

Gerson C./ Walker M. Das Große Gerson Buch

Leseprobe

[Das Große Gerson Buch](#)

von [Gerson C./ Walker M.](#)

Herausgeber: MobiWell Verlag



<http://www.unimedica.de/b17572>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung, vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

<http://www.unimedica.de>



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.“

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 irrige, 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 auszuschleiden, 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 B).

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 Exkremate, 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 bis lang 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.

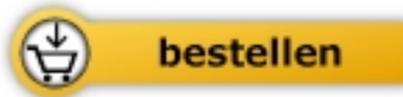


Gerson C./ Walker M.

[Das Große Gerson Buch](#)

Die bewährte Therapie gegen Krebs und andere Krankheiten

612 Seiten, geb.
erschienen 2016



Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung www.unimedica.de