Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 36 (1979)
Heft: 10

Artikel: Diabetes, Zuckerkrankheit
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553253

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.07.2025

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

sten, all diese wunderbaren Vorteile verderben zu dürfen? Schon einmal bereitete eine weltweite Flut anmassender Gewalttat ein Ende. Wer heute von verderbenbringenden Machenschaften nicht abstehen wird, darf ebenfalls ein plötzliches Ende erwarten, denn der alleinige Machthaber des Universums lässt uns durch sein inspiriertes Buch der Bücher wissen, dass er jene verderben wird, die den Erdkreis verderben. Wenn sich nun die erwähnte japanische Frauengruppe diese Hoffnung aneignen könnte, müsste sie nicht verzweifeln, weil sie bei den führenden Mächten nicht die notwendige Aufmerksamkeit finden kann. Sie ist heute über diesen Ausweg unterrichtet und kann sich dadurch stärken und festigen, denn kein Sterblicher wird je die Möglichkeit haben, dem Bösen wie er ein Ende zu bereiten.

Diabetes, Zuckerkrankheit

Durch Ermittlung der Weltgesundheitsorganisation WHO sollen heute in den zivilisierten Ländern zwei Prozent der Bevölkerung zuckerkrank sein. Dieser Rechnung gemäss würde die Schweiz demnach 130 000 Zuckerkranke aufweisen. In der Mai-Nummer der Zeitschrift «Weltgesundheit» erschien dieses Jahr eine interessante Abhandlung über die Möglichkeit einer erfolgreichen Behandlung der Diabeteserkrankung. Ein prominenter Vertreter der Wissenschaft, Dr. R. Luft, der als Professor für Endokrinologie im Karolinska-Hospital in Stockholm tätig ist, äusserte sich darin auf eine Weise, die mich überraschte, zugleich aber auch erfreute. Er vertrat dabei die Ansicht, dass das Behandlungsziel die Wiedererlangung des Stoffwechselgleichgewichts sein sollte – soweit das möglich ist – und die Rückführung in einen symptomfreien Zustand. Dies kann seiner Ansicht nach durch Diät, körperliche Uebungen und, falls noch erforderlich, durch Medikamente erreicht werden.

Dieser Hinweis war für mich insofern erfreulich, da wir bereits vor 40 Jahren in der Naturheilmethode den gleichen Standpunkt vertraten, indem wir schon damals mündlich und schriftlich darauf hinwiesen, und indem wir Hunderte von Patienten auf diese Weise behandelten, wodurch viele geheilt werden konnten. Im Gegensatz hierzu erleichterte sich die Schulmedizin die Aufgabe durch die Insulinspritze. Dass man nun aber mit Insulin keinen Zuckerkranken heilen kann, weiss der Arzt so gut wie der aufgeklärte Patient. Bekanntlich ersetzt man mit der Insulinzufuhr lediglich das, was der Körper in der Bauchspeicheldrüse, beziehungsweise in den Langerhansschen Inseln selbst erzeugen sollte. Es ist demnach das Insulin, das den Diabetiker am Leben erhält und ihm einen symptomfreien Zustand ermöglicht, aber er bleibt zeit seines Lebens durch diese Insulinbehandlung von der Spritze abhängig und kann nicht erwarten, auf diese Weise je zu gesunden. Es entsteht ihm dadurch weit eher ein Nachteil, weil die Eigenproduktion von Insulin dieserhalb eher vermindert als gefördert wird.

Bewegungsübungen unerlässlich

Will nun Professor Luft beim Diabetiker das Stoffwechselgewicht wieder herstellen, dann kann dies nur durch die Anregung der Eigenproduktion von Insulin geschehen. Dieses Ziel zu erreichen, ist für Arzt und Patient nicht so leicht und einfach, wie der sehr bequeme Weg, den man durch den Einsatz der Insulinspritze wählt. Allerdings fordert Professor Luft den Patienten auch richtigerweise auf, durch entsprechende körperliche Uebungen selbst auch zu seiner Heilung etwas beizutragen. Der Zuckerkranke ist eher dazu geneigt, der Müdigkeit, die durch seine Krankheit bedingt ist, nachzugeben. Er benötigt daher zusprechende Hilfe seitens seines Arztes, damit er sich aufrafft, um sich genügend Bewegung zu verschaffen. Täglich sollte er zwei Stunden wan-

dern, denn dies hat sich als sehr hilfreich erwiesen, da der Kranke dadurch den Stoffwechsel und mit diesem auch die Funktion der Bauchspeicheldrüse anregen kann, was als sehr vorteilhaft zu bewerten ist. Während Wanderferien ergeht es dem Zuckerkranken viel besser, so dass er sogar mit kleineren Insulinmengen auszukommen vermag. Den Vorteil, der ihm die erwähnte Anregung bietet, kann er gleichzeitig noch durch physikalische Anwendung verstärken. Sehr empfehlenswert sind daher Kräuterwickel sowie Kräuterbäder, da ihre feuchte Durchwärmung einen äusserst günstigen Einfluss auf die Bauchspeicheldrüse auszuüben vermag.

Die Diät als Heilfaktor

Es ist erfreulich, dass Professor Luft auch die Diät als weiteren Heilfaktor erwähnt, ist diese doch vor allem an einer erfolgreichen Heilung beteiligt. Leider erteilt jedoch Professor Luft keine genauen Anweisungen darüber, wie sich diese Diät gestalten soll. Erfahrungsgemäss ist es gar nicht etwa einfach, für den Zuckerkranken die richtige Diät festzustellen. Mit der altmodischen Kalorienberechnung kommt man zu keinem befriedigenden Ergebnis. Was der Diabetiker in erster Linie benötigt, ist eine nährsalz- und vitaminreiche Nahrung. Rohsalate und gedämpfte Gemüse bedeuten für ihn eine Heilnahrung. Oft empfehlen Aerzte eine Eiweissüberfütterung, die jedoch den grossen Nachteil aufweist, dass sie den Körper übersäuert und den Stoffwechsel noch mehr aus dem Gleichgewicht bringt. Wenn es für den Gesunden angebracht ist, täglich nur 40 bis 60 Gramm Eiweiss einzunehmen, dann sollte dies auch für den Patienten je nach seiner Grösse massgebend sein. Die Kohlenhydrate sollten nicht nur nach Kalorien berechnet werden, statt dessen sollten sie viel mehr nach dem Gehalt an Vitalstoffen zur Bewertung gelangen. Es wirkt sich nämlich unterschiedlich aus, wenn ein Zuckerkranker seine Kalorien aus Vollkornprodukten erhält, und wenn er sich natürliche Süssigkeiten zukommen lässt, statt sich auf entwertete Weissmehlprodukte oder Weisszuckergebäck zu verlegen. Jeder Diabetiker sollte sein Augenmerk daher auf eine vollwertige Diät lenken.

Mit oder ohne Medikamente

Aus der Abhandlung von Professor Luft geht hervor, dass er sogar bestrebt ist, eine Heilung ohne Medikamente zu erzielen. Dies ist eine grosse Wendung der Schulmedizin zur Naturheilmethode im Sinne einer biologischen Ganzheitsbehandlung. Was nun zur Unterstützung der Diät an Heilmitteln noch erfolgreich unternommen werden kann, weil sich dies bewährte, ist in erster Linie die Einnahme von Molkosan. Man verdünnt dieses mit Mineralwasser, worauf es als bestes durststillendes Getränk zur gleichzeitigen Anregung der Bauchspeicheldrüse dienen kann. Der durstige Diabetiker wird darob erfreut sein.

Des weiteren ist folgende Teemischung empfehlenswert. Sie stellt sich zusammen aus Alfalfaklee, aus Heidelbeerblättern, aus Bohnenschalen und Walnussblättern. – Zur Senkung des Blutzuckers benützt man in Südamerika den Absud aus zerstossenen, rohen Kaffeebohnen, da sich dies sehr heilsam und zuverlässig auszuwirken vermag. – Ebenso bilden Produkte aus der Haronga- und Papayapflanze eine gute Unterstützung bei einer Therapie, die auf die Heilung hinarbeitet. In der April-Nummer dieses Jahres empfahlen die «Gesundheits-Nachrichten» Ginseng für Diabetiker, und zwar auf Seite 61, wobei allerdings zu beachten ist, dass diese Wurzel bei Hypoglykämie ungünstig wirkt und deshalb bei dieser Krankheitserscheinung gemieden werden muss.

Bei Diabetikern ist oft auch das Uebergewicht ein grosses Problem. Unter diesen Umständen sollte man auf alle Fälle die diätetischen Massnahmen beachten. Gleichzeitig kann auch eine jodhaltige Meerpflanze wie Kelp unterstützende Hilfe leisten. 1–2 Tabletten Kelpasan, morgens eingenommen, vermindern das Über-

gewicht langsam aber sicher und ohne irgendwelche Nebenwirkungen, weshalb man mit ausgezeichnetem, risikolosem Erfolg rechnen kann, zwar nicht von heute auf morgen, sondern mit der Zeit, besonders, wenn man sich gut beobachtet und je nach Wohlbefinden dosiert.
Nach dem Bericht von Professor Luft scheint eine erfreuliche Aenderung in der Denkweise der Schulmedizin Fuss zu fassen. Dadurch, dass auch deren prominente Vertreter zur Einsicht gelangen, dass man den Millionen Zuckerkranken nicht nur mit Insulin behilflich sein sollte, müssen die Heilpraktiker und Naturärzte mit ihrer Ueberzeugung nicht mehr alleine dastehen, wenn sie alles daransetzen, um wirklich heilen zu können. Diese Wendung erfordert allerdings vom Arzt sowie vom Patienten grössere Anstrengungen, doch sie werden sich lohnen. Wenn der beabsichtigte Erfolg eintritt, wird man doppelt dankbar sein, dass man die Mühe nicht gescheut hat.

Die Bedeutung der Pflanzenfasern

Sind Pflanzenfasern für unsere Gesundheit überhaupt von Bedeutung, da sie doch unverdaulich sind? Während wir in den zivilisierten Ländern in unserer Nahrung täglich nur 2–3 Gramm Faserstoffe aufnehmen, erhalten die Naturvölker durch ihre Ernährungsweise 20–30 Gramm davon. Welcher Vor- oder Nachteil ist durch diese Umstände jeweils mit der Gesundheit verbunden? Weder in Asien, Afrika noch in Amerika beobachtete ich bei den noch naturverbundenen Völkern eine mangelhafte Darmtätigkeit und demnach auch keine Verstopfung. Diese gehört jedoch bei uns zu den schlimmsten und hartnäckigsten Leiden. Gewisse Darmkrankheiten, die mit einem Mangel an Pflanzenfasern in unserer Nahrung zusammenhängen, treten bei den Naturvölkern, die zehnmal mehr Pflanzenfasern aufnehmen als wir, nicht auf. So ist die Diverticulose, die als eine Schwäche in der Darmwandmuskulatur in Erscheinung tritt, bei ihnen unbekannt. Ueber zwei Millionen Menschen leiden an diesen Ausstülpungen der Darmschleimhaut in den USA und über eine halbe Million wird dieserhalb dort jährlich operiert, wie ich dies aus einer Veröffentlichung entnehmen konnte. Es ist demnach verkehrt, zu glauben, Ballaststoffe seien für unsere Gesundheit bedeutungslos. Die erwähnte Diverticulose bringt weitere Nachteile mit sich, denn wer damit belastet ist, leidet auch häufiger an Hämorrhoiden, Darmpolypen und muss eher mit einer Blinddarmentzündung rechnen.

Wissenschaftliche Forschung

Englische Forscher wie Burkitt weisen darauf hin, dass zwischen der Häufigkeit von Dickdarmkrebs und dem Ballaststoffgehalt in der Nahrung ein Zusammenhang bestehe. Es wurde einwandfrei festgestellt, dass der Dickdarm- und Rektumkrebs in den industrialisierten Ländern viel häufiger vorkommt als in den Entwicklungsländern, in denen der Ballaststoffgehalt der Nahrung hoch ist. Eine weitere, bestätigende Feststellung war, dass Vegetarier, die durch Pflanzenfasern mehr Ballaststoffe in ihrer Nahrung aufnehmen, viel weniger an Darmkrebs erkranken. Dabei spielt allerdings bei der Entwicklung von Krebs der bei uns grössere Verbrauch von Fett und Eiweiss noch eine wesentliche Rolle. – Die Forschungsergebnisse zeigten des weiteren, dass die Nahrungsfasern auch vorbeugend gegen die Entwicklung der Arteriosklerose und der koronaren Herzkrankheiten beteiligt sind. Bei strengen Vegetariern mit pflanzenfaserreicher Ernährung war auch erkenntlich, dass der Serumcholesteringehalt bedeutend niedriger liegt als bei Personen, die durch die übliche Ernährung weniger Ballaststoffe aufnehmen. Selbst bei Zukkerkrankheit stellte die Forschung fest, dass sich eine pflanzenfaserreiche Kost sehr gut auswirkt. Eine Vermehrung von