

Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer der GfBK,

können wir die Krise als Chance begreifen? Momentan vorherrschende Gefühle der Ohnmacht, Resignation und Hoffnungslosigkeit gehen an keinem von uns spurlos vorbei. Wir alle spüren in unserem Inneren, dass sich so viel in uns und um uns verändert. Für die meisten von uns ist es völlig ungewohnt, dass wir die Zukunft nicht kontrolliert planen können. Vielleicht ist die planbare Zukunft auch eine Illusion? Wir werden mit Sicherheit noch vielfältige Erfahrungen sammeln zu dieser Fragestellung.

Nicht zu wissen, wie es weitergeht, unendlich viel gefühlte Unsicherheit, das Achterbahnfahren der Gefühle sind im Umgang mit einer Krebserkrankung, die plötzlich in ein persönliches Leben eindringt, Alltag für viele Betroffene - eine Krebserkrankung tritt häufig so unvermittelt wie der Coronavirus und seine Varianten in unser Dasein. Der Virus hält seit mehr als einem Jahr die ganze Welt in Atem und wird uns noch eine Weile herausfordern. Einbahnstraßen, in welche Richtung auch immer, können im Umgang mit individueller Erkrankung wie auch dem Pandemiegeschehen langfristig nicht wirklich weiterhelfen. Wir können und dürfen uns nicht über andere erheben, wir alle sind individuell unterschiedlich geprägt von Verlustängsten, Existenzängsten, vielen Ängsten, die wir real oder in unserer Vorstellung erleben. [Lesen Sie weiter hier zu dem Thema in meinem Editorial](#) in der kommenden Ausgabe unserer Mitgliederzeitschrift *momentum-gesund leben bei Krebs*.

Vitamin D und Covid-19: Hinweise auf Immunschutz

Vitamin D findet weiterhin nicht nur in der Anregung des Immunsystems bei Krebserkrankungen, sondern auch mit seinen Möglichkeiten zur unterstützenden Behandlung bei Corona Erkrankungen zu wenig Beachtung. Die Gabe von Vitamin D kann den Verlauf und den Schweregrad von COVID-19-Erkrankungen abmildern. Darauf weisen die Ergebnisse einer Reihe von Studien hin. Der Vorteil des Vitamins: Es ist günstig, leicht verfügbar und praktisch ohne Nebenwirkungen. In Schottland und England erhalten Ältere und Vorerkrankte Vitamin-D-Präparate mittlerweile kostenlos. Die GfBK empfiehlt – besonders jetzt in den Wintermonaten – für eine ausreichende Vitamin D-Versorgung zu sorgen.

„Kein Nachweis für Anti-Corona-Wirkung von Vitamin D“, meldete SPIEGEL-Online vor kurzem und bezog sich auf die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE). Die hatte jedoch geschrieben, dass die „aktuelle Studienlage einen potenziellen Zusammenhang zwischen einem niedrigen Vitamin D-Serumspiegel und einem erhöhten Risiko für eine SARS-CoV-2-Infektion bzw. für einen schweren COVID-19-Verlauf vermuten“ lässt. Auch wenn die DGE (noch) keine konkreten Supplementationsempfehlungen gibt, stellt sie fest: „Die Häufigkeit einer unzureichenden Versorgung mit Vitamin D in Deutschland ist jedoch hoch.“ Die Fachgruppe COVRIIN am Robert Koch-Institut, die medikamentöse Therapien bei COVID-19 bewertet, ist mittlerweile etwas weiter. Sie empfiehlt die Substitution des Vitamins „bei Patient*innen mit nachgewiesenem oder vermutetem Mangel, bei denen ein erhöhtes Risiko für COVID-19 besteht oder bereits eine COVID-19-Erkrankung vorliegt.“ Bei kritisch kranken Patient*innen empfiehlt sie die Substitution bei nachgewiesenem Vitamin D-Defizit. Mediziner*innen, Fachgesellschaften, zahlreiche Medien und auch die Politik in Deutschland tun sich schwer mit dem Vitamin, dessen antientzündliche und immunstabilisierende Wirkung auch in zahlreichen Studien der Krebstherapie nachgewiesen ist. Das ist kaum verständlich und schwer vertretbar. [Lesen Sie weitere Details und Studienhinweise hier](#).

Mit Zistrose gegen Corona?

Eine neue Studie des Fraunhofer-Instituts Leipzig lässt vermuten, dass das Zistrosen-Präparat Cystus 052 von Dr. Pandalis antivirale Eigenschaften gegen SARS-CoV-2-Erreger aufweist. [Zum Artikel in momentum-gesund leben bei Krebs 1/2021](#).

Der Sinn und die Notwendigkeit der sozialen Kontakte aus anderer Perspektive

Der Psychologe Sheldon Cohen von der Carnegie Mellon University in Pittsburgh und seine Kolleg*innen suchen seit 30 Jahren in ihren Forschungsarbeiten nach Anhaltspunkten, warum manche Menschen Viren besser trotzen können und andere nicht. Für den Umgang mit den Coronaviren ergeben sich zumindest einige Anhaltspunkte. Neben ausreichendem Schlaf, Sport und Alkoholabstinenz spielt die Anzahl der sozialen Rollen eine entscheidende Rolle. Wer nur wenige

Rollen innehatte, erkrankte rund vier Mal häufiger an Erkältungsbeschwerden als Menschen mit sechs oder mehr sozialen Rollen. Die Anzahl der Kontakte, die Berührung und Begegnung und das damit verbundene Erleben, "ich werde geliebt und gebraucht", stärkt wohl unser Immunsystem. Zum Artikel "[Wer den Viren trotz!](#)" auf spektrum.de.

Lesenswerter Artikel aus momentum-gesund leben bei Krebs

Krankheit ist ein WENDEpunkt – sie fordert auf, umzudenken, emotionale Lasten zu erlösen, den Körper wieder wohligh zu bewohnen, neue Werte zu finden und damit auch ein Rudel, das uns hilft und führt durch Zeiten der inneren Not. Krankheit leitet uns zurück zu uns und den wirklich wesentlichen Fragen: Wer bin ich? Weshalb bin ich hier? Wo will ich hin? Dr. Alexandra Kleeberg arbeitet als Psychoanalytikerin, Verhaltenstherapeutin, Psychodramatherapeutin seit 40 Jahren in klinischer Praxis. Hier lesen Sie ihren Artikel „[Sich dem Leben zuWENDEn](#)“ aus momentum 4/2020.

Neuer Film in der biokrebs-Mediathek

Im November 2020 hielt Dr. med. Sascha Gröbe für die GfBK-Beratungsstelle Berlin den Online-Vortrag „[Wunden wollen heilen - Ganzheitliche Behandlung von Narben und postoperativen Störungen](#)“. Der Vortrag bietet Hintergründe und Anregungen zu einem komplexeren Verständnis von Wundheilung und wie wir einen heilsamen Umgang mit Narben und Verletzungen erreichen können.

15-jähriges Jubiläum der GfBK Beratungsstelle Hamburg in den Räumen der Volkshochschule in Othmarschen

Am Mittwoch, 17. März 2021, 18 bis 20 Uhr feiern die Mitarbeiterinnen der GfBK Hamburg mit Vorträgen und Musikbeiträgen das Jubiläum im Rahmen einer Online-Veranstaltung. [Merken Sie sich den Termin vor](#), im nächsten Newsletter berichten wir ausführlich über das Programm.

Auszeit für die Seele

Der [Verein Auszeit für die Seele e. V.](#) ermöglicht mittellosen Krebspatient*innen einen kostenlosen Ferienaufenthalt, eine „*Auszeit für die Seele*“. So erhalten Betroffene mit ihren Familien die Möglichkeit, Abstand vom Krankheitsalltag zu gewinnen und neue Lebenskraft und Hoffnung zu schöpfen. [Zum Infolyer](#).

GfBK-Kongress 2021 – muss leider ausfallen

Die Entwicklungen im Rahmen der Corona-Pandemie führten dazu, dass das Veranstaltungsgebäude Print Media Academy in Heidelberg zum Jahresende 2020 geschlossen wurde. Der GfBK-Vorstand hatte bereits überlegt, ob angesichts der aktuellen Vorgaben, wonach nur eine geringe Teilnehmendenzahl, eine sehr begrenzte Ausstellungsfläche und kaum wirkliche Begegnung und persönlicher Austausch möglich gewesen wären, unser Kongress überhaupt realisierbar wäre. Nun ist es klar: Der Kongress im Jahr 2021 muss leider ausfallen. Angedacht ist nun eine Veranstaltung im Rahmen des 40-jährigen Jubiläums der GfBK im Jahr 2022. Wo und wie – darüber werden wir Sie rechtzeitig informieren, sobald wieder verlässlich geplant werden kann. Videos von Vorträgen und Interviews mit Kongress-Referent*innen der GfBK-Kongresse 2017 und 2019 finden Sie auf unserer [Kongresshomepage](#).

Terminänderung - Therapeutenfortbildung Integrative Biologische Krebsmedizin (IBKM)

Aufgrund der immer noch schwierigen Planungssituation im Rahmen der Corona-Pandemie haben wir entschieden, die Fortbildungstermine für 2021 zu verschieben. Der neue Termin für den IBKM-Grundlagenkurs in Heidelberg ist vom 11. bis 13. Juni 2021 (gleicher Veranstaltungsort). Auch der Termin für den zweiten Teil der Fortbildung in Greiz (ursprünglich 18. und 19. Juni 2021) verschiebt sich deswegen auf den 5. und 6. November 2021. Informationen zur Fortbildung und Anmeldung [finden Sie hier](#).

Open Petition Ambulante Ernährungstherapie in Gefahr

Diätassistent*innen, Dipl. Oecotropholog*innen und Ernährungswissenschaftler*innen haben eine Online-Petition angestoßen und uns von der GfBK gebeten, Informationen dazu weiterzugeben: In der Petition werden die Verantwortlichen und Entscheider in der Gesundheitspolitik und bei den

Krankenkassen dazu aufgefordert, eine qualifizierte Versorgung von Patient*innen in der Ernährungstherapie zu garantieren, in der die Betroffenen mit ärztlicher Anordnung/Verordnung auch künftig die selbstbestimmte, freie Wahl zwischen ambulanter Präsenz-Behandlung, digitalen Angeboten und der dafür qualifizierten Diätassistent*in, Dipl. Oecotropholog*in und Ernährungswissenschaftler*in möglich ist. [Zur Petition](#).

Herzliche Grüße

Ihr

Dr. med. György Irmey

Ärztlicher Direktor
Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK)

Voßstr. 3, 69115 Heidelberg, Tel. 06221-138020

<https://www.biokrebs.de/>, information@biokrebs.de

[Spenden via PayPal](#)

Folgen Sie uns [auf Twitter](#) und [auf Facebook](#)

Möchten Sie unseren Newsletter weiterempfehlen, [dann klicken Sie bitte hier](#).