

Dr. Friedrich Douwes:

Im Kampf gegen Krebs ist mehr als nur ein Kraut gewachsen!

Pflanzenstoffe unterstützen die Orthomolekular-Medizin

Den Astrologen nach befinden wir uns gerade im so genannten „Wassermannzeitalter“. Der Wassermann steht dabei als Symbol für neue Erkenntnisse und erste Veränderungen. So ist auch in der Medizin immer weniger das starre „Entweder-Oder“-Prinzip angesagt, sondern es gilt das tolerantere „sowohl als auch“.

Führende Orthomolekular-Mediziner setzen längst auch auf die Heilkraft von Pflanzen – ein durchaus logischer Denkansatz, denn es sind nicht immer einzelne Pflanzenstoffe, die heilen, sondern oft die ganze Pflanze. Mal ist es nur ein Baustein, der eine Gesundung ermöglicht, mal das Zusammenspiel aller Bausteine. Und interessant ist der Ausflug in die Phytotherapie allemal.

Gerade bei der Vorbeugung und Bekämpfung von Krebserkrankungen haben einzelne Pflanzen ganz erstaunliche Wirkungen gezeigt. Wir wissen schon seit Jahren um die Krebshemmende und Immunmodulierende Wirkung der Mistel oder des Schöllkrauts. Hier einige weitere Beispiele ohne Anspruch auf Vollständigkeit. Details folgen in einer der nächsten Ausgaben der OM.

Wermut - Artemesia

Diese unscheinbare Pflanze ist seit Jahrtausenden bei den Heilern vieler Völker unter Dutzenden von Namen als berauschendes, anregendes und heilendes Kraut bekannt. Es handelt sich dabei um Beifuss oder Wermut. In China wurden daraus Öle und Tinkturen lange vor unserer Zeitrechnung gefertigt, die Schamanen verwendeten es, ebenso die Indianer Amerikas, die Germanen und Kelten, selbst in Afrika gönnten sich die Stammeshäuptlinge öfters eine berauschende Prise von verbranntem „Uwemba“. In England wird es noch immer „witch herb“ genannt, was auf seine vermeintlichen Zauberkräfte hinweist.

In Verruf geriet Beifuss ab 1797, als es in Verbindung mit Alkohol und weiteren Zusätzen wie Anis, Fenchel, Melisse und Minze als „Absinth“ vier Generationen lang in Europa die Köpfe der Menschen vernebelte. In den meisten Ländern wurde es deshalb zwischen 1910 und 1923 verboten.

Als jedoch in den 70-er Jahren des letzten Jahrhunderts bei archäologischen Ausgrabungen eine Beifuss-Rezeptur gegen Malaria entdeckt wurde, begannen die

Forscher, sich erneut mit dem Kraut zu beschäftigen. Sie isolierten u. a. den Wirkstoff Artemisinin, der sich seit dem Vietnamkrieg als eines der wenigen pflanzlichen Mittel gegen akute Malaria bewährte.

Artemisinin reagiert mit den hohen Eisenkonzentrationen in den Malariaerregern. Wenn Artemisinin mit Eisen in Berührung kommt, wird eine chemische Reaktion ausgelöst, die geladene Atome hervorbringt, die wir als freie Radikale kennen. Bei der Malariabehandlung greifen diese freie Radikale die Zellmembrane der Malariaerreger an und brechen sie auf. Damit töten sie den Parasiten.

Das brachte Prof. Henry Lai und seinen Kollegen Narendra Singh von der Universität Washington auf den Gedanken, die Substanz auch bei der Krebsbehandlung zu testen. Denn Krebszellen weisen einen viel höheren Eisengehalt auf als gesunde Zellen. Diese Tatsache wurde von den Forschern unterstützt, in dem sie den Krebszellen vorab zusätzlich Eisen zuführten. Die anschließende Behandlung der Krebszellen mit Artemisinin schlug in vitro deutlich an: Nach acht Stunden waren drei Viertel der Krebszellen vernichtet, 16 Stunden später waren fast alle Krebszellen tot. Die Mehrheit der gesunden Zellen starb jedoch nicht ab. Bedeutsam bei den Versuchen der Forscher war auch, dass bei einem Experiment Brustkrebszellen verwendet wurden, die zuvor auf eine Strahlenbehandlung nicht angesprochen hatten. Das bedeutet, dass eine Krebsbehandlung mit Artemisinin auch bei Krebsarten erfolgreich sein könnte, bei denen konventionelle Therapien bislang nicht angeschlossen.

Bei aggressiveren Krebsarten, wie beispielsweise Bauspeicheldrüsenkrebs oder akuter Leukämie sind die Testergebnisse sehr viel versprechend. Diese Krebsarten zeichnen sich durch eine extrem schnelle Zellteilung und damit durch noch höhere Eisenkonzentrationen aus.

Die Industrie hat reagiert: es gibt bereits gebrauchsfertige Kapseln zu kaufen, die oral eingenommen werden können und die bei verschiedenen Krebsarten ergänzend und zur positiven Unterstützung eingesetzt werden können (z.B. „Artemisinin“ von Euro Nutrador B.V.).

Grüner Tee

Grüner Tee ist ein uraltes Getränk, das ursprünglich aus China stammt. Im Gegensatz zu dem hierzulande bekannteren, schwarzen Tee werden die Teeblätter des grünen Tees vor dem Trocknen nicht fermentiert, sondern nur mit heißem Dampf behandelt. Durch das Dämpfen und Erhitzen können die Zellsäfte nicht oxidieren und der Gehalt an sekundären Pflanzenstoffen und Vitaminen bleibt weitgehend erhalten.

In der traditionellen chinesischen Medizin ist schon lange bekannt, dass grüner Tee vielen Krankheiten und auch den häufigsten Todesursachen vorbeugt. Dazu gehören neben den Herz-Kreislauf- auch die Krebserkrankungen. Tatsächlich enthält grüner Tee neben einer Vielzahl von Vitaminen (A, B2, B12, C und E) und Mineralien (Calcium, Eisen, Fluorid, Kalium, Magnesium, Natrium, Phosphor und Zink) auch einige sekundäre Pflanzenstoffe wie Catechine, Carotinoide und Flavonoide. Doch der Krebs hemmende Effekt von grünem Tee konnte erst bewiesen werden, als eine Arbeitsgruppe um Jerzy Jankun vom Medical College of Ohio (Toledo) eine spezielle Substanz nachwies, die ein wichtiges Krebs-Enzym blockiert und den Tumor damit an der Metastasenbildung hindert.

Diese entscheidende Substanz ist die Gerbsäure Epigallo-Cathechin-3-O-Gallat, abgekürzt EGCG. EGCG behindert die Entstehung von Tumoren und Metastasen. Es kann zwar die Krankheit selbst nicht in jedem Fall verhindern, doch der Ausbruch kann gehemmt und um Jahre hinaus verzögert werden. Auch verdichten sich die Hinweise auf eine Schutzwirkung gegen Haut-, Darm-, Brust-, Prostata- und Lungenkrebs. Zum Beispiel entwickelten Mäuse, die mit Teesud eingepinselt waren, unter UV-Bestrahlung keinen Hautkrebs. Die Kontrollgruppe hingegen, die nicht eingepinselt war, bekam Krebs.

Epigallo-Cathechin-3-O-Gallat wirkt als Radikalfänger und hält Schadstoffe von den Körperzellen fern. Dies wurde in einer großen Versuchreihe mit vielen Teilnehmern der amerikanischen University of Kansas City bewiesen. EGCG schützt 100 mal stärker vor Freien Radikalen als Vitamin C, 25 mal stärker als Vitamin E und ist immer noch doppelt so wirksam wie die Schutzstoffe in Rotwein und Erdnüssen. Damit ist das EGCG auch allen bisher bekannten Waffen gegen das Altern weit überlegen.

Zu den Catechinen im grünen Tee gesellen sich jedoch noch weitere sekundäre Pflanzenstoffe, wie zum Beispiel Flavonoide. Sie schützen vor Entzündungen und Infektionen und steigern damit die Immunabwehr. Die Gerbstoffe im grünen Tee haben zudem eine ähnlich Blut verdünnende Wirkung wie das Aspirin. Sie hemmen die Blutgerinnung und verhindern, dass Blutfette wie das Cholesterin sich an den Gefäßwänden absetzen können. Das beugt Gefäßverschlüssen und damit dem Herzinfarkt vor. Japanische Pharmakologen der Universität Tokio stellten darüber hinaus fest, dass der Genuss von grünem Tee die Blutfettwerte normalisiert und zu einer Gewichtsreduktion führen kann.

Grüner Tee ist zwar eine Wohltat für den Körper, aber den meisten Europäern liegt der Geschmack des fermentierten, schwarzen Tees mehr. Zudem ist die korrekte Zubereitung des grünen Tees nicht ganz einfach: das Brühwasser darf nicht mehr als 80 Grad betragen und gleich der erste Aufguss muss nach 30 Sekunden weggeschüttet werden bevor weitere Brühvorgänge folgen. Um einen gesundheits-

fördernden Effekt zu erreichen, müssen zudem täglich mindestens fünf Tassen Tee getrunken werden. Einfacher und sicherer ist es daher, sich mit Hilfe eines Grünteeextrakts mit allen Inhaltsstoffen des grünen Tees zu versorgen. (Erhältlich z. B. als „Green Tea“ Kapseln von Euro Nutrador BV).

Convolvulus Arvensis

Der lateinische Name dieser Pflanze klingt nach einer Rarität, in Wirklichkeit jedoch handelt es sich bei der convolvulus arvensis um eine in vielen Gärten wachsende Winde. Sie gilt als Unkraut und enthält tatsächlich auch giftige Alkaloide. Bestimmte Moleküle der Winde sind allerdings im Kampf gegen Krebs ein starker Partner: die so genannten Proteoglycan Molecules, kurz PGM. Sie sollen einhundert Mal wirksamer im Kampf gegen die Angiogenese wirken als der in der Orthomolekular-Medizin eingesetzte Haifischknorpel.

Unter Angiogenese versteht man das Wachstum von neuen Blutbahnen, die überall da gebraucht werden, wo neues Gewebe entstehen soll. Auch ein Tumor kann nur wachsen, wenn er reichlich mit neuen Blutbahnen versorgt und ernährt wird. Ohne eine solche Blutzufuhr muss der Tumor sein Wachstum einstellen oder er stirbt sogar ab. Daher sind Wissenschaftler auf der ganzen Welt auf der Suche nach einem „Angiogenesehemmer“.

Renommierete Krebskliniken setzen nun auf die PGM der Winde convolvulus arvensis, nachdem sie im Tierversuch großen Erfolg gezeigt haben. Die Gabe von PGM ließ die Tumoren schrumpfen. Auch bei Menschen zeigten sich in den vergangenen Jahren erstaunliche Ergebnisse: Selbst bei Patientinnen mit fortgeschrittenen Eierstock- und Brustkarzinomen reduzierten sich die Tumore nach der Gabe von convolvulus arvensis signifikant. Proteoglycan Molecules (PGM) steht zur komplementären und unterstützenden Behandlung bereits zur Verfügung, allerdings unter verschiedenen Produktnamen (z. B. Vasostat von Euro Nutrador B.V.).

Pilze – Japanische – Chinesische Pilze

Pilze sind in der traditionellen Medizin seit Jahrtausenden bekannt. Die Chinesen und Japaner kennen über 100 Pilzsorten. Niedrige Pilzarten gaben erste Hinweise zur Entwicklung von Antibiotika, hohe Pilzarten enthalten wichtige Komponenten im Kampf gegen Viren und Bakterien.

Besonders der Shiitake als auch der Maitake haben in China und Japan einen hohen Stellenwert. Sie werden dort seit über 2000 Jahren angebaut, denn ihre Heilwirkungen sind in der östlichen Medizin unbestritten. Zwischenzeitlich haben

jedoch auch Wissenschaftler im Westen diese Wirkungen nachweisen und bestätigen können.

So stimulieren die Inhaltsstoffe der Pilze nicht nur das Immunsystem positiv und töten Viren und Bakterien ab, sondern erweisen sich auch im Kampf gegen Tumore als äußerst hilfreich. Wurden beispielsweise krebskranke Mäuse mit bestimmten Extrakten aus den Fruchtkörpern der Pilze gefüttert, gingen bei der Hälfte von ihnen die Tumore innerhalb von zehn Tagen vollständig zurück.

Chinesische und japanische Pilze sind als Mischungen auch in führenden Delikatessengeschäften zu bekommen. Allerdings: Antitumorwirkungen versprechen nur hoch dosierte Extrakte.

Brokkoli

Von allen Gemüsesorten, denen man eine Krebs hemmende Wirkung nachsagt, hat sich der Brokkoli als die wirksamste erwiesen. Epidemiologische Studien belegen, dass das Risiko, an bösartigen Darmtumoren zu erkranken, um die Hälfte reduziert wird, wenn man wöchentlich ein Kilogramm Brokkoli isst.

Der Pharmakologe Paul Talalay hat an der John Hopkins Universität bewiesen, dass die Inhaltsstoffe des Brokkoli den Körper dazu bringen, eigene Antioxidantien und Enzyme zu produzieren. Sie wiederum schützen die dann vor Schäden und sind daher bei der Krebsprophylaxe sehr wichtig. Talalay fütterte Laborratten mit Brokkoli-Extrakt und setzte sie dann stark Krebs erregenden Stoffen aus. Diese Ratten wurden weit weniger häufig krank als Vergleichstiere, die normal gefüttert wurden. Selbst wenn die mit Brokkoli gefütterten Ratten eine Krebserkrankung entwickelten, waren ihre Tumore kleiner und wuchsen viel langsamer als die Tumore der anderen Ratten.

Diese Wirkung ist bestimmten Wirkstoffen zuzuschreiben: dem Indol-3-Carbinol sowie dem Isothiocyanat. Beide werden als Extrakt immer häufiger in onkologischen Fachkliniken eingesetzt. Zwischenzeitlich liegen über 25 umfangreiche Studien vor, die die Antikrebswirkung der Brokkoli-Extrakte belegen.

Wöchentlich ein Kilogramm Brokkoli zu essen, ist allerdings nicht jedermanns Sache. Allein der Kohlgeruch, der sich aus der Küche schlecht vertreiben lässt, schreckt viele Gesundheitsbewusste ab. Daher ist der Brokkoli-Extrakt Indol-3-Carbinol mit Isothiocyanat als Nahrungsergänzungsmittel im Handel erhältlich (z.B. Indol-3 Carbinol von Euro Nutrador).