studien liefern derzeit entscheidende

Informationen über die Substanzen, die im Rahmen der Krebsbekämpfung in die menschliche Diät eingebracht oder aus ihr entfernt werden sollten. Es sollte Sie nicht weiter verwundern zu erfahren, dass nahezu sämtliche Komponenten der Gerson-Therapie eine führende Stellung unter diesen phytochemischen Inhaltsstoffen einnehmen. Dadurch, dass diese Inhaltsstoffe gebilligt worden sind, ist im Grunde auch die Gerson-Therapie selbst als gangbare Behandlungsmethode für Krebs und die meisten anderen Degenerationskrankheiten gebilligt worden. Somit ist sie durch die US-Regierung de facto anerkannt, wenn auch inoffiziell und ohne gesetzliche Absegnung. Dennoch sprechen die Komponenten der Gerson-Therapie für sich und werden angewandt, um Leben zu retten. Sie bilden gar die Grundlage für Gutachten, die von Nutznießern der Krebsindustrie erstellt werden, darunter die American Cancer Society, das National Cancer Institute, die Sloan-Kettering Cancer Clinic und viele Pharmakonzerne, die die Hersteller von Nahrungsergänzungsmitteln zunehmend ihrer Unternehmensstruktur einverleiben.

Wie schon in unserem Vorwort erwähnt, wird in den USA jährlich bei mindestens 1,9 Millionen Menschen eine Art von Malignom diagnostiziert (Hautkrebs und In-situ-Gebärmutterhalskarzinome ausgenommen). Angeführt haben wir auch den holistischen Onkologen, Internisten und homöopathischen Arzt W. Douglas Brodie, MD, HMD, aus Reno, Nevada, der angibt, dass alljährlich wenigstens 700.000 Amerikaner an Krebs sterben.

Beinahe jeder Therapeut und so gut wie alle Medizinkonsumenten wissen inzwischen, dass die Ursache von über 70 Prozent aller Malignome auf irgendeine Weise mit unserer Ernährung zusammenhängt. Im Fall von Brustkrebs, Darm-/Mastdarmkrebs und Lungenkrebs bei Nichtrauchern sind denaturierte Speisen gar die Hauptursache. Jedes Jahr ergeben sich weitere medizinische und wissenschaftliche Beweise dafür, dass das, was wir als Nahrung zu uns nehmen, enormen Einfluss darauf hat, ob wir an Krebs erkranken und ob wir bösartige Krankheitssymptome zu überwinden vermögen oder nicht.³

Dies ist ein überaus spannendes Feld im Bereich wissenschaftlicher Untersuchungen, das die konventionelle medizinische Gemeinschaft erst ganz allmählich zu erforschen beginnt. Ein aufrichtiger Arzt jedoch, der seiner Zeit vermutlich ein halbes Jahrhundert voraus war, hat während seiner aktiven Berufsphase – die 1919 in Bielefeld begann und 1959 in der Stadt

New York endete – die Lösung für Krebs und andere Degenerativkrankheiten in Form von Lebensmitteln und Ernährung bereits gefunden. Dafür wurde Dr. Max Gerson in den USA durch die AMA und besonders durch den Herausgeber Morris Fishbein und dessen aus Ärzten und Politikern bestehender Gefolgschaft gnadenlos diffamiert, belästigt und schikaniert.⁴

Nachdem Dr. Gerson dem US-Senat 1946 einige Patienten vorgeführt hatte und damit national die Aufmerksamkeit der Medien erregte, wurde er auf den Seiten des *Journal of the American Medical Association (JAMA)* redaktionell angegriffen. Das Motiv für den Angriff ist in der damals in den USA vorherrschenden Medizinpoltik zu suchen sowie den diversen Finanzprogrammen, die der langjährige AMA-Politiker, *JAMA*-Herausgeber und nicht praktizierende Arzt Morris Fishbein, MD, durchzusetzen bemüht war.

Warum hat die organisierte allopathische Medizin so lange gebraucht, den Zusammenhang zwischen Diät und Krebs anzuerkennen?

Warum wurden onkologische Pioniere wie Dr. Max Gerson verunglimpft und stigmatisiert, und weshalb wurde ihnen das Herz gebrochen, als sie versuchten, Ernährung als therapeutisches Mittel anzuwenden?

Zumindest auf die erste dieser eindringlichen Fragen meinen die Autoren dieses Buches gleich vier Antworten zu haben:

1. In den USA haftet den in der Medizintechnik erzielten Fortschritten der unsachliche Ruch der Überlegenheit gegenüber allen anderen Behandlungsmethoden an. Unsere Nation neigt dazu, sich auf die Technologie zu versteifen, wenn es um die Bekämpfung von Krebs und anderen Gesundheitsproblemen geht. Beim von Dr. Gerson empfohlenen Gemüseverzehr hingegen ist so gut wie keine Technologie im Spiel.
2. Die amerikanische Pharmaindustrie bestimmt, was in der Medizin praktiziert werden darf. Dies ist nicht nur in diesem Land, sondern weltweit der Fall. Sofern eine therapeutische Substanz oder Methode nicht patentierbar ist – sofern also kein Gewinn aus einem synthetisierten Medikament zu ziehen ist –, wird sie gemeinhin ignoriert oder aber bekämpft und unterdrückt. Kein medizinisch orientiertes kommerzielles Unternehmen wird sich bereitfinden, Forschungszeit und -geld zu investieren, um diese Substanz oder Methode zu fördern.
3. Mit dem Eingeständnis, dass eine starke Verbindung besteht zwischen dem, was wir essen, und dem Erkranken an Krebs oder einem anderen Leiden, müssten zwei Gruppen quasi selbst mit dem Finger auf sich wei-

sen: a) die Lebensmittelverarbeiter, die uns nährstoffarme synthetische oder anderweitig unnatürliche abgepackte Kost verkaufen, und b) wir selbst, die wir die Ursache unserer eigenen Krankheit sind. Auch wenn wir den Wahrheitsgehalt dieses Vorwurfs vielleicht erkennen, ist er doch eine unbequeme mentale Last.⁵

4. Die meisten Ärzte sind nur äußerst unzureichend auf dem Gebiet der Ernährungswissenschaften bewandert. Die Ärzte, die Ernährung gegenwärtig als Behandlung nutzen, sind vorwiegend Autodidakten.

Für die Dr. Gersons dieser Welt hat sich nie ein Platz gefunden – bis jetzt. Die Zeiten für Ärzte ändern sich drastisch – nicht nur finanziell, sondern auch im Hinblick auf Nährstoffe. Die gewissenhafteren unter den Therapeuten haben die Notwendigkeit der Ernährungstherapie inzwischen erkannt und nutzen sie als beinahe letztes Mittel gegen Krebs, Arthritis, Herz- und Gefäßerkrankungen, Diabetes, Schlaganfall und andere behindernde Formen von degenerativen Leiden. Warum? Aus dem einfachen Grunde, dass zu viele ihrer Patienten durch die standardmäßige, konventionell angewandte allopathische Medizin und Onkologie nicht gesund werden. Immer mehr Ärzte sehen die wahren Ursachen zehrender Krankheiten wie Krebs und entscheiden, dass sie allzu lange schon nur Symptome und nicht die zu Grunde liegenden und bislang unverstandenen Krankheitsquellen behandelt haben.

Die verschiedenen Formen von Krebsgeschwüren

Von den 150 unterschiedlichen Arten von Krebsgeschwüren werden in der Onkologie (der Wissenschaft und Praxis der Tumorbehandlung) gemeinhin fünf Hauptgruppen genannt. Klassifiziert werden sie nach den Geweben, die ein abnorm starkes, übermäßiges Zellwachstum aufweisen. Die unten aufgeführte Einteilung stammt aus dem Buch „An Alternative Medicine Definitive Guide to Cancer“. Die Koautoren des Buches sind W. John Diamond, MD, der Direktor des Triad Medical Center in Reno, Nevada, und der Kardiologe W. Lee Cowden, MD, der als beratender Arzt für das Conservative Medicine Institute in Richardson, Texas, tätig

ist. Mitgewirkt an dem Werk hat auch Burton Goldberg, ein Verleger bei Future Medicine Publishing Inc.⁶

Karzinome

bilden sich in den Epithelzellen, die Haut, Mund, Nase, Kehle, Atemwege sowie Urogenital- und Magen Darmtrakt überziehen und Drüsen wie Brustdrüsen oder Schilddrüse umgeben. Solide Tumoren, die in Lunge, Brust, Prostata, Haut, Magen und Darm/Mastdarm vortreten, werden als Karzinome bezeichnet.

Leukämien

entstehen in Blut und Knochenmark. Dort produzierte abnorme weiße Blutkörperchen gelangen in den Blutkreislauf und schädigen die Milz und andere Gewebe. Sie bilden keine festen Tumoren, sondern werden zu sogenannten Blutdyskrasien (Ungleichgewichten).

Lymphome

sind Lymphdrüsenmalignome bestehend aus abnormen weißen Blutkörperchen (Lymphozyten), die sich in Hals, Lenden, Achselhöhlen, Milz, Brustzentrum und rund um die Eingeweide zu festen Tumoren sammeln. Zwei der bei Nordamerikanern am häufigsten vorkommenden Lymphomtypen sind das Non-Hodgkin-Lymphom und die Lymphogranulomatose.

Sarkome

entwickeln sich in Knochen und weichem Binde- und Stützgewebe um Organe und Gewebearten, wie Knorpel, Muskeln, Sehnen, Fett und andere Gewebeschichten in Lunge, Abdomen, Herz, Zentralnervensystem und Blutgefäßen.

Krebszellen sind im Wesentlichen parasitär und unsterblich. Sie entwickeln keine speziellen Funktionen und bilden ihr eigenes Blutgefäßsystem aus, wodurch sie den normalen Zellen die Nährstoffe entziehen. Zudem wachsen sie so abnorm ungehemmt, dass sie ihren Wirt töten. Krebszellen sind nicht von Fasern umgeben und können daher in benachbarte normale Zellen eindringen. Wenn sie nicht übergreifen, wird das Krebsgeschwür als *lokalisiert* angesehen; wenn sie auf andere Körperteile übergreifen, wird das Malignom als *metastasiert* bezeichnet.

Myelome

sind selten und entstehen in den Antikörper produzierenden Plasmazellen oder in den Blutkörperchen produzierenden (hämatopoetischen) Zellen des Knochenmarks.

Wodurch Krebs und andere körperliche Degenerationserscheinungen entstehen

Im Jahr 1958 behauptete Dr. Max Gerson als erster Arzt, Krebs werde durch verschiedene ineinandergreifende Faktoren verursacht. Im Laufe seiner 41-jährigen Arztlaufbahn hat er mehrere dieser Faktoren identifiziert. Nun, nach noch einmal 41 Jahren, ist die ursprüngliche Liste Dr. Gersons noch um einige Faktoren ergänzt worden, da Umweltverschmutzer eine Unzahl an neuen Krebs erregenden Stoffen an Luft, Boden und Wasser abgeben (bei der letzten Zählung waren es über 52.000). Diese Stoffe unterdrücken das menschliche Immunsystem und hemmen die für unsere Lebensprozesse so notwendigen Enzyme auf ganz neuartige Weise. Inzwischen gibt es mindestens 49 Stressoren, die allesamt zu akuten oder chronischen körperlichen, geistigen und emotionalen Verfallserscheinungen beitragen (siehe Tabelle 1-1).

Tabelle 1-1: Alltagsfaktoren, die zur Entstehung von Krebs beitragen

Im Folgenden die von den Koautoren erstellte Auflistung der permanent Einfluss nehmenden 49 Faktoren, die entweder einzeln oder im Zusammenspiel Krebs begünstigen oder fördern, indem sie auf die zunehmend schwächer werdenden enzymatischen, hormonellen, immunologischen und anderen Abwehrsysteme des menschlichen Körpers einwirken. Grundlage der Liste sind sowohl die medizinische, wissenschaftliche und umweltwissenschaftliche Literatur als auch unsere alltäglichen Erfahrungen:⁹

- | | |
|--|--|
| 1. Atmosphärische kosmische Strahlung und Röntgenstrahlung | 5. Sick-Building-Syndrom |
| 2. Ultraviolettstrahlung des Sonnenlichts | 6. Ionisierende Strahlung |
| 3. Dauerhafte Belastung durch elektromagnetische Felder | 7. Mikrowellenstrahlung |
| 4. Geopathischer Stress | 8. Von Haushaltsgeräten ausgehende nicht ionisierende elektromagnetische Strahlung |
| | 9. Freileitungen |
| | 10. Radioaktive Strahlung |

- | | |
|---|---|
| 11. Pestizid-/Herbizidrückstände | 30. Nerveninterferenzfelder |
| 12. Industriegifte | 31. Mangelernährung |
| 13. Das Trinken von oder Baden in verschmutztem Wasser | 32. Konsum synthetischer „Nichtlebensmittel“ |
| 14. Das Trinken von oder Baden in chloriertem Wasser | 33. Chronischer körperlicher oder mentaler Stress |
| 15. Das Trinken von oder Baden in fluoridiertem Wasser | 34. Destruktive negative Emotionen |
| 16. Tabak und Rauchen | 35. Verminderte Schilddrüsenaktivität |
| 17. Hormontherapien | 36. Darmvergiftung oder Verdauungsstörungen |
| 18. Immunsuppressiva | 37. Parasiten |
| 19. Verzehr von bestrahlten Lebensmitteln | 38. Viren |
| 20. Verzehr von Lebensmittelzusätzen | 39. Bakterielle Infektionen |
| 21. Quecksilbervergiftung durch beliebige Ursache | 40. Pilzinfektionen |
| 22. Toxic-Metal-Syndrom | 41. Verstopfte Entgiftungskanäle |
| 23. Amalgamzahnfüllungen | 42. Durch freie Radikale bedingte Pathologie |
| 24. Zahnwurzelkanäle | 43. Zellulärer Sauerstoffmangel |
| 25. Zahnkavitationen (Höhlen im Kiefer, die durch eine unsachgemäße Zahnentfernung entstanden sind) | 44. Schädliches Zellumfeld |
| 26. Metallzahnfüllungen aller Art | 45. Onkogene (Zellgene, die aus normalen Zellen Krebszellen machen) |
| 27. Regelmäßiger Konsum von Straßendrogen | 46. Genetische Veranlagung |
| 28. Regelmäßiger Konsum von verschreibungspflichtigen Medikamenten | 47. Miasma (Energierückstände von vorangegangenen Krankheiten) |
| 29. Regelmäßiger Konsum von rezeptfreien Medikamenten | 48. Reizstoffe, zum Beispiel Asbest |
| | 49. Alkoholkonsum |

Dr. Gerson war der Erste, der einige dieser Stressoren identifiziert hat, doch seine Erkenntnisse wurden von konventionellen Onkologen beharrlich ignoriert, worunter die Patienten, die sich in ihre Obhut begeben, zu leiden haben. Seit fast einem halben Jahrhundert werden unsachgemäße allopathische Methoden zur Krebsbehandlung angewandt, um Tumoren zu bekämpfen, ohne jedoch die zu Grunde liegenden Ursachen zu beheben, die ihre Entwicklung überhaupt erst anstoßen.

Die mannigfachen „Schläge“ der Präkursorkarzinogene

Sofern es gelingt, die 49 (oder mehr) Krebs erregenden Präkursoren größtenteils zu meiden, ist es durchaus möglich, dass ein Mensch lebenslang frei von symptomatischem Krebs bleibt. Da jedoch einer von drei (die Tendenz geht hin zu einem von zwei) Nordamerikanern oder Europäern heute an Krebs erkrankt, besteht ein hohes Risiko, dass irgendwann auch Sie oder Ihre Angehörigen von der einen oder anderen Form von Malignom betroffen sein werden.

Der *Multiple-Hit-Theorie* zufolge entstehen alle Krebsformen aus mindestens zwei Veränderungen oder auch „Schlägen“ heraus, die sich gegen die Zellgene richten. Dieser Doppelschlag, bei dem beide Teile interagieren, entfaltet mit der Zeit eine kumulative Wirkung, bis schließlich die Grenze der Belastbarkeit erreicht ist (der sprichwörtliche „Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt“) und ein Krebsgeschwür entsteht. Die Schläge kommen häufig in Gestalt eines der Präkursorkarzinogene daher, die wir in Tabelle 1-1 aufgeführt haben.

Von wesentlicher Bedeutung sind Anzahl und Art der karzinogenen Schläge, ihre Häufigkeit sowie ihre Intensität. Einige von ihnen sind „Krebsinitiatoren“, wohingegen andere „Krebspromoter“ sind.⁷

Jedes der Präkursorkarzinogene (die von Onkologen oft als *Prokarzinogene* bezeichnet werden) kann sich als Initiator oder Promoter eines Tumors erweisen. Potentiell kanzeröse Veränderungen in der DNS (Desoxyribonukleinsäure) einer geschädigten Zelle beginnen nach dem zweiten verheerenden prokarzinogenen Schlag. Bald darauf beginnt die geschädigte Zelle, unkontrolliert zu wuchern, wodurch schließlich eine sichtbare bösartige

Läsion mit einer Anhäufung beziehungsweise einem Tumor entsteht, die auf anderes Gewebe übergreifen kann.

In der ersten Stufe der Krebsentwicklung, der sogenannten *Initiation*, können durch den prokarzinogenen Schlag eine große Menge an toxischen Stoffen entstehen, sogenannte freie Radikale. Diese stoßen einen pathologischen Prozess an, bei dem die Zell-DNS dadurch geschädigt wird, dass die Leber eine enzymatische Reaktion in Gang setzt, die als *Phase Eins* bezeichnet wird. Durch diese Reaktion wird aus dem Prokarzinogen ein vollwertiges Karzinogen. Zudem produziert die Leber *Phase-Zwei*-Enzyme, um die gefährlichen Rückstände der Phase-Eins-Enzyme zu entsorgen. Die Leber spielt im Entstehungsprozess von Krebs eine tragende Rolle, indem sie die Karziogenese zugleich einleitet und neutralisiert.

In der zweiten Stufe der Krebsentwicklung, der *Promotion*, hat die Leber mit ihrem Neutralisierungsversuch keinen Erfolg, sodass die geschädigte Zelle das Muster ihrer Mitose (ihrer normalen Zellteilung) verändert. Sie beginnt sich unverhältnismäßig stark zu teilen. An diesem Punkt schaltet sich das Immunsystem ein, da es diese Zellen als Fremdkörper identifiziert und zerstört; wenn es dabei allerdings versagt, kann es passieren, dass aus der geschädigten Zelle eine tumoröse Läsion erwächst.

In der dritten Stufe der Entwicklung hin zum ausgewachsenen Krebs, der *Progression*, versucht der Tumor, eine eigene Blutzufuhr auszubilden, um seine Nährstoffversorgung zu gewährleisten. Dabei kann es vorkommen, dass der Tumor auf umliegendes Gewebe übergreift. Klumpen von Krebszellen neigen dazu, bestimmte essentielle Wachstumsfaktoren freizusetzen, die wiederum die Bildung neuer Blutgefäße fördern. Dies nennt sich *Angiogenese*. Die Angiogenese begünstigt den bösartigen Befall umliegenden Gewebes.⁸

Die Gerson-Diättherapie gegen 52 Krankheiten

Jeder der in Tabelle 1-1 aufgelisteten Faktoren, die Krebs oder andere akute wie chronische schwächende Erkrankungen begünstigen, lassen sich erfolgreich mittels eines diätetischen Eingriffs verhindern oder behandeln. Bestimmte Nahrungsmittel beugen Krebs und anderen Degenerations-

krankheiten vor oder bewirken deren physiologische Behebung. Jede in die Gerson-Therapie integrierte Nahrungsmittelkomponente wirkt effektiv gegen eine ganze Bandbreite an körperlichen und mentalen pathologischen Zuständen.

Bislang haben fast 10.000 Patienten von der Gerson-Diätbehandlung profitiert. Viele dieser Erfolgsgeschichten werden im alle zwei Monate vom Gerson Institute herausgegebenen „Gerson Healing Newsletter“ ausgeführt. In Tabelle 1-2 ist eine Auswahl der mehreren hundert Gesundheitsprobleme aufgelistet, gegen die sich die Gerson-Therapie nachweislich als dauerhaft wirksam erwiesen hat.

Tabelle 1-2: Gesundheitsprobleme, die mittels der Gerson-Therapie erfolgreich behandelt wurden

- | | |
|--|------------------------------------|
| 1. Adipositas | 19. Epilepsie |
| 2. Akne | 20. Fibrose |
| 3. AIDS | 21. Fibromyalgie |
| 4. Allergien | 22. Genitalherpes |
| 5. Anämie | 23. Gicht |
| 6. Arthritis | 24. Gürtelrose |
| 7. Asthma | 25. Herz- und Arterienerkrankungen |
| 8. Augenhistoplasmose | 26. Hämorrhoiden |
| 9. Candidiasis | 27. Hepatitis |
| 10. Chronisches Erschöpfungssyndrom | 28. Hoher Blutdruck |
| 11. Colitis ulcerosa | 29. Hyperaktivität |
| 12. Cushing-Syndrom | 30. Hypoglykämie/Hyperglykämie |
| 13. Darmparasiten | 31. Immundefizienz |
| 14. Depression/Panikattacken | 32. Krebs und Leukämie |
| 15. Diabetes | 33. Leberzirrhose |
| 16. Empfindlichkeit gegenüber chemischen Stoffen | 34. Lupus erythematodes |
| 17. Emphysem | 35. Lyme-Krankheit |
| 18. Endometriose | 36. Makuladegeneration |
| | 37. Migräne |

- | | |
|---|---------------------------------|
| 38. Mononukleose (Pfeiffersches Drüsenfieber) | 45. Prämenstruelles Syndrom |
| 39. Morbus Crohn | 46. Psoriasis (Schuppenflechte) |
| 40. Multiple Sklerose | 47. Schlaganfall |
| 41. Nierenerkrankungen | 48. Spondylitis ankylosans |
| 42. Osteomyelitis | 49. Süchte |
| 43. Osteoporose | 50. Tuberkulose |
| 44. Phlebitis (Venenentzündung) | 51. Unfruchtbarkeit |
| | 52. Verstopfung |

Endnoten

- 1 Baker, S. M.: „Detoxification and Healing: The Key to Optimal Health“ (New Canaan, Conn.: Keats Publishing, 1997), S. 157.
- 2 Ebd., S. 158.
- 3 Diamond, W. J.; Lee Cowden, W. mit Goldberg, B.: „An Alternative Medicine Definite Guide to Cancer“ (Tiburon, Kalif.: Future Medicine Publishing Inc., 1997), S. 518f.
- 4 Dollinger, M.; Rosenbaum, E. H.; Cable, G.: „Everyone’s Guide to Cancer Therapy: How Cancer Is Diagnosed, Treated, and Managed Day to Day“ (Kansas City, MO: Andrews McMeel Publishing, 1997), S. 6f.
- 5 Diamond et al.: „An Alternative Medicine“.
- 6 Ebd.
- 7 Dollinger et al.: „Everyone’s Guide to Cancer“.
- 8 Cowley, G. mit Underwood, A.; Springen, K.; Davis, A.: „Cancer and diet: eating to beat the odds: what you need to know“, *Newsweek*, 30. November 1998, S. 60-6.
- 9 Diamond et al.: „An Alternative Medicine“.

Index

A

- Abhängigkeiten 57, 124–127, 323–328. *Siehe auch* spezifische Abhängigkeiten/
Suchtkrankheiten
- Acidol (Pepsin) 201, 250, 261
für Chemotherapie-Patienten 285–286
für nicht kanzeröse Patienten 320, 347
- Adenosintriphosphat (ATP) 71, 73, 188–189,
222, 262
- Affirmationen 363–365
- Ahornsirup 140, 145, 154, 444, 494, 538
Rezepte mit 495–496
- Ainey, Patricia 432–434
- Alanintransaminase (ALT), Labortest
392–393
- Albracht, John 91–92
- Albumin 396
- Alfalfa 97, 145, 146
- alkalische Phosphatase (AP), Labortest
391–392
- Alkohol und Alkoholismus 124–127, 146,
324, 325, 326–327
- alkylierende Stoffe 274–278
- Allergien, Nahrungsmittel- 328
- alpha-Linolensäure (ALA) 204–205
- Altersdiabetes (Typ II) 330–334
- Amalgam, in Wurzelkanal und Zahn 40,
126–127, 549–552
- American Cancer Society (ACS) 10, 22, 35
- American Medical Association (AMA) 10,
36, 49
- Amphetamine, Abhängigkeit von 323–324
- Amygdalin. *Siehe* Lätril (Amygdalin)
- Amylasen 203
- Anabolismus 73
- Anämie, Vitamin B12 und 206
- Ananas 98, 146, 151
- Äpfel 50, 97, 139, 225, 439
Rezepte mit 445, 453, 455, 494–501, 502,
512, 512–513
- Apfelmus, Heißes (Rezept) 496
- Aprikosen 97, 98, 139, 373, 439
Kerne 148, 209. *Siehe auch* Lätril (Amyg-
dalin)
Rezepte mit 453, 455, 501–502, 503, 504,
507, 512
Soße 488
- Arterien, Verhärtung der (Arteriosklerose)
329
- Arthritis 69, 114–115, 342, 346, 549–550.
Siehe auch Osteoarthritis
- Artischocken 85, 141, 458–459
Salat 450–451
- Ashkew, Carol 114–115
- Aspartat-Aminotransferase (AST), Labortest
387–388
- Atherosklerose 329
- Aubergine, Rezepte mit 452, 459–460, 466,
474, 489
- Augenmelanom 116–119
- äußere Stressoren, Krankheit und 54–55
- Avocados 98, 142, 146, 436, 533

B

- Baba Ghanoush (Rezept) 489
- Backofenkartoffeln 465, 468, 469, 480, 518
- Backpulver und Backnatron 141, 148, 533
- Baldriantee 155
- Bananen 139, 182, 185
Rezepte mit 495, 502, 508
- Bauchspeicheldrüsenenzymtabletten.
Siehe Pankreatin
- Bauchspeicheldrüsenkrebs 432–434
- Beeren 146, 151. *Siehe auch* jeweilige Beeren-
sorten
- Behandlungskosten 560–561
- Bessarabischer Albtraum (Rezept) 451
- Bete, Rote 85, 535
- Betreuungsperson, Funktion der 357,
357–359, 431
- bettlägerige Patienten, Kaffeeinlauf für
235–236
- Bienenpollen 205–206

- Bierhefe 264, 287
 Bilirubin, Labortest 388–389
 Bio-Lebensmittel 134, 142, 439, 443, 444
 Begriffsdefinition 163
 erwünschte 144
 gelegentlich erlaubte 145
 für Säfte 163
 sehr beschränkt erlaubte 145
 biologische Basis
 der Gerson-Therapie 63–76
 von Kaffeeinläufen 74–75, 219–223
 Birnen 97, 139
 Rezepte mit 504, 507
 Bittersalze 141
 Blumenkohl 97, 141, 447
 Rezepte mit 453, 462, 466, 478, 489
 Blütenpollen 205–206
 Blut-Harnstoff-Stickstoff (BUN), Labortest 397
 Bluthochdruck (Hypertonie) 55, 181, 331, 336–338, 344
 Bluttests. *Siehe* Labortests
 Blutwerte, niedrige, bei Chemotherapiepatienten 278
 Blutzucker, Labortest 399–400
 Bohnsprossen 145, 146–147
 Borschtsch, Feiner (Rezept) 461–462
 Brauner Reis 145, 153
 Rezepte mit 455, 470–472, 483, 514
 brauner Zucker 140, 145, 147, 154, 444, 494, 538
 Brodie, W. Douglas 14, 35, 262–263
 Brokkoli 97, 141
 Rezepte mit 452, 453, 456, 463–464, 466, 478
 Brot 140, 145, 154, 438, 538
 Rezepte 518–528
 Brustkrebs 15, 179–180, 247–249, 271–273
 Budwig, Johanna 22, 204, 258
 Butter 142, 146, 533
 Buttermilch 98, 146, 449, 514
 Rezepte mit 447–448, 449, 452, 499–500, 503, 505, 509–510
- C**
- Calcium 345–346
 Labortest für 380–381
 Catsup/Ketchup (Rezept) 490
- Chemotherapie 31, 32, 67, 271–289, 293–309
 abgeschwächtes Gerson-Protokoll für mit chemischen Stoffen behandelte Patienten 281–288
 abgeschwächtes Gerson-Protokoll für mit Zytotoxika behandelte Patienten 275–276
 Fallgeschichte 271–273
 Folgebehandlung für Patienten 288–289 und Gerson-Therapie, Vergleich zur 20, 67 geschwächte Patienten. *Siehe* geschwächte Krebspatienten
 ohne nachfolgende Schwäche 280–281
 schädliche Nebenwirkungen 276–280
 Wirkung der 274–275
 Chlorid, Labortest 385–386
 Chlor, im Trinkwasser 253–254, 255–256
 Choleretika 219–220, 224, 240
 Cholesterin 202, 333
 Labortests für 393–395
 Chrompicolinat 208
 chronische Erkrankungen 113. *Siehe auch* jeweilige Erkrankungen
 Mangel und Toxizität, Grund für 56–58, 531
 chronisches Erschöpfungssyndrom (CFS) 293–296, 329
 Cobalamin. *Siehe* Vitamin B12
 Codeinsucht 323
 Coenzym Q10 195, 262
 für Chemotherapiepatienten 286
 für geschwächte Krebspatienten 306
 für nicht kanzeröse Patienten 320
 Colitis ulcerosa 347–348
 Collins, Celia 179–180
 Cope, Freeman W. 70, 181, 188–189
 Coumadin 260, 261, 285, 286, 305, 306, 319, 320, 399
- D**
- Darmprobleme 235, 240–241, 348
 Krämpfe 235, 241
 Degenerationskrankheiten, Diät gegen 130–132, 134–135
 Desserts 494. *Siehe auch* jeweilige Desserts
 destilliertes Wasser 256–257
 Diabetes 330–335, 399

- Diät. *Siehe auch* Ernährungsprogramm gegen Degenerationskrankheiten 130–132, 134–135
 Herzkrankheiten und 336–338, 339–340
 Krebs und 35–37, 60
 Migräne 49–50
 salzlos 179–190
 Vergleich von Diätprogrammen 132–134
- Dillbohnen 464
- Dips 488–493
- Dörrpflaumen 471, 472, 507
- Dressing 152, 536
 Rezepte für 447–450
- Drogenabhängigkeit 323–324, 325–328
 Fallgeschichten 124–127, 328
 Gerson-Therapie und 327–328
 Kaffeeinläufe und 237
- Dünger 54–55
- Durchfall, Kaffeeinläufe und 236, 240
- E**
- Eier 98, 140, 147
- Eierstockkrebs 423–431
- Einläufe. *Siehe auch* Kaffeeinläufe
 Herkunft der 216–217
 Kaliumlösung für 187
 Leinöl für 204
 Rizinusöl für 238–239, 429–430
- Eisenbindungskapazität (TEBK), totale, Labortest 400–401
- Eisen, Labortest 400–401
- Eiskreme 140, 146, 494, 533
- Eiweiß 63, 251, 302
 Einschränkung 63, 72–73, 142–143, 147, 226
- Elders, Leroy 251
- Emotionen (Gefühlsleben). *Siehe* negative Emotionen; positive Emotionen
- Empysem 335
- Entgiftung 22–23, 215–227, 354, 426–427.
Siehe auch Kaffeeinläufe
- Entsafter 161–162, 167–172, 446–447. *Siehe auch* Säfte (Entsaften)
- Entspannungstechniken 360–361
- Enzyme (Enzymfunktion) 52–53, 64, 117–118, 203–204
 in Säften 166–167, 300
- Epilepsie 123–124
- Erbkrankheiten 335–340. *Siehe auch* spezifische Erbkrankheiten
- Erbrechen, Kaffeeinläufe und 240
- Erbsen 140
 Rezepte mit 484–485
- Ergänzungsmittel. *Siehe* Nahrungsergänzungsmittel
- Ernährungsprogramm 20–22, 531. *Siehe auch* Lebensmittel
 allgemeine Informationen zu 128–130
 Herzstück des 81–83
 „Malen nach Zahlen“, Ansatz zu 132–134
 Menübeispiele 155, 539
 Migräne, Kopfschmerz und 49–50
 Rezepte 443–528
 „Spontanheilung“ und 93–98
 Übersicht 21–22, 81–82
 unterstützende Maßnahmen zum 134–135
 Vergleich mit anderen Diäten 132–134
 Wissenschaft hinter 130–132
- Erythrozytenindex, Labortest 404
- Erythrozytensedimentationsrate (ESR) 405
- Erythrozytenzählung 401–402
- Essenerbrot 511, 527–528
- F**
- Fallgeschichten 413–440. *Siehe auch* jeweilige Fallgeschichten
- Feigen und Bananen (Rezept) 502
- Feinstein, H. R. 344
- Fenchel-Schmankerl (Rezept) 465
- Fertigprodukte 145
- Fette 142, 147, 436. *Siehe auch* tierische Eiweiße und Fette
 CAD und 394–395
 finanzielle Informationen 560–561
- Fisch 140, 147
- Fishbein, Morris 36, 231
- Fladen 528
- Fleisch 21, 142, 147. *Siehe auch* tierische Eiweiße und Fette
- Fluor 253, 255–256
- Fluoreszenzangiographie 313
- Fluorid 148, 253–254, 255–256
- Folgetherapien. *Siehe* Medikation, Änderung im ersten Behandlungsjahr
- Foster, Harold D. 83, 93–98
- freie Radikale 40, 42, 74, 167, 220

„Friedensevangelium der Essener“ 216–217, 527
 Frischzellentherapie 374
 Früchte. *Siehe* Obst
 Fruchtsäfte. *Siehe* Säfte (Entsaften)

G

Gallenfluss 220, 221, 224, 240
 Gallengänge, Kaffeeinläufe und 55, 74
 Gamma-Glutamyltransferase (GGT), Labortest 389–390
 Gardner, Kent 215–216
 Gastritis 283, 285, 303, 305, 317, 319
 gastrointestinaler Krebs 202
 Gebäck 147
 Gedämpftes Zuckererbsen-Allerlei (Rezept) 484–485
 gedünstetes Obst und Gemüse 139, 196, 457–458, 512
 Gefäßerkrankungen 336–340
 Gefühle. *Siehe* negative Emotionen; positive Emotionen
 gekochte Lebensmittel 150–151, 457–485
 Gelée royale 205–206
 Gemüse 139–140, 140–141, 144, 444. *Siehe auch* jeweilige Gemüsesorten und Rezepte
 gedünstet 139, 140–141, 196, 457–458, 512
 gekochte Gerichte 150–151, 457–485
 spontane Regression und 97–98
 Zubereitung von 149–151, 438–439, 444, 457–458, 535
 Gemüsesäfte. *Siehe* Säfte (Entsaften)
 Gemüse Stroganoff (Rezept) 466
 Gerson Healing Newsletter 43, 81
 Gerson Institute 139, 373, 561–562, 563
 Gerson-Kliniken 560–562
 Gerson, Max
 Aussage vor dem US-Senat (1946) 10–12, 23–26, 34–35, 48–49
 Biographie 47–60
 Zusammenfassung der Theorie 82–88
 Gerson-Therapie. *Siehe auch* Ernährungsprogramm
 abgewandelte, für geschwächte Krebspatienten 293–309
 abgewandelte, für nicht kanzeröse Patienten 313–348

Gerson-Therapie (*Fortsetzung*)
 abgewandelte, während Chemotherapie 271–289, 293–309
 alleine durchführen 369–376
 biologische Basis 63–76
 und Chemotherapie, Vergleich 20, 67
 Gesundheitsprobleme, erfolgreich behandelte 42–44
 Harmonie mit konventionellen Behandlungsmethoden 67
 Herzstück der 81–83
 Langzeitüberlebensdauer und Nebenwirkungen 68–69, 99, 110–113
 als patientenbezogene medizinische Praxis 32–34
 physiologische Allgemeingültigkeit der 65–66
 psychologische Ansätze der 353–366
 Selbsthilfegruppen 68, 563
 Standardtherapie, für die meisten Krebsarten 247–267
 Gesamtcholesterin, Labortest 393–394
 Gesamthämoglobin (HbE), Labortest 402–403
 geschwächte Krebspatienten 276–280, 293–309
 abgewandelte Gerson-Therapie für 293–309
 Chemotherapie-Vorbehandlung ohne nachfolgende Schwäche 280–281
 Fallgeschichte 293–296
 Folgebehandlung für 308–309
 Medikations- und andere Protokolländerungen für 301–308
 Safttrinken für 298–301
 Gesundheitsprobleme, Nahrungsergänzungsmittel zur Behandlung von 58–59
 Gewichtskontrolle 336–338
 Gewürze 146, 151, 496–497, 535
 Gicht 398–399
 GKI 209
 Glukose 209
 Nüchternblutzucker, Labortest 399–400
 Glutathion-S-Transferase 57
 Goldener Gemüse-Jus (Rezept) 489
 Goldene Soße (Rezept) 490
 Grand-Mal-Anfälle 123–124
 Grüne Mangold-Röllchen (Rezept) 478–479
 grüne Paprikaschoten 447, 456, 479–480

grüner Tee 147, 252
 grünes Blattgemüse, Saft aus 97, 330, 446,
 534
 Grünes Tomaten-Hack (Rezept) 482
 grüne (Strauch-) Bohnen 141
 Rezepte mit 463–464, 464–465
 Gurken 146, 533

H

Haferbrei 154, 538
 Haferflocken 72, 140, 144, 532
 Rezepte mit 505
 Hämatokrit (Hct), Labortest 403–404
 Hämoglobin (HbE), Labortest 402–403
 Hämorrhoiden 239
 Harnanalyse 409
 Harnsäure, Labortest 398–399
 Hautkrebs 107–119, 193–194
 Hauttuberkulose 51–52
 HDL (Lipoproteine hoher Dichte) 202,
 394–395
 Hefe. *Siehe* Bierhefe
 Hefepastete 510
 Hepatitis 159–161, 260, 304, 340
 Hepatitis C 114–115, 159–160, 340
 Hepner, Julie 114
 Heroinsucht 324
 Herzinfarkt 127–128
 Herzkrankheiten 317, 336–340
 Herzrasen 284, 286, 318
 Hippokrates-Suppe, spezielle 144, 152–153,
 195–211, 437
 Rezept 152–153, 444–445, 536–537
 Histoplasma capsulatum 313–315
 hoher Blutdruck 55, 181, 331, 336–338, 344
 Honig 140, 145, 154, 444, 467
 Hülsenfrüchte 97, 146
 Hunger, erwünschte Lebensmittel und 144,
 337
 Hüttenkäse 98, 514
 Rezepte mit 449, 460, 479, 485, 506,
 516–518, 522
 Hydrotherapie 375
 Hyperalimentation 63–64, 75–76
 Hypercalcämie 380–381
 Hyperchlorämie 386
 Hypercholesterolämie 394
 Hyperkaliämie 184, 384–385

Hyperlipidämie 395
 Hypernatriämie 383
 Hyperphosphatämie 382
 Hyperthermie 375
 Hypertonie 55, 181, 331, 336–338, 344
 Hypnotika, Abhängigkeit von 323
 Hypocalcämie 380–381
 Hypochlorämie 386
 Hypocholesterolämie 394
 Hypoglykämie 400
 Hypokaliämie 384–385
 Hyponatriämie 383
 Hypophosphatämie 382

I

Immunsystem 58–59, 118–117
 Impfungen 343, 555–559
 Insulin 209, 330–333
 intrazelluläre Mineralien 53, 183
 Italienischer Salat (Rezept) 453

J

Jod (Jodergänzung) 73, 194, 196–197, 254.
Siehe auch Lugolsche Lösung
 Jod-Kaliumjodid-Lösung. *Siehe* Lugolsche
 Lösung
 Joghurt 98, 139, 140, 153
 Rezepte mit 491, 495–496, 501, 504–505,
 515–516
 Joghurteis (Rezept) 504–505
 Journal of the American Medical Association
 (JAMA) 36, 231
 Jugenddiabetes (Typ I) 330–334

K

Kachexie 302–303
 Kaffee 148, 533
 Abhängigkeit von 325–326
 Kaffeeeinläufe 22–23, 63, 215–227, 231–242,
 264–265, 430
 Abwandlungen der Einlauflösung 236–237
 Ausscheidung von Krebsabbauprodukten
 221–223
 für bettlägerige Patienten 235–236
 biologische Grundlagen 74–75, 219–223
 für Chemotherapiepatienten 287–288
 chronisches Erschöpfungssyndrom und 329

- Kaffeeinläufe (*Fortsetzung*)
 Fallgeschichte 215–216
 Gallenfluss und 220, 221, 224, 240
 Gemüsesäfte zur Unterstützung der 56–58
 für geschwächte Krebspatienten 308
 halten 430
 Häufigkeit der Anwendung 135, 233, 237,
 239–240, 264
 Herkunft, als Teil der Gerson-Therapie
 216–219
 für herzkranke Patienten 337
 für Kolostomie-Patienten 330
 Mischungsverhältnis für 233, 236–237,
 242, 264, 437–438
 für nicht kanzeröse Patienten 321
 Nutzen von, zur Beseitigung von Abfallstoffen
 55–58
 positive Wirkung von 219–221, 225–227
 Rizinusölbehandlungen und 238–239
 zur Schmerzlinderung 55, 223
 schubartige körperliche Symptome durch
 239–242
 Selbstanwendung 232–233, 234–235
 als Thema, über das geredet wird 231–232
 Zeitpunkte für 237
- Kahn, Jessica 123–124
- Kalbslebersaft (rohe Leber) 131, 195
- Kalium 65, 180–181, 183–185, 200
 im Boden 54
 Enzymfunktion und 52–54
 Hyperkaliämie und 184
 Labortest für 383–385
 als Nahrungsergänzung 58, 69–72,
 185–187. *Siehe auch* Kaliumlösung
 (Salze)
 salzlose Diät und 183–187
- Kaliumjodid. *Siehe* Lugolsche Lösung
- Kaliumlösung (Salze) 185–187, 200–201, 255
 für Einauflösung 187, 225
 für Chemotherapie-Patienten 283
 für Diabetes-Patienten 335
 für geschwächte Krebspatienten 303
 für herzkranke Patienten 339
 für nicht kanzeröse Patienten 317
- Kalorienmenge, Reduzierung der 72, 131
 kalt gepresstes Leinöl. *Siehe* Leinöl
- Kamillentee 140, 155, 347
 Kaffeeinläufe und 236–237, 240, 430
- Karotten 97, 140, 148, 447
 Rezepte mit 455, 462, 467, 470, 526–527
- Karottensaft 97, 98, 282, 301
 Zubereitung 445, 534
- Kartoffelbrei 468–469, 517, 524
- Kartoffeln 139, 151, 467, 537
 Rezepte mit 454–455, 467–470, 486, 488,
 524–525, 537
 Zubereitung 153, 259, 467–468
- Karzinogene, Präkursor- 41–42
- Käse 140, 146, 533
- Käsekuchen, ungebakken (Pasha, Rezept)
 506
- Katabolismus 73
- Ketchup/Catsup (Rezept) 490
- Kirschen 139
 Rezepte mit 503, 504
- Knoblauch 98, 153
 Rezepte mit 448, 486–487, 528
- Knollensellerie-Salat (Rezept) 451
- Kochgeschirr 141, 457–458, 531–532
- Koffein 252. *Siehe auch* Kaffee, Kaffeeinläufe
- Kohletabletten 208
- Kokainsucht 324, 327, 328
- Kolostomie, reversible 330
- Kopfschmerz, Migräne 49–50
- koronare Arterienerkrankung 394–395
- Kosten der Gerson-Therapie 560–561
- Krämpfe, Darm- 235, 241
- krankheitsorientierte medizinische Praxis 32,
 67, 369, 369–370
- Kräuter 140, 146, 151
 Rezepte mit 448, 463
- Kräutertees 140, 147, 155, 252, 539
- Krautsalat, Sommerlicher (Rezept) 450
- Kreatinin, Labortest 397–398
- kreative Visualisierungen 361
- Krebs 14–26, 34–36. *Siehe auch* Chemo-
 therapie; Remission; und spezifische
 Krebsarten
 Ernährung, Bedeutung der, bei 35–37, 60
 Faktoren, die Entstehung begünstigen
 39–41
 Fallgeschichten 413–440
 Formen von Krebsgeschwüren 37–38
 Gerson-Standardtherapie gegen 247–267
 Gerson-Therapie allein durchführen
 369–376

- Krebs (*Fortsetzung*)
 Glaubenssystem und 369–372
 psychologische Belastung durch 353,
 354–356
 durch quecksilberhaltige Amalgamfüllun-
 gen 551–552
 stark geschwächte Krebspatienten. *Siehe* ge-
 schwächte Krebspatienten
 Stressoren 39–42
 Theorie der „mannigfachen Schläge“ 39–42
 überleben 68–69, 99, 414–415
 Mythen und Glaubenssätze 369–372
 retrospektive Studie der Fünf-Jahres-
 Überlebensrate bei Melanomen
 110–113
- Kuchen 147
 Rezepte 495–496, 496–498, 505, 506,
 508–509
- Kunstdünger 54–55
- Kürbis 97, 150
 Rezepte mit 470–474, 508–509, 525–526
- Kürbispudding-Kuchen (ungebacken, Rezept)
 508–509
- L**
- Labortests 379–409
 Alanintransaminase,
 Serum-Glutamat-Pyruvat-Transami-
 nase (ALT/SGPT) 392–393
 alkalische Phosphatase (AP) 391–392
 Aspartat-Aminotransferase, Serum-
 Glutamat-Oxalacetat-Transaminase
 (AST/SGOT) 387–388
 Blut-Harnstoff-Stickstoff (BUN) 397
 Erythrozytenindex 404
 Erythrozytensedimentationsrate (ESR) 405
 Erythrozytenzählung 401–402
 Gesamtcholesterin 393–394
 Gesamthämoglobin (HbE) 402–403
 Glukose, Nüchternblutzucker 399–400
 Hämatokrit (Hct) 403–404
 Harnanalyse, Routine 409
 Lactatdehydrogenase (LDH) 386–387
 Leukozyten-Differentialblutbild 407–408
 Leykozytenzählung (weiße Blutkörperchen,
 WBK) 407
 Lipoprotein-/Cholesterin-Fraktionierung
 394–395
- Labortests (*Fortsetzung*)
 saure Phosphatase (SP) 390
 Serumbilirubin 388–389
 Serumcalcium 380–381
 Serumchlorid 385–386
 Serumeisen und totale Eisenbindungska-
 pazität (TEBK) 400–401
 Serum-Gamma-Glutamyltransferase (GGT)
 389–390
 Serumharnsäure 398–399
 Serumkalium 383–385
 Serumkreatinin 397–398
 Serumnatrium 382–383
 Serumphosphat 381–382
 Serumproteinelektrophorese 396
 Serumtriglycerid 395
 Thrombozytenzählung 405–406
- Langzeitüberlebensdauer, Gerson-Therapie
 und 68–69, 99
 retrospektive Studie der Fünf-Jahres-Über-
 lebensrate bei Melanomen 110–113
- Lapacho-Tee 375
- Lateralisation 365
- Lätril (Amygdalin) 209–210, 262–263, 373
 für Chemotherapie-Patienten 286–287
 für geschwächte Krebspatienten 307
 für nicht kanzeröse Patienten 321
- L-Canavanin 146
- LDL (Lipoproteine niedriger Dichte)
 394–395
- Leaky-Gut-Syndrom 348
- „Lebenskraft“, in Säften 300
- Lebensmittel 139–155. *Siehe auch* jeweilige
 Lebensmittel
 Abhängigkeiten 328
 Allergien 328
 aus biologischem Anbau. *Siehe* Bio-
 Lebensmittel
 gekochte 150–151, 457–485
 in großen Mengen verzehrbar 139–141
 Kategorien 144–148
 Menübeispiele 155, 539
 Rezepte 443–528
 spontane Regression und 97–98
 verboten 141–143, 145–148, 532–533
 Zubereitung 149–155, 429, 532–533
- Leber-Injektionen (Rohleberextrakt) 195,
 207, 261

- Leber-Injektionen (*Fortsetzung*)
 für Chemotherapie-Patienten 285
 für geschwächte Krebspatienten 305
 für nicht kanzeröse Patienten 319
 Leber (Leberfunktion) 55–57, 74–75
 Entgiftung der. *Siehe* Entgiftung
 Lechner, Peter 57, 135, 220, 221
 Leinöl 65, 204–205, 257–259
 für herzkranken Patienten 339
 Leiomyosarkom 422
 Lennox, Alexandra 247–249
 Leukämie 38
 Leukozytenzählung 407
 Limabohnen mit Zucchini (Rezept) 476
 Lindenblüte 140
 Linearbeschleuniger 418–419
 Ling, Gilbert Ning 70, 71, 72
 Lipasen 203
 Lipoprotein-/Cholesterin-Fraktionierung,
 Labortest 394–395
 Lipoproteine hoher Dichte (HDL) 202,
 394–395
 Lipoproteine niedriger Dichte (LDL)
 394–395
 Lugolsche Lösung 194–195, 198–199, 254
 für Chemotherapie-Patienten 283–284,
 288
 für Diabetes-Patienten 335
 für geschwächte Krebspatienten 304
 für nicht kanzeröse Patienten 317–318
 bei Schwermetallvergiftung 341
 Lungenemphysem 79–80
 Lungenkrebs 15, 286, 413–423
 Lungentuberkulose 9, 52
 Lupus vulgaris 51
 Lymphome 38
- M**
- Mais 151, 439
 Rezepte mit 476–477, 478
 Makrobiotik 94, 132
 Makromoleküle 222
 maligne Schwannome 422
 Mandarinen 139
 Mangel, in der Ernährung 54, 56–58, 531
 Mangold 141, 471
 Rezepte mit 446, 468–469, 475, 477–479
 Mangos 139
 „mannigfache Schläge“, Krestheorie 39–42
 Margarine 142
 Mastdarmkrebs 15
 Matuseck, Lana 116–119
 Medicare-System 113
 Medikation, Änderung im ersten Behand-
 lungsjahr 266–267. *Siehe auch* spezi-
 fische Medikationen
 für ehemalige Chemotherapie-Patienten
 288–289
 für geschwächte Krebspatienten 308–309
 für nicht kanzeröse Patienten 322
 Meditation 362–363
 medizinische Praxis
 krankheitsorientiert 32, 67, 369, 369–370
 patientenbezogen 32–34
 Megazyme Forte 263, 286, 306, 320
 Mehl 147
 Melanome 107–119, 193–194
 Melanozyten 107, 193
 Melasse 145, 154
 Melasse, schwarze 145
 Menübeispiele 155, 539
 Metabolismus 73–74, 134
 metastasiertes Krebswachstum 38
 Migräne, Kopfschmerz 49–50
 Mikrowellenherde 141, 531
 Milchprodukte 49–50, 85, 96, 135, 140, 146,
 147, 346, 444, 472, 514
 Osteoporose und 345–346
 Rezepte mit 514–518
 Mintz, Dael 107
 Minz-Tomaten-Suppe (Rezept) 487
 Mitochondrien 73, 197
 Mixer 170–171
 Monaghan, Kathleen 115–116
 Morbus Crohn 348
 Morphinsucht 323, 326
 Muffins 147
 Mühle/Zerreiber, Entsafter 161, 171–172,
 446–447
 Mukoviszidose 335
 Multiple Sklerose (MS) 341–342
 Myelome 38
 Myokardinfarkt (MI) 127–128, 317
 Myxödem 196

N

- Nachteinläufe 237
 Nahrungsergänzungsmittel 58–59, 66, 193–211. *Siehe auch* spezifische Ergänzungsmittel
 Menge anpassen. *Siehe* Medikation, Änderung im ersten Behandlungsjahr
 Nahrungsmittel. *Siehe* Lebensmittel
 National Cancer Institute (NCI) 22, 35, 95
 nationale Gesundheitserhebung, USA 113
 Natriumbicarbonat 141
 Natrium (Salz). *Siehe* Salz (Natrium)
 Naude, Xavier 79–80
 Nebenwirkungen
 der Chemotherapie 276–280
 der Gerson-Therapie 68–69, 99, 110–113
 negative Emotionen 354–356
 Mittel und Methoden zur Verbesserung 359–366
 Niacin 195, 202–203, 260, 347, 431
 für Chemotherapie-Patienten 284–285
 für geschwächte Krebspatienten 305
 für nicht kanzeröse Patienten 319
 bei Nikotinsucht 325
 Nicht-kleinzelliger Lungenkrebs 414
 Nierenerkrankungen 332, 334, 341, 395
 Niereninsuffizienz 303, 317
 Nikotinsucht 148, 323, 324–327
 Non-Hodgkin-Lymphom 38
 Norwalk Juicer 160, 162, 174, 563
 Nüchternblutzucker, Labortest 399–400
 Nüsse 140, 142, 148
 Nutraceuticals 196

O

- Obst 439, 444, 493–494, 528. *Siehe auch* spezifische Obstsorten
 empfohlene Sorten 139, 144
 gedünstet 139, 457–458, 512
 Rezepte für 493–514
 Saft. *Siehe* Säfte
 Salate 139, 144, 453, 454, 503–504
 Ochsen gallenpulver 208
 ödematöse Wassereinlagerung 52–54, 130, 226, 382–383
 okuläre Histoplasmose 313–315

- Öle 142, 147, 152, 257–258. *Siehe auch* Leinöl
 Olivenöl 97, 258
 Olivenölseife 208
 Opioide 323, 326
 Orangen 139, 185
 Rezepte mit 449, 513
 Orangensaft 97, 170, 446, 533
 Rezepte mit 477
 orthomolekulare Medizin 132
 Osteoarthritis 293, 342–345
 Osteoporose 345–346
 Osteosarkom 99–102
 Ozon 65, 374

P

- Palmitinsäure 57, 75
 Pampelmusensaft 97, 98, 170
 Pankreatin (Bauchspeicheldrüsenenzymtabletten) 195, 203, 260–261, 374
 für Chemotherapie-Patienten 285
 für geschwächte Krebspatienten 305
 für nicht kanzeröse Patienten 319
 Paprikaschoten
 grüne 447, 456, 479–480
 rote 459–460, 479–480
 scharfe 148
 Pasha (ungebackener Käsekuchen, Rezept) 506
 patientenbezogene medizinische Praxis 32–34
 Pauling, Linus 132
 „Pepper-Neely Anticancer Proposal“ (Senate Bill 1875) 10–13, 23–26, 34, 48–49, 223
 Pepsin. *Siehe* Acidol (Pepsin)
 Peristaltik 220
 Perthes'sche Krankheit 125
 Petersilie 469, 491
 Peters, John 413–416
 Pfefferminztee 140, 155, 240, 539
 Pfirsiche 139
 Rezepte mit 454, 506
 Pflaumen 139, 154
 Rezepte mit 491, 507–508, 512
 Pharmaindustrie 36
 Phosphat, Labortest 381–382
 Pilze 148

Plätzchen, Haferflocken- (Rezept) 505
 Polarisationstherapie 209, 373–374
 Pollen, Blüten- und Bienen- 205–206
 Polypeptide 201
 positive Emotionen 356–357, 431
 Mittel und Methoden zur Erreichung
 359–366
 Powers, Tom junior 193–194
 Progression, von Krebs 42
 Prokarzinogene 41–42
 Prostatakrebs 15, 390
 Proteasen 203
 Protein. *Siehe* Eiweiß
 Proteinelektrophorese, Labortest 396
 Psychologische Ansätze der Gerson-Therapie
 353–366
 Betonung positiver Emotionen 356–357
 Betreuungsperson, Funktion der 357–359
 Mittel und Methoden zur psychologischen
 Verbesserung 359–366
 Ptak, Pamela 313–315

Q

Quecksilber, Amalgam-Zahnfüllungen 40,
 126–127, 549–552

R

Rauchen 79–80, 148, 323, 324–325, 326,
 328
 rechte Gehirnhälfte, Funktion der 365–366
 Reis 145, 153
 Rezepte mit 455, 470–472, 483, 514
 Reizdarmsyndrom 348
 rektale Implantate 241
 Remission 91–102, 108–110
 Restaurantspeisen 142, 185
 Retinopathie, zentrale seröse 313–315
 reversible Kolostomie 330
 Rezepte 443–528. *Siehe auch* spezifische
 Rezepte
 Rhabarber 511
 rheumatoide Arthritis 342, 346
 Rizinusölbehandlungen 135, 238–239, 265,
 429–430
 für Chemotherapie-Patienten 287
 für geschwächte Krebspatienten 307
 für nicht kanzeröse Patienten 321
 Roggenbrote 145, 154, 521, 522–526, 538

rohe Leber (Kalbslebersaft) 131, 195
 Rohleberextrakt. *Siehe* Leber-Injektionen
 (Rohleberextrakt)
 Rosenkohl 97, 141
 Rosinen 98, 141, 154
 Rezepte mit 485, 526–527
 Rote Bete 85, 97, 141, 151, 535
 Rezepte mit 457, 460–461
 Rote-Bete-Bällchen, Spaghetti mit (Rezept)
 473–475
 rote Blutkörperchen (RBK), Index, Labortest
 404
 rote Blutkörperchen (RBK), Zählung der
 401–402
 rote Paprika, Rezepte mit 459–460, 479–480
 Rot-grüner Salat 456
 Rotkohl 141
 Rezept 480

S

Säfte (Entsaften) 144, 159–175. *Siehe
 auch* spezifische Saftarten
 Aufbewahren von 165, 167
 Bio-Obst und -Gemüse für 163–164
 für Chemotherapie-Patienten 282
 für Diabetes-Patienten 334
 Enzyme in 166–167, 300
 Fallgeschichten 159
 Fragen und Antworten zu 165–166
 Funktion der, im Heilungsprozess 299–300
 für geschwächte Patienten 298–302
 hilfreiche Hinweise für 172–175
 Kaliumlösung in 186
 Kombination von Obst und Gemüse 166
 Menge, die zu trinken ist 165, 167
 für nicht kanzeröse Patienten 316–317
 persönliche Richtlinien für 167
 Regelmäßigkeit des Trinkens 165
 bei Schwermetallvergiftungen 341
 für suchtkranke Patienten 327–328
 Tipps von Dr. Gerson 161–162
 Unterstützung der Kaffeeinläufe durch
 56–58
 Zubereitung von 445–446, 533–534
 Saftpresen 168
 Sahne 140, 146, 494, 533
 Salatdressing 152, 536
 Rezepte für 447–450

- Salat(e) 139, 151–152, 447, 536
 Artischocken- 450–451
 Auberginen- 452
 Bessarabischer Albtraum 451
 fruchtiger Winter- 453
 Italienischer 453
 kalter Brokkoli- 452
 Karotten-und-Äpfel- 455
 Kartoffel- 454–455
 Pfirsich- 454
 Reis- 455
 Rote-Bete- 457
 Rot-grüner 456
 Selleriewurzel- 451
 Sommerlicher Krautsalat 450
 Tomaten-Paprika- 356
 Topinambur- 456
 Salsa, Tomate 492
 salzlose Diät 141, 179–190
 Kalium und 183–187
 Notwendigkeit einer 180–181
 Tissue-Damage-Syndrom und 188–190, 436
 Salz (Natrium) 141, 200–201, 436
 Enzymfunktion und 52–54
 Labortest 382–383
 Migränediät und 50
 Regulierung der Aufnahme von (Beseitigung) 69–72, 141, 254, 436. *Siehe auch* salzlose Diät
 Ungleichgewicht 382–383
 Wasseraufnahme und 251
 Salzsäure (HCl) 201
 Samen 142, 148
 Sands, Marion 345
 Sarkome 38, 422
 Osteosarkom 99–102
 Sauerbruch, Ferdinand 51
 Sauerstofftherapien 65, 374
 Sauerteig 518–520, 522–526, 538
 saure Phosphatase (SP), Labortest 390
 Schalotten 447
 scharfe Paprikasorten 148
 Schilddrüsenhormon (Medikation) 73, 134, 196–197
 für Chemotherapie-Patienten 284
 für Diabetes-Patienten 335
 für geschwächte Krebspatienten 304
 für herzkranken Patienten 339
 Schilddrüsenhormon (*Fortsetzung*)
 für nicht kanzeröse Patienten 318
 Schilddrüse (Schilddrüsenfunktion) 73, 196–197, 338–339
 fluoridiertes Wasser und 253–254, 255–256
 Überfunktion 284, 304, 318
 Unterfunktion 196
 Schlaganfall 127–128
 Schmerzlinderung 207
 Kaffeeinläufe zur 55, 223
 Schofield, Paul 159–161
 schubartige körperliche Symptome, durch Kaffeeinläufe 239–242
 Schwangerschaft 116–118
 Schwarzafrikaner, gesalzene Kost und 181–182
 Schwarzbrot nach russischer Art (Rezept) 522–523
 schwarze Melasse 145, 154
 Schwarzer Tee 147, 252
 Schweitzer, Albert 8–9, 52, 181–182, 259
 Schwermetallvergiftung 341
 Sedativa, Abhängigkeit von 323
 Seife, Olivenöl- 208
 Selbsthilfegruppen 68, 564
 Selleriewurzel-Salat (Rezept) 451
 Senate Bill 1875 (1946) 10–13, 23–26, 34, 48–49, 223
 Senf 148
 Serum-Glutamat-Oxalacetat-Transaminase (SGOT), Labortest 387–388
 Serum-Glutamat-Pyruvat-Transaminase (SGPT), Labortest 392–393
 Serum-Labortests. *Siehe* Labortests
 Shuford, Carla 99–102
 Sirup 494. *Siehe auch* Ahornsirup
 Sklerodermie 347
 Sodi-Pallares, Demetrio 71, 209, 339, 373
 Sojabohnen (Sojaprodukte) 146
 Sommerlicher Krautsalat (Rezept) 450
 Soßen 488–493
 Spaghetti mit Rote-Bete-Bällchen (Rezept) 473–476
 Spargel 166, 480–481
 spezielle Hippokrates-Suppe. *Siehe* Hippokrates-Suppe, spezielle
 Spinat 141, 151
 Rezepte mit 449, 481
 Spirituosen. *Siehe* Alkohol und Alkoholismus

- spontane Regression (spontane Remission) 93–98
- Sprossen 145, 146–147
- Steroidbehandlung 346–347
- Stomatis, Lillian 343
- Strahlentherapie 418–420
- Strauchbohnen, grüne 141
Rezepte mit 463–464, 464–465
- Stressoren
äußere, Krankheit und 54–55, 355–356
Krebs 39–42
- Suchtkrankheiten. *Siehe* Abhängigkeiten
- Sunshine-Smoothie (Rezept) 512
- Suppen 461–462, 486–488. *Siehe auch* Hippokrates-Suppe, spezielle
- Süßer Reis 514
- Süßkartoffel 145, 153, 155
Rezepte mit 481, 498–499, 512–513
- Süßungsmittel. *Siehe* Zucker (Süßstoffe)
- Swing, Raymond Gram 10–13, 23–26
- systemischer Lupus erythematodes (SLE) 347
- T**
- Taheebo-Tee 155, 375
- Tee 140, 147, 155, 252. *Siehe auch* Kamillentees; Kräutertee; Pfefferminztee
- Thrombozytenzählung 278, 405–406
- Thyroxin 253–254
- tierische Eiweiße und Fette 251, 302
Einschränkung 63, 72–73, 142–143, 147, 226
- Tissue-Damage-Syndrom (TDS) 52–54, 130, 188–189, 436
- Tomaten 97, 140, 141, 150, 151, 153, 447
Rezepte mit 456, 473–474, 481–483, 484, 486–488, 490, 492–493
- Tomatensaft 97, 98
- Tonerde 375–376
- Topinambur-Salat (Rezept) 456
- Torte, Apfel- (Rezept) 499–501
- Toxizität 279–281, 531
Säfte und 56–58
Schwermetallvergiftung 341
- Trauben 97, 139
- Triglyceride, Labortest 395
- Trinkwasser 69–72, 147, 162, 251–253, 435–436
- Trockenobst 154, 493
- Trockenpflaumen. *Siehe* Dörrpflaumen
- Tuberkulose 51–52
- Typ-I-Diabetes 330–334
- Typ-II-Diabetes 330–334
- Tyrosin 196
- U**
- Übelkeit 240, 282
- Überbackene Kartoffeln (Rezept) 469–470
- Unterleibskrämpfe 235, 241
- V**
- Valdez, Jesus Lechuga 416–423
- van Zsidy, Joergon 293–296
- Vegetarischer Hackbraten (Rezept) 466–467
- Vegetarismus 94
- verbotene Lebensmittel 141–143, 145–148, 532–533
- Verhärtung der Arterien (Atherosklerose) 329
- Vinaigrette, Orangen-Dill- (Rezept) 449
- Virushepatitis 159–161, 389
- Visualisierungen 361
- Vitamin A, Leinöl und 205
- Vitamin B3 202–203, 260, 431
für Chemotherapie-Patienten 284–285
für geschwächte Krebspatienten 305
für nicht kanzeröse Patienten 319
- Vitamin-B12-Injektionen 206–207, 261
für Chemotherapie-Patienten 285
für geschwächte Krebspatienten 305
für nicht kanzeröse Patienten 319
- Vitamin C 207–208, 375
- Vitamin D 380, 381
- Vollkornroggenbrot 521
- W**
- Wasserreinigung 255–256, 435–436
- Wasserstoffperoxid 374
- Wassertrinken 69–72, 147, 162, 251–253, 435–436
- Weintrauben 97, 139
- weiße Blutkörperchen (WBK), Labortests
Differentialblutbild 407–408
Zählung 407
- Weizengras-Entsafter 169
- Weizenmehl 147
- Whitwell, Sandra 423–431

Wildreis 145, 153
 Winterendivien 447
 Wobe-Mugos 263, 286, 306, 320
 Wurzelkanalbehandlungen 549–552

Y

Yoguesort-Dressing (Rezept) 449–450

Z

zahlreiche Gesundheitsprobleme, Nahrungs-
 ergänzungsmittel zur Behandlung
 58–59
 Zahnpflege 40, 127, 549–552
 Zellödeme 179, 188–190, 200–201, 226
 zentrale seröse Retinopathie 313–315
 Zentrifugen-Entsafter 168–169
 Zerreiber/Mühle, Entsafter 161, 171–172,
 446–447
 Zigaretten rauchen 79–80, 148, 323,
 324–325, 326, 328
 Zitrone, Tomatensuppe mit Knoblauch und
 (Rezept) 486–487
 Zitruspressen 170
 Zitrus säfte. *Siehe* Orangensaft
 Zucchini 476, 483–484
 Zuckererbsen-Allerlei, Gedämpftes (Rezept)
 484–485
 Zucker (Süßstoffe) 140, 154, 444, 494, 538.
Siehe auch brauner Zucker
 Zwiebeln 97, 152
 Rezepte mit 448, 485, 488, 528
 zytotoxische Medikamente, Chemotherapie
 und 274–280

Charlotte Gerson

Charlotte Gerson, die jüngste Tochter von Max Gerson, MD, die er liebevoll „Lotte“ nannte, stand ihrem Vater bei seiner Arbeit fast durchgehend als Assistentin zur Seite. In der Erstauflage seines Buches „A Cancer Therapy: Results of Fifty Cases“ dankte Dr. Gerson ihr dafür zu helfen, „wo immer sie kann, und dies stets mit großem Engagement und einfühlsamer Bestärkung“.

Charlotte Gerson kam in Deutschland zur Welt, wo sie auch ihre ersten Schuljahre absolvierte. Als ihre Familie vor dem, was der Holocaust werden sollte, nach Österreich floh, ging Charlotte in einem Vorort Wiens zur Schule. Nachdem die Familie Gerson auf Betreiben des Vaters nach Frankreich gezogen war, das er als sicherer erachtete, lernte sie Französisch und setzte im französischen Bildungssystem die Oberstufe fort. Dr. Gerson praktizierte in Frankreich nur kurze Zeit und mit der Zulassung eines anderen Arztes.

Bald emigrierten die Gersons nach England, um der Herrschaft des französischen Vichy-Regimes zu entkommen. Für kurze Zeit besuchte Lotte in London die Schule, wo sie Englisch zu lernen begann. Ihren Schulabschluss machte sie in New York City, wo die Familie Gerson sich endlich außer Gefahr wähnte und niederließ. Dr. Gerson richtete sich zwei Arztpraxen ein, eine an der Park Avenue in Manhattan und eine an einer Klinik in Nanuet, einer Kleinstadt zwischen Suffern und Nyack im Norden des US-Bundesstaates New York.

Als junge Frau besuchte sie das Smith College. Sie spricht auch Spanisch, was ihr schon deshalb von Nutzen ist, weil die Gerson-Therapie nahezu 20 Jahre lang vorwiegend in Tijuana, Mexiko, angeboten wurde, das gleich jenseits der mexikanisch-kalifornischen Grenze nahe San Diego liegt.

Charlotte Gerson besucht Patienten, die sich im Gerson Therapy Hospital unter ärztlicher Aufsicht der Gerson-Therapie unterziehen. Sie berät sich mit den Ärzten dieser Patienten, beobachtet, welche Fortschritte diese Patienten in Richtung Gesundheit machen, beantwortet die zahlreichen Fragen von Patienten und Angehörigen, hält Vorträge über die komplexen Aspekte der Gerson-Therapie und findet stets für alle ein aufmunterndes Wort.

Sich karitativ und humanitär zu engagieren, ist für Charlotte Gerson selbstverständlich, da sie sich immer schon für die Arbeit ihres Vaters inte-

ressiert hat. Schon als junge Frau begeisterte sie sich für das Lesen medizinischer Fachliteratur. Einen Großteil ihrer Freizeit verwendete sie darauf, Dr. Gerson beim Übersetzen und Verfassen seiner Abhandlungen zu helfen. Sie hörte sich die Vorträge an, die er vor Therapeuten und Patienten hielt, und besprach sie mit ihm. Oft begleitete Charlotte ihren Vater auf dessen Visiten im Krankenhaus, und an seiner Oakland Manor Cancer Clinic in Nanuet, New York, betätigte sie sich zudem als medizinische Assistentin.

Um sich als Hilfskraft weiterzubilden, nahm sie an einem offiziellen Kurs für medizinische Assistenten teil, durch den sie sich für die Patientenpflege an der Gerson-Klinik qualifizierte. Wenn Dr. Gerson Vorträge hielt, Patienten empfing oder in Urlaub war, führte sie seine telefonischen Anweisungen im Hinblick auf die Klinikpatienten aus.

Als junge Frau heiratete sie und wurde Charlotte Gerson-Straus. Einige Jahre war sie im Import-Export-Unternehmen ihres Mannes tätig, wobei sie Einblick in viele Aspekte des Geschäftslebens erhielt. Die Ehe wurde jedoch letztlich geschieden.

Als Dr. Gerson 1959 starb, setzte Charlotte sein Werk fort, indem sie sein letztes Buch „A Cancer Therapy: Results of Fifty Cases“ veröffentlichte, das zu einem Klassiker werden sollte. Auch seine Vorträge über die Gerson-Therapie führte sie fort, zum einen aufgrund der öffentlichen Nachfrage und zum anderen, weil noch 3.000 Ausgaben des Buches übrig waren, die es zu vertreiben galt. Diese Vorträge waren es, die – zunächst regional und später auch national – Gersons Namen und sein Therapieprogramm erstmals einem breiteren Kreis eröffneten.

Dies zog nach sich, dass Charlotte Gerson von mehreren hundert Organisationen rund um das Gesundheitswesen eingeladen wurde, über die Gerson-Therapie zu sprechen. Unter diesen Organisationen sind:

- die Cancer Control Society, für die sie seit 25 Jahren alljährlich in den kalifornischen Städten Pasadena und Los Angeles referiert;
- die National Health Federation, für die sie an 18 Orten in den ganzen USA spricht;
- die Alternative and Complementary Therapies Convention in Arlington, Virginia, veranstaltet von der Mary Ann Liebert Inc., einem Verlagshaus für medizinische Fachmagazine mit Sitz in Larchmont, New York;

- die International Association of Cancer Victors and Friends, für die sie in zehn Städten referiert;
- die kanadische Consumer Health Organization, für die sie in Toronto in der kanadischen Provinz Ontario spricht;
- die Australian Health Groups, für die sie in Sydney, Melbourne, Brisbane und Gold Coast spricht;
- das Landeskrankenhaus Graz, Österreich;
- die Gerson Support Group in London, England;
- die Wirral Health Clinic in Manchester, England;
- die Gerson Practitioners Training Groups in San Diego, Kalifornien, und Sedona, Arizona.

Darüber hinaus hält Charlotte Gerson zahlreiche Seminare im Rahmen von Tagungen, die vom Gerson Institute regelmäßig in vielen der wichtigsten Städte in den USA und Kanada organisiert werden, darunter Honolulu auf Hawaii und Montreal, Toronto, Ottawa, Calgary, Edmonton, Victoria und Vancouver in Kanada.

Die Botschaft der Gerson-Therapie wurde der Öffentlichkeit schon in unzähligen Fernsehsendungen zugetragen, darunter zweimal bei Oprah Winfrey in Baltimore und Chicago, ehe Oprah zum nationalen Fernsehen wechselte. Charlotte Gerson ist schon aufgetreten bei *Christian Broadcasting*, *Trinity Broadcasting*, *PBS* sowie diversen Kabel- und nationalen Radiosendern. Sie wird des Öfteren von Gary Null von *WBAI* zum Interview eingeladen, ebenso wie von Dr. James Walker, einem Kolumnisten, der für mehrere Radiosender tätig ist. Auch für Zeitschriftenartikel wird sie häufig interviewt.

Gemeinsam mit einem Teilhaber beaufsichtigte sie 1977 die Einrichtung der ersten Gerson-Therapie-Klinik in Tijuana, Mexiko. Ihr erklärtes Ziel war und ist, die Gerson-Therapie jedem zu ermöglichen und nahezubringen, der lebensbedrohliche Krankheiten überwinden möchte.

Um ihre Aufgabe bewältigen zu können, bringt sie Ärzten, Krankenpflegern, Küchenpersonal, Patienten und anderen die verschiedenen Elemente der Ernährungstherapie bei. Einige hundert ganzheitliche Ärzte in den USA und viele weitere weltweit sind von Charlotte Gerson und dem Gerson Institute ausgebildet worden und wenden die Gerson-Therapie als medizinische Methode zur Behandlung degenerativer Erkrankungen an.

Diese Frau, die über schier unerschöpfliche Energie zu verfügen scheint, unterrichtet, betreut und trainiert das Pflege- und Küchenpersonal, das Empfangspersonal, das auf die Fragen potentieller Patienten eingehen muss, und selbst die Minibus-Fahrer der mexikanischen Klinik. Die meisten der Artikel, die in den vergangenen fünf Jahren in dem alle zwei Monate erscheinenden „Gerson Healing Newsletter“ veröffentlicht worden sind, hat sie verfasst, ebenso wie zahlreiche Artikel, die in medizinischen Fachzeitschriften publiziert wurden.

Doch Ausdauer und Leistungsvermögen sind keineswegs Charlotte Gersons einzige erstaunliche Eigenschaften. Da sie sich getreulich an das Vorsorgeprogramm der Gerson-Therapie hält, musste Charlotte noch nie eine Brille oder Kontaktlinsen tragen. Sie hat noch all ihre Zähne, hat nicht einen Altersfleck, leidet weder an Arthritis noch an Osteoporose und besitzt einen glatten, makellosen Teint. Sie weigert sich, Haarfärbemittel oder andere Kosmetika zu verwenden, weshalb ihr Kopfhaar weiß, ihre helle Haut wie Alabaster, ihr Körper kräftig und wohlproportioniert und ihr Verstand messerscharf ist. Auch Charlotte Gerson wird älter, doch sie altert in Würde und ist ein Sinnbild der medizinischen Philosophie ihres Vaters.

Morton Walker

Morton Walker, DPM, hat 17 Jahre lang als Podologe praktiziert und betätigt sich seit 30 Jahren als professioneller Vollzeit-Medizinjournalist. Insgesamt sind von ihm 73 Bücher bei namhaften Publikumsverlagen erschienen, darunter Bantam Books, Simon & Schuster, Prentice Hall, Kensington Books, Avery, G. P. Putnam's Sons, E. P. Dutton, Macmillan, M. Evans, Keats, Arco, Devin-Adair, Hampton Roads und viele weitere. Zwölf seiner Buchtitel sind zu Bestsellern mit einer Auflagenhöhe von 150.000 bis 2.000.000 avanciert.

Dr. Walker hat 2.250 medizinische Artikel verfasst, die in ungefähr 50 Fachzeitschriften veröffentlicht wurden, darunter monatliche Kolumnen für *Health Products Business*, *Townsend Letter for Doctors & Patients*, *Healthy & Natural*, *Nutrition Science News*, *Explore Professional Journal*, ein britisches Magazin sowie zwei australische Zeitschriften. Seine Werke sind in 39 Ländern erschienen und in elf Sprachen übersetzt worden, und die Zahlen steigen stetig.

Sein Werk hat ihm 23 Auszeichnungen und Medaillen im Bereich des medizinischen Journalismus eingebracht. 1992 wurde Dr. Walker der Humanitarian Award von der American Cancer Control Society verliehen, die ihn als den „weltweit führenden Medizinjournalisten für das Fachgebiet ganzheitliche Medizin“ bezeichnete.

Im Jahr 1981 wurde er für seine „herausragende Aufklärungsarbeit in Sachen Orthomolekularmedizin“ vom American Institute of Preventive Medicine mit dem Orthomolecular Award geehrt.

1979 überreichten die 1.250 Arztmitglieder des American College for Advancement in Medicine Dr. Walker den Humanitarian Award dafür, dass er „die amerikanische Öffentlichkeit über alternative Heilmethoden informiert“ habe.

Und schließlich hat er von der American Business Press Inc. zweimal den renommierten Jesse H. Neal Editorial Achievement Award erhalten, mit dem er 1975 und 1976 für die beste, in geprüften US-Magazinen veröffentlichte Reihe von Zeitschriftenartikeln ausgezeichnet wurde.

Als Medizinjournalist, der ausschließlich über die Bereiche ganzheitliche Medizin und alternative Heilmethoden recherchiert und schreibt, ist Dr. Morton Walker schon von Oprah Winfrey, Jay Leno, Sally Jessy Raphael,

Merv Griffin, Mike Douglas sowie Regis Philbin und Kathie Lee Gifford vorgestellt worden bzw. bei diesen als Gast aufgetreten. Hinzu kommen mehrere Dutzend weitere Auftritte in Fernsehtalkshows – was sich auf insgesamt mindestens 2.000 Medienauftritte beläuft. So wurde beispielsweise sein Buch „The Power of Color“ (Avery Publishing Group) in der Morgensendung *NBC's Today* präsentiert. Bei Avery Publishing hat er ein eigenes Imprint mit dem Titel „A Dr. Morton Walker Health Book“ erhalten, und unter diesem Imprint hat der Verlag bereits zwölf seiner Werke veröffentlicht.