

ZUR SOFORTIGEN FREIGABE

Orthomolekularer Medizinischer Informationsdienst, 31. Juli 2025

Thomas Sowells Warnung und die Krise der medizinischen Experten

Warum die moderne Medizin versagt – und wie die *orthomolekulare Medizin* es richtig macht

Von Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D.

◆ **Wichtigste Punkte**

- ✓ Der „Konsens der medizinischen Experten“ hat die öffentliche Gesundheit wiederholt im Stich gelassen – Sowells Kritik an realitätsfernen Intellektuellen erklärt warum
 - ✓ Top-down-Richtlinien geben oft Theorie und Qualifikationen Vorrang vor realen klinischen Ergebnissen
 - ✓ *Orthomolekulare Medizin* bietet eine patientenzentrierte Alternative: Sie basiert auf Biologie, Erfahrung und einer auf Nährstoffen basierenden Heilung
 - ✓ Chronische Krankheiten wie Diabetes, ASCVD (*atherosclerotic cardiovascular disease, atherosklerotische Herz-Kreislaufkrankheit*) und Krebs sprechen besser auf eine Stoffwechselkorrektur an als auf die Verfolgung von Ersatzmarkern
 - ✓ Um das Gesundheitswesen zu reformieren, müssen wir von Qualifikationsnachweisen zu individueller Verantwortung und biologischer Realität übergehen.
-

Anmerkung der Redaktion

Dieser Artikel nutzt den Rahmen des Ökonomen Thomas Sowell, um die systemischen Versäumnisse der modernen Medizin zu untersuchen. Es handelt sich zwar nicht um eine klinische Studie, aber er liefert ein philosophisches Argument für die Rückkehr zu einer auf Nährstoffen basierenden Versorgung, die sich auf die Ursachen konzentriert.

„Die erste Lektion der Wirtschaftswissenschaften ist die Knappheit: Es gibt nie genug von etwas, um alle zu befriedigen, die es wollen. Die erste Lektion der Politik ist, die erste Lektion der Wirtschaftswissenschaften zu ignorieren.“ – Thomas Sowell

Thomas Sowell, einer der scharfsinnigsten Denker unserer Zeit, warnte wiederholt vor den Gefahren von Intellektuellen, die keinen Bezug zur realen Welt haben. Obwohl er sich selten direkt mit der Medizin befasste, lassen sich seine Erkenntnisse eindrucksvoll auf die heutige Krise des Gesundheitswesens übertragen – ein System, das von akademischen Eliten, starren Richtlinien und zentralisierter Autorität dominiert wird, während praktische, patientenorientierte Weisheit an den Rand gedrängt wird.

Nirgendwo ist diese intellektuelle Überheblichkeit schädlicher als in der modernen Medizin.

Die Illusion der Expertise

Die Schulmedizin stellt Qualifikationen über Ergebnisse – Facharztzulassungen, randomisierte kontrollierte Studien und Richtlinien von Gremien werden zu Ersatzgrößen für Kompetenz. Aber wie Sowell feststellte, **garantieren Qualifikationen keine Verantwortlichkeit** – insbesondere wenn diejenigen, die die Gesundheitspolitik gestalten, nie unter deren Versagen leiden.

Ein Lehrbuchbeispiel: der Kampf gegen gesättigte Fette und Cholesterin. Jahrzehntlang wurden auf der Grundlage fehlerhafter Interpretationen begrenzter Daten fettarme, kohlenhydratreiche Ernährungsrichtlinien propagiert. Das Ergebnis? Ein weltweiter Anstieg von raffinierten Kohlenhydraten, Stoffwechselstörungen und Fettleibigkeit – alles mit Zustimmung der Experten.

Sowell würde fragen: *Wer hat den Preis bezahlt?* Nicht die Experten. Die Patienten.

Kein Eigeninteresse

Eine der zentralen Warnungen von Sowell: Wenn Intellektuelle vor den Folgen geschützt sind, vermehren sich ihre Fehler. Medizinische Richtlinien werden oft ohne direkte Rechenschaftspflicht derjenigen umgesetzt, die sie erstellt haben.

Nehmen wir Statine: Trotz ihres begrenzten Nutzens in der Primärprävention werden sie aggressiv verschrieben. Muskelschmerzen, kognitive Nebenwirkungen und Insulinresistenz werden routinemäßig ignoriert oder heruntergespielt. Und wenn Schäden auftreten? Dann ist der Patient schuld – wegen „Nichtbefolgung“, nicht das Protokoll.

Modelle vs. Realität

Sowell warnte vor der Gewohnheit von Intellektuellen, die chaotische Realität durch saubere theoretische Modelle zu ersetzen. In der Medizin geschieht dies in Form von **Ersatzmarkern** – LDL, HbA1c, BMI – anstelle des Wohlbefindens oder der Stoffwechselfunktion der Patienten.

Betrachten wir Typ-2-Diabetes: Er wird als Problem der Glukosekontrolle behandelt, mit Medikamenten, die den Blutzucker senken sollen. Aber **Insulinresistenz, verursacht durch schlechte Ernährung, Entzündungen, Toxine und Nährstoffmangel, ist die eigentliche Ursache.**

Die *orthomolekulare Medizin* kehrt das Schema um. Sie konzentriert sich auf die Wiederherstellung der Zellgesundheit durch **Nährstoffauffüllung, Entgiftung, Hormonhaushalt und Stoffwechselreparatur** – Maßnahmen, die Ursachen bekämpfen und den Patienten behandeln, nicht die Zahlen.

Richtlinien vs. gesunder Menschenverstand

Ärzte an vorderster Front und Patienten entdecken oft wirksame Therapien lange bevor die Richtlinien nachziehen:

- Ketogene Diäten, die Diabetes umkehren([1-5](#))
- Vitamin C zur Vorbeugung oder Verringerung von Virusinfektionen([6-9](#))
- Vitamin D zur Vorbeugung oder Verringerung von Virusinfektionen([10-12](#))
- Magnesium zur Linderung von Bluthochdruck([13,14](#))

In Sowell's Rahmenkonzept werden diese jedoch als „anekdotisch“ abgetan. Institutionelle Entscheidungsträger lehnen alles ab, was nicht in ihre eng definierten Modelle passt – selbst wenn es klare Beweise aus der Praxis gibt.

Diese **intellektuelle Arroganz** bringt jahrhundertelange praktische Weisheit zum Schweigen, darunter Erkenntnisse aus traditionellen Kulturen, ganzheitlichen Praktiken und individuellen Experimenten.

Zentrale Planung und Einheitsversorgung

Sowell lehnte die zentrale Planung komplexer Systeme vehement ab – und die moderne Medizin passt genau in dieses Schema. „Versorgungsstandards“ werden heute von bürokratischen Gremien diktiert, nicht von der Weisheit am Krankenbett. Ob es sich nun um

- COVID-19-Impfvorschriften
- pauschale Statinverschreibungen
- standardisierte Krebsprotokolle

... handelt, die Entscheidungsfindung erfolgt von oben nach unten, ohne Rücksicht auf die Vielfalt der biologischen Gegebenheiten und Umstände der Patienten.

Im Gegensatz dazu ist die *orthomolekulare Medizin von Natur aus dezentralisiert*. Sie respektiert die biologische Individualität, fördert Selbstversuche und setzt sich für Therapien ein, die sicher, erschwinglich und auf physiologischen Erkenntnissen basieren.

Die Weisheit in der Medizin wiederherstellen

Thomas Sowell's Weisheit drängt zu einer radikalen Abkehr von institutioneller Arroganz und zurück zu persönlicher Verantwortung, biologischer Realität und gesundem Menschenverstand.

Die *orthomolekulare Medizin* verkörpert diesen Wandel. Sie ist keine „alternative Medizin“, sondern eine korrigierende Medizin. Sie strebt nach:

- **Verantwortlichkeit statt Autorität**
- **Weisheit statt Referenzen**
- **Individuelle Versorgung statt zentraler Vorgaben**
- **Heilung der Ursachen statt Symptombekämpfung**

Schlusswort: Hinterfragen Sie die Experten

Um die moderne Medizin zu reformieren, müssen wir genau das tun, was Sowell in allen Bereichen gefordert hat:

- **Zentralisierte Narrative hinterfragen**
- **Lebensnahe Ergebnisse über akademische Theorie stellen**
- **Zurück zu einer rationalen, nährstoffbasierten Versorgung**

Die Zukunft der Gesundheit wird nicht in Elfenbeintürmen entschieden werden. Sie wird in Kliniken, Küchen und Gemeinschaften neu gestaltet werden – von denen, die sich dafür entscheiden, unabhängig zu denken und biologisch zu heilen.

Über den Autor

Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D. – *Chefredakteur, Orthomolecular Medicine News Service*

Dr. Cheng ist ein in den USA ausgebildeter und staatlich geprüfter Arzt, der sowohl in den USA als auch in China praktiziert. Er ist spezialisiert auf integrative und orthomolekulare Medizin und verfügt über klinische Erfahrung in den Bereichen kohlenhydratarmer Ernährung, Hochdosis-Vitamintherapie, Anti-Aging und funktionelle Medizin. Darüber hinaus ist er international als medizinischer Ausbilder, Gesundheitsberater und Verfechter einer auf Ursachen und Ernährung basierenden Gesundheitsreform tätig.

Referenzen:

1. Poplawski MM, Mastaitis JW, Isoda F, Grosjean F, Zheng F, Mobbs CV. Reversal of diabetic nephropathy by a ketogenic diet. PLoS One. 2011 Apr 20;6(4):e18604.
2. Yuan X, Wang J, Yang S, Gao M, Cao L, Li X, et al. Effect of the ketogenic diet on glycemic control, insulin resistance, and lipid metabolism in patients with T2DM: a systematic review and meta-analysis. Nutr Diabetes. 2020 Nov 30;10(1):38.
3. Saslow L. Clinical Trial Evidence for Type 2 Diabetes Remission and Reversal through Dietary Approaches [Internet]. 2024 Feb 22; Hallberg Legacy Course. Tarsus Medical Education. Retrieved from the University of Michigan CME portal. Available from: https://cme.tarsusmedicaleducation.com/sites/default/files/course/2024-10/04_Saslow%20Hallberg%20Type%202%20Reversal%20Talk%2002-22-24.pdf?utm_source=chatgpt.com
4. Versha, Jangra Y, Sharma L, Meher A, Tare H. The Role of Ketogenic Diet in the Management of Diabetes and Overcome its effect: A Review. IJPQA. 2023 Mar 25;14(01):220-5.
5. Yancy WS, Foy M, Chalecki AM, Vernon MC, Westman EC. A low-carbohydrate, ketogenic diet to treat type 2 diabetes. Nutr Metab (Lond). 2005 Dec 1;2:34.
6. Reboot Your Gut: Optimizing Health and Preventing Infectious Disease [Internet]. [cited 2025 Jul 18]. Available from: https://orthomolecular.org/resources/omns/v15n16.shtml?utm_source=chatgpt.com
7. Cheng RZ. Can early and high intravenous dose of vitamin C prevent and treat coronavirus

disease 2019 (COVID-19)? Med Drug Discov. 2020 Mar;5:100028.

8. Hemilä H, Chalker E. Vitamin C reduces the severity of common colds: a meta-analysis. BMC Public Health. 2023 Dec 11;23(1):2468.

9. Abioye AI, Bromage S, Fawzi W. Effect of micronutrient supplements on influenza and other respiratory tract infections among adults: a systematic review and meta-analysis. BMJ Glob Health [Internet]. 2021 Jan 19 [cited 2025 Jul 18];6(1). Available from: <https://gh.bmj.com/content/6/1/e003176>

10. Grant WB, Wimalawansa SJ, Pludowski P, Cheng RZ. Vitamin D: Evidence-Based Health Benefits and Recommendations for Population Guidelines. Nutrients. 2025 Jan;17(2):277.

11. Bergman P, Lindh AU, Björkhem-Bergman L, Lindh JD. Vitamin D and Respiratory Tract Infections: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. PLoS One. 2013;8(6):e65835.

12. Wang CH, Porta L, Yang TK, Wang YH, Wu TH, Qian F, et al. Optimal methods of vitamin D supplementation to prevent acute respiratory infections: a systematic review, dose-response and pairwise meta-analysis of randomized controlled trials. Nutrition Journal. 2024 Aug 14;23(1):92.

13. Behers BJ, Behers BM, Stephenson-Moe CA, Vargas IA, Meng Z, Thompson AJ, et al. Magnesium and Potassium Supplementation for Systolic Blood Pressure Reduction in the General Normotensive Population: A Systematic Review and Subgroup Meta-Analysis for Optimal Dosage and Treatment Length. Nutrients. 2024 Jan;16(21):3617.

14. Zhang X, Li Y, Del Gobbo LC, Rosanoff A, Wang J, Zhang W, et al. Effects of Magnesium Supplementation on Blood Pressure: A Meta-Analysis of Randomized Double-Blind Placebo-Controlled Trials. Hypertension. 2016 Aug;68(2):324-33.

Orthomolekulare Medizin

Orthomolekulare Medizin setzt eine sichere und wirksame Ernährungstherapie zur Bekämpfung von Krankheiten ein. Für weitere Informationen: <http://www.orthomolecular.org>

Der von Experten begutachtete Orthomolecular Medicine News Service ist eine gemeinnützige und nicht-kommerzielle Informationsquelle.

Redaktioneller Prüfungsausschuss:

Bitte sehen Sie am Ende der [engl. Originalversion](#) nach !

(übersetzt mit DeepL.com, v21n45, GD)