

# Ärzte, ihr sollt nicht lügen!

**Der nachfolgende Text beschäftigt sich mit der Wichtigkeit einer ausreichenden Versorgung mit Nähr- und Mineralstoffen. Ein sehr interessanter und spannend zu lesender Text.**

Dr. Joel Wallach über die Bedeutung von Vitaminen, Mineralien und Nahrungsergänzungsmitteln zur Erhaltung der Gesundheit

Unter dem provokanten Titel „Dead Doctors don't lie“ – „Tote Ärzte lügen nicht“ hat Dr. Joel Wallach, seines Zeichens nach Tierarzt und Doktor der Naturmedizin in den USA, ein Buch herausgebracht, in welchem er seine persönlichen Erfahrungen mit Nahrungsergänzungsmitteln wie Vitamine, Mineralstoffen und Spurenelementen niederlegt. Wallach ist selbst auf einer Rinderfarm aufgewachsen und hat bereits früh den Nutzen von einer mineralstoffreichen Ernährung kennen gelernt, die er in ihrem praktischen Nutzen für eine gesunde Viehwirtschaft erkannte. Später studierte er Veterinärmedizin und erforschte die Zusammenhänge der Entstehung von Krankheiten und einem Mangel an bestimmten Mineralien, Vitaminen und Spurenelementen, z.B. an Cystic Fibrosis und einem Selenmangel. Er übertrug die Ergebnisse, die sich aus seinen Forschungen in der Tiermedizin ergaben auf die Humanmedizin und entwickelte verschiedene orthomolekulare Formeln und Nährstoff-Präparate, die sich bei Menschen als ebenso erfolgreich herausstellten wie bei Tieren. Diese Erfahrungen hat er bis dato in vier Büchern niedergelegt, die sehr interessante Einblicke in die Möglichkeiten von orthomolekularer Medizin bieten (= Medizin in der Verwendung von Vitaminen, Mineralien, Aminosäuren und Spurenelementen).

Wallach ist aber zugleich ein Mann der Provokation, der wie ein bunter Vogel auftritt und damit bewusst provoziert. Eines seiner Hobbies ist die Sammlung von Todesanzeigen von Ärzten. Nach seinen eigenen Unterlagen hat demnach der ärztliche Berufsstand nur eine Lebenserwartung von ca. 58 Jahren, während die Lebenserwartung der übrigen Bevölkerung in den USA bei ca. 75 Jahren liegt. Wenn Ärzte bereits so früh sterben, so seine Schlussfolgerung, kann an der allopathischen, ärztlichen Kunst irgendetwas nicht stimmen, zumindest können die früh Verstorbenen nicht mehr lügen, so denn ihre Lehre Mängel aufweist - im übrigen ist dies auch der Grund, warum früher im Gegensatz zu heute das Alter in hohen Ehren stand, denn nur wer wirklich alt wurde, war auch weise bzw. wies eine weise Lebensführung auf. Heutzutage kann man schulmedizinisch viele lebende Leichen im Diesseits konservieren und das Alter ist in Verruf geraten, bedauerlicherweise. In seinem bis dato nur in Englisch erschienenen äußerst lesenswertem Buch "Dead doctors don't lie" läßt er seinen Werdegang als Sohn eines Farmers, Student einer Agrarwirtschaftsschule, Student und Absolvent der Veterinärmedizin, Naturmedizin-Doktor und schließlich Hersteller von Vitamin- und Nahrungsergänzungspräparaten und die damit verbundenen Erfahrungen Revue passieren. Am Schluss des Buchs stellt er seine Erfahrungen in Bezug auf verschiedene Mineralstoffe und deren Krankheitsbezüglichkeit dar. Der nachfolgende Text stellt mehr oder weniger eine Übersetzung des fast schon legendären, englischen Audio-Bands "Dead doctors don't lie" von Wallach dar, welches weltweit sage und schreibe schon 50 Millionen mal verkauft worden sein soll - es ist aber auch wirklich gut...

# Auszugsweise Übersetzung des Vortrages von Dr. Joel D. Wallach

## Vorwort

**Wenn es auch dem Einen oder Anderen nicht gefällt;** aber wir alle werden unabänderlich älter! Mit einem effektiven Mittel den Alterungsprozess zu stoppen und hinter das Geheimnis der ewigen Jugend zu blicken, ist bislang leider noch immer Illusion. Der biologische Abbau- und Alterungsprozess setzt bei uns Menschen bereits in der „Blüte“ des Lebens ein; denn schon Mitte der dreißiger Jahre setzt ein Rückgang der körperlichen Leistungsfähigkeit und der Muskulatur ein. Abgesehen vom Schwinden der Kräfte und der geistigen Leistungsfähigkeit stellen sich immer mehr große und kleine Wehwehchen ein.

Das hat Konsequenzen, da der Transport des Sauerstoffs, des Wassers, der Nährstoffe, der Rücktransport der Stoffwechselschlacken, dem Kreislauf überlassen sind. So ist eine ausreichende Nährstoffversorgung nicht mehr gesichert. Auch die Drüsen mit innerer Sekretion, die einen Einfluss auf die Ernährungsprozesse haben, bilden sich zurück. So ist der Altersdiabetes weit verbreitet und das im Vergleich zur Frau beim Mann etwas später einsetzende Klimakterium kann einen unerwünschten Fettansatz zur Folge haben.

Zwar kann man den Alterungsprozess noch nicht stoppen, aber doch wesentlich hinauszögern, wenn man die Erkenntnisse der modernen Ernährungswissenschaft beherzigt.

Die Bedeutung der richtigen Ernährung für Gesundheit und langes Lebens spielt in jedem Alter; egal ob Kind, Jugendlicher oder Erwachsener, insbesondere aber in mittleren Alter, eine große Rolle. Unsere Zivilisationskost entartet immer mehr, und die ernährungsbedingten degenerativen Erkrankungen steigen an. In dem Bereich Vitamine und Nährstoffe hat es eine wahre Explosion gegeben. Mehr Menschen als je zuvor nehmen ergänzend zur Nahrung Tabletten ein, und jeden Tag werden aufregende neue Entdeckungen über die Wechselbeziehung zwischen Vitaminen, Arzneimitteln, natürlichen Nährstoffen und Gesundheit gemacht. Vorbeugende Medizin gilt nicht mehr länger als eine etwas verrückte Laune, sondern sie ist eine Tatsache - selbst die konservative amerikanische Nationalakademie für Naturwissenschaften hat kürzlich festgestellt, dass 80 - 85% der Krebserkrankungen beim Menschen durch eine bessere Ernährung verhindert werden könnten.

Andererseits wird in verschiedenen Untersuchungen immer wieder deutlich, dass es auch Risikovitamine gibt, mit denen kaum jemand optimal versorgt ist. Darüber hinaus hat die Vitaminforschung gerade in der jüngsten Zeit gezeigt, dass der jetzige Stand der Erkenntnisse noch lange nicht der endgültige ist. Dass die Vitamine A, C und E mit großer Wahrscheinlichkeit gegen bestimmte Krebsformen, Herzinfarkt und Rheuma vorbeugend wirken können, gehört zu den bisher aufregendsten Ergebnissen.

Energie ist die Lebenskraft, die alle Aspekte des körperlichen, mentalen und gefühlsmäßigen Wohlbefindens antreibt. Jedes Individuum, unabhängig von Alter, Geschlecht, Beruf oder Freizeitaktivität teilt ein universelles Bedürfnis nach: Energie. Die Entwicklung und Erhaltung dieser Energie kann entscheiden zwischen einer bloßen Alltagsexistenz oder einem Leben voller Gefühl von Kraft und Vitalität.

Der wichtigste Faktor für Energie und Leistungsfähigkeit ist Ihre persönliche Verpflichtung zu einem gesunden Lebensstil. Ein gesunder energiegeladener Lebensstil erfordert eine ausgewogene Ernährung, körperliche Ertüchtigung, Erholung und eine positive mentale Einstellung.

Unglücklicherweise sind die alltäglichen Umstände häufig nicht gerade ideal: Umweltbelastungen, Stress, unregelmäßiges Essen, minderwertige Lebensmittel mit ihren schädlichen Zusätzen und weitere Faktoren belasten das Versorgungssystem unseres Körpers bis zum äußersten, berauben uns wertvoller Nährstoffe und erschöpfen unsere Energiespeicher.

Diese nach unten gerichtete Spirale beginnt ganz klammheimlich, indem lebenswichtige Nahrungselemente allmählich und über einen längeren Zeitraum ausgelaugt werden. Ein großer Prozentsatz Menschen verbringt einen großen Teil ihres Lebens in solch einem mangelhaften und unbefriedigenden Zustand. Chronische und lästige Gesundheitsprobleme wie Mattigkeit, Kopfschmerzen, Gewichtsverlust und -zunahme, Schlafstörungen, Nervosität und Verdauungsstörungen hängen oft mit Nährstoff-Defiziten zusammen.

Nachdem ich die einfachsten, grundlegenden Vitamine zu mir genommen hatte, war ich nicht nur überzeugt, ich war bekehrt. Ich las jedes Buch, das ich zu diesem Thema finden konnte, schnitt Zeitungsartikel aus und ging ihnen genauer nach; sprach mit Ärzten und Professoren. Und so lernte ich den ganzen Komplex der Vitalstoffe kennen und erfuhr von ihrem positiven Einfluß auf gesundheitliche Störungen, physischem und psychischem Wohlbefinden und den Alterungsprozess.

Interessiert es Sie, inwieweit es möglich ist, den Abbau zu regulieren, die aufbauenden Funktionen zu unterstützen und dem Vitalitätsverlust entgegenzuwirken? Man muss sich allerdings bewusst sein, dass sich durch eine falsche Ernährung neben dem physiologischen Abbau zusätzlich im Stoffwechsel Schlacken ansammeln, die den Lebensstrom blockieren.

Moderne Nahrungsergänzungen lassen uns dem jedoch nicht hilflos gegenüberstehen. Was ist es eigentlich, was in unserer Nahrung unseren Leib und unsere Seele zusammenhält, wie uns der Volksmund mit dem Satz „Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“ sagt?

Die Wissenschaft die alles erforscht, hat darauf eine nüchterne Antwort: Es sind die Nährstoffe die Bestandteile unserer Nahrung, die uns Energie und Vitalität spenden. Der bekannte Nährstoff-Forscher Dr. Carl C. Pfeiffer schrieb: „Nährstoffe sind ein Teil von uns Vitamine, Aminosäuren und Spurenelemente gibt es schon seit der Zeit, als die Zellen damit begannen, sich unter Bildung von Geweben zusammenzuschließen, und Haut, Drüsen, Muskeln, Knochen und Nerven bildeten. Diese Nährstoffe übten bereits ihre günstige biochemische Wirkung aus, ehe der Verstand damit begann, Gedanken zu formulieren. Schon bevor die Wissenschaftler ihre Wirkungen entdeckten, haben die Spurenelemente bereits seit ewigen Zeiten die Rolle intelligenter Ionen übernommen. Sie und andere Nährstoffe wissen genau, an welche Stelle des Organismus sie wandern und was sie tun müssen.“

Ohne die richtigen Nährstoffe in den richtigen Mengen - und an den richtigen Stellen im Organismus - ist also kein Leben möglich. Vitalstoffe, also Vitamine, Spurenelemente, Mineralstoffe und Aminosäuren, sind Bestandteile von Enzymen, ohne die das Leben stirbt, denn alle Lebensvorgänge werden enzymatisch gesteuert.

Nährstoffe sorgen also für die richtigen Funktionsabläufe in den Zellen, Blutbahnen, Geweben, Organen. Man kann deshalb auch nicht davon sprechen, dass einige der Vitalstoffe wichtiger seien als andere. Jeder einzelne ist lebenswichtig. Deshalb ist es an sich sinnlos, Vitaminpräparate zu schlucken, wenn zugleich die Versorgung mit Mineralstoffen vernachlässigt wird; alle Vitalstoffe wirken in Interaktionen. Unser Körper besitzt zwar die erstaunliche Fähigkeit, auch bei Engpässen und Mängeln in der Nährstoffversorgung mindestens seine Grundfunktionen noch über eine gewisse Zeit aufrecht zu erhalten. Aber am Ende der oft jahrelangen Mangelernährung stehen dann

doch unweigerlich nicht nur Befindlichkeitsstörungen und „harmlose“ Erkrankungen sondern auch chronische Leiden und viele Herz-Kreislauf-Probleme.

Wer also die Verantwortung für die eigene Gesundheit ernst nehmen will, tut gut daran, sich mit den Grundlagen der orthomolekularen Ernährung zu befassen. Das klingt viel komplizierter, als es in Wirklichkeit ist. Orthomolekulare-Ernährung handelt von den wenigen Nährstoffen, die uns voller Schwung und Energie, jung, frisch und vital erhalten - und natürlich auch gesünder. Was ist das Wissen um einige Nährstoffe, die uns gesund erhalten gegen die Kenntnis von etwa 50.000 verschiedenen Medikamenten. auf dem deutschen Markt von denen wir die meisten nicht benötigen, wenn wir uns richtig ernähren?

Was ist die einfache Gewissheit, unserem Körper die Nährstoffe zu geben, die er braucht, gegen die komplizierten Ernährungsvorschriften, das Kalorienzählen und das ganze kommerzielle Ritual, mit der heute alle möglichen Diäten gegen alle möglichen Leiden - Übergewicht, Rheuma, Herz- und Kreislaufbeschwerden, Hauterkrankungen - angepriesen werden?

Orthomolekulare Ernährung gibt die Sicherheit, das Richtige zu tun. Sie beruht auf dem ebenso einfachen wie einleuchtenden Prinzip: Wir sind gesund, wenn unsere Zellen gesund sind. Unsere Zellen sind gesund, wenn sie alle natürlichen Substanzen zur Verfügung haben, die sie brauchen, um ihre Funktionen richtig zu erfüllen.

Viele lebenswichtige Nährstoffe werden dem Körper durch die übliche Ernährung nicht mehr in ausreichender Menge zugeführt. Hinzu kommt die immer wichtiger werdende persönliche Gesundheitsvorsorge gegen die Zivilisationskrankheiten, Krebs, Herz- Kreislaufkrankungen, rheumatische Beschwerden, Erkrankungen oder Schwäche des Immunsystems, Diabetes, Übergewicht und vorzeitige Alterserscheinungen.

Orthomolekulare Ernährung ist die beste Vorsorge vor diesen Krankheiten, denn sie sichert die Gesundheit und Leistungsfähigkeit unserer Zellen. Ein wesentlicher weiterer Aspekt ergibt sich durch den gezielten Gebrauch von Vitalstoffen für therapeutische Zwecke: Vitalstoffe dienen nicht nur Ernährungszwecken, sie haben bedeutsame Heilwirkungen.

Eine optimale Gesundheit, Widerstandskraft und Schutz vor Krankheiten ist gegeben, wenn die Nährstoffe in dem richtigen Mengenverhältnis im Organismus vorhanden sind. Diese Mengenverhältnisse ergeben sich zunächst durch die Nährstoffkonzentrationen, wie sie durch die Nahrung zugeführt und durch Eigensynthese gebildet werden. Eine optimale Konzentration kann aber deutlich höher liegen, vor allem wenn es um die Abwehr von Krankheiten und die Behebung gesundheitlicher Störungen geht. So definierte der Nobelpreisträger Prof. Linus Pauling den Begriff „Orthomolekulare Medizin“.

Es gibt kaum eine Krankheit, bei deren Behandlung Nährstoffe nicht eine heilende Wirkung entfalten könnten. Sie werden dann gezielt - und oft höher dosiert als im ernährungs-physiologischen Bereich - eingesetzt. Viele Therapeuten (Heilpraktiker und Ärzte) befassen sich intensiv mit den Möglichkeiten der orthomolekularen Medizin, denn es ist eine Medizin, die mit körpereigenen Substanzen arbeitet und deshalb frei von unerwünschten Nebenwirkungen bleibt.

Um nochmals Dr. C. C. Pfeiffer zu zitieren: „Medikamente unterscheiden sich von Nähr- oder Vitalstoffen. Medikamente sind wie Weltraumraketen, eine Zaubervorstellung, ein heftiger Schlag. Dann folgt die tödliche Leere. Vitalstoffe sind wie kleine Mochtegerm-Maschinen, die einen Berg erklimmen wollen. Der Patient fühlt sich langsam besser: „Ich wusste, dass ich es schaffen würde,

ich habe mich niemals besser gefühlt“, ein gelegentliches Rutschen der Antriebsräder, aber kein großer Knall und keine tödliche Leere. Nur ein langsamer aber gleichmäßiger Fortschritt bis zur Normalität, zur Wiederherstellung einer strahlenden Gesundheit.“

**••• aus der Sicht eines Nobelpreis – Anwärters  
- auszugsweise Übersetzung des Vortrages von Dr. Joel D. Wallach –  
- „Dead Doctors Don’t Lie“ aus dem Jahre 1993 -**

„Dr. Joel D. Wallach erzählt heute Abend über Cardiomyopathie 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.

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 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, das sind ja doch einige! Genau wie ich. Ich wuchs in den 50er Jahren auf einer Farm 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 dem Futter noch einiges zugesetzt; allerdings nicht wie heute Antibiotika und Hormone sondern Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Und daraus wurde das Tierfutter zusammengestellt und verfüttert. Etwa 6 Monate später wurden die Rinder zum Schlachthof gebracht.

**Als Kind war ich darüber doch 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 Beeinträchtigungen, Schmerzen oder Sonstiges alt werden wollten, bekamen keine Vitalstoffe. Irgendwie störte mich das; ich hatte es nicht verstanden.**

Und so fragte ich meinen Vater: „Wieso - 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 frische 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 Erstsemester 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, MediCare 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 zwei Jahre nach Afrika. Ich habe mir dort einen Kindheitstraum erfüllt und zwei Jahre lang mit

Marlin 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 zu Forschungszwecken zur Verfügung gestellt, und was nun gebraucht wurde, war ein Tiermediziner, der, der Autopsien an großen Tieren, die eines natürlichen Todes starben, ausführt. 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 den Zoos anderer Städte wie in New York, Los Angeles und Chicago.

Und auch hier war meine Aufgabe wieder dieselbe: Autopsien an Tieren, die eines natürlichen Todes starben. Ich sollte vor allem aber nach einer Spezies Ausschau halten, die äußerst sensibel auf die immer größer werdenden Umweltbelastungen reagiert. Das war Anfang der 60er Jahre und die Welt wurde gerade sensibler was die ganze Umweltproblematik - Umweltverschmutzung, Elektrosmog, 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 haben die Grubenarbeiter einen Kanarienvogel mitgenommen. Wenn also beispielsweise Methangas oder Kohlenmonoxyd 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 1-2 Jahren habe ich 17.000 Autopsien an über 450 verschiedenen Tieren vorgenommen. Außerdem auch an 3.000 Menschen, die in der Nähe von Zoos lebten. Und was ich herausfand war folgendes: Jedes Tier und jeder Mensch, der eines natürlichen Todes starb, starb an einer Mangelernährung. Das faszinierte mich. Und wissen Sie was: es schloss den Kreis zu meinen Rindern. Jeder stirbt an Mangelernährung 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 60er 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 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 viel Geld. Und es wird Ihnen viele aktive 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 Lebensspanne bei 120 – 240 Jahren liegt. Es gibt wenigstens fünf Kulturen in denen die Menschen so alt werden. Angefangen bei 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 da wahrscheinlich auch Übertreibungen gibt – einen Dr. Li aus dem tibetischchinesischen Grenzgebiet, der im Alter von 150 ein Zertifikat von der kaiserlichchinesischen Regierung bekam, in dem 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 der New York Times, und es ist die Geschichte dieses Mannes, der Hilton dazu bewegte, dieses Buch zu schreiben. Mein Gott, vielleicht wurde er auch nur 200 Jahre alt – und nicht 256, aber egal

– uralt. Und genau das ist dokumentiert. Ende der 60er 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 Aserbajdschaner, die in der früheren Sowjetunion untersucht wurden, da ihre Lebensspanne bis zu 140 Jahren betrug. Im Jahr 1973 erschien im National Geographic ein besonderer Artikel über diese Völker. Bei den Bildern in diesem Artikel war ein Bild von einer 136-jährigen 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 \$ aus der Tasche zu ziehen. Neben ihr war ein Halbkreis von Ehepaaren – Frau, Mann, Frau, Mann, Frau, Mann die ihren 100.sten, 115.ten und 120.sten Hochzeitstag feierten. Das dritte Bild, an das ich mich erinnere, war ein Mann, der Teeblätter pflückte und einem Transistorradio zuhörte: Seinen Urkunden zufolge - Geburtsurkunden, Militärurkunden, Geburtsurkunden seiner Kinder - sagte das National Geographic, dass er mit 167 der wahrscheinlich älteste lebende Mensch sei. In der westlichen Hemisphäre, in Ecuador in den Anden, lebt ein Indianervolk, das auch sehr alt wird; in Südperu wie z. B. die Titikakas, 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 einem Calcium-Mangel. Sie hatte keine Herzkrankheit, sie hatte keinen Krebs, war nicht Zuckerkrank oder hatte sonstige Schwachstellen. Sie starb drei 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. Dann 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 mit 80 Jahren zum 4. Mal verheiratet hatte, sondern weil er nach dem 80 Lebensjahr noch neunmal Vater wurde. Das bedeutet, wenn man zwischen den Kindern ein Jahr rechnet, dass er noch im Alter von 100 Jahren Vater wurde, Charly Chaplin war nur 94 Jahre. Na, meine Herrn, ist das nicht hoffnungsvoll?

Und für alle diejenigen, welche die Wissenschaften mögen: Im November 1993 wurde das Experiment von Arizona abgeschlossen. Es waren sechs Versuchspersonen, drei Paare, die in dieser künstlichen Welt für zwei Jahre gelebt haben. So, und dort soll es die perfekte Nahrung gegeben haben, keine Verschmutzung irgendeiner Art. Als dieser Versuch beendet 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 Alterserwartung für einen Durchschnittsamerikaner sind 75 Jahre Die Lebenserwartung eines Arztes ist 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 die Landminen.**

Ich meine damit, machen Sie nichts dummes, indem sie auf eine Landmine treten: Wenn sie russisches Roulett spielen, zuviel Rauchen, zuviel Trinken, oder im schwarzen Badeanzug auf der Autobahn laufen; das sind alles dumme Sachen -aber es ist erstaunlich, wie viele Menschen daran sterben.

Und zum Thema vermeiden Sie die Minen, 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 3jährigen 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 3jährigen Studie - getötet.

Um zu erfassen, wie viele das wirklich sind, kann man es vergleichen mit den militärischen Verlusten von Vietnam, wo in einen Zeitraum von 10 Jahren 50.000 Menschen fielen. 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 Ihren Steuergeldern lebt, und 300.000 Menschen tötet und es gibt nicht ein einziges Plakat mit der Aufschrift: Beschützt uns vor diesen Ärzten.

Das ist der 1. Punkt: Vermeiden Sie die Minen! 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 Mangelercheinung. Zu meiner Studienzeit war ich einer dieser Nervbolzen, der jeden fragte, ob er Vitalstoffe nimmt. Als einzige Antwort kam: ja ich nehme Vitamin E. Ich wartete auf die anderen 90 aber es kam nichts. Stelle ich heute die gleiche Frage, so bekomme ich die Antwort: 0 ja, Tonnen.

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 Magazin am 6. April 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 Nahrungsergänzungen 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 übersetz' das mal auf missourisch: Sie pissen ihr Geld weg, wenn sie Vitamine nehmen.

Sie können ihr Geld auch gleich im „Klo runterspülen“. Überall in der Industrie gibt es sogenannte Rückrufaktionen. Zum Beispiel hatte der Verbraucheraanwalt 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 Nader hingegen sagte, es ist ein fehlerhaftes Design, ging damit vor Gericht und der Richter gab ihm recht. Ford wurde gezwungen jedem eine sogenannte Rückrufnotiz zu schicken und den Wagen zu korrigieren.

Aber die Ärzte töten 300.000 Menschen im Jahre 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 hat, hat Alzheimer. Aber, was sagen Sie dazu: Bereits vor 50 Jahren wussten wir in der Veterinärmedizin, dass Geschwüre bei Schweinen durch den Helicobakterpilz hervorgerufen werden. Wir konnten natürlich keinen teuren Magenspezialisten holen, da sonst der Fleischpreis auf 200 Dollar geklettert wäre. Und dann fanden wir heraus, dass man mit einem Spurenelement, genannt „Wismut“ und mit Tetracyclinen, Geschwüre heilen konnte. In jüngster Zeit hat auch das National Institut of Health gesagt, dass Geschwüre geheilt werden können - und sie benutzen das Wort heilen – durch eine Kombination von Wismut und Tetracyclinen. Was sagen Sie dazu? Sie können sich also selbst heilen - und zwar für nur ein paar Dollar – oder die teure ärztlich Behandlung in Kauf nehmen.

Was ist die Todesursache Nr.2 in Amerika? Krebs. Im September 1993 haben das National Cancer Institut und die Harvard 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 über 5 Jahre untersucht. Was die Mediziner taten ist ganz einfach: sie gaben ihnen die doppelte Menge von Vitaminen und Mineralien; die doppelte Menge von dem was die RDA, das ist so wie in Deutschland die DGE, empfiehlt - und das ist immer noch eine geringe Menge. Die eine Gruppe bekam z. B. 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 Linus Pauling - nebenbei Nobelpreisträger - behauptet, wenn Sie Krebs verhindern wollen, müssen Sie 10.000 mg 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 (Pauling lebt heute nicht mehr – dieser Artikel ist schon einige Jahre alt), arbeitet 7 Tage die Woche, 14 Stunden pro Tag. Also, bei den Probanden wurde die Empfehlung der RDA verdoppelt – nichts passierte.

Dasselbe bei dem doch als hochgiftig angesehenen Vitamin A – es passierte nichts. Genauso bei Zink, Riboflavin, dem Spurenelement Molybdän: In einer Gruppe allerdings hatten sie einen großartigen Erfolg. In dieser Gruppe bekamen die Probandendrei Vitalstoffe zusammen: Vitamin E, Beta- Carotin und Selen. Und zwar die dreifache RDA-Dosierung . Wenn an auch nur ein halbes Prozent Verbesserung erreicht, gilt es als großer Erfolg. Die Artikel werden veröffentlicht.

In einer Gruppe bekamen die Probanden z. B. Selen über eine Zeitraum von 5 Jahren: Der Tod – von jedwelcher Ursache auch immer – wurde um 9% reduziert. Jeder 10. der statistisch gesehen in dieser Zeit gestorben wäre, überlebte. Im Bezug auf Krebs, egal welcher Art, überlebten 13%, die

ansonsten gestorben wären. Und am bedeutensten ist, dass der Krebs, nämlich der Magen- und Speiseröhrenkrebs, der in der Hinan-Provinz am meisten verbreitet war, sich auf 21% verringerte.

Ihr Arzt 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 zu sich zu nehmen, so hätte er Ihnen wenigstens die Information zukommen lassen können, damit Sie sich Ihre eigene Meinung bilden.

Hier noch eine kleine Geschichte, die ist einerseits lustig, zeigt jedoch andererseits die Einstellung der Ärzteschaft: Die Geschichte handelt von Arthritis, und wurde von der Harvard Medical School und dem Boston Veteran-Hospital am 24. September 1993 veröffentlicht. Wie viele von Ihnen waren 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 „Hühnerweiß verringert die Schmerzen und Schwellungen bei Arthritis in Patientenversuchen“.

Was taten die Mediziner? Man nahm Patienten, die auf keine der herkömmlichen Arthritismedikamente ansprachen – wie Cortison usw. - . Die Probanden bekamen alle möglichen Medikamente, die sie eh schon ausprobiert hatten, auch physikalische Therapien.

So, 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 bereit 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 alles Personen, die auf keinerlei schulmedizinische Medikamente ansprachen. Nach 30 Tagen konnten Sie ein Gurkenglas öffnen, das noch Vakuum verschlossen war - die meisten konnten bis dahin noch nicht einmal schmerzfrei einen Kugelschreiber halten -, und nach 3 Monaten hatten die Patienten wieder maximale Gelenkfunktionen.

Nun kommt das Lustige und zwar von dem Direktor der damals die Studien geleitet hatte: Nach drei Monaten war es ersichtlich, dass die Hühnerknorpel wie ein Arzneimittel wirksam waren. So, und weil es funktionierte, ist Hühnerknorpel 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. Das 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 von Kentucky-Fried-Chicken schleichen, sich dort die Knochen heraussuchen, dann Zuhause die Knorpel abschlagen und sie in der Mikrowelle 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 was anderes tun: Kaufen Sie Gelatine oder noch besser Haifischknorpel. Es ist reines Material aus Rinderknorpel und Sehnen bzw. reiner Haifischknorpel.

Und es sind reichlich natürliche Vitalstoffe darin vorhanden. Und wenn sie das dann mit 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 was 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 30 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 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 Dosierungen von Vitamin E mit kleineren Mengen von pflanzlichem Öl – wegen der Fettlöslichkeit des Vitamins - gemischt. Es ist schon verrückt: Und wieder hätten Sie von Ihrem Doktor eine von diesen Rückrufnotizen bekommen sollen; den 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 schon die Veterinärmedizin. Vielleicht ist es insgesamt gesehen für Sie sicherer, zum Tierarzt zu gehen.

So, kommen wir nun zu Nierensteinen. Wer von Ihnen hatte schon mal einen - und was ist das Erste, was Ihr Arzt zu 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 noch immer die dumme, naive, und ignorante Einstellung, dass Calcium in den Nierensteinen kommt von dem Calcium, das man isst. Genau das Gegenteil ist der Fall: Es kommt aus Ihren eigenen Knochen, aufgrund einer Osteoporose.

Dadurch, dass das 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 man ihre Nahrung mit Calcium anreichern. Sie benötigen mehr Magnesium, mehr Bor. Der Grund ist folgender: wenn Rinder, Schafe oder sonstige Nutztiere Nierensteine bekommen, dann sterben sie. An dem sogenannten „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 Rückrufnotiz von Ihrem Arzt bekommen müssen, denn im März 1993 veröffentlichte wiederum die Harvard Medical School Boston einen Bericht in dem stand, dass Kalzium das Risiko, Nierensteine zu bekommen, verringert. Diese nicht nur in Medizinerkreisen 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. In dieser Studie waren mehr als 45.000 Menschen involviert. Sie wurden in fünf Gruppen aufgeteilt, 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 fünf 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 Zuhause bin, suchte ich nach einem Hobby, das anderen helfen kann. Ich sammle nun mal keine Baseballkarten, Kreuzworträtsel helfen zwar der eigenen geistigen Regsamkeit – aber keinem Anderen -, auch meinen Komposthaufen – ich bin gerne Gärtner –kann ich nicht mit nehmen, er war in den Hotels nicht gern gesehen. Also entschloss ich mich dann 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 klinkt, Ärzte haben nur eine Lebenserwartung von 58 Jahren, wobei der Durchschnitt in Amerika an sich bei 75 Jahren liegt. Ausgerechnet dies 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 löffelweise Zucker und Salz ins Essen tun, abends gern 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 38jähriger Arzt, der Zuhause tot umfiel, und zwar gestorben an einem geplatzten Aneurysma. Das ist eine ballonartige Ausbeulung einer Arterie, einer die bereits 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 komplett 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 geplatzten Aneurysmen gestorben waren. Also wurde die Kupferration 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 pharmazeutischen oder kosmetischen Tests.

Dabei fand man heraus, dass Kupfermangel die Ursache von vielen Krankheiten ist. Angefangen beim Ergrauen der Haare. Graue Haare, egal welches Alter, deuten 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 an den Beinen. Natürlich können Sie kosmetische Chirurgie einsetzen, es ist aber sehr viel sicherer und billiger, wenn sie einfach ein wenig mehr Kupfer zu sich nehmen.

Ja, das ist schon sehr makaber; Dr. Cartwright<sup>1</sup> der mit 38 starb, hatte keinen teuren Urin, er starb an etwas, woran heute nicht mal mehr Truthähne sterben.

Ein anderer Fall, jemand, der es fast geschafft hat, er starb mit 57. Ausgezeichnet von den Universitäten von Harvard und Yale. Seine Todesursache war ein geplatztes Aortenaneurysma, auch er starb aufgrund eines Kupfermangels, auch er hatte keinen teuren Urin.

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 in Gehirn, an Gehirnbluten. 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 einen Kupfermangel.

Kommen wir zu Stew Burger. Vielleicht haben Sie auch eines seiner Bücher über Gesundheit und Ernährung gelesen. Auch er war ein von Harvard und Yale ausgezeichnete Arzt. Er schrieb die

Bücher über die „Southampton Diät für Gewichtsreduktion“, „Forever Young“, „20 Jahre jünger in 20 Wochen“. Ja, und dann starb er mit nur 40 Jahren, Ist das nicht tragisch? Wollen sie seinen Ratschlägen folgen? Er starb an einer Kardiomyopathie. Und wissen Sie, was das eigentlich ist, es ist ein Selenmangel.

Derselbe Mangel, der auch bei Tieren auftreten kann. So, was tut ein Farmer dagegen? Jeder Farmer weiß, dass er sich für seine Tiere dagegen Seleninjektionen im Futterladen besorgen kann. Ein Dr. Burger, jemand der fünf Bücher über Ernährung geschrieben hat, starb an mangelhafter Ernährung. Auch er hatte keinen teuren Urin. Auch hier wiederum kann man für eine 50 Cent pro Tag so etwas wie Kardiomyopathie verhindern. Dagegen ist die medizinische Alternative für Kardiomyopathie, eine Herztransplantation, die 750.000 Dollar kostet.

Ja, meine Damen und Herren, das ziehen Sie sich mal rein: Das Herz kriegen sie - wenn es denn eines gibt - von einem Spender umsonst, das Blut von den Verwandten, für ein paar Dollar chirurgische Instrumente, Pflaster, Mull und sonstigen Kram - und 750.000 Dollar wird Ihnen oder Ihrer Versicherung in Rechnung gestellt. Waren Sie schon mal auf einer Viehauktion? Auch dort wird der Preis oftmals künstlich in die Höhe getrieben - doch hier wird mit der Angst des Patienten reichlich Geld verdient.

Nun zu Dr. Gayle Clatch, sie war die Chefchirurgin der Herzklirik in West St. Louis. Auch sie starb. Und zwar im Alter von 47 Jahren. Wollen Sie raten, woran Sie starb? Sie starb an einem Herzinfarkt.

Erinnern Sie sich noch an das Pica-Syndrom? Wiederum wissen auch hier die Bauern über diese Krankheit Bescheid. Sie kommt auch bei Tieren vor. Beispielsweise kauen Kühe, die ja viele Mineralstoffe durch das Melken verlieren an Steinen oder an alten Knochen, die sie finden. Jeder Bauer weiß, dass er den Tieren Mineralstoffe zufügen muss, sonst fressen sie die Scheune auf. Bei Schwangeren ist es ähnlich. Mitten in der Nacht wachen Sie mit einem Heißhunger z. B. nach Gurken mit Eis auf. Was bedeutet das eigentlich? Es ist ein gesteigertes Verlangen nach Vitalstoffen. Ich hatte in meiner Praxis schon Patienten, die dachten, sie seien verrückt, weil sie mitten in der Nacht das Verlangen hatten, mit einem Teelöffel vor die Türe zu gehen, um Erde zu essen. Ich habe Ihnen gesagt, es sei völlig in Ordnung, sie sollten aber bitteschön darauf achten, das der Schmutz auch wirklich sauber ist.

Wenn Sie einen Selenmangel haben und nicht warten wollen, bis sie an Herzmuskelschwäche sterben, dann schauen Sie sich einfach mal an; haben Sie Leber oder Altersflecken – ich kann von hier aus schon einige sehen - so haben Sie das Vorstadium eines Selenmangels, nämlich die Schäden „ durch Freie Radikale. Sehr gut für Sie, wenn Sie das rechtzeitig erkennen und dann zusätzlich Selen einnehmen. Dann werden sie nämlich in 4 – 6 Monaten einen Rückgang erkennen. Diese Flecken verschwinden von außen und auch von innen; an Leber, Herz, und Nieren verschwinden sie. Auch im Gehirn.

Und wie viele von Ihnen haben einen niedrigen Blutzuckergehalt? Okay fast 10%. Haben Sie schon einmal ein hyperaktives Kind gesehen, das Zucker bekommt? Wahrscheinlich fühlen sich jetzt alle Eltern angesprochen. Menschen mit Zuckerproblemen sind wie Alkoholiker. Es gibt gute und schlechte. Der gute Alkoholiker nimmt ein paar Drinks und legt sich schlafen. So ist es auch bei denjenigen mit Zuckerproblemen. Sie nehmen ein umfangreiches Mal zu sich und gehen schlafen.

Dann gibt es die schlechten Alkoholiker, nach 2 Drinks wollen sie sich mit jedem Prügeln. Auch bei Blutzucker gibt es schlechte. Sie werden aggressiv. Sie erinnern sich vielleicht noch an den Twinky-Fall. Das ist so was ähnliches wie hier der Schokoriegel „Mars“.

Da hat jemand 2 Menschen umgebracht - er plädierte auf Freispruch, weil er zwei Stunden vorher ein Twinky gegessen hat. Er wurde jedes Mal, wenn er Zucker zu sich nahm, unzurechnungsfähig. Das ist ein typisches Zeichen für Chrom- und Vanadium-Mangel. Sie führen zu Zuckerproblemen, zu einem zu geringen Blutzuckerspiegel, wenn das unbehandelt bleibt, führt es zu Diabetes.

Bormangel - darüber sollten die Frauen Bescheid wissen, denn es hilft ihnen, das Calcium, was sie einnehmen, in ihren Knochen zu halten, damit es keine Osteoporose gibt. Außerdem hilft es den Frauen bei der Östrogen- und den Männern bei der Testosteronbildung. Wenn Frauen nicht genügend Bor haben, bekommen sie die negativen Folgen der Menopause zu spüren, Männer wissen nicht, ob sie Hose oder Rock tragen sollen.

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, würde ich sichergehen, dass ich die nötigen Vitalstoffe zu mir nehme. 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, Mineral-Mangelerkrankungen zu verhindern, ist durch Zusatz von Mineralien.

Dieses Dokument wurde 1936 vom US Kongress herausgegeben. Das war vor 58 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 dazu doch mal im Vergleich Ihr Konto vor. Wenn sie immer 5.000 Dollar abheben und 1.000 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 seinen mehr oder weniger kleinen Wehwehchen zu ärgern.

Oft werde ich gefragt, was taten eigentlich die Menschen vor 1.000 Jahren - als es noch keine Düngemittel gab - in Ägypten, in China, in Indien? All diese Kulturen lebten um die großen Flüsse herum und wenigstens einmal im Jahr wurde das Land von den 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 Philip, der Vater von Alexander

dem Großen, heiratete die zwölfjährige Königin von Ägypten, Kleopatra II - die sah nicht aus wie Elisabeth Taylor, war auch ein wenig flach auf der Brust - . Aber er hat 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 20 Stunden pro Tag marschieren, und 4 Stunden kämpfen können. Hätten sie den Weizen des verarmten griechischen Bodens gegessen, hätten sie schon nach 20 Minuten nach Mami geschrien. Es sind diese 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 für ca. 147 verschiedene Krankheiten. Sie haben verschiedene Namen oder sind nach Menschen benannt. So z.B. die Bell-Lähmung. Dabei handelt es sich um eine einseitige Fazialislähmung im Gesicht. Sozusagen 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 die nicht die Kühe an, sondern den Bullen und sagt: Soso, 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 nächsten Jahr gibt's wieder Kälber. Also, ein richtiger Farmer sagt: Geh zur Seite Doc. Dann zieht er seine Pistole und buuummm. Von wegen, neue Hüfte! Der wird geschlachtet. Für den 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 pro Tag 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 den Zahnfleischschwund. Parodontose. Zahnärzte werden Ihnen sagen, wenn Sie das verhindern wollen: Zähneputzen und 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 also Hunderte von Tieren gesehen, verschiedenste von Mäusen bis hin zu Tigern. Und diese Tiere haben auf alle Fälle eines gemeinsam. Sie haben weder Zahnfleischschwund, noch Karies. Und die putzen sich nicht die Zähne. Schlechten Atem haben sie, ja, aber keinen Zahnfleischschwund. Der Grund, weshalb wir keinen Zahnfleischschwund bei Nutztieren haben, liegt darin, dass die Veterinäre sich aktiv gegen die Osteoporose bemüht haben. Denn bei Zahnfleischschwund handelt es sich nicht um mangelnde Mundhygiene, sondern eine Osteoporose der Gesichts- und Kieferknochen. Und wenn Sie schon soweit sind, dass sie abends ihre Zähne ins Glas tun, haben sie fortgeschrittene Osteoporose.

Kommen wir zu **Arthritis**. Erinnern sie sich noch an die Hühnerknorpel? 80% der Arthritis wird durch eine Osteoporose der Gelenkknochenenden verursacht, so beispielsweise auch 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 ein entzündungshemmendes Mittel.

Und wenn Sie das einnehmen, tritt sicherlich auch eine Linderung ein. So und 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 erst mal irritiert. Sie halten an, öffnen die Motorhaube und schneiden das kleine Kabel das zur Warnlampe führt durch, und fahren weiter. Das würden Sie doch auch 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 Fitness-Training oder sonst was. Allerdings, was Sie wirklich tun, ist, dass Sie Ihre Gelenke nur noch schneller abnutzen. Damit machen Sie Ihren Arzt aber nun wirklich reich, denn nun brauchen Sie bald eine neue Hüfte.

So, nun kommen wir zum Bluthochdruck. Was ist das erste, was Ihr Arzt Ihnen sagen wird, wenn sie Bluthochdruck haben: kein Salz. Nun, die Ärzte denken wohl, wir sind dümmer als Kühe. Denn was ist das Wichtigste, was die zusätzlich bekommen? Salz. Und zwar einen ganzen Block. Kein Farmer könnte wirtschaftlich gesehen mithalten, wenn er seinen Kühen keinen Salzblock gäbe. Aber wir sollen glauben, dass wir ohne Salz auskommen könnten. Und wenn sie das glauben, steht immer noch das Meeresblick-Grundstück für Sie im Schwarzwald.

Erinnern sie sich, was ich über die Menschen sagte, die so alt wurden in Tibet, in China oder sonst wo. Sie taten sich ein großes Stück Salz in den Tee und davon tranken sie bis zu 40 Tassen pro Tag. Außerdem taten sie Butter in ihren Tee. Nicht dieses Diätzeugs, was uns heute verkauft wird. Erinnern Sie sich, die Ärzte, die gerade mal 58 werden erzählen Ihnen: keine Butter, kein Salz. Menschen die 120 Jahre alt werden, nehmen Butter und Salz. Nach einer 20jährigen Studie und einer Investition von zwei Milliarden an Steuergeldern, traten weise Mediziner mit Studienergebnissen an die Öffentlichkeit. Untersucht wurden 5.000 Menschen mit Bluthochdruck.

Man entzog ihnen ihre blutdrucksenkenden Medikamenten und setzte sie auf eine salzarme Diät. Wissen Sie was? Alle starben. Bei den Mediziner keine große Überraschung. Alle waren zufrieden, und irgendeiner hat damit seinen 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 hatten sie noch eine andere Kontrollgruppe, auch wieder 5.000 Menschen mit hohem Blutdruck. Hier wurde die RDA-Bestimmung bezüglich des Calciums verdoppelt: Dieser Versuch wurde nach 6 Wochen abgebrochen. Warum wohl, werden Sie sich jetzt fragen. Ganz einfach: Weil 85% der Probanden keinen Bluthochdruck mehr hatten. Nun, meine Damen und Herren, hat irgendjemand von Ihnen eine Rückrufnotiz von seinen Arzt erhalten, dass es egal ist, wie viel Salz Sie essen, dass Sie nur mehr Calcium zu sich nehmen sollten?

Nun kommen zur Schlaflosigkeit. Die Schulmedizin hat dafür zwei Behandlungsmöglichkeiten: Entweder Schlafpillen oder Barbiturate. Alleine an der Überdosierung von Barbituraten sterben pro Jahr ca. 10.000 Menschen in den USA. Aber das ist o.k. Es ist ja eine ärztliche Verordnung. Man glaubt und vertraut den Ärzten, denn die passen ja auf uns auf.

Erinnern Sie sich noch an die Japanreise von George Bush? Eine der Nebenwirkungen von diesen Schlaftabletten, die er einnahm, ist Übelkeit und Erbrechen. Es wurde bei der weltweiten Übertragung vor laufender Kamera gezeigt, wie er sich bei Tisch auf den japanischen Botschafter erbrach. Wahrscheinlich einer der Gründe, weshalb er die Wiederwahl verlor.

Bei Nierensteinen, Knochensporn und anderen Calciumablagerungen sagt der Arzt: keine Milchprodukte, keine Vitalstoffpille 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. Sehr weit verbreitet. Nehmen Sie Kalzium.

Dann PMS, Sie wissen schon, dieses emotionale Zeug. Die medizinische Behandlung dafür ist die Gebärmutterentfernung – eine Hysterektomie -. Völlig unnötig, hilft aber die Mercedesraten Ihres Arztes zu bezahlen. Es werden jährlich 280.000 unnötige Gebärmutterentfernungen vorgenommen. Auch die American Medical Association sagt, dass sie unnötig sind, droht aber den Herrn Operateuren nicht mit Approbationsentzug.

Stellen Sie sich jetzt mal eine arme Frau in den Dreißigern vor: Doktor, Sie müssen was tun, jedes mal wenn ich draußen die Wäsche aufhänge, schreien die Nachbarskinder „Hexe“. Meine eigenen Kinder denken, ich sei verrückt. Mein Mann ist abgehau'n, 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 Health-Food-Läden mit Schlafsack, um den Öffnungstermin nicht zu verpassen. In der Schlange standen nur Männer - und zwar standen sie da für ihre Frauen, Töchter, Freundinnen.

Als letztes nun zu den Schmerzen im Lendenwirbelbereich. 85% aller Amerikaner bekommen Schmerzen im unteren Rückenbereich, 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 elastischem Bindegewebe - sie verschwindet wie ein mit Wasser gefüllter Ballon, der unter Druck steht. Die normale ärztliche Verschreibung ist ein muskelentkrampfendes Mittel, vielleicht auch 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 Ihrem Gynäkologen, zu Ihrem Internisten, zu Ihrem Psychiater oder Familientherapeuten oder am besten gleich zu Ihrem 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 -. Bei 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 Sie nehmen 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, eventuell ein Psychologe, dann vielleicht ein Kardiologe, und zum Schluss dann eventuell zu einem Herztransplantationsspezialisten. - Oder

nehmen mehr Calcium -. Bei Arthritis - gehen wir zum Orthopäden, Neurologen oder zum Internisten. Oder Sie nehmen Calcium -

Bei Parodontose - ja, da bleibt uns nur 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 50 Cent täglich beheben könnten. Stattdessen geben wir Unsummen für medizinische Behandlung aus, lassen verschiedenste Operationen über uns ergehen, alles nur wegen eines Calciummangels. - Ist das nicht lächerlich?

Der letzte Punkt über den ich jetzt sprechen will, ist Diabetes. Diabetes ist noch immer die Nr.3 der Todesursachen von Erwachsenen in den USA. Und Diabetes hat zum Teil verheerende Nebenwirkungen und Komplikationen. Wie z. B. Blindheit, Nierenversagen bis hin zur Nierentransplantationen, Erkrankungen der Herzkranzgefäße, die dann wieder zu anderen Herzkrankheiten führen, die in Amerika an 1. Stelle stehen. Weitere Komplikationen sind Amputationen und jeder in Amerika sollte eine haben, die werden ganz von der Kasse bezahlt - und generell verkürzt es die Lebenserwartung.

Nun, bereits 1957 wussten wir in der Tiermedizin, dass wir Diabetes verhindern bzw. heilen können, und zwar mit nur 2 Spurenelementen: mit Chrom und Vanadium. Das wurde sogar im August 1957 im führenden Magazin der Amerikanischen Wissenschaft „Federation Proceedings“, dem offiziellen Organ des „National Institut of Health“ veröffentlicht. Es handelte sich hier um die Wirkung von Chrom und Vanadium. Vanadium alleine hat den Effekt, Insulin bei Altersdiabetes, der mit 85% am häufigsten ist, zu ersetzen. Den Insulinkult können sie natürlich nicht von heute auf morgen beenden, die Entwöhnungszeit beträgt bis zu 6 Monaten. Aber statt dessen können Sie adäquate Mengen Chrom und Vanadium zu sich nehmen. Ich habe die Wirksamkeit bei Hunderten von Patienten erlebt. Also für mich ist es kriminell, dass Ärzte, die diese Veröffentlichung kennen, trotzdem die Pharmazeuten sponsern lassen.

Wenn sie eine Tierfutterfabrik anschreiben, die sich auf sogenanntes High-Tech-Food für Haustiere spezialisieren, und nachfragen, wie viele Vitalstoffe im Tierfutter genau enthalten sind, kriegen Sie die Antwort: 40. Wenn sie Fragen, wie viele Mineralien im Rattenfutter sind, bekommen Sie zur Antwort: 28.

Jetzt gebe ich jedem hier im Raum 100 Dollar, der mir eine Säuglingsnahrung zeigt, die mehr als 11 Mineralien enthält. Es wird doch wohl eine Mutter hier im Raum sein? Kann mir keiner eine Nahrung nennen? Also, ist das nicht sehr gutes Anschauungsmaterial zur menschlichen Wertigkeit: Für Hunde werden 40 Mineralien zugesetzt, für Ratten 28, und für Babys doch ganze 11 Mineralien. Das muss man sich einmal ganz genau vor Augen halten. Und ist es Ihnen schon mal aufgefallen: ein Hund scheint niemals krank zu werden. Kein Wunder, bei ihm wird das Dosenfutter mit 40 Mineralien angereichert. Wie gesagt, bei Ratten mit 28, und bei Babys mit lächerlichen Mineralien. Ist das fair? Nein, das ist Betrug - meiner Meinung nach wirklich kriminell.

So, ich hoffe, ich habe Sie überzeugt und nicht überredet, dass Sie einfach alle Vitalstoffe - Vitamine, Aminosäuren, Mineralstoffe, Spurenelemente und Enzyme -, zu sich nehmen müssen,

weil Sie sich nicht auf Ihre Nahrung verlassen können. Und insbesondere nicht auf irgendetwas, was schon fertig verpackt ist.

Außerdem sollten Sie sich mal überlegen, dass Sie den ganzen Tag ausgewogen essen müssten, um Ihren Vitalstoffbedarf zu decken und das bei, na Ja, vielleicht 1.500 Kalorien pro Tag. Meiner Meinung nach völlig unmöglich. Dennoch haben wir eine sehr gute Alternative: Vitalstoffe als Nahrungsergänzung. Und glauben Sie mir - es wirkt.

So, meine Damen und Herren, ich bin nun am Ende des Vortrages angelangt und würde mich freuen, Sie, sagen wir mal so in 50-75 Jahren wiederzusehen, um mit Ihnen über Ihre Erfahrungen mit Vitalstoffen zu diskutieren.

Vielen Dank für's Zuhören und vor allem Ihnen eine gute Gesundheit!“