

Kassel, im Mai 2000

Entgiften - Schützen - Stärken

Orthomolekulare Nahrungsergänzung bei Krebs

Dr. med. Dirk-Ingo Wolfrum Chefarzt Onkologische Abteilung - Habichtswaldklinik 34131 Kassel

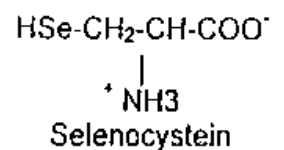
Die Orthomolekulare Nahrungsergänzung kennt gut 40 Substanzen, von denen es sich lohnt, daß wir sie zu einer gesunden, vitalstoffreichen Ernährung ergänzen. In dem Rahmen unserer komplementär-onkologischen Strategie- Entgiften - Schützen - Stärken ist die Orthomolekulare Ernährung und Nahrungsergänzung ein Teil unserer Antwort auf die von Krebspatienten häufig gestellte Frage "Was kann ich denn selbst dazu beitragen, um gesund zu werden und zu bleiben?" So entstand 1979 gemeinsam mit Betroffenen der "Gesundheitsdiätplan" zur langfristigen Rehabilitation Krebskranker, zur Förderung der Selbsthilfe durch Ernährungsumstellung, Bewegung, positives Denken, Selbsthilfearbeit und aktive Nachsorge durch biologische Verfahren. Hierdurch erschließt sich den Krebsgefährdeten und Krebskranken ein bisher noch nicht genutztes salutogenetisches Potential. Geeignete Ernährung und orthomolekulare Nahrungsergänzung bedeuten weniger Neuerkrankungen an Krebs und eine individuell verbesserte Lebensqualität der Anwender. Eine Kostenübernahme für Nahrungsergänzungsstoffe im Dauergebrauch ist im heutigen Gesundheitssystem der Bundesrepublik durch die Krankenkassen nur noch selten der Fall. Daher empfehlen wir, sofern nicht ein individuell zusammengestellter Plan vorliegt, eine selbständige Nahrungsergänzung nach dieser Anleitung durchzuführen.

Nach dem 2 Gläschen Modell werden alle aufgeführten Naturstoffe in Form von Tabletten und Kapseln gemeinsam 10 Minuten vor dein Frühstück und dem Abendbrot mit reichlich Flüssigkeit aufgenommen und so den Magen passierend dem Dünndarm, als unserem "Resorptionsspezialisten", zugeführt. Zum Trinken verwenden wir morgens Chinesischen Grünen Tee und abends Lapachorinden-Tee, jeweils ein 1/4 Liter, darin zusätzlich z.B. Ascorbinsäure, Lactoflor, ACC-Brause, usw.

1. Selen (Selenocystein, Selenomethionin)

Wir dosieren 200 µg organisches Selen, gebunden in den Aminosäuren Cystein und Methionin aus Hefe. Sinnvollerweise ergänzt durch das Provitamin A (72 mg Betacarotin pro Tag), die Ascorbinsäure (220 mg Vitamin C pro Tag) und Alpha-Tocopherol (ca. 400 IE Vitamin E pro Tag), als gelungene Antioxidantienmischung.

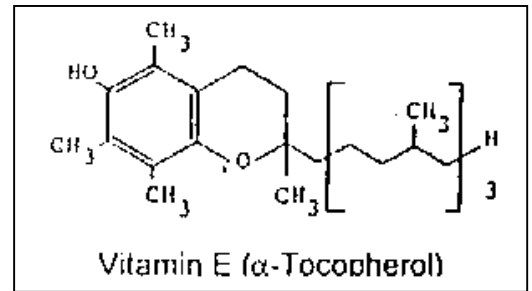
Deutschland ist ein Selen-Mangelgebiet, die Nahrungskette enthält zu wenig von diesem Spurenelement. Selen ist Bestandteil des wohl wichtigsten Entgiftungsenzyms des Menschen, der selenabhängigen Glutathionperoxidase, zur Inaktivierung freier Sauerstoffradikale in und außerhalb der Zellen. Selen ist schwermetallentgiftend, immunstärkend, senkt die Tumormortalität (Schrauzer) und verbessert zusammen mit Sauerstoff auch die Ergebnisse der konventionellen Tumorthherapie.



2. Vitamin E (Alpha-Tocopherol)

Vitamin E dosieren wir 2 x 400 Einheiten aus natürlichen Quellen, aufgrund der Tatsache, daß der Dünndarm nicht mehr als 400 mg auf einmal resorbieren kann in 2 Einzeldosen.

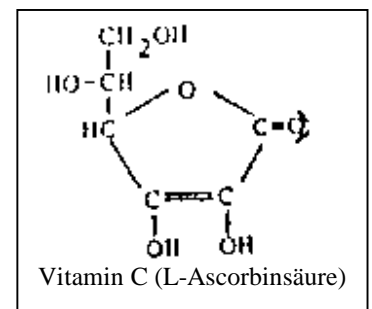
Morgens: siehe Punkt 1, abends Vitamin-E- Kapseln forte (Kiene), 400 Einheiten natürliches Vitamin E, welches die Zellmembranen vor Zerstörung durch Sauerstoffradikale schützt durch Unterbrechung der radikalischen Kettenreaktion. Das Vitamin E sichert somit die Integrität der lipidhaltigen Zellmembranen. Es wirkt antientzündlich, bei degenerativen Erkrankungen, Bestrahlungsschäden. Vitamin E und C regenerieren die selenhaltige Glutathionperoxidase.



3. Vitamin C (L-Ascorbinsäure)

Vitamin C kann beim Menschen durch einen genetischen „Unfall“ vor etwa 60 Millionen Jahren nicht mehr aus Glucose über die Gulonsäure in der Leber gebildet werden. Vitamin C ist der wasserlösliche Radikalfänger, der verbrauchtes Vitamin E und die Folsäure wieder regeneriert und diese Vitamine in ihrer aktiven Form erhält. Vitamin C verbessert viele Stoffwechselfvorgänge:

Cholesterinabbau, Leberentgiftung, Eisenresorption, Hormonproduktion, Carnitinsynthese, Histaminspiegelkontrolle, Neurotransmitter und vor allem wird es für die Verkettung von Kollagenmolekülen benötigt, erst dadurch erhält das Bindegewebe seine

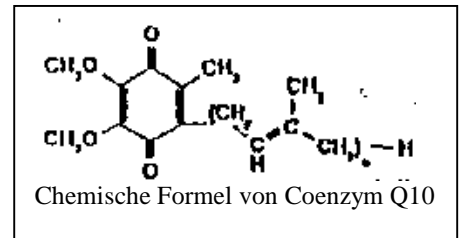


Durch eine Gabe von 1-2 g Vitamin C täglich kann der Körperspeicher auf über 5 g angehoben werden. In einem braunen 200 ml Schraubglas aus der Apotheke werden trocken 100 g Ascorbinsäure und 50 g Natriumbicarbonat (Kaiser Natron) gemischt und dunkel aufbewahrt ("Brausepulver"). Megadosen nach Linus Pauling bis 20 g pro Tag können nach dieser Mischung nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt am besten in 4-6 Einzeldosen ebenfalls zugeführt werden.

Dosierung: 1 gestrichener TL. neutralisierte Ascorbinsäure = 3 g = 2 g Vitamin C in einem halben Glas Wasser auflösen, mit Obstsaft, Gemüsesaft, Tee oder Wasser auffüllen und über den Tag verteilt trinken.

4. Coenzym Q10 (= Ubichinon)

Dieser Stoff ist ein Antioxidanz wie Vitamin E und vermindert schon bei den ersten Schritten der Energieerzeugung in den Mitochondrien, die freien Sauerstoffradikale. Wenn mehr Energie entstehen und umgesetzt werden soll, muß auch der Schutz größer sein, nach dem Grundsatz "Da wo die Gefahr groß ist, wächst das Rettende auch". So werden Sie bemerken, daß Ihnen mehr "Energie" zur Verfügung steht, für die Muskeln, für das Denken und Fühlen. Wir dosieren 90 mg täglich, diese Menge ist geeignet, um den Coenzym Q 10 Spiegel zu verdoppeln, ohne die körpereigene Synthese zu beeinträchtigen. Sie können Ihren Apotheker fragen, ob er eine Coenzym Mischung für Sie evtl. preiswerter herstellt: Coenzym Q10, 30 g Mannit-Aerosil (99,5 : 0,5) 210 g. Dosierung tägl. 2 Messerspitzen - klein entsprechen 100 mg Coenzym Q10.



5. Vitamin-B-Komplex

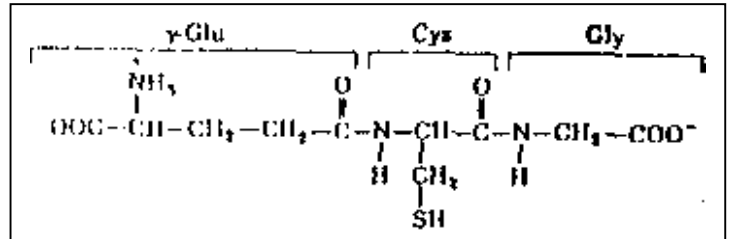
Für viele Stoffwechselfvorgänge und das Wohlbefinden ist eine Versorgung mit allen B-Vitaminen Vitamin B1 bis Vitamin B15, erforderlich. Die in der Regel wasserlöslichen B-Vitamine, wie das gelbe Riboflavin, Vitamin B2, übernehmen die verschiedensten Katalysatorfunktionen im Stoffwechsel, meist als Koenzyme. Riboflavin kann verbrauchtes, radikalisch gewordenes Vitamin C (Ascorbinsäure) wieder regenerieren, so wie vorher schon Vitamin C Vitamin E regeneriert hat. Vitamin B 3, Nicotin (säure) amid hilft bei der Regeneration des Vitamin B2. Durch die Verordnung von Vitamin B6, Folsäure und Vitamin B12 senken wir eine radikalisch gewordene Aminosäure, das Homocystein, die heute als Kofaktor der Arterioskleroseentstehung und vor allem auch der Degeneration von Nervenzellen und eines erhöhten Darmkrebsrisikos gilt. Weitere, dem Vitamin-B-Komplex zugeordnete Stoffe, wie Vitamin B1, Thiamin und Pantothen säure, sind für Nerven, Haut und Schleimhäute reparativ und regenerativ einzusetzen. Vitamin B3, Coenzym Q10 und Vitamin B15 (Pangamsäure), sind Bestandteil der Atmungskette und damit auch der Energiegewinnung aus der Wasserstoffverbrennung (aus den Kohlenhydraten).

Vit. B1 - Thiamin (64 mg)
Vit. B2 - Riboflavin (64 mg)
Vit. B3 - Nicotinamid (192 mg)
Vit. B6 - Pyridoxin (32 mg)
Vit. B12 - Cyanocobalamin (40 µg)
Vit. B15 - Pangamsäure (160 mg)
Folsäure (800 µg)
Pantothen säure (96 mg)

Vitamin B Komplex Dosierung/Tag

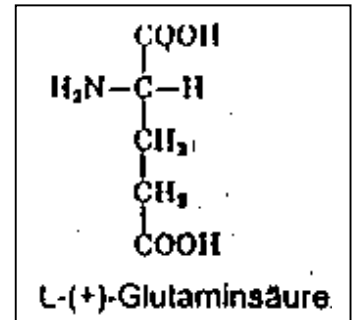
6. Schwefel (Acetylcystein):

die schwefelhaltige Aminosäure L-Cystein können wir aus dem Acetylcystein (ACC schleimlösendes Präparat) nach Abspaltung der Essigsäuregruppe gewinnen. L-Cystein ist zentraler Bestandteil des wohl wichtigsten Entgiftungsmoleküls des Menschen, des reduzierten Glutathions, welches aus Glutaminsäure, Cystein und Glycin besteht, also aus drei Aminosäuren. Organischer Schwefel ist muskelaufbauend, anabol und immunstärkend, stützt den Leberstoffwechsel und das Immunsystem. Wir verordnen ihn auch als notwendiges Pendant zu Selen, um das Gleichgewicht zu halten zwischen selenhaltigen und schwefelhaltigen Aminosäuren,



7. Glutamin (L-(+)-Glutaminsäure)

Glutamin soll Sie bei Erschöpfung und Müdigkeit begleiten, es ist der wichtigste Neurotransmitter im Gehirnbereich, verbessert auch die Funktion der Lymphozyten und ist, wie schon erwähnt, Bestandteil des reduzierten Glutathionmoleküls, welches durch die selenabhängige Glutathionperoxidase immer wieder reaktiviert wird und somit das wichtigste entgiftende Thiol zur Inaktivierung gefährlicher freier Sauerstoffradikale darstellt. Wir dosieren Glutaminsäure ca. 2 g pro Tag.



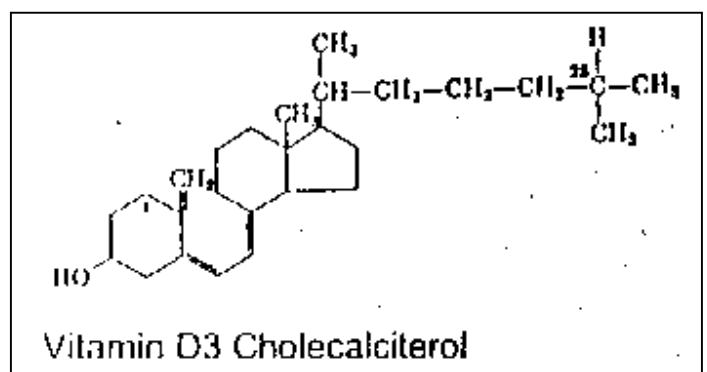
8. Mineralien und Spurenelemente

Die Gabe einzelner Mineralien und Spurenelemente schafft Ungleichgewichte im Organismus, daher sind Mineraliengemische mit abgestuften Konzentrationen immer die günstigste Form der Nahrungsergänzung auf Dauer. Die kurzfristige Mineralienstoßtherapie bleibt der individuellen Therapie vorbehalten, Calcium (Allergie), Magnesium (Streß, Muskelkrämpfe), Zink (Immuntraining intensiv), Eisen (Anämie), Zink, Chrom, Vanadium (Diabetes). Die Makramineralien, die für den Aufbau des Knochens, die Muskelarbeit und die Funktion des Immunsystems erforderlich sind, entnehmen Sie im Tagesbedarf natürlich zunächst aus der gesunden, lactovegetarischen Vollwertkost, dann aber auch aus Mineral Complex Bronson. Zwei dieser Tabletten, die Sie auch kauen oder in Joghurt aufnehmen können, aber auch mit den anderen Vitaminen zusammen schlucken dürfen, im 2-Gläschen-Modell, ergeben Netto 1.200 mg Calcium, 800 mg Magnesium, 30 mg Zink, 2 mg Kupfer (wegen des vermuteten Eintrags von Kupfer aus Kupferleitungen ist es gut Kupfer gering zu halten) und vor allem 6 mg Mangan als Bestandteil der Superoxiddismutasen, wichtig zur Entgiftung von Sauerstoffradikalen und etwas (198 mg) Kalium-Chrom und Molybdaen geben wir als homöopathische Präparate. Eisen und Jod dosieren wir nicht extra, jodiertes Salz wird empfohlen, Eisen dosieren wir individuell nach dem Ferritinwert.

Der zweifache Nobelpreisträger Linus Pauling, einer der bedeutendsten Wissenschaftler des 20. Jahrhunderts, empfiehlt als Begründer der orthomolekularen Medizin seit ca. 25 Jahren die Gabe aller wesentlichen orthomolekularen Substanzen, zum Teil in hoher Dosierung, zur Erhaltung von Gesundheit und Vitalität bis ins hohe Alter. Jede neuere wissenschaftliche Studie und alle Forschungsergebnisse bestätigen seine 1968 erstmals veröffentlichten Auffassungen.

9. Vitamin D, Vitamin A, Omega-3-Fettsäuren

finden wir im Lebertran aus Meeresfischen, z.B. Dorsch und Heilbutt. Vor allem die langkettigen Omega-3-Fettsäuren (aus z. B. Hering, Dorsch, Lachs, Sardine) die Eicosapentaensäure und die Docosahexaensäure (ca. 500 mg = Tagesbedarf) sind unerlässlich für die Bildung der Prostaglandine, die wir benötigen, um mit Entzündungen, Verkrampfungen und Klebrigkeit des Blutes Depressionen und Immunschwäche besser umzugehen. Zusätzlich ist das redifferenzierende Vitamin D, (780 IE) im Lebertran auch Teil unseres Osteoporoseschutzprogramms und vor allem auch Vitamin A, (9600 111). Wir schätzen auch die Senkung des kardiovaskulären Risikos durch diese heilende Fettsäuren, die in Gegenwart von reichlich Vitamin E am besten wirksam sind.



10. Alpha-Linolensäure (Leinöl)

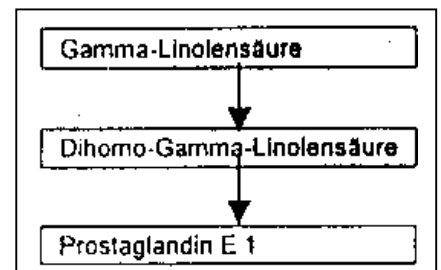
Diese Omega-3-Fettsäure, finden wir im Leinöl, Hanföl, Rapsöl, Sojaöl, Weizenkeimöl und Walnüzöl. Empfehlenswert sind auch die leinsamenhaltigen Rezepte, wegen des im Darm entstehenden Secoisolariciresinols, einem Phytoöstrogen. Diese essentielle (lebenswichtige) Fettsäure muß in ausreichender Menge (ca. 1-2g/Tag) zugeführt werden. Der Umwandlungsschritt Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren findet nur in grünen Blättern, Moosen und Farnen statt. Aus alpha-Linolensäure kann in begrenztem Umfang Eicosapentaensäure entstehen.

Die mehrfach ungesättigten Fettsäuren sind die Ausgangssubstanzen für die körpereigene Herstellung der sog. „Eicosanoide“, die als „Gewebshormone“ an zahlreichen entscheidenden Stoffwechselprozessen beteiligt sind:

*Prostaglandine *Thromboxan
*Prostacycline *Leukotriene

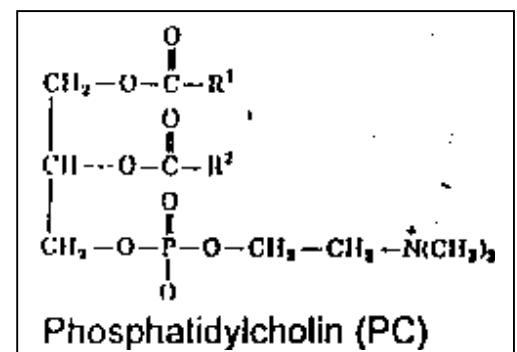
11- Gamma-Linolensäure (GLS)

Die GLS, eine verzweigte mehrfach ungesättigte Omega-6-Fettsäure ist äußerst kostbar auch und für die Integrität der Zellmembranen für die Aktivität des Immunsystems, aus ihr entsteht z.B. das Prostaglandin E1. Sie kann insg. unter die tumorschützende Substanzen eingeordnet werden, Nachtkerzen-Öl enthält ca. 18 %, Schwarzkümmel-Öl ca. 27%, Borretschsamen-Öl ca. 28% GLS. Schwarzkümmelöl enthält ätherische Öle, die entzündungshemmende und antikakterielle Wirkungen haben. Günstige Wirkungen nach Schleicher auch bei "Allergikern". Schatz der ägyptischen Pharaonen"



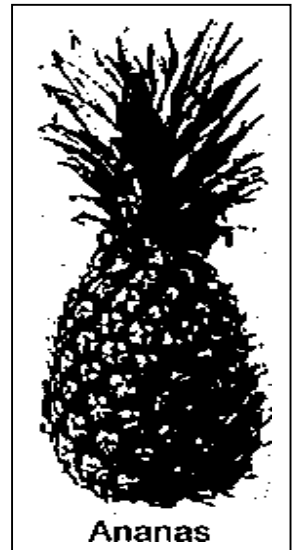
12. Lecithin (Phospholipide)

das Kapitel der heilenden Fette wird durch Lecithin vervollständigt. Lecithin ist eine Körpersubstanz, die einen wesentlichen Bestandteil des Nervengewebes darstellt und am Aufbau der Zellmembranen teilnimmt. Aus der Sojabohne gewinnt man das Sojaöl und das Rohlecithin. Im Reinlecithin als Granulat finden wir vor allen die phosphathaltigen Fette: Phosphatidylcholin (PC). Zusätzlich noch Linolsäure, Linolensäure und Ölsäure, mit Lecithin wollen wir vor allem die bei Krebskranken häufig vorhandene nervöse Erschöpfung konterkarieren.



13. Enzymtherapie

im Hinblick auf die Prophylaxe von Entzündungen, Ödemen, Thrombosen, Embolien ist eine impulsartige, Gabe eines Gemisches von eiweißspaltenden Enzymen aus der Ananas empfehlenswert. Die Enzymtherapie mit Ananasenzymen können wir aufgrund des günstigen Preises des Präparates Bromelain 500 Bronson (1250 FIP Proteaseeinheiten) so hoch dosieren, wie bei Sportlern, die sich ja oft verletzen und daher die Enzymtherapie häufig benötigen. Wir dosieren 2-0-2 Tbl., entspr. 5000 FIP-Einheiten pro Tag, das ist eine Dosis, die das Immunsystem anregt, besonders auf der Ebene der natürlichen Killerzellen, die die Klebrigkeit des Blutes herabsetzt durch Fibrinolyse und vor allem die Adhäsionsmoleküle (ICAM) moduliert durch den Zuckereiweiß-Anteil (Glykoproteille) der Ananasproteasen, wichtig um Tumorzellen an der Anheftung an Gefäßendothelien zu hindern. Sie könnten sich vorstellen, daß bei diesen positiven Wirkungen für die Gesundheit u.a. auch wegen der redifferenzierenden Wirkung, (Förderung der Heilung der Krebszelle in eine Normalzelle), eine Bromelain-Dauertherapie empfehlenswert ist.



14. Darmsanierung(Symbioselenkung)

a) Besiedelung des Dünndarms durch Joghurtkulturen, Lactobazillen, Bifidusbakterien und durch speziell gezüchtete Bäcker Hefe, im Rahmen der vielfach erhältlichen probiotischen Produkte.

b) Milchsäuretherapie mit rechtsdrehender Milchsäure, z.B. durch Kanne Brottrunk, täglich 50 -100 ml und/oder wenig gesalzenen Sauerkrautsaft (Eden).

c) Ein wohlschmeckender spezieller Milchzucker in fester Bindung mit Fructose, die Lactulose läßt sich zur Leberentgiftung und Anregung der Lactobazillen und Bifidusflora, vor allem im Dickdarm empfehlen, 2 x 1 Tl. Lactulose, evtl. zum Süßen von Joghurt, Tee usw. verwenden.

