



**Biologische Krebsabwehr e.V.**  
menschlich · ganzheitlich · unabhängig

1982 – 2022  
Biologische  
Krebsabwehr  
biokrebs.de



## Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer der GfBK,

in dieser uns alle bewegenden und beunruhigenden Zeit sind wir als Gemeinschaft dankbar, dass wir 2022 auf vierzig Jahre erfolgreiche Beratungs- und Informationsarbeit zurückschauen können. In dieser langen Zeit konnten wir vielen Patientinnen und Patienten zur Seite stehen und durften sie auf ihrem Weg mit ihren Heilprozessen ein Stück begleiten.

Unser Vize-Präsident Dr. med. Heinz Mastall ist einer der Gründer der GfBK und war vom ersten Tag an ehrenamtlich dabei. Lesen Sie hier [das Interview](#), das Dr. med. Petra Barron für unsere Mitgliederzeitschrift *momentum – gesund leben bei Krebs* 1/2022 mit Dr. Mastall führte.

Aus diesem Anlass führte sie auch ein persönliches Gespräch online mit ihm. Sie finden es hier auf unserem [YouTube Kanal](#).

Um unser Jubiläum gebührend zu feiern, hoffen wir auf ein Wiedersehen am Samstag, den 15.10.2022, bei einer Festveranstaltung im Schloss Schwetzingen bei Heidelberg. Bitte reservieren Sie diesen Termin schon einmal für uns, das Programm ist in Vorbereitung.

## Diagnose Krebs - Wie kann ich mich orientieren?

Mit der Diagnose kommen für die meisten Betroffenen und ihre Angehörigen oft starke Gefühle auf. Schock, Angst, Hilflosigkeit wechseln sich ab mit Wut oder auch Verleugnung. Man wünscht sich vielleicht, es möge jemand dafür sorgen, dass alles möglichst schnell wieder verschwindet. Deshalb ist es verständlich, wenn man sich den nächstbesten Vorschlägen einfach hingibt, ohne sich ausführlich zu informieren. Kein Wunder auch, dass viele nach dem ersten Blick ins Internet verwirrter und verunsicherter sind als vorher, so groß ist die Zahl der unterschiedlichen und teils sogar widersprüchlichen Möglichkeiten und Empfehlungen. Weiterlesen im Artikel von [Dr. med. Petra Barron](#) in *momentum – gesund leben bei Krebs* 1/2022.

Sehr hilfreich ist auch unser bewährtes Informationsblatt [Zehn Schritte nach der Diagnose Krebs](#).

## GfBK-Newsletter für Ärzt\*innen, Therapeut\*innen und Behandler\*innen

Zum 40. Geburtstag der GfBK starten wir demnächst einen neuen Newsletter, den wir speziell für Ärzt\*innen, Therapeut\*innen und Behandler\*innen von Krebspatienten entwickelt haben. Er informiert über aktuelle Themen und Möglichkeiten naturheilkundlicher Behandlung, die in der Praxis im Alltag leicht einsetzbar sind. Der [GfBK-Therapeuten-Newsletter](#) erscheint ca. 6 x im Jahr und versorgt die Leser\*innen mit Nachrichten rund um Studien und praktische Aspekte der Onkologie. Ich würde mich sehr freuen, wenn Sie neugierig geworden sind und von diesem Service Gebrauch machen möchten. Wenn Sie Therapeuten kennen, die interessiert sein könnten, leiten Sie den Link bitte weiter! Selbstverständlich können sich alle Leser zum Bezug eintragen, allerdings sind die Nachrichten für Ärzte formuliert und in der Fachsprache verfasst.

## Hilfreiches und Humor in momentum 1/2022

Mehr denn je ist es wichtig, in dieser schwierigen Zeit innerlich zur Ruhe zu kommen. Eine Yoga-Übung für innere Ruhe und Kraft: Tadasana (die Berghaltung) ist eine Stellung in vollkommener Ruhe und Konzentration, aus der Sie Energie für Ihren Alltag schöpfen werden. Tadasana ist eine aktive Standposition, sie bringt den Körper in die ideale Ausrichtung. Beständiges Üben

kann den Körper und den Geist ins Lot bringen. [Zur Anleitung](#), die in Heft 1/2022 unserer Mitgliederzeitschrift *momentum – gesund leben bei Krebs* erschien.

Wie schon angesprochen ist eine besonnene Orientierung nach der Diagnose einer schweren Erkrankung die Basis, um für sich einen Heilungsweg zu suchen. So möchte der Cartoon mit dem Titel „Im Dschungel nach der Diagnose“ in der aktuellen Ausgabe Ihnen Inspiration geben. Wir haben ihn [hier für Sie verlinkt](#).

### **Patient\*innenbericht auf [biokrebs.de](http://biokrebs.de) von Rosi Castera**

„Mut zu eigenen Wegen – die Geschichte meiner Krebsheilung“. Rosi Castera berichtet über Erschöpfung, anhaltenden Stress und schließlich Überforderung – so sah ihre berufliche Situation über mehrere Jahre hinweg aus. Obwohl sie ihre Tätigkeit als Lehrerin liebte und sie sich immer für Schüler und Schülerinnen einsetzte, stellt sie im Rückblick fest, dass die Dauerbelastung zu ihrer Erkrankung beigetragen hat. Nach ihrer Genesung hat sie vieles in ihrem Leben verändert. Heute genießt sie ihr vielseitiges, aktives und buntes Rentenalter – und sie kämpft für die Kostenerstattung naturheilkundlicher Therapien. [Lesen Sie hier weiter](#).

### **Roman „Elbe 511“ von Nicole Weis**

Viele kennen Dr. med. Nicole Weis als empathische beratende Ärztin der GfBK. Sie leitet die GfBK-Beratungsstelle Stuttgart, erstellt viele unserer schriftlichen Informationen, ist GfBK-Vorstandsmitglied und Referentin bei den GfBK-Veranstaltungen. Seit ihrem 12. Lebensjahr schreibt sie [Romane, Erzählungen und Gedichte](#). Ihr Vater floh als junger Mann zweimal aus der DDR, zuletzt, indem er die Elbe durchschwamm. Zwischen der ersten und der zweiten Flucht saß er aufgrund einer Verleumdung vier Jahre als politischer Häftling im Gefängnis in Bautzen. Was er dort erleben musste, ist tief erschütternd. Nach seinem selbstbestimmten Tod in der Schweiz hat sich seine Tochter Nicole aufgemacht, um seine Geschichte in Erfahrung zu bringen und zu erzählen. Entstanden ist ein einzigartiges Buch, das aufklärt und aufrüttelt. Ein Buch für die Menschen und die Menschlichkeit, das vom [Europa Verlag](#) entdeckt und veröffentlicht wurde. Es bekommt durch das aktuelle politische Weltgeschehen eine besondere mahnende und traurige Bedeutung in der Gegenwart. Es ist seit Anfang März 2022 überall im Buchhandel erhältlich.

### **Newslichter – Gute Nachrichten online**

Nicht zum ersten Mal möchte ich Sie auf die Internet- und Facebookseite hinweisen, auf der ausschließlich gute Nachrichten veröffentlicht werden. In einer Welt mit aufgeheizten, negativen Meldungen bleiben die vielen sinnvollen und kreativen Dinge oft im Schatten. Redaktion und freie Autoren werfen bei [newslichter.de](http://newslichter.de) das nötige Licht auf inspirierende, motivierende Meldungen über Menschen, Projekte und Entwicklungen. Bereits seit 2009 folgt Bettina Sahling ihrer Vision, gute Nachrichten in die Welt zu bringen.

### **Frieden und Frühling**

Alle Menschen sehnen sich nach Frieden. Es ist unfassbar, dass im 21. Jahrhundert in unmittelbarer Nähe von uns, Konflikte mit Waffengewalt ausgetragen werden und so vielen unschuldigen Menschen Leid zugefügt wird. Kriegshandlungen sind furchtbar und sollten überall so schnell wie möglich zu einem Ende kommen. Neben aufrichtiger Solidarität mit leidenden Menschen auf vielen Wegen, kann jede(r) bei sich anfangen, mit sich, seiner Familie und seinem Umfeld in Frieden zu kommen.

Zu wenige begreifen, dass wir alle miteinander verbunden sind und friedlich Prozesse zunächst in uns selbst beginnen müssen. Den Schatten in uns dürfen wir nicht nur verdrängen, sondern dürfen ihm ins Auge schauen. So empfehle ich Ihnen als ersten Schritt in der Fastenzeit, den Medienkonsum entweder wegzulassen oder auf ein Minimum zu beschränken. Freuen Sie sich im Herzen über die vielen Sonnentage, die uns gegenwärtig geschenkt werden. Achten und würdigen Sie die unzähligen Wunder in der Natur, die sich mit jeder Blüte und jedem grünen Blatt

an den Bäumen zeigen, mit jedem Grashalm, der sich dem Licht der Schöpfung erneut entgegenstreckt oder mit jeder Knospe, die sich jeden Tag ein wenig mehr öffnet.



In herzlicher Verbundenheit

Ihr  
Dr. med. György Irmey

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

Voßstr. 3, 69115 Heidelberg, Tel.: 06221 - 138020  
[www.biokrebs.de](http://www.biokrebs.de), [information@biokrebs.de](mailto:information@biokrebs.de)

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

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