



Fotomaterial: © ALCEA GmbH, Frechen, Artwork: © Cinzia Fenoglio

Entgiften und Ausleiten Frühjahrskur für Körper, Geist und Seele

Kräuterpfarrer Sebastian Kneipp soll auf die Frage nach den drei wichtigsten Heilverfahren geantwortet haben: „Erstens entgiften, zweitens entgiften, drittens entgiften.“ Die Entgiftung spielte jedoch schon lange vor Pfarrer Kneipp eine wichtige Rolle, nämlich in der Antike. Damals glaubte man, dass der Körper aus vier Säften besteht, der gelben und schwarzen Galle, dem Blut und dem Schleim. Bei einem gesunden Menschen – so glaubte man damals – war das Verhältnis der vier Säfte ausgeglichen. Hatte ein Patient einen Überschuss an einem der vier Säfte, wurde dies als Krankheitsursache erkannt und behandelt.

Hippokrates kannte fünf recht brachiale Methoden zur Entgiftung: Erbrechen, Abführen, Schwitzen, Aderlass und künstliche Wunden. Paracelsus stellte dieses einfache Bild der Krankheitsursachen in Frage. Hatte er doch beobachtet, dass auch Umweltfaktoren und das Umfeld des Patienten krank machend wirken können. Genau wie seine Vorgänger glaubte er jedoch an die Idee der Vergiftung. Allerdings fiel ihm auf, dass man sich nicht körperlich – durch Stoffwechsel – sondern auch geistig und seelisch – mit negativem Denken und belastenden Gefühlen – vergiften kann. Er wollte den „inneren Alchimisten“ heilen und jung halten. Dabei war die Entgiftung mit Bitterstoffen eines der wichtigsten Heilverfahren. Daran hat sich bis heute nicht viel verändert.

Viele Menschen spüren im Frühjahr das natürliche Bedürfnis, ihren Körper zu entgiften und von überflüssigem Ballast zu befreien. Nicht zufällig erleben Diäten, Blutreinigungs- und Fastenkuren regelmäßig im Frühling einen Boom. Aus der Fülle des Angebotes gilt es, das auszuwählen, was zu einem passt und was man sich und seiner gesundheitlichen Verfassung zumuten kann. Das ist individuell sehr unterschiedlich, besonders bei Menschen, die an Krebs erkrankt waren. Während Fasten und kalorienreduzierte Diäten hier meistens weniger gut geeignet sind, berichten viele, dass sie sich nach einer entlastenden und entgiftenden Ausleitungstherapie sehr viel besser fühlen.

Das liegt auf der Hand, denn nicht nur Strahlen- und Chemotherapie hinterlassen ihre Spuren im Körper. Auch der Tumor selbst bildet Substanzen, die das umliegende Gewebe schädigen und die Immunabwehr blockieren können. Hinzu kommt, dass auch die psychischen und seelischen Begleiterscheinungen der Erkrankung – der Schock der Diagnose, das Umgehen mit der Frage: „Wie geht es jetzt weiter?“ und Existenzängste – den Körper unter Stress setzen und belasten.

(Fortsetzung: nächste Seite)

In dieser Ausgabe:

- S. 3 Poesie- und Bibliothotherapie • S. 4 Enttarnungskünstler Enzyme
- S. 5 Service und Informationen • S. 6 Betroffene berichten • S. 7 Termine
- S. 8 Interna – Resonanz

KURZ&BÜNDIG



Kasse muss Kosten für Hyperthermie übernehmen

Die gesetzliche Krankenversicherung muss die Kosten einer Hyperthermiebehandlung übernehmen, obwohl diese nicht im Katalog der Kassenleistungen enthalten ist. Dies hat das Bundesverfassungsgericht entschieden (1 BvR 2496/07). Voraussetzung für die Kostenübernahme ist, dass der Patient lebensbedrohlich erkrankt ist und die konventionellen Therapieformen nicht ausreichen. Bei lebensbedrohlich erkrankten Patienten, die in Armut leben, muss die Krankenkasse auch bei Leistungen außerhalb ihres Spektrums in Vorlage gehen, es reicht nicht aus, die Kosten nach der Behandlung zu erstatten.

Geklagt hatte eine 72-jährige Rentnerin, die eine Rente in Höhe von 96 Euro Rente erhielt und die Kosten für die Behandlung gegen ihre Krebschmerzen in Höhe von 1.300 Euro vorlegen sollte. Das sei nicht zumutbar, urteilten die Richter. Die Kasse hatte unter anderem argumentiert, dass der Arzt die Patientin vermutlich auch ohne umgehende Bezahlung behandelt hätte.



Fotomaterial: © ALCEA GmbH, Frechen

Das wichtigste Ausscheidungsorgan des Körpers ist die Leber. Deshalb sind Leber und Galle das Ziel der meisten Ausleitungs- und Entgiftungstherapien. Ganz einfach und sehr wirksam ist der gute, alte Leberwickel – wie er bei jeder Fastenkur empfohlen wird. Dazu einfach eine angenehm warme Wärmflasche für 10–20 Minuten auf den rechten Oberbauch legen, sich gut warm halten und etwa 20 Minuten ruhen. Eine günstige Tageszeit dafür ist der frühe Nachmittag, zwischen 13 und 15 Uhr, nach der Organuhr fließen da die Gallensäfte besonders gut. Doch auch wer sich um diese Zeit keine Auszeit gönnen kann, profitiert von der Wirkung und kann den Leberwickel auch zu einer anderen Tageszeit anwenden.

In der Naturheilkunde werden zur Anregung der Ausscheidungsorgane vor allem verdauungsanregende Kräuter angewendet, die besonders viele verschiedene Bitterstoffe enthalten. Das, was wir normalerweise essen, enthält nur noch wenige solcher Bitterstoffe. Die Lebensmittel sind dem allgemeinen Geschmack angepasst und nur wenige Menschen mögen die Geschmacksrichtung „bitter“. Daher verschwindet sie durch Züchtung von Gemüse und Salat mit wenigen Bitterstoffen und durch die Bearbeitung mehr und mehr von unserem Speiseplan.

In Heilpflanzen sind noch viele Bitterstoffe vorhanden, die die Verdauung fördern und die Säftebildung in Leber und Galle anregen. Zur Leberstärkung haben sich besonders eine Mischung aus Mariendistel, Löwenzahn, Chelidonium und Fencheltinktur bewährt. Es gibt aber auch gute Fertigmischungen, wie z.B. Bitterstern®, Bitterkraft-Vitalpulver® oder Urbitter-Biogranulat® (erhältlich über Apotheken, Reformhäuser oder Biomärkte).

Alternativ oder oft ergänzend zu den Extrakten oder Tinkturen soll man auch Tees aus Heilpflanzen trinken. Normalerweise sollte man täglich etwa 2 bis 2 1/2 Liter Flüssigkeit trinken, Alkohol und Kaffee nicht mitgerechnet. Während einer Entgiftungs- und Ausleitungskur dürfen es ruhig 3 Liter und mehr werden. Damit der Körper sich langsam daran gewöhnt, sollte man mit einer Tasse pro Tag beginnen und die Dosis langsam steigern. Dann können – über den Tag verteilt – bis zu 2 Liter Tee getrunken werden. Am besten geeignet sind Tees, die im Körper basisch wirken. Das sind Lapacho-Tee, Roibusch-Tee, Grüner Tee, Flor Essence oder Essiac-Tee. Als fertige Mischung ist auch der 7x7 Kräutertee zu empfehlen – eine entsäuernd wirkende Fertigtee-Mischung. Shipibo-Treasure-Tee – eine Mischung aus dem Regenwald – stärkt den Organismus, regt das Immunsystem an und wirkt ebenfalls entgiftend. Alle Tees sollten Bioqualität haben. Natürlich hält auch die homöopathische Hausapotheke einige entgiftend wirkende Mittel bereit. Hier empfiehlt die GfBK Kombinationsarzneimittel von den Herstellern Alcea und Heel.

Unterstützung der Entgiftung durch Ölkauen:

Ölkauen oder Ölziehen hilft dabei, den Organismus zu entgiften, und es beruhigt gereizte Schleimhäute im Mundbereich, wie sie nach einer Chemo- oder Strahlentherapie häufig vorkommen. Nach Dr. Karach wird beim Ölziehen der Stoffwechsel angeregt, das Zahnfleisch gefestigt und man leistet aktiven Parodontoseschutz. Sie geben dazu 1 TL bis 1 EL Bio-Pflanzenöl in den Mund. Sonnenblumenöl ist besonders gut geeignet, da es angenehm schmeckt. Das Öl wird 15–20 Minuten lang durch die Zähne gezogen und mit dem Speichel vermischt. Die beste Tageszeit dafür ist morgens vor dem Frühstück.

Das GfBK-Info „Ausleiten und Entgiften“ erhalten Sie kostenlos bei der GfBK. Adresse s. S. 5. Bei Rückfragen wenden Sie sich gerne auch an den ärztlichen Beratungsdienst der GfBK.

KURZ&BÜNDIG



Kommunikationstraining für Ärzte

Mediziner interessieren sich dafür, ihre Kommunikation im Umgang mit Patienten bewusster zu gestalten und zu verbessern. In angesehenen Institutionen wie dem Krebsinformationsdienst in Heidelberg werden inzwischen Kommunikationskurse für Ärzte angeboten. In diesen lernen die Mediziner, den Patienten volle Aufmerksamkeit zu schenken, Blickkontakt zu halten und sich in ihr Gegenüber einzufühlen, zuzuhören und Gefühle offen anzusprechen. (Informationen über www.dapo-ev.de)

Ärzte lernen an der Uni viel über Krankheiten und deren Behandlung, doch wenig über den Umgang und die Kommunikation mit schwerkranken Menschen und deren Angehörigen. „Den Ärzten geht es um Befunde, den Patienten ums Befinden“, brachte eine Mitarbeiterin des Krebsinformationsdienstes auf dem Deutschen Krebskongress in Berlin die Situation auf den Punkt.

Viele Patienten kennen dies aus der Praxis und die Beratungsstellen der GfBK erreichen immer wieder Erfahrungsberichte, in denen Ärzte distanziert und kühl schwierige Diagnosen überbringen und dabei gar nicht auf den Patienten und Gefühle eingehen. Viele Untersuchungen aus den letzten Jahren belegen, dass hier Handlungsbedarf besteht. So kam bei solchen Studien meistens heraus, dass die Ärzte mit ihren Gesprächen mit den Patienten recht zufrieden waren, während die Patienten im gleichen Gespräch schlechte Noten verteilen.

Poesie- und Bibliotherapie

Schreiben, um bei sich anzukommen



„Wenn einer eine Reise macht, dann kann er ‘was erzählen‘, sagt ein Sprichwort. Doch es gibt nicht nur äußere Reisen in ferne Länder, es gibt auch innere Reisen in unentdeckte Regionen der eigenen Persönlichkeit. Wer sich auf diese Art von Neuland einlässt, findet vielleicht zu einer ganz neuen Art von Geschichten. Viele, die durch persönliche Krisen hindurch gehen, haben das Bedürfnis zu schreiben – ihre Erlebnisse, ihre Gefühle, ihre Geschichte. Es ist so, als würde Schreiben das, was innen klopft und brodeln, auf das Papier nach außen bringen und als schaffe man sich damit die Möglichkeit, das eigene Erleben mit etwas mehr Abstand zu betrachten.“

Schreiben macht Betroffene zu Beteiligten, Schreiben schafft gesunde Distanz, Schreiben erleichtert und Schreiben klärt. Kein Zufall also, dass viele an Krebs erkrankte Menschen das Bedürfnis haben zu schreiben. Die Poesie- oder Bibliotherapie erfreut sich wachsender Beliebtheit. „In einer Zeit, in der sich viele Strukturen auflösen, in der Menschen mit Ohnmacht und Angst konfrontiert sind, gibt Schreiben Halt,“ erzählt Frau Solamit-Sommerfeld, Psychotherapeutin und Absolventin des ersten Master-Studienganges „Biografisches und kreatives Schreiben“ an der Alice-Salomon-Fachhochschule Berlin. „Auf einmal kann man etwas aus dem eigenen Erleben machen, etwas gestalten, es einfließen lassen in ein Gedicht, eine Geschichte. Man kann es sich anschauen und ist vielleicht ganz erstaunt, dass einem der entstandene Text sogar gefällt.“ Schreibwerkstätten und Angebote zum kreativen Schreiben boomen, doch bisher sind wenige Angebote auf die Bedürfnisse von Krebspatienten zugeschnitten. Das soll sich ändern: Die Therapeutin bietet in diesem Herbst – in Zusammenarbeit mit der Hamburger Krebsgesellschaft – zum ersten Mal eine Schreibwerkstatt für an Krebs erkrankte Menschen an. „Wenn ein Mensch in so einem Kurs seine Geschichte vorliest, schafft das Nähe und Intensität und gleichzeitig bekommt derjenige Abstand zu sich selbst. Das alles zusammen ist heilsam.“

Wer sich nicht oder noch nicht in eine Gruppe vorwagen möchte, findet im Schreiben die Möglichkeit, sich auf sich zu besinnen und selbst zu begegnen. Schreiben ist diskret. Wer möchte, lässt seine Texte einfach in der Schublade und hat sich doch Erleichterung verschafft. Schon dadurch, dass ein Mensch eine schwierige Lebenssituation, sein Gefühlschaos angesichts einer Krebserkrankung, seine Ängste und Hoffnungen zu Papier bringt, entlastet er sich. Nicht umsonst ist das Tagebuchschreiben eine der ältesten Bräuche und eine bewährte Möglichkeit zur Selbstreflexion. Schreiben erlaubt uns zu jammern und zu klagen, ungeschminkt und unverstellt so zu sein, wie man sich selbst kaum zu ertragen glaubt und keinem anderen zumuten möchte. Schreibend kann man üben, die unerforschten Regionen der eigenen Persönlichkeit näher kennen zu lernen und sich vielleicht mit ihnen anfreunden. Ungefährlich und zunächst noch unverbindlich. Wenn einem das, was einen da auf dem Papier anschaut, zu sehr erschreckt, drückt man einfach auf die Taste „Löschen“ im Computer, zerreißt oder verbrennt seine Texte ...

Schreiben überwindet die Sprachlosigkeit, die entsteht, wenn ein Mensch in eine existentielle Krise gerät und Themen berührt werden, die unsere Kultur mit Scham belegt hat: Warum gerade ich? – Wie geht es weiter? – Angst vor dem Tod – Angst vor dem Weiterleben – Angst vor Bedürftigkeit, Schmerzen und Leid. Wer möchte, kann seinen Text teilen und sich weiter öffnen – den nächsten Angehörigen, den Mitgliedern der Selbsthilfegruppe, Bekannten. Schreiben ermöglicht, dosiert nach außen zu gehen, Schritt für Schritt, genau so weit wie man gerade kann. Und Schreiben kann man überall beginnen, zu jeder Zeit, an jedem Ort.

In Schreibgruppen, die inzwischen an vielen Orten angeboten werden, findet man Gleichgesinnte. Keine perfekten Autoren, sondern Menschen wie du und ich. Wichtig ist, dass die „Chemie“ stimmt und man sich in der Gruppe aufgehoben und angenommen fühlt. Dann entsteht Raum für die wertschätzende Begegnung auch mit tiefen Themen und viele stellen dann überrascht fest, dass die anderen, scheinbar so Gesunden auch ihr Päckchen zu tragen haben. So etwas relativiert und lässt die eigene Geschichte mit anderen Augen betrachten.

Kontakte zu Schreibgruppen und Fortbildungsangebote finden Sie unter
– www.berliner-krebsgesellschaft.de
– www.hamburger-krebsgesellschaft.de
– www.schreibinstitut-berlin.de
– www.asfh-berlin.de
– Deutsche Gesellschaft für Poesie- und Bibliotherapie, DGPB, Werner Straße 8, 44388 Dortmund

Imperative

*Finde einen heiligen Ort
Für deine Müdigkeit.*

*Suche eine Atmosphäre,
in der du wachsen kannst.*

*Entdecke,
dass Zerbrechlichkeit
Stärke ist
und Verletzlichkeit
Nähe schafft.*

*Baue
an deiner inneren Stärke,
die die äußere
Welt tragen wird.*

*Stelle fest, wo die Mitte
deines Lebens ist
Und lasse ihren Wert
dein Leben durchsetzen.*

*Lass alles los,
was du nicht bist.
Umarme,
was du bist.*

*Betrachte die Welt
mit Vorsicht,
liebe sie
mit Leidenschaft.*

*Wachse wie Unkraut,
stehe wie ein Baum.*

Sei du.

(Ulrich Schaffer)

*aus: Visions –
Gedanken für eine neue Welt*

Dreifach wirksam

Enttarnungskünstler Enzyme



Enzyme könnte man mit einer biochemischen Schere vergleichen: Sie zerschneiden große Nahrungsbausteine wie langkettige Fette, große Eiweißmoleküle und langkettige Zucker in kleinere Bestandteile, die dadurch weiter verdaut und im Körper verwertet oder abgebaut werden können. In der Krebsbehandlung haben Enzympräparate mehrere Funktionen. Bei Menschen mit Magenkrebs z.B. ersetzen sie körpereigene Enzyme, die nach der Operation nicht oder nicht mehr in ausreichender Menge gebildet werden und unterstützen so die Verdauung (s. S. 5).

Aber Enzyme spielen auch in der biologischen Krebsbehandlung ganz allgemein eine wichtige Rolle. Damit die körpereigene Immunabwehr gegen Krebszellen im Körper aktiv werden kann, müssen die Abwehrzellen die Krebszellen zunächst einmal erkennen. Normalerweise geschieht dies durch so genannte Antigene, das sind Erkennungsmerkmale, die alle Zellen auf ihrer Oberfläche tragen. Tumorzellen können sich jedoch mit einer Eiweißhülle tarnen und sind dadurch für die Abwehrzellen schlecht erkennbar. Durch Enzyme werden diese Erkennungsmerkmale freigelegt.

Enzyme können aber noch mehr: Sie schützen vor der Bildung von Tochtergeschwulsten, so genannten Metastasen. Vom Tumor können sich vor oder während der Operation Krebszellen ablösen und an anderen Organen festsetzen. Diese Krebszellen könnten die Keimzelle für Metastasen sein. Enzyme setzen die Haftfähigkeit dieser Zellen herab und sie machen das Blut dünnflüssiger. Dadurch werden die Krebszellen leichter ausgeschieden und abgebaut.

Enzyme wirken aber auch direkt auf das Immunsystem. Sie regen die Ausschüttung von Botenstoffen wie Interleukin und Tumornekrosefaktor (TNF) an und versetzen das Immunsystem so in erhöhte Alarmbereitschaft. Außerdem helfen sie dabei, so genannte Immunkomplexe aufzulösen. Dieser Zusammenschluss aus verschiedenen Bestandteilen der Immunabwehr irritiert das Immunsystem und lockt es auf eine falsche Fährte. Wenn diese Immunkomplexe aufgelöst sind, hat das Immunsystem wieder freie Kapazitäten für seine eigentliche Aufgabe, die Abwehr von Tumorzellen. Und schließlich helfen sie auch noch beim Aufräumen und Säubern. Beim Auflösen von Tumorzellen entstehen Abfallprodukte, die ebenfalls die Abwehrleistung des Immunsystems herabsetzen. Enzyme spalten diesen „Zellmüll“ in seine Bestandteile auf, er kann abgebaut und ausgeschieden werden.

Auch die Nebenwirkungen aggressiver Therapien oder Krebsoperationen werden durch Enzyme gelindert. Sie helfen gegen Entzündungen und lassen geschwollenes Gewebe abschwellen und vermindern so Druck und Schmerzen. Viele Patienten vertragen eine Chemotherapie besser, wenn sie gleichzeitig Enzyme einnehmen.

Eingesetzt werden vor allem eiweißspaltende, so genannte proteolytische Enzyme. Sie werden aus der Ananas (Bromelain) oder aus Papaya (Papain) gewonnen. Es gibt auch tierische Enzyme, Trypsin und Chymotrypsin aus der Bauchspeicheldrüse von Tieren.

Die Behandlung mit Enzymen hat keine ernsthaften Nebenwirkungen. Bei einigen Anwendern verändert sich der Stuhl, das hat aber keine Auswirkungen auf die Gesundheit. Die meisten Präparate gibt es als dünndarmlösliche Dragees. Die Kosten für die Behandlung muss der Patient selbst tragen, Enzyme sind nicht verschreibungspflichtig. Eine intensive Behandlung kostet im Quartal zwischen 280 und 900 Euro.

Ein ausführliches GfBK-Info, Hinweise auf geeignete Präparate und deren Dosierung erhalten Sie bei der GfBK (Adresse s. S. 5). Wenn Sie weitere Fragen zur Enzymbehandlung in Ihrem speziellen Fall haben, vereinbaren Sie bitte einen Termin mit unserem ärztlichen Beratungsdienst. Wir beraten Sie gern.

Information und Beratung



Zentrale Beratungsstelle
Heidelberg

Info-Telefon: 06221/138020
Fax: 06221/1380220
Mo.–Fr. 9.00–15.00 Uhr
Voßstraße 3, 69115 Heidelberg
information@biokrebs.de
www.biokrebs.de

Regionale Beratungsstellen
(nicht täglich besetzt)

Dresden: Schlesischer Platz 2
Tel. 0351/8026093

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

Berlin: Kurfürstenstr. 131
(Eingang Einemstr. 12,
Nähe Nollendorfplatz)
Tel. 030/3425041

Hamburg: Waitzstraße 31
(VHS-Gebäude 2)
Tel. 040/6404627

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

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

Wiesbaden: Bahnhofstr. 26
Tel. 0611/376198

Stuttgart: Im Haldenhau 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. Irmeijer



Zuwendungen an die
Gesellschaft für Biologi-
sche 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

Neues GfBK-Info: Magenkrebs



Bei festgestelltem Magenkrebs führt an der
Operation leider kein Weg vorbei. Meistens muss
ein Teil des Magens oder der ganze Magen entfernt
werden, möglicherweise auch ein Teil der Speise-
röhre, des Darmes, der Milz oder die Lymphknoten.
Doch wenn der Tumor bei der Operation voll-
ständig entfernt werden kann, sind die Heilungs-
chancen gut.

Und auch ohne oder nur mit einem Teil des
Magens kann man recht gut leben. Das Wichti-
gste nach der Operation ist, dass die Patienten
langsam essen und viele kleine Mahlzeiten über
den Tag verteilen. Außerdem braucht es Geduld,
um herauszufinden, welche Nahrungsmittel
jetzt noch gut vertragen werden und bekömmlich
sind. Eine Standardempfehlung gibt es nämlich
nicht.

Als hilfreich haben sich Enzympräparate erwiesen,
die dabei helfen, die Nahrungsbestandteile –
vor allem die Fette – aufzuschließen und die
wertvollen Nährstoffe zu verwerten. Darüber
hinaus helfen Nahrungsergänzungstoffe, den
Körper gut mit allen wichtigen Nährstoffen zu
versorgen.

Nahrungsmittelallergien, eine Abneigung gegen
Fleisch, Appetitlosigkeit und ein Druckgefühl im
Oberbauch – diese oder ähnliche Beschwerden
im Magen sollten gründlich untersucht werden.
Sie können ein erster Hinweis auf Magenkrebs
sein. Durch eine Magenspiegelung, während der
Gewebebiopsien entnommen werden, kann ein
Arzt feststellen, was die tatsächliche Ursache der
Beschwerden ist.

Magenkrebs kommt vor allem bei Menschen
zwischen 60 und 80 Jahren vor. Zu den Risiko-
faktoren, die diese Krebsart begünstigen, gehören
ungesunde Lebensgewohnheiten wie Rauchen
und Alkoholmissbrauch, aber auch eine Ernährung,
die viel gesalzene, gepökelte oder gegrillte
Nahrungsmittel enthält. Das Risiko, an Magenkrebs
zu erkranken, ist auch erhöht, wenn im Magen
das Bakterium *Helicobacter pylori* nachgewiesen
wurde. So eine Infektion sollte auf jeden Fall
behandelt werden.

Das neue GfBK-Therapie-Info beschreibt aus-
führlich Symptome und Behandlungsmöglichkeiten
von Magenkrebs und listet auf, worauf es nach
der Operation zu achten gilt. Das Therapie-Info
gibt es kostenlos in der Geschäftsstelle der GfBK.
Adresse s. links.

In eigener Sache:

Leserbefragung –
Bitte wirken Sie mit!



Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

vereinsrechtliche Gründe machen es notwendig,
Ihre Mitgliederzeitschrift *Signal* und damit
verbunden auch unsere Mitteilungen Impulse zu
verändern. Die neue Zeitschrift wird ab 2009
ausschließlich an Mitglieder der GfBK verschickt.
Der Herausgeber dieser Zeitschrift wird, anders
als bisher, die GfBK sein. Damit haben wir auch
die Möglichkeit, die Themen, die uns am Herzen
liegen, mehr zu betonen und Sie ausführlicher
über die Aktivitäten der GfBK zu informieren.

Mit dem beiliegenden Fragebogen möchten wir
Ihre Wünsche und Anregungen sammeln, um
diese in die neue Zeitschrift einfließen zu lassen.
Grundsätzlich sind zwei Modelle denkbar. Wir
können ähnlich wie bisher die Zeitschrift heraus-
geben. Die Finanzierung der Zeitschrift erfolgt
dann zu einem Teil aus dem Anzeigenverkauf. Ein
anderes Denkmodell sieht vor, die neue Zeitschrift
ohne Anzeigen zu gestalten und dafür die Seiten-
zahl zu reduzieren. In diesem Verzicht auf Anzeigen
spiegelt sich die Unabhängigkeit unserer Gesell-
schaft wider. Die Gesamtzahl der rein inhaltlichen
Seiten mit redaktionellen Beiträgen ist bei beiden
Denkmodellen ähnlich.

Leser, die bisher „Impulse“ erhalten, werden ab
2009 vierteljährlich einen Auszug von 8 Seiten
aus der neuen Mitgliederzeitschrift erhalten.

Wir möchten Sie, liebe Mitglieder und Leser, ganz
herzlich bitten, an unserer Befragung teilzunehmen,
damit wir Ihre Vorstellungen einer Mitglieder-
zeitschrift verwirklichen können.

Betroffene berichten

*Lauf´ nicht;
Geh´ langsam:
Du musst nur
auf dich zugehn!
Geh´ langsam,
lauf´ nicht,
denn das Kind
deines Ich,
das ewig
Neugeborene,
kann dir nicht
folgen!*

(Juan Ramon Jimenez)

Der Tanz ins Leben



© H. Bébak

„Für mich gehören Tumore ins Labor und nun steht mein eigener Name auf dem Befund!“, so Dr. Gabriele Röhn, promovierte Biologin, die in Köln in einem onkologischen Labor der Neurochirurgie arbeitet. Arbeitsschwerpunkt Hirntumore. 2001 erwischt es sie selbst. Die Diagnose: Brustkrebs.

Ein halbes Jahr lang wiegt sie sich in Sicherheit. Sie tastet einen Knoten in der Brust, ihre Frauenärztin winkt ab: „Nur verhärtetes Bindegewebe, kein Grund zur Sorge.“ Ihre innere Stimme lässt ihr keine Ruhe. Auf ihr Drängen hin – Überweisung an die Frauenklinik mit modernstem Ultraschallgerät. Das, was sie innerlich längst geahnt hat, stellt sich als richtig heraus. Krebs. Es ist nicht nur einer, es sind viele Tumore. Die Brust muss amputiert werden – eine Folge der späten Diagnose.

Gabriele Röhn klagt oder hadert nicht, während sie dies erzählt. Kurze klare Worte, nicht zu viel, nicht zu wenig. Fakten. So ist es.

Was dann folgte, beschreibt sie als „Abenteuerurlaub“. Sie ließ sich dort operieren, wo sie die beste medizinische Versorgung erhielt, an der Uniklinik. Operation, Chemotherapie. Das ganze Programm. „Alles andere wäre mir viel zu gefährlich gewesen.“ Parallel dazu Naturheilkunde, Mittel, die den Körper unterstützen: hochdosierte Enzyme und Mineralstoffe, Zink, Selen. Während der Chemotherapie ein homöopathisches Kombinationsmittel, das die Übelkeit dämpft. Außerdem ein Mittel zur Immunstärkung. Psychoonkologische Betreuung. Die habe ihr gut getan. Wie viele andere hatte sie zunächst gedacht, sie brauche so etwas nicht, schaffe das allein, doch dem war nicht so. Die Begleitung war gut, genauso wie die Reha, die sie eigentlich anfangs auch nicht wollte. Ach ja, und dann natürlich noch die Mistel. Vom ersten Tag an habe sie die gespritzt, nicht nach Schema, sondern die letzten 5 Jahre lang kontinuierlich, zweimal pro Woche, jetzt nur noch zweimal pro Jahr.

In ihren Worten klingt Selbstbewusstsein. Sie hat selbst recherchiert, was das Beste für sie ist, war gut begleitet von der naturheilkundlichen Hausärztin, der sie schon seit Jahrzehnten vertraut.

Und dann war da noch der Tanz, ihr Lebenselixier, ihr Motor. Schon als Kind lernte sie Ballett-Tänze. Als Erwachsene kommen Standard- und Lateinamerikanische Tänze hinzu. Sie tanzt Turniere, probiert aus, erweitert ihr Repertoire und ... entdeckt für sich eine neue Leidenschaft, den Tango Argentino. „Dieser Tanz war schwierig für mich, ich wollte ihn mit dem Kopf tanzen, das geht beim Tango nicht.“

Während ihrer akuten Krankheitsphase setzt sie das Training aus. Es fällt ihr schwer, es fehlt ihr. Noch während der Chemotherapie bittet sie ihren Tanzpartner „Ich muss mal raus, gehst du mit mir irgendwo hin, wo wir tanzen können?“ Sie ist noch schwach, kann die Arme nicht – wie beim Tango üblich – um seinen Hals legen. Sie lehnt sich an seinen Bauch, er führt sie sanft und achtsam mit seinem Körper. Endlich. Sie lässt los. Gibt sich dem Tanz, der Musik, der Führung ihres Tanzpartners hin. „Es war der schönste Tanz meines Lebens“, erinnert sie sich. „Endlich hatte ich erfahren, was es bedeutet, Tango zu tanzen.“

Sie, die weder eine Tagebuchschreiberin war noch zu schreiben viel am Hut hatte, fängt an zu schreiben. Ein Krebs-Tagebuch zunächst. Aufschreiben, was sie in der Chemotherapie durchleidet. Sich im zweiten und dritten Zyklus daran erinnern wie es beim ersten war. Nachlesen, was ihr beim ersten Mal geholfen hat. Was normal ist. Dabei soll ihr das Schreiben helfen.

Erst allmählich reift in ihr die Idee, ein Buch für andere Betroffene herauszugeben. Eine Mischung aus Tagebuch, Briefen, Gedichten und Erklärungen der Fachausdrücke. Sie möchte es anderen zugänglich machen, ihr selbst hat so ein Buch gefehlt. In der Reha, nach dem 5. Zyklus Chemotherapie, liest sie ihren Mitpatienten aus ihren Aufzeichnungen vor. Die meisten Zuhörer weinen, einige konnten kaum noch atmen. „Kann ich das haben?“, fragt einer. Er kann, sie kopiert die entsprechende Stelle.

„Ich habe eine Botschaft“, sagt sie. Das Buch ist inzwischen verlegt und auch als Hörbuch erschienen. 6 Jahre nach der Diagnose schreibt sie an einem zweiten. „Ich möchte denen Mut machen, die mit so einer Erkrankung am Anfang stehen. Es lohnt sich, das alles durchzustehen, aber man braucht einen Sinn, einen Motor, der einen durch das ganze Übel trägt.“ Und sie ist überzeugt, dass jeder so einen Motor hat und ihn finden kann. „Etwas, das man von innen heraus gern tut, was Kraft gibt und Sinn stiftet.“

Mit ihrer Krebserkrankung ist sie im Reinen. „Ich habe meinen Frieden damit geschlossen“, sagt sie. „Den Krebs kann man nicht bekämpfen, das kostet zu viel Kraft. Er gehört zu meinem Leben, ich habe das akzeptiert.“



Gabriele Röhn

Der Tanz ins Leben –
Aus meinem Krebsstagebuch

Books on Demand
120 Seiten, Paperback
ISBN 3-8334-1515-0
9,80 Euro

phonosphere Hörbuch
CD mit Booklet, 69 Min.
14,50 Euro

Vertrieb durch die Bayerische Krebsgesellschaft e.V.
Nymphenburger Straße 21 a, 80335 München

www.gabriele-roehn.de

Wir suchen weitere Menschen, die anderen Betroffenen Mut machen. Bitte schreiben Sie der GfBK, wie Sie Ihrer Krankheit begegnet sind.

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.

Termine



1: Dr. Martin Müller-Stahl



2: Dr. Tenfelde



3: Beatrice Anderegg



4: Susanne Betzold



5: Dr. Gabi Pfeffer

Aus Platzgründen haben wir auf die Angabe der Adressen und Telefonnummern der Beratungsstellen verzichtet. Die Adressen finden Sie auf Seite 5.

Bei allen Veranstaltungen bitten wir um telefonische Voranmeldung in der entsprechenden Beratungsstelle. Bei Kursen und Seminaren ist eine Anmeldung zwingend erforderlich.

Eintrittspreise und Kursgebühren können Sie in der entsprechenden Beratungsstelle erfragen.

Bad Tölz

4. Juni 2008, 18.00 Uhr

Vortrag: Naturheilkundliche und komplementärmedizinische Therapiemöglichkeiten bei Krebserkrankungen

Referent: Dr. med. Martin Müller-Stahl (1), FA f. Innere u. Allgemein-Medizin und Naturheilverfahren in: Bayerisches Rotes Kreuz, Schützenstr. 7, 83646 Bad Tölz
Information: GfBK-Beratungsstelle München
Kosten: GfBK-Mitgl. 5 Euro; Nicht-Mitgl. 6 Euro
Anmeldung erwünscht

Bremen

4. Juni 2008, 19.00 Uhr

Lesung: „Dem Leben vertrauen“

Referentin: Dr. päd. Gabriele Tenfelde (2), HP f. Psychotherapie, zertifizierte Simonton-Beraterin, Hamburg
in: GfBK-Beratungsstelle Bremen
Information: GfBK-Beratungsstelle Bremen, Anmeldung erbeten

Wiesbaden

4. Juni 2008, 19.00 Uhr

Vortrag: Hilfe durch Psychotherapie bei Krebs – Methoden der Psychoonkologie

Referent: Dipl.-Psych. Alexander Kretzschmar, Psychologischer Psychotherapeut
in: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden
Kosten: GfBK-Mitglieder 5 Euro; Nicht-Mitgl. 8 Euro
tel. Anmeldung erbeten

Berlin

10. Juni 2008, 18.30–20.00 Uhr

Vortrag: Ernährungsempfehlungen zur Stärkung des Immunsystems

Referentin: Barbara Kunz, Gesundheitstrainerin, Diätassistentin
in: GfBK-Beratungsstelle Berlin
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin
Eintritt frei, um Spenden wird gebeten, tel. Anmeldung erbeten

Hamburg

20. Juni 2008, 17.30–21.00 Uhr

Vorträge: Wege zum Urvertrauen

Referenten: Beatrice Anderegg (3), Heilerin, Basel:
„Grundlagen des geistigen Heilens“
Pastor i. R. Volker Schmidt:
„Der Strom des Lebens und die Kraft der Stille“
in: VHS, Bildungszentrum West, Waitzstr. 31, 22607 Hamburg
Information: GfBK-Beratungsstelle Hamburg
Kosten: GfBK-Mitgl. 10 Euro; Nicht-Mitgl. 15 Euro
Anmeldung erbeten

Hamburg

21. Juni 2008, 10.00–13.00 Uhr

Seminar: Einführung in die Grundlagen des geistigen Heilens

Referentin: Beatrice Anderegg (3), Heilerin, Basel
Kosten: 40 Euro

ab 15.00 Uhr

Heilsitzungen für Einzelpersonen

Referentin: Beatrice Anderegg (3), Heilerin, Basel
Kosten: 60 Euro

15.00–18.00 Uhr

Seminar: Einführung in die Meditation

Referent: Pastor i. R. Volker Schmidt
Kosten: 40 Euro

in: VHS, Bildungszentrum West, Waitzstr. 31, 22607 Hamburg
Information: GfBK-Beratungsstelle Hamburg
Anmeldung notwendig, begrenzte Teilnehmerzahl

Oldenburg

9. Juli 2008, 19.30 Uhr

Vortrag: Darmkrebs

Möglichkeiten komplementärer Therapien

Referent: Dr. med. G. Irmey, Ärztl. Direktor der GfBK
in: PFL (Vortrags-Kultur-Zentrum), großer Vortragsaal, Oldenburg
Information: FSH nach Krebs, Gruppe Oldenburg
Kosten: Eintritt frei

München

24. Juli 2008, 19.00–21.00 Uhr

Meditative Tänze für die Seele

Eingeladen sind alle, die Freude am Tanzen haben. Tanz verbindet uns miteinander und schenkt uns gemeinsame Freude an Bewegung und Begegnung.
Referentin: Susanne Betzold (4), GfBK-Beratungsstelle München
in: Alten- und Service-Zentrum Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München
Information: GfBK-Beratungsstelle München
Kosten: 6 Euro, Anmeldung erbeten

München

6. August 2008, 19.00 Uhr

Vortrag: Wesentliche Aspekte der Ernährung – nicht nur bei Krebs

Referentin: Dr. med. Gabi Pfeffer (5), beratende Ärztin, GfBK-Beratungsstelle München
in: Alten- und Service-Zentrum Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München
Information: GfBK-Beratungsstelle München
Kosten: GfBK-Mitglieder 5 Euro; Nicht-Mitgl. 6 Euro
Anmeldung erbeten

Berlin

9. September 2008, 18.30–20.00 Uhr

Schreibkurs zum Schnuppern:

Leben mit Krebs –

Die Sprachlosigkeit überwinden

Referentin: Angelika Reimer, Kursleiterin für Biografisches Schreiben, Poesie- und Bibliothérapie
in: GfBK-Beratungsstelle Berlin
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin
Eintritt frei, um Spenden wird gebeten, tel. Anmeldung erbeten

Berlin

14. Oktober 2008, 18.30–20.00 Uhr

Vortrag und Diskussion:

Misteltherapie in der Krebsbehandlung am Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe

Referent: Dr. med. Matthias Girke, ltd. Arzt der Allg.-Intern. Abt.
im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe
in: GfBK-Beratungsstelle Berlin
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin
Eintritt frei, um Spenden wird gebeten, tel. Anmeldung erbeten

Adressen und Telefonnummern der Beratungsstellen finden Sie auf der Seite: Service und Informationen. Nähere Informationen erfragen Sie bitte bei unseren Beratungsstellen.

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

GROSSSPENDEN

H. Adler, Hannover	250,00
N. Benz, Böhl-Iggelheim	250,00
I. Bernör, Hamburg	300,00
H. Bornhauser, Salzburg	600,00
P. Dortants, Wiesloch	200,00
A. E. Dreier, Höxter	250,00
H.-J. Ell, Elchesheim	250,00
O. Freis, Valley	235,00
H. Ganzlin, Mannheim	250,00
R. Gebauer, Waldems	300,00
B. Hardt, Wiesbaden	250,00
L. Hinkel, Wilsum	420,00
Ch. Hofstetter, Höhenkirchen	250,00
L. Hollerbach, Heidelberg	250,00
H. Härtl, Stuttgart	300,00
R. Kuhn, Rodenbach	300,00
A. Landgraf-Dietz, Dresden	275,00
I. Merk, Ellerstadt	500,00
H. Michel, Lüdenscheid	300,00
M. Müller, Kettshausen	250,00
Ch. Oerthel, München	250,00
C.+R. Peukert, Frankfurt/M.	300,00
K. Prankl, Baldham	250,00
I. Richter, Buchen	300,00
U.+H. Ritterbex, Düsseldorf	300,00
L. Rogge, Alfeld	200,00
P. Rolker, Jork	900,00
M. Wilhelm, Berlin	600,00
Spenden anonym	5.000,00

GEBURTSTAGSSPENDEN

R. Dunker, Ilsede	535,00
M. Fitzky, Erzhausen	350,00
K. Kaiser, Heidelberg	200,00
M. Matthaue, Berlin	500,00
G. Schuberth, Kulmbach	900,00

ERBSCHAFT

Dr. H. Porger	13.972,93
S. Fischer	58.363,59

TRAUERSPENDEN

J. Füllgraf, Nordhorn	2.294,06
A. Gottwald, Delmenhorst	605,00
U. Möller, Wohltorf	2.266,00
H. Rode, Remscheid	610,00
H.-J. Voigt, St. Ingbert	1.755,00
H. Waldhelm, Achim	1.720,00
I. Zenker, Chemnitz	855,00

Aus Platzgründen konnten leider nicht alle Spender genannt werden!



Impressum

Copyright bei der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V.
Voßstraße 3, D-69115 Heidelberg

Erscheinungsweise: 4 Ausgaben jährlich

Auflage: 40.000 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

Viele gratulierten der Beratungsstelle Wiesbaden zum 25. Geburtstag

Zwei Tage lang feierte die Wiesbadener Beratungsstelle ihren 25. Geburtstag und öffnete ihre Türen für viele Hundert interessierte Besucher. Die gut besuchten Vorträge und Kurse des 8. Patienten-Arzt-Forums im Kurhaus Wiesbaden zeigten, dass ein unabhängiges Beratungsangebot wie das der GfBK von vielen Menschen dankbar angenommen, nachgefragt und geschätzt wird.

In die Vorträge lockte diesmal u. a. Prof. Albert Popp mit seinem Thema „Nicht der Krebs ist krank, sondern der Mensch“. Gleich drei Referenten hielten Vorträge zu dem komplexen Thema „Tumorzellnachweis“. Dieses noch relative junge Verfahren, mit dem die Wahrscheinlichkeit eines Rückfalls bestimmt werden soll, warf viele Fragen auf, die in interessierter Runde sehr kontrovers diskutiert werden konnten.

Erfolgreicher Tag der offenen Tür

„Der Ansturm war so groß, dass die Menschen teilweise im Treppenhaus Schlange standen“, freuen sich Dr. György Irmey und Renata Fischer-Hoffmann über den gelungenen Tag der offenen Tür Anfang April in der Hauptgeschäftsstelle in Heidelberg. Auch die Presse war dabei: Die regionale Tageszeitung – sonst eher sparsam in der Berichterstattung über Themen der biologischen Krebsabwehr – berichtete auf 3 Spalten über dieses Ereignis, der landesweite Fernsehsender sendete gleich zweimal, einmal in der Vorabend-, einmal in der Abendsendung.

Bei seinem einführenden Vortrag über biologische Krebsabwehr musste Dr. Irmey sich ausnahmsweise über die Anwesenden erheben. Normalerweise legt die GfBK viel Wert darauf, Gespräche zwischen Ärzten und Patienten auf Augenhöhe zu führen. Doch in diesem Fall half nur die erhöhte Position auf einem Trethocker. Nur so hatten alle Zuhörer in den überfüllten Fluren die Möglichkeit, den Redner nicht nur zu hören, sondern auch zu sehen.

Zum ersten Mal nach dem Umzug der Geschäftsstelle der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr von der Innenstadt auf das Gelände des Altklinikums in der Voßstraße hatte die Beratungsstelle ihre Räume für Interessenten geöffnet. Rund 400 Besucher schoben sich innerhalb von 6 Stunden durch die hellen und großzügig gestalteten Büros auf 220 Quadratmetern im so genannten Samariterhaus.

Die Patientensprechstunde war an diesem Tag bereits nach 2 Stunden ausgebucht. Viele Menschen nutzten die Gelegenheit, Impulsvorträge über einführende Themen zur biologischen Krebsbekämpfung zu hören und an Visualisierungen, Atemübungen oder einfachen Yoga-Asanas teilzunehmen.

Zum Tod von Prof. Rimpler

Am 19. März verstarb nach langer Krankheit Prof. Dr. Manfred Rimpler. Seit 1989 koordinierte Prof. Rimpler, emeritierter Direktor des Institutes für Medizinische Chemie der Medizinischen Hochschule Hannover, die Geschicke des Wissenschaftlichen Beirates. Mit großem Sachverstand und Weitblick beurteilte er Forschungsanträge und baute Kontakt zu Forschern der unterschiedlichen Disziplinen auf. Gerade seine kritischen und produktiven Diskussionsbeiträge werden uns fehlen.

Seine Verdienste um die biologische Medizin beschränkten sich aber nicht nur auf seine Tätigkeit bei der GfBK. Er war seit 1995 Präsident der Niedersächsischen Akademie für Homöopathie und Naturheilverfahren und war bis 2005 Vorsitzender der Arzneimittelkommission für biologische Medizin der Hufelandgesellschaft für Gesamtmedizin. Bekannt war Prof. Rimpler auch als Gründer und Leiter des Fortbildungszentrums Cosmetic College Hannover, das internationalen Ruf genießt, und betrieb – zusammen mit seinem Sohn – in der Wedemark die Dr. Rimpler GmbH.

Mit seinem Tod wird uns viel genommen, nicht aber die Zeit, die wir mit ihm verbringen durften. Mit großer Dankbarkeit gedenken wir Prof. Manfred Rimpler.

Stand beim 28. deutschen Krebskongress in Berlin



Am 24.02.08 fand der Aktionstag des 28. deutschen Krebskongresses im Berliner ICC statt. Beeindruckend war die Vielzahl von regionalen und überregionalen Selbsthilfegruppen, Initiativen und therapeutischen Angeboten.

Der Informationsstand der GfBK-Beratungsstelle Berlin war gut besucht. Wir konnten viele und auch intensive Gespräche führen und Informationen an Interessierte weitergeben. Viele Besucher bedauerten, dass für sie wichtige Themen aus der komplementären Therapie nicht im Vortragsprogramm enthalten waren.