

Gedanken und Zitate zu Gesundheitsfragen (3)

Liebe Leserinnen und Leser,



Gesundheit ist ein Thema, das viel Wissen erfordert. Dieses Wissen fällt nicht vom Himmel, sondern muss erarbeitet werden. Das haben seit alters her viele getan und Unmengen von Büchern darüber geschrieben. Wir sollten allen diesen inzwischen wohlbekannten Wegbereitern eines neuen Denkens über Gesundheit und Ernährung dankbar sein.

Hier wieder mal einige nachdenkenswerte Zitate:

Was bringt den Doktor um sein Brot?

a: die Gesundheit, b: der Tod.

Drum hält der Arzt, auf dass er lebe,
uns zwischen beiden in der Schweben. (**Eugen Roth**)

Wenn die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) Empfehlungen über die tägliche Zufuhr von Nährstoffen, also auch Antioxidanten, macht, geht sie einzig und allein von der Vermeidung kurz- bis mittelfristiger Mangelkrankheiten aus. Von langfristigen Schäden durch chronische Unterversorgung über Jahre und Jahrzehnte hinweg ist eben sowenig die Rede wie von oxidativen Streßsituationen. Unsere Lebensweise bringt jedoch zu viele oxidierende Belastungen mit sich, denen eine zu geringe Aufnahme an Nährstoffen gegenübersteht. Der Bedarf ist auch durch fünfmaligen täglichen Verzehr von frischem Obst und Gemüse nicht mehr zu decken. Zu viele Belastungsfaktoren sind in den letzten Jahrzehnten hinzugekommen, als das der heutige Mensch "Gesundheit noch essen kann" Diese Zeit ist vorbei, der "point of no return" überschritten. (**Dr. med. Bodo Kuklinski und Dr. med. Ina van Lunteren**)

Zu den vielfältigen Ernährungsempfehlungen der Illustrierten ... Der Grund liegt vorwiegend darin, daß diejenigen, die verantwortlich sind für die Gesundheit des Volkes und auch für die Aufklärung in Ernährungsfragen, also die Ärzte, schweigen. Das hängt mit ihrer Ausbildung zusammen ... Die Informationen kommen vor allem von der Nahrungsmittelindustrie, die zu 95% den Markt der Information auf dem

Ernährungsgebiet beherrscht. (*Dr. Otto Bruker*)

Im Einklang mit den Naturgesetzen leben: Der Mensch von heute sollte endlich die Fehlvorstellung fallen lassen, die ihn glauben läßt, daß er als eigenständiges Wesen von der Geburt bis zum Tode vor sich hin lebt und ungestraft gegen die Naturgesetze verstoßen kann. Man sollte nicht vergessen, daß man aufgrund der genetischen Informationen, die man von seinen Vorfahren übertragen bekommen hat, das vorläufige Endprodukt einer langen Entwicklungsreihe ist. Unser Organismus und damit auch unser Verdauungssystem wurde von der Natur aufgebaut, und ihr haben wir uns zu beugen. 20 Millionen Jahre Entwicklungsgeschichte bedeutet bei einer durchschnittlichen Lebensdauer von 60 Jahren das Aufeinanderfolgen von über 300 000 Generationen. Aber noch nie in der ganzen Menschheitsgeschichte hat sich die Wandlung in der Ernährung so schnell vollzogen wie in den letzten beiden Generationen. Durch diesen schnellen Wandel ist der menschliche Organismus jedoch überfordert, da er Zeit braucht, sich anzupassen, wenn das bei der heutigen sogenannten Zivilisationskost überhaupt möglich ist. (*Peter Konopka*)

Durch Raffinieren oder sonstige Bearbeitungsprozesse verlieren fast alle Nahrungsmittel entweder teilweise oder völlig ihren Nährwert. (*Adelle Davis*)

Vorbeugung wird nicht berücksichtigt. Anlässlich eines Symposium der Gesellschaft für Angewandte Vitaminforschung, das erst kürzlich stattgefunden hat, erklärte der Ernährungswissenschaftler Prof. Dr. Klaus Pietrzik aus Bonn: "Unsere Kenntnis vom Vitaminbedarf von Kranken ist praktisch noch gleich null." Der Ernährungswissenschaftler vertritt ganz die Linie der in diesen Buch angebotener Gedanken. Er moniert, daß die derzeitigen Empfehlungen der DGE bezüglich der Vitaminzufuhr keine vorbeugenden Aspekte bezüglich Krankheiten berücksichtigen, sondern lediglich auf die Verhütung von Mangelzuständen ausgerichtet sind und sich alleine auf gesunde Menschen beziehen. (*Dr. med. Harald Kinadeter*)

Das Gesundheitswesen als Krankmacher: Genaugenommen ist das sogenannte Gesundheitswesen in Wirklichkeit ein Krankheitswesen. Nicht die Gesunderhaltung ist Ziel und Zweck, sondern die Beseitigung von Krankheiten. Die enormen Interessenverflechtungen im medizinisch-industriellen Bereich bringen darüber hinaus eine nicht zu unterschätzende ökonomische Komponente ins Spiel: Krankheit ist ein florierendes Geschäft. So zynisch es klingen mag, aber rein wirtschaftlich gesehen sind vor allem chronisch Kranke die besten Umsatzträger. Unser System honoriert die Gesunderhaltung in keiner Weise. Verdient wird an den Krankheiten und dem gigantischen wachsenden technischen Aufwand zu ihrer Bekämpfung. Obwohl z.B. bereits Milliarden in das Problem Krebs gesteckt wurden, sind letztlich nur sehr geringe Erfolge zu verzeichnen. Dennoch leben ganze Wirtschaftszweige hervorragend von den relativ sinnlosen Bemühungen, den Krebs zu besiegen. Bis heute liegt in der Früherkennung die einzige wirksame Chance. Jetzt könnte die Vorsorge hinzukommen. Es würde die wirtschaftlichen Fundamente des gesamten medizinisch-industriellen Bereichs erschüttern, wenn eine preiswerte Vorsorge mit Nährstoffen die Bilanzen ins Wanken brächte. Wenn nur ein Teil der Hoffnungen von

Vitaminforschern in Erfüllung ginge, dann hätte dies weitreichende finanzielle Folgen. Man denke nur an die Konsequenzen, wenn z.B. Linus Pauling recht gehabt haben sollte, daß Krebs mit der Einnahme hoher Vitamin C-Dosen der Vergangenheit angehören könnte: Ein Pfennigprodukt gegen sündhaft teure Chemotherapie und Röntgenkanonen. **(Dr. med. Kuklinski / Dr. med. Ina van Lunteren)**

Chemische Fabrik Mensch: Man kann unseren Organismus in seiner Komplexität noch am ehesten mit einem Chemiekonzern vergleichen, der eine Unzahl von kleineren und größeren Organ-Betrieben dirigiert. Sie alle arbeiten prinzipiell autonom, sind aber untereinander eng verzahnt. Diese Betriebe gliedern sich wieder in immer kleinere, aber weiterhin autonome regionale Werke. Am Ende der Kette stehen schließlich die Zellen mit ihren Zellorganen (Organellen), wie Mitochondrien, Ribosomen usw. Zellorganellen setzen sich aus Molekülen und Atomen zusammen, womit wir bei den eigentlichen chemischen Abläufen in unseren Körper angekommen wären. Auf der Suche nach dem kleinsten gemeinsamen Nenner von Krankheiten und den mit ihnen Hand in Hand gehenden Stoffwechselveränderungen landen wir früher oder später bei der Biochemie der Zelle. Näher an den Ursprung der Ereignisse geht es nicht mehr. Weil die moderne Medizin in diesem Bereich zwar jede Menge Detailwissen anhäufen konnte, aber ein "Prinzip Krankheit" nicht zu definieren vermochte, sind Zweifel am Sinn dieser Wissenschaft immer lauter geäußert worden. Inzwischen hat sich die Lage geändert, und man ist Prozessen auf der Spur, in die eine ungeahnte Vielzahl von Krankheiten einmündet bzw. aus denen sie entsteht. Möglicherweise hat man dabei sogar das gemeinsame Entstehungsmuster aller Krankheiten entdeckt. Stoffwechselprozesse sind nichts anderes als komplexe biochemische Reaktionsabläufe. Und wie in jedem anderen chemischen Betrieb kann es zu Unregelmäßigkeiten bzw. Betriebsunfällen kommen. Erst in den letzten Jahrzehnten erkannte man, daß das grundsätzliche Muster dieser chemischen Unfälle immer gleich ist. Die Ursachen und Krankheitsbilder mochten dabei noch so unterschiedlich sein, sie alle entstanden nach einem einheitlichen Prinzip aus biochemischen Entgleisungen. In sehr vielen Fällen sind die Verursacher dieser Betriebsunfälle sehr aggressive Substanzen, die sogenannten Freien Radikalen. **(Dr. med. Bodo Kuklinski / Dr. med. Ina van Lunteren)**

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen

Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln