

--- Auszug / Kurzfassung ---

Feier zum 101. Geburtstag von Dr. Ken Walker (Dr. J. Gifford-Jones): Ein Vermächtnis medizinischer Weisheit und Langlebigkeit

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

- Interview mit Dr. Ken Walker von den Doktoren Thomas E. Levy und Richard Z. Cheng
- Vorstellung des neuesten Buches von Dr. W. Gifford-Jones: **Gesundes Wohnen im Ruhestand: Was sagt der Arzt?**

(OMNS, 26. März 2025) Vor 28 Jahren erlitt Dr. Walker im Alter von 73 Jahren einen schweren Herzinfarkt. Entgegen dem Rat seines Kardiologen lehnte er Statine ab und befolgte stattdessen die Empfehlungen von Dr. Linus Pauling, zweifachem Nobelpreisträger und Begründer der orthomolekularen Medizin, indem er hochdosiertes Vitamin C (10 Gramm oder mehr täglich) einnahm. Heute erfreut er sich bester Gesundheit, während die Kardiologen, die ihm zur Einnahme von Statinen geraten hatten, alle verstorben sind.

Link zu den Interviewvideos:

<https://rzchengmd.substack.com/p/the-longevity-code-a-101-year-old?r=lbr5k>

Februar 2025 markiert einen bemerkenswerten Meilenstein – **den 101. Geburtstag von Dr. Ken Walker**, den Millionen als **Dr. J. Gifford-Jones** kennen, dem beliebten kanadischen Arzt, medizinischen Kolumnisten und produktiven Autor. Sein Vermächtnis als unermüdlicher Verfechter der **medizinischen Freiheit, hochdosierten Vitamin C-Gabe und Langlebigkeit** inspiriert weiterhin Generationen von Ärzten und gesundheitsbewussten Menschen weltweit.

Ich hatte die Ehre, zusammen mit **Dr. Thomas Levy** ein Interview mit Dr. Walker über seine Geheimnisse der Langlebigkeit zu führen, und seine Erkenntnisse sind heute noch genauso tiefgründig wie damals. Er glaubte fest an die **Kraft der orthomolekularen Medizin, der Gesundheitsvorsorge und der Eigenverantwortung** und stellte häufig die Dogmen der Schulmedizin in Frage, um eine wissenschaftlich fundierte, patientenorientierte Versorgung zu erreichen.

Dr. Walkers **jahrzehntelanger Einsatz für Vitamin C**, inspiriert durch die Pionierarbeit von **Dr. Linus Pauling**, war seiner Zeit voraus. Lange bevor die Schulmedizin die Bedeutung der **Ernährungs- und Stoffwechselgesundheit** erkannte, forderte er die Leser auf, ihr Wohlbefinden mit **natürlichen, evidenzbasierten Lösungen** selbst in die Hand zu nehmen.