



MEHR
WISSEN
BESSER
LEBEN

PATIENTENRATGEBER

Komplementäre Verfahren
www.krebsverband-bw.de

 **KREBSVERBAND
BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.**

IMPRESSUM

Herausgeber

Krebsverband Baden-Württemberg e. V.
Adalbert-Stifter-Straße 105 · 70437 Stuttgart
Tel. 0711 848-10770 · Fax 0711 848-10779
info@krebsverband-bw.de
www.krebsverband-bw.de



krebsverband.bw



Krebsverband Baden-Württemberg

Autor

Prof. Dr. med. Roman Huber
Uni-Zentrum Naturheilkunde Freiburg
Universitätsklinikum Freiburg

Zur besseren Lesbarkeit werden in dieser Broschüre personenbezogene Bezeichnungen, die sich zugleich auf Frauen und Männer beziehen, generell nur in der im Deutschen üblichen männlichen Form angeführt, also z. B. „Teilnehmer“ statt „TeilnehmerInnen“ oder „Teilnehmerinnen und Teilnehmer“.

Dies soll jedoch keinesfalls eine Geschlechterdiskriminierung oder eine Verletzung des Gleichheitsgrundsatzes zum Ausdruck bringen.

Mit freundlicher Unterstützung



Die Gesundheitskasse. **Gestaltung**
Kreativ plus GmbH, Stuttgart

Gestaltung

Kreativ plus GmbH, Stuttgart
www.kreativplus.com

Druck

Druckerei Raisch GmbH + Co. KG
Reutlingen

Bildnachweise

Christina-Hohner-Photography
iStock, shutterstock

Disclaimer

Alle Ratschläge und Anwendungen wurden sorgfältig recherchiert. Dennoch können nur Sie entscheiden, ob und inwieweit Sie diese umsetzen. Lassen Sie sich im Zweifelsfall zuvor durch Ihren Arzt oder Therapeuten beraten. Weder Autor noch Herausgeber können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die sich aus den in der Broschüre gegebenen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

Alle Rechte vorbehalten

© 2021 Krebsverband Baden-Württemberg e. V.

Stand: März 2021



VORWORT



Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,
sehr geehrte Leserinnen und Leser,

viele Krebserkrankungen können durch verbesserte Diagnoseverfahren und neue Behandlungsmethoden immer wirksamer bekämpft werden.

Betroffenen ist es aber wichtig, selber etwas tun zu können, selbstwirksam zur Genesung beizutragen. Dabei wird oftmals davon ausgegangen, dass sogenannte „sanfte Methoden“ Linderung verschaffen und kaum Nebenwirkungen aufweisen.

In dieser Broschüre erläutert Professor Dr. med. Roman Huber, Leiter des Uni-Zentrums Naturheilkunde am Universitätsklinikum Freiburg, welche Verfahren der Komplementären Medizin und der Naturheilkunde Ihnen helfen, die Nebenwirkungen der Therapie zu lindern sowie Ihre Lebensqualität zu verbessern.

Im Bereich der Komplementärmedizin gibt es eine Vielfalt von Angeboten mit unterschiedlich hohem Nutzen. Teilweise birgen diese auch Gefahren. Um Sie umfassend zu informieren, enthält die Broschüre Bewertungen der gängigsten Methoden, die derzeit als komplementäre Therapien angeboten werden.

Die Maßnahmen der Komplementärmedizin sollten jedoch nur nach Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt eingesetzt werden. Er kennt Ihren individuellen Behandlungsplan und kann Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten einschätzen.

Uns als Landeskrebsgesellschaft ist es ein großes Anliegen, Sie während der Therapie und darüber hinaus optimal zu betreuen und wünschen Ihnen alles Gute.

Ihr
Prof. Dr. Dr. h.c. Uwe Martens
Vorstand des Krebsverbandes
Baden-Württemberg

Ihre
Ulrika Gebhardt
Geschäftsführerin des Krebsverbandes
Baden-Württemberg

INHALT

3	Vorwort
	1. Einführung
9	Was ist Krebs eigentlich?
10	Was soll mit dieser Broschüre erreicht werden?
10	Einteilung und Bewertung komplementärer Verfahren
	2. Naturheilkunde
	2.1 Physikalische Therapie
14	· Auflagen & Wickel
15	· Einreibungen
15	· Hydrotherapie
16	· Überwärmungsbäder
16	· Sauna
17	· Klimatherapie
18	· Manuelle Therapien / Massage, Lymphdrainage
18	· Manuelle Therapien / Chirotherapie, Shiatsu, Reiki, Craniosakrale Therapie
	2.2 Phytotherapie
19	· Aloe Vera
19	· Amygdalin (vgl. Vitamin B17)
20	· Artemisinin / Artesunate
21	· Cannabinoide / THC
21	· Cannabinoide / CBD Öl
22	· Curcuma / Curcumin
22	· Echinacin
22	· EGCG, Epigallocatechingallat, Grüntee-Extrakt
23	· Ginseng

- 24 · Johanniskrautextrakte (Interaktionen)
- 24 · Mistelpräparate (verschiedene Konzepte)
- 25 · Pilze
- 26 · Ringelblume, Salbei
- 26 · Senföle
- 27 · Weihrauch

2.3 Bewegungstherapie

- 28 · Ausdauertraining
- 29 · Krafttraining
- 29 · Konzentrierte Bewegungstherapien (KB)
- 29 · Heileurythmie (HE)
- 30 · QiGong
- 31 · Tai-Chi
- 31 · Yoga

2.4 Ordnungstherapie / Stressbewältigungsstrategien

- 32 · Achtsamkeit
- 33 · Entspannungsverfahren
- 34 · Imaginative Verfahren, z.B. Simonton
- 34 · Kunsttherapeutische Ansätze
- 35 · Meditation, Gebet

2.5 Ernährung und Diäten

- 36 · Breuss: Krebskur total
- 37 · Budwig: Öl-Eiweiß-Kost
- 37 · Heilfasten (auch Heilfasten vor der Chemotherapie)
- 39 · Ketogene Diäten (Atkins, Coy)
- 40 · Vegan
- 41 · Vegetarisch

43	3. Vitamine, Spurenelemente und Antioxidantien
44	· Coenzyme (Q10)
44	· Selen
45	· Zink
45	· Vitamin A
46	· Vitamin B1
46	· Vitamin B6
47	· Vitamin B12
47	· Vitamin „B17“
48	· Vitamin C (Ascorbinsäure)
48	· Vitamin D
49	· Vitamin E
50	4. Anthroposophische Medizin (AM)
51	· Heileurhythmie
52	· Arzneimittel, Misteltherapie
53	5. Homöopathie
55	· Schüßler Salze
56	6. Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)
57	· Akupunktur
58	· Akupressur
58	· Ayurveda
60	7. Geistheiler
62	8. Diverse Mittel unterschiedlicher Herkunft
62	· Dichloressigsäure/Dichloracetat (DCA)
63	· Faktor AF2®

63	· Haifischknorpel
64	· Recancostat Comp.
64	· Wobenzym / Wobe-Mucos
64	· Impfung gegen Krebs
65	· Vorbeugende Impfung
66	9. Unterschiedliche apparative Verfahren
66	· Hyperthermie
68	· Ozon- und Eigenblutbehandlung
68	· Erdstrahlen und Wasseradern
69	· Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie
70	10. Psychoonkologische Unterstützung, Psychotherapie
72	11. Kritische Fragen zur Beurteilung von komplementären Verfahren
74	12. Weitere Informationen



EINFÜHRUNG

Was ist Krebs eigentlich?

Die Diagnose Krebs zieht vielen Menschen den Boden unter den Füßen weg. Nichts ist mehr, wie es war. Aber was ist Krebs wirklich? Wie entsteht diese Krankheit und welche Formen von Krebs gibt es?

Das Krankheitsbild Krebs wird als Überbegriff für eine Vielzahl von unterschiedlichen Krebserkrankungen gefasst. Krebszellen entwickeln sich aus den gesunden Zellen des Körpers durch eine Zellveränderung oder einer falschen Ablesung des Erbmaterials. Dadurch wird das Verhalten der Zellen verändert, indem sie sich vermehren und teilen, auch wenn sie dies eigentlich nicht sollten. Alle Körperzellen sterben normalerweise nach einer bestimmten Zeit ab, bei veränderten Zellen tritt der Absterbeprozess jedoch nicht ein. Außerdem haben sie auch, im Vergleich zu nicht veränderten Zellen, die Fähigkeit, ihren Platz im Gewebe zu verlassen um an anderen Stellen im Körper weiterzuwachsen. Von Krebs wird gesprochen, wenn es zu einer unkontrollierten Vermehrung von körpereigenen Zellen kommt. Daraus können sich Geschwülste im Gewebe bilden, die als Tumor bezeichnet werden, die entweder gutartig (benigne) oder bösartig (maligne) sind. Von Krebs wird jedoch ausschließlich bei malignen Tumoren gesprochen. Bösartige Tumore verbreiten sich aggressiv in das betroffene Gewebe und führen dabei zu einer Zerstörung des gesunden Gewebes. Außerdem besitzen Tumore die Fähigkeit, Tochtergeschwüre in entfernten Körperregionen zu bilden, die Metastasen genannt werden. Heute können Krebserkrankungen oft geheilt werden.

Durch moderne Medikamente lassen sich zudem Schmerzen und Nebenwirkungen der Behandlung meist gut kontrollieren, so dass sogar bei fortgeschrittenen Fällen eine gute Lebensqualität erhalten werden kann.

Es bleibt aber im Einzelfall zunächst unsicher, ob eine Heilung erreicht werden kann, und ob die onkologischen Therapien gut vertragen werden. Daher ist es gut verständlich, dass viele Patienten versuchen, den Behandlungserfolg beziehungsweise die Lebensqualität durch die zusätzliche komplementäre (= ergänzende) Anwendung weiterer Behandlungsverfahren zu verbessern.

Was soll mit dieser Broschüre erreicht werden?

Viele Krebspatienten möchten selbst etwas zu ihrer Gesundheit beitragen und wenden sogenannte komplementäre Verfahren an. Diese Broschüre soll Ihnen helfen, sich einen Überblick über die vorhandenen Möglichkeiten zu verschaffen und die Verfahren zu finden, die unterstützen können. Die Broschüre soll aber auch darüber informieren, wann Komplementärmedizin zu Nachteilen für den Patienten führen kann, da sie die Wirksamkeit der Standardtherapie reduziert, schädliche Interaktionen verursachen kann oder bei fraglicher Wirkung unverhältnismäßig teuer ist. Auch, dass häufig nicht alle beteiligten Ärzte informiert werden, kann zu Nachteilen führen.

Einteilung und Bewertung komplementärer Verfahren

Es werden heutzutage sehr viele unterschiedliche ergänzende Behandlungsverfahren angeboten. Diese lassen sich orientierend in verschiedene Gruppen einteilen:

1. Naturheilkundliche Behandlungsmethoden
 - Physikalische Therapie (Auflagen, Wickel, Einreibungen etc.)
 - Phytotherapie (pflanzliche Wirkstoffe)
 - Bewegungstherapie
 - Ordnungstherapie / Stressbewältigungsstrategien
 - Ernährung und Diäten
 - Vitamine, Spurenelemente und Antioxidantien
 - Anthroposophische Medizin

2. Homöopathie
3. Traditionelle außereuropäische Verfahren:
Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) Ayurveda-Medizin
4. Geistheiler, Spirituelle Verfahren, Meditation
5. Diverse Mittel unterschiedlicher Herkunft
6. Unterschiedliche apparative Verfahren
7. Psychoonkologische Unterstützung, Psychotherapie

Die oben genannten Methoden möchten wir in dieser Broschüre näher erläutern und auch zu der Wirksamkeit einzelner Verfahren Stellung nehmen. Es gibt darüber hinaus noch sehr viele weitere Methoden, die kurzfristig in aller Munde sind, dann aber schnell wieder uninteressant werden, weil sie sich als weitgehend wirkungslos herausstellen. Da im Rahmen dieser Broschüre eine Beschränkung unvermeidlich ist, möchten wir nur die schon erwähnten Verfahren behandeln und auch hier ist eine Besprechung aller Verfahren und Behandlungsmethoden nicht möglich. Am Ende der Broschüre finden Sie daher Hinweise für weitergehende Literatur als auch entsprechende Internetadressen. Um Ihnen eine Schlussfolgerung am Ende jeden Abschnittes zu ermöglichen, haben wir uns unter „Fazit“ für folgende Symbole und deren Bedeutung entschieden:



Sehr empfehlenswert (Wirksamkeit in guten Studien gezeigt)



Empfehlenswert (deutliche Hinweise für eine Wirksamkeit)



Nicht ausreichend untersucht



Wahrscheinlich keine Wirksamkeit



Schädlich



NATURHEILKUNDE

Für viele Menschen ist Naturheilkunde alles das, was an zusätzlichen, natürlichen Methoden angewandt wird. Im eigentlichen Sinne versteht man allerdings darunter eine Reihe von Therapie-Prinzipien, die vor allem den Selbstheilungsprozess fördern sollen. Als solche sind diese Behandlungen sogar Teil der wissenschaftlichen, sogenannten Schulmedizin. Es gibt sogar eine besondere ärztliche Zusatzbezeichnung „Naturheilverfahren“. Im Einzelnen werden unter Naturheilkunde folgende Therapien verstanden: Physikalische Therapie; Bewegungstherapie; Ernährungstherapie; Phytotherapie; Ordnungstherapie.

2.1 Physikalische Therapie


Diese umfasst die Einwirkungen von physikalischen Reizen auf den Körper, also Auflagen, Wickel, Einreibungen, Hydrotherapie, Sauna, Elektrotherapie und Klimatherapie. Physikalische Verfahren sind ein wichtiger Bestandteil der medizinischen Behandlung; insbesondere nach Operationen und während der Rehabilitations- und Erholungsphase.



Empfehlung:

Viele Maßnahmen der Physikalischen Therapie können sowohl unterstützend bei der Behandlung von Krebskrankheiten als auch bei der Beherrschung von Schmerzen nützlich sein. Werden sie durch erfahrene Physiotherapeuten angewandt, sind schwere Nebenwirkungen nicht zu erwarten. Vorsicht ist immer dann geboten, wenn Skelettanteile bruchgefährdet sind.

Auflagen & Wickel

Es werden kalte und warme Auflagen und Wickel an verschiedenen Körperstellen (z. B. Brustwickel, Leberwickel) mit oder ohne Nutzung von Wirksubstanzen unterschieden. Kühle Quarkwickel eignen sich gut um z. B. oberflächliche Venenentzündungen zu behandeln, der heiße Leberwickel (häufig mit Schafgarbentee durchgeführt) hat eine allgemeine entspannungsfördernde Wirkung, der Ingwerwickel hat sich bei Husten beziehungsweise Atembeschwerden bewährt, der Lavendel-Brustwickel eignet sich bei innerer Unruhe zur Verbesserung des Einschlafens. Auflagen & Wickel stellen zudem eine Selbsthilfestrategie dar, da sie zu Hause mit Hilfe von Angehörigen einfach durchgeführt werden können.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität und Symptomlinderung



 bzw.  bezüglich Tumorerkrankung

Einreibungen

Einreibungen mit pflanzlichen Ölen oder Extrakten können zu einer Linderung von Symptomen beitragen, die durch die Erkrankung oder als Behandlungsfolgen auftreten. Allerdings sollte bei der Anwendung auf individuelle Allergien geachtet werden! Folgende Öle werden zur Schmerzreduzierung sowie zur allgemeinen Entspannung angewandt:


- Aconit-Nervenöl (Nervenschmerzen)
- Arnikasalbe (Muskelschmerzen)
- Capsaicinhaltige Salben (aus rotem Pfeffer, nur nach ärztlicher Verordnung) bei Nervenschmerzen
- Johanniskrautöl (Muskelschmerzen, Narbenbehandlung)
- Pfefferminzöl (Kopfschmerzen)
- Lavendelöl (zum Einschlafen, zur Beruhigung)
- Rosenöl, auch alternativ zu Lavendelöl
- Zwiebelextrakt-Salbe (bei überschießender Narbenbildung)


Fazit:  bezüglich Lebensqualität und Symptomlinderung

 bzw.  bezüglich Tumorerkrankung

Hydrotherapie

Hydrotherapie bedeutet die Anwendung von kaltem oder heißem Wasser für therapeutische Zwecke. Wechselduschen beziehungsweise Kneipp'sche Güsse können, wenn mehrmals wöchentlich über längere Zeiträume korrekt angewendet, die vegetative Regulation und dadurch indirekt auch das unspezifische Immunsystem stärken. Sie haben sich zur Vorbeugung gegen grippale Infekte bewährt.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen

 bezüglich Tumorerkrankung

Überwärmungsbäder

Bei Überwärmungsbädern wird durch ein heißes Vollbad (Wassertemperatur ca. 40°C) die Körpertemperatur erhöht, es ist somit ein Hyperthermieverfahren. Es ist anstrengend und sollte nur in Begleitung durchgeführt werden. Bei einem geschwächten Allgemeinzustand oder höhergradigen Herz-Kreislaufkrankungen sollten keine Überwärmungsbäder gemacht werden. Erste Studien sprechen für eine antidepressive Wirkung, auch Fatigue nach überstandener Tumorerkrankung lässt sich durch regelmäßige heiße Bäder häufig bessern. Die Idee der Hyperthermie bei Tumorkranken beruht darauf, dass manche Tumore empfindlicher gegenüber Wärme sind als normale Körperzellen. Der Nutzen bei einer Tumorerkrankung ist jedoch noch nicht in Studien gezeigt worden.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen



bezüglich Tumorerkrankung

Sauna

Saunieren führt bei regelmäßiger Anwendung ähnlich wie Wechselduschen zu einer vegetativen Stabilisierung und besseren Infektabwehr. Bei einem geschwächten Allgemeinzustand oder bei höhergradigen Herz-Kreislaufkrankungen sollte auf den Saunabesuch verzichtet werden. Risiken für eine Verschlechterung der Tumorerkrankung bestehen nach aller Wahrscheinlichkeit nicht.

Fazit:




bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen




bezüglich Tumorerkrankung

Klimatherapie

Klimatherapie kann in manchen Fällen positive Effekte auf Symptome von Tumorpatienten haben. Mittelgebirgsklima führt ab ca. 1000 m über dem Meer zur Anregung der Blutbildung. Meeresklima (salzhaltige Luft) führt zu besserem Abhusten bei Verschleimung.



Fazit:  bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen

 bezüglich Tumorerkrankung



Manuelle Therapien / Massage, Lymphdrainage



Massage und Lymphdrainage sind etablierte Therapieformen. Massagen können Schmerzen durch Verspannungen beziehungsweise Funktionsstörungen im Bereich der Sehnen und des Bindegewebes sowie Tumorschmerzen bessern, letzteres jedoch zumeist nur kurzfristig. Lymphdrainage ist essentiell zur Behandlung von Ödemen infolge von Stauung der Lymphe, wie es bei Operationen oder Bestrahlung (z. B. beim Mammakarzinom) aber auch durch Kompression von Lymphgefäßen durch einen Tumor vorkommen kann.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen
 bezüglich Tumorerkrankung

Manuelle Therapien / Chirotherapie, Shiatsu, Reiki, Craniosakrale Therapie

Chirotherapie, d. h. das Lösen von funktionellen Blockaden im Gelenkbereich durch einen kurzen passiven Bewegungsimpuls, darf nur durchgeführt werden, wenn Metastasen im zu behandelnden Bereich ausgeschlossen wurden.

Sogenannte sanfte, energetische Techniken (Shiatsu, Reiki, Craniosakrale Therapie) können im Einzelfall angenehm und stärkend sein (hängt sehr vom Therapeuten ab). Die Wirksamkeit ist bisher noch nicht überzeugend gezeigt.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität
 bezüglich Tumorerkrankung

2.2 Phytotherapie

Diese betrifft die Anwendung pflanzlicher Wirkstoffe als Tees, Fertigpräparate (Tabletten, Kapseln) oder Tinkturen. Es gibt Überschneidungen mit anderen Methoden wie Homöopathie und anthroposophischer Medizin (Mistelbehandlung). Natürlich spielen Kräuterezubereitungen auch eine große Rolle bei traditionellen außereuropäischen Verfahren wie Ayurveda oder Chinesischer Medizin (siehe dort). Bei der Linderung von Beschwerden, die durch die Erkrankung oder durch die Behandlung verursacht werden, kann die Phytotherapie sinnvoll sein. Einige Beispiele für Phytotherapie sind im Folgenden aufgeführt:

Aloe Vera

Aloe Vera ist ein Liliengewächs, dessen Bestandteile seit längerem für kosmetische und medizinische Zwecke genutzt werden. Im Wesentlichen wird die gelartige Substanz, die in den Blättern enthalten ist, verwendet. Die Zubereitungen werden entweder örtlich als Creme zur Verbesserung der Wundheilung angewandt oder als Flüssigkeit eingenommen. Während ein gewisser Effekt bei der Hautpflege oder Wundheilung nachweisbar ist, erscheint Aloe Vera bei Krebskrankheiten ohne Wirkung zu sein.

Fazit:



zur unterstützenden Haut- bzw. Wundpflege



bezüglich Tumorerkrankung

Amygdalin (vgl. Vitamin B17)


Vereinzelte Patienten nutzen Bittermandelkernen oder bitteren Aprikosenkernen, die als Nahrungsergänzungsmittel unter dem Pseudonym Vitamin B17 im Handel sind, gefragt. Der Inhaltsstoff Amygdalin wird von einzelnen Apotheken in Deutschland auch als


Infusionspräparat zur Verfügung gestellt. Eine klinische Studie hat schon vor längerem die Unwirksamkeit des sogenannten Vitamin B₁₇ (Laetrile) gezeigt. Amygdalininfusionen wurden in Studien bisher nicht untersucht, sind nach Erfahrungen aus Einzelfällen aber ebenfalls nicht antitumoral wirksam. Da der Preis sehr hoch ist (mehrere 1000 Euro/Monat) stehen Aufwand und Nutzen in keinem adäquaten Verhältnis. Die Anwendung von Amygdalin ist zudem gefährlich, da es darunter immer wieder zu Blausäurevergiftungen gekommen ist, die in Einzelfällen sogar tödlich verlaufen sind. Maximal 2 bittere Aprikosenkerne pro Tag werden als unbedenklich angesehen, Kinder sollten gar keine bitteren Aprikosenkerne zu sich nehmen.

Fazit:  und  bezüglich Tumorwachstum

Artemisinin / Artesunate


Artemisia annua, der einjährige Beifuß, enthält Artemisinin, das, wie auch das von Artemisinin chemisch abgeleitete Artesunate, eine nachgewiesene Wirksamkeit gegen Malaria hat. Darüber hinaus werden Tumorzellen in der Zellkultur schon in sehr niedrigen Konzentrationen durch Artemisinin beziehungsweise Artesunate am Wachstum gehemmt. Es wird daher der Einsatz dieser Substanzen gegen Tumorerkrankungen beforscht. Die Verträglichkeit war in den untersuchten Dosierungen gut, aussagekräftige klinische Studien, die eine Wirksamkeit zeigen konnten, existieren allerdings bisher nicht. Die Resorption der Substanzen aus dem Darmtrakt ist relativ gut (besser bei Artesunate), die Halbwertszeit ist allerdings kurz, sodass die einmalige Infusion pro Woche (wie sie häufiger angeboten wird) nicht sinnvoll ist.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Cannabinoide / THC


Cannabis ist eine Droge aus dem Harz der weiblichen Hanfpflanze. Der Hauptwirkstoff ist THC (Tetrahydrocannabinol-Delta 9). Ein anregender Effekt bei Appetitlosigkeit und Abmagerung wird bereits bei niedrigen Tagesdosen beobachtet. THC erwies sich auch als wirksam bei Schmerzen von Krebspatienten. Es traten jedoch bei einem Teil der Patienten nicht tolerierbare Nebenwirkungen (Schwindel, Benommenheit, Verwirrtheit) auf. THC-haltige Cannabisprodukte gibt es als Fertigpräparate (z. B. Sativex), als Tropfen (Dronabinol) oder als Cannabisblüten, (mit je nach Sorte unterschiedlichem THC-Gehalt), die zumeist über einen Vaporisator inhaliert werden. Vorteil der Inhalation gegenüber der oralen Einnahme ist die raschere und zuverlässigere Wirkung. Patienten mit starken Schmerzen dürfen Cannabis für den Eigenbedarf züchten.


Fazit:  zur Verbesserung der Lebensqualität in bestimmten Situationen

 bezüglich Tumorwachstum

Cannabinoide / CBD Öl


Cannabidiol (CBD) ist ein Inhaltsstoff der Hanfpflanze (Cannabis), der die menschliche Psyche nicht beeinflusst. CBD-Produkte werden in letzter Zeit gegen zahlreiche Beschwerden und auch für die Tumorthapie vermarktet. Nach bisheriger Erkenntnis besteht eine Wirksamkeit bei bestimmten seltenen Epilepsieformen. Eine antitumorale Wirksamkeit besteht sehr wahrscheinlich nicht. Ob es Effekte auf die Lebensqualität gibt wird derzeit in Studien untersucht.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Curcuma / Curcumin


Curcumin ist der Inhaltsstoff des Gewürzes Curcuma, der für die gelbe Farbe verantwortlich ist. Curcumin besitzt in der Zellkultur ausgeprägt hemmende Wirkungen auf das Tumorwachstum. Es wird allerdings nur schlecht aus dem Magen-Darm-Trakt resorbiert und hat im Körper nur eine sehr kurze Halbwertszeit. Die Aufnahme in den Stoffwechsel kann durch die Zugabe von schwarzem Pfeffer sowie fetthaltiger Nahrung (z. B. Pflanzenöl) verbessert werden. Was die Stoffwechselprodukte (Metabolite) von Curcumin im Organismus bewirken, ist weitgehend unklar. Wegen der nur geringen Aufnahme und dem schnellen Zerfall im Körper ist fraglich, ob sich die Zellkulturuntersuchungen auf den Menschen übertragen lassen. Bisher konnte eine klinische Wirksamkeit bei Patienten mit Tumorerkrankungen nicht nachgewiesen werden, es bestehen lediglich Hinweise für eine Wirksamkeit aus Einzelfällen bei denen eine hohe Dosis verwendet wurde. Eine Verbesserung der Lebensqualität ist nach den bisherigen Erfahrungen nicht zu erwarten.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Echinacin

Wird aus dem frischen Presssaft, der zur Blütezeit geernteten oberirdischen Teile von *Echinacea purpurea* (Purpursonnenhutkraut) gewonnen. Dieser Extrakt bewirkt eine gewisse unspezifische Immunstimulation. Es gibt bisher keine Hinweise, dass Echinacin bei der Krebsbehandlung nützlich ist.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

EGCG, Epigallocatechingallat, Grüntee-Extrakt


EGCG sind Polyphenole, die insbesondere in grünem Tee vorkommen und eine antioxidative Wirkung haben. Epidemiologische Studien weisen darauf hin, dass Patienten die viel Grünen Tee trinken seltener an Prostatakrebs erkranken. Zahlreiche in vitro Untersuchungen und einige kleinere klinische Studien mit EGCG zeigten vielversprechende Ergebnisse, eine verlässliche Bewertung ist jedoch noch nicht möglich.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Ginseng

Ginseng wird seit Jahrhunderten in der Traditionellen Chinesischen Medizin als Kräftigungsmittel verwendet. 2 g Amerikanischer Ginseng pro Tag reduzierte gegenüber Placebo chronische Müdigkeit bei Tumorpatienten. Ein Extrakt aus Panax Ginseng (800 mg/Tag) war nicht wirksam.

Fazit:  zur Verbesserung der Lebensqualität in bestimmten Situationen

 bezüglich Tumorwachstum

Johanniskrautextrakte (Interaktionen)

Johanniskrautextrakte können bei depressiven Verstimmungen hilfreich sein.

Achtung:

Während einer Strahlentherapie sollten keine Johanniskrautpräparate eingenommen werden, da es sonst zu schweren Hautreaktionen kommen kann. Auch können diese Präparate die Wirksamkeit von Medikamenten, insbesondere von Chemotherapeutika, verändern. Daher sollten Sie dies immer mit Ihren behandelnden Ärzten besprechen.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen
Wechsel- Nebenwirkungen beachten!





bezüglich Tumorwachstum

Mistelpräparate (verschiedene Konzepte)

Die Misteltherapie (Präparate aus *Viscum album*, der weißbeerigen Mistel) stammt aus der anthroposophischen Medizin und hat dort einen hohen Stellenwert. Sie soll eine Wärmereaktion um den Tumor hervorrufen und damit antitumoral wirken. Es gibt in der anthroposophischen Medizin verschiedene Präparate (Abnobaviscum, Iscador, Iscucin, Helixor) sowie Lektinol als Phytopräparat, die sich je nach Wirtsbaum der Mistel und Art der Herstellung in ihren Inhaltsstoffen und ihrer therapeutischen Anwendung unterscheiden. Ein wesentlicher Wirkstoff, das Mistellektin, hat im Tierversuch eine deutliche tumorhemmende Wirkung bei verschiedenen Tumorarten. Diese Wirkung kommt bei der üblichen Injektion der Präparate unter die Haut allerdings nicht zum Tragen, da das Mistellektin an Eiweißmoleküle gebunden wird. Bei dieser Anwendung haben Mistellektine stimulierende Effekte auf verschiedene Abwehrzellen (neutrophile und eosinophile Granulozyten, im Verlauf auch Lymphozyten) und können dadurch Nebenwirkungen der Chemotherapie wie Abgeschlagenheit oder Übelkeit verbessern. Diese stimulierenden Eigenschaften lassen allerdings auch vermuten, dass Mistelpräparate bei Tumoren, die die Zellen


des Immunsystems betreffen, ein beschleunigtes Wachstum verursachen können. Auch wenn dies bisher nicht sicher belegt ist, wird daher im Allgemeinen bei Leukämien und Lymphomen von einer Misteltherapie abgeraten. In einigen randomisierten Studien (z. B. beim Pankreaskarzinom) konnte eine Verlängerung des Überlebens von Tumorpatienten gezeigt werden, in anderen Studien fand sich dies jedoch nicht. Wenn Sie sich für eine Misteltherapie entscheiden, sollten Sie einen Arzt aufsuchen, der sich in diesem Gebiet gut auskennt. Bei Patienten mit Tumorerkrankung wird die Misteltherapie in der palliativen Situation von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität und Symptomlinderung

 bezüglich Krankheitsverlauf in bestimmten Situationen

Pilze

Ganoderma lucidum (Glänzender Lackporling, Reishi), *Coriolus versicolor* (Schmetterlingstramete) und andere Pilze werden relativ häufig von Tumorpatienten unterstützend angewendet. Pilze enthalten in ihren Zellwänden Beta-Glukane, komplexe Zuckerverbindungen, die in vielen Varianten vorkommen und von der Struktur her den Oberflächenstrukturen von Bakterien ähneln. Aufgrund dieser Ähnlichkeit werden durch Beta-Glukane Abwehrzellen stimuliert, was in Studien auch nach oraler Einnahme von Extrakten aus z. B. *Ganoderma lucidum* gezeigt werden konnte. Die Wirksamkeit bezüglich Lebensqualität beziehungsweise Überlebenszeit ist bisher noch nicht näher untersucht.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Ringelblume, Salbei

Ringelblumentee und Salbeitee helfen gemischt oder separat bei der Pflege wunder Schleimhaut nach Chemotherapie. Der Tee wird lauwarm für Mundspülungen benutzt.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen



bezüglich Tumorwachstum

Senföle

Kreuzblütler wie Meerrettich, Brokkoli und Senf enthalten Schwefelverbindungen (u. a. Sulforaphan, Indol-3-Carbinol), die in Zellexperimenten ausgeprägt tumorhemmende Eigenschaften haben und gut vom Darm aufgenommen werden. Sie werden daher in verschiedenen Studien beforscht. In einer Studie bei Patienten mit Prostatakarzinomrezidiv konnte durch die Einnahme von 60 mg Sulforaphan pro Tag der Anstieg des Tumormarkers PSA gegenüber Placebo verlangsamt werden. Der Einsatz ist daher vielversprechend, die Verträglichkeit ist nach bisheriger Erkenntnis sehr gut, über das Interaktionsrisiko ist allerdings noch wenig bekannt. Auf dem Markt sind verschiedene Präparate als Nahrungsergänzungsmittel im Verkehr.

Fazit:



zur Verbesserung der Lebensqualität



Hinweise für eine Tumorwirksamkeit in bestimmten Situationen



Weihrauch

Weihrauch ist das Harz des *Boswellia* Baumes, der unter anderem auf der Arabischen Halbinsel und in Indien wächst. In der Ayurvedischen Medizin und in der Antike wurde er seit Jahrhunderten eingesetzt und auch Hildegard von Bingen behandelte mit Weihrauch. Wirksame Inhaltsstoffe sind Boswelliasäuren, die die Leukotriensynthese, eine der Ursachen für Entzündungen, blockieren. Boswelliasäure soll auch die Vermehrung bestimmter Tumorzellen hemmen, wobei dies bisher nur in Tierversuchen gesehen wurde. Es gibt deutliche Hinweise, dass bei Hirnmetastasen beziehungsweise bösartigen Hirntumoren die Schwellung (Ödem) um den Tumor vermindert wird. Hierzu sind allerdings sehr hohe Dosierungen von Weihrauch erforderlich. Ob Weihrauch bei innerlicher Anwendung auch einen Einfluss auf den Krankheitsverlauf bei Patienten mit Hirntumoren hat, ist bisher nicht untersucht. Weihrauchpräparate werden von den gesetzlichen Kassen nicht erstattet. Bei der notwendigen hochdosierten Therapie betragen die monatlichen Therapiekosten bis zu 150 Euro.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität bzw. Symptomlinderung



bezüglich Tumorwachstum

2.3 Bewegungstherapie


Bewegung hat zahlreiche gesundheitsfördernde Effekte. Sie verbessert die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit insbesondere im Alter, schützt vor Diabetes Typ II, Arteriosklerose und ist wichtiger Bestandteil der Therapie von Bluthochdruck, den meisten Herz- und Lungenerkrankungen sowie Gefäßkrankungen. Zudem hat Bewegung antidepressive Effekte.

Ausdauertraining

Ausdauertraining hat sowohl in der Prävention als auch während der Therapie und Nachbehandlung von Tumorpatienten einen wichtigen Stellenwert. Es kann Tumor- beziehungsweise Tumorthherapie bedingte Müdigkeit verbessern und ist hierbei sogar die Methode der Wahl, es gibt nichts Besseres. Die Regeneration des Knochenmarks (rote und weiße Blutzellen) verläuft während und nach einer Chemotherapie besser. Übelkeit und Stimmungstiefs während Chemotherapie sind durch Ausdauertraining vermindert. Für manche Krebsarten (Dickdarmkrebs, Brustkrebs) bestehen sogar Nachweise, dass die Rezidivrate durch Bewegung gesenkt werden kann.

Weitere Informationen finden Sie in unserer Broschüre „Sport, Bewegung und Krebs“

Das Training wird analog wie bei Herz-Kreislaufkrankungen durchgeführt: möglichst mindestens 3 Mal pro Woche und mindestens 30 Minuten mit einer Intensität die „etwas anstrengend“ ist beziehungsweise mit einer Herzfrequenz von ca. 120 Schläge pro Minute (mit individueller Anpassung je nach Alter, Begleiterkrankungen beziehungsweise Begleitmedikation wie z. B. Betablocker).

Fazit:  bezüglich Lebensqualität




bezüglich Rezidivprophylaxe und Krankheitsverlauf

Krafttraining


Krafttraining spielt zumindest in der Onkologie eine geringere Rolle als Ausdauertraining und hat im Allgemeinen insbesondere einen Nutzen zum gezielten Aufbau der Muskulatur und weniger Effekte auf Herz und Kreislauf. Da beim Krafttraining Druckbelastungen (durch Pressen, Heben, etc.) auftreten können, ist in verschiedenen Situationen (z. B. nach Bauch OP's) Vorsicht geboten. Weitere Informationen, Übungsbeispiele und Tipps wie trotz Einschränkungen dennoch ein Training möglich ist, finden Sie in unserer Broschüre zum Thema „Sport, Bewegung und Krebs.“


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Rezidivprophylaxe und Krankheitsverlauf

Konzentrierte Bewegungstherapien (KB)

KB verbindet die Vorteile einer Bewegungstherapie mit einer Verbesserung der Körperwahrnehmung, Achtsamkeit und Entspannung. Typische Vertreter sind Heileurythmie, Qi Gong, Tai-Chi und Yoga. Die Wirksamkeit von insbesondere Yoga zur Verbesserung der Lebensqualität (Reduktion der Nebenwirkungen von Chemotherapie, Strahlen- oder Hormontherapie) wurde unter anderem bei Brustkrebspatientinnen gut gezeigt.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität


 bezüglich Tumorwachstum

Heileurythmie (HE)

Eurythmie stellt eine aus der Anthroposophie entwickelte Bewegungs- und Bühnenkunst dar. Als HE beziehungsweise therapeutische Eurythmie werden mit Therapeuten Bewegungsübungen angelegt, bei denen es unter anderem auf feines innerliches Durchspüren, bewusstes Raumerleben


und Geschicklichkeit ankommt. Oft wird dabei mit Vorstellungsbildern gearbeitet. Die individuell angelegten Übungen sollen regelmäßig selbst durchgeführt werden. Hierdurch soll sich die Selbstregulation verbessern, was sich an einer verbesserten Schlafqualität, verbesserten Entspannungsfähigkeit und dem Wärmehaushalt zeigt.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

QiGong

QiGong stellt neben der Akupunktur und Arzneimitteltherapie einen bedeutenden Zweig der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) dar. In den Übungen werden Geist, Körper und Atmung des Menschen aktiv miteinander verbunden. Wesentliche Bestandteile der Übungen sind Bewegung, Vorstellungskraft und der Atem. Die langsamen und sehr bewusst ausgeführten Bewegungen werden durch die innere Vorstellungskraft gestützt und geleitet. Durch diese Verbindung sollen mit der Zeit die Selbstheilungskräfte aktiviert und die Gesundheit gefestigt werden. Die Übungen können individuell ausgewählt und angepasst werden. Für das Erlernen von QiGong-Übungen ist die Anleitung durch einen erfahrenen Lehrer notwendig. Viele Volkshochschulen oder Fitness-Studios bieten solche Kurse an.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Tai-Chi


Tai Chi (auch Tai Chi Quan oder Tai Chi Chuan) ist eine Variante des Qi-Gong, auch bekannt als „Schattenboxen“. Es basiert ausschließlich auf Bewegungsübungen, im Unterschied zu Qi-Gong, das auch Halteübungen beinhaltet. Die Übungen des Tai Chi verbinden Bewegung, Meditation und Heilgymnastik; sie werden langsam, fließend und regelmäßig ausgeführt. Es gibt einige Untersuchungen, die zeigen, dass Tai Chi effektiv gegen Erschöpfungszustände („Fatigue“) bei Krebskranken sein kann. Ausgeglichenheit und Konzentrationsfähigkeit bessern sich oft deutlich, die Ausdauer steigt, die Muskeln und Gelenke werden kräftiger und geschmeidiger. Das Ganze ist weder anstrengend, noch besteht Verletzungsgefahr. Deshalb ist Tai Chi besonders gut für kranke oder ältere Menschen geeignet. Auch hier ist jedoch eine Anleitung durch einen erfahrenen Lehrer notwendig.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Yoga

Yoga beruht ursprünglich auf einer aus Indien stammenden philosophischen Lehre, die verschiedene geistige und körperliche Übungen beinhaltet. Es werden zahlreiche verschiedene Richtungen unterschieden, in Studien untersucht wurden zumeist körperbetonte Formen des Yoga (Hatha Yoga). Yoga ist in Deutschland und vielen anderen westlichen Ländern inzwischen sehr verbreitet und von allen Konzentrativen Bewegungstherapien am besten untersucht. Mit einer akzeptierenden gelassenen Grundhaltung werden bei den Körperübungen (Asanas) Kraft, Flexibilität, Gleichgewichtssinn, Muskelausdauer und kontrolliertes Atmen trainiert. Die Anleitung durch einen erfahrenen Lehrer ist empfehlenswert.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

2.4 Ordnungstherapie/ Stressbewältigungsstrategien

Die Ordnungstherapie ist Bestandteil der Kneipp-Therapie beziehungsweise der sogenannten Mind-Body Verfahren, mit denen mittels geistig-seelischer Kraft auf den Körper eingewirkt wird und umgekehrt.

Da für Sebastian Kneipp Gesundheit eng mit dem harmonischen Zusammenwirken von Geist, Körper und Seele zusammenhing, forderte er auch Maßnahmen zur Lebensordnung. Gemeint ist damit, dass Menschen sich ein Lebensziel setzen und in ihrem Leben einen Sinn erkennen. Dies bedeutet auch, sich aktiv um die eigene Gesundheit zu bemühen, einerseits dadurch, ungesunde Lebensgewohnheiten (Rauchen, Alkohol, Überernährung) zu vermeiden, und andererseits bewusste Gestaltung des Tagesablaufs im ausgewogenen Wechsel von Aktivität und Entspannung. Dazu eignen sich Entspannungstechniken.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität




bezüglich Tumorwirksamkeit

Achtsamkeit


Achtsamkeitskurse sind in den letzten Jahren in Deutschland zunehmend verbreitet, insbesondere in Form von MBSR (mindfulness based stress-reduction) zur Stressreduktion. Es handelt sich um ursprünglich aus der tibetischen Mönchstradition stammende Übungen, die für den westlichen Kulturkreis adaptiert wurden. Im Mittelpunkt der Übungen stehen oft der Atem, die Bewegung aber auch Alltagstätigkeiten, die achtsam durchgeführt werden. Dies kann, insbesondere wenn es zur Lebenshaltung wird, Stress und Ängste reduzieren.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Entspannungsverfahren


Entspannungsverfahren wie Autogenes Training (AT) oder Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen (PMR) zielen darauf, durch Selbstwirksamkeit ruhig und gelassen zu werden und so mit Ängsten besser umzugehen und entsprechende Symptome wie Schlafstörungen, Unruhe, Nervosität und Niedergeschlagenheit zu bessern. Beim AT wird innerlich ein Wärme- und Schweregefühl im Körper erzeugt, was zu einer Muskelentspannung und Normalisierung von Puls, Atmung und Blutdruck führen kann. Allerdings ist hierfür eine gute Körperwahrnehmung (Erlebbarkeit von Schwere, Wärme) erforderlich. PMR funktioniert dagegen „bei jedem“, allerdings sind die Effekte oft nicht sehr stark. Bei PMR werden der Reihe nach verschiedene Muskelgruppen submaximal für einige Sekunden angespannt. In der Loslass Phase kommt es dann zur vermehrten Durchblutung und damit auch zu einer Entspannung. Beide Techniken werden in Kursen z. B. bei der Volkshochschule angeboten. Auch bieten zahlreiche Apps oder beispielsweise Videos auf YouTube Unterstützung bei der Umsetzung von Entspannungsmaßnahmen an.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Imaginative Verfahren (z. B. Simonton)


Bei imaginativen Verfahren sollen die Patienten intensiv in innere Bilder einsteigen. Ein häufig bei der Simonton Methode benutztes Bild ist, dass die Abwehrzellen als Soldaten den Tumor bekämpfen und vernichten. Von Befürwortern wird behauptet, dass man dadurch das Immunsystem stärken und den Krebs überwinden kann, was allerdings bisher in keiner einzigen Studie gezeigt werden konnte. Kritisch ist anzumerken, dass dieser Ansatz für einige Patienten erheblichen Stress bedeutet und, wenn es nicht funktioniert, zum Teil Versagens- oder Schuldgefühle auslöst. Es gibt auch andere imaginative Verfahren, z. B. den Tumor bildlich in sein Leben zu integrieren und seinen Frieden mit ihm zu finden. Imaginative Verfahren können für manche Patienten eine Hilfe sein, welche Bilder geeignet sind, ist stark individuell.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwirksamkeit

Kunsttherapeutische Ansätze


Kunsttherapie wird zunehmend in der psychosomatischen Medizin eingesetzt, da Musik, Malen, plastisches Gestalten und Rezitation wichtige Impulse für die Verarbeitung seelischer Konflikte oder bei biographischen Krisen geben können. So kommen sie auch in der Onkologie zum Einsatz und helfen, einen persönlichen Weg durch die Krankheit zu finden. Sie ist nicht für jeden zu empfehlen, kann aber bei hierfür empfänglichen Menschen ganz wesentliche Impulse für eine bessere Krankheitsverarbeitung beziehungsweise Persönlichkeitsentwicklung geben.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwirksamkeit

Meditation, Gebet

Meditation und Gebet haben neben ihrer religiösen Bedeutung auch eine Auswirkung auf die Gesundheit. So finden sich in Studien bei Menschen, die regelmäßig beten beziehungsweise meditieren, eine bessere Resilienz, d. h. Widerstandsfähigkeit gegen Schicksalsschläge und eine Stärkung des Vertrauens auf Gott oder geistige Mächte. Dies kann natürlich nicht verordnet werden, sondern beruht auf der persönlichen Einstellung jedes Einzelnen.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwirksamkeit





2.5 Ernährung und Diäten

Es ist gesichert, dass die Ernährung eine wichtige Rolle bei der Entstehung von Krebskrankheiten spielt. Dies betrifft vor allem die häufigen Krebsformen Darmkrebs, Brustkrebs, Mundhöhlenkrebs und Prostatakrebs. In weiteren Untersuchungen hat sich zudem gezeigt, dass bestimmte Ernährungsweisen wie vegetarische Ernährungsformen mit einem deutlich geringeren Risiko verbunden sind, an Krebs zu erkranken. Hoher Salzkonsum (Magenkrebs), Alkohol (Mundhöhlenkrebs, Leberkrebs) sind eindeutig schädlich. Von diesen Ausnahmen abgesehen lässt es sich allerdings oft nicht ermitteln, ob die Ernährung an der Entstehung einer Krebserkrankung „Schuld“ war. Somit lautet die ehrliche Antwort auf die Frage von Tumorpatienten „was habe ich falsch gemacht in Bezug auf Ernährung?“ meistens „sehr wahrscheinlich nichts“. Es wurden zahlreiche Diäten nach unterschiedlichen Vorstellungen entwickelt, um Krebserkrankungen zu heilen. Einige dieser Diäten werden hier erläutert.

Breuss: Krebskur total


Rudolf Breuss, Heilpraktiker aus Österreich, war der Meinung, dass man Krebs aushungern kann. Er postulierte, dass, wenn man 42 Tage nur einen halben bis einen Liter Gemüsesaft und Tee trinkt, die Krebsgeschwulst abstirbt, während man dabei noch gut leben kann. Die Ernährung umfasst nur Saftmischungen aus roten Rüben und Karotten, Sellerie, Rettich und eventuell einer kleinen Kartoffel, immer in Kombination mit besonderen Teesorten. Die Krebskur total nach Breuss kann gefährlich sein, da diese Fastenkur zu erheblicher Mangelernährung und damit zu einer zusätzlichen Schwächung der körpereigenen Abwehr führt. Es kann zwar unter dem Fasten zu einer Verringerung oder einem Stillstand des Tumorwachstums kommen, nach Wiederaufnahme einer normalen Ernährung kann sich das Krebswachstum jedoch sogar beschleunigen.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Budwig: Öl-Eiweiß-Kost

Nach Meinung der Apothekerin Johanna Budwig kann durch die richtige Fettzusammensetzung Krebs vorgebeugt und eine bestehende Krebserkrankung positiv beeinflusst werden. Günstige Fette seien Fette mit reichlich mehrfach ungesättigten Fettsäuren, vor allem Leinöl. Verboten sind alle tierischen Fette (Butter), Margarine, Salatöle und alles Fleisch. Im Mittelpunkt stehen Mahlzeiten aus Leinöl und Quark. Erlaubt sind weiterhin frisch gepresste Gemüsesäfte, Sauerkraut- und Obstsäfte, sowie dreimal täglich Tee. Es handelt sich um eine erheblich einschränkende Kost, deren Wirkung nicht belegt ist.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Heilfasten (auch Heilfasten vor der Chemotherapie)

Heilfasten ist eine Form des nicht religiös motivierten Fastens. Es soll der Entschlackung, Entgiftung beziehungsweise Regeneration des Körpers dienen. Oft ist damit auch der Wunsch nach einer seelischen Reinigung verbunden. Mehrere Verfahren werden dazu angewandt. Beim Buchinger Heilfasten (Dr. Otto Buchinger, deutscher Arzt, 1878 – 1966) werden mit Gemüsebrühe und Säften nur wenige Kalorien zugeführt, sodass aufgrund der geringen Reserven an Kohlehydraten im Körper, der Stoffwechsel nach ca. 1 Tag auf die Fettverbrennung beziehungsweise den Abbau von Eiweiß umstellt. Hinzu kommen Einläufe, die den Darm reinigen. Beim Fasten nach Mayr (Franz-Xaver-Mayr-Kur), werden zweimal täglich altbackene Brötchen mit etwas Milch eingenommen und sehr gut gekaut. Beim

Saftfasten werden nur Obst- und Gemüsesäfte getrunken. Beim Molke-Fasten wird keine feste Nahrung aufgenommen, sondern nur über den Tag verteilt ein Liter Molke (soll den Eiweißverlust des Körpers vermindern), zusätzlich ein halber Liter Obstsaft (Vitamine, Mineralien und Kalorien) und drei Liter kohlenstoffreies Wasser (soll bestimmte Körperfunktionen und die sogenannte Entschlackung und Entgiftung fördern und das Hungergefühl reduzieren) getrunken. Außerdem wird hierbei jeden Morgen ein Glas Sauerkraut- oder Pflaumensaft getrunken, ebenfalls um den Darm zu „reinigen“ und um zu helfen, vermutete Schadstoffe aus dem Körper zu entfernen. Beim Teefasten wird ebenfalls auf feste Nahrung verzichtet, aber auch auf das Trinken von Säften. Man trinkt ausschließlich Tee und (kohlenstoffarmes oder -loses) Wasser. Diese extremere Form des Fastens wird von Ärzten und einschlägigen Büchern üblicherweise nur vollkommen gesunden Menschen empfohlen. Fasten ist naturgemäß auf wenige Tage bis Wochen limitiert. Es besteht bei Tumorpatienten das Risiko der Schwächung und Beschleunigung der Gewichtsabnahme und damit einer Verschlechterung des Verlaufes, insbesondere bei längerem Fasten. Kurzzeitiges Fasten könnte allerdings die Nebenwirkungen der Chemotherapie reduzieren und konnte in einer gut gemachten Studie sogar das Ansprechen der Chemotherapie verbessern. Hierbei geht man davon aus, dass der Tumor seinen Stoffwechsel schlechter auf das Fasten anpassen kann als der Organismus. So würde nach 48 Stunden Fasten vor Chemotherapie (und 24 Stunden danach) diese den Tumor stärker treffen als die gesunden Körperzellen, da diese ihre Aktivität durch das Fasten herabgesetzt haben. Nebenwirkungen der Chemotherapie wie Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Abfall der weißen Blutkörperchen, etc. könnten so evtl. reduziert werden. Von solch einem 72 Stunden Fasten (bis 300 kcal/Tag) gehen keine größeren Gefahren aus.

Fazit Langzeit Fasten:



bezüglich Lebensqualität



bezüglich Tumorwachstum

Fazit Kurzeit Fasten während Chemotherapie:

bezüglich Lebensqualität



bezüglich Tumorwachstum

Ketogene Diäten (Atkins, Coy)

Die ketogene Diät ist eine Ernährung mit wenig Kohlenhydraten (etwa in Mehl, Zucker enthalten) und viel Fett und Eiweiß, die den Fastenstoffwechsel in bestimmten Aspekten nachahmt. Sie wird auch als „Fasting mimicking diet“ bezeichnet. Der Körper bezieht seinen Energiebedarf nicht mehr aus Kohlehydraten, sondern hauptsächlich aus Fett das zu kurzketigen Fettsäuren, den namensgebenden Ketonkörpern abgebaut wird. Es gibt, vor allem aus Tierversuchen, Hinweise, dass die Verminderung von Kohlehydraten das Wachstum von Tumoren hemmen kann., In einer neuen guten Studie konnte gezeigt werden, dass eine „Fasting mimicking diet“ 3 Tage vor und während der Chemotherapie das Ansprechen von Brustkrebspatientinnen auf die Chemotherapie verbessert hat.

Probleme der ketogenen Diät sind, dass sie relativ aufwändig ist und es dabei zu einem Gewichtsverlust kommen kann, was bei unterernährten Tumorkranken unvorteilhaft ist.


Fazit:


bezüglich Lebensqualität

bezüglich Tumorwachstum möglicherweise
in bestimmten Situationen

Vegan

Vegane Ernährung bedeutet den Verzicht auf alle tierischen Produkte, d. h. Fleisch, Wurst, Käse, Eier, Milch, Joghurt und Fisch. Sie führt zu einem Mangel an Vitamin B12 sowie niedriger Zufuhr von Eisen und Calcium. Vitamin B12 muss langfristig über Tabletten zugeführt werden. Kinder und Schwangere sollten sich aufgrund der potentiellen Mangelzustände nicht vegan ernähren. Ansonsten ist eine vegane Ernährung allerdings nicht schädlich. Veganer leiden seltener an Diabetes Typ II, Übergewicht, Herz- Kreislauferkrankungen und Tumorerkrankungen als Fleisch-Esser. Dies liegt wahrscheinlich an dem hohen Ballaststoffanteil in der Ernährung, der mit einer geringeren Kalorienzufuhr assoziiert ist, was zur Vorbeugung gegen Krebserkrankungen statistisch vorteilhaft ist. Dazu kommen entzündungshemmende Effekte, da bestimmte Botenstoffe der Entzündung (Arachidonsäure, verzweigtkettige Aminosäuren) gegenüber Fleisch haltiger Ernährung vermindert sind. Ob die Umstellung auf vegane Ernährung bei Tumorpatienten eine positive Wirkung hat ist bisher nicht ausreichend untersucht.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum



Vegetarisch

Für vegetarische Ernährung ist der Ballaststoffanteil im Allgemeinen höher, der Anteil an Arachidonsäure und verzweigtkettigen Aminosäuren niedriger als bei fleischreicher Kost, allerdings wegen der Milchprodukte nicht so ausgeprägt wie unter veganer Ernährung. Das Darm-Mikrobiom ist bei Vegetariern besonders vielfältig. Eine große Studie bei Brustkrebspatientinnen hat gezeigt, dass ein reduzierter Fettanteil in der Ernährung (wie er für vegetarische und vegane Kost typisch ist) mit einer verminderten Sterblichkeit nach 10 Jahren korreliert war. Der Effekt war allerdings nur klein, sodass man daraus keine allgemeinen Empfehlungen ableiten möchte. Immerhin zeigte sich dadurch erstmalig, dass Ernährung (hier Fett reduziert) einen Einfluss auf den Langzeit-Verlauf bei Tumorpatientinnen haben kann. Ansonsten ist das wichtigste in der Ernährung von Tumorpatienten, dass ein guter Kräftezustand erhalten oder wiederhergestellt wird. Dies ist nur mit einer kalorienreichen und schmackhaften, d. h. abwechslungsreichen Kost möglich.

Fazit:

bezüglich Lebensqualität



bezüglich Tumorwachstum in bestimmten Situationen






VITAMINE, SPURENELEMENTE UND ANTIOXIDANTIEN


Vitamine und Spurenelemente sind lebensnotwendige Substanzen, die der Körper nicht selbständig bilden kann und die ihm deshalb ständig zugeführt werden müssen.

Sie werden nur in kleinen Mengen benötigt und sind weder am Aufbau von Körperstrukturen beteiligt, noch dienen sie zur Energiegewinnung. Ihre Funktionen liegen im Bereich der Regulation und Steuerung des Stoffwechsels. Von besonderer Bedeutung sind die Antioxidantien Vitamin C und E sowie das Beta-Carotin (Pro-Vitamin A), aus dem Vitamin A gebildet wird. Diese Substanzen verhindern oder unterbrechen (mit weiteren Substanzen) im menschlichen Organismus ausgelöste schädigende „oxidative Prozesse“. Letztere führen zur Entstehung freier Radikale, die an allen Stadien der Krebsentstehung beteiligt sind. Die Funktion der Spurenelemente ist von ihren jeweiligen chemischen Eigenschaften abhängig. Fluor ist für den Aufbau von Hartsubstanzen (Knochen und Zähne) erforderlich, Jod ist ein Bestandteil der Schilddrüsenhormone, Eisen, Zink und Selen sind an verschiedenen Reaktionen im Stoffwechsel beteiligt. Unter Antioxidantien versteht man Substanzen, die in der Lage sind freie Radikale abzufangen, die während chemischer Prozesse im Organismus entstehen. Sie kommen natürlich insbesondere in Obst und Gemüse vor. Wichtige Antioxidantien sind die Vitamine C und E, aber auch sekundäre Pflanzenstoffe wie Anthocyane und Polyphenole. Es gibt deutliche Hinweise, dass auch diese Stoffe vor der Entstehung von Krebskrankheiten einen gewissen Schutz bieten können. Jedoch sind sie nicht ausreichend effektiv, um eine bestehende Krebserkrankung zurück zu drängen.

Coenzyme (Q10)


Q10 spielt eine wichtige Rolle im Energiestoffwechsel in den Mitochondrien, den „Kraftwerken“ der Zelle. Eine Nahrungsergänzung mit Q10 kann bei bestimmten Muskelerkrankungen sinnvoll sein. Bei Tumorpatienten fand sich bisher keine Wirksamkeit, Müdigkeit (Fatigue) konnte mit Q10 nicht verbessert werden.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Selen


Selen ist wichtiger Bestandteil zahlreicher Enzyme, insbesondere der Glutathionperoxidase, die stark antioxidative Effekte hat. Es gibt Studien, die in Selen einen Schutzfaktor vor Krebserkrankungen gefunden haben. Es ist in Fisch, Fleisch (vor allem Innereien), Getreideprodukten (insbesondere Gerste), Gemüse, Kürbiskernen, Nüssen und Sesam enthalten. Der Gehalt in den Nahrungsmitteln hängt allerdings stark vom Selengehalt der Böden ab, von dem die Nahrungsmittel stammen. Außerdem gibt es entsprechende Präparate in Apotheken. Es gibt Hinweise, dass Selen die unerwünschten Nebenwirkungen von Strahlentherapie (Durchfall, Ödeme) reduzieren kann. Dabei ist allerdings zu beachten, dass zu hohe Dosen von Selen (individuell unterschiedlich, abhängig von der Nierenfunktion) schädlich sein können. Normale Dosen für die Nahrungsergänzungsmittel liegen bei 100 – 500 µg (Microgramm) Natriumselenit pro Tag. Natriumselenit war in Studien erfolgreicher als Selen-Hefe Präparate.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen

 bezüglich Tumorwachstum

Zink


Zink wird zum Aufbau von Abwehrzellen und zahlreichen Enzymen benötigt, es scheint insbesondere für die ausreichende Funktion des Immunsystems von Bedeutung zu sein. Studien, bei denen Zink (im Vergleich zu Placebo) an Tumorpatienten gegeben wurde, zeigten jedoch zumeist keine Vorteile der Einnahme. Bei Zinkmangel ist allerdings eine Nahrungsergänzung schon aus prinzipiellen Überlegungen (Wichtigkeit von Zink für das Immunsystem und die Haut) sinnvoll.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität
(bei niedrigem Spiegel im Serum)

 bezüglich Tumorwachstum

Vitamin A



Vitamin A ist für das Wachstum und die Differenzierung von Zellen wichtig. Es ist unter anderem in Gemüse enthalten, die Resorption wird durch gleichzeitige Fettaufnahme verbessert. Mangelzustände sind heutzutage sehr selten. Vermehrte Zufuhr bringt nach bisheriger Erkenntnis keinen Nutzen bei einer Krebserkrankung.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum



Vitamin B₁

Vitamin B₁ (Thiamin) kommt reichlich unter anderem in Getreideprodukten, Hülsenfrüchten und Fleisch vor. Es ist für die Nervenzellen wichtig. Es könnte zur Vorbeugung beziehungsweise Behandlung von Chemotherapie-bedingten Neuropathien sinnvoll sein, aussagekräftige Studien hierzu gibt es allerdings bisher nicht.

- Fazit:**  bezüglich Lebensqualität
-  bezüglich Tumorwachstum

Vitamin B₆


Vitamin B₆ ist wichtiges Coenzym im Aminosäurenstoffwechsel und bei der Bildung von Neurotransmittern. Es kommt in zahlreichen Lebensmitteln (Fleisch, Fisch, Nüsse, Hülsenfrüchte, Gemüse, Getreideprodukte) vor. Ein Mangel findet sich heutzutage nur bei ausgeprägter Fehlernährung. Niedrige Dosen könnten Neuropathien (also Kribbeln und Taubheitsgefühl in Händen und Füßen) vorbeugen, hohe Dosen können jedoch auch Neuropathien verursachen.

- Fazit:**  bezüglich Lebensqualität
-  bezüglich Tumorwachstum

Vitamin B12

Vitamin B12 spielt eine wichtige Rolle für die Zellteilung. Es kommt praktisch ausschließlich in tierischen Produkten vor, Veganer müssen Vitamin B12 in Form von Tabletten zu sich nehmen. Aus Studien gibt es Hinweise, dass die Nahrungsergänzung mit Vitamin B12 beziehungsweise hohe Vitamin B12 Spiegel mit einem erhöhten Krebsrisiko assoziiert sind. Vitamin B12 sollte daher bei Tumorpatienten außerhalb bestimmter Situationen (Veganer, erniedrigte Vitamin B12 Spiegel) nicht substituiert werden.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum


Vitamin „B17“

Siehe Seite 19 (Amygdalin)



Vitamin C (Ascorbinsäure)

Der Tagesbedarf an Vitamin C beträgt im Durchschnitt ca. 100 mg und wird durch Verzehr von Obst und Gemüse in normalen Mengen sehr gut gedeckt. Die Aufnahmefähigkeit des Organismus für Vitamin C ist beschränkt, überschüssiges Vitamin C wird unverändert über die Nieren ausgeschieden. Dosen von mehr als 3–5 g aufs Mal führen zu Durchfall, d. h. gelangen gar nicht in den Körper. Orale Einnahme von Vitamin C hat nach bisheriger Kenntnis bei Krebspatienten keinen Nutzen. Davon abzugrenzen ist die intravenöse Zufuhr von Vitamin C. Hierbei werden wesentlich höhere Blutspiegel erreicht als sie mit oraler Einnahme möglich sind. Bis >50 Gramm Vitamin C intravenös werden weitgehend problemlos vertragen, auch wenn dadurch ein erhöhtes Risiko für Nierensteine (Calciumoxalatsteine) besteht. Das Tumorwachstum wird auch durch diese hohen Dosen von Vitamin C wahrscheinlich nicht beeinflusst, es könnte aber nach den Ergebnissen erster Studien die Verträglichkeit von Bestrahlung und/oder Chemotherapie verbessert werden. Da Vitamin C ein starkes Antioxidans ist, könnte es allerdings auch die Wirksamkeit von Chemotherapie beziehungsweise Bestrahlung abschwächen. Insofern ist vom Einsatz von Vitamin C Infusionen parallel zur Chemotherapie beziehungsweise Bestrahlung zumindest in der kurativen Situation abzuraten.

Fazit: Hohe Dosen intravenös  bezüglich Lebensqualität




bezüglich Tumorwachstum

Vitamin D

Vitamin D ist sehr wichtig für gesunde Knochen und hat zudem Effekte auf Immunsystem und Zellwachstum. Es kommt natürlich z. B. in Lebertran, Lachs und Hühnerei vor und wird ansonsten unter dem Einfluss von Sonnenlicht in der Haut gebildet. Die Sonnenexposition von 20 cm² Haut über eine Stunde deckt bereits den Tagesbedarf eines Erwachsenen. Tumorpatienten haben häufig niedrige Vitamin D-Spiegel, was nach einigen epidemiologischen Studien mit einem eher schlechteren Verlauf der Tumorerkrankung assoziiert war. Ob die Zufuhr von Vitamin D einen Nutzen


für Tumorpatienten darstellt, ist trotz vieler Studien auf diesem Gebiet, nicht wirklich geklärt. Die meisten Studien (zumeist bei den Indikationen Brustkrebs oder Dickdarmkrebs durchgeführt) fanden in den üblichen Vitamin D-Dosen (1000 IE/Tag) keinen Nutzen. Wahrscheinlich besteht nur bei speziellen Situationen (z. B. Rituximab-Therapie, Mangelzustände, bestimmte Mutationen des Vitamin D-Rezeptors) oder evtl. bei höheren Dosierungen ein Nutzen für die Einnahme von Vitamin D. Vitamin D kann allerdings auch überdosiert werden, was gefährlich ist, da es zu Verkalkungen in inneren Organen kommen kann.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorerkrankung in bestimmten Situationen

Vitamin E

Vitamin E ist wie Vitamin A und D fettlöslich, es kommt insbesondere in pflanzlichen Ölen und Fetten vor. Als Antioxidans trägt es zu Entgiftungsfunktionen des Körpers bei. Regelmäßige Vitamin E Zufuhr (600 IE/Tag) hatte allerdings bei Gesunden keinen Einfluss auf die Häufigkeit des Auftretens von Krebs. In aussagekräftigen Studien hatte Vitamin E zudem keinen Einfluss auf die Häufigkeit von Neuropathien (also Nervenschädigungen) oder Schleimhautproblemen (Mucositis).

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum



4

ANTHROPOSOPHISCHE MEDIZIN (AM)

Rudolf Steiner (1861 – 1925) begründete die Anthroposophie, die durch eine Erweiterung des Denkens zu einer spirituellen Erkenntnis des Menschen und der Natur führen soll. Von ihm wurden auch Anregungen für die Medizin gegeben, obwohl Steiner kein Arzt war. Es gibt in Deutschland circa 2000 anthroposophisch orientierte Ärzte und etwa acht Kliniken beziehungsweise Abteilungen für die stationäre Behandlung.

Ein anthroposophischer Arzt hat zunächst eine normale schulmedizinische Ausbildung. Dies reicht jedoch nach anthroposophischer Ansicht nicht aus, da sich die konventionelle Medizin zu sehr auf den körperlichen Aspekt konzentriert. Nach anthroposophischem Verständnis ist der Mensch eine Einheit aus Körper, Seele und Geist. Krankheit betrifft somit nie den Körper alleine, sondern den Menschen auf allen Ebenen. Die anthroposophische Medizin versucht das durch die Erkrankung aus den Fugen geratene Gleichgewicht wieder herzustellen. Im Zentrum der

anthroposophischen Medizin steht die Berücksichtigung des Zusammenhangs zwischen Umwelt, Leib, Seele und Geist. Die Behandlung soll die gesunde Harmonie zwischen diesen Faktoren wiederherstellen. Zu diesem Zweck versuchen anthroposophische Ärzte, die Ursachen einer Erkrankung möglichst ganzheitlich zu erfassen. Die Therapie wird nicht nur durch die Diagnose bestimmt, sondern sie wird auch der körperlichen Konstitution und der individuellen Persönlichkeit des Erkrankten angepasst. Die Anthroposophie geht davon aus, dass der Mensch in vier ineinandergreifenden Ebenen existiert:

- Physischer Leib (Körper)
- Lebensleib (Ätherleib)
- Seelenleib (Astralleib)
- Ich-Organisation

Bei der Krebserkrankung verselbständigt sich der Lebensleib und unterliegt im betroffenen Organbereich nicht mehr ausreichend der Regulation durch den Seelenleib und die Ich-Organisation. Die anthroposophische Krebsbehandlung will die Medizin durch diese Aspekte ergänzen, nicht ersetzen.

Neben den klassischen Säulen der Krebsbehandlung (OP/Chemo-/ Strahlentherapie), die auch von anthroposophischen Ärzten angewandt werden, gibt es das Konzept der integrativen Krebsbehandlung. Insbesondere die Misteltherapie und die anthroposophisch erweiterte Medizin stehen dabei in engem Zusammenhang miteinander.

Heileurhythmie

Siehe Seite 29

Arzneimittel, Misteltherapie

Die Anthroposophische Medizin (AM) verwendet Arzneimittel mineralischer, pflanzlicher und tierischer Herkunft in substanzieller oder homöopathischer Zubereitung.

Zu den pflanzlichen Präparaten zählt auch die Misteltherapie (Präparate aus der weißbeerigen Mistel), die seit den 1920er Jahren in der AM zur Krebstherapie eingesetzt wird. Mistelpräparate können Tumorzellen im Zellkultorexperiment bereits in sehr geringen Konzentrationen abtöten. Bei Injektion von Mistelpräparaten unter die Haut kommt es zur Aktivierung des Immunsystems (neutrophile und eosinophile Granulozyten, später auch Lymphozyten), als wesentlichen Wirkstoff hat man die Mistel-
lektine identifiziert. Es gibt in der AM verschiedene Mistelpräparate, die sich je nach Wirtsbaum der Mistel und Art der Herstellung in ihren Inhaltsstoffen und ihrer therapeutischen Anwendung unterscheiden. Weitere Informationen zur Misteltherapie finden Sie auf Seite 24 (Misteltherapie).

Weitere Medikamente der AM für die Krebsbehandlung, die noch wenig untersucht sind, sind Helleborus (Christrose) und Colchicum (Herbstzeitlose). Alle genannten Pflanzen fallen dadurch auf, dass sie sich in ihrem Zyklus von Blühen und Fruchtbildung anders verhalten als die meisten anderen Pflanzen.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität und Symptomlinderung



bezüglich Krankheitsverlauf in bestimmten Situationen



5

HOMÖOPATHIE

Die Homöopathie wurde von Samuel Hahnemann (1755–1843) begründet. Sie verwendet zumeist Mittel pflanzlicher, mineralischer oder seltener auch tierischer Herkunft. Die Mittelauswahl erfolgt bei der klassischen Homöopathie nicht nach den Ursachen der Erkrankung, sondern nach dem individuellen Krankheitsbild. Die drei Grundprinzipien der Homöopathie sind:

- das Simile (= Ähnlichkeits-)prinzip
- die Arzneimittelprüfung am Gesunden und
- die stufenweise Verdünnung (Potenzierung) der Heilmittel

Das Simileprinzip geht von der Beobachtung aus, dass Symptome einer Krankheit zum Verschwinden gebracht werden können, wenn ein verdünntes Heilmittel gegeben wird, das in seiner unverdünnten Form ähnliche Symptome als Vergiftungserscheinung hervorruft. Je ähnlicher

die Gesamtheit der „Vergiftungssymptome“ zu den behandelnden Krankheitssymptomen sind, desto Erfolg versprechender ist das Mittel. Das bedeutet, dass Krankheiten oder Symptome immer individuell entsprechend der Gesamtheit der Symptome behandelt werden. Bei der Potenzierung werden die Medikamente schrittweise 1:10 (D=Dezimal Potenz), 1:100 (C=Centesimal) oder 1:50.000 (LM Potenz) in Alkohol (flüssige Stoffe) oder Milchzucker (feste Stoffe) verdünnt. Die Anzahl der Verdünnungsschritte wird als Zahl hinter dem Buchstaben angegeben. D₃ bedeutet demnach, dass dreimal eine Verdünnung von 1:10 durchgeführt wurde. Dies wird eventuell bis in einen Bereich fortgesetzt, in dem rein rechnerisch kein Molekül der Ursprungssubstanz mehr im so entstandenen Medikament enthalten ist. Da das Verdünnen auf eine besondere Art durchgeführt wird (Schütteln oder Reiben) nehmen Homöopathen aber an, dass durch diese Art der Verdünnung sogar eine Verstärkung der Wirkung erreicht werden kann (Potenzierung). Da die Behandlung entsprechend dem individuellen Symptom/Krankheitsbild stattfindet, gibt es kein homöopathisches Mittel gegen Krebs beziehungsweise Nebenwirkungen. Allerdings haben sich manche Mittel besonders bewährt (z. B. Nux vomica bei Übelkeit, Okoubaka bei Durchfall).

In Studien fanden sich Hinweise, dass Homöopathie im Vergleich zu keiner zusätzlichen homöopathischen Behandlung die Lebensqualität von Tumorpatienten verbessern kann. Eine Beeinflussung des Krebswachstums durch Homöopathie ist nicht zu erwarten.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität





bezüglich Tumorwachstum

Schüßler Salze

Der Oldenburger Homöopath Wilhelm Heinrich Schüßler (1821–1898) entwickelte in den 60er und 70er Jahren des 19. Jahrhunderts die „Biochemie nach Schüßler“. Sein Ansatz stellt im Wesentlichen eine Art verkürzter Homöopathie dar, die deren Vielzahl an Substanzen und möglichen Potenzierungsschritten auf zwölf Substanzen und zwei Potenzstufen (D6 oder D12, siehe Homöopathie) reduziert. In umfangreichen Auflistungen werden einzelne Symptome und Krankheitsbilder je einem der zwölf Mineralsalze zugeordnet.

Eine Begründung für die jeweilige Zuordnung gibt es allerdings nicht. Es gibt bisher keine überprüfbaren Beweise der Effektivität dieser Behandlung, insbesondere was die Anwendung bei Krebskrankheiten betrifft.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum





6

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN (TCM)


Die Chinesische Medizin ist ein etwa 6000 Jahre altes eigenständiges Heilkundesystem, das aus der daoistischen Lehre entstand. TCM basiert auf dem Prinzip von Yin und Yang. Yin und Yang stehen für entgegengesetzte und sich dabei ergänzende Kräfte. Sie sind nicht starr, sondern in ständiger Wandlung. Dem Prinzip von Yin und Yang unterliegen in der TCM nicht nur Organsysteme und Funktionskreise, sondern auch Nahrung, Umwelteinflüsse sowie das soziale Umfeld und alle Aktivitäten des Menschen. In der TCM ist das Ziel der Behandlung der Ausgleich der beiden Pole Yin und Yang. Alle Körperteile, Organe und Organsysteme (Funktionskreise) sind durch Energiebahnen – so genannte Meridiane – verbunden. Gesund ist nach Auffassung der TCM der Mensch dann, wenn seine Energien ungehindert fließen können.


Im Sinne der TCM sind Erkrankungen also Folgen von energetischen Störungen. Dabei sind die sichtbare Störung und die augenfälligsten Symptome des Patienten nur gewissermaßen die Spitze des Eisberges. Krebs wird in der Chinesischen Medizin als Stagnation von Blut und von Qi (Energie) interpretiert. Krebs ist nach den Vorstellungen der TCM eine schwere Schädigung des Yin, die sich in Müdigkeit und Antriebslosigkeit,

Gewichtsabnahme und Appetitlosigkeit bemerkbar macht. Der TCM-Arzt wird Heilkräuter anwenden, Meditations- und Atemübungen und eine Ernährungstherapie einleiten, um das Yin zu stärken. Meditations- und Atemübungen werden oft mittels QiGong oder Tai Chi durchgeführt. Die chinesische Kräuterheilkunde bedient sich über 7.000 Arzneien, die in ihrer Dosierung und Zusammensetzung auf den Patienten abgestimmt werden. Dabei kombiniert der TCM-Arzt verschiedene Einzeldrogen. Verwendet werden zum Beispiel Kelp, Rotklee oder Phytolacca (Kermesbeeren). Bedenklich ist, dass aus China stammende Kräutermischungen, die in Deutschland angeboten werden, teilweise verunreinigt und sogar mit Medikamenten wie Kortison vermischt sind, was einerseits zu Gesundheitsgefahren, andererseits auch zu unerwarteten Nebenwirkungen führen kann.

Akupunktur

Die Akupunktur ist ein Teilgebiet der Traditionellen Chinesischen Medizin. Bei der Akupunktur werden mit sehr feinen Nadeln ganz bestimmte Punkte unter der Haut angestochen. Diese mehr als 400 Akupunkturpunkte sind nach der traditionellen chinesischen Vorstellung durch Meridiane (Energiebahnen) verbunden, die durch den Körper führen. Je nach Art des Stechens soll die Akupunktur Energie ableiten oder den Körper anregen, einen Energiemangel auszugleichen. Man nimmt an, dass die Wirkung der Akupunktur durch Wärme verstärkt werden kann. Als Hitzequelle dient das angezündete Trockenkraut der Gewürz- und Heilpflanze Beifuß. Akupunktur eignet sich nicht zur Behandlung von Tumoren. Allerdings kann diese Methode gegen Übelkeit und Erbrechen, häufige Nebenwirkungen einer Chemotherapie, helfen. Auch Hitzewallungen (unter Hormontherapie), muskulär bedingte Schmerzen, Magen-Darmprobleme, Schlafstörungen oder Ängste lassen sich unterstützend relativ gut mit Akupunktur behandeln.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen

 bezüglich Tumorwachstum

Akupressur

Weitere
Informationen
finden Sie in
unserer Broschüre
„Integrative
Verfahren“

Eine spezielle Form der Akupunktur ist die Akupressur, wobei nicht durch Nadeln, sondern durch gezielten Druck auf eine bestimmte Körperstelle Wirkungen hervorgerufen werden. Es gibt inzwischen auch Armbänder, die durch ihre Form den Akupunkturpunkt Perkard 6 stimulieren. Hierdurch lassen sich tatsächlich Übelkeit und Erbrechen unter Radio- bzw. Chemotherapie bessern.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität in bestimmten Situationen



bezüglich Tumorwachstum

QiGong und Tai Chi

Siehe Seite 30 (QiGong) und Seite 31 (Tai Chi)

Ayurveda

Ayurveda entstammt der vedischen Hochkultur Altindiens und ist seit über 5000 Jahren bekannt. („Ayus“ bedeutet Leben, „veda“ das Wissen, die Wissenschaft). Ayurveda ist die Wissenschaft vom langen Leben, dabei geht es um eine gesunde Lebensführung in der Einheit von Körper, Geist und Seele unter Berücksichtigung sämtlicher Umweltfaktoren. Die Basis von Ayurveda bilden die so genannten drei Energieprinzipien (Doshas)

- Vata: das Bewegungsprinzip
- Pitta: das Feuerprinzip
- Kapha: das Strukturprinzip

Jeder Mensch hat – nach Ayurveda – sein individuelles Gleichgewicht von Vata, Pitta und Kapha, wobei in der Regel ein oder zwei Doshas dominieren. Die Doshas prägen körperliche und geistige Merkmale. In der ayurvedischen Medizin wird Krebs als eine Krankheit betrachtet, bei der alle drei Doshas, Vata, Pitta und Kapha beteiligt sind. Die Verdauungskapazität ist gering, der Stoffwechsel gestört und das Immunsystem geschwächt. Der

optimalen Therapie geht die Ausleitung von Schadstoffen (körpereigener und fremder) voraus. Eine solche Ausleitung kann durch eine Pancha-Karma-Kur, eine Reinigungs- und Verjüngungskur erfolgen. Sie ist eine Kombination aus inneren und äußeren Ölanwendungen (Ghee, Einläufe, Massagen), ayurvedischer Küche, Yoga und Meditation.

Rasayana ist eine besondere Behandlungsform, die zur Verbesserung des körperlichen, geistigen und moralischen Zustandes führen soll. Die Gabe von Rasayanas geschieht in Form pflanzlicher, mineralischer wie auch tierischer Stoffe, als Monopräparat oder als Mischung, mit sehr aufwendigen Herstellungsverfahren. Sie erfolgt durch Einnahme. Es gibt spezielle Rasayanas für die Srotas (Leitungsbahnen) sowie die Atemwege (Pipalli, Chyavanprash); den Harntrakt (Gokshura, Shilajit) und Andere. Ziel des Rasayana nach Chemo- oder Strahlentherapie und postoperativ ist die Normalisierung der Verdauungskraft, des Gewebestoffwechsels, und der Gewebsbildung insgesamt.

Navarakizhi, eine nährnde Behandlung, bei der der ganze Körper mit warmen Reissäckchen massiert wird oder Pizhichil, ein ständiger Fluss von warmen Öl über den gesamten Körper, sind nur zwei Beispiele für Behandlungen, die den Patienten kräftigen und eine psychisch stabilisierende Wirkung haben sollen. Studien zu Ayurveda Arzneimitteln bzw. äußeren Anwendungen bei Krebs gibt es bisher erst ganz vereinzelt. Yoga ist dagegen zur unterstützenden Behandlung bei Krebs gut etabliert (siehe Seite 32, Yoga).

Fazit:



bezüglich Lebensqualität (insbesondere Yoga)



bezüglich Tumorwachstum



7

GEISTHEILER

Manche Erkrankte suchen Heilung und Heilkräfte bei Menschen, die dafür keine klassische Ausbildung haben, aber denen besondere Kräfte durch sich oder andere zugeschrieben werden. Nach Umfragen würden sich 65 Prozent der bundesdeutschen Bevölkerung in einer ausweglosen Situation auch an einen solchen Geistheiler wenden.

Allgemein gesagt, wird mit Geistheilung eine Heilung beschrieben, die nur durch geistige Kräfte (z. B. Gebet, Fürbitte), nicht durch Medikamente oder Operation erfolgt. Laut Definition des Dachverbandes für geistiges Heilen e. V. ist Geistheilung zuerst einmal natürliches Heilen, denn die Natur des Menschen sei eine geistige. Geistheiler geben Hoffnung, vielleicht auch Perspektiven und betreuen ihre Klienten zumeist ganzheitlich, geduldig, einfühlsam und mit liebevoller Anteilnahme. Seriöse Geistheiler stellen die Kräfte, die sie oder andere an ihnen bemerkt haben, selbstlos, ohne Profitstreben den Patienten zur Verfügung, bringen den Patienten in keine Abhängigkeit und machen keine Heilsversprechungen. Heiler

müssen seit 2004 keine gesetzlichen Mindestanforderungen mehr erfüllen. Bis zu diesem Datum waren sie verpflichtet, zumindest eine Heilpraktiker-Ausbildung nachzuweisen und somit ein Mindestmaß an Sachkunde.

Leider gibt es auch unseriöse Heiler, die Hilfesuchende ausnützen oder in Abhängigkeit bringen. Hierzu gehören unter anderem die „Neue Medizin nach Dr. Hamer und der Kreis für geistige Lebenshilfe“.

Hinweise auf unseriöse Heiler:


- Wenn sie ihren Kunden vermitteln, dass ein Misserfolg nur entsteht, wenn dieser nicht zu 100 Prozent an deren Fähigkeiten glaubt.
- Wenn sie eine Gruppe von Menschen um sich scharen und eine geistige Führerrolle für sich beanspruchen (nach Art einer Sekte).
- Wenn eine Aufforderung von ihnen ausgeht, nur noch ihnen oder einem bestimmten Geistheiler zu folgen.
- Wenn vom Klienten gefordert wird, Kontakte zu andern Personen abzubrechen, die diesen Weg nicht unterstützen.
- Wenn gefordert wird, dass die Kontakte zur Schulmedizin oder anderen Therapeuten abgebrochen werden und deren Therapien unterbleiben.
- Wenn der Klient sich im Vorfeld für eine bestimmte Anzahl von Sitzungen verpflichten muss.
- Wenn sie vollständige Besserung oder gar Heilung versprechen.
- Wenn sie behaupten, sich nicht irren zu können.
- Wenn der Klient das Gefühl der Aufdringlichkeit oder Distanzlosigkeit hat oder sich sogar entkleiden muss.
- Wenn Geistheiler mit ihren Erfolgen angeben.
- Wenn finanzielle Interessen im Spiel sind. Viele Geistheiler arbeiten unentgeltlich oder gegen eine kleine Spende.
- Wenn Vorabkasse verlangt wird.


DIVERSE MITTEL UNTERSCHIEDLICHER HERKUNFT

Abgesehen von Behandlungen und Medikamenten, die sich aus bestimmten „Schulen“ ableiten, werden darüber hinaus zur Behandlung von Krebskrankheiten eine große Zahl unterschiedlicher Stoffe und Verfahren empfohlen, die nicht in solche Schulen oder Behandlungsprinzipien einzuordnen sind. Es ist unmöglich, hier alle zu erwähnen, zumal es fast jeden Monat neue Medikamente oder Verfahren gibt. Viele solcher Substanzen sind nach kurzer Zeit auch nicht mehr aktuell. Hier sollen einige der am häufigsten nachgefragten Mittel erwähnt werden.

Dichloressigsäure / Dichloracetat (DCA)


DCA hat in der Zellkultur Effekte gegen Krebszellen gezeigt. Es wird oral resorbiert und greift vermutlich in den Zuckerstoffwechsel von Krebszellen ein. Derzeit wird die Wirksamkeit gegen Krebs in verschiedenen Studien untersucht. Die Verträglichkeit in üblichen Dosierungen scheint gut zu sein, es wurden jedoch auch Neuropathien (Nervenschädigungen), Übelkeit, Müdigkeit und Leberschäden als Nebenwirkungen berichtet.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Faktor AF2®


Ist ein Organextrakt aus Milz und Leber. Faktor AF2 soll die Makrophagen aktivieren und damit die Abwehrkräfte des Körpers steigern. Das Präparat wird in erster Linie als Ergänzung zur Krebsbehandlung empfohlen, vor oder nach einer Operation, aber auch zur Bekämpfung von Nebenwirkungen der Strahlen- oder Chemotherapie. Es gibt verschiedene Veröffentlichungen, die eine günstige Wirkung in der postoperativen Nachbehandlung vermuten lassen. Es konnten damit das subjektive Befinden, Appetit oder Brechreiz unter Chemotherapie günstig beeinflusst werden. Faktor AF2 muss weiter geprüft werden, bevor es endgültig beurteilt werden kann. Da es ein Eiweißgemisch ist, besteht die Möglichkeit allergischer Reaktionen.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Haifischknorpel

Haifischknorpelextrakte werden insbesondere in den USA als ergänzendes Krebsmittel vermarktet und sehr häufig von Patienten eingesetzt, da Haie angeblich selten an Krebs erkranken. Eine Wirksamkeit konnte bisher nicht belegt werden.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Recancostat Comp.

Diese Mischung von reduziertem Glutathion, der essenziellen Aminosäure L-Cystein und Pflanzenstoffen soll angeblich einen entsprechenden Mangel in Tumorzellen kompensieren und sie so „normalisieren“. Wissenschaftliche Untersuchungen sahen keine Wirksamkeit. Der Preis für das Medikament ist unverhältnismäßig hoch.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität



bezüglich Tumorwachstum

Wobenzym / Wobe-Mucos

Die wirksamen Bestandteile von Wobenzym bzw. Wobe Mucos sind pflanzliche und tierische eiweißspaltende Enzyme. Aus klinischen Studien gibt es Hinweise, dass diese Enzymkombination die Nebenwirkungen von Bestrahlung und Chemotherapie verringern kann. Es liegen Studien zu Enzymgemischen aus Papain, Trypsin und Chymotrypsin (als Arzneimittel in Deutschland nicht mehr zugelassen), seit einiger Zeit auch Bromelain, vor. Die Ergebnisse sind uneinheitlich, die neueren und methodisch besseren Studien hatten zumeist negative Ergebnisse. Im Tierversuch sind neben entzündungshemmenden auch antitumorale Wirkungen gezeigt worden, diese Effekte sind beim Menschen bisher nicht belegt.

Fazit:



bezüglich Lebensqualität



bezüglich Tumorwachstum

Impfung gegen Krebs

Impfverfahren haben sich bei der Bekämpfung und Vorbeugung von Infektionskrankheiten aller Art bewährt. Das Prinzip einer Impfung ist die Herbeiführung einer spezifischen Abwehrreaktion gegen körperfremde

Stoffe, wie sie Viren und Bakterien darstellen. Impfungen gegen Krebs-erkrankungen werden mit der Vorstellung entwickelt, dass auch Krebs-ewebe in gewisser Weise „fremd“ im Körper ist und sich deswegen auch eine Abwehrreaktion bewirken lässt (siehe auch „Immunstimulierende Verfahren“). Die wissenschaftliche Medizin beschäftigt sich derzeit intensiv mit diesem Thema und es bestehen aufgrund guter Forschungsergebnisse große Hoffnungen, dass sich hieraus erfolgreiche Therapieansätze ergeben. Die Herstellung dieser Impfstoffe ist bisher aufwendig und benötigt in der Regel Gewebe aus dem Tumor des jeweiligen Patienten. Davon abzugrenzen sind Impfverfahren, die von Alternativmedizinerinnen angeboten sind. Sie sind zumeist unspezifisch (keine ausreichend gezielte Immunantwort gegen den Tumor), teuer und die Kosten werden von der Krankenkasse im Allgemeinen nicht übernommen. Sie sind daher nicht zu empfehlen.

Fazit:

Spannender Ansatz der modernen Krebsmedizin.
falls individuell bzw. in Studien durchgeführt



bezüglich alternativmedizinischer Impfung

Vorbeugende Impfungen

Bestimmte Infektionen, insbesondere solche, die durch Viren hervorgerufen werden, bewirken ein deutlich erhöhtes Krebsrisiko der Betroffenen. Dies gilt für Infektionen durch humane Papillomviren (HPV), die ein erhöhtes Risiko für Gebärmutterhalskrebs mit sich bringen und Hepatitis (B, C) Viren (chronische Leberentzündung), die ein erhöhtes Risiko für Leberkrebs nach sich ziehen. Für HPV und Hepatitis B sind inzwischen Schutzimpfungen verfügbar, die sehr zuverlässig diese Infektionen und somit auch die Krebsentstehung verhindern können.

Fazit:

bezüglich Vorbeugung (HPV, Hepatitis B)

UNTERSCHIEDLICHE APPARATIVE VERFAHREN

Gelegentlich werden in der komplementären Onkologie auch technische Verfahren eingesetzt.

Hyperthermie (vgl. Seite 16 Überwärmungsbädern und Sauna)

Tumorzellen sind im Allgemeinen hitzeempfindlicher als normale Körperzellen. Auf diesen Erkenntnissen aufbauend wurden verschiedene Hyperthermieverfahren (Überwärmungsverfahren) entwickelt. Es werden aktive (Fiebertherapie) und passive Hyperthermie sowie Ganzkörper und örtliche Hyperthermie unterschieden. Die aktive Fiebertherapie geht auf den Arzt Cooley zurück, der in der Zeit vor Einführung der Antibiotika die Beobachtung machte, dass sich Tumorerkrankungen im Rahmen eines fieberhaften Infektes zurückbilden können. Er entwickelte ein Toxin aus abgetöteten Bakterien, das den Patienten injiziert wurde. In den historischen Fallserien finden sich tatsächlich Dokumentationen von Tumorremissionen, insbesondere bei Sarkomen. Die Behandlung, die ein bis mehrmals wöchentlich durchgeführt wird, ist allerdings belastend (hohes Fieber, Schüttelfrost) und heutzutage nur off label (außerhalb des bestimmungsgemäßen Gebrauchs von Medikamenten) durchführbar. Zudem ist die Wirksamkeit nach heutigen Maßstäben nicht belegt.

Fazit aktive Hyperthermie:



Kann anstrengend und daher einschränkend bezüglich Lebensqualität sein



bezüglich Tumorwirksamkeit

Bei der passiven Ganzkörperhyperthermie wird der Körper mittels Infrarotstrahlen in einer Kabine (oder in der Badewanne mit heißem Wasser) aufgeheizt. Je nach Zieltemperatur kann die Behandlung anstrengend sein. Um mit Infrarohyperthermie Temperaturen $>40^{\circ}\text{C}$ zu erreichen ist eine medikamentöse Sedierung erforderlich. Es gibt bisher keine Nachweise, dass die Lebensqualität von Tumorpatienten oder die Überlebenszeit hierdurch verbessert wird.

Fazit passive Ganzkörperhyperthermie:



Kann anstrengend und daher einschränkend bezüglich Lebensqualität sein



bezüglich Tumorwirksamkeit

Bei den regionalen Hyperthermieverfahren wird mittels elektromagnetischer Wellen, ähnlich einer Mikrowelle, das Gewebe im Bereich des Tumors gezielt aufgeheizt. Die technische Qualität und Leistungsfähigkeit der auf dem Markt befindlichen Geräte variiert erheblich. Für Behandlungen mit anspruchsvoller Technik und hoher Energieabgabe ist die Wirksamkeit zum Teil gut belegt. So konnte die Überlebenszeit von Patienten mit Weichteilsarkomen mit regionaler Hyperthermie zusätzlich zur Chemotherapie in großen, aussagekräftigen Studie verlängert werden. Auch bei anderen Tumorarten gibt es Hinweise für eine Wirksamkeit. Bei multiplen Metastasen ist die regionale Hyperthermie nicht Erfolg versprechend. Die Verträglichkeit der Behandlung ist zumeist sehr gut. Die Kostenübernahme wird von den Krankenkassen häufig abgelehnt. Die Indikationsstellung sollte mit Spezialisten auf diesem Gebiet besprochen werden.

Fazit regionale Hyperthermie:



bezüglich Lebensqualität bei passender Indikation



bezüglich Tumorwirksamkeit bei passender Indikation

Ozon- und Eigenblutbehandlung

Die Eigenbluttherapie ist als Reiz-Reaktionstherapie ein klassisches naturheilkundliches Verfahren. Dabei handelt es sich um eine unspezifische „Umstimmungstherapie“. Es wird aus einer Vene Blut entnommen und wieder an anderer Stelle injiziert. Das meist intramuskulär injizierte Eigenblut soll Informationen tragen, die dem Immunsystem an einem „unerwarteten“ Ort präsentiert werden, um Immunreaktionen auszulösen, die das gesamte Abwehrsystem stimulieren. Die gesteigerte Abwehr soll ihre Wirkung dann im Gesamtorganismus entfalten und zur Abheilung eines chronischen Prozesses führen. Öfters wird auch eine modifizierte Behandlung angewandt, bei der 200 Milliliter Blut entnommen werden, die zunächst mit Ozon oder Sauerstoff vermischt und dann über die Vene zurückgegeben werden. Ozontherapie und Eigenblutbehandlung haben bei Tumorkranken keinen Stellenwert. Bei unsachgemäßer Anwendung der Ozon-Therapie sind lebensgefährliche Lungenembolien beschrieben worden!

Fazit:



bezüglich Lebensqualität





bezüglich Tumorwachstum

Erdstrahlen und Wasseradern

Die Technik, verborgene Gegenstände oder Strukturen durch eine Wünschelrute aufzuspüren, sollte zunächst Vorkommen von Erzen feststellen, wobei geländekundige Bergleute versuchten, mittels einer Wünschelrute Erzadern anzuzeigen. Das 1932 erschienene Buch „Erdstrahlen als Krankheits- und Krebserreger“ des Gustav Freiherrn von Pohl behauptet, viele Krankheiten hätten ihre Ursache darin, dass Betroffene ihren Schlafplatz über einer „Störzone“ hätten. Folglich bieten Wünschelrutengänger heute nicht nur ihre Dienste an, um günstige Bohrpunkte für Brunnen zu bestimmen, sondern auch, um vermeintlich gefährliche „Störzonen“ ausfindig zu machen. Betroffene sollen dann ihre Schlafplätze in „störungsfreie“ Zonen verlegen. Daneben werden von Wünschelrutengängern und „Geobiologen“ (die Berufsbezeichnung ist


nicht geschützt) zahlreiche „Abschirmvorrichtungen“, angeblich wirksame Hausmittel (Spiegel, Stroh, Korkmatten) oder auch Schutzrituale vermarktet. Erdstrahlen wurden bisher nie schlüssig nachgewiesen, auch das Vorhandensein von Wasseradern wird von Geologen bestritten. In kontrollierten Versuchen konnten Wünschelrutengänger auch keine Ergebnisse erzielen, die über der Zufallswahrscheinlichkeit lagen. Es gibt keine ernst zu nehmenden Hinweise, dass „Erdstrahlen“ oder Wasseradern zu Krebserkrankungen führen können. Daher sind alle diese Verfahren als nicht erfolgversprechend anzusehen. Dies gilt insbesondere für entsprechende Apparate, die nicht selten große Summen kosten.


Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie

Der Physiker Manfred von Ardenne setzte die Infrarot-Hyperthermie (siehe oben) zusammen mit der Gabe von Sauerstoff und Steigerung der Blutglukosespiegel ein („Sauerstoff Mehrschritt-Therapie“), da er der Ansicht war, dass hierdurch Tumorzellen gezielt geschädigt werden können. Diese Annahmen konnten allerdings bis heute nicht überzeugend verifiziert werden, die Forschungen hierzu wurden mittlerweile eingestellt.

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum




10


PSYCHOONKOLOGISCHE UNTERSTÜTZUNG, PSYCHOTHERAPIE

Die Psychoonkologie wird zu den komplementären, besser zu den supportiven (unterstützenden) Behandlungsverfahren gezählt. Psychoonkologen können Diplom-Psychologen, Ärzte oder Sozialpädagogen sein. Sie sollten eine spezielle Qualifikation im Bereich der Psychoonkologie (Psyche und Krebs) haben.

Seit den 1970er Jahren werden immer wieder Theorien publik, die einen Zusammenhang zwischen Psyche und Krebsentstehung sehen. Dieser Zusammenhang ist wissenschaftlich gesehen nicht haltbar. Ebenso gibt es keine Psychotherapie, die den Krebs heilen kann. Psychoonkologische Unterstützung kann allerdings sehr hilfreich bei der Krankheitsverarbeitung sein und damit zu einer Verbesserung der Lebensqualität führen. Die psychischen Belastungen, vor allem Angstzustände, die häufig bei

einer Krebserkrankung auftreten, können durch psychoonkologische Interventionen deutlich reduziert werden. Durch das Erlernen von Entspannungsverfahren werden Schmerzen und Übelkeit positiv beeinflusst. All das führt zu einem besseren Befinden während und nach einer Krebstherapie. Auch Angehörige können bei Bedarf psychoonkologisch betreut werden. Durch eine Krebserkrankung können frühere tief greifende Konflikte wieder aktualisiert werden, in diesem Fall kann eine Psychotherapie hilfreich sein. Es gibt folgende psychoonkologische Möglichkeiten: Beratung und Information, unterstützende Begleitung während der Therapie, Unterstützung in Krisen (Krisenintervention), Psychotherapie, Entspannungsverfahren (Imagination), kunsttherapeutische Ansätze und Gruppenangebote. Sie finden Psychoonkologen in Kliniken, Krebsberatungsstellen oder in eigener Praxis. Viele Krebspatienten profitieren von psychoonkologischer Unterstützung. Ob eine Beratung oder eine Psychotherapie angezeigt ist, muss individuell entschieden werden. Es ist ratsam darauf zu achten, dass der aufgesuchte Therapeut eine entsprechende Qualifikation in diesem Bereich hat (Zertifikat WPO der DKG).

Fazit:  bezüglich Lebensqualität

 bezüglich Tumorwachstum

In den Krebsberatungsstellen erhalten Menschen mit und nach Krebs sowie deren Angehörige schnell und kostenlos sozialrechtliche und psychoonkologische Unterstützung. (Siehe Seite 75, Psychosoziale Krebsberatungsstellen)

Die Adressen der der baden-württembergischen Krebsberatungsstellen finden Sie hier:
<https://www.krebsverband-bw.de/krebsberatung/krebsberatung>



11

KRITISCHE FRAGEN ZUR BEURTEILUNG VON KOMPLEMENTÄREN VERFAHREN

Um Ihnen zu helfen, sinnvolle von nutzlosen Behandlungen zu unterscheiden, finden Sie hier einige Fragen, die Sie vor Beginn einer Behandlung beantworten lassen sollten.

Wie lange wird diese Methode schon praktiziert?

Wenn sie auch nach Jahrzehnten noch nicht offiziell anerkannt ist, ist sie wahrscheinlich unwirksam, zumal weltweit nach erfolgreichen Krebstherapien geforscht wird.

Ist die Methode skurril oder an Orte gebunden?

Je geheimnisvoller, desto unwahrscheinlicher ist die Wirksamkeit.

Hat die Behandlungsmethode fast immer Erfolg oder sind auch Misserfolge bekannt?

Falls nur Erfolge bekannt sind oder bei Therapieversagen die Ursache in der Person der Patienten begründet wird, ist größtes Misstrauen angebracht.



Hat die Behandlung auch Nebenwirkungen?

Bei effektiver Behandlung ist bei einer Wirkung auch eine Nebenwirkung zu erwarten.

Bekämpfen die Vertreter dieser Methode die Schulmedizin? Sollen Sie die Schulmedizin gar nicht mehr praktizieren? Sollen Sie niemanden über die Behandlung informieren?

Diese Art von Forderung zeigt, dass kritisches Hinterfragen nicht gewünscht wird, auch hier ist größte Vorsicht geboten.

Ist die Behandlung sehr teuer, das heißt kostet sie hunderte oder sogar tausende Euro?

In solchen Fällen wird leider meist nur mit der Not oder Angst der Betroffenen noch ein Geschäft gemacht.

12

WEITERE INFORMATIONEN

Hilfreiche Adressen

Anschrift des Verfassers

Prof. Dr. med. Roman Huber
Uni-Zentrum Naturheilkunde Freiburg
Universitätsklinikum Freiburg
Telefon 0761 27082010
www.uni-zentrum-naturheilkunde.de

Deutsche Krebsgesellschaft e.V.

Kuno-Fischer-Str. 8
14057 Berlin
Telefon 030 322932-90
Telefax 030 3229329-22
www.krebsgesellschaft.de

Krebsverband

Baden-Württemberg e. V.

Adalbert-Stifter-Straße 105
70437 Stuttgart
Telefon 0711 848-10770
Telefax 0711 848-10779
www.krebsverband-bw.de

Kompetenznetz Komplementär- medizin in der Onkologie – KOKON

Koordinationsstelle
Klinik für Innere Medizin 5,
Schwerpunkt Onkologie/Hämatologie
Universitätsklinik der Paracelsus
Medizinischen Privatuniversität
Klinikum Nürnberg
Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1
90340 Nürnberg
Telefon 0911 398 2006
www.kokoninfo.de



[krebsverband.bw](https://www.krebsverband.bw)



Krebsverband
Baden-Württemberg

Krebsinformationsdienst (KID)

des Deutschen

Krebsforschungszentrums

Telefon 0800 4203040
Montag bis Freitag: 8:00 – 20:00 Uhr
Informationen in türkischer Sprache
Di., Mit., Don.: 8:00 – 20:00 Uhr
www.krebsinformationsdienst.de

Infonetz Krebs

Telefon 0800 80708877 (kostenfrei)
täglich 8:00 – 17:00 Uhr
www.infonetz-krebs.de
krebshilfe@infonetz-krebs.de

Weitere hilfreiche Broschüren wie z. B. die Broschüre zum Thema „Sport, Bewegung und Krebs“, die Broschüre zur „Integrativen Medizin“ oder auch zum Thema „Angehörige“ finden Sie auf der Homepage des Krebsverbandes Baden-Württemberg.

Psychosoziale Krebsberatungsstellen in Baden-Württemberg geben Halt und Sicherheit

Die Krebsberatungsstellen leisten niederschwellige Beratungen für Krebspatienten und deren Angehörige im sozialrechtlichen und psychologischen Bereich“.

Freiburg

Psychosoziale Krebsberatung Freiburg
Tumorzentrum Freiburg – CCCF
Hauptstr. 5A
79104 Freiburg
Tel. 0761 270-77500
krebsberatungsstelle@uniklinik-
freiburg.de
www.krebsberatungsstelle-freiburg.de

Heidelberg

Psychosoziale Krebsberatungsstelle
Nordbaden
Ernst-Moro-Haus
Im Neuenheimer Feld (INF) 155
69120 Heidelberg
Tel. 06221 56-22722
kontakt@kbs-nordbaden.de
www.kbs-nordbaden.de

Heilbronn

Psychosoziale Krebsberatungsstelle
Heilbronn-Franken
Moltkestr. 25
74072 Heilbronn
Tel. 07131 932480
info@slk-krebsberatung.de
www.slk-kliniken.de

Karlsruhe

Psychosoziale Beratungsstelle
für Krebskranke und Angehörige
AWO gGmbH Karlsruhe
Kronenstr. 15, 76133 Karlsruhe
Tel. 0721 35007-229
info@awo-karlsruhe.de
www.awo-karlsruhe.de

Leonberg/Böblingen/Herrenberg

Haus der Diakonie Böblingen
Landhausstr. 58
71032 Böblingen
Tel. 07031 2165-11
info@diakonie-boeblingen.de

Haus der Diakonie Leonberg
Agnes-Miegel-Str. 5
71229 Leonberg
Tel. 07152 33294-00
info@diakonie-leonberg.de

Haus der Diakonie Herrenberg
Bahnhofstr. 18
71083 Herrenberg
Tel. 07032 54-38
info@diakonie-herrenberg.de

Ludwigsburg

Ambulante Krebsberatungsstelle
Ludwigsburg
Posilipostr. 4, 71640 Ludwigsburg
Tel. 07141 99-67871
lb.krebsberatung@rkh-kliniken.de
www.rkh-kliniken.de/
ambulante-krebsberatungsstelle/

Mutlangen

Psychosoziale Krebsberatungsstelle
Ostwürttemberg
Haus 6, Klinikgelände Stauferklinikum
Wetzgauer Str. 85
73557 Mutlangen
Tel. 07171 4950230
info@kbs-ow.de
www.kbs-ow.de

Pforzheim

Krebsberatungsstelle Pforzheim
Kanzlerstr. 2 – 6
75175 Pforzheim
Tel. 07231 969-8900
info@kbs-pforzheim.de
www.kbs-pforzheim.de

Ravensburg

Krebsberatungsstelle Oberschwaben
St. Elisabethen-Klinikum
Elisabethenstr. 15
88212 Ravensburg
Tel. 0751 87-2593
krebsberatung@oberschwabenklinik.de
www.oberschwabenklinik.de

Schwäbisch Hall

Krebsberatung Schwäbisch Hall
Sparkassenplatz 6
74523 Schwäbisch Hall
Tel. 0791 89402
beratung@krebsverein-sha.de
www.krebsverein-sha.de

Sigmaringen

Psychosoziale Krebsberatungsstelle
Sigmaringen
Laizer Str. 1, 2488 Sigmaringen
Tel. 07571 7296 450
info@krebsberatung-sigmaringen.de
www.krebsberatung-sigmaringen.de

Stuttgart

Krebsberatungsstelle Stuttgart
Wilhelmsplatz 11, 70182 Stuttgart
Tel. 0711 5188-7276
info@kbs-stuttgart.de
www.kbs-stuttgart.de

Tübingen

Psychosoziale Krebsberatungsstelle
Tübingen
Herrenberger Str. 23, 72070 Tübingen
Tel. 07071 2987033
krebsberatung@med.uni-tuebingen.de
www.kbs.tumorzentrum-tuebingen.de

Ulm

Psychosoziale Krebsberatungsstelle
Ulm, Kornhausgasse 9, 89073 Ulm
Tel. 0731 88016520
kbs.ulm@uniklinik-ulm.de
www.kbs-ulm.de

Villingen-Schwenningen

Krebsberatungsstelle
Schwarzwald-Baar-Heuberg
Herdstr. 4 (Gesundheitsamt Zi. 102)
78050 Villingen-Schwenningen
Tel. 07721 9137-187
hilfe@MitKrebsLeben-sbn.de

Winnenden

Krebsberatungsstelle Rems-Murr
 Rems-Murr-Klinikum Winnenden
 (Haus 3)
 Am Jakobsweg 1, 71364 Winnenden
 Tel. 07195 591-52470
krebsberatung@rems-murr-kliniken.de



Der Krebsverband Baden-Württemberg e. V.

Der Krebsverband Baden-Württemberg e.V. besteht seit 1973 und ist entstanden aus dem Zusammenschluss der früheren Landesverbände Baden (1926) und Württemberg (1928). Er ist als Landesverband ein Mitglied der Deutschen Krebsgesellschaft.

Helfen, Informieren und Unterstützen

- Initiierung und Unterstützung der Selbsthilfegruppen mit Krebs (ideell und finanziell)
- Projekte zur Prävention und Früherkennung von Krebserkrankungen
- Finanzielle Unterstützung in Härtefällen
- Förderung patientenorientierter Forschung durch Initiierung von Modellprojekten
- Vernetzung von Tumorzentren und Onkologischen Schwerpunkt-kliniken
- Gesundheitspolitische Meinungsbildung Zusammenarbeit mit Ministerien, Verbänden und Fachgesellschaften
- Förderung der Fort- und Weiterbildung onkologischer Fachbereiche
- Mitwirkung in Kompetenznetzwerken

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite www.krebsverband-bw.de

Folgen Sie uns!



[krebsverband.bw](https://www.instagram.com/krebsverband.bw)



Krebsverband Baden-Württemberg

Krebsverband Baden-Württemberg e. V.

Adalbert-Stifter-Straße 105
70437 Stuttgart

Tel. 0711 848-10770

Fax 0711 848-10779

info@krebsverband-bw.de

www.krebsverband-bw.de

Unterstützen Sie uns mit Ihrer Spende!

Landesbank Baden-Württemberg
BIC SOLADEST600

IBAN: DE97 6005 0101 0001 0139 00

Spenden sind steuerbegünstigt.

Notizen

Notizen

Notizen

Notizen



MEHR
WISSEN
BESSER
LEBEN

Krebsverband Baden-Württemberg e.V.

Adalbert-Stifter-Straße 105

70437 Stuttgart

Tel. 0711 848-10770

Fax 0711 848-10779

info@krebsverband-bw.de

www.krebsverband-bw.de

**KREBSVERBAND
BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.**