

Dr GERSON OG HANS TERAPI

Ovanstående rubrik och nedanstående text är ur boken;

"DEN NORSKE HUSMOR" och ett kapitel handlar om *koksaltförgiftning*, skriven på 30-talet.

Text, Av dr. O.v. Spindler.

Sammanställt av Thorleif Sand, och inskrivet av Anne, 2003-05-15

Rev: 10-03-25 & augusti 2009.

Ordbehandlad med OpenOffice-dokument (=gerson.odt) – Ladda ner [PDF-dokument](#)



Läs min sammanställning om "Salt ger ohälsa" www.malfall.se/kemi/salt-gift.html

Läs mera om Dr. Max Gerson -> <http://www.alkalizeforhealth.net/freshjuices.htm#potassium>

I USA kan man köpa GERSON-böcker, se nedanstående länk:

<http://www.amazon.com/exec/obidos/ASIN/0961152621/alkalizeforhealt/102-8535388-4486501>

Den tyske lægen Max Gersons navn er i de siste år blitt kjent over hele verden og vil antagelig bli et av dem som går inn i medisins historie ved siden av andre banebryteres navn.

Til navnet Gerson knyttes ofte navnene Sauerruch, den berømt kirurg og prof. Hermannsdorfer, dosent ved universitetet i Berlin.

De to sistnevnte videnskapsmenn var blandt de første som erkjente betydningen av Gersons oppdagelse og sluttet sig til hans system idet de innførte hans behandlingsmetode både i privatpraksis og ved de medisinske institutter og hospitaller de var knyttet til.

Av helbredelser ved Gersonmetoden, som efter tidligere betraktningmåte nesten kan betegnes som grensende til miraklet, foreligger nu mange hundre og kanskje tusen, og sakens betydning understrekes ved den livlige polemikk som føres i fagtidsskriftene.

Historien gjentar sig alltid.. Overalt hvor ny sannhet oppdages, står snart striden omkring oppdageren, inntil lyset har brutt sig frem igjennom tidligere fordommers og misforståelsers tåke.

Medisins historie er rik på sådanne episoder. Vi behøver ikke gå lengre tilbake enn omkring 50 år, da bakteriologene oppdaget at smittebærere for mange sykdommer var mikroskopiske encellede vesener. Hvor stod ikke striden høyt mot de fredsforstyrre, som vilde velte miasmeteorien, m.m. Der fantes for ikke mange år siden ennu trofaste tilhengere av de gamle teorier, som nektet tuberkelbasillens rolle som årsak til tuberkulose. Og eldre fagmenn husker vel alle Petterkofers forsøk på å motbevise basillteorien ved å innta kultur av koleravibrioner.

Sannheten skal efter menneskelig tenkemåte all-

tid være enkel og lett forståelig. Men erfaringen viser, at det er bare få, som får anledning til å se en objektiv sannhets mangesidige sammenheng med menneskelige forhold. Ofte tar man sin egen synsvinkel for den eneste mulige.

Gerson har I likhet med andre fremragende læger, I den nyere medisinske litteratur inntatt det standpunkt at den mange steder herskende tendens I ledende fagkretser, å henlegge tyngdepunktet for diagnosen såvel som for behandlingmåten til laboratoriumsforøk, inneslutter den fare at man overser pasientens individualitet. Laboratoriet spiller som rimelig eer en viktig rolle I den moderne medisin. Siden Liebigs dager hadde den fysiologiske kjemi utviklet sig på en uanet måte, hundre av kjemiske forbindelser blev oppdaget, og beskrevet som produkter av normal eller sykkelig stoffskifte, man veiet I gram og målte I kalorier alle til legemets ernæring nødvendige stoffer. Oppdagelsen av kjertlenes indre sekresjon hadde kastet nytt lys over livets mangesidige og innviklede funksjoner, studiet av mineralstoffskiftet I sammenheng med teorien om vannstoffionenes konsentrasjon brakte uventede opplysninger. Man trodde å kjenne alle ernæringsproblemer helt ut. Så kom vitaminenes oppdagelse, som viste på nytt, I analogi med kjertlenes mystiske virksomhet I kroppen, at der fantes også andre uveielige og umålbare krefter, som var uunnværlige for å opprettholde likevekten I livsfunksjonene.

Men tiltross for alle disse geniale oppdagelser stod lægen ofte avmektig overfor en rekke sykdommer, som synes å være uten motmiddel.

Gerson har vist veien til å bekjempe minst to av dem: Migræne og tuberkulose. Den første, som ødelegger utallige menneskers livsglede og arbeidskraft er ikke smittende. Den andre, hvis ofres antall øker med hvert år, truer med å avfolke hele byer og landsdele ved sin smittsomhet.

Gersons store fortjeneste består I, å ha bevist, ved å eksperimentere først på sig selv, senere ved å

benytte de oppnådde resultater ved behandling av andre pasienter at en stor del av befolkningen i kulturlandene lider av en kronisk koksaltforgiftning, som er grunnårsaken til migræne og svekker motstandsdyktigheten mot infeksjoner, spesielt tuberkulose. Man visste tidligere, at koksalt – klornatrium- i enkelte tilfeller spiller en viktig og ofte skjebnesvangre rolle ved mange sykdommer. Ofte stanset utskillelsen av klornatrium og derved ble store vannmengder tilbakeholdt i kroppen – vannsott. I andre tilfelle av hjerte- og nyresykdommer måtte pasientens bruk av koksalt nedsettes til et minimum for å forbedre tilstanden. Epilepsi ble behandlet ved saltfri mat, ofte med gode resultater. Dette og meget annet om koksalt visste man, prof. Lahmann f.eks. hadde tidlig henvist til fordelene av å anvende saltfattig diett. Men å oppdage de egentlig sammenheng mellom disse ting var forbeholdt dr. Gerson. Oppdagelsens historie lar sig fortelle i få setninger.

Dr. Max Gerson led fra ungdommen av migræne. Denne sykdom, hvis navn så ofte misbrukes, er i sine utpregede former en av menneskehetens verste plager. Bare den som har hatt anledning til å se fra nært hold de lidelser som migrænesyke gjennomgår, kan gjøre sig en forestilling om den betydning Gersons oppdagelse har for millioner av lidende mennesker.

Dr. Gerson brukte mange års arbeide for å komme sannheten på spor. Lidende selv av migrænenes kvaler, er det nærliggende at han hadde et særlig interesse for migrænepasienter. Der fantes en viss analogi mellom migræneanfallene og enkelte andre stoffskiftesykdommer.

Langvarige stoffskifteundersøkelser viste at der under migræneanfallene samtidig opptrådte en abnorm utskillelse av koksalt, som om kroppen ville befri sig for noen generende. Det var påfallende, men ved epilepsi var der kjent noget lignende. Denne observasjon førte til den oppdagelse at de vanlige benyttede mengder koksalt for mange mennesker i lengden virker som en gift, spesielt på visse nervepartier, men også på andre vev. Og ved å anvende denne oppdagelse på sitt eget tilfelle, helbredet han ved en streng koksaltfri diett først sin egen migræne og derefter mange lidelsesfeller. Dermed var grunnstenen til hans berømmethet lagt, den før uhelbredelige migræne var blitt helbredelig.

Den oppdagelse, at koksaltforgiftning også frembringer disposisjon for tuberkulose, skyltes et tilfelle da Gerson på anmodning av en kollega behandlet en pasient for migræne, som hadde et stygt utslett i ansiktet, dette utslett var allerede i lang tid behandlet av andre læger og var på denne tid under poliklinisk behandling. Da Gerson ikke

ville gripe inn i en annen kollegas behandlingsmetode aktet han ikke videre på utslettet, men behandlet utelukkende migrænen etter sin metode, med beste resultater. Mannen presenterte sig efter nogen tid og Gerson la merke til at utslettet var forsvunnet samtidig med migrænen. En nærmere undersøkelse viste, at utslettet hadde vært lupus – hudtuberkulose – som hadde motstått alle tidligere anvendte behandlingsmetoder. Med andre ord bare den kroniske koksaltforgiftning hadde forhindret helbredelsen.

Først da oppfattet Gerson den fulle betydning av sin oppdagelse, at koksalt kan være en farlig gift for mange og for alle et stoff som må nytes med måtehold. Det er nok sant at mange, kanskje de fleste mennesker tåler koksalt i mengder som ofte betydelig overskrider det vanlige uten tilsynelatende å ta skade av det. Men ingen vet i forveien, hvor meget og hvor lenge han tåler det. Så blir plutselig og uforklarlig en forkjølelse eller en mekanisk forstyrrelse, et støt, et fall, etc., årsaken til en alvorlig sykdom, tilsynelatende uten sammenheng med den nevnte hendelse. Forklaringen er at legemet allerede i lengre tid har kjempet mot koksaltforgiftning og oppbrukt kreftene i denne kamp. Kroppen var kommet til et likevektspunkt hvor den minste forstyrrelse kan være tilstrekkelig til å la vekstskålen synke ned til den siden hvor basilleinfeksjonen får overtaket over legemets forsvarsmidler. Og efter de hittil gjorte erfaringer er det nettopp legemets motstandskraft mot infeksjoner, som svekkes ved koksaltforgiftning. Det beste bevis på dette er helbredelsen av hudtuberkulose i mange tilfeller bare ved saltfri diett og at behandlingen av tuberkulose i alle former ved saltfattig og samtidig vitaminrik kost frembringer ofte meget gode resultater endog i fremskredne tilfeller som før ansås for håpløse.

Vi har ikke til hensikt her å gå inn på kliniske enkeltheter, i så henseende henviser vi til den medisinske faglitteratur m. a. Norsk Mag. For Lægevidenskapen 1931 no. 11 og Tidsskr. for den Norske lægeforening 1932 no. 2.

GERSON-DIET

Man hører regelmessig under diskusjonen om saltfri diett innvendingen at også dyrene liker koksalt og spiser det i betydelige mengder når de kan få fatt i det og derav trekker man den slutting at det skulle være naturlig og uskadelig for mennesker å tilsette koksalt til næringsmidlene. Dette resonnement beror på en misforståelse og holder ikke stikk. Her dreier det sig hovedsakelig om tamme og kanskje noen ville kloddyr, andre ville dyr har vel sjelden anledning til regelmessig å få salt i større mengder, fraset at de ville arter ikke ville like det, like så litet som tamme hunder og katter ville like det. Med samme rett ville man

da kunne påstå at tobakk og alkohol er uskadelige, fordi geiter er meget glade i tobakk og hester, mange hunder, høns og ender liker å beruse seg med alkoholiske drikke.

For bedre å illustrere saltmengdens betydning i stoffskiftet skal vi nevne her at vår almindelig "måtelig" saltet mat tilfører legemet inntil 50 ganger mer salt enn det har behov for. Men mange mennesker spiser betydelig mere enn det. Til å utskylle dette enorme overskudd trenger stoffskiftet en større mengde vann som på nytt belaster først hjertet så hele stoffskiftet, hudkjertlene og nyrene. Legemet presterer ved å befri seg for denne uhyre kroniske belastning et stort arbeid, som sikkert spiller en rolle ikke alene ved infeksjoner, men også i hjerte- og nyresykdommer og kanskje også i andre forandringer i vevene f.eks. nydannelser. Dr. Gerson nevnte i sitt foredrag i Oslo at meget tydet på at sinnsykdommer ofte står i forbindelse med koksaltforgiftning.

Den oprindelige Gersondiet går ut på at den sykes legeme til å begynne med skal befries for alt overflødig salt og klornatrium NaCl. Næringen skal bare inneholde de små mengder av dette stoff som naturen selv har nedlagt i naturproduktene. Endog melken rasjoneres sterkt fordi den inneholder forholdsvis meget NaCl. Smøret skal være usaltet, ingen rett tilsettes salt. Kjøtt tillates ca. 100 gr. om uken, fisk like så meget. Saltede, røgede og hermetiske matvarer er forbudt. Derimot benyttes hovedsakelig grønnsaker og frukt, mest mulig i rå form kryddet med citronsaft og litt aromatiske tilsetninger. Grønnsaker anbefales også lett oppvarmet en kort tid i olje. Hvor der viser seg nødvendig benyttes utpresset grønnsaksaft tilsatt citronsaft og fruktsaft.

Prinsippet er å la legemet komme seg av saltforgiftningen og å stimulere de normale næringsfunksjoner ved å "oversvømme" stoffskiftet med vitaminer.

Forbudt under kuren er alle opphissende og irriterende nytelsesmidler fremfor alt tobakk, kaffe, sterk te, alkohol, slikkerier, etc. Sukker skal helst erstattes med honning. Som drikk anbefales fersk presset citronsaft med vann; men da hele dietten er innstillet på sterkt vannholdige materialer er behovet for drikk meget litet.

Denne strengeste form for Gersondiet fører på forholdsvis kort tid til sikre resultater. Men i mange tilfeller er det vanskelig å gjennomføre den f.eks. i private husholdninger eller ved uttalt motvilje mot saltfri kost.

I det sistnevnte tilfelle kan salt erstattes med "Bugusal" en blanding av fruktsalter med saltsmak, som er absolutt fri for koksalt. Da også eddike virker uheldig på fordøyelsen hos mange skal den helst erstattes med "Citrocet", fremstillet av citronenes syre.

Vi anbefaler alle som interesserer seg for Gersondieten å kjøpe Gersons bok "Min diet", autorisert oversettelse for Norge og Danmark som fåes hos alle bokhandlere.

Dessuten er der utkommet på tysk og svensk: Prof. Hermannsdorfer og frues "Kokebok for Tuberkulose". Foruten flere hundre oppskrifter for tilberedning av retter, er der i begge bøker også nevnt preparater som letter overgangen fra den almindelige kosthold til den nye diet: Eugusal, Ejector, Citroset, Mineralogen, Alkatalogen, Eujecor med phosphor. De tre siste utleveres bare på apotek mot resept. Disse preparater fremstilles i Norge ved A/S Apothekernes Laboratorium for Specialpreparater, Skøyen pr. Oslo, med enerett for de skandinaviske land.

Eugusal er et preparat som uten å være et medikament spiller en betydningsfull rolle i Gersondieten derved at patienten i overgangstiden ikke blir fristet til å bruke koksalt. Erfaringen viser at mange som er vant til sterkt saltet mat, mister matlysten ved usaltet kost. I disse tilfeller gjør Eugusal utmerket tjeneste.

Eujecor er en spesielt tilberedt levertran for personer som har motvilje mot transmak, eller ikke tåler tranens fettstoffer. Da levertran er en av de beste vitaminkilder for voksende barn såvel som for visse svakhetstilstander hos voksne nettopp i de tilfeller hvor Gersondieten er indisert, er det viktig å utelukke den almindelige rans ulemper. Dette er skjedd ved å tilsette planteekstrakter med mavestyrkende og smakforbedrende egenskaper. Gerson anbefaler derfor Eujecor som hjelpemiddel ved saltfri diet, da den foruten å eie tranens fortrinnsfulle egenskaper forhøyer matlysten og øker magesaftens avsondring.

Citrocet. Almindelig eddik virker ofte uheldig på mavens funksjoner. Derfor skulde den erstattes med citronsaft hvor dette er mulig. Citroset er fremstillet med citronens syre, og erstatter på den heldigste måte den almindelige eddik og den såkalte vineddik ved tilberedning av mat.

Mineralogen er en blanding av mineralske stoffer som legemet trenger til vevenes oppbyggelse og til å vedlikeholde mineralstoffskiftet. Enkelte bestanddeler virker spesielt på leverens og galdens funksjoner. Mineralogen fåes bare på apotek mot lægeresept.

Natriumfria och osalta hälsningar
Thorleif Sand