



Kein Patentrezept für alle Krebsvorsorge: nur individuelle Wege

Etwa jede dritte Krebserkrankung lässt sich durch gesunde Ernährung mit reichlich Obst, Gemüse und Ballaststoffen vermeiden – dies galt jahrelang als unumstößlicher Grundsatz der Ernährungsmedizin. So eine Ernährungsweise ist gesund, keine Frage, doch Krebszellen lassen sich davon offenbar viel weniger beeindrucken als gedacht. Zumindest sind das die Ergebnisse einer Studie der Harvard Universität in Boston. Darin heißt es: Obst und Gemüse senken das Risiko, Krebs zu bekommen kaum (J Nat Cancer Inst. 96, 2004, 1564). Die Wissenschaftler Hsin-Chia Hung und Walter Willett haben herausgefunden: Menschen, die am meisten Obst und Gemüse essen, erkranken nicht seltener an Krebs. Allerdings bekommen sie weniger häufig einen Schlaganfall oder einen Herzinfarkt. Untermuert wurde nur der Schutzeffekt frischer Lebensmittel für Herz und Gefäße. Bei den Tumorerkrankungen scheint die Ernährung nur bei Krebsarten im Magen-Darm-Trakt eine wesentliche Rolle zu spielen.

Diese neuen Erkenntnisse verunsichern. Stellen sie doch viele ältere Studien in Frage, in denen Obst- und Gemüsesesser gut abgeschnitten hatten. Haben also alle, die jahrelang auf Obst und Gemüse gesetzt haben, falsch gelegen? Hätten sie genauso gut zu Fast Food und Fertiggerichten greifen können?

„Wohl kaum. Eine gesunde Ernährung hat viel mehr Auswirkungen als in so einer Studie gemessen werden können,“ so Dr. György Irmey, Ärztlicher Direktor der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr. „Wir halten es weiterhin für wichtig, dass Krebspatienten ihre Ernährung auf eine gesunde vollwertige Mischkost mit reichlich Obst und Gemüse umstellen. Für viele ist das der erste Schritt in einen bewussteren Umgang mit den eigenen Lebensgewohnheiten, der viele andere Schritte nach sich zieht.“

Hinter solchen Studien zu Ernährungsgewohnheiten an zigtausend Menschen steht wieder einmal der Versuch der Medizin, im Kampf gegen den Krebs eine einzige Lösung zu finden, die für alle passt. Doch bei einer so komplexen Erkrankung geht diese Rechnung einfach nicht auf. Ernährungsgewohnheiten wirken sich in vielfältiger Weise aus, nicht alle Effekte einer gesunden Ernährung sind in Studien messbar. Was es dem Einzelnen bringt, sich gesund zu ernähren – auf diese Frage geben solche Untersuchungen keine Antwort.

Eigentlich müssten neben der Ernährungsweise auch andere Lebensumstände berücksichtigt werden: Wie erfüllt oder wie stressig empfindet derjenige sein Leben, hat er ein soziales Umfeld, in dem er sich wohlfühlt, raucht er, trinkt er regelmäßig Alkohol, wie viel und wie oft bewegt er sich, trinkt er genügend Wasser, lebt er in einem Gebiet mit einer hohen Umweltbelastung? Denn dies

(Fortsetzung: nächste Seite)

KURZ&BÜNDIG

Arnika C 200 macht Schmerzmittel oft überflüssig



Arnika C 200 nach einem orthopädischen Eingriff macht bei jedem zweiten Patienten Schmerzmittel überflüssig und senkt damit die Kosten für Medikamente um bis zu 90%.

Diese Ergebnisse stellte ein Berliner Orthopäde auf dem Deutschen Schmerztag vor. Er hatte innerhalb von 4 Jahren 1051 Patienten nach einem kleinen operativen Eingriff einmal ein Kügelchen Arnika C 200 gegeben. Die Patienten hatten Verletzungen an Sehnen oder Bändern, Karpaltunnelsyndrom, einigen wurde ein Tumor entfernt, andere kamen zur endoprothetischen Versorgung. Zu versorgen waren also tiefe Einschnitte, Einblutungen in Gewebshöhlen oder Sickerblutungen mit Erschütterungsschmerz, Angst vor Berührung und Bewegung der betroffenen Gliedmaßen.

Keiner der so behandelten Patienten hatte eine postoperative Blutung, Thrombose oder eine Infektion, die behandelt werden musste. Jeder zweite Patient brauchte keine Schmerzmittel. Eine ähnliche Wirkung war bereits in einer israelischen Studie am Shaare Zedek Medical Center in Jerusalem dokumentiert worden. Dort hatten 15 Unfallverletzte nach dem Einsturz eines Gebäudes einmal eine Hochpotenz Arnika erhalten. Einen Tag später berichteten 60% der Patienten, dass die Schmerzen nachgelassen hatten. Die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr empfiehlt, nach einer Krebsoperation einmalig Arnika C 200 einzunehmen.

zeigen die Untersuchungen auch: Menschen in den Gruppen, die seltener an Krebs erkranken, unterscheiden sich von den anderen nicht nur in ihrer Ernährungsweise, sondern in ihrem gesamten Lebensstil!

Es gibt in der Krebsvorsorge und beim Gesundwerden nach einer Krebserkrankung kein Patentrezept für alle, sondern nur einen individuellen Weg. Dazu gehört, ein gutes Gespür für den eigenen Körper und seine Bedürfnisse zu entwickeln, um selbst zu entscheiden, welche Art der Ernährung und welche Lebensweise einem wirklich gut tun. Für den einen mag es richtig sein, mal Fünf gerade sein zu lassen und sich ab und zu ein Stück Torte zu gönnen, für andere geht es darum, sich in Selbstdisziplin zu üben und eine Zeit lang Diät zu halten, wieder andere profitieren davon, wenn sie ihre Ernährung auf biologische Vollwertkost umstellen.

Depressionen behandeln: Plazebos und Johanniskraut

Plazebos sind die besseren Antidepressiva



Es gibt Antidepressiva, die genauso gut wirken wie Psychopharmaka, nichts kosten und keine Nebenwirkungen haben. Sie heißen: Plazebos.

Diese Information steckt in einem Artikel des Arznei-Telegramms (5/2005) – allerdings erst auf den zweiten Blick. Die Autoren hatten die Wirksamkeit von Antidepressiva bei schweren Depressionen unter die Lupe genommen. Dabei waren sie zu dem Schluss gekommen, dass Antidepressiva nicht besser wirken als Plazebos.

Auch den allgemeinen Nutzen von Anti-Depressiva bewertet das Arznei-Telegramm als „nur unwesentlich über dem von Plazebos“. Trotz jahrzehntelanger Anwendung seien weder Wirksamkeit noch Sicherheit der verfügbaren Antidepressiva ausreichend belegt. „Da drängt sich die Frage auf, warum in Medizin und Psychiatrie nicht viel häufiger Plazebos statt der nebenwirkungsreichen synthetischen Medikamente eingesetzt werden?“, findet Dr. György Irmey, Ärztlicher Direktor der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr.

Dass Plazebos bei psychischem und emotionalem Stress sehr wirksam sind, wird durch Ergebnisse aus Schweden unterstützt. Forscher am Karolinska-Institut Stockholm konnten vor kurzem über funktionelle Magnetresonanztomografie an 15 Testpersonen zeigen, dass Plazebos nachweislich die Aktivität der Emotionszentren im Gehirn beeinflussen (*Pedrag Petrovic – Karolinska Institut Stockholm – et a.: Neuron, Bd. 46, S. 957*). Durch das Scheinmedikament wurde die gleiche Gehirnregion aktiviert wie bei der Behandlung mit einem Psychopharmakon. Entscheidend war die individuelle Erwartungshaltung der Testpersonen. Je stärker das Medikament am ersten Tag gewirkt hatte, umso stärker war auch die subjektive und messbare Wirkung des Plazebos am zweiten Tag.

Auch Johanniskraut kam bei der kritischen Betrachtung des Arznei-Telegramms schlecht weg. Die Wirkung sei nur unwesentlich besser als bei synthetischen Anti-Depressiva und liege nur leicht über dem Plazebo-Effekt, heißt es. Bedenklich seien jedoch die Nebenwirkungen und möglichen Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln, zumal viele Patienten sich Johanniskraut selbst kauften, ohne den behandelnden Arzt darüber zu informieren. Sichtet man die vorhandene Literatur, scheint vor allem der letzte Kritikpunkt durchaus berechtigt. Neuere Untersuchungen zeigen, dass Johanniskraut die Wirkung anderer Arzneimittel verändern kann. Es gibt eine Reihe von Gründen, warum Patienten ihrem Arzt nicht sagen, dass sie Johanniskraut nehmen. Einige schämen sich für ihre Depressionen, andere befürchten – und das nicht ganz zu Unrecht – dass ihr Arzt ihnen abräut oder sie belächelt, wenn sie selbst entscheiden und einer Heilpflanze mehr zutrauen als einem synthetischen Arzneistoff.

Die Empfehlung muss also lauten: Alle Patienten, die bereits regelmäßig Medikamente einnehmen und zusätzlich Johanniskraut nehmen möchten, sollten dies mit einem Arzt oder Therapeuten besprechen, der der Naturheilkunde offen gegenüber steht und sich mit den Wechselwirkungen zwischen synthetischen und natürlichen Arzneimitteln auskennt. Dann sind die Gefahren nicht größer, als wenn man synthetische Arzneimittel mischt.

KURZ&BÜNDIG

Cranberries auch gegen Darmviren



Cranberry-Saft wirkt nicht nur bei Harnwegsinfektionen sondern auch gegen schwere Darminfektionen und Durchfall.

Das zeigt eine Studie amerikanischer Forscher (*Patrice Cohen et al., St. Francis College, Brooklyn, Hauptversammlung der Amerikanischen Gesellschaft für Mikrobiologie, Atlanta*). Sie testeten den Saft einer Cranberry-Sorte (Großfrüchtige Moosbeeren) an Darmviren, die bei Affen und Ziegen vorkommen und häufig als Modell für Erreger von schweren Darminfektionen bei Menschen verwendet werden. In den Darmzellen, die mit dem Saft behandelt worden waren, konnten keine Viren mehr nachgewiesen werden. Vermutlich hindern die Wirkstoffe aus den Cranberries die Erreger daran, sich an rote Blutkörperchen zu heften oder Wirtszellen zu infizieren.

In weiteren Studien soll nun untersucht werden, ob der Beerensaft auch gegen Darmviren beim Menschen wirkt.

Als ich meinen Schmerz auf dem Acker der Geduld pflanzte, brachte er die Frucht des Glücks hervor.

(Khalil Gibran)

Dass auch pflanzliche Arzneimittel Nebenwirkungen haben, ist heute ebenfalls bekannt. Allerdings wird bei diesem Kritikpunkt immer wieder vergessen, dass diese in keinem Verhältnis zu den Nebenwirkungen stehen, die synthetische Arzneimittel mit sich bringen.

Die häufigste Nebenwirkung, über die im Zusammenhang mit Johanniskraut immer wieder berichtet wird, ist eine erhöhte Lichtempfindlichkeit, die so genannte Photosensibilisierung. Diesen Effekt hatte man vor allem im Laborversuch an Zellen und bei Weidetieren wie Rindern und Schafen beobachtet. Weidetiere fressen oft große Mengen Johanniskraut und stehen den ganzen Tag ungeschützt in der Sonne. Dies soll bei Tieren sogar zum Tode führen. Diese „Phototoxizität“ und erhöhte Lichtempfindlichkeit ist auch bei sehr empfindlichen und hellhäutigen Menschen grundsätzlich nicht auszuschließen. Bisher sind jedoch keine Fälle mit ernstesten Nebenwirkungen beim Menschen beobachtet worden. Allgemein gilt die Empfehlung: Patienten mit einer empfindlichen Haut sollten – so lange sie Johanniskraut einnehmen – nicht in der prallen Sonne baden und Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor verwenden.

Einige Studien geben bereits Entwarnung. So zeigte eine Untersuchung an gesunden Testpersonen, dass Johanniskraut in therapeutischen Dosen die Lichtempfindlichkeit nur geringfügig erhöht (*J. Bockmöller, T. Reum, S. Bauer, R. Kerb, W.-D. Hübner, I. Roots: Untersuchungen zur Pharmakokinetik und Phototoxizität eines Hypericumextrakt-Präparates beim Menschen. Psychopharmakotherapie Supplement Nr. 9, 1998*). 50 gesunde Testpersonen erhielten zwei Wochen lang dreimal täglich entweder 2180 Mikrogramm Hypericin oder 3440 Mikrogramm Pseudohypericin pro Tag.

Nebenwirkungen, die durch Johanniskraut selten ausgelöst werden können, sind Magen-Darm-Beschwerden, leichte Übelkeit, Appetitlosigkeit und Magendrücken, allergische Reaktionen, Müdigkeit, innere Unruhe und Schwindel. Das Ausmaß dieser Nebenwirkungen hält sich aber sehr in Grenzen. Bei modernen synthetischen Arzneimitteln klagen bis zu 30 Prozent der Patienten über Nebenwirkungen, bei Johanniskraut sind es nur ein bis zwei Prozent. Dagegen fanden sich auch bei hohen Dosierungen (900–1800 mg pro Tag) keine negativen Auswirkungen auf Laborwerte, Blutdruck, Herzschlagfolge und EKG. Kaum einer der Patienten nahm zu – bei synthetischen Antidepressiva ein großes Problem, weil viele Patienten die Therapie aus diesem Grund abbrechen. Johanniskraut kann also mit gutem Gewissen weiterhin als eines der wichtigsten naturheilkundlichen Medikamente gegen Depressionen empfohlen werden.

Zufall oder Zusammenhang?

Hochspannung erhöht Leukämierisiko



Britische Wissenschaftler von der Universität Oxford haben herausgefunden, dass Kinder, die zum Zeitpunkt ihrer Geburt näher als 200 Meter an einer Freileitung gemeldet waren, überdurchschnittlich häufig an Leukämie erkrankt waren. Die Ergebnisse wurden im Juni im angesehenen Fachblatt „British Medical Journal“ veröffentlicht. Auch wenn die Ergebnisse einer einzelnen Studie allein noch nicht sehr aussagekräftig sind, haben sie doch die öffentliche Diskussion wieder aufflammen lassen, ob elektromagnetische Felder krebsauslösend wirken.

„Es stärkt mein Vertrauen in eine unabhängige Forschung, dass dieser Zusammenhang überhaupt untersucht wurde und die Ergebnisse in so einer angesehenen Zeitschrift veröffentlicht werden konnten.“ bewertet Dr. György Irmey, Ärztlicher Direktor der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr diese Studie. Leukämie hat viele verschiedene Ursachen, daher kann man von diesen Ergebnissen einer einzelnen Studie nicht auf einen direkten Zusammenhang zwischen Hochspannung und Krebsrisiko schließen. Andererseits sind die Ergebnisse so auffällig, um sie einfach zu ignorieren. Kinder, die bis zu 200 Meter an einem Hochspannungsmast wohnten, hatten ein 70% höheres Leukämierisiko. Bei einer Entfernung zwischen 200 und 600 Metern lag das Risiko noch bei 20%. Ab 600 Metern Abstand war kein besonderer Zusammenhang mehr zu bemerken. Warum dies so ist – dafür haben die Forscher keine Erklärung. Sie analysierten die Daten von 29000 Kindern, die zwischen 1962 und 1995 in England und Wales geboren worden waren. 9700 von ihnen waren an Krebs erkrankt. Diese Gruppe wurde mit einer Kontrollgruppe gesunder Kinder verglichen.

KURZ&BÜNDIG

Lehrstuhl in Beratung von Krebspatienten: Tropfen auf den heißen Stein

Die Herforder Carina-Stiftung finanziert für die nächsten fünf Jahre an der Fakultät für Gesundheitswissenschaften der Uni Bielefeld eine Professur.

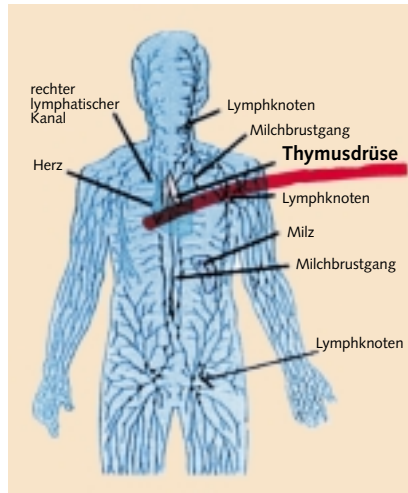
Der neue Lehrstuhl soll sich vor allem um die systematische Erforschung von Konzepten der Beratung von Krebspatienten und deren Angehörigen kümmern. Die Universität will den Lehrstuhl nach den fünf Jahren aus eigenen Mitteln weiter finanzieren.

Die Universität Bielefeld hatte schon in den vergangenen Jahren mit Untersuchungen auf dem Gebiet der Gesundheitswissenschaften einen Namen gemacht. So wurde dort erforscht wie Risikofaktoren chronischer Erkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs und Süchte reduziert werden können.

„Wir gratulieren der Uni Bielefeld zu diesem neuen Lehrstuhl,“ so Dr. György Imrey, Ärztlicher Direktor der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr. „Trotzdem ist diese Professur nur ein Tropfen auf einen heißen Stein. Die Salutogenese als wichtiger Bestandteil der Krankheitsvorbeugung, -bewältigung und -behandlung ist an deutschen Universitäten leider immer noch ein Stiefkind der Forschung und ein Lehrstuhl viel zu wenig.“

Leitzentrale der Abwehrkräfte

Thymus hilft heilen



Zahlreiche chronische Erkrankungen werden durch eine Immunabwehrschwäche hervorgerufen oder begünstigt. Kein Wunder also, dass viele Therapien hier ansetzen und das Immunsystem anregen. Milz und Thymus spielen dabei eine zentrale Rolle. Im Thymus werden Abwehrzellen für ihre speziellen Aufgaben geschult. In der Thymusdrüse sitzt die Leitzentrale der Abwehrkräfte, denn praktisch alle Zellen des Immunsystems stehen unter dem Kommando von T-Lymphozyten. Diese haben die Aufgabe, körpereigene von fremden Zellen zu unterscheiden und anzugreifen. Auf diese Aufgabe sind sie in der Thymusdrüse vorbereitet worden. Die Milz ist das größte lymphatische Organ. Dort werden Immunzellen trainiert und fit gehalten. Thymuspräparate und Thymuspeptide werden mit gutem Erfolg in allen Phasen der Krebserkrankung eingesetzt.

Im Thymus wirken ca. 40 verschiedene Faktoren zusammen, die ein leistungsfähiges Immunsystem erhalten. Weiße Blutkörperchen, die im Knochenmark gebildet werden, gelangen als noch unreife Lymphozyten in die Thymusdrüse. Dort werden sie zu Killerzellen, Gedächtnis-, Helfer- oder Suppressorzellen. Die Thymusdrüse sitzt hinter dem Brustbein. Sie ist zunächst etwa faustgroß und entwickelt während der ersten 30 Lebensjahre die stärkste Aktivität. In den folgenden Lebensjahren schrumpft sie, bei älteren Menschen ist sie oft nur noch etwa so groß wie eine Rosine. Die Leistungsfähigkeit des Immunsystems nimmt also im Alter ab. Das ist wohl einer der Gründe, warum ältere Menschen anfälliger für Infektionen und für Krebs werden. Thymusfaktoren sollen das ausgleichen.

Es gibt weltweit über 10 000 Veröffentlichungen und Erfahrungsberichte, die sich mit der Thymustherapie beschäftigen. Die Thymustherapie gehört zu den biologischen Heilverfahren, die als „evidenzbasiert“ gelten. Immerhin liegen 25 kontrollierte klinische Studien an Patienten vor. Thymusfaktoren können sowohl andere Therapien unterstützen als auch selbst zur Heilung beitragen. Durch die vorhandenen Studien konnte bewiesen werden, dass Thymuspräparate bei Krebspatienten die Lebensqualität verbessern, die Anfälligkeit für Infekte herabsetzen, die Rückfallrate verringern und die Überlebenszeit verlängern. Sie mildern auch die Nebenwirkungen einer Chemo- oder Strahlentherapie, indem sie schnell für einen Ersatz der geschädigten Immunzellen sorgen.

Da die meisten Krebspatienten ein Immundefizit mitbringen, sollte die Behandlung möglichst schon vor der Operation beginnen. Das erhöht die Leistungsfähigkeit des Immunsystems. Es kann auch sinnvoll sein, die Behandlung mit Thymusextrakten mit einer Misteltherapie zu kombinieren. Die Thymusfaktoren regen die Bildung neuer Abwehrzellen an, Mistellektine aktivieren sie dann.

Thymustherapien haben wenig Nebenwirkungen und rufen selten Allergien hervor. So genannte Gesamextrakte aus nieder-, mittel- und hochmolekularen Polypeptiden haben das breiteste Wirkungsspektrum und werden am häufigsten eingesetzt. Da Patienten sehr unterschiedlich auf die Therapie ansprechen, ist es wichtig, sie individuell auf den jeweiligen Menschen abzustimmen.

Thymuspeptide werden in der Milz gebildet. Sie haben die Aufgabe, das Immunsystem zu stabilisieren. In der Milz werden Blut und Lymphe gefiltert, gereinigt und verbrauchte Blutzellen erneuert. In diesem Organ warten Abwehrzellen auf ihren Einsatz gegen Krankheitserreger und bösartige Zellen. Peptide stimulieren sie für diesen Einsatz.

Bei der Krebsbehandlung verbessern Thymuspeptide das Wohlbefinden und den Immunstatus. Sie lindern Nebenwirkungen aggressiver Therapien und beugen Fatigue vor. Da Thymuspeptide fast nie zu Allergien führen, können sie selbst bei den Patienten noch eingesetzt werden, die andere Immuntherapeutika schlecht vertragen.

Service und Informationen

Information und Beratung



Zentrale Beratungsstelle Heidelberg

Info-Telefon: 06221/138020
Mo.–Fr. 9.00–15.00 Uhr
Postfach 10 25 49
69015 Heidelberg
Fax: 06221/1380220
information@biokrebs.de
www.biokrebs.de

Regionale Beratungsstellen (nicht täglich besetzt)

Dresden: Schlesischer Platz 2
Tel. 0351/8026093

Thüringen: Thomas-Müntzer-Str. 2
Tel. 03672/347000

Chemnitz: Ringstr. 3
Tel./Fax 03722/98318

Berlin: Münstersche Str. 7 A
Tel. 030/3425041

Hamburg: Werfelring 40
Tel. 040/6404627

Bremen: Theresenstr. 8–12
Tel. 0421/3468370

Nordrhein: Von-Galen-Str. 105
Tel. 02166/265103

Wiesbaden: Bahnhofstr. 26
Tel. 0611/376198

Stuttgart: Im Haldenau 13
Tel. 0711/3101903

München: Pestalozzistr. 40 b
Tel. 089/268690

Die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr ist ein gemeinnütziger eingetragener Verein zur Förderung ganzheitlicher Therapien.

Präsident: Prof. Dr. K. F. Klippel
Ärztlicher Direktor: Dr. G. Irmey

Zuwendungen an die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr sind gemäß § 10b Abs 1 EStG oder nach § 9 Nr 3a KStG steuerlich abzugsfähig.

Spendenkonto:
H + G Bank
BLZ 672 901 00
Konto-Nr.: 65 1477 18

Aktiv mitarbeiten stärkt – Simonton live erleben



Der amerikanische Psychoonkologe Dr. O. Carl Simonton kommt erneut auf Einladung der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr zu einer Vortragsreihe, diesmal in den Süden Deutschlands. Vom 22. bis 26. November fesselt er Patienten, Angehörige, Ärzte und Therapeuten in Heidelberg, Stuttgart, Nürnberg und München mit seinen Erkenntnissen über die Wirkung von inneren Bildern auf den Heilungsprozess. Mit ihm „on-Tour“: Dr. Ebo Rau. Seinen immerwährenden Kalender „Impulse von Mensch zu Mensch“ gibt es gegen eine Spende von 5 Euro bei der GfBK.

Vor über 30 Jahren beobachtete Dr. Simonton – zusammen mit seiner Frau, der Psychologin Stephanie Matthew Simonton – dass es einigen Krebskranken trotz ihrer schweren Krankheit erstaunlich gut ging, während andere, die bei weitem nicht so schwer erkrankt waren, viel mehr litten. Carl und Stephanie Simonton fanden heraus: Patienten, die aktiv an ihrem Heilungsprozess mitwirken, geht es besser. Das Ehepaar erarbeitete daraufhin Methoden, mit denen Patienten wieder Zugang zu ihrem Inneren bekommen. Innere Wünsche und wahre Ziele sind oft unbewusst und damit für den Verstand schwer zugänglich. Das Unbewusste spricht überwiegend eine Sprache, die aus Bildern, Empfindungen, Wahrnehmungen und Träumen besteht.

Die Patienten lernen das Simontontraining – also, sich selbst besser wahrzunehmen und sicher mit ihren Gefühlen umzugehen. Dabei richten sie den Blick nicht so sehr auf das, was ihnen gerade Kummer bereitet und Angst macht, sondern auf Ziele, die ihr Leben mit Sinn erfüllen. Diese Ausrichtung auf Positives hebt die Stimmung, motiviert und gibt Kraft, um an den vorhandenen Hindernissen zu wachsen.

Das Simonton-Training gehört zu den klassischen Methoden in der psychoonkologischen Begleitung von Krebspatienten. Zahlreiche Studien bestätigen, dass solche Trainings einen messbaren Erfolg haben: die Patienten leben länger und mit mehr Lebensqualität.

Das Programm:

Vorträge

Heidelberg

22. November 2005, 19.30 Uhr

Dr. O. C. Simonton:
Vertrauen in die innere Weisheit
In: Neue Universität Heidelberg,
Universitätsplatz/Altstadt

Stuttgart

23. November 2005, 18.30 Uhr

Dr. G. Irmey: Salutogenese und Krebsbehandlung
Dr. Dr. E. D. Hager:
Grundlagen der Psycho-Neuro-Immunologie –
Die Wissenschaft von der Vernetzung
von Körper, Geist und Seele
Dr. O. C. Simonton: Der Einfluss von Gefühlen
und Einstellungen auf die Krebserkrankung
In: Haus der Wirtschaft/Landesgewerbeamt
Stuttgart, Willi-Bleicher-Str. 19, 70174 Stuttgart

Nürnberg

24. November 2005, 18.00 Uhr

Dr. G. Irmey: Seelische Stabilisierung
als wichtigste Säule einer biologischen
Krebsbehandlung
Dr. Ebo Rau: Wichtige Schritte
zur Eigenaktivität des Krebskranken
Dr. O. C. Simonton: Visualisieren,
Selbstheilungsprozesse und ganzheitliche
Krebsberatung
In: Meistersingerhalle, Konferenzraum 6,
Münchenerstr. 21, 90478 Nürnberg

München/Ottobrunn

25. November 2005, 18.00 Uhr

Dr. G. Irmey: ungewöhnliche
Krankheitsverläufe bei Krebs
Dr. P. Holzhauser: Komplementäre Konzepte in
Klinik und Praxis
Dr. Ebo Rau: Heilimpulse bei Krebs
Dr. O. C. Simonton: Auf dem Wege der
Besserung – Schritte zur körperlichen und
spirituellen Heilung bei Krebs
In: Wolf-Ferrari-Haus, Rathausplatz 2,
85521 Ottobrunn

*Bei allen Vortragsveranstaltungen wird
um Voranmeldung gebeten, die über
Tel.: 06221-13 80 20, Fax: 06221-1380212
und E-Mail: anmeldung@biokrebs.de erfolgen
kann. Die Eintrittskarten sind vor Ort zu zahlen.
Eintritt: 9 Euro für Mitglieder,
12 Euro für Nicht-Mitglieder*

Workshop

München/Ottobrunn

26. November, 10.00–18.00 Uhr

Workshop mit Dr. O. C. Simonton:
Ganzheitliche Beratung des Krebskranken
In: Wolf-Ferrari-Haus, Rathausplatz 2,
85521 Ottobrunn

Teilnehmergebühr:

60 Euro für Mitglieder der GfBK
70 Euro für Nichtmitglieder
100 Euro für Ärzte, Therapeuten, Psychologen
(Mitglieder der GfBK)
120 Euro für Ärzte, Therapeuten, Psychologen
(Nichtmitglieder)

*Schriftliche Anmeldung erforderlich,
ausführliches Programm und Anmeldeformular
unter Tel. 06221-13 80 20*

Betroffene berichten

Mit der Rubrik „Betroffene berichten“ möchte die GfBK Mut machen, auch in schwierigen Situationen neue Wege zu suchen. Allerdings sind Krankheitsbilder immer individuell und Heilungswege oder Therapieverfahren nicht übertragbar.

„Krebs – vereiteltes kreatives Feuer“ (W. H. Auden)



Ich komme aus einem sehr autoritären, intellektuellen und leistungsbezogenen Elternhaus, in dem Gefühle wenig zählten. Als pflichtbewusste Tochter meiner Eltern studierte ich Sprachen und Jura, heiratete und baute zusammen mit meinem heutigen Ex-Ehemann eine Anwaltspraxis auf. Als Abiturientin hatte ich mir allerdings gewünscht, Theaterwissenschaften zu studieren. Die Theater- und Tanzaufführungen unserer Laienschauspielgruppe während der Schulzeit begeisterten mich. Diese Begeisterung nahm ich damals noch nicht ernst. Mein Leben bestand aus Studium, später aus dem Aufbau der Praxis und meiner Familie. Dem Theater und meiner Begeisterung dafür maß ich damals noch keine besondere Bedeutung bei. Mein Leben bestand aus „Pflichtaufgaben zur Erfüllung nach Weisung“, ein Begriff aus dem Kommunalrecht: Familie, Mandanten, Haushalt waren die Weisungsgeber, jede Stunde des Tages war für bestimmte Aufgaben festgelegt. Ich erledigte die Aufgaben, das war meine Erfüllung, doch mit zunehmendem Alter erschöpfte ich immer mehr, da mich dies alles emotional nicht erfüllte.

1993, im Alter von 45 Jahren erkrankte ich an Brustkrebs; zwei Lymphknoten waren befallen. Auf mich warteten Chemotherapie und Bestrahlung. Die Chancen, gesund zu bleiben oder wieder zu erkranken, standen nach Aussagen des behandelnden Arztes 50 zu 50. Für mich war sofort klar, dass die Erkrankung ein Hilferuf meiner Seele war, die ich viel zu lange „vergewaltigt“ hatte. Und mein Entschluss stand fest, jetzt all das zu wagen und auszuprobieren, wozu ich bisher keine Zeit und auch keinen Mut gehabt hatte. Nur war mir noch völlig unklar, was es noch zu wagen galt. Klar war mir jedoch, dass ich meinen Beruf als Anwältin in dieser Krisenzeit nicht mehr ausüben wollte.

Damals begann für mich eine lange Reise, bei der ich meine Begeisterung für mein Leben wieder entdeckte. Unterschiedliche Therapien halfen mir dabei: anthroposophisches Malen, Heileurythmie, Yoga, das Simonton-Gesundheitstraining. Dabei traf ich auf all die Bücher von Simonton, LeShan, Canakakis und Siegel, in denen ich in den Porträts der anderen Krebspatienten immer wieder mir selbst begegnete.

In einem Buch von LeShan las ich den Satz, der diesem Bericht die Überschrift gegeben hat. „Krebs – vereiteltes Feuer“. Dieser Satz erschütterte mich damals sehr und ließ mich meine Sehnsucht nach einem anderen Lebensausdruck wahrnehmen. Verfügte ich etwa über kein „Feuer“,

über keine Gefühle, über kein Temperament, die nach Ausdruck verlangten? Was sollte meine Seele hervorbringen, um dem Körper die Last der hohen „Krebskreativität“ abzunehmen? Denn für mich stand fest, dass Krebs eine äußerst „kreative, produktive“ Krankheit war.

2 1/2 Jahre nach der Erkrankung hatte ich bei meinem ersten Simonton-Training bei der Reise zu meinem „Ort der Kraft und Freude“ das wegweisende innere Bild: Ich tanzte mit Gymnastikbändern am Meeresstrand. Das bedeutete für mich: Ich musste wieder tanzen. Bei meinem ersten Seminar waren die Leiterinnen Tanzsoziotherapeutinnen. Sie waren für mich Wegbereiter für den nächsten Schritt. Ich begann eine dreijährige Ausbildung zur Tanzsoziotherapeutin. Parallel dazu lernte ich in psychoonkologischen und psychologischen Weiterbildungen die Simontonmethode, um als Simontontrainerin zu arbeiten.

Mit 50 Jahren startete ich in meinem neuen Beruf als Tanzsoziotherapeutin, mit 51 Jahren in einem liturgischen Gottesdienst an Pfingsten wagte ich den Sprung zur Solotänzerin, mit 52 Jahren wurde ich Dozentin der Mildred Scheel Akademie und mit 54 Jahren wurde ich „mus-e“-Künstlerin der Yehudi Menuhin Stiftung für Tanz in Grundschulen in benachteiligten Stadtgebieten.

Jetzt endlich lebe ich „mein kreatives Feuer“: bei der Arbeit mit den Grundschulern, bei der therapeutischen Arbeit mit meinen Klienten/innen, insbesondere den Krebspatienten/innen, aber am stärksten in meinen Solotänzen in Gottesdiensten, bei Kunstausstellungen und Lesungen, bei denen ich meinen Gefühlsreichtum und meine Gefühlstiefe zu den großen polaren Lebensthemen wie „Trauer – Freude, Resignation – Wagnis, Geburt – Tod, Liebe – Hass, Erstarrung – Lebensfluss, Qual – Ekstase, Himmel – Hölle, Strafe – Vergebung“ zum Ausdruck bringen kann.

Meinen Lebensreichtum und meine Lebensbegeisterung habe ich heute gefunden. Das hat mein Leben immer wieder erneuert, aber auch viele schmerzvolle Abschiede mit sich gebracht. Ohne meine Krebserkrankung hätte ich niemals den Mut gehabt, diese Veränderungen zu wagen. Die Erfahrungen meines Lebens nach meiner Krebserkrankung habe ich zu meinem Tanz „Neuer Mensch – neu geboren – neue Wege gehen“ nach Musik von Albinoni verdichtet, den ich letztes Jahr in einem Reformationsgottesdienst tanzen durfte.

Mein heutiges Leben erscheint mir immer wieder wie ein Wunder und ein großes Geschenk, für das ich mich mit jedem neuen Solotanz bedanke.

Britta Wessel
Tanz-Therapeutin,
Psycho-Onkologische Beraterin,
Mühlheim a.d. Ruhr

www.tanze-dein-leben.de

*Es ist besser,
für etwas
zu kämpfen,
als
gegen etwas.*

*(Amos
Bronson Alcott)*

Termine



1: Josef Mettler



2: Dr. Dr. E. D. Hager



3: Dr. med. R. Inderst



4: Dott. Paolo Bavastro



5: Dipl.-Psych. Renate Zieten



6: Prof. Dr. K. F. Klippel

Berlin

13. September 2005, 18.30 bis ca. 20.00 Uhr

Vortrag:

Verunsicherung bei Krebspatienten – muss das sein? Kritische Anmerkungen und Diskussion

Referent: Josef Mettler (1), Vorstandsmitglied der GfBK
in: GfBK-Beratungsstelle 10709 Berlin
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin
um tel. Anmeldung wird gebeten

Mönchengladbach

14. September 2005, 19.00 Uhr

Vortrag: Diagnose Krebs – was tun? – Vorteile der onkologischen Behandlung durch Kombination von spez. und naturheilkundl. Therapien

Referent: Dr. med. F. Wurms, Onkolog. Praxisklinik, DÜ
in: Krankenhaus Neuwerk, Vortragsaal,
Dünner Str. 214, 41066 Mönchengladbach
Information: GfBK-Beratungsstelle Nordrhein

Dresden

17. September 2005, 9.00 bis 18.00 Uhr

Symposium: Grundlagen komplementär-onkologischer Therapie – Krebs im Kindes- und Jugendalter

Referenten: Dr. Dr. E. D. Hager (2), M. Herberg,
Dr. med. R. Inderst (3), Dipl.-Sozialarbeiter (FH) B. Kimmel,
Dipl.-Psych. K. Krauß, M. Schöbel, Prof. Dr. med. K.
Schumacher, Prof. Dr. med. M. Suttorp, Dr. med. Ch. Tautz
In: Deutsches Hygiene Museum Dresden,
Lingnerplatz 1, 01069 Dresden
Information: Ausführliches Programm und telefonische
Vor Anmeldung unter 06221-138020 und 0351-8026093

Stuttgart

20. September 2005, 19.30 Uhr

Vortrag: Ganzheitliche Tumorbehandlung

Referent: Dott. Paolo Bavastro (4), Internist, Degerloch
in: SSB-Veranstaltungszentrum Waldapark,
Friedrich-Strobel-Weg 4–6, 70597 Stuttgart
Information: GfBK-Beratungsstelle Stuttgart

Bremen

5. Oktober 2005, 19.00 Uhr

Vortrag: Auswirkungen und Schutz vor energetischen Störfeldern an unserem Schlaf- und Arbeitsplatz

Referent: Volker Koch, Rutengänger
In: GfBK Beratungsstelle Bremen
Information: GfBK-Beratungsstelle Bremen

Wiesbaden

5. Oktober 2005, 19.00 Uhr

Vortrag: Mehr Lebensfreude, weniger Angst

Referentin: Gisela Beyersdorff
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

Halle

6. Oktober 2005, 17.00 bis 18.30 Uhr

Vortrag: Biologisches Therapiekonzept

Referent: C. Witteczek, beratender Arzt der GfBK
in: SHG-Prostatakrebs Halle,
Sachsen-Anhaltische, Krebsgesellschaft e.V.,
Paracelsusstr. 23, 06114 Halle
Information: Johannes Bader, SHG, Tel.: 0345-5504117

Berlin

11. Oktober 2005, 18.30 bis ca. 20.00 Uhr

Vortrag: Naturheilkundlich begleitende Therapien bei Krebs – Information und Beantwortung von Fragen zur komplementären Therapie

Referent: Dr. med. R. Stange, kom. Chefarzt
d. Abt. für Naturheilkunde, Immanuel-Krankenhaus
in: GfBK-Beratungsstelle 10709 Berlin
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin
um tel. Anmeldung wird gebeten

Darmstadt

12. Oktober 2005, 19.00 Uhr

Vortrag: Der äußere Arzt behandelt, der innere heilt

Referent: Josef Mettler (1)
In: Alice Hospital Darmstadt,
Dieburger Str. 31, 64287 Dieburg
Information und Anmeldung: Sigrun Böse: 06151-62410

Hamburg

19. Oktober 2005, 19.00 Uhr

Vortrag: Was kann ich selber tun, um meine Abwehrkräfte zu stärken?

Referentin: Gisela Beyersdorff
In: Familienbildungsstätte der Poppenbütteler Marktkirche,
Poppenbütteler Markt 2, 22399 Hamburg
Information: Inge Jankwitz, Frauenselbsthilfe nach Krebs,
Tel.: 040-6054309

Wiesbaden

21. Oktober 2005, 19.00 Uhr

Vortrag: Selbstheilung – Arbeiten mit inneren Bildern

Referentin: Brigitte Hettenkofer
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden
Telefonische Voranmeldung erforderlich

Berlin

8. November 2005, 18.30 bis ca. 20.00 Uhr

Luft zum Atmen – Einführung und angeleitete Übungen

Referentin: Dipl.-Psych. Renate Zieten (5),
Leiterin von Atemgruppen für Menschen mit Krebs
in: GfBK-Beratungsstelle 10709 Berlin
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin
um tel. Anmeldung wird gebeten

München

14. November 2005, 19.00 bis 21.00 Uhr

Vortrag: Erweiterte Therapiemöglichkeiten beim tumorbedingten Fatigue-Syndrom

Referent: Dr. P. Holzhauer
in: Alten- und Service-Zentrum Altstadt,
Sebastiansplatz 12, 80331 München
Information: GfBK-Beratungsstelle München
Kosten: GfBK-Mitglieder 4 Euro; Nichtmitgl. 5 Euro
Telefonische Voranmeldung erforderlich,
begrenzte Teilnehmerzahl

Wiesbaden

14. November 2005, 19.00 Uhr

Vortrag: Psychoonkologie – Was ist das ?

Referentin: Petra Möges
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden
Telefonische Voranmeldung erforderlich

Bremen

23. November 2005, 19.00 Uhr

Vortrag: Psychoonkologie-seelische Auswirkungen der Tumorerkrankung

Referent: Prof. Dr. K. F. Klippel (6), Celle. Die Veranstaltung
erfolgt in Kooperation mit „Leben mit Krebs“, Bremerhaven
In: Kurfürstenstr. 4, 27568 Bremerhaven
Information: GfBK-Beratungsstelle Bremen

Vortragsveranstaltung und Workshop mit Dr. O. C. Simonton am 22.–26.11. in Heidelberg, Stuttgart, Nürnberg und München: siehe Seite 5.
Programm und Anmeldung: Tel. 06221-13 80 20

Informationsabende und Kurse in Heidelberg. In der zentralen Beratungsstelle Heidelberg finden regelmäßig Informationsabende und Kurse zur Anregung der Selbstheilungskräfte und Einführungen in ganzheitsmedizinische Themen statt.

Diese und weitere Termine erhalten Sie auch unter www.biokrebs.de

GOLF-BENEFIZAKTION

Damen Golfturnier des Golfclub „Schwarze Heide“, Botropp-Kirchhellen	1010,00
Golfzentrum München-Riem, München	440,00

GEBURTSTAGSSPENDEN

H. Manteuffel, Berlin	830,00
Dr. W. von Gierke, Leun	600,00
Benefizaktion Damen Golfturnier des Golfclub „Schwarze Heide“ Botropp-Kirchhellen	1010,00

EINZELSPENDEN

E. Andes, Kaiserslautern	500,00
H. Buhk, Hamburg	500,00
Ch. Emmerling, Heidelberg	200,00
Golfzentrum München-Riem, München	440,00
D. Haussmann, Weilheim	1000,00
M. Hupp, Tauberbischofsheim	200,00
U. Kron-Traudt, Paderborn	240,00
Life, Stiftung, Celle	1000,00
E. Menninger, Hagen	200,00
G. Merck, Schriesheim	250,00
E. Müller, Berlin	250,00
H. Neuenhofer, M'gladbach	750,00
H. Schiffmann, Lengerich	250,00
H. Schwörer, Hohenstein	500,00
M. Sewczyk, Düsseldorf	300,00
R. Sterzel, Potsdam	355,00
P. Widenmann, Hamburg	200,00
M. Wilhelms, Berlin	830,00
A. u. A. Wolfram, Regensburg	250,00

TRAUERSPENDEN

A. Braun, Wiesloch	325,00
M. Bokermann, Herford	1725,50
G. Marker, Wiesbaden	2738,00
Th. Meyer, Bremen	1060,00
U. Mohrdieck, Heusenstamm	1760,00
Dr. K. Schatz, Wielenbach	545,00



Impressum

Copyright bei der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V. Hauptstraße 44, D-69117 Heidelberg

Erscheinungsweise: 4 Ausgaben jährlich

Auflage: 38.000 Stück

Kostenfrei – Spende erwünscht

Erscheinungsdaten:

Februar/Mai/August/November

Redaktion: Karin Willeck, Höhenstraße 4, D-64342 Seeheim-Jugenheim

Verantwortlich für den Inhalt: Dr. György Irmey

Layout:

Werbeagentur Nassner & Geiss, Schwetzingen

Druck und Verarbeitung: Progressdruck GmbH, Speyer

GfBK: Wieder viele Aufgaben erfolgreich bewältigt

Am 22. April fand in der Stadthalle Heidelberg die 25. ordentliche Mitgliederversammlung der GfBK statt. Wichtige Themen der Mitgliederversammlung waren die Mitgliederzahlen, die Aktivitäten der Gesellschaft und die Bilanz. Ende Dezember 2004 hatte die GfBK 7626 Mitglieder. Nach einem starken Wachstum in den 90-er Jahren stehen die Mitgliederzahlen in den letzten Jahren still. Immer mehr Menschen ziehen es vor, die Arbeit der GfBK mit einer Spende statt mit einer Mitgliedschaft zu fördern.

Die GfBK erhält weder öffentliche Gelder noch nennenswerte Unterstützung durch Pharmafirmen. Daher steht im nächsten Jahr weniger Geld für die Forschungsförderung zur Verfügung. Im Jahr 2004 wurden insgesamt sechs Forschungsprojekte mit einem Volumen von 99 500 Euro zur Verfügung gestellt.

Die telefonische und ärztliche Beratung in Heidelberg und in den anderen Beratungsstellen wird weiterhin intensiv genutzt. Im Jahr 2004 wandten sich in Heidelberg 8190 Menschen zum ersten Mal mit einem Anliegen an die Beratungsstelle. 4100 schriftliche Anfragen wurden beantwortet, 2800 Interessenten bestellten Informationsmaterial per E-Mail.

Die ärztliche Beratung beantwortete 4600 Anfragen von Patienten. 1372 Patienten wurden per E-Mail beraten, 153 persönlich. Dabei fiel auf, dass Patienten im Laufe der letzten Jahre immer besser informiert seien und detailliertere Fragen stellten. Bei den Beratungen wird außerdem deutlich, dass viele Patienten einen großen Informationsbedarf zu schulmedizinischen Fragen haben. Der ärztliche Beratungsdienst beantwortet diese Fragen so weit möglich und verweist dann an entsprechende Organisationen.

In den regionalen Beratungsstellen wurden insgesamt fast 4000 Menschen telefonisch beraten, hinzu kamen über 200 persönliche und fast 700 ärztliche Beratungen.

Das Gesundheitmodernisierungsgesetz und seine Auswirkungen auf biologische Therapieformen und Medikamente verunsicherte viele Patienten. Viel mehr Patienten als bisher nahmen eine individuelle Beratung zur Kostenerstattung biologischer Therapien in Anspruch. In den Härtefond, den bedürftige Patienten zur Finanzierung biologischer Verfahren in Anspruch nehmen konnten, flossen im vergangenen Jahr 40 000 Euro.

Auch das schriftliche Informationsmaterial wurde intensiv genutzt. Insgesamt wurden 50 000 Broschüren verschickt und die Informationsblätter der GfBK grafisch überarbeitet. Es erschien ein immerwährender Kalender von Dr. Ebo Rau mit einer Auflage von 5000 Exemplaren. IMPULSE wurde viermal im Jahr mit einer Auflage von 38 000 Stück gedruckt und verteilt. Außerdem wurden drei Informationsschriften neu aufgelegt.

Vielen Dank!

Einen herzlichen Dank auch an die engagierten Golfer. Letztes Jahr hatte Dr. Ebo Rau, der selbst begeisterter Golfspieler ist, Golfclubs in Deutschland gebeten sich für die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr zu engagieren. Die ersten Golfturniere zu Gunsten unserer Gesellschaft fanden statt. Die Startgelder in Höhe von 1450 Euro gingen als Spende an unsere Gesellschaft. So führte am 18. Juni 2005 der Golfclub Bad Münstereifel-Stockert ein Benefiz-Golfturnier zugunsten der biologischen Krebsabwehr durch. Bei schönem Wetter und optimalen äußeren Bedingungen stand nicht das Ziel des Golfspiels, einen Ball mit einem oder mehreren Schlägen vom Abschlag ins Loch zu spielen, im Vordergrund. Vielmehr sollte der Obulus der Teilnehmer an diesem Golfturnier die Grundlage für eine großzügige Spende werden. 53 Golfer und Golferinnen nahmen an dem Turnier teil, das mit 14 Handicapverbesserungen ein gutes sportliches Ergebnis hatte. Als bei der Siegerehrung der Turnierleiter Hans Ramsauer verkünden konnte, dass nach Abzug der Turnierunkosten 600 Euro als Spende für die biologische Krebsabwehr überwiesen werden konnten, gingen die Teilnehmer in dem Bewusstsein nach Hause, nicht nur einen schönen Tag auf dem Golfplatz erlebt zu haben, sondern auch von dem eigenen Glück etwas an diejenigen weitergeben zu haben, denen es z. Zt. nicht so gut geht.

Vielen Dank!



Jede Woche treffen sich die Mitglieder der Yoga Gruppe I des TF Feuerbach. Die Leiterin der Gruppe, Dagmar Hahn hatte sich anstelle eines Weihnachtsgeschenkes eine Spende zu Gunsten der Biologischen Krebsabwehr gewünscht. Die Mitglieder sammelten 79 Euro, die Sie der Biologischen Krebsabwehr spendeten.