



© Ingrid Herr

»Brokkoli und andere Kreuzblütler sind ein wirksamer Schutz.«
(Prof. Dr. rer. nat. Ingrid Herr)

Interview mit Ingrid Herr

Naturstoffe im Fokus der Forschung

Frau Prof. Dr. rer. nat. Ingrid Herr leitet die AG Molekulare OnkoChirurgie der Chirurgischen Universitätsklinik und des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ) in Heidelberg. Die Biologin verfasste zahlreiche wissenschaftliche Arbeiten und Publikationen in namhaften international anerkannten Fachmagazinen. Für einige der Magazine ist sie als Gutachterin tätig. Ihre wissenschaftlichen Leistungen wurden unter anderem mit einem Preis für Leukämieforschung, dem Sebastian-Kneipp-Preis und einem Forschungspreis vom Europäischen Pankreasclub gewürdigt. Seit 2006 befasst sie sich mit Stammzellenforschung für Patienten mit Leber- oder Bauchspeicheldrüsenkrebs. In einem Teil der Studien erforscht sie die Wirkung von sekundären Pflanzenstoffen aus Kreuzblütlerpflanzen (z. B. Brokkoli).

Liebe Frau Professor Herr, welchen Stellenwert nimmt die Forschung an biologischen Verfahren im universitären Umfeld heute ein?

Immer mehr Forscher untersuchen die Wirkung von Naturstoffen. Einen wichtigen Ansatzpunkt bietet hier beispielsweise die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM). Wir haben neben dem Sulforaphan mehrere Stoffe aus der TCM untersucht und auch das gute alte Aspirin. Es zeichnet sich ab, dass vor allem entzündungshemmende Stoffe Wirkung gegen Tumorstammzellen zeigen könnten.

Was haben Sie über die heilsame Wirkung von Brokkoli herausgefunden?

Eine wachsende Zahl von neueren Studien weist darauf hin, dass die Entstehung maligner Tumore als eine Stammzellkrankheit betrachtet werden kann. Nach der Krebsstammzelltheorie scheinen Wachstum und Metastasierung von einer kleinen Zellpopulation, den sogenannten Tumorstammzellen, abzuhängen. Diese sind äußerst widerstandsfähig und überleben daher herkömmliche Tumorthapien.

Daher hat meine Forschungsgruppe anhand des Pankreaskarzinoms nach Wegen gesucht, die Tumorstammzellen wirksam und nebenwirkungsarm zu bekämpfen. Erste Anhaltspunkte hat uns eine Ernährungsstudie an über 10 000 Patienten mit einem Prostatakarzinom geliefert: Häufiger Verzehr von Brokkoli und anderem Gemüse aus der Kreuzblütlerfamilie war anderen Obst- und Gemüsesorten als Schutz vor Metastasen deutlich überlegen. Da Metastasierung mit Tumorstammzellen assoziiert wird, haben wir den Brokkoli-Inhaltsstoff Sulforaphan untersucht, dessen krebsvorbeugende Wirkung in vielen experimentellen Studien bereits gezeigt wurde. Sulforaphan

(Fortsetzung: nächste Seite)

In dieser Ausgabe:

S. 1–2 Interview mit Ingrid Herr **S. 3** Mikronährstoffe **S. 4** Zweitmeinung – Second opinion / Zimt weglassen? **S. 5** Auf dem Weg der Heilung: Gesunde Seelenhygiene **S. 6–7** Interna **S. 8** Termine

Ingrid Herr wird beim 16. Internationalen Kongress der GfBK in Heidelberg einen Vortrag halten: Sa., 4. Mai 2013 im Rahmen des Seminars »Ernährung, Nahrungsergänzung und Krebs«, 14-18 Uhr. www.biokrebs.de/kongress

schützt die Körperzellen vor DNA-Schäden, löst den programmierten Zelltod aus und hemmt die Gefäßneubildung des Tumors, sodass sein Wachstum gebremst wird. Wir haben herausgefunden, dass Sulforaphan auch die Tumorstammzellen des Pankreaskarzinoms angreift, denen eine normale Chemotherapie nichts anhaben kann.



© Fotolia

Wie lässt sich das erklären?

Bewerkstelligt wird dies durch die Hemmung eines Faktors, der an Entzündungen beteiligt ist, dem sogenannten NF- κ B Transkriptionsfaktor. Im Mausmodell und in Laborversuchen haben wir festgestellt, dass eine Chemotherapie deutlich besser wirkt, wenn gleichzeitig Sulforaphan gegeben wird. Dies sind vielversprechende experimentelle Daten. Natürlich sind sie nicht automatisch 1:1 auf die Situation des Patienten übertragbar – hierzu ist eine Patientenstudie notwendig.

Was empfehlen Sie einem Krebspatienten außer Brokkoli?

Wir haben im Labor gesehen, dass Kortison Tumorzellen des Pankreaskarzinoms schneller wachsen lässt und damit auch beim Patienten kontraproduktiv sein könnte. Kortison wird häufig als Medikament begleitend zu einer Chemotherapie gegeben. Diese Medikation darf kritisch hinterfragt werden. Die körpereigenen Kortisonspiegel steigen auch bei Dauerstress, z. B. aufgrund von Sorgen, privaten und beruflichen Problemen, zu hoher Belastung oder bei hohem Kaffeekonsum. Neueste experimentelle Daten anderer Forschungsteams zeigen, dass sich noch weitere Pflanzenstoffe gegen Tumorstammzellen in Obst und Gemüse finden. Entdeckt hat man solche Stoffe bisher in Hülsenfrüchten (Genistein aus Sojabohnen), Curcuma (Curcumin, z. B. in Curry), Tomaten (Lycopin), Weintrauben, Beeren (Resveratrol), schwarzem Pfeffer (Piperin), Grünem Tee (EGCG), Fisch, Eigelb und Lebertran (Vitamin D). Bei Vitamin D ist zu beachten, dass nur etwa 10 Prozent mit der Nahrung zugeführt und die restlichen 90 Prozent durch Sonneneinstrahlung über die Haut gebildet werden. Bewegen Sie sich daher täglich 30 Minuten im Freien, um Ihre Vitamin-D-Speicher aufzutanken.

Liebe Frau Professor Herr, vielen Dank, dass Sie Ihre Erkenntnisse mit unseren Lesern teilen.

Mit Frau Prof. Dr. Ingrid Herr im Dialog war PetRa Weiß.

Zum Weiterlesen:

Unter www.biokrebs.de finden Sie detaillierte Informationen zu den Forschungsergebnissen von Frau Prof. Ingrid Herr.



© Fotolia / Corinna Giesemann

16. Internationaler Kongress für Biologische Krebsabwehr

Ein neuer Veranstaltungsort und eine neue zeitliche Verteilung von Vortrags- und Kursprogramm erwarten Sie bei unserem Heidelberger Patienten-Arzt-Forum, dem 16. Internationalen Kongress der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V., am 4. und 5. Mai 2013. Die Print Media Academy am Hauptbahnhof Heidelberg ist eine moderne Veranstaltungslokalität, unter deren Dach alle Programmteile stattfinden werden.

Patienten und ihre Angehörigen stehen im Mittelpunkt unserer Veranstaltung. Wir möchten mit verschiedenen Impulsen viele Menschen darin unterstützen, ihren eigenen, ganz persönlichen Weg im Umgang mit der Erkrankung zu gehen und laden auch alle anderen Interessierten und Therapeuten herzlich ein. Bei unseren Kongressen begegnen sich Patienten, Ärzte, Heilpraktiker und Psychologen auf Augenhöhe. Sie können ihre Fragen stellen, sich in Diskussionsrunden einbringen und mit anderen Teilnehmern austauschen. Das Ziel einer ganzheitlichen Krebstherapie im Sinne eines integrativ-komplementären Ansatzes und die Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte ziehen sich thematisch durch alle Programmteile.

Spezielle Patientenseminare werden für Brustkrebs und Prostatakrebs angeboten. Dr. med. Ebo Rau lädt zu seinem Seminar »Heilkraft in Dir – Aktivierung der Selbstheilungskräfte« ein. Sie können an interaktiven Foren teilnehmen und die hoffnungsvollen Genesungsberichte von Menschen mit Krebserfahrung erleben. Eine Patientensprechstunde, Möglichkeiten der persönlichen Rechtsberatung zur Kostenerstattung komplementärer Heilmethoden, Entspannungsangebote und eine Informationsausstellung runden die Veranstaltung ab.

Zahlreiche Kurse bringen Sie mit vielen hilfreichen Methoden in Berührung, z. B. QiGong, Visualisieren, Heilsame Kraft der Sprache, Geistiges Heilen, Jin Shin Jyutsu, Energetische Wirbelsäulenbegradigung, Organaufstellungen, Homöopathie, Heilpflanzen, Emotional Taping, Mentales Gesundheitstraining, Chanten. Melden Sie sich bitte frühzeitig an.

Das Vortrags- und Kursprogramm erhalten Sie über die Zentrale Beratungsstelle der GfBK in Heidelberg: information@biokrebs.de oder Telefon 06221 138020.

Mikronährstoffe

Vor wenigen Jahrzehnten noch hatten die meisten Menschen einen naturnäheren Lebenswandel. Obst und Gemüse stammten vom heimischen Bauern und enthielten deutlich mehr Vitamine und Mineralstoffe, man verbrachte im Allgemeinen mehr Zeit an der frischen Luft, Mikrowelle und Fritteuse fand man in keiner Küche und auch das Wort Convenience-Food existierte noch nicht.

Um sich heute unter den geänderten Bedingungen rundum gesund zu ernähren, ist eine Ergänzung mit Mikronährstoffen oft empfehlenswert. Notwendig ist sie bei einem gesteigerten Bedarf wie beispielsweise bei körperlicher Belastung oder während Erkrankungen.

Durch eine gravierende Unterversorgung mit Vitamin C bekamen die Seeleute früherer Generationen die wohl bekannteste Mangelerscheinung, den Skorbut. Ihre Zähne fielen aus. Die modernen Gesichter von Nährstoffmangelzuständen sind eher allgemeinere Symptome wie chronische Müdigkeit, Leistungsabfall oder Konzentrationsschwäche, typische Erscheinungen unserer Zeit.

Ein profunder Mangel ist kaum allein durch Ernährungsumstellungen auszugleichen. Bei dem Versuch entsteht häufig ein anderes Ungleichgewicht und verursacht die nächste Dysbalance. Ernähren Sie sich stattdessen lieber ausgewogen und füllen Sie den Mangel gezielt mit entsprechenden Präparaten auf. Der Markt ist voll von Nahrungsergänzungsmitteln unterschiedlichster Qualitäten. Und das Prädikat »natürlich« ist kein Garant für Gesundes. Die Apotheke als Bezugsquelle ist sicher verlässlicher als manch anderer Anbieter. Uneingeschränkt empfehlenswert ist allerdings nicht das komplette Sortiment, das man dort erwerben kann. Brausetabletten und Pülverchen mit künstlichen Süßstoffen, Aromen etc. sind leider noch immer in den Regalen zu finden. Selbst namhafte Hersteller von Mitteln des Hochpreissegments erzeugen den guten Geschmack ihrer Drinks und Pastillen auf Kosten der Unbedenklichkeit von Inhaltsstoffen.

Nahrungsergänzung muss nicht eklig schmecken. Aber sie muss auch nicht vortäuschen, dass sie eine Himbeerlimonade sei. Was nützt das schönste Magnesium, wenn es mit künstlichen Süßstoffen daherkommt und blubbernd duftet wie ein Schaumbad?! Das ist ein netter Trick von Marketing-Strategen, geht aber am eigentlichen Zweck völlig vorbei. Das Wort »orthomolekular« bedeutet übrigens, dass die Wirkstoffe natürlicherweise im Körper vorkommen und ihre Ausgewogenheit zur Gesundheit beitragen soll. Geschützt ist der Begriff nicht. Prüfen Sie daher die Zusammensetzung immer gründlich. Füllmittel und Hilfsstoffe sollten verträglich sein und in einem vernünftigen Mengenverhältnis zu den wirksamen Substanzen stehen.

Achten Sie bei der Auswahl auf die Quellen der Inhaltsstoffe und die Verhältnisse der Bestandteile. Kalzium zu Magnesium 2–3:1 sowie Zink zu Kupfer 5–6:1 sind beispielsweise optimal. Magnesium und Kalzium sowie Vitamin C sind in den meisten Kombipräparaten nicht in ausreichender Menge vorhanden, weil sie sehr großvolumig sind und die Kapseln, Tabletten etc. nicht mehr gut zu schlucken wären. Prinzipiell kann man sagen, dass organische Verbindungen, also Orotat, Citrat und Glukonat besser vom Körper verwertet werden können als anorganische. Manchmal ist ein bestimmter Einnahmezeitpunkt ideal: vor / mit / nach dem Essen, morgens, mittags, abends. Und spezielle Mittel hemmen sich gegenseitig in ihrer Wirkung, sodass sie lieber zeitlich versetzt gegeben werden sollten. Das darf aber nicht dazu führen, dass Sie Ihren kompletten Tagesablauf von Pillen und Tropfen abhängig machen. Bevor Sie sich von einer Einnahme zur nächsten hangeln, beziehen Sie diese lieber unter praktischen Aspekten in Ihren Alltag ein. Eine in Schräglage geratene Nährstoffbalance auf eigene Faust in den Griff bekommen zu wollen, ist keine gute Idee. Fragen Sie lieber Ihren Arzt, Heilpraktiker oder Ernährungsberater. Er weiß, welche Laborwerte man prüfen sollte und kann die entsprechenden Untersuchungen durchführen (lassen).

Langfristige Ziele sind auch hier langfristig zu verfolgen. Im Durchschnitt braucht es knapp ein halbes Jahr, bis ein leeres Depot wieder aufgefüllt ist. In akuten Fällen wie z. B. zur Erkältungsabwehr dürfen Sie von Vitamin C und Zink schon erwarten, dass das eine die Abwehr zügig ankurbelt und das andere die Schleimhäute vor dem Eindringen der Erreger wirkungsvoll schützt.

Bei allem Respekt vor der Bedeutung von Mikronährstoffen: Bitte beachten Sie, dass Tabletten und Kapseln eine gesunde Ernährung nicht ersetzen. Ihre Wirkung entfaltet sich oft erst und auf jeden Fall besser, wenn begleitend entsprechende Änderungen im Lebensstil umgesetzt werden. In unserer Mitgliederzeitschrift »Signal« berichten wir ab sofort in jeder Ausgabe ausführlich über einen Mikronährstoff, in Heft 2 / 2013 über Selen.

Text: PetRa Weiß



Kongress Highlights 4. und 5. Mai 2013 in Heidelberg

Für den Eröffnungsvortrag konnten wir Dr. phil. Christoph Quarch gewinnen. Der Autor und Philosoph wird über »Heilkunst und Bewusstsein« sprechen. Der Ärztliche Direktor der GfBK, Dr. med. György Irmey, leitet den Kongress. Auch weitere Mitglieder des GfBK-Vorstands werden den Kongress mit ihren Beiträgen bereichern: Prof. Dr. med. K.-F. Klippel, Dr. med. Heinz Mastall, Dr. med. Ebo Rau, Dr. med. Nicole Weis sowie die Beisitzerin des GfBK-Vorstands Sabine Hötzel. Prof. Dr. Bernd Helmut Kröplin, ehemaliger Leiter des Instituts für Statik und Dynamik der Luft- und Raumfahrtkonstruktionen der Universität Stuttgart, teilt mit uns seine faszinierenden Forschungsergebnisse zur Veränderlichkeit von Wasserstrukturen durch äußere Einflüsse.

Prof. Dr. Fred Fändrich, Leiter des Instituts für Zelltherapie der Universität Kiel, wird die aktuellsten Aspekte zu den Themen Tumorimpfung und Tumorummunologie aufzeigen. Prof. Dr. Jörg Spitz wird darlegen, warum Krebszellen keine Sonne mögen und das Vitamin D heute so essenziell in der Komplementär-onkologie ist. Dr. med. Thomas Kroiss wird seine Zuhörer über eine innovative Methode der modernen Krebsmedizin informieren: die Insulin-potenzierte Therapie (IPT).

Ein besonderes Augenmerk liegt auf dem Thema »Ernährung bei Krebs«. Ihre langjährigen Erkenntnisse und Forschungsergebnisse hierzu teilen in einem Seminar Dr. med. Nicole Weis, Vorstandsmitglied der GfBK, Prof. Dr. rer. nat. Ingrid Herr, Biologin und Leiterin der AG Molekulare OnkoChirurgie am Deutschen Krebsforschungszentrum, Dr. med. Manfred Ludwig Jacob, Arzt und Experte für sekundäre Pflanzenstoffe, Dr. med. Susanne Bihlmaier, Ärztin und Autorin des Buchs »Mit Freude essen bei Krebs«. Das Vortrags- und Kursprogramm erhalten Sie über die Zentrale Beratungsstelle der GfBK in Heidelberg: information@biokrebs.de oder Telefon 06221 138020.



Zweitmeinung – Second Opinion

Ich habe Brustkrebs in fortgeschrittenem Stadium und war inzwischen bei zwei Ärzten, die sich nicht einigen können, welche Behandlung die beste für mich ist. Nun bin ich total verunsichert und weiß nicht, was ich tun soll. Was raten Sie mir?

Zunächst ist es wichtig, dass beide Ärzte miteinander kommunizieren und Ihnen als Betroffene deutlich machen, warum unterschiedliche Behandlungen favorisiert werden. Nur so können Sie die beiden Empfehlungen nachvollziehen. Machen Sie Ihre Ärzte darauf aufmerksam, dass Sie verwirrt sind und so nur schwer zu einer Entscheidung kommen können. Falls Sie zu beiden Ärzten kein Vertrauen haben, kann es besser sein, einen dritten Arzt oder den Ärztlichen Beratungsdienst unserer Gesellschaft zurate zu ziehen.

Fragen Sie den jeweiligen Arzt vor allem nach den konkreten Vor- und Nachteilen seiner bevorzugten Therapieoptionen. Oft ist die individuelle Therapieentscheidung ein Prozess, und es lohnt sich eigentlich immer, noch einmal darüber zu schlafen. Schreiben Sie Ihre Fragen auf und gehen Sie damit erneut zum Arzt. Nur indem Sie alle

fraglichen Punkte bei Ihrem Arzt direkt ansprechen und klären, erhält er die Möglichkeit, Sie näher kennenzulernen. Geben Sie ihm diese Chance, bevor Sie weitere Ärzte konsultieren. Manchmal ist es auch gut, zu einem zweiten Gespräch einen guten Freund oder eine Freundin mitzunehmen, damit Informationen nicht verloren gehen und auch wirklich alle wichtigen Fragen gestellt werden. Auf diese Weise ist in vielen Fällen ein »Doktor-Hopping« vermeidbar. Meistens ist Aktivität zwar gut – Aktionismus jedoch nicht, da hierdurch auch mehr Verwirrung gestiftet werden kann. Bevor Sie eine Therapie anfangen, überzeugen Sie sich – soweit für Sie nachvollziehbar – von dem, was auf Sie zukommt und tragen Sie auch innerlich diese Entscheidung mit. Wissenschaftliche Untersuchungen geben eindeutige Hinweise darauf, dass sich die Aussichten auf eine Heilung deutlich verbessern, wenn der Patient seine Therapien nachvollziehen und mittragen kann. Nehmen Sie sich Zeit, um in Ruhe darüber nachzudenken, was für Sie sinnvoll und notwendig ist. Inzwischen räumen auch Experten ein: »Die sorgfältige Auswahl der Therapie ist bei Krebs wichtiger als der rasche Behandlungsbeginn.«

Nur in den Fällen, in denen Sie beim wiederholten Nachfragen das Gefühl haben, dass Ihr Arzt nicht bereit ist, Sie als Mensch zu begleiten, sollten Sie sich jemanden suchen, der diese »Lotsenfunktion« ausfüllen kann. Hier helfen Zweit- oder Drittmeinungen weiter. Bitte beachten Sie, dass Experten aus universitären Einrichtungen oftmals ähnliche Empfehlungen geben. Ziehen Sie daher Mediziner zurate, die sowohl schulmedizinische als auch naturheilkundliche Therapien einschätzen können.

Zimt weglassen?

Ich habe im Internet gelesen, dass seit den 1970er Jahren Cumarin (ist in Zimt enthalten) unter Verdacht steht, Krebs zu verursachen, und auch die Leber schädigen kann. Sollte ich also besser auf Zimt verzichten?

Cumarin ist ein natürlich vorkommender sekundärer Pflanzenstoff, der in verschiedenen Gräsern, im Waldmeister, in Datteln sowie in bestimmten Zimtarten (Cassia-Zimt) enthalten ist. Die Vermutungen, dass das in Zimt enthaltene Cumarin genschädigend wirken könne, gehen auf Tierversuche zurück. Möglicherweise können besonders Menschen mit Leber-Vorerkrankungen wie Hepatitis empfindlich auf Cumarin reagieren. Bisher waren solche Leberschädigungen immer reversibel. Wir bezweifeln, dass Menschen, die sich im normalen Rahmen gesund ernähren, bedenkliche Mengen an Cumarin zu sich nehmen können.

Weitere Informationen finden Sie auch in unserer GfBK-Broschüre Ernährung und Krebs.

Auf dem Weg der Heilung

Gesunde Seelenhygiene

Im Januar 2007 eröffnete mir mein Arzt, dass ich höchstwahrscheinlich Brustkrebs habe. Natürlich hatte ich den Knoten von 2,2 cm schon länger gefühlt, wägte mich jedoch in Sicherheit, denn ich hatte mich im Jahr zuvor mit einer Mammografie untersuchen lassen.

Meine Brust sollte amputiert und alle Lymphknoten auf der linken Seite entfernt werden. Der OP-Termin wurde rasch festgelegt. Um eine zweite Meinung einzuholen wandte ich mich an ein Brustzentrum. Die Experten dort befanden, dass sie brusterhaltend operieren können. Ich musste selbst eine Entscheidung treffen und wählte die erhaltende Variante. Anschließend waren Chemo- und Strahlentherapie geplant. Zwei Wochen nach der Diagnose wurde ich operiert.

Der Termin für die erste Chemo stand gleich fest, die begleitenden Medikamente zum Preis von 400,- € wurden sofort verordnet, ebenso eine Perücke. Tiefe Angst begleitete mich Tag und Nacht. Ich lebte nun in einem Körper, in dem Dinge geschahen, die ich zutiefst ablehnte und die ich nicht akzeptieren wollte. Meine Familie und Freunde litten mit mir, vor allem meine Tochter Sarah. Mein Sohn David legte mir von Anfang an nahe, keine Chemo zu machen. Er meinte, ich solle Mandeln essen, was ich damals nicht nachvollziehen konnte. (Recht hattest du, David!)

Im März begann ich langsam, mich mit der Krankheit auseinanderzusetzen. Ich bestellte ein Buch nach dem anderen. Ich wollte alles über die verschiedenen Theorien und Heilungsansätze zum Krebsgeschehen wissen. Unvergessen bleibt mir das Buch von Dr. Joseph Murphy »Die Kraft des Unterbewusstseins«.

Kurz darauf geschah ein Wunder: Von einem Tag auf den anderen verlor ich sämtliche Ängste. Ich wachte an einem Montagmorgen auf, spürte eine Riesenenergie in mir und empfand große Freude über das schöne Wetter und die Wärme der Sonnenstrahlen. Je mehr ich las, umso sicherer war ich mir, dass ich Chemotherapie und Bestrahlungen nicht machen will. Durch die veränderte Betrachtungsweise über das Krebsgeschehen übernahm ich Verantwortung für meinen Körper und Geist. Ich versuchte herauszufinden, was mir die Krankheit sagen will.



Den Ersttermin für die Chemo sagte ich trotz Druck vonseiten des Onkologen ab.

In der Habichtswaldklinik übergab ich mich den heilsamen Anwendungen: Meditationen, Körperreisen nach Simonton, Tai Chi, die Colonthérapie. Ich genoss die herrlichen Spaziergänge.

Ein Plan für Ernährung, Bewegung und Entspannung ist seither fester Bestandteil meines Lebens. Aus den vielen Informationen habe ich die für mich stimmigsten Dinge herausgepickt. Die ÖL-Eiweiß-Kost nach Dr. Budwig wandle ich für mich passend ab. Gemüse, Obst, gesunde Öle und biologische Lebensmittel sowie das Trinken von Grünem Tee sind bis heute wichtig für mich. Ich begann, regelmäßig zu laufen, und habe mich mit der Natur verbunden. Die Vitamin-C-Infusionen in der Klinik behielt ich noch eine ganze Weile bei.

Auf dem Kongress der GfBK im Mai 2007 traf ich zum ersten Mal Menschen, die völlig unkonventionell gesunden. Nun war ich mir ganz sicher, auf dem richtigen Weg zu sein. Clemens Kuby beeindruckte mich mit seiner Geschichte so sehr, dass ich nach Hamburg fuhr, um ein Seminar mit ihm zu besuchen.

Mir war von Anfang an klar, dass nur ich selbst mir helfen kann, indem ich mich und einige meiner Lebenseinstellungen ändere. So war ich z. B. immer sehr auf Sicherheit bedacht, und dafür nahm ich einiges in Kauf. Mit Ausbruch einer Krebskrankheit spürt man, dass es keine Sicherheit gibt.

In den vergangenen sechs Jahren ist viel passiert: die Trennung von meinem Mann, die Aufgabe meines Managerberufs sowie eine berufliche Neuorientierung. Während der Berufstätigkeit begann ich bereits ein Fernstudium zum Coach und psychologischen Berater.

Auf dem Kongress der GfBK 2011 besuchte ich das Seminar von Rüdiger Dahlke. Von ihm hörte ich das erste Mal von Byron Katie. Sofort bestellte ich ihr Buch und war in meinem tiefsten Inneren so berührt, dass ich spontan beschloss, mich in »The Work« ausbilden zu lassen. Nun arbeite ich als Coach mit Krebsbetroffenen und anderen Klienten. Privates Glück hat sich auch eingestellt: Seit einem Jahr bin ich wieder glücklich verheiratet. Wenn ich morgens meinen Grünen Tee genieße, denke ich: »Mei, ich bin gesund, geht's mir gut ... danke ☺.«

Text: Karin Schacher

Karin Schacher wird beim 16. Internationalen Kongress der GfBK in Heidelberg einen Kurs leiten: So., 5. Mai 2013, 14-18 Uhr.
www.biokrebs.de/kongress

»Jetzt hast du die Erlaubnis, Dinge zu tun, die du vorher nie getan hättest.«

(Karin Schacher)

Kontaktadresse:

Karin Schacher
www.karinschacher-coach.de

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:
Blosenbergr. 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. Irmey



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

»Der Krebserkrankung ganzheitlich begegnen«

... war der Titel einer Vortragsreihe von Dr. György Irmey, Ärztlicher Direktor der GfBK, im Herbst 2012. Er stellte die Leitgedanken und Arbeit der GfBK u. a. in Unna, Moers und Darmstadt vor. Auch beim Dresdner Symposium im Oktober war Dr. Irmey als Referent und Veranstaltungsvorsitzender dabei. In 2013 wird Dr. Irmey wieder im Dienste der guten Sache bei zahlreichen Veranstaltungen in Deutschland unterwegs sein. Vortragsanfragen nimmt die Zentrale GfBK-Beratungsstelle in Heidelberg entgegen.



Im Rahmen dieser Veranstaltungsreihe war Dr. György Irmey beispielsweise am 27.11.2012 in der VHS in Unna. Der Raum füllte sich mit Menschen, 85 an der Zahl, die gespannt und schon begeistert im Gespräch, den Vortrag von Dr. Irmey erwarteten. Bei frisch gepressten Säften und am Büchertisch tummelten sich die Besucher. Dr. Irmey berichtete über die komplementäre Medizin, unterstützt von Gedichten, Karikaturen und Schaubildern auf der Leinwand. Umfassend stellte er ganzheitliche Methoden dar, der Krebserkrankung zu begegnen. Nach dem Vortrag wurden noch Fragen an Dr. Irmey gestellt und angeregt diskutiert.

Das »Bündnis gegen Krebs« bedankte sich herzlich bei Dr. Irmey, dass er der Einladung nach Unna gefolgt war.

Claus Witteczek, beratender Arzt der Zentralen Beratungsstelle der GfBK, hat im Herbst 2012 ebenfalls die Konzepte der Biologischen Krebstherapie in die Lande getragen. Seine Vortragsreisen führten ihn z. B. nach Viernheim, Schwäbisch Hall, Osnabrück und Furth im Wald.

GfBK Ehrenmitglied bei Sonnenweg

Der GfBK wurde die Ehrenmitgliedschaft im Verein SONNENWEG e. V. verliehen. Die Ehrung fand im September 2012 im Rahmen des 5. SONNENWEG-Kongresses in Jülich statt. Frau Helga Maschke, Vorsitzende des Vereins, würdigte damit unsere langjährige Unterstützung. Der Verein will die



Situation von Krebsbetroffenen verbessern und einen Weg der Hoffnung für ein Leben mit Krebs aufzeigen. SONNENWEG e. V. und die GfBK veranstalten jedes Jahr einen solchen Kongress mit Vorträgen zu komplementär-onkologischen Themen. Mehr als 100 Interessierte von nah und fern kamen nach Jülich. Die GfBK war wie immer mit einem Informationsstand vertreten. Dr. Ebo Rau, GfBK-Vorstandsmitglied, erläuterte Möglichkeiten zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte.

Brückenschlag in Erlangen

»Dickdarm-/Bauchspeicheldrüsenkrebs« waren die Themen eines Arzt-Patienten-Seminars der Chirurgischen Uniklinik Erlangen im September 2012. Dr. Ebo Rau, GfBK-Vorstandsmitglied und ehemals selbst von Krebs Betroffener, teilte seine Erfahrungen aus der Perspektive eines Arztes, der plötzlich selbst erkrankte. So konnte er einen Beitrag zum Brückenschlag zwischen Schul- und Komplementärmedizin leisten. Die Veranstalter freuten sich über das positive Feedback.

GfBK-München bei der Prostata-SHG

Die Kolleginnen unserer Münchner Beratungsstelle durften die GfBK bei einem Treffen der Selbsthilfegruppe in Rosenheim vorstellen. Susanne Betzold erläuterte unsere Aufgaben und das Beratungsangebot. Unser Informationsmaterial »ging weg wie die warmen Semmeln«.



GROSSSPENDEN

Bader, C. und H., Tiste-Burgsittensen	250,00
Bayer, Hans, Saarbrücken	200,00
Brinkmann, Helmut, Leipzig	300,00
Elfert, Agnes Dr., Datteln	200,00
Flagge, Gisela, Holle	300,00
Galichet, Elisabeth, München	200,00
Ganzlin, Karin, Mannheim	250,00
Gassner-Schwenk, Roswitha, Mainz	200,00
J. P. Lange Söhne, Hamburg	2.000,00
Kerkhoff, Winand, Bonn	200,00
Lindemann-Berg, Angela, Frechen	2.000,00
Loos, Lisbeth, Rottach-Eggern	400,00
Megerle, Michael, Uppstadt-Weiher	1.000,00
Meisel, Angelika, Mannheim	300,00
Meyer, Hasso, Wilhelmshaven	200,00
Naumer, Manfred, Mannheim	200,00
Oswald, Gerda, Donauwörth	200,00
Piendl, Kerstin Dr., Furth im Wald	250,00
Rampacher, Gerd, Sindelfingen	200,00
Rattelmüller, Gerlinde, Dinkelsbühl	250,00
Rau, Eberhard Dr., Amberg	1.000,00
Reiff, Evi, Stuttgart	500,00
Schicke, Peter, Bonn	250,00
Schroeder, Ute Dr., Karlsruhe	200,00
Schuberth, G. und W., Kulmbach	200,00
Sommer, Anke, Celle	900,00
Stroh, Amanda, Wernigerode	1.500,00
Völker, Gisela, Baden-Baden	600,00
Weger, Ivana-Marie, Brombach	900,00
Wurz, Christine, Konstanz	210,00

GEBURTSTAGSSPENDE

Baumann, Beatrix, Rheinau-Helmlingen	300,00
Freund, Wolfhard Dr., Darmstadt	200,00
Haag, Erich, Öhringen	400,00
Rauchhaus, Günter, Raunheim	260,00

TRAUERSPENDEN

Bleile, Cordula, Obersontheim	2.000,00
Eke, Gudrun, Hamburg	250,00
Kohlmann, Grete, Dörzach	1.855,00
Watermann, Bernhard, Papenburg	2.390,00

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: 20 000

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.)

Verlag: MVS Medizinverlage Stuttgart
GmbH & Co. KG,

Oswald-Hesse-Str. 50, 70469 Stuttgart

Layout: A. Schmid

Druck und Verarbeitung:

Kliemo AG, Eupen (Belgien)

Gemeinsam für bewusste Komplementärmedizin



GfBK-Plätzchen, Muffins und bunte Snacks von Freunden der Gesellschaft versüßten den ausgiebigen Workshop »Die Heilkraft in Dir – Aktivierung der Selbstheilungskräfte« mit Dr. Ebo Rau im November 2012 in Wiesbaden. So kam neben den wunderbaren Heilübungen auch der Genuss nicht zu kurz. Es herrschte eine rundum angenehme Atmosphäre und die Benefizkalendarien, von Dr. Rau signiert, erfreuten sich großer Nachfrage. Noch Tage danach erhielten wir entzückende Rückmeldungen zu diesem Workshop »der besonderen Art«.

Vortragsreihe Integrative Onkologie

Auch in 2012 war die Vortragsreihe im Rathaus Wiesbaden ein voller Erfolg. Mehr als 300 Zuhörer informierten sich über innovative Verfahren in der Krebstherapie. Dr. Heinz Mastall, Vizepräsident der GfBK, konnte erneut hochkarätige Referenten gewinnen: Prof. Bojar, Düsseldorf: »Zirkulierende Tumorzellen, Chemotestung«; Prof. Schilcher, Soest: »Therapiemöglichkeiten mit Cyberknife«; Prof. Aigner, Burghausen: »Transarterielle Chemoembolisation«; Prof. Vogl, Frankfurt: »Minimal invasive Verfahren bei Krebs«.

Dresdner Symposium

Die zielgerichtete, individuelle Therapie in der Onkologie (»targeted therapy«) war das Leitthema des 15. Symposiums der Dresdner GfBK-Beratungsstelle am 6. Oktober 2012. In verschiedenen Vorträgen wurde über Neues und Bewährtes in der komplementären Onkologie berichtet. Gleichzeitig wurden 15 Jahre GfBK Dresden gefeiert. Evelin Döring-Paesch, Leiterin und ärztliche Beraterin der GfBK Dresden, und ihre Mitarbeiterinnen, Anemarie Hase und Ingrid Neubert, freuten sich über das lebhafteste Interesse der zahlreichen Besucher.

Gemeinsam etwas bewegen

Angela Keller und Jutta Trautmann aus unserer Beratungsstelle Hamburg vertraten die GfBK beim Aktionstag »look and walk« im September 2012. Der Tag begann mit einer Vernissage. Bewegende, nachdenklich stimmende, und auch Mut machende Fotos aus einem Workshop der Frauenselbsthilfe nach Krebs wurden präsentiert. Aus den Fotoarbeiten sprach eine große Offenheit und Freude. In der Ausstellung kam zum Ausdruck, wie unterstützend eine Selbsthilfegruppe sein kann. Nach einem munteren Aufwärmprogramm ging es dann zum Walken an der Hamburger Alster. Die Wanderausstellung kann über die Frauenselbsthilfe nach Krebs, Landesverband Hamburg-Schleswig-Holstein e. V. Rübekamp 220, 22307 Hamburg, E-Mail: h.klafft@frauenselbsthilfe.de ausgeliehen werden.



»Wege zum Urvertrauen« aktueller denn je

Die Einführung in die Grundlagen des geistigen Heilens von Beatrice Anderegg ist nun schon so etwas wie eine liebgewonnene Einrichtung unserer Beratungsstelle München. Ein sehr schönes und inniges Seminar konnten die Teilnehmer mit der Heilerin aus Basel im November 2012 erleben. Aufgrund der großen Nachfrage wird die Beratungsstelle München das Seminar im Herbst 2013 erneut anbieten. Auch wird es wieder Gelegenheit geben, Einzelsitzungen bei Frau Anderegg zu buchen. Beatrice Anderegg hält dieses Seminar regelmäßig auch in Heidelberg.

Ausblick: Luna-Yoga in Wiesbaden

Luna-Yoga wurde speziell für Frauen entwickelt. Es hilft, den eigenen Körper kennenzulernen und sich in ihm wohl zu fühlen. Menstruationsbeschwerden, unerfüllter Kinderwunsch, Wechseljahresthemen und viele Frauenkrankheiten können damit gezielt behandelt werden. Nach schweren Erkrankungen kann Luna Yoga helfen, den Körper wieder anzunehmen und ihm zu vertrauen. Yoga entspannt nachhaltig und trägt so zur Linderung stressbedingter Beschwerden bei (siehe Termine).

Termine



Cornelia Buchheim-Kirchner



Christa Grimmer



Doris Muths



Ebo Rau



Jutta Trautmann

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

Berlin

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

19. März 2013, 18:30 bis 20:00 Uhr

Buchvorstellung: Weg mit den Pillen

Referent: Prof. Dr. Harald Walach, Europa-Universität Viadrina

9. April 2013, 18:30 bis 20:00 Uhr

Vortrag: Mit speziellem QiGong dem Krebs davonlaufen

Referent: Lutz Michael Weiß, Heilpraktiker

26. April 2013, 15:00 bis 18:30 Uhr

Seminar: Die Heilkraft in Dir

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

7. Mai 2013, 18:30 bis 20:00 Uhr

Vortrag: Heilpflanzen – Helfer in allen Lebenslagen

Referentin: Ingrid Fröhlich-Groddeck, Ltg. Heilpflanzen-schule Artemisia

Davor: Geführte Kräuterwanderung am Nachmittag mit Frau Fröhlich-Groddeck. Bitte melden Sie sich hierfür frühzeitig in der Berliner Beratungsstelle an.

11. Juni 2013, 18:30 bis 20:00 Uhr

Vortrag: Immunstatus-Untersuchungen bei Tumorpatienten

Referent: Dr. Volker von Baehr, Ärtzl. Leiter Institut für med. Diagnostik Berlin

Bremen

alle Vorträge – sofern nicht anders notiert – in: GfBK-Beratungsstelle, Theresenstr. 8–11, 28203 Bremen

13. April 2013, 15:00 bis 18:30 Uhr

Vortragsveranstaltung: Die Bedeutung des Immunsystems in der Krebstherapie

Referenten: Dr. med. Knut Briken, Dr. med. Tim Göing, Dr. med. Frank Schimanski et al.

in: DMSG Landesverband, Brucknerstr. 13, 28359 Bremen

Hamburg

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

14. März 2013, 19:00 bis 20:30 Uhr

Film und Diskussion: Heilung wie durch ein Wunder

Referentin: Angela Keller, HP für Psychotherapie, GfBK Hamburg

20. April 2013, 10:00 bis 14:30 Uhr

Tag der östlichen Medizin

Referentinnen: Jutta Trautmann, Lehrerin für Med.

QiGong, GfBK Hamburg, Barbara Kirschbaum, Dozentin für chinesische Medizin, Dr. med. Si Fu, Arzt f. Allgemeinmedizin und chinesische Medizin

8. Juni 2013, 16:00 bis 18:30 Uhr

Führung: Chinesische Heilpflanzen

Einblicke in die chinesische Medizin im Loki-Schmidt-Garten, Hamburg

Leiter: Gerhard Höfer

Heidelberg

ab April 2013

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

16. Internationaler Kongress

Patienten-Arzt-Forum in Heidelberg

4. und 5. Mai 2013

Vielfältige Vorträge und Kurse namhafter Referenten

Ort: Print-Media-Academy am Hauptbahnhof

München

Alle Veranstaltungen – sofern nicht anders notiert – in der GfBK-Beratungsstelle München, Schmied-Kochel-Str. 21, 81371 München

7. März, 11. April und 23. Mai 2013

18:30 bis 20:30 Uhr

Meditative Kreistänze

Leitung: Susanne Betzold, GfBK München

in: Alten- und Service-Zentrum Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München

14. März, 11. April und 16. Mai 2013

15:00 bis 18:00 Uhr

Seminar: Die Heilkraft in Dir

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

14.03. und 11.04.13: GfBK München, Schmied-Kochel-Str. 21, 81371 München

16.05.13: Haus Evangelisches Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München

20. April 2013, 10:00 bis 14:00 Uhr

Der Krebserkrankung ganzheitlich begegnen – Impulse, die zusammen wirken

Vortragsveranstaltung in Kooperation mit dem KH für Naturheilweisen

Referenten: Dr. Artur Wölfel, Wolfgang Friederich, Andrea Tichy

in: Krankenhaus für Naturheilweisen, München-Harlaching

8. Juni 2013, 16:00 bis 17:30 Uhr

Vortrag mit praktischen Übungen: Quellen zur Kraft

Referentin: Doris Muths, HP für Psychotherapie

Wiesbaden

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

6. März 2013, 19:00 Uhr

Lesung: Alles ist möglich – auch das Unmögliche – Persönliche Berichte von Krebspatienten

Referentin: Dipl.-Soz. päd. Christel Schoen, Buchautorin

12. April 2013, 14:00 bis 18:00 Uhr

10. Patienten-Arzt-Forum Wiesbaden

30 Jahre GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

22. und 23. März 2013

in: Rathaus und Roncalli-Haus Wiesbaden

Workshop: Luna-Yoga (spezielles Frauen-Yoga)

Referentin: Dr. med. vet. Cornelia Buchheim-Kirchner, Wiesbaden

15. Mai 2013, 19:00 Uhr

Vortrag: Vitalpilze – gesunde Ernährungsunterstützung im onkologischen Bereich

Referentin: Anja Wolter, Königstein

24. Mai 2013, 14:00 bis 18:00 Uhr

Workshop: Klangerlebnisse – neue Wege zum Heilungsansatz

Referentin: Christa Grimmer, Entspannungspädagogin, Karlsruhe

5. Juni 2013, 19:00 Uhr

Vortrag: Dem Alter ein Schnippchen schlagen

Referent: Dr. Horst Beckmann, Buchautor, Hofheim