



PRESSEINFORMATION

Psychosomatischer Stress ist Risikofaktor für Krebs

Heidelberg, 07.10.2013

Andauernde psychische Belastungen wie die langjährige Pflege eines Angehörigen, ungelöste Konflikte oder chronischer Stress erhöhen das Krebsrisiko, sagt die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr (GfBK). Auch die Diagnose Krebs selbst wirkt traumatisierend. Die GfBK empfiehlt deshalb psychotherapeutische Hilfe.

Lange psychische Belastungen sind ein Krebsrisiko, das die Medizin zu wenig im Blick hat, meint die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr (GfBK) in Heidelberg. Dieser Zusammenhang sei kaum erforscht. „Beim Entstehen einer Krebserkrankung wirken mehrere Faktoren zusammen“, sagt Dr. med. György Irmey, Ärztlicher Direktor der GfBK. Schon allein deshalb tue sich die Wissenschaft mit Studien über seelische Einflüsse auf die Krebsentstehung schwer. Doch auch in der onkologischen Praxis werde viel zu wenig auf die psychischen Aspekte der Erkrankung geschaut. „Für die überwiegende Zahl der Erkrankten wirkt die Diagnose Krebs traumatisierend. Fast die Hälfte von ihnen braucht psychotherapeutische Hilfe, damit sie mit der Angst und dem massiven Stress umgehen können, den die Krankheit auslöst“, sagt Dr. med. György Irmey. „Da Psychotherapeuten nicht immer in ausreichender Zahl zur Verfügung stehen, halten wir eine psychoonkologische Schulung der Ärzte in der Krebsmedizin zwingend notwendig“.

Risikofaktor Psychosomatischer Stress

Der Hamburger Onkologe Dr. Walter Weber verwendet in seinem Buch „Hoffnung bei Krebs“ den alten Fachbegriff „cancer á deux“ - Krebs zu zweit. Er berichtet aus seiner langjährigen Praxis, wie Menschen, die ihren krebserkrankten Partner aufopferungsvoll pflegen, kurz nach dessen Tod selbst an Krebs erkranken. „Psychosomatischer Stress kann ganz offensichtlich Risikofaktor für die Auslösung einer Krebserkrankung sein. Das ist meine Beobachtung in 40 Jahren Onkologie“, sagt Weber. Diese Praxiserfahrung durch Zahlen zu erhärten, hält er für schwer. „Randomisierte prospektive Studien sind kaum möglich und der Ursachenbereich wird retrospektiv untersucht“, sagt Dr. We-

ber. „Gesichert dürfte der Zusammenhang von Krebs und Psyche bzw. Stress/Stressverarbeitung sein, wenn in einem zeitlich gut dokumentierten Zusammenhang sowohl der Progress wie der Regress von Krebswachstum im Zusammenhang mit Konflikten und Konfliktlösung zu beobachten ist. Dies konnte ich häufiger beobachten.“ Der Arzt und Psychotherapeut Dr. Rüdiger Dahlke berichtete auf dem Kongress für Biologische Krebsabwehr 2011, dass nach dem Tod eines geliebten Partners bei Witwen und Witwern häufiger Krebs auftritt. Die Harvard Medical School in Boston untersuchte Ende der neunziger Jahre tief trauernde Menschen. Zwei Jahre nach dem Tod des Partners traten bei „chronisch Trauernden“ häufiger Krebs, Bluthochdruck und Herzerkrankungen auf.

Stress schwächt das Immunsystem

Einig sind sich Wissenschaftler, dass Stress und andauernde starke psychische Belastung indirekte Effekte auf das Krebsrisiko haben. In belastenden Situationen ernähren sich viele Menschen ungesund, trinken mehr Alkohol, bewegen sich zu wenig. Sie schlafen oft schlechter, erschöpfen sich und haben schwächere Abwehrkräfte. Wie ein geschwächtes Immunsystem das Entstehen von Krebs beeinflussen kann, dafür gibt es verschiedene Theorien. Eine These besagt, dass ein höherer Spiegel von Stresshormonen wie zum Beispiel Cortisol in Zellen biochemische Veränderungen auslöst – und so zur Entstehung von Tumoren beiträgt.

Mediziner der Ohio State University haben erforscht, dass das Stressgen ATF3 unter bestimmten noch ungeklärten Umständen Zellen des Immunsystems dazu bringt, Krebs im Körper zu verbreiten. ATF3 wird aktiviert, wenn andere Körperzellen unter Stress geraten. Bei Brustkrebspatientinnen, bei denen ATF3 im Tumor in größeren Mengen produziert wurde, war die Verbreitung der Krebszellen über den gesamten Körper erhöht. Für Professor Tsonwin Hai von der Ohio State University bestätigen diese Ergebnisse, dass chronischer Stress ein Risiko für das Entstehen von Krebs darstellt.

Ändern statt aushalten

Aus der Begleitung von krebserkrankten Menschen weiß Dr. med. György Irmey, dass Angst und Stress sich negativ auf den Krankheitsverlauf auswirken. „Es ist wichtig, dass Patienten Verantwortung für sich übernehmen und sich sagen: „Ich bin nicht Opfer des Krebses, sondern bin Gestalter meines Lebens.“ Diese Haltung verändere den Umgang mit der Erkrankung, fördere die Gesundheit und eine höhere Lebensqualität.

„Ändern statt aushalten“ empfiehlt der Ärztliche Direktor der GfBK Menschen, die sich zu lange verausgaben, ihr eigene Bedürfnisse opfern, nur funktionieren. Dazu gehöre, die eigenen Emotionen besser wahrzunehmen und auf die eigenen Bedürfnisse zu achten. „Eine gesunde, achtsame Lebensweise, bei der vor allem das seelische Gleichgewicht im Mittelpunkt steht“, sagt Dr. Irme.

Pressekontakt

Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK)

Rainer Lange, Pressereferent

06221 4332108

presse@biokrebs.de

Die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK) ist ein unabhängiger, gemeinnütziger Verein, der Krebspatienten, Angehörige und Therapeuten unterstützt.

Mit 25 000 Mitgliedern und Förderern ist sie die größte Beratungsorganisation für ganzheitliche Medizin gegen Krebs im deutschsprachigen Raum.

Die GfBK setzt sich ein für eine individuelle, menschliche Krebstherapie, in der naturheilkundliche Methoden besonders berücksichtigt werden. Die Gesellschaft berät kostenfrei und unabhängig über bewährte biologische Therapieverfahren. Die Arbeit wird ausschließlich durch Mitgliedsbeiträge und private Spenden finanziert. Das Deutsche Zentralinstitut für soziale Fragen (DZI) hat der GfBK das Spendensiegel zuerkannt.