

Der Mensch ist mehr als seine Organe

Ganzheitlicher onkologischer
Ausblick



Dr. Martina Stauch, Onkologische Schwerpunktpraxis Kronach, 22.08.2008

A lush garden scene with a stone path, a small pond with a frog, and various plants. The text is overlaid on the image.

Krebs – Die Diagnose

- **Plötzliche Veränderung des Lebens**
- **Kontrollverlust des bisherigen Lebens**
- **Beruf, Familie, Freunde, Kinder, soziale Kontakte treten in den Hintergrund**
- **Es geht um ALLES – um das EIGENE LEBEN**

Krebs – Die Statistik

- **Erschreckend – aber positiv**
- **Neuerkrankungen steigen**
- **Deutschland liegt im oberen europäischen Drittel**
- **Zweithäufigste Todesursache**

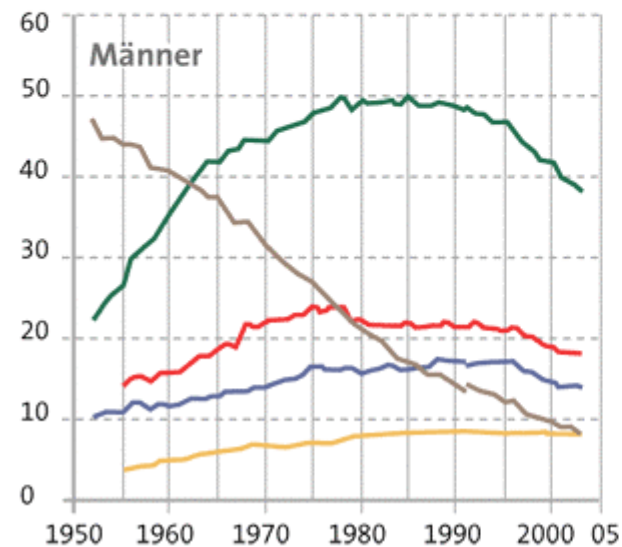
positiv

Krebs ist nicht gleich Krebs

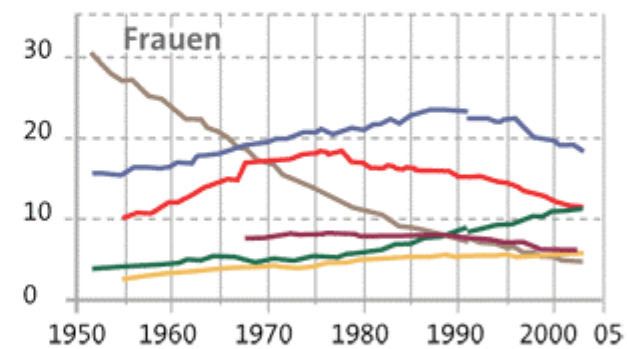
Tote pro 100.000 Einwohner aufgrund häufig auftretender Krebsarten*

*seit 1991 in Gesamtdeutschland

— Lunge
— Prostata
— Bauchspeicheldrüse
— Dickdarm/Enddarm
— Magen



— Brust
— Lunge
— Bauchspeicheldrüse
— Dickdarm/Enddarm
— Ovarium
— Magen



ZEIT-Grafik/Quelle: Krebsatlas

Anzahl der Patienten , die an Krebs versterben, leicht rückläufig

Krebs -Klassische drei Säulen der Therapie

Operation	Chirurgie Gynäkologie	Tumor im Gesunden entfernen Brusterhaltende Operationen Erhöhung der Heilungschancen
Strahlentherapie	Neue Methoden	Schonender Wirksamer
Chemotherapie	Neue Ansätze Supportiva	Überlebenszeit ↑ Lebensqualität ↑

Ergebnisse der klassischen Medizin

- Reduktion der Sterberate
- Verlängerung des krankheitsfreien Überlebens
- Verbesserung der Lebensqualität
- Krebs ist eine chronische Erkrankung

Eine ketzerische These

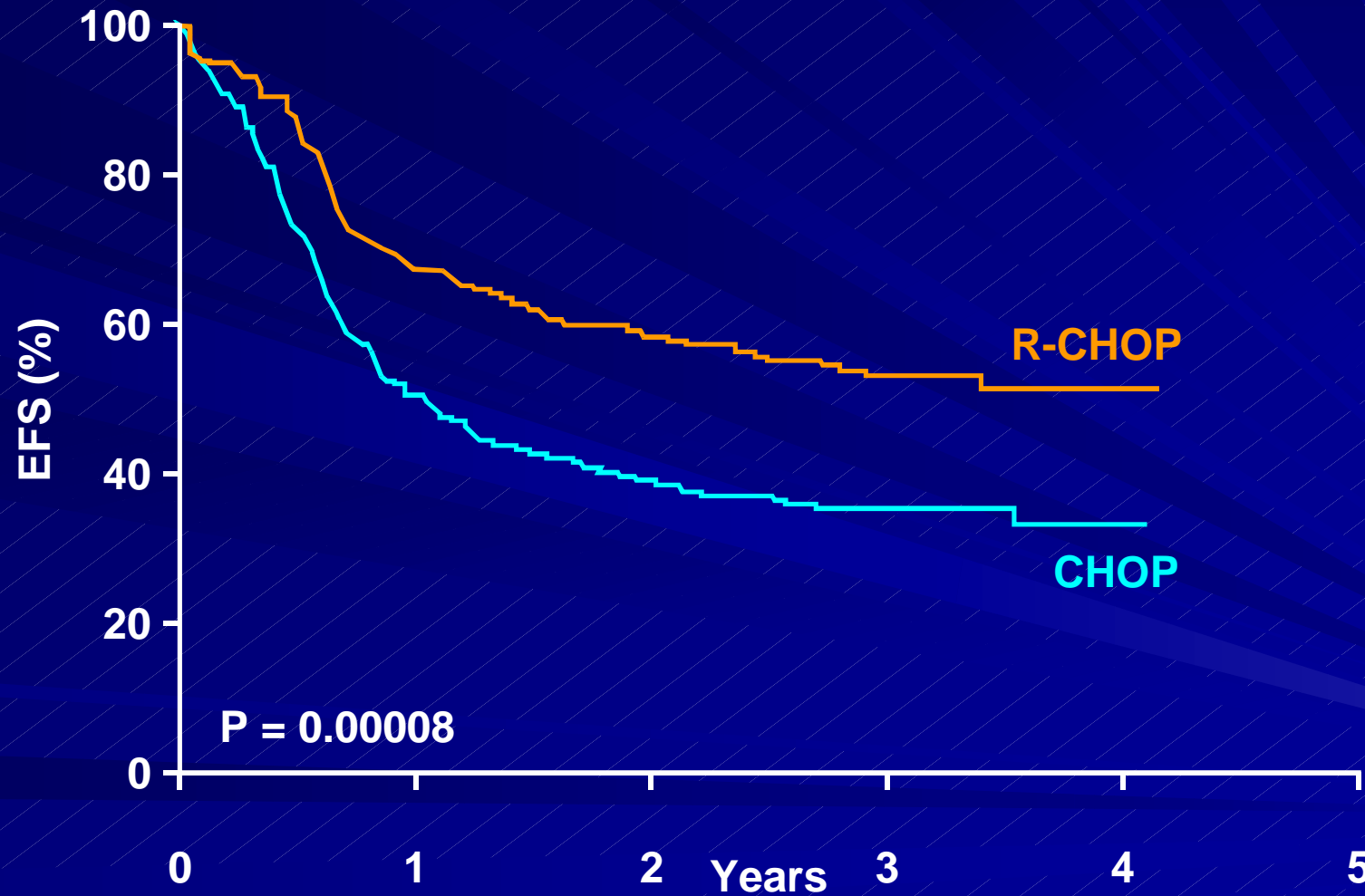
Chemotherapie heilt Krebs
und
die Erde ist eine Scheibe

Lothar Hirneise

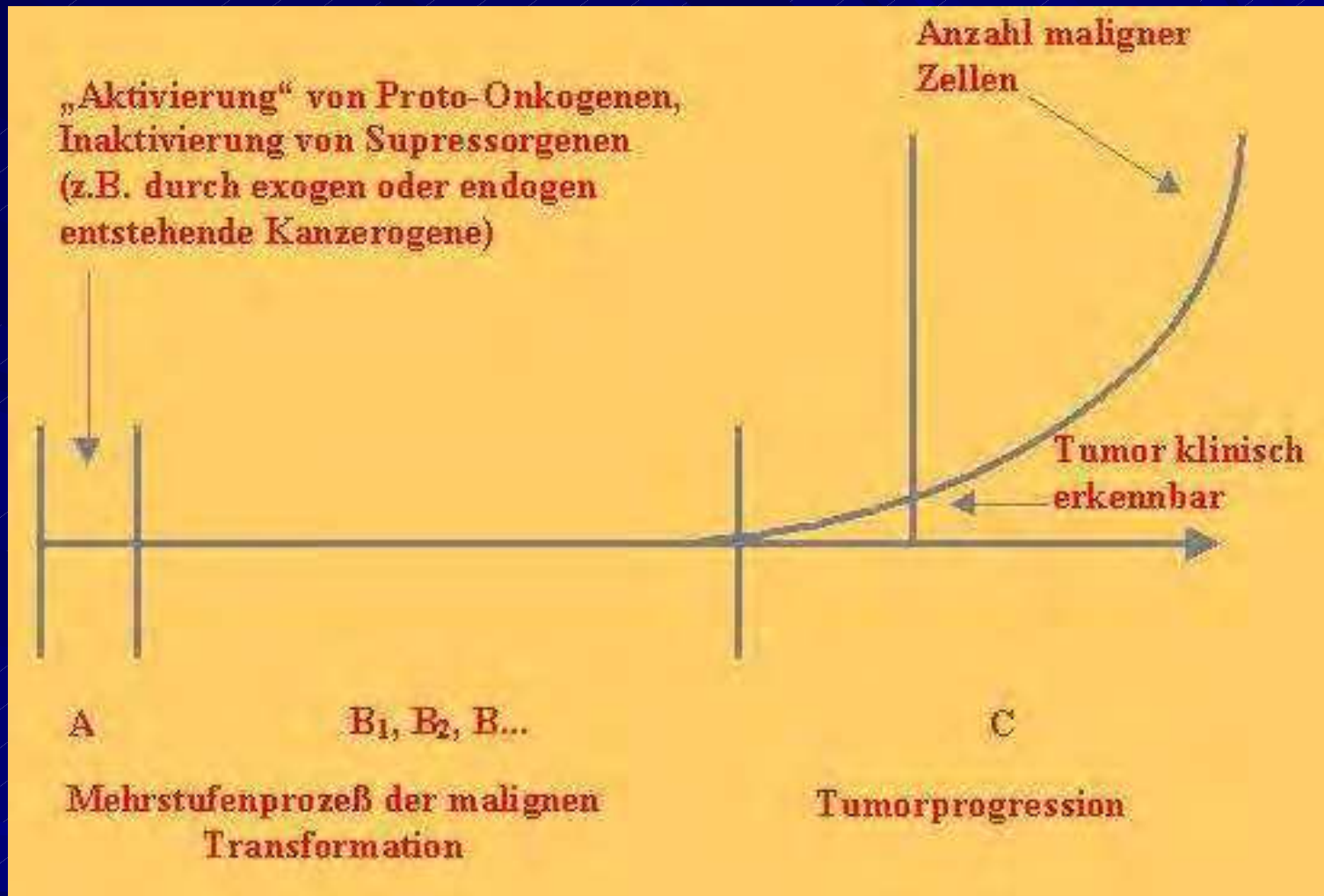


CHOP ± MabThera aggressive NHL

3-Jahre PFS



Coiffier B, et al. Hematol J 2003;4(Suppl. 2):111-12 (Abstract 356)



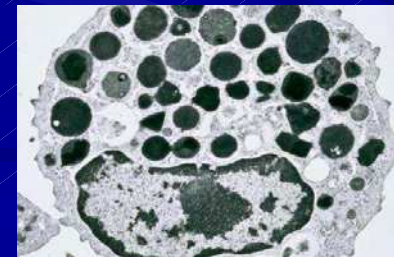
Täglich entstehen Krebszellen, die im gesunden Organismus zerstört werden

Anstehende Fragen

- Welche Faktoren beeinflussen die Entstehung von Krebs?
- Warum steigt er gerade in den hochentwickelten westlichen Ländern?
- Gibt es Möglichkeiten, das Wachstum von Krebszellen zu blockieren?

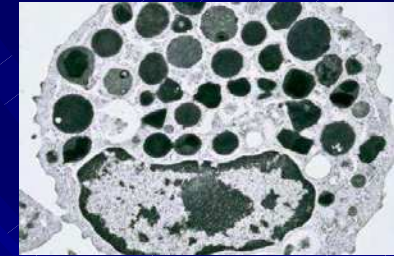
Maus resistent gegen S 180 Zelllinie

- S-180-Zellen - Sarkomzelllinie
- Verdopplung der Tumorzellmasse alle 10 Stunden
- 1 Monat Überlebenszeit
- Resistente Mäuse mobilisierten das Immunsystem



Prof. Zheng Tsui, North Carolina

Immunabwehr



- NK-Zellen und Granulozyten zerstören Krebszellen
- Je geringer deren Aktivität desto schneller das Fortschreiten der Erkrankung
- **Aktive Immunzellen spielen auch beim Menschen eine wichtige Rolle**

Aktive Immunabwehr

- Gene
- Ernährung
- Schutz vor Giftstoffen
- Bewegung
- Emotionen

Aktive Immunabwehr

Hemmend	Aktivierend
Traditionelle westliche Ernährung	Mittelmeerkost, indische , asiatische Ernährung
Unterdrückte Gefühle	Gefühle leben
Stress, Verbitterung, Depression, Ängste	Ruhe und Gelassenheit, Zufriedenheit
Soziale Isolation	Unterstützung durch Familie und Freunde
Verleugnung der eigenen Identität	Sich selbst akzeptieren, eigene Wertvorstellungen leben
Sitzende Lebensweise	Regelmäßige Bewegung

Entzündung und Krebs

- These von Rudolf Virchow 1863
 - Krebs ist ein aus dem Ruder gelaufener Versuch des Körpers, eine Wunde zu heilen
- Harold Dvorak 1993: „Tumore: Wunden die nicht heilen“
- Eli Pikarsky et al. 2007: „Der Körper versucht entartete Zellen vor dem eigenen Immunsystem zu schützen.“
- Molekulare Ursachen, Einfluss des Glukose- und Fettstoffwechsels ?



Entzündung

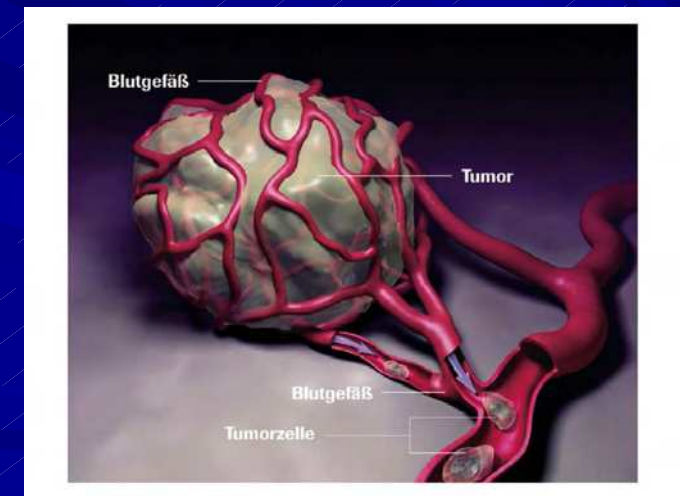
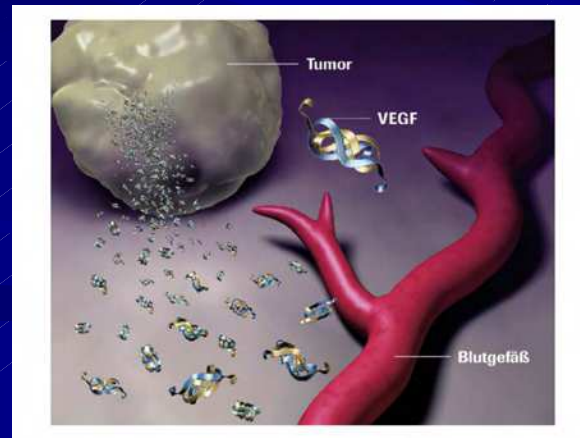
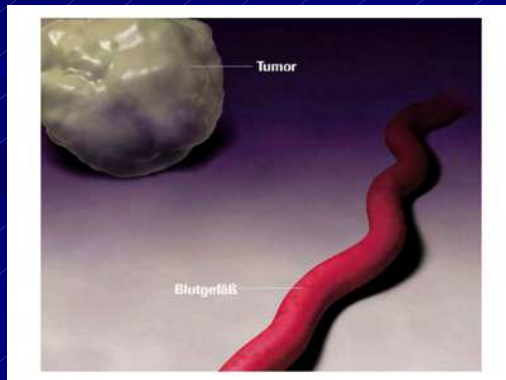


Fördernd	Hemmend
Traditionelle westliche Ernährung	Mediterrane, indische, asiatische Kost
Depression, Ohnmachtsgefühle	Gelassenheit, Ruhe Zuversicht
Weniger als 20 Minuten Bewegung täglich	30 Minuten spazieren gehen sechsmal pro Woche
Rauchen, Umweltnoxen	Eine saubere Umwelt

Krebs und Angiogenese

■ Folkmanns Hypothese 1971

- Beeinflussung des Krebswachstums durch Verhinderung der Gefäßneubildung -



Krebs und Angiogenese

**12. Januar 2005 Zulassung von
Avastin**

**Erstlinienbehandlung bei
metastasiertem Darmkrebs
Kombination mit Chemotherapie**

Krebs und Angiogenese

- **Kontrolle der Angiogenese - zentrales Thema der Krebstherapie**
- **Suche nach neuen Medikamenten**
- **Natürliche Methoden erkennen und einsetzen**
 - Ernährung
 - Entzündungshemmend
 - Immunzellen stärkend

Krebs und Stress

- **Stress – genetisch festgelegter Aktivierungszustand des gesamten Organismus**
- **Stress – biologischer Reaktionsmechanismus**
- **Stress – wird krankhaft, wenn die freiwerdenden Energien nicht genutzt oder abgebaut werden können**

Stress wirkt auf allen Ebenen

- Zentrale Ebene des Gehirns – Ausschüttung von Stresshormonen und Neurotransmittern
- Körperliche Ebene – Beschleunigung des Herzschlages, Blutdruck und Blutzucker steigen, Verbesserung der Organdurchblutung und Minimierung der Durchblutung in anderen Organen
- Oxidativer Stress wirkt auf zellulärer Ebene

Chronischer Stress macht krank

- Beeinflusst den gesamten Körper
- Das Immunsystem wird gehemmt
- Neurotransmitter, u.a. Noradrenalin, fördern Tumorzellwanderung und Metastasenbildung

Krebs und Stress

- Krebs verursacht Stress
- Stressbewältigung und Stressabbau - zentrales Thema der Krebsbewältigung

Zentrale Themen

✦ **Aktive Immunabwehr**

✦ **Durchbrechung von
Entzündungsreaktionen**

✦ **Hemmung der Gefäßneubildung**

✦ **Stressbewältigung**

Ernährung

- Hauptunterschied zwischen Bevölkerungsgruppen mit hoher oder niedriger Krebsrate
- Zuckerverbrauch gestiegen
- Konsum verarbeiteter Nahrungsmittel steigt
- Verzehr gehärteter Fettsäuren steigt

Krebs und Zucker

- **Otto Heinrich Warburg 1930**
 - Stoffwechsel von bösartigen Tumoren auf Glukose angewiesen
- **Zucker und Weißmehl steigern Blutzucker, Insulin und IGF**
- **Insulin und IGF regen Zellwachstum an, stimulieren Entzündungsfaktoren**

Krebs und Zucker

- Zusammenhang zwischen Zuckerkonsum und Krebs sehr wahrscheinlich
- Reduktion des Konsums von Nahrungsmitteln mit hohem glykämischen Index

Glykämischer Index

hoch	niedrig
Zucker, Honig, Sirup, Dextrose, Fruktose	Natürliche Süßungsmittel, Agavendicksaft, dunkle Schokolade
Weißmehl, weißer Reis, weichgekochte Nudeln	Vollkorngetreideprodukte, Basmati- oder Duftreis, Quinola
Kartoffeln, Cornflakes, die meisten Frühstückscerealien	Süßkartoffeln, Linsen, Erbsen, Bohnen, Haferflocken
Marmeladen, Gelees, Obst mit Zucker eingemacht	Obst naturbelassen, Heidelbeeren, Himbeeren, Kirschen
Süße Getränke, Alkohol	Wasser, Grüner Tee, ein Glas Rotwein pro Tag zur Mahlzeit
	Knoblauch, Zwiebeln, Schalotten,

Omega-Fettsäuren

- Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren sind essentielle Fettsäuren
- Kontrollieren physiologische Abläufe
- Sind von der Nahrungsaufnahme abhängig
- Verschiebung des Verhältnisses Omega-3- zu Omega-6-Fettsäuren auf 1:15 bis 1:40 durch Mais-, Soja- und Weizenfütterung

Omega-6-FS	Omega-3-FS
Entzündung fördernd	Entzündung hemmend
Gerinnung	Blutverflüssigung
Zellwachstum fördernd	Zellwachstum hemmend
negativ	positiv

Margarine

- Enthält Sonnenblumen-, Soja-, Rapsöl
- Verhältnis Omega-6 zu Omega-3-
70:1, 7:1, 3:1
- Senkt Cholesterinspiegel, erhöht
Entzündungsreaktionen

Transfettsäuren

- Omega-6-FS wie Soja-, Palm-, Rapsöl
- Durch Härtung schwer verdaulich
- Fördern Entzündungen stärker als ungehärtete Omega-6-FS
- Enthalten in Keksen, Kräckern, Kuchen, Gebäck, Kartoffelchips, Pizza

Omega-6-FS
negativ

Pflanzliche Öle

Gehärtete Fette

Fleisch, Milchprodukte

**Eier aus konventioneller
Landwirtschaft**

Omega-3-FS
positiv

Grünes Gemüse

Leinsamen, Lein-, Walnussöl

Fisch

**Fleisch, Milchprodukte, Eier aus
biologischer Landwirtschaft**

Ernährung und Angiogenese

- Polyphenole (Katechine) hemmen Gefäßneubildung
- Wirken Entzündungen entgegen
- Stimulieren das Immunsystem

Brokkoli	Sulphoraphan
Grüner Tee	Epigalloktachin-3-Gallat
Himbeere	Ellagsäure
Ingwer	(6)-Gingerol
Knoblauch	Diallyldisulfid
Kohl	Indol-3-Carbinol
Kurkuma	Curcumin
Rosmarin	Carnosol
Seitling	Lentinan
Soja	Genistein
Tomaten	Lycopin
Trauben	Resveratrol

Kräuter und Gewürze

- Rosmarin, Thymian, Oregano, Basilikum und Minze enthalten **Trepene**
- **Trepene** fördern die Apoptose – den programmierten Zelltod, wirken entzündungshemmend
- Petersilie und Sellerie enthalten **Apigenin**
- **Apigenin** fördert Apoptose, wirkt entzündungshemmend und hemmend auf Angiogenese

Algen

- **Braunalgen wirken antiöstrogen**
- **Kombu und Wakame enthalten Fucoidan**
 - Fördert Apoptose
 - Stimuliert Immunsystem einschließlich NK Zellen
 - Hemmt Krebszellwachstum
- **Spirulina und Chlorella binden Schwermetalle**

Selen

- Spurenelement
- Steigert Immunsystem, NK Zellen, wirkt antioxidativ
- Vorkommen in Gemüse und Getreidesorten aus biologischem Anbau, Fischen, Meeresfrüchten und Schlachtabfällen

Probiotika

- **Unterstützen Darmpassage und das Immunsystem**
- **Hemmen Wachstum von Krebszellen im Dickdarm**
- **Vorhanden in Biojoghurt, Kefir, Sojajoghurt, der damit angereichert ist, Sauerkraut, Kimesch**

Empfehlung

- **Nahrungsaufnahme überprüfen**
- **Negative Nahrungsmittel vermeiden**
- **Positive Nahrungsmittel zu jeder Mahlzeit**
- **Frisch gepresste Säfte 5 mal täglich**
- **Omega-3-Fettsäuren im Verhältnis 1:1 zu Omega-6-FS**

Empfehlung

- **Nahrungsergänzung durch Probiotika und Algen**
- **Produkte aus biologischem Anbau verwenden**
- **Stark belastete Lebensmittel vermeiden**

Ansätze

- Öl-Eiweiß-Kost nach Dr. Johanna Budwig
- Ergänzung nach Blutgruppenernährung
- Metabolische Ansätze beachten
- Der Mensch ist was er isst!

Entgiftung

- **Giftstoffe ausscheiden**
 - Schwermetalle
 - Zahnsanierung
- **Darmsanierung**
- **Schwitzen**
- **Bädertherapie**
- **Ölsaugung**

