

TOTE ÄRZTE LÜGEN NICHT!

Auszugsweise Übersetzung des Vortrags von Dr. Joel D. Wallach, "Dead Doctors Don` t Lie" aus dem Jahre 1993....
aus der Sicht eines Nobelpreisanwärters und heute noch
gültiger als vor nunmehr über 15 Jahren!

Lesen Sie diesen Auszug mit voller Aufmerksamkeit und Sie werden selber zu dem Schluss kommen, dass in heutiger Zeit, in der Tomaten "schnittfestes Wasser" sind und das Obst nur noch Bruchteile der früheren Mengen an Vitaminen und Mineralstoffen enthält, kein Weg an sogenannten "Nahrungsergänzungsmitteln" vorbeiführt, es sei denn, auch Sie wollen an "Mangelernährung" sterben! Ihr Immunsystem kann Sie nicht davor schützen!

TSUNAMI: Aktuelle Daten aus „die aktuelle“ vom 31.01.2005: Seite 50, Dr. Hausfrau, „Weißt du“ erklärt Müttern, „ich bin traurig, weil ich weder die Naturgewalten verstehe, die, wie meistens, gerade die Ärmsten dieser Welt treffen, noch die reichen Länder, die jetzt so spendierfreudig helfen“. Keine Frage, diese Solidarität ist lobenswert. Aber vergessen wird dabei, dass TÄGLICH 100.000 Menschen an den Folgen von Nahrungs-, Trinkwasser- und VITAMINMANGEL , bzw., den daraus resultierenden Krankheiten, sterben! Das sind 58 Prozent der im Jahre 2004 gestorbenen Menschen!! Jeden 2. Tag tobt also ein unauffälliger TSUNAMI über diese Erde und niemand fühlt sich dafür verantwortlich!

"Dr. Joel D. Wallach erzählte heute Abend über Cardiomyopathie (krankhafte Vergrößerung entzündeter Herzen) und viele andere Krankheiten. Ich versichere Ihnen, dass Sie gespannt zuhören werden; denn das was Sie hören, könnte Ihr Leben und das Leben Ihrer Liebsten retten.

Dr. Joel D. Wallach wurde 1991 für den Nobelpreis nominiert. Und jetzt, sehr verehrte Damen und Herren, hören Sie zu. Herr Dr. Wallach, Ihr Publikum!

Hallo und guten Abend, sehr verehrte Damen und Herren. Ich bin heute hier, um Ihnen einiges über Ernährung zu erzählen - Dinge, die Sie mit Sicherheit noch nie gehört haben, und wenn, dann vielleicht noch nicht umsetzen konnten. Wie viele von Ihnen hier sind auf einer Farm oder auf einem Bauernhof aufgewachsen? Oder arbeiten auf einem oder arbeiten vielleicht mit Tieren? Na, da sind ja doch einige! Genau wie ich. Ich wuchs in den 50-er Jahren auf einer Farm in den Staaten, in West St. Louis auf. Meine Eltern fingen mit Rinderzucht an. Und wenn man Tiere züchtet, dann ist es auf alle Fälle von Vorteil, wenn man auch das Futter selbst anbaut - ansonsten macht es keinen Sinn., denn Futter ist sehr teuer. Also haben wir Mais, Soja und Heu angebaut. Außerdem hatten wir einen eigenen Laster, der fuhr dann nach der Ernte zur Mühle und dort wurde alles gemahlen. Ja und dann wurde dem Futter noch einiges zugesetzt; allerdings nicht wie heute Antibiotika und Hormone, sondern Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Und daraus wurde das Tierfutter zusammengesetzt und verfüttert. Etwa 6 Monate später wurden die Rinder zum Schlachthof gebracht.

Als Kind war ich darüber noch sehr verwundert! Die Rinder bekamen Vitalstoffe zugesetzt, damit sie schnell "groß und

stark" wurden, dann wurden sie nach 6 Monaten geschlachtet -und wir, die wir doch mindestens 100 Jahre ohne Beeinträchtigung, Schmerzen und Sonstiges alt werden wollten, bekamen keine Vitastoffe. Irgendwie störte mich das, ich hatte es nicht verstanden. Und so fragte ich meinen Vater: "Wieso bekommen die Rinder Vitalstoffe - und wir nicht?!" Mein Vater gab mir eine von den altbekannten Missouri-Farmer-Antworten: "Sei still Junge. Du bekommst das frischeste Essen vom Lande und ich hoffe, dass Du das zu schätzen weißt!" Ich hielt also den Mund und aß weiter. Dann kam ich zur Schule, ging später nach Missouri zur Uni, studierte Landwirtschaft. Ich machte mein Diplom in Viehzucht und Ernährung. Danach ging ich zur Veterinärmedizin. Als Erstsemestler bekam ich endlich die Antwort auf meine Frage, die ich meinem Vater als Kind stellte. Mittlerweile wissen wir, wie wir mit der Ernährung bei den Tieren Krankheiten verhindern können. Sicherlich ist ein Grund für die Forschung in dieser Richtung der, dass wir keine großartige medizinische Betreuung für die Tiere haben. Wir haben keinen Krankenhausaufenthalt, Blue Cross, Blue Shield oder Gar Hillary Clinton, um auf die Tiere aufzupassen.

Wenn man als Farmer zu seinem Geld kommen will, muss man wissen, was man selbst für seine Tiere tun kann und man muss es effektiv tun, nämlich mit der Nahrung. So, um eine lange Geschichte abzukürzen: Nachdem ich meine Veterinärmedizin abgeschlossen hatte, ging ich für 2 Jahre nach Afrika. Ich hatte mir dort einen Kindheitstraum erfüllt und 2 Jahre lang mit Marin Perkins gearbeitet. Danach erhielt ich ein Angebot vom St. Louis Zoo, dort wurde ein Tiermediziner am Zoo für ein spezielles Projekt gesucht. Es wurden 7,5 Millionen Dollar vom National-Institut of Health (Gesundheitsinstitut) zu For-

schungszwecken zur Verfügung gestellt und was nun gebraucht wurde, war ein Tiermediziner, der Autopsien an großen Tieren, die eines natürlichen Todes starben, ausführte. Ich war total begeistert und nahm die Stelle an.

Und in der Tat, ich habe nicht nur Autopsien in St. Louis gemacht, sondern auch in Zoos anderer Städte wie in New York, Los Angeles und Chicago. Und hier war meine Aufgabe wieder die gleiche, Autopsien an Tieren, die eines natürlichen Todes starben. Ich sollte vor allem nach einer Spezies Ausschau halten, die äußerst sensibel auf die immer größer werdenden Umweltbelastungen reagiert. Das war Anfang der 60-er Jahre und die Welt wurde gerade sensibler was die ganze Umweltproblematik, Umweltverschmutzung, Elektro-Smog, Abgase usw., anging. Keiner wusste natürlich so richtig damit umzugehen, deshalb also sollte ich eine Tierart suchen, die sensibel auf Umweltgifte reagiert. Und diese Spezies so benutzen, wie es die Grubenarbeiter früher mit Kanarienvögeln machten. Früher in Wales (nicht nur dort sondern auf der ganzen Welt im Grubenbau) haben die Grubenarbeiter einen Kanarienvogel mitgenommen. Wenn also beispielsweise Methangas oder Kohlenmonoxid in die Grube sickern sollte, würde der Kanarienvogel zuerst umkippen und der Grubenarbeiter hätte noch Zeit, sich in Sicherheit zu bringen.

Über eine Periode von 12 Jahren habe ich 17.000 Autopsien an über 450 verschiedenen Tieren vorgenommen. Außerdem auch an 3.000 Menschen, die in der Nähe des Zoos lebten. Und was ich herausfand war folgendes: Jedes Tier und jeder Mensch, der eines natürlichen Todes starb, starb an einer Mangeler-nährung. Das faszinierte mich. Und wissen Sie was? Es schloss den Kreis zu meinen Rindern. Jeder stirbt an einer Mangeler-

nahrung und wir können das sogar nachweisen. In Autopsien - chemisch, wie auch biochemisch- ich habe inzwischen 75 wissenschaftliche Artikel dazu geschrieben und 8 Fachbücher, ich war im Fernsehen, in vielen Zeitungen, Magazinen und trotzdem konnte ich in den 60-er Jahren keinen mit dem Thema Ernährung begeistern. Also ging ich zurück zur Uni und wurde Humanmediziner, um all das, was ich aus der Veterinärmedizin über Ernährung wusste, bei meinen Patienten anwenden zu können. Und meine Patienten waren überrascht - ich nicht - es funktionierte.

Ich hatte 12 Jahre lang eine Praxis in Portland, Oregon und was ich Ihnen heute Abend mitteilen möchte, sind meine Erfahrungen aus diesen 12 Jahren, in denen ich den Aspekt Ernährung und Nahrungsergänzung bei menschlichen Patienten umgesetzt habe. Selbst wenn Sie davon nur 10 % mitnehmen, ersparen Sie sich viel Leid und Geld. Und es wird Ihnen viele Jahre an Ihr Leben anhängen. Das können Sie sicherlich nicht erreichen, wenn Sie nichts tun. Also meine sehr verehrten Damen und Herren, tun Sie etwas. Doch zuvor werde ich Sie überzeugen, dass es das auch wert ist. Ich werde Ihnen sagen, was Sie tun können, um Ihr Leben um aktive Jahre zu bereichern. Ich werde Sie davon überzeugen, dass die Lebensspanne bei 120 - 140 Jahren liegt. Es gibt wenigstens 5 Kulturen, in denen die Menschen so alt werden. Angefangen mit den Tibetern, bekannt geworden 1934 durch James Hilton' s "The Lost Horizon". Darüber hat er 1937 sogar einen Film gedreht und die älteste Person dokumentiert - obwohl es auch Übertreibungen gibt - einen Dr. Li aus dem tibetisch-chinesischen Grenzgebiet, der im Alter von 150 ein Zertifikat von der kaiserlichen chinesischen Regierung bekam, indem auch bestätigt

wurde, dass er 1677 geboren wurde. Fünfzig Jahre später bekam er ein weiteres Zertifikat; und angeblich ist er mit 256 Jahren gestorben. Als er 1932 starb, gab es Berichte über ihn in der London Times und in der New York Times und es ist die Geschichte des Mannes, der Hilton dazu bewegte, dieses Buch zu schreiben. Mein Gott, vielleicht wurde er auch nur 200 Jahre alt - und nicht 256, aber egal, in jedem Falle uralt. Und das genau ist dokumentiert. Ende der 60-er Jahre wurde der Film neu gedreht unter dem Namen "Shang ri la".

Kommen wir nach Ost-Pakistan - Bangladesh - die Hunzas, bekannt für ihre Langlebigkeit, dann in Westrussland, die Georgier, von denen man immer dachte, dass ihre Joghurtprodukte sie so alt werden ließen, auch die Völker südlich davon, die Armenier und Aserbeidschaner, die in der früheren Sowjetunion untersucht wurden, da ihre Lebensspanne bis zu 140 Jahren betrug. Im Januar 1973 erschien im National Geographie ein Artikel über diese Völker. Bei den Bildern in diesem Artikel war ein Bild von einer Frau - mit einer Zigarre im Mund, Wodka in der Hand, im Lehnstuhl - der es offensichtlich mehr als gut ging. Sie war nicht im Altenheim mit jemandem, der sich gerade über sie beugte, um ihr noch mal einen Scheck über 125 Dollar aus der Tasche zu ziehen. Neben ihr war ein Halbkreis von Ehepaaren - Frau, Mann, Frau, Mann, Frau, Mann, die Ihren 100-ten, 115-ten und 120-ten Hochzeitstag feierten. Das dritte Bild an das ich mich erinnerte, war ein Mann, der Teeblätter pflückte und einem Transistorradio zuhörte. Seinen Urkunden zufolge - Geburtsurkunden, Militärurkunden, Geburtsurkunden seiner Kinder - sagte das National Geographie Amt, dass er mit 167 Jahren der wahrscheinlich älteste lebende Mensch sei. In der westlichen Hemisphäre, in Äquator

Nähe in den Anden, lebt ein Indianervolk, das auch sehr alt wird. In Südperu, wie z. B. die Titkakas, die bekannt sind dafür, dass sie mindestens 120 Jahre alt werden.

Okay, am 11. Mai, also vor ein paar Monaten, starb die älteste lebende Amerikanerin - dokumentiert im Guinness Buch der Rekorde - Margret Steech aus Redford, Virginia. Sie starb im Alter von 115 Jahren an Mangelernährung - sage ich. Sie starb an den Komplikationen eines Sturzes - sagt ihr Arzt. Woran starb sie nun wirklich? Im Ernst, sie starb an Calcium-Mangel. Sie hatte keine Herzkrankheit, sie hatte keinen Krebs, war nicht Zuckerkrank oder hatte sonstige Schwachstellen. Sie starb 3 Wochen nach ihrem Sturz, weil sie nicht genügend Calcium im Körper hatte.

Sehr interessant diese These, finden Sie nicht? Außerdem sagte ihre Tochter, dass die Mutter ein Verlangen nach Süßigkeiten hätte, eine Krankheit, die „Pica“ genannt wird. Von diesem Syndrom spricht man also normalerweise, wenn man ein großes Verlangen nach Zucker und Schokolade hat. Das ist nämlich ein Zeichen dafür, dass Chrom und Vanadium im Körper fehlen, darüber mehr später.

In einem Drittweltland, in Nigeria, starb ein Häuptling im Alter von 126 Jahren und eine seiner Frauen schwärmte davon, dass er noch im Besitz all seiner Zähne war. Man nimmt an, dass er auch sonst noch alle beisammen hatte. Denn ein Herr aus Syrien mit 133 Jahren, er starb im Juli 1993, auch er war im Guinness Buch der Rekorde, aber nicht, weil er so alt wurde, - viele Menschen leben länger - auch nicht, weil er sich nach dem 80. Lebensjahren zum 4. Mal verheiratet hatte, sondern weil er noch neunmal Vater wurde. Das bedeutet, dass er noch im Alter von 100 Jahren Vater wurde. Charlie Chaplin war nur 94

Jahre alt. Na, meine Herren, ist das nicht hoffnungsvoll?
Und für alle diejenigen, die die Wissenschaft mögen: Im November war das Experiment von Arizona abgeschlossen. Es waren 6 Versuchspersonen, drei Paare, die in einer künstlichen Welt für zwei Jahre gelebt haben, keine Verschmutzung irgendeiner Art. Als dieser Versuch beendet worden war, wurden sie von zahlreichen Medizinern in Los Angeles untersucht. Und diese Mediziner fütterten ihre medizinischen Computer mit den Daten dieser Versuchspersonen. Und wissen Sie was? Der Computer prognostizierte eine Lebenserwartung von 160 Jahren, wenn sie so weiterleben würden. All das soll Ihnen nur aufzeigen, dass es durchaus eine Möglichkeit gibt, 140 Jahre - oder älter zu werden.

Die heutige durchschnittliche Lebenserwartung eines Arztes sind 58 Jahre. Glauben wir der Statistik, so können Sie auf alle Fälle schon gewinnen, indem Sie nicht Medizin studieren und Arzt werden. Wenn Sie 120 oder 140 Jahre alt werden wollen, gibt es nur zwei Dinge auf die Sie achten müssen:

1. Fallen Sie in keine Grube und 2. vermeiden Sie Landminen. Ich meine damit, machen Sie nichts Dummes, indem Sie auf eine Landmine treten. Wenn Sie russisches Roulette spielen, zu viel rauchen, zu viel Alkohol trinken oder im schwarzen Badeanzug auf der Autobahn herumlaufen, dann sind das alles dumme Sachen, aber es ist erstaunlich, wie viele Menschen daran sterben.

Und zum Thema „vermeiden Sie die Landminen“, gehört auch, meiden Sie Ärzte!

Diese heftig anmutende starke Aussage möchte ich durch das Statement der Ralph Nader Group untermauern. Im Januar 1993 machte er eine Veröffentlichung, basierend auf einer 3-

jährigen Studie über Todesursachen in amerikanischen Krankenhäusern - und die Endaussage dieser Studie sagt viel. Der Patientenanwalt sagt folgendes: 300.000 Amerikaner sterben jedes Jahr in amerikanischen Krankenhäusern an den Folgen von medizinischer Fahrlässigkeit und dabei gebrauchte er wissentlich das Wort "töten". Das heißt, es gab medizinische Prozeduren, die Fehlschläge waren oder Ärzte gaben ein falsches Medikament, hatten eine Dezimalstelle falsch gesetzt - das heißt, der Patient bekam eine falsche Dosierung.

Diese 300.000 Menschen wurden - glaubt man der 3-jährigen Studie - getötet.

Um zu erfassen, wie viele das wirklich sind, kann man es vergleichen mit den militärischen Verlusten von Vietnam, wo in einem Zeitraum von 10 Jahren 50.000 Menschen umkamen. Das heißt 5.600 Menschen pro Jahr starben im Krieg - wo andere versuchten, sie umzubringen. Dagegen protestierten Millionen von Menschen. Und hier ist eine Berufsgruppe, die von unseren Steuergeldern lebt und 300.000 Menschen/Jahr tötet und es gibt nicht ein einziges Plakat mit der Aufschrift: „Beschützt uns vor diesen Ärzten.“

Das ist der 2. Punkt: Vermeiden Sie Landminen! Und bedenken Sie den hohen Nutzen, sich selbst zu behandeln - wenn möglich. Wenn Sie vorbeugen, muss eine Krankheit nicht behandelt werden, es gibt nämlich gar keine.

Zusätzlich müssen Sie das Positive tun. Sie brauchen 91 Nährstoffe in der Nahrung, jeden Tag! 60 Mineralien, 16 Vitamine, 12 essentielle Aminosäuren und 3 essentielle Fettsäuren. Sollten Sie die nicht haben, kommt es zu einer Mangelerscheinung. Zu meiner Studienzeit war ich einer dieser Nervenbolzen, der jeden fragte, ob er Vitalstoffe nimmt. Als einzige Antwort

kam: „Ja, ich nehme Vitamin E“. Ich wartete auf die anderen 90 Vitalstoffe, aber es kam nichts. Stelle ich heute die gleiche Frage, so bekomme ich die Antwort: O ja, tonnenweise. In den Zeitungen erscheinen täglich Artikel über Vitalstoffe - aber nicht weil die Ärzteschaft es für richtig hält, Vorsorge zu betreiben, sondern weil sich diese Artikel gut verkaufen lassen. Mein liebster Artikel erschien im Time Magazine am 6. 4. 1992. Und ich kann ihn nur wärmstens empfehlen. Es ist eine Titelstory mit dem Titel: "Die wahre Kraft der Vitamine - neue Untersuchungen haben gezeigt, sie können Krebs bekämpfen, Herzkrankheiten besiegen und die Nachteile des Alterns lindern." Sechs durchweg positive Seiten und nur ein negativer Satz. Dieser kam von einem Arzt. Der wurde gefragt, was er von Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln hält. Hier die Antwort: "Vitamine schlucken hilft nichts. Wir bekommen alles, was wir brauchen über unsere tägliche Nahrung. Wenn Sie mich fragen, sind Vitamine nur teurer Urin." Ich übersetze das mal auf missourisch: „Sie pissen ihr Geld weg, wenn Sie Vitamine nehmen. Sie können ihr Geld auch gleich im Klo runterspülen". Und da es veröffentlicht wurde, musste es also auch stimmen, was der Herr Doktor sagt.

Ich sage Ihnen was: Nachdem ich diese 17.000 Tierautopsien und nochmals 3000 Autopsien an Menschen unternommen habe und sehr in der Erwartung lebe, Großvater und Urgroßvater zu werden, pinkle ich liebend gerne für ein paar Mark überschüssige Vitamine aus. Eine doch echt billige Krankenversicherung oder? Wenn Sie nicht für 1 oder 2 Mark täglich in Vitamine und Mineralien investieren, subventionieren Sie den Lebensstil eines Arztes. Denn von der Zahlung an den Arzt geht kein Pfennig in die Studien oder die Vorsorge. Sondern der zahlt damit

seine Hausrate, seinen Mercedes, bezahlt die Studiengebühren seiner Kinder. Das ist ja auch in Ordnung, jeder der arbeitet, muss auch Geld verdienen - die Frage ist jedoch, wo können Sie Ihre Doktoren als Arbeitnehmer steuerlich absetzen?

Bis zum 2. Weltkrieg hat die US-Regierung 80 Millionen Dollar jährlich in die Gesundheitsvorsorge gesteckt und mittlerweile sind es Milliarden. Und jeder glaubt, Gesundheitsvorsorge sei frei und will davon mehr. Wenn man jetzt die menschliche Medizinversorgung auf die Viehzucht anwenden würde, würde der Hamburger 250 Mark kosten. Auf der anderen Seite, wenn man die Maßstäbe auf die Menschen anwendet, würde sich die monatliche Gebühr für die Krankenkasse auf 10 Mark reduzieren.

Sie haben die Wahl. Wir haben sie reich gemacht - die Ärzte - und so glaube ich, dass sie uns etwas schulden. Sie schulden uns Aufklärung und neue Informationen - und zwar nicht nur von neuen Produkten der Pharmaindustrie, sondern auch über Studien der orthomolekularen Medizin (Medizin der richtigen Moleküle). Und dann sollen sie es dem mündigen Bürger überlassen, Chemie oder gepresste Vitalstoffe zu schlucken.

Überall in der Industrie gibt es so genannte Rückrufaktionen. Zum Beispiel hatte der Verbraucherschutzanwalt Ralph Nader vor 25 Jahren herausgefunden, dass Ford einen Wagen gebaut hatte, bei dem der Benzintank hinten lag und beim Aufprall explodierte. Auf zahlreiche Beschwerden hin sagte Ford nur: Vermeidet Unfälle. Ralph ging damit vor Gericht und der Richter gab ihm Recht. Ford wurde gezwungen jedem eine Rückrufnotiz zu schicken und den Wagen zu korrigieren.

Aber die Ärzte töten 300.000 Menschen im Jahr und keiner protestiert. Hier sind nur einige wenige von den Rückrufen, die sie hätten bekommen sollen: Nr. 1 betrifft Geschwüre. Wie

viele von Ihnen haben gehört, dass Geschwüre durch Stress hervorgerufen werden? Wer das noch nicht gehört oder gelesen hat, hat Alzheimer. Aber, was sagen Sie dazu: Bereits vor 50 Jahren wussten wir, dass Geschwüre bei Schweinen durch den Helicobacterpilz hervorgerufen werden. Wir konnten natürlich keinen Magenspezialisten holen, da sonst der Fleischpreis auf 200 Dollar geklettert wäre. Und dann fanden wir heraus, dass man mit einem Spurenelement, genannt "Wismuth" Geschwüre heilen konnte. In jüngster Zeit hat auch das National Institut of Health gesagt, dass Geschwüre geheilt werden können - und sie benutzten das Wort heilen - durch eine Kombination von Wismuth und Tetrazycline. Was sagen Sie dazu? Sie können sich also selbst heilen - und zwar für nur ein paar Dollar - oder die teure Behandlung in Kauf nehmen.

Was ist die Todesursache Nr. 2 in Amerika? Krebs! Im September 1992 haben das National Cancer (Krebs) Institut und die Harward Medical School eine Studie durchgeführt - und dabei erfanden sie eine Antikrebsernährung. Diese Studie wurde in China unternommen und zwar in einer Region mit der höchsten Krebsrate. In dieser Studie wurden 290.000 Probanden untersucht. Was die Mediziner taten war ganz einfach: Sie gaben Ihnen die doppelte Menge an Vitaminen und Mineralien, die doppelte Menge von dem was die RDA, das ist in Deutschland so wie die DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung), empfiehlt. - und das ist immer noch eine geringe Menge.

Die eine Gruppe bekam zum Beispiel Vitamin C, die empfohlene Menge der RDA sind 60 mg, es wurde verdoppelt auf 120 mg. - eine Menge, die man in Amerika kaum kaufen kann, unter 500 mg gibt es gar kein Vitamin C mehr. Ein Herr Namens Dr. Linus

Pauling nebenbei 2-facher Nobelpreisträger - behauptet, wenn Sie Krebs verhindern wollen, müssen Sie 10.000mg (= 10 Gramm) täglich einnehmen. Wollen Sie mal schmunzeln? Alle Ärzte, die vor 35 Jahren mit ihm darüber gestritten haben, sind bereits tot. Heute ist Linus Pauling 94 Jahre alt, arbeitet 7 Tage die Woche, 14 Stunden pro Tag.

Also bei den Probanden wurde die Empfehlung der RDA verdoppelt - nicht passierte. Dasselbe bei dem doch als hochgiftig angesehenen Vitamin A - es passierte nichts. Genau so bei Zink, Riboflavin, dem Spurenelement Molybdän. In einer Gruppe allerdings hatten sie einen großartigen Erfolg. In dieser Gruppe bekamen die Probanden drei Vitalstoffe zusammen: Vitamin E, Beta-Carotin und Selen. Und zwar die dreifache RDA-Dosierung. Wenn auch nur ein halbes Prozent Verbesserung in jedem ernährungswissenschaftlichen oder pharmakologisch Experiment erreicht wird, gilt es als großer Erfolg. Die Artikel werden veröffentlicht.

In einer Gruppe bekamen die Probanden z. B. Selen über einen Zeitraum von 5 Jahren. Der Tod von jedweder Ursache auch immer - wurde um 9 % reduziert. Jeder 10. der statistisch in dieser Zeit gestorben wäre, überlebte. In Bezug auf Krebs, egal welcher Art, überlebten 13 %, die ansonsten gestorben wären. Und am bedeutsamsten ist, dass der Krebs, nämlich der Magen- und Speiseröhrenkrebs, der in der Hinan-Provinz am meisten verbreitet war, sich auf 21 % verringerte. Ihre Ärzte hätte Ihnen hiervon eine Fotokopie schicken sollen, schließlich ist Krebs die Todesursache Nr. 2 in den USA. Wenn er Ihnen schon nicht den Ratschlag gibt, Antioxidantien (Vitamine...) zu sich zu nehmen, so hätte er Ihnen wenigstens die Information zukommen lassen können, damit Sie sich Ihr eigene Meinung

bilden.

Hier noch mal eine kleine Geschichte, die einerseits lustig ist, sie zeigt jedoch eine andere Einstellung der Ärzteschaft: Die Geschichte handelt von Arthritis und wurde von der Harvard School und dem Boston Veteran Hospital am 24. September 1993 veröffentlicht. Wie viele waren von Ihnen eigentlich schon einmal in einem Veteranen-Hospital? Wenn Sie in einem Veteranen-Hospital sind, haben Sie zwei Möglichkeiten, Ihr Leben für Ihr Land zu geben: Einmal auf dem Schlachtfeld oder die zweite im Veteranen-Hospital. Der Titel der Veröffentlichung hieß "Hühnereiweiß verringert die Schmerzen und Schwellungen bei Arthritis in Patientenversuchen." Was taten die Mediziner? Man nahm Patienten, die auf keine herkömmlichen Arthritismedikamente mehr ansprachen - wie Cortison usw.. - Die Probanden bekamen alle möglichen Medikamente, die sie eh schon ausprobiert hatten, auch physikalische Therapien. Das einzige was den Patienten noch übrig blieb, waren operative Eingriffe. Was die Mediziner von Harvard taten war, diesen Leuten zu sagen, dass sie Patienten suchen, die bereits sind, vor diesem operativen Eingriff noch 90 Tage zu leiden. Für dieses Experiment meldeten sich 29 Freiwillige. Die Therapie bestand darin, dass die Patienten einen gehäuften Teelöffel von gemahlenem, getrocknetem Hühnerknorpel bekamen. Jetzt kommt's: Nach 10 Tagen waren alle Schmerzen weg. Wie gesagt, es waren alle Personen, die auf keinerlei schulmedizinische Medikamente mehr ansprachen. Nach 30 Tagen konnten sie ein Gurkenglas öffnen, das noch vakuumverschlossen war - die meisten konnten bis dahin noch nicht einmal schmerzfrei einen Kugelschreiber halten - und nach 3 Monaten hatten die Patienten wieder maximale Gelenkfunktion.

Nun kommt das Lustige und zwar von dem Direktor, der damals die Studien geleitet hatte: Nach drei Monaten war ersichtlich, dass die Hühnerknorpel wie eine Medizin wirksam waren. So, und weil es funktionierte, ist Hühnereiweiß ein Arzneimittel. Es ist klar, dass er die Patentnummern und den zu erwartenden Gewinn in seinem Kopf hatte... na ja, vielleicht überlegte er sich auch die richtige Dosierung. Dass heißt, wenn Sie zu einem Kentucky-Fried-Chicken gehen, werfen das Fleisch und die Haut weg, knabbern das Ende der Knochen ab, dann praktizieren Sie Medizin ohne Lizenz. Wenn Sie nachts zum Abfallcontainer schleichen, sich dort Knochen heraussuchen, dann zu Hause die Knorpel abschlagen und diese im Backofen trocknen, mit dem Mörser zermahlen, dann stellen sie in der Tat illegal Arzneimittel her. Dafür können Sie im Gefängnis landen. Wenn Ihnen das Durchwühlen von Müllcontainern zu nervig ist, dann können Sie auch etwas anderes tun: Kaufen Sie Gelantine oder noch besser Haifischknorpel. Und es sind reichlich natürliche Vitalstoffe darin enthalten. Es ist reines Material aus Rinderknorpel und -sehnen bzw. reiner Haifischknorpel.

Und wenn Sie das dann mit einem Glas Orangensaft gemischt, einen Teelöffel pro Tag einnehmen, Sie werden sehen, Sie springen wieder wie ein junges Kalb.

Wer von Ihnen kennt Alzheimer? Jeder hört heutzutage davon. Vor 50 Jahren, als ich ein kleiner Junge war, gab es so etwas nicht. Es ist eine neue Krankheit und eine große obendrein; Jeder zweite Mensch der 65 Jahre alt wird - es gibt auch einige Jüngere -, erkrankt an Alzheimer. Nun schon vor 50 Jahren wussten wir in der Veterinärmedizin, wie man Alzheimer im Frühstadium bei Tieren bekämpft. Denn stellen

Sie sich die Verluste eines Farmers vor, wenn alle seine Schweine im Stall liegen, sich hinterm Ohr kratzen, und sich fragen würden, warum sie hier sind. Wo ist die Futterstelle? Wenn sie nicht zunehmen - oder gar abnehmen-, verliert der Farmer reichlich Geld, denn die Schweine werden ja nach Gewicht bezahlt. Deshalb wussten wir in der Landwirtschaft sehr gut Bescheid darüber, wie man eine solche Krankheit im Frühstadium verhindert. Und zwar wurden hohe Dosen an Vitamin E mit kleinen Mengen von pflanzlichem Öl - wegen der Fettlöslichkeit des Vitamins - gemischt. Es ist verrückt: Und wieder hätten Sie von Ihrem Doktor eine von diesen Rückrufaktionen bekommen sollen, denn 50 Jahre später, im Juli 1992, wurde von der Universität in San Diego, Kalifornien, veröffentlicht, dass Vitamin E den Gedächtnisschwund bei Alzheimer Patienten verringert. Damit sind die Humanmediziner in nur 50 Jahren zu den gleichen Erkenntnissen gekommen wie vordem die Veterinärmediziner. Vielleicht ist es insgesamt gesehen für Sie sicherer, zum Tierarzt zu gehen?

So, nun kommen wir zu Nierensteinen. Wer von Ihnen hatte schon mal einen? Und was ist das erste, was Ihr Arzt Ihnen sagt, wenn Sie Nierensteine haben? Richtig: Kein Calcium, vermeiden Sie Milchprodukte. Und auf gar keinen Fall diese Vitamin- und Mineralpillen mit Calcium drinnen! Warum sagen die Ärzte denn so was? Ganz einfach, sie wissen es nicht besser, denn sie haben immer noch die dumme, naive, ignorante Einstellung, dass Calcium in den Nierensteinen kommt vom Calcium, das man isst. Genau das Gegenteil ist der Fall: Es kommt aus Ihren eigenen Knochen, aufgrund einer Osteoporose. Dadurch, dass Calcium aus den Knochen ausgelagert wird, wie

eben bei einer Osteoporose, bekommen Sie Nierensteine. Und sehen Sie, auch das wussten wir schon vor 50 Jahren in der Viehwirtschaft: Will man bei Tieren Nierensteine verhindern, muss ihre Nahrung mit Calcium angereichert sein. Sie benötigen mehr Magnesium, mehr Boron. Der Grund ist folgender: Wenn Rinder, Schafe oder sonstige Nutztiere Nierensteine bekommen sterben sie. An dem so genannten "Wasserbauch". Sie sterben qualvoll. Wenn wir Nierensteine bekommen, wünschten wir nur, wir könnten sterben. Kein Farmer ist so dumm, für Futter zu bezahlen und lässt dann sein Tier an Nierensteinen sterben, bevor er es zum Markt bringen kann.

Wiederum hätten Sie eine Rückrufaktion von Ihrem Arzt bekommen müssen, denn im März 1993 veröffentlichte wiederum die Harvard Medical School einen Bericht, in dem stand, dass Calcium das Risiko Nierensteine zu bekommen, verringert. Diese nicht nur in Medizinkreisen veröffentlichte Studie - die das bisherige medizinische Wissen auf den Kopf stellt - zeigte, dass sich das Risiko, an Nierensteinen zu erkranken, bei Menschen mit einer calciumreichen Nahrung, verringerte (Rohkost)! In dieser Studie waren mehr als 45.000 Menschen involviert. Sie wurden in 5 Gruppen eingeteilt, und die Gruppe, die das meiste Calcium einnahm, hatte keinerlei Nierensteine. Wieder brauchte die Humanmedizin fast 50 Jahre, um auf den Kenntnisstand der Veterinärmedizin zu kommen.

Vor 5 Jahren, als ich anfing auf öffentliche Vorlesungen zu gehen, suchte ich nach einem Hobby, um mich abzulenken und nicht verrückt zu werden. Da ich an 300 Tagen im Jahr nicht zu Hause bin, suchte ich auch nach einem Hobby, das anderen

helfen kann. Ich sammle nun mal keine Baseballkarten, Kreuzworträtsel helfen zwar der eigenen geistigen Hinrbeweglichkeit -aber keinem anderen -, auch meinen Komposthaufen - ich bin Gärtner - kann ich nicht nehmen, er war in den Hotels nicht gern gesehen. Also entschloss ich mich dazu, Todesanzeigen von Ärzten und Anwälten zu sammeln. Sie mögen das als sehr makaber ansehen, aber mir hat es eine ganze Menge von Informationen gegeben, von denen ich ansonsten keine Ahnung hätte. So verrückt es auch klingt, Ärzte haben nur eine Lebenserwartung von 58 Jahren, wobei der allgemeine Durchschnitt in Amerika bei 75 Jahren liegt. Ausgerechnet diese Gruppe, die Ihnen ständig Ratschläge für ein gesundes Leben gibt. Kein Kaffee, Margarine statt Butter, wenig Zucker, wenig Salz, kein Wein, und noch mehr solch verrückter Sachen. Ja und diese Leute sterben dann eher als der Durchschnitt, während andere, die länger leben, sich löffelfeise Zucker und Salz ins Essen tun, abends gerne mal ein Glas Wein trinken, lieber Butter als Margarine essen. Wem glauben Sie jetzt. Denen, die nur 58 Jahre alt werden oder denen die 120 Jahre alt werden?

Ein paar Beispiele habe ich mitgebracht: Hier z. B. ein 38-jähriger Arzt, der tot umfiel und zwar gestorben an einem geplatzten Aneurysma. Das ist eine ballonartige Ausbeulung einer Arterie, einer, die vorher geschwächt war. Er kippte wie von der Axt getroffen um. Wiederum haben die Veterinäre schon im Jahre 1957 gelernt, dass Aneurysmen durch einen Mangel an Kupfer hervorgerufen werden, wir haben ein Projekt mit 250.000 Truthähnen durchgeführt und zwar setzten wir der Nahrung 90 Vitalstoffe zu. So, wissen sie was geschah? Nach 13 Wochen starb die Hälfte der Truthähne. Diese wurden zur

Autopsie gebracht und dabei stellte man fest, dass sie an Aneurysmen gestorben waren. Also wurde die Kupferdosis verdoppelt, und im nächsten Jahr starb kein einziger Truthahn. Die gleichen Projekte liefen auch mit Hunden, Katzen, Hasen, Schafen, Schweinen, Ratten, Mäusen und vielen Tieren mehr. Keine Sorge, es waren keine schrecklichen Experimente wie bei den pharmazeutischen oder kosmetischen Tests. Dabei fand man heraus, dass Kupfermangel die Ursache von vielen Krankheiten ist. Angefangen beim Ergrauen der Haare, egal in welchem Alter, deutet alles auf einen Kupfermangel hin. Oder Gesichtsfalten, weil die Elastizität abnimmt, auch ein Mangel. Dann Krampfadern, werden ebenfalls hervorgerufen durch mangelnde Elastizität des Bindegewebes. Überhaupt Bindegewebsschwäche, die Brust fällt ab, unter den Armen sinkt die Muskulatur ab, genauso auch in den Beinen. Natürlich können Sie kosmetische Chirurgie einsetzen, aber es ist sehr viel sicherer und billiger, wenn Sie einfach ein wenig mehr Kupfer zu sich nehmen. Ja, das ist schon makaber. Dr. Cartwright, der mit 38 starb, hatte keinen teuren Urin, er starb an etwas, woran heute nicht mal mehr Truthähne sterben. Und dann eine Rechtsanwältin, sehr berühmt, wahrscheinlich mit stählernen Muskeln, schließlich gehörte sie einem exklusiven, teuren Fitnessclub an, aber teuren Urin hatte auch sie nicht. Auch sie starb an einem geplatzten Aneurysma im Gehirn. Wenn man keine Autopsie macht, wird die Ursache Gehirnschlag oder Hirnbluten genannt, aber in 99 % der Fälle wird es durch ein geplatztes Aneurysma hervorgerufen. Ein deutliches Zeichen für Kupfermangel.

Kommen wir zu Stew Burger. Vielleicht haben Sie auch eines seiner Bücher über Gesundheit gelesen. Auch er war ein von

Haward und Yale ausgezeichnete Arzt. Er schrieb die Bücher über die "Southampton Diät für Gewichtsreduktion" "Forever Young", "20 Jahre jünger in 20 Wochen" Ha, und dann starb er mit 40 Jahren. Ist das nicht tragisch? Wollen Sie seinen Ratschlägen folgen? Er starb an Kardiomyopathie (vergrößertes entzündetes und schwaches Herz) Und wissen Sie, was das eigentlich ist, es ist ein Selenmangel. Derselbe Mangel, der auch bei Tieren auftreten kann. So, und was tut ein Farmer dagegen? Jeder Farmer weiß, dass er sich für seine Tiere dagegen Seleninjektionen im Futterladen besorgen kann.

Erinnern Sie sich noch, ich sagte bereits, dass wir 91 Vitalstoffe brauchen. Und wir haben Glück, da die Pflanzen die meisten Vitalstoffe herstellen. Allerdings müssen Sie schon 15 - 20 der wichtigsten Pflanzen in der richtigen Reihenfolge essen, um dies auszunutzen. Die wenigsten tun das. Die meisten glauben allerdings, wenn sie Chips essen, essen sie Gemüse. Dann folgen die Leute auch dem Rat ihres Arztes und essen kein fettreiches Fleisch, sondern Hühnerbrust, allerdings paniert mit einer Ladung Mayonnaise, eingerahmt von zwei Scheiben Weißbrot - dem Zeug womit man die Wände isolieren kann -. Es ist unwahrscheinlich, dass Sie ihren Vitalstoffbedarf aus der Nahrung decken. Wenn Sie also Ihr Leben und das Ihrer Angehörigen schätzen, sollten Sie sicher gehen, dass Sie die nötigen Vitalstoffe zu sich nehmen. Denn ich kann Ihnen versichern. Sie werden nicht im Vollbesitz Ihrer geistigen und körperlichen Vitalität 120 Jahre alt werden, wenn Sie es nicht tun. Mineralien nun sind eine andere Sache, Pflanzen können sie nicht herstellen, im Boden sind sie kaum noch. Wenn Sie gehen, können Sie eine Kopie der US-Senatssitzung mit der Nr. 264 mitnehmen, in der es heißt, dass unsere Böden verarmt sind an

Mineralstoffen. Und dass die Feldfrüchte ebenso entsprechend arm an Mineralstoffen sind. Und die einzige Weise, Mineralmangelerkrankungen zu verhindern, ist durch Zusatz von Mineralien. Dieses Dokument wurde 1936 vom US-Kongress herausgegeben. Das war vor 59 Jahren. Glauben Sie, dass sich die Situation verbessert hat? Es dauert nur 5-10 Jahre, um dem Boden die Mineralstoffe zu rauben und wenn man über die Düngung nur ein wenig zurückgibt, so kann man sich ausrechnen, wie viele Mineralstoffe im Boden enthalten sind. Stellen Sie sich doch mal im Vergleich Ihr Konto vor. Wenn Sie immer 5000 Dollar abheben und 1000 Dollar wieder draufpacken, was passiert dann? Ja, dann platzen Ihre Schecks und die Empfänger sind recht verärgert. Sie sind verantwortlich dafür, dass Ihr Konto immer einen entsprechenden Stand hat, dass Sie nicht mehr ausgeben als Sie einnehmen - sonst gibt's Ärger. Und genauso ist es unsere Verantwortung für unseren Körper Verantwortung zu zeigen und diese Mineralien, die er über die Nahrung nicht mehr bekommt, ihm extra zuzuführen. Sonst fängt er an, uns mit seinem mehr oder weniger kleinen Wehwehchen zu ärgern.

Oft werde ich gefragt, was taten eigentlich die Menschen vor 100 Jahren - als es noch keine Düngemittel gab - in Ägypten, China, in Indien? All die Kulturen lebten um die großen Flüsse herum und wenigstens einmal im Jahr wurde das Land von den großen Flüssen überflutet. Die Menschen beteten ja auch zu ihren Göttern, dass ihre Felder überflutet werden, denn mit der Flut brachte das Wasser auch Mineralstoffe auf das Land. König Phillip, der Vater von Alexander dem Großen, heiratete die 12-jährige Königin von Ägypten, Kleopatra II - die sah nicht aus wie Elisabeth Taylor, war auch ein wenig flach auf der

Brust -, aber er hatte sie geheiratet, weil sie den besten Weizen der Welt hatte. Und er wollte, dass seine mazedonische Armee die Welt erobert und dafür brauchte er den besten Weizen der Welt, damit sie 16 Stunden pro Tag marschieren, und 4 Stunden kämpfen konnten. Hätten sie den Weizen des verarmten griechischen Bodens gegessen, hätten sie schon nach 20 Minuten nach Mami geschrien. Es sind die Überflutungen gewesen, die diese Landstriche so fruchtbar und mineralstoffreich machten. Auch die großen Technologien der Zeit kamen aus diesen Gegenden, was nicht verwundert, weil die Menschen eine nährstoffreiche Nahrung hatten, die natürlich auch den Geist beflügelt.

Ich werde jetzt nur einen Mineralstoff heraussuchen, sozusagen als Beispiel, um aufzuzeigen, was Vitalstoffe alles können. Nehmen wir Calcium. Calciummangel ist die Ursache von ca. 140 verschiedenen Krankheiten. Sie haben verschiedene Namen oder sind nach Menschen benannt. So z. B. die Beil-Lähmung. Dabei handelt es sich um eine einseitige Gesichtslähmung. Das wird durch Calciummangel hervorgerufen. Dann Osteoporose jeder kennt sie. Steht auf der Liste der Todesursachen von Erwachsenen an Nr. 10 in den USA. Auch diese Krankheit ist sehr teuer. Eine Hüfte, die beispielsweise ersetzt werden muss, kostet über 35.000 Dollar - von den Schmerzen gar nicht zu reden. Bei Tieren kennen wir keine Osteoporose. Denn stellen Sie sich vor: Sie sind Farmer und haben 100 Kühe, 100 Bullen, aber keine Kälber? Sie können ihre laufenden Kosten nicht decken. Dann fragen Sie den Tierarzt! Was ist los, warum kommen keine Kälber? Was macht der Tierarzt? Der schaut sich nicht die Kühe an, sondern den Bullen und sagt: So, so, der Bulle hat Osteoporose, mit den Hüften kommt er nicht mehr

auf die Kuh. Also, Bauer, für 70.000 Dollar ersetzen wir ihm die Hüften und nächstes Jahr gibts wieder Kälber. Also ein richtiger Farmer sagt, geh zur Seite Doc. Dann zieht er seine Pistole und Buuumm. Von wegen neue Hüfte! Der wird geschlachtet. Für diesen Preis bekomme ich jedes Jahr einen neuen Bullen und das 7 Jahre lang. Aber nun sag mal Doc, was kann ich tun, damit die Viecher keine Osteoporose bekommen? Ganz einfach: Für 50 Pfennig Calcium in die Nahrung und die bekommen keine Osteoporose. Also Bauer, du musst nur eine Tasse Kaffee weniger trinken, um Dir das leisten zu können. Und genau dasselbe gilt auch für uns Menschen.

Dann gibt es Zahnfleischschwund, Parodontose. Zahnärzte werden Ihnen sagen, wenn Sie das verhindern wollen. Zähneputzen, Zahnseide und zwar nach jeder Mahlzeit. Also meine Damen und Herren, wenn Sie das glauben, dann verkaufe ich Ihnen im Schwarzwald ein Grundstück mit Meeresblick. Ich habe Hunderte von Tieren gesehen, verschiedenste von Mäusen bis zu Tigern. Und diese Tiere hatten eins gemeinsam. Sie hatten weder Zahnfleischschwund noch Karies. Und sie putzen die Zähne nicht. Schlechten Atem haben sie, ja, aber keinen Zahnfleischschwund. Der Grund weshalb wir keinen Zahnfleischschwund bei Nutztieren haben, liegt darin, dass Veterinäre sich aktiv gegen Osteoporose bemüht haben.

Denn bei Zahnfleischschwund handelt es sich nicht um mangelnde Mundhygiene, sondern um Osteoporose der Gesichts- und Kieferknochen. Und wenn Sie schon soweit sind, dass Sie Abends Ihre Zähne ins Glas tun, haben Sie eine fortgeschrittene Osteoporose.

Kommen wir zur Arthritis. 80 % der Arthritis wird durch eine Osteoporose der Gelenkknochen verursacht, so beispielsweise

alle Erkrankungen im rheumatischen Formenkreis z. B. der Hexenschuss. Das alles wird durch Osteoporose in den Knochenenden ausgelöst. Der Arzt verschreibt Ihnen ein Schmerzmittel oder entzündungshemmendes Mittel.

Und wenn Sie dies einnehmen, tritt sicher auch eine Linderung ein. So, nun stellen Sie sich vor. Sie fahren mit Ihrem Mercedes oder Ihrem Traktor auf der Autobahn und Ihr Motor verliert Öl. Die rote Warnlampe leuchtet auf. Sie sind erstmal irritiert. Sie halten an, öffnen die Motorhaube und schneiden das kleine Kabel, das zur Warnblinklampe führt durch und fahren dann weiter. Das würden Sie doch nicht machen, oder? Aber genau das machen Sie mit Ihrem Körper. Sie leiden unter Arthritis, nehmen Schmerzmittel und tun so als sei alles in Ordnung. Dann gehen Sie wieder zum Arzt und erzählen ihm womöglich noch, wie gut das Mittel gewirkt hat. Sie gehen wieder zum Tanzen, zum Aerobic oder zum Fitnessstraining oder sonst was.

Allerdings, was Sie wirklich tun, ist dass Sie Ihre Gelenke noch schneller abnutzen. Damit machen Sie Ihren Arzt aber nun wirklich reich, denn nun brauchen Sie bald eine neue Hüfte.

Nun kommen wir zur Schlaflosigkeit. Die Schulmedizin hat dafür zwei Behandlungsmöglichkeiten: Entweder Schlafpillen oder Barbiturate. Allein an der Überdosierung von Barbituraten sterben pro Jahr in den USA ca. 10.000 Menschen. Aber das ist OK. Es ist ja eine ärztliche Verordnung. Man glaubt und vertraut den Ärzten, denn die passen ja auf uns auf. Bei Nierensteinen, Knochensporn und anderen Calciumablagerungen sagt der Arzt: Keine Milchprodukte, keine Vitalstoffe mit Calcium usw. Es ist schlichtweg falsch. Sie brauchen mehr Calcium, nicht weniger.

Kommen wir nun zu Krämpfen. Sie wachen mitten in der Nacht auf und haben Wadenkrämpfe oder sonstige Krämpfe. Wir alle kennen das, sehr unangenehm. Nehmen Sie Calcium. Dann PMS prämenstruelles Syndrom, dieses emotionale Zeug. Die medizinische Behandlung dafür ist die Gebärmutterentfernung - eine Hysterektomie.

Völlig unnötig, hilft aber die Mercedesraten Ihre Arztes zu bezahlen. Es werden jährlich 280.000 unnötige Gebärmutterentfernungen vorgenommen. Auch die American Medical Association sagt, dass sie unnötig sind, droht aber den Operateuren nicht mit Approbationsordnung. Stellen Sie sich jetzt einmal eine arme Frau in den Dreißigern vor. „Herr Doktor, Sie müssen was tun, jedesmal, wenn ich draußen die Wäsche aufhänge, schreien die Nachbarskinder "Hexe". Meine eigenen Kinder denken, ich sei verrückt. Mein Mann ist abgehauen und meinen Job verliere ich wohl auch.“ Sagen Sie selbst: ist das nicht furchtbar - die Ängste, die emotionalen Störungen dieser Frau sind völlig real. Die Universität von San Diego kam vor 3 Jahren mit einer Studie über die emotionalen und physischen Symptome von PMS heraus, die besagte, wenn man die tägliche Einnahme von Calcium verdoppeln würde, verringert man die emotionalen Effekte von PMS. Nachdem das veröffentlicht wurde, standen die Menschen Schlange vor den Gesundheitsmittelläden.

In der Schlange standen nur die Männer - und zwar standen sie da für ihre Frauen, Töchter und Freundinnen. Als letztes nun zu den Schmerzen im Lendenwirbelbereich.

85 % aller Amerikaner bekommen Schmerzen im unteren Rückenbereich (wahrscheinlich auch Sie als Mitteleuropäer), z. B. wenn sie am Computer arbeiten schwer körperlich arbeiten.

Was ist das? Ganz einfach; Es ist Osteoporose der Wirbelsäule.

Oder Sie haben vielleicht Probleme mit der Bandscheibe oder was auch immer. Denn wenn ihre Bandscheibe nichts mehr hat, woran sie sich festhalten kann, die Wirbelsäule langsam verfällt, was passiert? Insbesondere, wenn Sie auch noch einen Kupfermangel haben - denn die Bandscheibe ist aus einem elastischem Bindegewebe - sie verschwindet wie ein mit Wasser gefüllter Ballon, der unter Druck steht. Die normale ärztliche Verschreibung ist ein muskelentkrampfendes Mittel, vielleicht noch zusätzlich Valium, bis hin zu einer Bandscheibenoperation, wobei Ihnen keiner sagt, dass Sie nachher vielleicht nicht mehr derselbe sind. Also was ist zu tun, wenn wir unter irgendwelchen der oben genannten Krankheiten leiden?

Ganz einfach: Bei PMS gehen Sie doch zu Ihren Gynäkologen, zu Ihrem Internisten, zu Ihrem Psychiater oder Familientherapeuten oder am besten gleich zum Scheidungsanwalt - Oder Sie nehmen mehr Calcium. Wenn Sie Krämpfe haben - dann gehen Sie vielleicht zu einem Neurologen, zu einem Sportmediziner, zu einem Orthopäden oder zu einem Internisten.- Oder Sie nehmen mehr Calcium. Beim Knochensporn - können Sie zu einem Orthopäden, einem Chirurgen oder einem Sportmediziner gehen.

Oder Sie nehmen mehr Calcium. Bei Nierensteinen - also da gehen Sie - wenn Sie noch können - vielleicht zum Urologen, zum Internisten und dann zum Chirurgen. Oder nehmen Sie mehr Calcium. Bei Schlaflosigkeit - gehen Sie zum Neurologen, können Sie einen Psychologen aufsuchen, zur Kontrolle in ein Schlaflabor gehen, einen Nachtjob annehmen oder Sie nehmen mehr Calcium.

Bei Bluthochdruck - fangen wir beim Internisten an, evtl. ein Psychologe, dann vielleicht ein Kardiologe und zum Schluss einen Herztransplantationsspezialisten. Oder Sie nehmen mehr Calcium. Bei Arthritis gehen wir zum Orthopäden, Neurologen oder zum Internisten. Oder Sie nehmen Calcium. Bei Parodontose - ja - da bleibt uns nur der Zahnarzt. Oder Sie nehmen mehr Calcium. Bei Osteoporose, gehen Sie, wenn Sie überhaupt noch können, erst mal zu -zig verschiedenen Spezialisten, bis überhaupt die Diagnose Osteoporose gestellt wird. Oder Sie nehmen mehr Calcium. Überlegen Sie sich mal, was diese Krankheiten kosten und wie sehr sie unser aktives Leben beeinträchtigen.

Und das alles nur wegen eines Calciummangels, den Sie mit 1 Mark täglich beherrschen könnten. Stattdessen geben wir Unsummen für medizinische Behandlung aus, lassen verschiedenste Operationen über uns ergehen, alles nur wegen Calciummangel. Ist das nicht lächerlich? Bluthochdruck. Nach einer 20-jährigen Studie und einer Investition von 2 Milliarden Steuergelder, trafen weise Mediziner mit dem Studienergebnis an die Öffentlichkeit. Untersucht wurden 5.000 Menschen mit Bluthochdruck. Man entzog ihnen ihre blutdrucksenkenden Medikamente und setzte sie auf eine salzarme Diät. Wissen Sie was? Fast alle starben. Bei den Medizinern keine große Überraschung. Alle waren zufrieden und irgendeiner hat damit den Doktor gemacht.

Aber bei den Untersuchungen des Ergebnisses stellte man fest, dass die Reduzierung von Salz keinerlei Ergebnisse brachte, lediglich bei 0,3 % der Probanden hatte sich der Blutdruck leicht gesenkt. Also kam man zu dem Ergebnis, es sei völlig egal ob man nun Salz zu sich nimmt oder nicht. Dann hat-

ten sie noch eine andere Kontrollgruppe, auch wieder 5000 Menschen mit hohem Blutdruck. Hier wurde die RDA Bestimmung bezüglich des Calciums verdoppelt (auf 1.700 bis 2.500 mg täglich): dieser Versuch wurde nach 6 Wochen abgebrochen. Warum wohl, werden Sie jetzt fragen? Ganz einfach: Weil 85 % der Probanden keinen Bluthochdruck mehr hatten. Nun meine Damen und Herren, hat irgendjemand von Ihnen eine Rückrufaktion von seinem Arzt erhalten, dass es egal ist, wie viel Salz Sie essen, dass Sie nur mehr Calcium zu sich nehmen sollten? Bei Bluthochdruck fangen wir beim Internisten an, evtl. ein Psychologe, dann vielleicht ein Cardialoge, und zum Schluss dann evtl. zu einem Herztransplantationsspezialisten. Oder nehmen Sie Calcium.

Quelle: Wissenschaft unzensuriert, 2002.

Sollten Sie noch Zweifel an dem hier geschriebenen Text haben, gehen Sie mit dem Stichwort: „Tote Ärzte lügen nicht“ auf Google und Sie werden erstaunt sein über all die zustimmenden Referenzen und sich fragen, warum habe ich den nicht früher darüber gelesen oder gehört? Na, warum denn wohl nicht?

Weder die Pharma- noch die Ärztezunft werden die „Gans, die goldene Eier legt“ schlachten!

Hier ein begleitender Artikel aus der Webseite:

<http://www.rotwang.de/ph/urin.htm>

Teurer Urin ? Oder - den Hamburger für 250 Euro
Liebe Gäste, liebe Rotwänger,

das unser menschlicher Körper im Wesentlichen keine großen

Unterschiede zu denen von Tieren aufweist, dürfte allseits bekannt und akzeptiert sein. Warum aber ein Bauer stets bemüht ist, seinen Kühen und Schweinen nur bestes Futter zu geben, nach seiner Erfahrung und Beobachtung angereichert mit allen Vitalstoffen (Vitaminen u. Mineralien), die von Nöten sind, das haben wir doch alle noch nicht vollständig durchdacht. Gesunde Ernährung führt zu gesunden Tieren. Ein ehemaliger Nobelpreisanwärter hat das im Vergleich mit dem Menschen über viele Jahre an unterschiedlichsten Orten genauestes untersucht. Den Bericht finden Sie in dieser Rotwang-Abteilung, "Tote Ärzte lügen nicht".

Das Thema dieses Artikels ist die Tatsache, dass 96% der Bevölkerung in den Industriestaaten, speziell auch bei uns in Deutschland, über eine ausgeprägte Mangelernährung verfügen.

MANGELERNÄHRUNG IST DIE HAUPTURSACHE FÜR DEN TODESFALL !

Es ist auch für eingefleischte "Hausmannskost-Kocher" wie mich schwierig, dem Körper alles in sichernder Menge zu zuführen, gerade, wenn man auch noch Raucher oder Hektiker ist. Dazu wäre es zum Beispiel nötig, dass ich ca. 25 Gemüsesorten richtig zubereite und in der richtigen Reihenfolge zu mir nehmen müsste.

Kürzlich hat uns ein auswärtiger Gast, Karin aus Flensburg, eine Gemüsesahnesuppe zubereitet, die köstlicher nicht sein konnte. Alles nach den Regeln; Garzeiten, getrenntes Kochen und Köcheln, Unterheben usw. - Ein Gedicht von Essen mit Möhren, Broccoli, Erbsen, Blumenkohlknospen,

Schwarzwurzeln, Kartoffelwürfeln, Sahne und Kräutern.

Wann haben Sie sich zuletzt die Zeit genommen, so etwas gesundes, schönes zu kochen?

Der menschliche Körper benötigt JEDEN TAG 91 Nährstoffe; 60 Mineralien, 16 Vitamine, 12 essentielle Aminosäuren, 3 essentielle Fettsäuren und das auch noch in unterschiedlichen Dosierungen, je nach Umwelteinflüssen, persönlichem Lebensstil oder bei Stärkung des angeknacktesten Immunsystems. Gerade die Dosierungen sind immer wieder ein Stein des Anstoßes - aber, immer noch, auch die nicht abflauende Diskussion über Nahrungsergänzung überhaupt.

Der zweifache Nobelpreisträger Linus Pauling hatte diese Kontroverse schon in den frühen 60er Jahren angestoßen und traf auf erbitterte Kontrahenten. In den 90er Jahren, Pauling war inzwischen über 90jährig und noch voll berufstätig, waren ihm die Kontrahenten ausgegangen; sie waren alle tot!

Schon die Ansichten übergeordneter Institutionen in den verschiedenen Ländern sind sich nicht einig. So gibt die RDA aus USA gleich mehrfach höhere Tagesdosierungen an als die DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) in unserem Lande. Pauling geht da noch viel weiter. Der Mangel an Kalzium, Selen, Kupfer, Vitamin E mit Beta-Carotin und Selen-Komplexen führt zu den führenden Volkskrankheiten wie Arthritis, Herzerweiterung und Entzündung, Bluthochdruck, Arterienchwäche, Diabetes, Knochenschwund (Osteoporose). Er empfiehlt teilweise die 3fache Menge der ohnehin großen RDA-Dosierung. Kehren wir zu unserem Bauern zurück. Er legt größten Wert auf das beste Futter für sein Vieh, nicht weil er seine Lieblingskuh Else oder seinen Bullen Maximilian so sehr liebt, sondern weil sie wachsen und gedeihen sollen, viel Nachwuchs be-

kommen und der teure Viehdoktor draußen bleiben soll. Können Sie sich vorstellen, was das kosten würde, wenn Maximilian Osteoporose in den Hüften bekommen würde und seine Else nicht mehr besuchen könnte? Ein neues Hüftgelenk für 75.000 Euro? Was soll dann zukünftig der Hamburger kosten - etwa 250 Euro?

Die gewaltigen Solidarkosten, die unsere Krankenkassen Jahr für Jahr zu bewältigen haben und nachweislich auch dazu beitragen, dass unsere Arbeitsplätze mittlerweile unbezahlbar werden, diese Kosten könnte sich die Landwirtschaft niemals leisten, niemals auf den Verbraucherpreis umlegen.

Welche Kommentare hört man nun von einem der größten Interessentkartelle unseres Landes; der Pharmaindustrie und dem Block der "Schulmediziner"? Vitamine in zu hohen Dosen genossen können gar giftig sein (Vitamin A -z.B.) - Vitalnährstoffe mit Placeboeffekt (wie will man das einem genesenden Pferd erklären?) - in der "normalen" Nahrung ist alles drin, was man braucht (eine unhaltbare Behauptung angesichts der SB-Markt-Waren) - nichts ohne Deinen Arzt (der, mit den chemischen Bomben und dem chirurgischen Besteck).

Hier verteidigt ein gewaltiges Industriekartell seine "angestammten" Pfründe bis zur letzten Barrikade. Wie das alles weiter finanziert werden soll bei einer zunehmend vergreisenden Bevölkerung ohne Nachwuchs, diese Frage wird tunlichst unter dem Deckel gehalten.

Geistige und körperliche Vitalität bis ins hohe Alter, weitestgehende Schmerzfreiheit, selbstbestimmende Behandlungs- und Vorsorgemethoden, Lebensqualität pur - dies alles kann die Versorgung Ihres Körpers mit gesunder, abwechslungsreich

gestalteter Speise und gezielter Nahrungsergänzung durch Vitalstoffe bieten.

Um auf der sicheren Seite zu sein, ist es mir dabei egal, ob ich TÄGLICH FÜR EINEN HALBEN EURO ÜBERSCHÜSSIG VERZEHRTE VITALSTOFFE ÜBER MEINEN URIN wieder ausscheide. Das sind 183 Euro im Jahr schlimmstenfalls - aber die Alternative, Besuche beim Schulmediziner, kommen mich doch ungleich teurer zu stehen.

Dabei habe ich noch Glück mit meiner Ärztin. Sie hat ein offenes Ohr für meine "spleenigen" Sachen; zum Beispiel das echte "Aloe Vera Gel mit Spezialextrakt für den Bewegungsapparat" zu trinken und eine spezielle Kräutermischung in Kugelform aus Thailand zu verzehren, wenn`s mal wieder anfängt an der Lendenwirbelsäule richtig zu zwicken (oder viele Gummibärchen zu essen, wegen der GELATINE!). Über meine phantastischen Blutwerte, nach meiner Herzmuskelentzündung vor knapp 5 Jahren, diskutieren wir schon lange nicht mehr. Nichts ist schöner, wenn sich Deine Ärztin mit Dir freut über Deine wachsende Gesundheit; jenseits der 50 ! Die Zahl der überzeugten 1-Euro-Pinkler nimmt zu, langsam aber stetig. Eine Empfehlung von mir: Lassen Sie einen blutenergetischen Test nach Wallau machen; kostet ca. 28Euro - bei Ihrem Hausarzt. Ihre Blutwerte sind von absolut entscheidender Bedeutung. Verbessern Sie ihre tägliche Ernährung, speziell beim Frühstück (optimale Zeit für Ihre Milz); nehmen Sie gezielt Bio-Nahrungsergänzung zu sich. Ihr Körper wird es Ihnen danken. Ihre Leistungsfähigkeit und Ihre Lebensqualität kehrt zu Ihren "Besten Zeiten" zurück.

Ihr Bruno Paaß

Offene Fragen zum Thema?

Kommen Sie zu Ihrer Fachkosmetikerin Bärbel Neuber, Sie wird mit Ihnen gemeinsam Ihre offenen Fragen abhandeln!

BABOR Kosmetik barbarella, 0202-2812772

24: h für Sie offen: www.barbarella.flpg.de

Worum geht es genau?? www.geldbiz.info

Gelatine.

Gelatine ist geschmacksneutrales tierisches Eiweiß oder denaturiertes bzw. hydrolysiertes Kollagen, das aus dem Bindegewebe von vor allem Schwein und Rind stammt. Gelatine fehlt die essentielle Aminosäure Tryptophan, es gilt nicht als vollwertiges Eiweiß. Koschere Gelatine wird auf Fischbasis hergestellt.

Kalzium.

Im menschlichen Organismus und in den meisten Tieren stellt Kalzium den Mineralstoff mit dem höchsten Anteil dar. Etwa 1,5 Prozent der Körpermasse wird von Kalzium ausgemacht. Der weitaus größte Teil des Kalziums ist in Zähnen und Knochen eingelagert, nur etwa ein Prozent kommt im Blut und in Geweben vor. Von dem im Blut befindlichen Kalzium sind dabei etwa 55 Prozent als freies Ca^{2+} vorhanden, circa 40 Prozent sind an Proteine und etwa fünf Prozent an organische Säuren gebunden.

Milch und Milchprodukte sind für den Menschen die Hauptlieferanten an Kalzium!

Kalziumhaltige Lebensmittel sollten nicht zusammen mit Wurst verzehrt werden, da die in Würsten enthaltenen ungesättigten

Fettsäuren die Aufnahme des Kalziums in den Körper verhindern!

Helicobacterpilz!

Auch ein Extrakt aus Grapefruitkernen hat sich bei der Behandlung von Magen-Schleimhautentzündungen, verursacht durch den Helicobacterpilz, bewährt. Zahlreiche Fallberichte haben gezeigt: Helicobacter wird durch die Gabe von drei mal 5 bis 10 Tropfen Grapefruitkernextrakt am Tag innerhalb von 14 Tagen abgetötet!

Vitamin C!

Die 100 Grammdose im Supermarkt unter 5 €! Täglich ein Teelöffel voll, und wenn Sie schon wirklich viel wieder ausspinkeln, es bleibt genug im Körper zurück!

Zink- und Kupfermangel!

Näheres zum Thema lesen Sie hier:

http://www.trace-elements.de/Service/Zink_und_Kupfer/Zink-und_Kupfermangel/zink-und_kupfermangel.html

Ein Mangel an Zink und Kupfer kann durch unzureichende Zufuhr (einseitige oder fehlerhafte Ernährung), gestörte gastrointestinale Resorption (Malabsorptionssyndrom), erhöhte renale Ausscheidung (nephrotisches Syndrom), aber auch

durch bestimmte Erkrankungen hervorgerufen werden. Da Zink und Kupfer wichtige Komponenten des antioxidativen Systems sind, führt ein Mangel eines dieser Spurenelemente in der Regel immer zu einer Stimulation der Gewebeerstörung (Katabolismus) sowie sekundär zu einer vermehrten Zytokinproduktion. So findet sich bei Zinkmangel eine verminderte Synthese von Metallothionein nach Interleukin-1-Stimulation sowie eine Unterdrückung der Lymphozytenaktivität, bei Kupfermangel eine verminderte Synthese der Kupfer-Zink-Superoxiddismutase sowie eine zytokinvermittelte Neutropenie.

Auf dieser Webseite können Sie einen kostenlosen Test auf eventuelle Mangelercheinungen Ihres Körpers machen:

<http://www.heisshungertest.de/>

Haben Sie diese Möglichkeit nicht?

Dann kommen Sie zu Ihrer Fachkosmetikerin Bärbel Neuber,

0202-2812772,

Sie wird mit Ihnen gemeinsam diesen Test durchführen!

Notizen: