



Nachgefragt

Die tragende Säule der GfBK

Der ärztliche Beratungsdienst ist die tragende Säule der GfBK-Arbeit. Patienten und Angehörige können sich telefonisch oder persönlich bei allen Fragen rund um die Krebserkrankung individuell beraten lassen. Diese Arbeit erfordert neben der fachlichen Kompetenz auch ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen und persönlicher Belastbarkeit. Nachdem in der letzten Ausgabe bereits Herr Doktor Irmey und Frau Doktor Weis im Rahmen ihrer Vorstands-Funktionen zu Wort kamen, haben wir die weiteren Ärzte des Ärztlichen Beratungsdienstes in der Zentralen Beratungsstelle in Heidelberg für Sie interviewt. Täglich sind immer zwei Ärzte für die Ratsuchenden tätig.



Ingrid Krüger trat als erste in die Fußstapfen von Dr. György Irmey, der den regelmäßigen ärztlichen Beratungsdienst 1987 ins Leben rief. Die beiden hatten zuvor in der Aeskulap-Klinik in Bad Rappenau zusammen gearbeitet. Ingrid Krüger ist niedergelassene Ärztin in Bad Rappenau mit Schwerpunkt Homöopathie. Sie arbeitet seit 1990 für die GfBK.

Liebe Frau Krüger, welche Erkenntnisse haben Ihre Arbeit für die GfBK inspiriert?

In der Aeskulap-Klinik bin ich mit diversen naturheilkundlichen Verfahren in Kontakt gekommen und habe festgestellt, dass diese Methoden durchaus wirkungsvoll sein können. Wir hatten einige Patienten, die von schulmedizinischer Seite als »austherapiert« galten. Oft waren wir sehr erstaunt, welche positiven Veränderungen mit biologischen Behandlungen erreichbar waren. Ultraschall und Röntgen-Aufnahmen zeigten manchmal rückläufige Entwicklungen zum Beispiel bei Leber- oder Lungenmetastasen, und Abwehrzellen wurden im Labor deutlich vermehrt nachgewiesen. Das war auch für mich erst mal immer wieder eine Überraschung. Manche Kontakte mit den Patienten blieben über Jahre hinweg bestehen, sodass wir die weitere Gesundung in einigen Fällen verfolgen konnten. Aus diesen Erfahrungen heraus bin ich überzeugt, dass es wichtig ist, Patienten – auch in scheinbar ausweglosen Situationen – Hoffnung zu vermitteln. Daher finde ich, sollte jeder Patient die Chance nutzen, seinen Genesungsweg mit naturheilkundlichen Methoden zu unterstützen.

(Fortsetzung: nächste Seite)

In dieser Ausgabe:

S. 1–2 Nachgefragt: Die tragende Säule der GfBK **S. 3** Seelische Aspekte **S. 4** Vitamin D • Mistel bei Leukämie? **S. 5** Auf dem Weg der Heilung: Mein Weg ist ein Weg zur Selbsthilfe **S. 6–7** Interna **S. 7** Termine



Rückmeldungen zum GfBK-Jubiläum

Über die Rückmeldungen zu unserem Jubiläum sowie Ihre Geburtstagsgrüße zum »30-jährigen« haben wir uns sehr gefreut:

» ... möchte ich allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ganz herzlich zu diesem Jubiläum gratulieren und einen großen Dank aussprechen ... Es ist mir ein Anliegen, Sie weiterzuempfehlen und Sie zu unterstützen!«

» ... gratuliert Ihnen ganz herzlich zum Jubiläum und wünscht weiterhin viel Erfolg!«

»Zum Geburtstag die besten Wünsche ... Ich wünsche Ihnen weiterhin alles Gute für Ihr wertvolles Wirken und freue mich, dass es Sie gibt.«

» ... Ich war am Sonntag in Heidelberg beim Jubiläum. Es ist wunderbar, so viele gleichgesinnte Menschen zu treffen. Allein schon die Ruhe, die von Dr. Irmey ausgeht, wenn er spricht, tut dem Zuhörer gut. Die Erfahrungen von Dr. Ebo Rau und seine Art und Weise, darüber zu sprechen – einzigartig – mutmachend! ... Ich erinnere mich, wie gut ich mich bei den Telefonaten mit den Beraterinnen/Beratern der GfBK verstanden fühlte. Ihnen und Ihrem gesamten Team ein ganz herzliches Dankeschön für Ihre Arbeit und Ihr persönliches Engagement.«



Dr. med. Friederike de Boes (ehemals Koch) ist Ärztin und Psychotherapeutin. 1995 ist sie in den Beratungsdienst der GfBK eingestiegen. Vor 28 Jahren war sie selbst von einer Krebserkrankung betroffen.

Liebe Frau Doktor de Boes, welche Erlebnisse im Beratungsdienst sind für Sie besonders berührend?

Ich habe nie vergessen, wie es sich anfühlte, als ich mit der Krebsdiagnose konfrontiert wurde: der irrsinnige Schreck und das Gefühl von Unwirklichkeit, so als würde mich die Welt gerade verlieren. Alles ist durcheinander gewirbelt, nichts ist mehr wie zuvor. In diesen Zustand kann ich mich gut hineinversetzen. Ich bin dankbar, wenn ich Ratsuchende dabei unterstützen kann, wie sie aus diesem inneren Chaos langsam heraus und zu mehr Klarheit finden können. Dass sie ein Recht haben, sich für ihren eigenen Weg zu entscheiden. Oft ist es ein langes Ringen zu sich selbst und ein »Trotz alledem«, ein schwieriger, aber lohnender Prozess, der mich immer sehr berührt. Ganz besonders, wenn in manchen Gesprächen trotz aller Ängste so viel Mut und Zuversicht, Hoffnung und auch Lebensfreude zu spüren sind – dann fühle ich mich sehr beschenkt, weil ich gerade selbst wieder viel für mein Leben gelernt habe. Danke!



Claus Witteczek ergänzte das Ärzteteam der GfBK 1996. Schon während seiner Zeit in der Ambulanz für Naturheilkunde, Universitäts-Frauenklinik Heidelberg, im Team von Frau Prof. Dr. Ingrid Gerhard, war er zunächst stundenweise für die GfBK beratend tätig. Nach vorübergehender Praxistätigkeit im Allgäu und am Bodensee wurde die beratende Tätigkeit in der Zentralen Beratungsstelle der GfBK in Heidelberg seit 2006 zum Schwerpunkt seiner Arbeit.

Lieber Herr Witteczek, wie hat die Tätigkeit in der Naturheilkunde-Ambulanz Ihre Arbeit für die GfBK beeinflusst?

In der Naturheilkunde-Ambulanz konnte ich über den Zeitraum von fünf Jahren ein biologisches Therapiekonzept an einer Vielzahl Brustkrebs- und Unterleibskrebs-erkrankter Frauen erproben. Durch vierteljährliche Immunprofilkontrollen aus dem Blut sowie die Bewertung der Lebensqualität mittels differenzierter statistischer Fragebögen war es mir möglich, das Nutzen-Risiko-Profil sogenannter schulmedizinischer Therapieleitlinien, die reale Erfolgsquote und insbesondere die Wirksamkeit biologischer Therapieverfahren auszuloten. Diese »Fronterfahrungen« bildeten das Grundgerüst meiner Beratungstätigkeit und sind gleichzeitig eine Basis vieler therapeutischer Empfehlungen der GfBK.



Nellie Dick kam 2003 in unser Team. Sie lebte in der Gegend, die nur 150 km von Tschernobyl entfernt ist. Dort hat sie vor Ort mit den Betroffenen des Reaktor-Unfalls gearbeitet. Auch sie bringt hilfreiche Erfahrungen aus ihrer Zeit in der Ambulanz für Naturheilverfahren mit.

Liebe Frau Dick, wie hat Ihre Zeit in der Nähe von Tschernobyl Ihr ärztliches Tun geprägt?

Wir haben gravierende Schwächen des Immunsystems festgestellt, insbesondere bei den Patienten, die in der Nähe des Epizentrums der Atomkatastrophe waren. Auch meine Tochter war von einer erheblichen Immunschwäche betroffen. So interessierte es mich als Ärztin und als Mutter, wie man den Menschen helfen konnte. Später in Deutschland beschäftigte ich mich daher intensiv mit dieser Frage. Ich besuchte eine Fortbildung in Naturheilkunde und wollte wissen, welche pflanzlichen Mittel zur Abwehrstärkung hilfreich sind. Dieser Weg führte mich ins Praktikum bei Frau Prof. Gerhard. Dort begleitete ich verschiedene Studien. Unter anderem behandelten wir 60 Frauen mit Brustkrebs zwei Jahre lang mit Mistel und Thymus und dokumentierten fortlaufend den Immunstatus. Die Entwicklungen, die ich in dieser Zeit beobachten konnte, zeigten deutlich: Mit biologischen Mitteln kann man wirkungsvoll die Abwehr stärken und so die Genesung unterstützen. Ich freue mich, bei meiner Berater-Tätigkeit für die GfBK diese Erkenntnisse mit den Menschen teilen zu können.

Jährlich beraten die Ärzte unseres Teams über 6 000 Patienten und Angehörige individuell zu komplementären Krebstherapien. Und der Bedarf der Ratsuchenden nach kompetenter Fachberatung steigt stetig weiter.

Gefühles Wissen Die Kunst, das Unwesentliche zu ignorieren

In seinem Vortrag bei der 30-Jahr-Feier der GfBK beleuchtete Professor Gigerenzer, Direktor am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung, das Thema »Bauchentscheidungen« anschaulich.

Woher wussten die Piloten, die 2009 im Hudson-River notwuserten, dass sie es nicht bis zum Tower schaffen würden? Um Berechnungen anzustellen hatten sie keine Zeit. Sie beobachteten den Tower vom Cockpit aus, während sie sich auf ihn zu bewegten und sahen, dass das Gebäude in der Windschutzscheibe immer weiter nach oben rückte. Damit war klar, dass sie den Flugplatz nicht erreichen konnten. Sie griffen auf eine Faustregel zurück und retteten damit Hunderte von Menschenleben.

Wenn wir Dinge »aus dem Bauch heraus« entscheiden, berücksichtigen wir durchaus das, was wir aus unserer Erfahrung gelernt haben, sind uns dessen aber gar nicht gewahr. Wir wissen es einfach. Und dieses unbewusste Wissen ist stark genug, einen kraftvollen Handlungsimpuls zu setzen. Es braucht für Bauchentscheidungen keine analytische Auswertung sämtlicher Daten. Wichtig ist, dass man eine Faustregel findet, die ein paar wenige und einfache, aber wesentliche Faktoren einbezieht. Das ist nicht nur oft ausreichend, sondern sogar in bestimmten Fällen treffsicherer als das Berücksichtigen aller Daten. Natürlich gibt es auch Situationen, in denen es essenziell ist, eine »vernünftige« Entscheidung zu treffen. In welcher Situation aus dem Bauch heraus und in welcher anhand von Analysen entschieden werden soll, auch dazu hat Professor Gigerenzer eine Antwort: Faustregeln sind überlegen, wenn die Anzahl der Möglichkeiten groß ist, die Datenmenge unüberschaubar und die Vorhersagbarkeit gering.

Wenn Entscheider sich selber schützen

Bei seinen Forschungen zu der Frage, wie Entscheidungen getroffen werden, stieß Professor Gigerenzer auf ein weiteres Phänomen: Eine Studie in deutschen Unternehmen brachte zutage, dass die überwältigende Mehrzahl der Entscheidungen (93 Prozent) defensiv getroffen wird. Das wichtigste Kriterium für die Entscheidung ist nicht die Überzeugung, dass sie dem Sachziel bestmöglich dient, sondern dass sie für den Entscheider persönlich möglichst geringe Risiken birgt, weil sie rational besser begründbar ist. Mit diesem Forschungsergebnis im Ohr blicke ich auf unser Gesundheitswesen: Was bedeutet es, wenn Ärzte ihre Patienten als potenzielle Kläger sehen? Wozu führt es, wenn Therapeuten sich zuallererst überlegen, welche Entscheidung sie am wenigsten wahrscheinlich die Karriere oder die Zulassung kostet? In der Beratung der GfBK betonen wir immer wieder nachdrücklich, dass Patienten ihre Entscheidung nicht aus der Angst heraus fällen sollen. Wir raten ihnen, dass sie sich die Meinung der Fachleute anhören und dann eine Wahl treffen, die sich stimmig anfühlt. Wenn aber die Angst des Arztes die Basis seiner Empfehlungen ist, was heißt das für die Auswahl von diagnostischen oder therapeutischen Möglichkeiten? Geht er gemäß seiner Leitlinien vor, ist der Arzt aus dem Schneider. Unkonventionelle Seitenwege mit ihnen zu gehen, kann er möglicherweise für erfolgversprechend halten, was ihre Gesundheit angeht. Gleichzeitig sind sie für ihn selber jedoch riskant. Ist ein Medikament erst mal durch die Arzneimittel-Richtlinien legitimiert, kann der Arzt für die Nebenwirkungen einer Arznei nicht verklagt werden.

Eigenverantwortung ist angesagt

Vor diesem Hintergrund ist es umso wichtiger, dass Sie selbst ganz bewusst die Verantwortung für Ihre Gesundheit übernehmen. Sie haben Sie sowieso. Wenn eine Entscheidung zu einer diagnostischen oder therapeutischen Maßnahme ansteht: Informieren Sie sich, bis Sie ein Bauchgefühl entwickeln können. Und treffen Sie dann eine Entscheidung, zu der Ihr Bauch Ja sagt. Eine Bauchentscheidung zu treffen, kann manchmal bedeuten, mehrere Experten zu hören und dann einem bestimmten Fachmann zu vertrauen. Für den Krebspatienten ist heute dank Internet und anderen Informationsquellen nicht der Mangel an Informationen das Problem. Doch das für sie Wesentliche herauszufinden, fällt den medizinischen Laien angesichts der unüberschaubaren Datenfülle schwer. Der Beratungsdienst der GfBK hilft Ihnen, die vielen Informationen in Zusammenhang mit Ihrer persönlichen Situation zu bewerten. Nutzen Sie diese Entscheidungshilfe, machen Sie sich schlau, und fällen Sie dann Beschlüsse, die sich für Sie stimmig anfühlen. Wenn es um Ihre Gesundheit geht, sind Sie der Entscheider und nur Ihr Wohlergehen ist das Maß der Dinge.

Text: PetRa Weiß



»Intelligenz stellen wir uns als eine bewusste überlegte Tätigkeit vor, die den Gesetzen der Logik genügt.

*Doch vieles in unserem geistigen Leben ist unbewusst und beruht auf Prinzipien, die mit Logik wenig zu tun haben: Intuition – Bauchentscheidungen.«
(Prof. Gerd Gigerenzer)*

Zum Weiterlesen:

Gigerenzer, Gerd:
»Bauchentscheidungen – Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition«, Goldmann, 2008



Zertifizierte Homepage www.biokrebs.de

Die Stiftung Gesundheit bestätigte im April 2012 erneut, dass unsere Internetseite in qualifizierter Weise über gesundheitsrelevante Themen und Zusammenhänge informiert, um Transparenz und Sicherheit für Patienten zu fördern. Besonders hervorgehoben wurde die Ausgewogenheit, mit der unsere Informationen auf der Internetseite angeboten werden und dass die interessierten Leser umfangreich über das Tätigkeitsfeld der GfBK und die angebotenen Leistungen informiert werden. Weiterhin stellten die Prüfer die sehr gute Qualität der Informationen über die Auswahl der Behandlungsoptionen fest. Uns freut das sehr gute Ergebnis bei der Bewertung der Präsentation der Informationen, die in sinnvollen Gruppierungen zusammengefasst und gut strukturiert sind. Die Gutachter lobten, dass das Layout auf der ganzen Website ruhig und ansprechend gehalten ist. Eine gute Bewertung erhielt auch die Barrierefreiheit unserer Internetseite. Das Gütesiegel »Geprüfte Homepage« der Stiftung Gesundheit gilt jeweils für ein Jahr. Die Website wird danach einer erneuten Prüfung unterzogen.



Vitamin D

Ich habe Krebs und wurde darauf aufmerksam gemacht, meinen Vitamin-D-Spiegel bestimmen zu lassen. Ist das sinnvoll?

In Deutschland reicht die Sonneneinstrahlung nur zwischen Mai und September aus, um in der Haut genügend Vitamin D zu bilden. Das Risiko einer schlechten Versorgung mit Vitamin D ist deshalb hierzulande nicht nur bei älteren Menschen (bei denen die Fähigkeit nachlässt, in der Haut Vitamin D zu bilden) gegeben. Viele Ärzte stellen bei einer genauen Blutanalyse sehr häufig Mangelzustände und suboptimale Werte bei Krebspatienten und auch bei Gesunden fest. So kommt die Nationale Verzehrstudie zu dem Ergebnis, dass insgesamt 82 Prozent der Männer und 91 Prozent der Frauen die empfohlene tägliche Zufuhr von Vitamin D bei Weitem nicht erreichen. Besonders kritisch ist dies in den Wintermonaten: Gemäß einer Studie der Universitätsklinik Heidelberg haben etwa 75 Prozent von 209 untersuchten Frauen zwischen 14 und 86 Jahren in den Wintermonaten einen Vitamin-D-Mangel.

Bisher sahen Mediziner in erster Linie die Bedeutung von Vitamin D für den Knochenstoffwechsel. Inzwischen weiß man, dass eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D auch vor Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen schützen kann. Die Wirkung auf Krebserkrankungen wird vor allem auf seine antientzündliche und immunstabilisierende Wirkung zurückgeführt. Außerdem sind Tumorzellen auch direkt durch Vitamin D beeinflussbar: Es greift an der Zelldifferenzierung an und begünstigt den natürlichen Zelltod. Zahlreiche Studien bei Krebspatienten belegen, dass eine gute Vitamin-D-Versorgung auch vor Rückfällen und Metastasen schützen kann. Dies ist bisher vor allem für Patienten mit den häufigen Krebsarten Brust- und Darmkrebs nachgewiesen. Eine optimale Aufnahme über die Nahrung ist nicht möglich. Daher sollten Krebspatienten zumindest im Winter zusätzlich Vitamin-D-Präparate mit 2000 I. E. täglich einnehmen. Ideal ist eine Überprüfung des Vitamin-D-Spiegels im Blut, um die individuelle Dosierung festlegen zu können. Beachten Sie, dass die Normalwerte des Labors nicht unbedingt die Optimalwerte sind. So gelten unter Experten Werte über 40 ng Vitamin D pro ml Blut als erstrebenswert, wengleich von vielen Labors immer noch Werte zwischen 20 und 40 ng/ml als Normalbereich angesehen werden. Möglicherweise entsteht so der Eindruck, es sei alles in Ordnung, in Wahrheit liegt aber ein Mangel vor. So konnte in einer Studie gezeigt werden, dass Menschen, die leicht über dem Normwert liegen, ihr Dickdarmkrebsrisiko um zwölf Prozent, bei optimalen Werten über 40 bis 50 ng/ml um weitere 23 Prozent senken konnten. Vergleicht man Menschen mit der besten Versorgung an Vitamin D mit denen mit einer sehr schlechten Ausstattung, so ist ihr Risiko für Dickdarmkrebs fast doppelt so hoch. Zusammenfassend kann man sagen: Erst messen dann substituieren. Als sicher – auch ohne Überprüfung des Laborwertes – gelten Dosierungen bis 2000 I. E. (Kinder bis 1000 I. E.). Gehen Sie gezielt und in vernünftigen Maß in die Sonne: Wir empfehlen ein tägliches Sonnenbaden zwischen 11 und 15 Uhr ohne Sonnenschutz. Schon ein Lichtschutzfaktor 15 blockiert die Vitamin-D-Produktion um 99,5 Prozent. Stimmen Sie die Dauer des Sonnenbadens unbedingt auf den Hauttyp ab (etwa 10 bis 20 Minuten) und besonnen Sie möglichst viel unbedeckte Haut.



© Cumulus

Mistel bei Leukämie?

Ich habe eine Form der akuten Leukämie (Blutkrebs) und möchte gerne wissen, ob eine Misteltherapie bei dieser Erkrankung empfohlen wird?

Prinzipiell liegt der Hauptschwerpunkt bei der Behandlung von Leukämien, besonders dann wenn sie akut verlaufen, auf einer konventionellen schulmedizinischen Behandlung. Von biologischer Seite kommen bei Leukämien und Lymphomen die Nahrungsergänzung mit Vitalstoffen (Vitamine und Spurenelemente), die Gabe von Enzymen sowie gezielte Maßnahmen im Sinne einer Entgiftung und Ordnungstherapie in Betracht. Stark wirksame Immunsystem-Aktivatoren wie z. B. Mistel, Thymus, Sauerstoff, Ozon, Echinacin und Eigenblut bleiben außen vor, da man bei einer sogenannten Systemerkrankung wie den Leukämien und Lymphomen damit »Öl ins Feuer schütten« kann. Auch wenn bisher Studienergebnisse nicht dagegen sprechen und Erfahrungswerte darauf hinweisen, dass die Mistel bei Lymphomen und insbesondere bei chronisch verlaufenden Leukämien sinnvoll sein kann, sind wir mit einer generellen Empfehlung zurückhaltend. Bei Leukämien und Lymphomen sind Blut- bzw. Abwehrzellen in besonderer Weise betroffen. Mistel-Therapeuten mit ausreichend Erfahrung bei diesen Blutkrebskrankungen sind eher selten zu finden. Schöpfen Sie daher zunächst alle Möglichkeiten einer Ordnungs- und Nährstofftherapie aus (s. o.), bei denen negative Einflüsse auf die Grunderkrankung ausgeschlossen sind. Für alle anderen Tumoren (solide Tumoren wie Darmkrebs, Magenkrebs, Leberkrebs, Hautkrebs, Brustkrebs etc.) ist eine Mistelbehandlung selbstverständlich sinnvoller Bestandteil einer biologischen Tumorthherapie.

Auf dem Weg der Heilung

»Der Anfang
ist die Hälfte des Ganzen.«
(Aristoteles)

»Wenn man eine Eiche
pflanzt, darf man
nicht die Hoffnung hegen,
nächstens in ihrem
Schatten zu ruhen.«
(Antoine de Saint-Exupéry)

Mein Weg ist ein Weg zur Selbsthilfe

Als mir der Arzt 2006 sagte, dass der Knoten in meiner Brust bösartig sei, war ich skeptisch: »Muss man das denn unbedingt operieren?« Der Mann im weißen Kittel schien sich fast gekränkt zu fühlen ob meiner Zweifel.

Das Untersuchungsergebnis der Stanzbiopsie bestätigte die Meinung des Mediziners. Ich erhielt einen Operationstermin für die folgende Woche. Die Operation verlief ohne Probleme. Die Heilung der Operationswunde ebenso. Ich hielt mich häufig im Park des Krankenhauses auf und war zuversichtlich. Bedrückt und niedergeschlagen war ich erst, als mir der Arzt mitteilte, dass eine Chemotherapie nötig wäre. Das Gespräch mit dem Spezialisten gab mir das Gefühl, keine Wahl zu haben. Mit Widerwillen unterschrieb ich die Einwilligungserklärung. In den ersten Wochen der Chemotherapie war ich sehr müde, hatte keinen Appetit und wurde schwächer. Die Hausarbeit war mir zu anstrengend.

Suche nach Alternativen

Bei der medizinischen Versorgung suchte ich nach Alternativen. Das Krankenhaus betrat ich nur noch zur Chemotherapie. Ansonsten vertraute ich auf meinen Hausarzt. Als ich einen Hinweis auf die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr erhielt, nahm ich Kontakt auf. Die Gespräche mit einem freundlichen Arzt, der sich offensichtlich Zeit für mich nahm, vermittelten mir ein sehr gutes Gefühl. Ich erhielt in kürzester Zeit Informationsmaterial und hilfreiche Tipps, um die Nebenwirkungen der Chemotherapie zu reduzieren. Vor mir lagen noch zwölf Wochen chemotherapeutische Behandlung (alle drei Wochen). Schon zwei Wochen nach Abschluss der Chemotherapie, Ende November, erhielt ich einen Platz in einer Reha-Klinik. Mein größtes Problem war die Fatigue. Das Aufstehen am Morgen machte Probleme und auch tagsüber überfiel mich immer wieder bleierne Schwere, plötzlich und unberechenbar. Ich hatte Gelenkschmerzen, dicke Unterschenkel und Füße, litt unter Konditions- und Konzentrationschwäche und unter Schlafstörungen. Das Gefühl in Zehen- und Fingerspitzen sowie das Geschmackempfinden waren gestört. Während der Reha ging ich viel spazieren, begann zu joggen und lernte einige Tai-Chi-Übungen. Ich erfuhr von Guo-Lin-Qigong, einer Variante von Qigong, die gegen Tumor-Erkrankungen entwickelt wurde. Einige Tage später fand ich im Wartebereich des Arztzimmers eine Ausgabe des Mitteilungsblatts »Impulse« der GfBK. Darin wurde Guo-Lin-Qigong beschrieben. Spontan erwachte in mir das Bedürfnis, mehr zu erfahren.

Der Arbeitsbeginn am Jahresanfang fiel mir schwer – trotz der »stufenweisen Wiederein-



gliederung«. Mit Mühe bewältigte ich meinen Alltag. Die Fatigue schränkte mich sehr ein. Noch nach Wochen forderte meine Arbeit mich so sehr, dass sie meine Kräfte zu übersteigen drohte.

Wie Guo-Lin-Qigong mir half

Eine »Reha-Kollegin« machte mich auf einen Workshop für Guo-Lin-Qigong ganz in meiner Nähe aufmerksam. Voraussetzung für die Teilnahme war die Kenntnis einer Gehübung (Basisübung). Ich lernte die Übung, wiederholte sie täglich und merkte schnell: es ging mir besser! Beim Workshop baute ich meine Kenntnisse aus. Doch ich hatte Schwierigkeiten, mir die Abläufe zu merken und Probleme mit der Koordination. Auch bei der Konzentration stieß ich an meine Grenzen. Die Gehübung integrierte ich nun in meinen Tagesablauf. An manchen Tagen war ich zu müde zum Üben, das akzeptierte ich. Nach und nach besserte sich meine gesundheitliche Situation. Die Füße wurden nicht mehr dick, die Gelenkprobleme und auch die nächtliche Unruhe verschwanden. Die Fatigue war noch da, aber sie nahm allmählich ab, sodass ich meine Übungszeiten steigern konnte. Die Zeit, die ich dafür aufwendete, wurde durch die Verbesserung der Leistungsfähigkeit im Alltag und die höhere Lebensqualität bei Weitem aufgewogen.

Ich wollte mehr über Guo-Lin-Qigong erfahren. So entschloss ich mich für eine Ausbildung zur Lehrerin für Guo-Lin-Qigong. Ich genieße es, die meditativen Übungen in der Natur durchzuführen. Das Grün, die saubere Luft und die Ruhe dort haben für mich heilende Wirkung. Inzwischen unterrichte ich seit zwei Jahren. Meinem wachsenden SchülerInnen-Kreis gebe ich das, was ich gelernt habe und lerne weiter. So kann ich die Wege, die bei mir zur Verbesserung der Lebensqualität geführt haben und weiterhin führen, anderen vermitteln.

Text: Inge Arnold-Pilz

Kontakt:

Inge Arnold-Pilz
Villenstr. 18
67433 Neustadt/Weinstraße
www.guolinqigong-nw.de
Tel.: 06321 9709763

Information und Beratung



Zentrale Beratungsstelle Heidelberg

Info-Tel.: 06221 138020
 Fax: 06221 1380220
 Mo. bis Do. 9:00 bis 16:00 Uhr
 Fr. 9:00 bis 15:00 Uhr
 Postfach 10 25 49, 69015 Heidelberg
 E-Mail: information@biokrebs.de
 Internet: www.biokrebs.de

Regionale Beratungsstellen (nicht täglich besetzt)

Berlin: Kurfürstenstr. 131
 Nebeneingang
 Tel.: 030 3425041

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

Dresden: Schlesischer Platz 2
 Tel.: 0351 8026093

Hamburg: Waitzstr. 31
 (VHS-West, Gebäude 2)
 Tel.: 040 6404627

München:
 Schmied-Kochel-Str. 21
 Tel.: 089 268690

Stuttgart / Leonberg:
 Blosenbergstr. 38
 Tel.: 07152 9264341

Wiesbaden: Bahnhofstr. 26
 Tel.: 0611 376198

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

Präsident: Prof. Dr. med. K. F. Klippel
 Ärztlicher Direktor: Dr. med. G. Irmeijer



Spendenkonto:
 Konto-Nr.: 022 99 55 00
 Deutsche Bank 24, BLZ: 672 700 24

»Ich bin sehr dankbar für mein Leben« Jahresmitgliederversammlung der GfBK

Unter diesem Titel fand am 31. März 2012 ein Informationstag der GfBK-Beratungsstelle Hamburg statt. Dipl.-Psych. Irmhild Harbach-Dietz, Leiterin der GfBK-Beratungsstelle Berlin, berichtete über ihr gleichlautendes Buch-Projekt: Neun Frauen erzählen über ihren alternativen Umgang mit der Krebserkrankung. Die Autorin begleitete diese Frauen über mehrere Jahre und schildert ihre teils ungewöhnlichen, sehr individuellen und Mut machenden Heilungswege. Im anschließenden Podiumsgespräch mit drei betroffenen Frauen und zwei Männern wurde sehr deutlich, dass gesund sein und sich gesund fühlen ein sich immer wieder neu ausbalancierender Zustand ist. Die Berichte wurden von der Kraft einer großen Aufrichtigkeit getragen. Mehr als 80 Zuhörende waren tief berührt und lauschten konzentriert. Viele fühlten sich in ihren eigenen Nöten angesprochen. Im Anschluss an die Veranstaltung erhielt die Beratungsstelle in Hamburg so viele positive Rückmeldungen wie nie zuvor.

GfBK-Vorträge in München



Josef Mettler, ehemaliges Vorstands-Mitglied der GfBK, sprach zum Thema »Der mündige Krebspatient« beim Tag der Offenen Tür in der neuen GfBK-Beratungsstelle München im März 2012. Nach seinem Vortrag kam es zu einem lebendigen Austausch zwischen den Zuhörern und dem Referenten. Danach gab es Gelegenheit, »Lachyoga« zu erleben, was einige Besucher mit viel Freude nutzten. Mit dem Spiel auf der Shakhachiflöte und gemeinsam gesungenen Liedern füllte Matthias Frey die neuen Räume mit Klang und Energie.

Die Vortragsveranstaltung »Der Krebserkrankung ganzheitlich begegnen – Impulse die zusammen wirken« im Mai 2012 fand erneut viel Anklang. Über 100 Interessierte hörten die Vorträge über Homöopathie und Afrikanischen Weihrauch. Im Foyer des Hörsaals im Krankenhaus für Naturheilverfahren München-Harlaching konnten sich die Besucher bei Ausstellern und psychosozialen Beratungsstellen informieren. Außerdem nahmen sie Anregungen zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte durch die Atmung mit nach Hause.

Am 6. Mai 2012 fand im Rahmen der Jubiläumsveranstaltung die 32. Ordentliche Mitgliederversammlung der GfBK statt. Knapp 60 Mitglieder verfolgten interessiert die Berichte des Vorstands und des Ärztlichen Direktors zum abgelaufenen Geschäftsjahr. Die Entlastung des Vorstands erfolgte einstimmig. Der knapp 80-seitige detaillierte Jahresbericht 2011 kann bei der GfBK angefordert oder unter www.biokrebs.de/gfbk/verein/organisation jederzeit eingesehen werden. Rechtsanwalt Arndt Schnurr, bisheriger Beisitzer, wurde von der Mitgliederversammlung als Schatzmeister in der Nachfolge von Josef Mettler bestätigt, Sabine Hötzel als neue Beisitzerin vorgestellt. Sie wird innerhalb des Vorstands die Interessen von Patienten vertreten. Sie unterstützt die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit unserer Gesellschaft seit mehreren Jahren aktiv und leitet Kurse zu Entspannung, Bochumer Gesundheitstraining und Visualisierung. Der Vorstand dankte Josef Mettler für seine mehr als 20 Jahre ehrenamtliche Arbeit für die GfBK, insbesondere in der Beratungsstelle Nordrhein, wie auch für seine langjährige engagierte Tätigkeit im Vorstand. Die guten Wünsche der GfBK und eine tiefe Verbundenheit begleiten ihn.

Gesundheitstag in Furth im Wald »Wege zur Gesundheit«

Auf erfreuliches Interesse stieß der Gesundheitstag in Furth im Wald am 11. März 2012, den die St. Nepomuk-Apotheke zum Thema »Biologische Krebsabwehr« organisiert hatte. Etwa 100 Zuhörer lauschten den Vorträgen. Auch die Informationsstände zu den verschiedenen Themenbereichen wurden lebhaft besucht. Dieser Tag bot Möglichkeiten, sich über begleitende biologische Maßnahmen bei Krebs und anderen chronischen Erkrankungen sowie über Hilfen für die Seele zu informieren. Claus Witteczek, beratender Arzt der GfBK, hielt gleich zwei Vorträge: »Biologische Krebsabwehr« und »Ernährung bei chronischen Erkrankungen, auch zur Vorbeugung«. Während der Mittagspause hatten die Besucher dann Gelegenheit, sich mit Informationsschriften der GfBK einzudecken und an verschiedenen Stationen die einzelnen Schritte der biologischen Krebsbegleitung näher kennenzulernen.



GROSSSPENDEN	
Barker, M., Dobel	300,00
Barth, R., Maintal	500,00
Beck, H., Weinheim	500,00
Bornhauser, H., A-Salzburg	600,00
Buhk, H., Hamburg	500,00
Erbacher, S., Miltenberg	300,00
Geisert, E., Leimen	500,00
Greifeneder, F. u. E., München	500,00
Löns-Apotheke, Bergen	500,00
Maier, P., Tussenhausen	315,00
Paul, I., Edling	500,00
Rexroth, B., Berg, Gladbach	300,00
Ritter, R., Ettlingen	400,00
Seibert, M., Darmstadt	325,00
Wilhelms, M., Berlin	600,00
Ziegler, M., Ladenburg	300,00
Zilker-Kramer, I., München	300,00
Zschaschel, S., Moritzburg	525,00

BETRIEBSFEIER	
Holzhof GmbH, Börßum	750,00

GEBURTSTAGSSPENDE	
Giebel, R., Wiesenbach	390,00
Molitor-Hartmann, N., Hetzerath	300,00
Pinnow, W., Hage-Berumbur	1.300,00
Schön, I., Speyer	335,00
Sell, W., Neuenhagen	1.000,00
Strauß, M., Heidelberg	1.000,00

TRAUERSPENDEN	
Artmann, R., Bensheim	2.525,00
Kuhn, E., Hamm	320,00
Langenmair, H., Dinkelscherben	1.136,00
Poppenhagen, P., Berlin	360,00
Schiebel, V., Lohmar	1.805,00
Schütt, G., Heidelberg	630,00
Siewert, R., Hamburg	1.615,00
Stöling, U., Ritterhude	2.360,00
Stuber, G., Leimen	650,00
Wilkus, W., Dietzenbach	500,00

Aus Platzgründen konnten leider nicht alle Spender genannt werden! Wir danken an dieser Stelle allen Spendern. Jeder Betrag unterstützt unsere Beratungsarbeit.



Impressum

Copyright bei der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V.
Voßstr. 3, 69115 Heidelberg

Erscheinungsweise: 4 Ausgaben jährlich
Auflage: 20000

Kostenfrei – Spende erwünscht

Erscheinungsdaten:

Februar / Mai / August / November

Redaktion: Astrid Willige, PetRa Weiß,
Monika Riedlinger

Verantwortlich für den Inhalt:

Dr. György Irmey (v. i. S. d. P.)

Abbildungen: GfBK, Gisela Söfflge

Verlag: MVS Medizinverlage Stuttgart
GmbH & Co. KG,

Oswald-Hesse-Str. 50, 70469 Stuttgart

Layout: A. Schmid

Druck und Verarbeitung:

Kliemo AG, Eupen (Belgien)

15 Jahre GfBK in Dresden

Das 15-jährige Bestehen der Dresdner Beratungsstelle wird am 6. Oktober 2012 im Deutschen Hygienemuseum in Dresden feierlich begangen. Das 15. Symposium der Dresdner Beratungsstelle »Neues und Bewährtes in der komplementären Onkologie – Targeted therapy (zielgerichtete, individuelle Therapie) in der Onkologie« lockt Besucher aus nah und fern in die sächsische Landeshauptstadt. Der Ärztliche Direktor der GfBK, Dr. med. György Irmey, der Chefarzt der BioMed-Klinik in Bad Bergzabern, Dr. med. Friedrich Migeod, und andere Referenten werden ihr Wissen und ihre Erkenntnisse mit ihren Zuhörern teilen. Und gefeiert wird natürlich auch (siehe »Termine«).

Ebo Rau in Jülich

Der SONNENWEG e. V. unterstützt seit seiner Gründung im Jahr 1997 in ganzheitlichem Sinne Krebspatienten auf ihrem Genesungsweg und steht beim Umgang mit der Erkrankung hilfreich zur Seite. Darüber hinaus richtet er sich an alle Menschen, die an einer aktiven Gesundheitsvorsorge interessiert sind. Frau Helga Maschke hat – ausgehend von ihren eigenen Erfahrungen – den Verein ins Leben gerufen und wirkt durch dessen Zielsetzungen auch im Sinne der GfBK. Am 22. und 23. September 2012 werden die Besucher des 5. SONNENWEG-Kongresses in Jülich

wieder Gelegenheit haben, sich über komplementäre Krebstherapien und psychosoziale Angebote zu informieren. Unter anderem wird Dr. med. Ebo Rau, Vorstandsmitglied der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V., in seinem Vortrag und im Seminar »Die Heilkraft in Dir« zu erleben sein. Die GfBK wird mit einem Informations-Stand beim Kongress vertreten sein (siehe »Termine«).

Nicht leben wie bisher, sondern leben wie nie zuvor

Dieser Satz begeisterte die Teilnehmer des Workshops »Nachsorge heißt wieder Vorsorge« besonders. Gerda Breustedt von der GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden hatte dazu im Mai eingeladen. Gut und fürsorglich für sich sorgen, rechtzeitig bemerken und wahrnehmen, was mit mir und meinem Körper ist, sich nicht nur auf die bildgebende Diagnostik beschränken, sondern selber aktiv werden – Die Teilnehmer des Workshops konnten unter Anleitung eigene Ideen entwickeln, Übungen durchführen und Erfahrungen austauschen, um ihren persönlichen Heilungsweg zu finden. Die Begeisterung der Teilnehmer war so groß, dass ein Nachfolge-workshop gewünscht wurde.

Termine

Berlin

alle Vorträge in: GfBK-Beratungsstelle, Eingang Einemstr. 12, 10785 Berlin, im Haus des Sozialverbands Deutschland

11. September 2012, 18:30 bis 20:00 Uhr

Vortrag: Kinesiologie für den Alltag

Referentin: Eli Unterbusch, HP, Kinesiologin

9. Oktober 2012, 18:30 bis 20:00 Uhr

Vortrag: TCM in der Krebsbehandlung

Referentin: Dr. Astrid Kohl, FÄ f. Innere Med., NHV, TCM

13. November 2012, 18:30 bis 20:00 Uhr

Vortrag: Rückkehr in den Beruf nach Krebs

Referenten: Dipl.-Psych. Ursula Rost, Andreas Wendt, Integrationsberater, Berlin

11. Dezember 2012, 18:30 bis 20:00 Uhr

Vortrag: Ernährung bei Krebs

Referentin: Kerstin Flöttmann, Dipl.-Oecotrophologin, HP

Bremen

alle Vorträge in: GfBK-Beratungsstelle, Theresenstr. 8–11, 28203 Bremen

19. September 2012, 18:00 Uhr

Vortrag mit vielen Übungen: Visualisieren – ein Weg zu den inneren Heilkräften

Referentin: Angela Keller, HP f. Psych., GfBK Hamburg

17. Oktober 2012, 19:00 Uhr

Vortrag: Erholsamer Schlaf

Referentin: Marianne Heinsohn, GfBK Bremen

7. November 2012, 19:00 Uhr

Vortrag: Brustkrebs und Sexualität

Referentin: Dipl.-Psych. Angela Blumberger

12. Dezember 2012, 19:00 Uhr

Vortrag: Stärkung des Immunsystems

Referent: Dr. med. Knut Briken, Eyrstrup

Dresden

6. Oktober 2012, 9:30 bis 13:30 Uhr

15. Symposium und Feier 15 Jahre GfBK-Beratungsstelle Dresden

Referenten: Dr. med. György Irmey, Ärztl. Direktor der GfBK, Dr. med. Friedrich Migeod, Bad Bergzabern et al. in: Deutsches Hygienemuseum, Marta-Fraenkel-Saal, Lingnerplatz 1, 01069 Dresden

24. Oktober 2012, 15:30 Uhr

Vortrag: Möglichkeiten und Grenzen komplementär-onkologischer Therapien

Referentin: Evelin Döring-Paesch, Ärztin, GfBK Dresden in: Begegnungszentrum Rotes Kreuz, Striesener Str. 39, 01307 Dresden

Termine



Angela Keller



Jutta Trautmann



Marianne Heinsohn



Evelin Döring-Paesch



Elisabeth Vogt

Bei allen Veranstaltungen bitten wir um Anmeldung in der jeweiligen Beratungsstelle bzw. unter der angegebenen Kontaktadresse. Bei Kursen, Seminaren und Workshops ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich. Eintrittspreise und Kursgebühren können Sie in der jeweiligen Beratungsstelle erfragen. Bei kostenfreien Veranstaltungen dürfen Sie uns gerne eine Spende zukommen lassen, die Ihnen angemessen erscheint. Diese und weitere Termine finden Sie auch unter www.biokrebs.de

Hamburg

alle Vorträge in: VHS Othmarschen, Waitzstr. 31, 22607 Hamburg

13. September 2012, 19:00 bis 20:30 Uhr

Vortrag mit vielen Übungen: Visualisieren – ein Weg zu den inneren Heilkräften

Referentin: Angela Keller, HP f. Psych., GfBK Hamburg

27. September 2012, 19:15 bis 20:45 Uhr

Vortrag: Wie können Krebspatienten von der Traditionellen Chinesischen Medizin profitieren?

Referent: Dr. med. Si Fu, FA für Allgemeinmedizin, Akupunktur und Chinesische Medizin, Hamburg

15. November 2012, 19:15 bis 20:45 Uhr

Vortrag: Gesunde Ernährung für Krebspatienten

Referentin: Jutta Trautmann, Qigong-Lehrerin, GfBK Hamburg

Heidelberg

Oktober 2012 bis Februar 2013

Kurse für Patienten und Interessierte zur Anregung der Selbstheilungskräfte und Einführung in ganzheitsmedizinische Themen

26./27. April 2013

Vorankündigung: Patienten-Informationstag mit Vortrags- und Kursprogramm

Jülich

Information / Anmeldung: www.sonnenweg-verein.de, info@sonnenweg-kongress.de, Tel.: 02461 344193

22. und 23. September 2012

5. SONNENWEG-Kongress

Seminare – Vortragsprogramm – Ausstellung

Seminare am 22. September 2012

11:00 bis 14:00 Uhr

Seelische Auslöser von chronischen Erkrankungen erkennen und transformieren

Referent: Jo Maranius Stienen, Psychotherapeut, Coach, Familienaufsteller

15:00 bis 18:00 Uhr

Die Heilkraft in Dir

Referent: Dr. med. Ebo Rau, GfBK-Vorstandsmitglied

Vortragsprogramm am 23. September 2012

in: Kongress-Center, Kirchberger Str. 1, 52428 Jülich

Leipzig

16. Oktober 2012, 15:30 Uhr

Vortrag: Möglichkeiten und Grenzen komplementär-onkologischer Therapien

Referentin: Evelin Döring-Paesch, Ärztin, GfBK Dresden
in: Haus Leben Leipzig, Friesenstr. 8, 04177 Leipzig

München

alle Veranstaltungen – sofern nicht anders notiert – in: Alten- und Service-Zentrum Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München

23. August 2012, 15:00 bis 18:00 Uhr

Seminar: Die Heilkraft in Dir – Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Referent: Dr. med. Ebo Rau, Vorstandsmitglied der GfBK
in: GfBK München, Schmied-Kochel-Str. 21

6. September, 18. Oktober und 29. November 2012, 18:30 bis 20:30 Uhr

Meditative Kreistänze

Leitung: Susanne Betzold, GfBK München

13. September 2012, 18:30 Uhr

Vortrag: Metamorphose – die sanfte Energiearbeit am Fuß

Referentin: Edeltraud Sommer, Körper- u. Psychotherapeutin (HBG)

in: GfBK München, Schmied-Kochel-Str. 21

17. September, 15. Oktober, 19. November 2012

15:00 bis 17:00 Uhr

Kurs: Heilsames Schreiben

Referentin: Dipl.-Soz. päd. Elisabeth Vogt, Atempädagogin
in: GfBK München, Schmied-Kochel-Str. 21

11. November 2012, 10:00 bis 17:00 Uhr

Seminar: Wege zum Urvertrauen – Einführung in die Grundlagen des Geistigen Heilens

Referentin: Beatrice Anderegg, Heilerin, Basel
Heilsitzungen für Einzelpersonen am 09.11., 10.11. und 12.11.2012 nur mit Voranmeldung

Viernheim

Information: SHG Viernheim,

Horst.Stephan@Viernheim.de, Tel.: 06204 988407

30. September 2012, 10:00 bis 16:00 Uhr

Vortrag (u. a.): Biologische Therapien bei Krebs im Rahmen des Viernheimer Selbsthilfetags und Selbsthilfetags des Kreises Bergstraße – Vorträge und Informationsstände der SHGs

Referent: Claus Witteczek, beratender Arzt der GfBK
in: Bürgerhaus Viernheim, Kreuzstr. 2–4, 68519 Viernheim

Wiesbaden

alle Veranstaltungen – sofern nicht anders notiert – in: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

5. September 2012, 19:00 Uhr

Vortrag: Meridianklopftechniken (EFT/MET)

Referenten: Eva Gerigk, HP f. Psychotherapie, Frithjof Krepp, Qigong-Lehrer, Bad Homburg

10. Oktober 2012, 19:00 Uhr

Vortrag: Die Bedeutung der Ernährung in der Krebs-Entwicklung

Referent: Dr. Horst Beckmann

16. November 2012, 14:00 bis 18:00 Uhr

Workshop: Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Referent: Dr. med. Ebo Rau, GfBK-Vorstandsmitglied
in: Rathaus Wiesbaden

Anmeldung über GfBK Zentrale Beratungsstelle Heidelberg, Tel.: 06221 13802-24 od. -11, anmeldung@biokrebs.de

23. und 24. März 2013

Vorankündigung: 10. Arzt-Patienten-Forum Wiesbaden

in: Roncalli-Haus, Wiesbaden

Vortragsreihe »Integrative Onkologie« im Rathaus Wiesbaden:

28. September 2012, 19:00 Uhr

Regionale Chemotherapie bei inoperablen Tumoren

Referent: Prof. Dr. med. Karl R. Aigner, Burghausen

26. Oktober 2012, 19:00 Uhr

Minimal-invasive Therapie

Referent: Prof. Dr. med. Thomas Vogl, Frankfurt