Die Gerson-Therapie bei chronischen Krankheiten

Die Gerson-Therapie wurde von Dr. Max Gerson entwickelt und vorgestellt. Zahlreiche Heilberichte zeigen, wie effektiv die Gerson-Therapie ist. Selbst von der Schulmedizin aufgegebene Krebspatienten konnten mit dieser Therapie offenbar noch geheilt werden.

Autor: Carina Rehberg
Fachärztliche Prüfung: Gert Dorschner
Aktualisiert: 10 Oktober 2022

Die Gerson-Therapie: Die Entdeckung

Dr. Max Gerson – ein deutschamerikanischer Arzt für innere Medizin und Nervenkrankheiten – behandelte mit seiner Gerson-Therapie erstmals im Jahr 1928 drei Krebspatienten, für die es aus schulmedizinischer Sicht keine Hoffnung mehr gab. Einer von ihnen hatte Magenkrebs, der nicht mehr operiert werden konnte. Alle drei erholten sich jedoch nach Anwendung der Gerson-Therapie vollständig.

Seinerzeit war selbst Dr. Gerson von diesem Heilerfolg überrascht. Denn eigentlich hatte er seine Therapie gegen seine eigene Migräne entwickelt, die ihn über viele Jahre hinweg in seiner Studentenzeit gequält hatte.

Also empfahl er seine Therapie ab sofort sämtlichen Migränepatienten – mit hohen Erfolgsquoten. Einer seiner Patienten litt zusätzlich an einer Hauttuberkulose (Lupus vulgaris), die dank der Gerson-Therapie gemeinsam mit der Migräne verschwand. Weitere Hauttuberkulose-Patienten konnten anschliessend ebenfalls geheilt werden.

Schliesslich wurde Professor Ferdinand Sauerbruch aus München – Spezialist für Lungentuberkulose – auf die Gerson-Therapie aufmerksam. In einer klinischen Studie mit 450 "unheilbaren" Hauttuberkulose-Patienten erprobte er die Gerson-Therapie. 446 wurden vollständig geheilt.

Dr. Gerson testete daraufhin seine Therapie bei vielen chronisch erkrankten Patienten. Zunächst konzentrierte er sich auf verschiedene Tuberkulosearten (Lungen-, Nieren- und Knochentuberkulose). Eine seiner Patientinnen war Helene Schweitzer, die Gattin von Albert Schweitzer, dem berühmten Arzt und Philosophen. Helene Schweitzer war im Alter von 43 Jahren an Lungentuberkulose erkrankt, die im Laufe der nächsten 8

Jahre immer schlimmer wurde. Neun Monate verbrachte sie sodann im Sanatorium von Dr. Gerson und wurde wieder ganz gesund.

In den folgenden Jahren konnte Dr. Gerson beobachten, dass seine Therapie bei vielen unterschiedlichen chronischen Krankheiten Wirkung zeigte und selbst bei fortgeschrittenen Erkrankungen noch eine Genesungsquote von etwa 50 Prozent erzielte. Diese Quote sank jedoch mit Einführung der Chemotherapie. Wer sich also zunächst einer Chemotherapie unterzog und erst dann – nach Versagen der Chemotherapie – die Gerson-Therapie sozusagen als letzten Rettungsanker nutzen wollte, hatte nurmehr geringe Heilaussichten.

Die Gerson-Therapie – Das Prinzip

Die Gerson-Therapie ist eine Ernährungstherapie. Sie besteht in der Hauptsache aus frisch gepressten Säften, einer besonderen vitalstoffreichen und salzfreien Ernährungsform, Kaffeeeinläufen und bestimmten Nahrungsergänzungen.

Die Gerson-Therapie heilt selbst natürlich nicht. Wie jede naturheilkundliche Therapie, so sorgt auch die Gerson-Therapie vielmehr dafür, dass der Körper des kranken Menschen wieder in einen Zustand versetzt wird, damit sich der Organismus selbst heilen kann:

Die Ausleitungsorgane werden zunächst entlastet und entgiftet, dann gestärkt und unterstützt. Gleichzeitig wird das offenbar blockierte Immunsystem wieder in Fluss gebracht, reguliert und aktiviert.

Sobald alle Abwehrfunktionen wiederhergestellt sind, kann der Organismus – z. B. im Falle von Krebs – Tumorgewebe abbauen und ausscheiden. Dr. Gersons Tochter Charlotte Gerson schreibt in ihrem Buch (*Das grosse Gerson Buch), dass sich interessanterweise die aggressivsten Krebsarten (Melanome, Eierstockkrebs, kleinzelliger Lungenkrebs u. a.) am schnellsten zurückbilden würden.

Andere Karzinome (Prostata-, Brustkrebs oder auch Knochenmetastasen) würden langsamer kleiner, aber kontinuierlich. Gleichzeitig lösen sich arteriosklerotische Ablagerungen und die Blutgefässe werden gereinigt. Die Durchblutung bessert sich genauso wie die Atmung. Der gesamte Organismus erholt und regeneriert sich.

Trotz vielfältiger Heilerfolge konnte sich die Gerson-Therapie nie etablieren. Die Schulmedizin lehnte sie ab, selbst als Komplementärmassnahme (begleitende Massnahme).

Als Dr. Gerson im Jahre 1959 starb, führte seine Tochter Charlotte Gerson – inzwischen weit über 90 Jahre – das Lebenswerk ihres Vaters fort und gründete dazu das *Gerson Institute* in San Diego/California, wo Ärzte, Therapeuten aber auch Patienten genaue Instruktionen zur Durchführung der Gerson-Therapie erhalten.

Gerson-Therapie in der Klinik

Im *Gerson Institute* selbst gibt es keine stationäre Behandlung von Patienten. Doch haben inzwischen zwei Kliniken die Lizenz erhalten, die Gerson-Therapie ausführen zu dürfen: Eine Klinik in Tijuana, Mexiko und eine Klinik in der Nähe von Budapest, Ungarn. Dort werden Patienten aufgenommen und nach Gerson therapiert. Die Mindestdauer beträgt zwei Wochen, wobei eine Begleitperson mitgebracht werden muss. Details erfährt man auf der Webseite des*Gerson Institutes*.

Krankheiten, bei denen die Gerson-Therapie nicht empfehlenswert ist

Natürlich ist die Gerson-Therapie keine Allheiltherapie. Denn wenn der Organismus schon sehr lange krank ist, wenn er durch Operationen oder eine langjährige Medikamenteneinnahme zu stark geschwächt ist, dann gibt es auch für die Wirkung der Gerson-Therapie keine Garantie.

Bei beispielsweise ALS (Amyotrophe Lateralsklerose), Arthritis (wenn schon lange Cortison genommen wurde), Pankreaskrebs nach Chemotherapie oder Parkinson soll die Gerson-Therapie nicht gut ansprechen.

Wer auf eine künstliche Ernährung angewiesen ist, also nicht mehr selbst essen und trinken kann, wer an Thrombosen leidet, wem mehr als die Hälfte des Dickdarms oder mehr als 75 Prozent des Magens entfernt wurden, wer ein transplantiertes Organ besitzt oder zur Dialyse muss, sollte ebenfalls auf die Gerson-Therapie verzichten.

Krankheiten, bei denen die Gerson-Therapie gute Erfolge erzielt

Erfolgversprechend soll die Gerson-Therapie hingegen bei den folgenden Gesundheitsproblemen sein, wobei wir nur eine Auswahl der 52 Beschwerden wiedergeben, die in Charlotte Gersons Buch* aufgeführt sind:

1. Akne
2. Allergien
3. Asthma
4. Candida
5. Chronisches Erschöpfungssyndrom
6. Colitis ulcerosa
7. Depressionen
8. Diabetes
9. Endometriose
10. Epstein-Barr-Virus (Pfeiffersches Drüsenfieber)
11. Fibromyalgie
12. Herz- und Arterienerkrankungen
13. Hämorrhoiden
14. Bluthochdruck
15. Krebs
16. Migräne
17. Morbus Crohn
18. Multiple Sklerose
19. Psoriasis
20. Schlaganfall
21. Verstopfung
22. Und viele weitere

Die Gerson-Therapie: Das Natrium-Kalium-Gleichgewicht

Dr. Gerson hatte während der Entwicklung seiner Therapie beobachtet, dass zur Nahrung hinzugefügtes Salz den Heilprozess verhinderte. Er kam zu dem Schluss, dass eine der grundsätzlichsten Eigenschaften von Krankheit ein Natriumüberschuss in der Zelle darstellt (bei gleichzeitigem Mangel an Kalium).

Natrium ist ein Mineralstoff, der ausserhalb der Zelle sein sollte und nur in geringen Mengen innerhalb der Zelle. Beim Kalium ist es genau umgekehrt. Wenn dieses Gleichgewicht durch eine salzreiche Ernährung gestört ist, entstehen gesundheitliche Probleme.

Die erste Massnahme der Gerson-Therapie besteht somit darin, jegliche Salzzusätze zur Nahrung zu streichen.

Die Gerson-Therapie: Entgiftung und Vitalstoffe

Pestizidrückstände in der Nahrung, Zigaretten, Alkohol, Medikamente und viele weitere äussere Gifteinflüsse mehr führen zu einem vergifteten und für Krankheiten anfälligen Körper. Dieser ist umso anfälliger, je vitalstoffärmer er ernährt wird. Daher gehören zur Gerson-Therapie sowohl entgiftende Massnahmen (der Kaffeeeinlauf) als auch eine besonders vitalstoffreiche Ernährung, die nicht nur nährt, sondern natürlich ebenfalls entgiftende Eigenschaften mit sich bringt.

Kaffeeeinlauf zur Entgiftung

Der Kaffeeeinlauf öffnet die Gallengänge, so dass die Leber leichter entgiften kann, ohne dabei überlastet zu werden. Während der Gerson-Therapie findet der Kaffeeeinlauf bei schweren Krankheiten teilweise alle vier Stunden, also bis zu fünfmal täglich statt: Um 6 Uhr, um 10 Uhr, um 14 Uhr, um 18 Uhr und um 22 Uhr. Denn ohne Kaffeeeinläufe – so Dr. Gerson – sei die Leber nicht in der Lage, mit der toxischen Last, die bei Kranken üblich ist, fertig zu werden.

In manchen Fällen dauere es zwei bis drei Monate, bis die Zahl der Kaffeeeinläufe auf drei oder vier pro Tag reduziert werden kann. Ja, meist werden die Kaffeeeinläufe über zwei Jahre hinweg praktiziert, in deren Verlauf die tägliche Einlaufzahl allmählich verringert wird.

Kaffeeeinläufe führen überdies häufig zu einer merklichen Schmerzlinderung. Auch die bei der Gerson-Therapie verabreichte salzfreie und kaliumreiche Ernährung sorgt oft dafür, dass die Dosis schmerzstillender Medikamente reduziert werden kann. Nicht selten verschwindet auch ein Bluthochdruck binnen 5 Tagen.

Details zu Kaffeeeinläufen finden Sie hier: Kaffeeeinläufe zur Entgiftung

Gemüsesäfte liefern Vitalstoffe

Um eine möglichst grosse Vitalstoffmenge aufzunehmen, eignen sich Gemüsesäfte am allerbesten. Denn nur mit Hilfe von Säften kann man die Vitalstoffmenge von mehreren Kilogramm Gemüse pro Tag zu sich nehmen. Zusammen mit den drei vegetarischen Hauptmahlzeiten kommt man dank der Säfte in der Gerson-Therapie auf täglich 17 bis 20 Pfund Gemüse.

Säfte spülen gleichzeitig die Nieren und regen das Gewebe dazu an, Gifte in den Blutkreislauf abzugeben. Diese können jetzt dank der Kaffeeeinläufe leichter entgiftet und ausgeleitet werden. Selbst Abhängigkeiten (Nikotin, Kokain etc.) lassen sich mit Hilfe der Kombination Gemüsesaft/Kaffeeeinlauf leichter überwinden.

Bei der Gerson-Therapie werden täglich 13 Gläser (je 230 ml) mit frisch gepressten und unverdünnten Säften getrunken, stündlich ein Glas. Man startet morgens mit einem Glas frisch gepresstem Orangensaft, dann gibt es einen Saft aus grünem Blattgemüse und Gräsern, dann ein Glas aus der Kombination Karotte/Apfel, dann einen reinen Karottensaft, dann wieder ein grüner Saft usw.

Der Saft sollte idealerweise kurz vor dem Verzehr hergestellt werden. Von der Zubereitung der gesamten Saftmenge am Morgen für den ganzen Tag wird eher abgeraten, da durch die Lagerung zu hohe Nährstoffverluste eintreten können, auch dann, wenn der Saft im Kühlschrank steht.

Wasser sollte man während der Gerson-Therapie nach Möglichkeit nicht trinken. Wasser wird beim "normal" essenden Menschen zu grossen Teilen dazu benötigt, um überschüssiges Natrium aus dem Körper zu spülen. Da die Gerson-Therapie aber salzfrei und damit natriumarm ist, wird sehr viel weniger Wasser benötigt.

Ausserdem liefern natürlich bereits die Säfte ausreichend Flüssigkeit. Überdies gehört zur Gerson-Therapie auch eine besondere Suppe, die zweimal täglich gegessen wird und weitere Flüssigkeitsmengen liefert (siehe nächster Abschnitt).

Reines Wasser würde ferner die Magensäfte verdünnen – und da viele chronisch kranke Menschen meist an einem Magensäuremangel leiden (so Gerson), müsse man deren weitere Verdünnung dringend vermeiden.

Auch wer beispielsweise nachts aufwacht und durstig ist, sollte bei der Gerson-Therapie kein Wasser trinken, sondern einen Kräutertee, z. B. Pfefferminztee, Lindenblütentee oder auch Lapachotee. Koffeinhaltige Getränke sind natürlich nicht gestattet (Grüntee, Schwarztee, Kaffee, Cola).

Die Hippokrates-Suppe versorgt mit Mineralstoffen

Die besondere Suppe, die sich Hippokrates-Suppe nennt, ist ebenfalls ein wichtiger Bestandteil der Gerson-Therapie. Die Suppe wird aus Sellerie, Petersilie, Tomaten, Zwiebeln, Wurzelpetersilie, Lauch, Knoblauch und

Kartoffeln hergestellt. Das Gemüse wird dazu gewürfelt und zwei Stunden lang mit Wasser bedeckt gekocht. Dann wird die Suppe passiert und zweimal täglich gegessen.

Die Gerson-Therapie: Die Ernährung

Bei der Gerson-Therapie gibt es drei grosse Gruppen mit Lebensmitteln. Die erwünschten Lebensmittel, die gelegentlich erlaubten Lebensmittel, die einmal pro Woche verzehrt werden dürfen und die verbotenen Lebensmittel.

Aus den erwünschten Lebensmittel stellt man seinen Speiseplan zusammen, die gelegentlich erlaubten können diesen ab und zu in kleinen Mengen ergänzen.

Die erwünschten Lebensmittel

1. Alle Obst- und Gemüsearten inkl. Kartoffeln
2. Frisch gepresste Obst- und Gemüsesäfte
3. Salate aus rohen Früchten und Gemüsen
4. Die Hippokrates-Suppe
5. Haferflocken: Jeden Morgen wird ein Haferbrei gegessen. Er besteht aus einer halben Tasse Bio-Haferflocken, die mit einer Tasse Wasser bei niedriger Temperatur gekocht werden. Der Brei wird mit Früchten, etwas Ahornsirup, Rosinen oder gedünsteten Pflaumen angerichtet.

Die gelegentlich erlaubten Lebensmittel

1. Brote aus Roggen-, Hafer- oder Reisvollkornmehl
2. Popcorn ungesalzen und ohne Fett
3. Vollkornreis und Wildreis
4. Süsskartoffeln
5. Ahornsirup, Vollrohrzucker, schwarze Melasse – täglich nicht mehr als 2 TL

Ein- bis zweimal pro Monat erlaubt sind diese Lebensmittel:

1. Tiefkühlgemüse
2. Sprossen (Ausnahme: Alfalfasprossen sind verboten)

Die verbotenen Lebensmittel

1. Fertigprodukte
2. Milchprodukte (Ausnahme: nach der sechsten bis zwölften Therapiewoche darf Buttermilch und fettfreier Quark verzehrt werden – natürlich ungesalzen und ohne sonstige Zusätze)
3. Alkohol
4. Avocados, da diese – laut Gerson – zu fett seien
5. Gurken seien zu schwer verdaulich
6. Gewürze wie Pfeffer oder Chili enthalten – laut Gerson – Reizstoffe, die den Heilprozess hemmen können
7. Sojaprodukte, da diese zu salzreich und zu proteinreich seien
8. Alfalfasprossen enthalten L-Canavanin, eine Aminosäure, die das Immunsystem hemmen kann. Man beobachtete offenbar, dass Patienten verstärkte Arthritissymptome (Gelenkschmerzen) bekamen, wenn sie Alfalfasprossen assen.
9. Öle und Fette (Ausnahme: Leinöl)
10. Raffinierter Zucker
11. Weizenmehl und alle Sorten von Pasta
12. Fleisch, Geflügel und Fisch
13. Koffeinhaltige Getränke (aber auch koffeinfreier Kaffee)
14. Süssigkeiten, Kuchen, Muffins etc.
15. Pilze seien zu schwer verdaulich
16. Nüsse und Samen seien zu fett- und proteinreich

Sie sehen, dass bei den verbotenen Lebensmitteln einige darunter sind, die eigentlich als sehr gesund gelten. Bedenken Sie, dass es sich um eine Heiltherapie bei gravierenden Beschwerden handelt, die daher auch strenge und offenbar bewährte Regeln erfordert.

Nichtsdestotrotz gibt es natürlich auch Menschen, die sich von Krebs und anderen schweren Erkrankungen heilen konnten, obwohl sie beispielsweise reichlich Avocados, Gurken und Nüsse assen. Es gilt also grundsätzlich, sich jene Therapie auszusuchen, die einem spontan und zu hundert Prozent zusagt. Tatsache ist jedenfalls, dass es nicht nur EINE heilende Therapie gibt, sondern viele Therapie-Möglichkeiten.

Die Gerson-Therapie: Spezielle Nahrungsergänzungsmittel

Die Nahrungsergänzungsmittel während der Gerson-Therapie sind in der Tat speziell und grösstenteils in jedem Fall nur in Absprache mit dem Arzt oder Heilpraktiker einzunehmen.

Neben Verdauungsenzymen (Pankreatin und Acidol (Betain-Hydrochlorid und Pepsin)) kommen auch Schilddrüsenextrakt und Jod (in Form von Lugolscher Lösung) zum Einsatz. Damit sollen Stoffwechsel und Immunsystem stimuliert und der Organismus zur Selbstheilung aktiviert werden.

Gerade Jod und Schilddrüsenextrakt sollten keinesfalls von Patienten eingenommen werden, die Symptome einer Schilddrüsenüberfunktion oder Hashimoto zeigen, wie z. B. Herzrasen, Schlaflosigkeit, nervöse Unruhe u. a. Da Herzrasen vorübergehend auch auf eine Entgiftung zurückgeführt werden kann, man aber selbst oft nicht dazu in der Lage ist, dies richtig einzuschätzen, sollte in jedem Falle die Sache mit dem Therapeuten besprochen werden.

Und obwohl Gemüsesäfte und die begleitende vegetarische Ernährung während der Gerson-Therapie ohnehin stark kaliumreich ist, verordnet Dr. Gerson zusätzliches Kalium als Nahrungsergänzung.

Des Weiteren gibt es einen Rohleberextrakt mit Vitamin B12, um die Blutbildung anzuregen sowie mehrmals täglich je 50 mg Niacin (Vitamin B3). Letzteres muss ebenfalls sehr individuell verordnet werden. Lebergeschädigte erhalten weniger B3, Menschen, die Cortison einnehmen, sollten – laut Dr. Gerson – gar kein B3 bekommen.

Zusätzlich gibt es zweimal täglich je einen Löffel Leinöl – und zwar mittags und abends zur Versorgung mit lebenswichtigen Fettsäuren. Dr. Gerson beobachtete, dass seine Krebspatienten offenbar keinerlei Fett vertrugen. Sobald die Tumoren endlich verschwunden waren, kehrten diese umgehend zurück, wenn der Betreffende wieder kleine Mengen Fett (Öl, Eigelb oder Butter) ass. Setzte man das Fett erneut ab, schrumpfte der Tumor wieder.

Dr. Gerson stiess dann auf die Forschungen von Dr. Johanna Budwig, die das Leinöl bei Krebs empfahl. Und tatsächlich: Leinöl ist das grosse Ausnahmefett und kann bei Krebs verzehrt werden, ohne dass dieser wieder wächst – so zumindest die Erkenntnisse Dr. Gersons.

Gerson-Therapie heilt den ganzen Körper

Bei dieser Liste mit Nahrungsergänzungsmitteln wird deutlich, dass mit der Gerson-Therapie nicht eine bestimmte Krankheit oder ein bestimmtes Organ "behandelt" wird. Stattdessen zielt jede Massnahme auf den Gesamtorganismus und seine Stärkung ab.

Daher verschwindet bei einer derart ganzheitlichen Therapie auch nie nur eine Krankheit, sollten mehrere vorhanden sein, sondern meist alle miteinander, wie z. B. bei einer Patientin, die an einem metastasierenden Melanom (Hautkrebs) litt, ausserdem an grauem Star, Arthrose, Übergewicht, Bluthochdruck, insulinpflichtigem Typ-2-Diabetes und Schwerhörigkeit.

Die Gerson-Therapie führte die Patientin wegen ihres Krebses durch – und zwar unter Aufsicht ihres Arztes. Als das Melanom verschwunden war, gehörten auch die übrigen Gesundheitsbeschwerden – an deren Heilung

die Patientin gar nicht mehr zu hoffen gewagt hatte – der Vergangenheit an. Nicht einmal mehr Insulin benötigte die Patientin.

Ein anderer Patient litt an Prostatakrebs, regelmässigen Nierenkoliken und Bluthochdruck. Ausserdem hatte er drei Bandscheibenvorfälle hinter sich, die mit starken Schmerzen und Muskelschwund im Bein einhergingen. Er war Vollinvalide. Nach zwei Jahren Gerson-Therapie war der Krebs weg, alle anderen Beschwerden ebenfalls und er war wieder voll einsatzfähig.

Gerson-Therapie: Die Dauer

Die Gerson-Therapie ist nun aber nicht etwa in zwei oder vier Wochen erledigt, auch nicht nach einem halben Jahr. Die meisten Patienten sollten mindestens zwei Jahre dabei bleiben.

Meist ist es jedoch so, dass die geheilten Menschen dies nicht als Last empfinden. Sie sind ihrer neuen Ernährungsweise so dankbar und verbunden, dass sie gar nicht mehr die "normale" Ernährung praktizieren möchten, sondern auch nach Ablauf der zwei Jahre lieber bei der heilenden Frisch- und Vitalkost bleiben.

Oder wie es der Ehemann einer (dank der Gerson-Therapie) von Pankreaskrebs geheilten Frau ausdrückte: "Pat hat nach einer Rettungsleine Ausschau gehalten, und wann man eine solche erst einmal gefunden hat, fällt es äusserst schwer, sie wieder loszulassen."

Im *Buch von Charlotte Gerson finden Sie detaillierte Informationen und Tipps zur Gerson-Therapie, viele Erfolgsgeschichten und zahlreiche Rezepte im Anhang.

Hinweis: Unser Artikel stellt die Gerson-Therapie vor. Wie im Artikel erwähnt, handelt es sich nicht um ein Allheilmittel. Ob die Gerson-Therapie für Sie persönlich geeignet ist, besprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt oder Heilpraktiker oder kontaktieren Sie das Gerson Institute bzw. eine Gerson-Klinik. Unserer Meinung nach stellen die Gerson-Therapie oder Teile daraus eine hervorragende Möglichkeit dar, den Organismus auch während einer schulmedizinischen Therapie bestmöglich zu versorgen. Denn wer sich nicht entscheiden kann, welche Therapie er machen soll, kombiniert diese am besten. Nicht selten können Chemo & Co dann viel besser überstanden werden.

Ein Film über Menschen, die sich von Krebs geheilt haben

Sechs Menschen in der Doku THE FOOD CURE haben nicht mehr viel zu verlieren. Sie setzen all ihre Hoffnung in die Gerson-Therapie. Dabei handelt es sich um eine Ernährungstherapie, bei der man stündlich einen frisch gepressten Gemüsesaft aus Bio-Gemüse trinkt und sich salz-, zucker- und ölfrei ernährt. Zusätzlich werden regelmässig Kaffeeeinläufe zur Entgiftung und Entlastung der Leber durchgeführt und bestimmte Nahrungsergänzungsmittel eingenommen.

Mehr zum Thema Krebs und Ernährung finden Sie hier: Kann Ernährung Krebs heilen?

Wichtiger Hinweis

Dieser Artikel wurde auf Grundlage (zur Zeit der Veröffentlichung) aktueller Studien verfasst und von MedizinerInnen geprüft, darf aber nicht zur Selbstdiagnose oder Selbstbehandlung genutzt werden, ersetzt also nicht den Besuch bei Ihrem Arzt. Besprechen Sie daher jede Massnahme (ob aus diesem oder einem anderen unserer Artikel) immer zuerst mit Ihrem Arzt.

Quelle: https://www.zentrum-der-gesundheit.de/bibliothek/naturheilkunde/behandlungsformen/gerson-therapie
20230317 DT (https://stopreset.ch)