ONKO fit®

Handbuch zur Steigerung der Selbstheilungskräfte in der Krebs Vor- und Nachsorge

Dieses Handbuch wird sporadisch überarbeitet.

Aktuelle Version: 2022-01-17

Die ONKOfit®-Vorträge und -Kurse sowie dieses persönliche Nachschlagewerk ersetzen weder eine medizinische Diagnose noch eine fachlich kompetente Beratung und/oder Behandlung. Lesen Sie vor dem Studium die Hinweise im Haftungsausschluss.

1. Auflage als Skript: 2008
7. korrigierte und erweiterte Auflage: 2022

Verfasser:
Rolf Wenger, kant. appr. Heilpraktiker

Kontakt:
Naturheilzentrum Oberland GmbH
Rosenstrasse 2, Zur Stadt Paris, 3800 Interlaken / Schweiz
Telefon: +41 33 221 77 47, eMail: admin@nhzo.ch

Druck:
Eigendruck als A5-Broschüre

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Haftungsausschluss

Haftung für Inhalte

Obwohl ich mich fortlaufend um Aktualität, Vollständigkeit und Richtigkeit der Inhalte dieses Handbuchs bemühe, kann ich hierfür keine Garantie übernehmen. Haftungsansprüche gegen die Autoren, Herausgeber und/oder Kursorganisatoren, welche sich auf Schäden materieller, gesundheitlicher oder ideeller Art beziehen, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind grundsätzlich ausgeschlossen, sofern seitens der Autoren kein nachweislich vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden vorliegt.

Haftung für Links

Das Handbuch enthält Links auf externe Webseiten Dritter. Auf die Inhalte dieser direkt oder indirekt verlinkten Webseiten haben wir keinen Einfluss. Für die Richtigkeit der Inhalte ist immer der jeweilige Anbieter oder Betreiber verantwortlich, weshalb ich diesbezüglich keinerlei Gewähr übernehme.

Urheberrecht

Die durch den Verfasser dieses Handbuchs erstellten Inhalte unterliegen dem Schweizer Urheberrecht und sind rechtlich geschützt. Sämtliche Beiträge Dritter sind als solche gekennzeichnet. Die Vervielfältigung, Bearbeitung, Verbreitung und jede Art der Verwertung ausserhalb der Grenzen des Urheberrechts bedürfen der schriftlichen Zustimmung. Kopien von diesen Seiten sind für den privaten Bereich gestattet, nicht jedoch für kommerzielle Zwecke.

Datenschutz

Einer Nutzung veröffentlichter Kontaktdaten durch Dritte zu Werbezwecken wird hiermit ausdrücklich widersprochen. Der Verfasser behält sich für den Fall unverlangt zugesandter Werbe- oder Informationsmaterialien ausdrücklich rechtliche Schritte vor.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Inhaltsverzeichnis

Haftungsausschluss 3
Inhaltsverzeichnis 4
Vorwort von Dr. med. Petra Wiechel 11
Vorwort von Rolf Wenger 13
Die Geschichte vom Schimmel 14
Wie Sie dieses Handbuch lesen 15
Spendenkonto 18
Quick Start 19
Biologische Grundlagen 23
Sieg dem Krebs? 23
Wunderwerk Mensch 24
Grundfunktionen des Lebens 29
Zellfunktionen 31
Stoffaustausch 31
Wie der Körper Energie produziert 33
Wer oder was steuert das System? 35
Medizinische Grundlagen 36
Fakten und Statistiken 36
So entwickelt sich Krebs 38
Tumorarten & Metastasen 43
Ursachen und Auslöser 47
Symptome 53
Allgemeine Symptome 53
Symptome der häufigsten malignen Erkrankungen 54
Paraneoplasie 55
Vorzeichen einer möglichen Erkrankung 56
Diagnosemöglichkeiten 56
Anamnese 56
Sichtbefund/Tastbefund 57
Blutanalysen 57
Stuhluntersuchung 58
Sonographie 59
Thermographie 59

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Skopien 59
MRT 60
Radiographie 61
Szintigraphie 61
CT 62
PET 63
Biopsie/Punktion 64
TNM 64
Sind Vorsorgeuntersuchungen schädlich? 66
Therapieformen 67
Operation 67
Radiotherapie 69
Chemotherapie 70
Hormontherapie 74
Immuntherapie 75
Antikörpertherapie 75
Impfung 76
Nebenwirkungen 77
Heilerfolge 79
Das Übel mit den Studien 80
Neue Wege in der Krebstherapie? 83
Krebsmafia 83
Neue Hoffnung 86
Krebsstoffwechsel 87
Krebsursachen: Erweiterte Sicht 92
Ernährungsfaktoren 93
tierisches Eiweiss (Fleisch & Kuh-Milchprodukte) 93
Transfette 94
Zucker und raffinierte Kohlehydrate 95
Natrium 95
Aflatoxin 96
Flüssigkeitsmangel 97
Soja? 98
Was könnte als „Unbekannt“ gelten? 99
Anhaltender Stress löst Krebs aus 99
Bewegungsarmut fördert Krebs 103

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Rauchen 104
Umwelt, geopathische Faktoren, Chemikalien etc 105
Schlafstörungen 106
Elektrosmog 107
Glauben Sie nicht alles, was publiziert wird 112
Zusammenfassung 115
Krebs ist normal! 115
Welche Faktoren führen zu Zellstress? 116
Krebs – unser Freund und Helfer? 118
Komplementäre Diagnostik 120
Mikronährstoffanalyse 120
Ergänzende Einzelanalysen 122
Mitochondrialer Funktionstest 123
NK-Zellfunktionstest 124
Chemosensitivitätstest 125
Unverträglichkeitsanalyse 126
Stressanalytik 127
Herzkohärenztest (HRV) 127
Oxidativer Stress 128
Nitrosativer Stress 130
Lüscher-Color-Diagnostik 130
Hormondiagnostik 132
Fettsäureprofil 133
Darmdiagnostik 134
Bioelektronische Terrain Analyse (BE-T-A) 136
Vitalblutdiagnostik (im Dunkelfeld) 137
Laktatmessung 138
Regulations-Thermographie 139
RANTES / Zahnstatus erheben 139
Schwermetalldiagnostik 140
Autonome Regulationsdiagnostik 141
Was gehört in ein Konzept? 143
Komplementäre Überwachung 144
Stoffwechselaktivität (EDIM) 144
Tumorgrösse 145
Nagalase 146

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Mitochondrienfunktion 146
LSA 147
p53 147
Übersicht Diagnostik & Massnahmen 148
Therapieverfahren 149
Ernährungstherapie 150
Ketogene Ernährung 150
Galaktose 153
Öl-Eiweiss-Kost nach Dr. Johanna Budwig 154
Rechtsdrehende Milchsäure (L+) 156
Vegetarische Ernährung 156
Die optimale Zusammensetzung 158
Essen nach Gottes Plan 159
Sekundäre Pflanzenstoffe 160
Entzündungen dämpfen 163
Wildpflanzen 165
Lebensenergie tanken 166
Orthomolekulare Medizin 168
Mitochondrialer Stoffwechsel 169
NADH 169
Magnesium 170
Alpha-Liponsäure 171
Coenzym Q10 171
Glutathion 172
Enzyme 172
DCA: Dichloressigsäure 173
Vitamin C 173
Lysin 174
Lactoferrin 174
Vitamin D 175
Selen 176
Melatonin 176
Germanium 177
Individuelle Therapie 178
Präparate während der klassisch medizinischen Therapie 179
Darmsanierung 180

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Zellgifte vermeiden 181
Mind-Body-Medizin 182
Psychosomatische Lösungen 183
Neurobiologie nach Dr. Klinghardt 185
Entspannungstherapie 186
Denkmuster verändern / Imaginationstherapie / Glauben stärken 190
Kunsttherapie 196
Der Tod ist unausweichlich 197
Besessenheit & Heilung 199
Homöopathie 200
Zahnsanierung / Störherde beseitigen 202
Wechselbeziehung Zähne - Organe 203
Narbenentstörung 204
Informationstherapie mit Bioresonanz 204
Heilpflanzen nutzen 206
Mistel 206
Kurkuma 208
Aprikosenkerne 208
Heilpilze 210
Grüner Tee 212
Flechte 213
Stachelannone 214
Christrose 214
Ackerschachtelhalm 215
Mariendistel 215
Schöllkraut 216
Goldrute 217
Schwarzer Holunder 217
Zistrose 217
Hanf 218
Heilsalben 219
Organismus entgiften 220
Chlorella 223
Steinöl 223
Honigmassage 224

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Basenbad 224
Kaffee-Einlauf 225
Leberreinigung 226
Immunsystem stärken 226
Grüner Propolis 226
Isopathie 227
Immuntherapie 228
Hydrotherapie 229
Erholsamen Schlaf finden – Melatonin fördern 232
Lachtherapie 233
Waldbaden 235
Bewegungstherapie / Sport 236
Gymnastik 239
Qi-Gong 240
Yoga 240
Therabanding 240
Rebounding 241
Heileurhythmie 241
Tanz 241
HIIT 242
Sauerstoff-Therapie 243
Magnetfeld-Therapie 244
Galvanotherapie 245
Hyperthermie 247
Infusions-Therapie 248
Akupunktur 249
Die Wahl der richtigen Therapie 250
Selbsthilfe & Prävention mit Kneipp 254
1. Machen Sie eine Standortanalyse 255
Persönliche Analyse 257
Medizinische Untersuchungen 259
2. Stellen Sie Ihre Ernährung schrittweise um 260
3. Entgiften Sie Ihren Körper 264
4. Bewegen Sie sich viel an der frischen Luft 267
5. Fördern Sie Ihre innere Harmonie 268
6. Nutzen Sie die Heilkraft der Natur 271

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

7. Stärken Sie Ihre Abwehrkräfte 273
8. Schliessen Sie Frieden mit Gott 274
Projekt ONKOfit® 276
Arbeitsblätter und Tabellen 278
Glossar: Begriffserläuterung 294
Weiterbildung in biologischer Medizin / Krebstherapie 300
Kreuzworträtsel Onkologie 300
Literaturhinweise/-empfehlungen 303

Lesen Sie einleitend das Interview aus dem Jahr 2012 des bekannten Schweizer Onkologen *Prof. Dr. med. Thomas Cerny*:

http://www.naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Krebs_nicht_besiegbar.pdf

Bildquelle: de.toonpool.com

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Vorwort von Dr. med. Petra Wiechel

Das Bildungsseminar ONKOfit® weist einen Weg (Ausgabe 2012)

Die Krankheit Krebs ist kein Schicksal – sondern eine persönliche Aufgabe, die an niemanden zu delegieren ist. Die Triggerung verschiedener Ursachen führt über Monate/Jahre zu einer stetigen Entgleisung im menschlichen Körper. Vordergründig weder spürbar, noch oft symptomatisch erkennbar. Sind wir deshalb ausgeliefert?

Der Autor hat es wunderbar verstanden diese Sorge mit aller Klarheit zu nehmen. Wahre Prophylaxe beginnt in der Bewusstwerdung all der Gefahren des Lebens, die zu dieser steten Entgleisung führen. Nur im Erkennen von Ursachen ist gezieltes Handeln möglich.

Krebs ist eine persönliche Krankheit. Es geht in der Behandlung nicht um die strikte Abfolge von Therapien, sondern spätestens mit der Diagnosestellung um Fragen, auf die Antworten gefunden werden müssen.

Zum Beispiel Vitamin D: Es ist kein Vitamin, sondern ein Hormon. Die Hauptquelle für Vitamin D ist die Eigensynthese aus 7-Dehydrocholesterin in der Haut unter Einwirkung von Sonnenlicht.

Bereits kurzfristige Sonnexposition von 20 min Ganzkörperbestrahlung füllen die Vitamin D Speicher auf (>10.000-20.000 IU). **Aber 70 % der Menschen verfügen über einen Vitamin D Mangel!** Dieser ist nur feststellbar, wenn man ihn im Blut kontrolliert. Heute weiss man durch zahlreiche Studien, dass bei der *Krebsabwehr* Vitamin D in mehrere Mechanismen involviert ist. Es fördert die Zelldifferenzierung, fördert den natürlichen Zelltod, hemmt die pathologische Zellvermehrung, hemmt die Metastasierung und hemmt ebenfalls das Andocken der Krebszelle an Gefässe, um sich selbst zu nähren. Jeder Sonnenschutzfaktor aber über 10 blockiert

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

diese lebensnotwendige Aktivierung. Hunderte Studien in den letzten Jahren zeigen die Zunahme von Krebs in enger Beziehung zum Vitamin D Mangel. Allein 30 % aller Brustkarzinome wären vermeidbar.

In einer umfassenden Analyse ist es dem Autor gelungen den Blick für das Ganze zu schärfen, die Multikausalität der Krankheit *Krebs* darzustellen. Nur dann lässt sich ein persönliches Konzept erarbeiten, mit dem es gelingt, den Körper in der Auseinandersetzung mit seiner Krankheit bewusst zu unterstützen. Einem Gesetz dürfen wir im Universum immer vertrauen: das Gesetz der Wiederherstellung. So konzentriert sich der Organismus jeden Tag neu auf das Programm: HEILUNG, Herstellung seines gesunden Zustandes.

In der kritischen Auseinandersetzung mit den Ursachen, sowohl auf physischer, als auch psychischer Ebene, beginnt ein Prozess der Bewusstwerdung, mit offeneren Augen durchs Leben zu gehen. Der Autor hat durch umfassende Recherchen eine Fülle an wertvollen Informationen und Hinweisen auf Fachliteratur und Internetquellen zusammengetragen. So gelingt es dem Leser gezielt geprüfte Informationsquellen zu nutzen.

Eigenverantwortung zieht sich als roter Faden durch das gesamte ONKOfit®-Seminar. Eine Fülle von Informationen geben Anstoss und Anlass, das Leben zu verändern, dann, wenn die Diagnose Krebs noch nicht Teil des Lebens geworden ist. Eigenverantwortung auch dann, wenn es darum geht mit der Diagnose Krebs einen neuen Weg zu finden, den eigenen Weg. **Heilung braucht Wahrheit.**

Durch das rasante Wachstum von Krebserkrankungen in den vergangenen Jahren leistet dieses innovative Projekt ONKOfit® in der Fürsorge und Nachsorge dieser Krankheit einen wesentlichen Aspekt in der Verhinderung, als auch der Gesundwerdung.

„Du bist verantwortlich für das was du tust, aber auch für das was du nicht tust.“ *Laotse*

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Vorwort von Rolf Wenger

Meine Eltern sind beide mit 66 Jahren an Krebs verstorben.

Meine Mutter hatte mit ihren Lungenmetastasen einen furchtbaren Todeskampf: Sie ist erstickt. Dabei hatte Sie sich vorwiegend auf natürliche Art behandeln lassen.

Mein Vater starb zwei Jahre später an hochdosierten Morphiumgaben, weil die Schmerzen seiner Metastasen ins Unerträgliche gestiegen sind. Er wurde vorwiegend schulmedizinisch behandelt (Operation, Chemo- und Radiotherapie).

Ein paar Jahre später entdeckte man im Rahmen einer Leistenbruch-Operation bei mir selbst einen benignen Tumor in der Grösse einer Chipolata. Er wurde ohne Rückfrage im selben Zug operativ entfernt.

Diese direkte familiäre Betroffenheit war Auslöser, wieso ich mich intensiv diesem Thema widmete und es immer noch tue.

Heute bin ich ein vom Kantonsarztamt anerkannter Heilpraktiker, praktiziere seit 1998 in eigener Praxis und unterrichtete über 10 Jahre Onkologie an einer Schule für Naturheilkunde. Seit 2010 leite ich zusammen mit meiner Frau das gemeinnützig ausgerichtete Naturheilzentrum Oberland.

Bereits während meiner langjährigen naturheilmedizinischen Praxistätigkeit in Thun wurde ich gefragt, was man bei Krebs selbst machen kann. Die meisten Therapeuten als auch Hausärzte stehen solchen Fragen oft mit einer grossen Hilflosigkeit oder gar Ohnmacht gegenüber. Hier will ich neue Hoffnung geben. Niemand

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

weiss, wann uns Gott zu sich holt – aber unsere verbleibende Lebenszeit sollten wir mit Würde und möglichst beschwerdefrei geniessen können.

Die Geschichte vom Schimmel

Stellen Sie sich vor, Sie wohnen in einem kleinen Haus etwas ausserhalb der Stadt am Rande der Autobahn. Das Haus haben Sie sehr gut isoliert, der Strassenlärm stört nicht weiter. Doch weil Sie lärmempfindlich sind und wegen all der Abgase lüften Sie auch wenig.
Eines Tages entdecken Sie in der oberen Ecke des Schlafzimmers einen tellergrossen runden grauschwarzen Fleck. Sie sind erstaunt, dass Ihnen das bis jetzt noch nicht aufgefallen war. Da Sie denken, dass es Schimmelbildung sein könnte, lassen Sie den Spezialisten kommen. Dieser nimmt eine Probe der grau-schwarzen Substanz und lässt diese analysieren. Beim Abkratzen fliegen unbemerkt hunderte von Sporen durch die Luft und setzen sich andernorts ab. Sehr schnell bekommt der Fachmann die Bestätigung, dass Sie Recht hatten: Es ist Schimmel.
Er erklärt Ihnen die für Sie und das Haus lebensbedrohliche Situation, wenn der Schimmel weiterwächst und dass sofort Massnahmen ergriffen werden müssten. Seine Firma hätte über 50 Jahre Erfahrung mit der Behandlung von Schimmel. Vertrauensvoll übergeben Sie die Verantwortung für die Schimmelentfernung dem Fachmann.
Als erstes muss der sichtbare Schimmel entfernt werden. Kurzerhand reisst der Fachmann mit ein paar Kollegen die ganze Tapete ab der Wand.
Da sich vielleicht auch unter der Tapete noch Schimmel befinden könnte, muss die Behandlung tiefergreifend sein. Der Fachmann nimmt ein Schrottgewehr und feuert unzählige Salven auf den Ort, wo der Schimmelpilz war. Die Wand ist zerfetzt und voller Löcher. Erschüttert schauen Sie zu und lassen es geschehen, schliesslich hat der Fachmann ja über 50 Jahre Erfahrung damit.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

„Um jetzt ganz sicher zu gehen, dass es nirgends mehr Rückstände hat, machen wir noch prophylaktisch eine leichte Nachbehandlung“, erklärt der Spezialist. Dazu wird ein Flammenwerfer eingesetzt. „Es gibt jetzt eine ganz neue, noch viel effektvollere Brandmischung, die wir bei Ihnen einsetzen können“, erklärt er. Innert Kürze sind Decke und Wände des Schlafzimmers verkohlt. Der Rauch zieht durch das ganze Haus. Sie können kaum mehr atmen und müssen das Gebäude verlassen.
Der Fachmann klopft ihnen auf die Schulter: „Sie haben es geschafft, der Schimmel ist weg.“ Voller Stolz, ihnen geholfen zu haben, fahren er und seine Kollegen davon.
Fassungslos stehen Sie vor einem zerstörten, unbewohnbaren Haus, in der Hand eine Rechnung, fast so hoch, wie ein neues Haus gekostet hätte.
Ein kleiner Trost bleibt Ihnen: Die Gebäudeversicherung übernimmt 90 % der in Rechnung gestellten Kosten. Hätten Sie nämlich den Schimmel auf sanfte Art entfernen lassen und die feuchten Wände saniert, hätten Sie alles selbst bezahlen müssen. Dafür hätte es allerdings nur 10 % der Kosten ausgemacht, die der „Fachmann“ berechnet hat.

Was es mit dieser Geschichte auf sich hat, werden Sie im Rahmen dieses Kurses selbst entschlüsseln können. Ich empfehle Ihnen, die Geschichte danach nochmals zu lesen.

Wie Sie dieses Handbuch lesen

Heute weiss ich, es gibt Möglichkeiten Krebs zu verhindern und teilweise gar auszuheilen – und das ohne toxische Belastungen. Ich habe einige Menschen kennen gelernt, denen das gelungen ist. Mir ist es ein persönliches Anliegen, Wege aus dem Krebsleiden aufzuzeigen. So teste ich an mir selbst seit vielen Jahren aus den zusammen getragenen Publikationen, Seminar- und Kongressunterlagen sowie persönlichen Beobachtungen Möglichkeiten der Krebs Vor- und Nachsorge.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Oft habe ich mich im Dschungel von wichtigen und falschen Informationen verirrt und den Weg dann wiederfinden müssen. Ich hoffe, Sie können von meinen Erfahrungen profitieren, die Krebserkrankung besser verstehen, sich über Risiken und Chancen bewusster werden und damit Ihren eigenen, einzigartigen Weg finden und gehen, beziehungsweise Ihre/n Partner/in darin begleiten.

Inzwischen spreche ich nicht mehr von einem Kampf gegen den Krebs. Denn Krebs ist ein Teil von uns selbst und das würde bedeuten, dass wir gegen uns selbst kämpfen. Dieser Schuss kann fast nur nach hinten losgehen. Kampf ist immer mit Stress verbunden und dieser fördert die Erkrankung. An meinen Kursen stelle ich die provokative Frage: „Wollen Sie im Kampf gegen den Krebs schwer verwundet zu Grunde gehen oder mit ihm Frieden schliessen und das Leben geniessen?“ Geht es nicht vielmehr um ein freudvolles Leben, eine hohe Lebensqualität – ob mit oder ohne Krebs?

Dieses Handbuch soll Ihnen mehr Macht über die heute weitverbreitetste Erkrankung geben. Es beruht auf Literaturstudien, Gesprächen mit Ärzten, medizinischen Fortbildungen sowie meinen persönlichen Erfahrungen und Überlegungen. Es schliesst anderweitige nützliche Wege nicht aus, mit denen ich mich bis jetzt nur unzureichend auseinander gesetzt habe (zum Beispiel EM, CDL, DMSO und mehr). Je mehr ich aber weiss, desto bewusster wird mir, wie wenig wir überhaupt über die Vorgänge im Körper, der Seele, dem Geist, Gott und den Verknüpfungen untereinander wissen. Vielleicht stellt sich in einigen Jahren nochmals vieles anders dar. Betrachten Sie daher das Geschriebene einfach als momentanen Wissensstand, der sich jederzeit ändern kann.

Wenn Sie jemanden haben, der Sie auf Ihrem Lebensweg begleitet, dann überlassen Sie das Studium des Kapitels „medizinische Grundlagen“ diesem für Sie wertvollen Menschen. Sie selbst lesen lediglich die anderen Kapitel. Der Grund ist einfach: Sie sollten sich nur mit den positiven Dingen und Chancen beschäftigen. Ihr/e

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebenspartner/in sollte aber die negativen Aspekte und Nebenwirkungen kennen und mit Ihnen dann nur die für Sie relevanten Informationen besprechen.

Während dem Studium dieses Handbuchs werden Ihnen zwei Symbole immer wieder begegnen.

Dieses Symbol zeigt auf, was Krebs fördert.

Dieses Symbol zeigt auf, was Krebs unterdrückt.

Beherzigen Sie die entsprechenden Themen und Ihr Körper ist in der Lage rosses zu vollbringen.

Ich habe viele Stellen mit einem Internetlink versehen, damit Sie sich bei Bedarf vertiefend informieren können (Filmdokumentationen, Hintergrundinformationen). Ich versuche diese aktuell zu halten, was aufgrund der häufigen Namenswechsel der Internetseiten nicht einfach ist. Es kann sein, dass ein heute eingefügter Link morgen schon nicht mehr funktioniert. Also nutzen Sie diese Ergänzung, solange es möglich ist.

Sie finden die jeweils aktuellste Version dieses Handbuchs als pdf-Datei unter https://naturheilzentrum-oberland.ch/krebsberatung. Da können Sie die verlinkten Seiten direkt anklicken und aufrufen.

Ich versuche, dieses Handbuch jährlich zu aktualisieren, die Links zu erneuern und neue, wichtige Beiträge einzufügen.

Damit Sie nicht auf das Update warten müssen, finden Sie aktuelle Gesundheitsinformationen fast täglich kostenlos auf unserem Telegram-Kanal:

https://t.me/naturheilzentrum

Über die Suchfunktion können Sie gezielt nach Artikeln zum Thema Krebs suchen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Sporadisch übertrage ich die nachhaltig wichtigen Publikationen in unsere kleine Datenbank:

https://prohumanitas.ch/krebs

Ich wünsche mir, dass Sie Ihre ganz individuelle Lösung, Ihren persönlichen Weg zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte finden. Die selbst betroffene *Anita Schütz* formulierte es so: „Ich denke, wahrscheinlich ist es egal, was für eine Therapie man von aussen kriegt. Wenn man dahin kommt, die innere Stimme zu hören, das innere Ich wieder wahrzunehmen, dann hat man den Weg der Heilung entdeckt."

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen Heil am Selbst mit Gottes reichem Segen!

Ihr *Rolf Wenger*

Spendenkonto

Wenn meinen fortwährenden Aufwand unterstützen möchten, so danke ich Ihnen jetzt schon von ganzen Herzen.

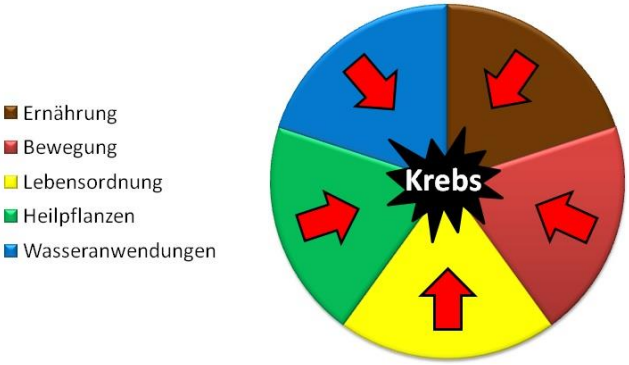
IBAN: CH67 8080 8006 5163 3163 4
BIC: RAIFCH22XXX
Naturheilzentrum Oberland GmbH, 3800 Interlaken / Schweiz

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Quick Start

Um den eigenen Möglichkeiten eine Struktur zu geben, stütze ich mich auf die umfassendste westliche Lehre der Naturheilkunde: Die Gesundheitssäulen von *Pfarrer Sebastian Kneipp*. Die verschiedenen Bereiche, in denen wir unsere Selbstheilungskräfte anregen können, decken sich mit seinen Ausführungen, die auch heute, fast 100 Jahre nach dessen Postulation, immer noch Gültigkeit haben.

Es gibt zahlreiche Studien, die in genau diesen Bereichen aufzeigen, wie das Wachstum von Tumoren verhindert, aufgehalten und zum Teil sogar rückgängig gemacht werden kann.



Ich war jahrelang Präsident des Kneippvereins Berner Oberland und musste leider mit ansehen, wie viele, die selbst Kneipp anpreisen, nicht mehr nach diesen Prinzipien leben. Wenn ich in ein Kneipp-Hotel gehe und dann sehe, was auf dem Teller ist, so hat das mit Kneipps ursprünglichen Ideen kaum etwas gemeinsam.

Wenn wir Krebs begegnen wollen, so müssen wir dessen Ursachen erkennen, diese eliminieren und dafür sorgen, dass der Körper all die Funktionen wahrnehmen kann, für die er geschaffen wurde. So haben wir die grösste Chance zu genesen. Die Grundlagen dazu erhalten Sie im Verlaufe dieses Handbuchs.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Um jetzt aber sofort mit der Umsetzung starten zu können, habe ich hier die für Sie wichtigsten Massnahmen auf einen Blick vorab zusammengefasst:

1. Ernährung

Verzichten Sie möglichst auf Kohlenhydrate. Das heisst: Null Zucker, wenig Getreideprodukte wie Brot oder Teigwaren (und wenn, dann Vollkorn), nur kleine Mengen an Kartoffeln, Reis, Mais, Quinoa etc. Wenig Früchte. Kein Alkohol.

Entsagen Sie Produkten aus Kuhmilch (ausser es sei Demeter-Qualität; die Rezepte von Dr. Budwig können Sie auch mit Schaf- oder Ziegenquark machen, sofern eine Verträglichkeit vorliegt).

Streichen Sie Schweinefleisch komplett von Ihrer Speisekarte und reduzieren Sie den Anteil an Fleisch von Säugetieren auf ein Minimum. Wenn Sie es vertragen, essen Sie regelmässig Eier.

Nehmen Sie sehr viel Fett zu sich. Aber umgehen Sie Transfette oder erhitzte Öle (ausser Kokosöl, Palmfett in Bio-Qualität).

Erhöhen Sie den Gemüseanteil auf ein Maximum (morgens/mittags roh, abends gedünstet).

Benutzen Sie möglichst häufig frische Kräuter.

Trinken Sie täglich viel frisches Wasser.

2. Bewegung

Machen Sie täglich einen mindestens 60minütigen zügigen Spaziergang. Dazu gehören Walken, leicht Joggen oder locker Rad fahren – idealerweise im Wald.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Alternative Idee: zu fröhlicher Musik eine Stunde tänzeln.

Wenn täglich nicht möglich ist, dann am Wochenende die Stunden aufholen, zum Beispiel mit zwei dreistündigen Wanderungen.

Sehr wirkungsvoll ist auch das hochintensive Intervalltraining. Es lässt sich gut in die spazierfreien Tage integrieren.

Aufgrund seiner Einfachheit eignet es sich auch für Bewegungsmuffel. Die kurzen Einheiten reichen aus, um die Bildung neuer Mitochondrien, der Energiekraftwerke unserer Zellen, zu stimulieren. Bereits nach wenigen Wochen verspüren Sie eine grössere Vitalität.

3. Lebensordnung/Meditation

Wer nachtragend ist, schleppt viel mit sich herum. Also: Vergeben Sie den Menschen, die Ihnen Unrecht getan haben – und auch sich selbst!

Wenn Sie noch keine Entspannungstechnik gelernt haben, dann holen Sie das jetzt nach. Eine Übungsanleitung finden Sie im Abschnitt „Herzkohärenz-Training“.

Es geht auch in einer Gruppe: Yoga, Autogenes Training, Qi Gong oder anderes.

Vermeiden Sie Elektrosmog und alltägliche Umweltgifte!

Nehmen Sie sich **täglich** eine Auszeit vom Tag, vom Leben, und nehmen Sie die Gegenwart bewusst wahr. Gehen Sie täglich ins Gebet, voller Dankbarkeit.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

4. Heilpflanzen

Nutzen Sie die Heilkraft der Natur. Zu den Favoriten gehören:

- Curcuma (Gelbwurz)
- Granatapfelextrakt
- Aprikosenkerne
- Heilpilze
- Stachelannone (Graviola)
- Grüner Propolis (brasilianisch)
- Mistel
- Hanf

5. Wasseranwendungen

Machen Sie sich täglich eine feuchte Leberkompresse sowie eine kalte Waschung. Anleitung dazu im Kapitel „Hydrotherapie“.

Weitere Massnahmen im Kapitel Selbsthilfe & Prävention

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Biologische Grundlagen

Folgen Sie mir jetzt in die fantastische Welt des menschlichen Körpers und wie wir Einfluss auf ihn nehmen können.

Sieg dem Krebs?

Gemäss Wikipedia bezeichnet man als **Onkologie** (altgr. όγκος ‚Anschwellung' und *lógos* ‚Lehre') die Lehre der Geschwulstkrankheiten (Tumor = Geschwulst/Schwellung); nicht zu verwechseln mit einem Geschwür (Ulcus), einer Gewebeauflösung.

Wer selbst an Krebs erkrankt ist oder sich davor schützen will, sollte unbedingt frei von den verschiedenen zum Teil haltlosen Theorien – sei dies seitens von Ärzten oder auch von Heilern – seine Genesung und damit auch sein Leben in die eigenen Hände nehmen können.

Dazu gehört ein entsprechendes Selbststudium. Wer nach dem Studium dieses Handbuchs mehr wissen möchte, dem empfehle ich die im Anschluss aufgeführte Literatur.

Leider ist es so, dass trotz der zahlreichen Investitionen in Milliardenhöhe, seitens der klassischen Medizin keine nennenswerten Fortschritte in der Behandlung und Therapie für Krebs gemacht wurden. Gemäss dem Internetportal Welt-Online ist die Diagnose Krebs für jeden zweiten Menschen eine tödliche Diagnose – trotz Bestrahlung, Chemotherapie, Operationen und neuer Medikamente. Die grossen medizinischen Fortschritte können nicht verhindern, dass Krebs immer mächtiger wird und jetzt schon die Todesursache Nummer ist.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hat also der Krebs gesiegt? Nein, denn aus dem Bereich der biologischen Medizin gibt es zahlreiche bahnbrechende Erkenntnisse in der Behandlung von Krebs. Ganz besonders auch im Bereich der Massnahmen, die jeder einzelne selbst umsetzen kann.

Wunderwerk Mensch

Haut, Fleisch, Organe und Knochen scheinen zunächst die ganze stoffliche Wirklichkeit Ihres Körpers auszumachen. Doch was verbirgt sich nun hinter dieser lebendigen Materie, aus der Ihr Körper zusammengesetzt ist? Verbirgt sich dahinter vielleicht weiter gar nichts? Oder ist es vielmehr ein Meisterwerk Gottes?

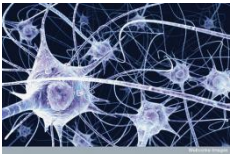
Als blosser Stoff ist der menschliche Körper in der Tat nichts Besonderes. Zum grössten Teil besteht er aus Wasser: bis zu achtzig Prozent! Der Rest – Trockensubstanz – ist eine Mischung aus rund zwanzig Elementen, wie sie auch in Ihrer Umgebung, im Staub und anderen anorganischen Substanzen vorkommen. Genauer aufgezählt handelt es sich um Eiweissstoffe, anorganische Salze, Fett, Zucker (Kohlenhydrate) und Nukleinsäuren. Der „Marktwert“ all dieser Stoffe zusammen beträgt rund 20 Franken – mehr sind Sie rein materiell nicht wert!

Aber diese Stoffe formen zusammen mit dem Wasser und zahlreichen lebenswichtigen Mikroorganismen Ihren Organismus mit seinen zehn reibungslos aufeinander abgestimmten Grundfunktionssystemen, die zusammen eine Einheit bilden. Denn jedes Organ ist mit anderen Systemen verbunden. Wenn man sich zum Beispiel körperlich anstrengt, braucht die Muskulatur mehr Sauerstoff, und die Atmungsorgane haben vermehrt zu arbeiten.

Lassen Sie uns zunächst diese wunderbaren Systeme des menschlichen Körpers etwas genauer ansehen. Grundlegende Kenntnisse über die Funktionsweise unseres eigenen Körpers tragen wesentlich dazu bei, die in diesem Kurs empfohlenen Massnahmen und Übungen besser verstehen zu lernen. Lassen Sie sich von dem Wunderwerk Körper faszinieren!

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Nerven



Im Nervensystem werden Botschaften in Form von elektrochemischen Impulsen mit Geschwindigkeiten um 120 m/s (also über 400 km/h) übermittelt. Eine einzelne Nervenzelle des Gehirns kann mit 10‘000 anderen Gehirnzellen verbunden sein. Zum Nervensystem gehören ausser dem Gehirn jedoch auch das Rückenmark, verschiedene Nervenstränge sowie das vegetative Nervensystem (das Körperfunktionen wie Atmung, Pulsschlag und andere physiologische Abläufe steuert). Auch Augen, Ohren und Zähne werden dem Nervensystem zugeordnet.
Neuere Erkenntnisse zeigen aber auch auf, dass Informationen nicht nur elektrochemisch, sondern auch in Lichtgeschwindigkeit übertragen werden. Diese Vorgänge werden derzeit noch erforscht.
Bildquelle: theolounge.wordpress.com

Hormonhaushalt

Hormone (das endokrine System) werden im Blutstrom transportiert und können jede Zelle des Körpers erreichen. Sie sind wichtig, um im Körper ein gleichbleibendes Milieu aufrechtzuerhalten (Salz- und Wasserhaushalt, Blutzuckerspiegel). Hormone haben auch einen wesentlichen Anteil an starken Gefühlen wie Angst und Wut, Freude und Verzweiflung. Und sie sind für die Geschlechtsmerkmale ebenso verantwortlich wie für die tägliche Verwertung der Nahrung. Sie bestimmen aber auch unseren Stoffwechsel und Energiehaushalt. Wenn unserem Körper die richtigen Ausgangsstoffe zur Verfügung stehen, ist er in der Lage, sämtliche Hormone selbst zu produzieren.

Bildquelle: sv-sachsen.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Atmung

Der Mensch kann wochenlang ohne Nahrung, tagelang ohne Flüssigkeit aber nur wenige Minuten ohne Luft überleben. Das Atmungssystem und der damit verbundene Gasaustausch gehören zu den wichtigsten Regulationssystemen. Täglich atmet der Mensch etwa 19‘000 Liter Luft ein und wieder aus. Zu diesem System gehören Nase, Hals und Lungen. Bildquelle: wikimedia.org

Blutkreislauf

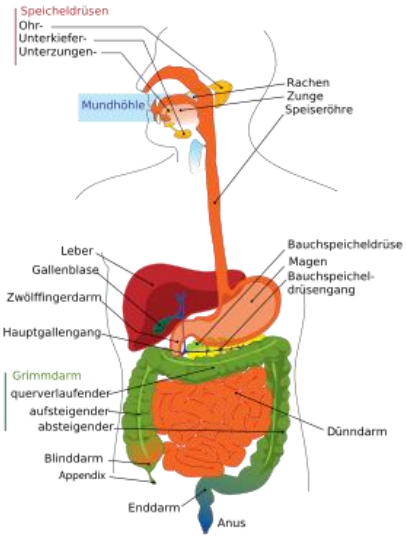
Pro Herzschlag werden durchschnittlich etwa 100 Milliliter Blut gepumpt. Wenn wir von etwa 80 Herzschlägen pro Minute ausgehen, werden somit täglich mehr als 11‘000 Liter Blut durch die insgesamt fast 100‘000 Kilometer langen Blutbahnen des Körpers transportiert. Hinzu kommt, dass die nur etwa 150 Gramm schwere Niere innerhalb von fünfzig Minuten das gesamte Blut reinigt. Täglich werden 2‘000 Liter durch sie hindurch gepumpt. Ist der Körper in Ruhe, filtert die Leber 1,5 Liter Blut pro Minute. Bildquelle: ascopharm.de

Muskulatur

Wussten Sie schon, dass Ihre Muskeln die ihnen zugeführte Energie sechsmal so wirksam verwerten wie der Motor eines technisch hochentwickelten Autos? Über 400 Muskeln halten Ihren Körper in Bewegung – viele davon Tag und Nacht, ohne Ihr Zutun (denken Sie an die Atmung oder das Herz). Muskeln, die nicht benötigt werden, wechseln bereits nach wenigen Tagen in den «Standby-Modus», Das heisst, sie werden inaktiv und reduzieren ihre Masse. Bildquelle: dr-gumpert.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Verdauung



Durchschnittlich nimmt der Mensch in der westlichen Welt im Lauf seines Lebens etwa fünfzig Tonnen Lebensmittel zu sich. Es kann 24 Stunden oder länger dauern, bis eine Mahlzeit verdaut ist und die unverdaubaren Reste (Ballaststoffe) ausgeschieden sind. In der Magenschleimhaut befinden sich 35 Millionen winziger Drüsen, die täglich 2–3½ Liter Magensaft produzieren.

Bildquelle: de.academic.ru

Auch die Leber, 50‘000 bis 100‘000 kleine Läppchen mit einer Zentralvene in ihrer Mitte, spielt eine wichtige Rolle bei der Verdauung: Sie produziert täglich 0,5–1 Liter Galle (Fettabbau). Der Darmtrakt mit einer Oberfläche von über 300 m2 ist ein wichtiger Teil des Immunsystems. Das ist etwa die Grösse eines Tennisplatzes (Doppel).

Berücksichtigt man noch die Mikrofalten, so ergibt sich sogar die unvorstellbare Grössenordnung von 4‘500 m2. Das entspricht zirka der Grösse eines Fussballfeldes.

Skelett

Über 200 Knochen stützen und schützen unseren Körper und halten ihn mit Hilfe von Gelenken und Bändern stabil. Die Muskulatur hält unser „Knochengerüst“ zusammen und bringt es in Bewegung. Spezielle Zellen bauen den Knochen stetig ab und wieder auf. Das gilt übrigens für die meisten Zellen in unserem Körper.

Bildquelle: schulbilder.org

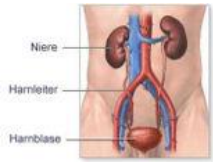
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Fortpflanzung

Dieses Körpersystem sichert das Überleben der Gattung Mensch. Die männliche Samenzelle gehört zu den kleinsten menschlichen Zellen. Bei jedem Samenerguss werden zwischen 150 und 400 Millionen Samenzellen ausgestossen. Gebildet werden diese Samenzellen in den rund 230 Meter langen Kanälchen, die sich in den Hoden befinden. Während die männlichen Geschlechtsorgane nur bei der Zeugung eine Rolle spielen, umfasst der weibliche Körper alle Organe, die für die Entwicklung des Fetus, die Geburt und die Ernährung des Kindes nach der Geburt notwendig sind. Wenn ein Mädchen geboren wird, enthalten seine Eierstöcke etwa zehn Millionen – zunächst noch unreife – Eizellen. Rund drei Viertel davon degenerieren vor der Pubertät, und von den übrigen entwickeln sich (nur) 400–500 zu reifen Eizellen.

Bildquelle: cryobank-muenchen.de

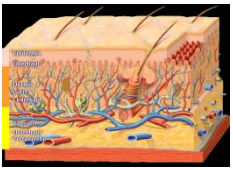
Harnsystem



Dieses System reguliert den Wasserhaushalt mit Hilfe der Niere, die wir bereits angesprochen haben. Das Blut wird gefiltert und überflüssige sowie giftige Stoffwechselprodukte werden als Urin ausgeschieden.

Bildquelle: desf.de

Haut



Die Haut ist eines der grössten Organe, das wir besitzen. Sie ist wasserdicht, wirkt temperaturregulierend, hält schädliche Bakterien ab und vernichtet sie, lässt Haare wachsen, scheidet Substanzen aus und nimmt solche auf. Sie liefert Informationen bei Berührungen, absorbiert ultraviolette Strahlen und stellt mit deren Hilfe sogar das Hormon Vitamin D her. Die Hülle unseres Körpers wiegt zwischen 2,7 und 4,5 kg und hat äusserlich eine Oberfläche von knapp zwei Quadratmetern.

Bildquelle: dline.ch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Grundfunktionen des Lebens

Einfache 'Rohstoffe' oder hochkomplizierte Regelungssysteme? Wie passt das zusammen? Was ist der Trick des Körpers, ja des Lebens überhaupt?

Wie jeder Organismus erfüllt der menschliche Körper zunächst zwei verschiedene Grundfunktionen des Lebens:

1. **Energie wird umgesetzt. Sie wechselt ihren Stoff:**
   Die Stoffe aus der Nahrung (Fett, Eiweiss, Kohlenhydrate) werden
   - in Wärme- und Bewegungsenergie,
   - in körpereigenes Eiweiss und Fett sowie
   - in elektrische Energie (ja tatsächlich: Ihr Körper ist so nebenbei auch ein kleines Elektrizitätswerk) umgewandelt.

2. **Daten werden gespeichert, verwaltet und weitergegeben.**
   Die Daten, genannt Erbinformationen, enthalten den Bauplan des gesamten Organismus mit all seinen, sage und schreibe, Billionen von Einzelheiten. Dieses Datenmaterial ist freilich nicht elektronisch, sondern chemisch gespeichert und wird auch chemisch abgelesen. Die einzelnen Bestandteile der DNS (Desoxyribonukleinsäure) sind in einer langen Fadenstruktur wie chemische Schriftzeichen aufgereiht und können durch die RNS (Ribonukleinsäure) auch chemisch 'abgelesen' werden. Jeder Körper hält sich zeitlebens an diese Baupläne und gibt diese Erbinformationen bei der Fortpflanzung auch dem neu entstehenden Leben mit. Welche Baupläne letztlich umgesetzt werden, hängt massgeblich vom Lebensstil ab. Die Steuerung über den Genpool nennt sich Epigenetik.

Ihr Körper besteht aber nicht primär aus Haut, Fleisch und Knochen. Vielmehr bestehen diese scheinbar verschiedenen Körperteile aus den immer gleichen, winzig kleinen Bausteinen: Zellen. Um einen Körper wie den Ihren aufzubauen und zu erhalten, braucht es rund 70-80 Billionen dieser Zellen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Doch der Körper ist noch mehr als das. Wir sind ein riesiges Ökosystem, in dem über 10‘000 verschiedene Bakterien leben. Insgesamt 100 mal so viel wie wir Körperzellen haben. Allein im Darm „wohnen“ mehr Bakterien, wie unser Körper Zellen hat. Das sind 1,5 - 2 kg dieser nützlichen Helfer. Ohne Bakterien können wir nicht überleben. Gerät dieses Ökosystem – das sogenannte Mikrobiom – aus seinen Fugen, zum Beispiel durch denaturierte Nahrungsmittel (Fast-Food), Medikamente, Umwelttoxine oder Stress, so werden wir krank. Diverse Gruppen von Viren und/oder Bakterien gewinnen die Überhand. Durch verschiedene Massnahmen, wie zum Beispiel Fieber, versucht der Körper dann das Gleichgewicht wiederherzustellen. Bildquelle: lifeline.de

Es stellt sich die Frage, ob es Krankheit als solches überhaupt gibt – oder es „nur“ die Symptome sind, die wir im Rahmen eines Ausbalancierens unseres Ökosystems wahrnehmen.

Jede einzelne unserer Aberbillionen von Körperzellen vermag für sich allein die beiden zuvor genannten Grundfunktionen des Organismus zu erfüllen: Energieumsetzung und Datenspeicherung. Jede einzelne Zelle erzeugt die Energie, die von ihr erwartet wird: etwa als Muskelzelle Bewegung oder als Herzleitungssystem Elektrizität. Dabei werden alle diese verschiedenen Energieumsätze mit ein und demselben körpereigenen Brennstoff unterhalten: Adenosintriphosphat, kurz ATP.

Dazu benötigt sie aber zahlreiche essentielle Nährstoffe und muss die anfallenden Stoffwechselabfallprodukte auch wieder loswerden können.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

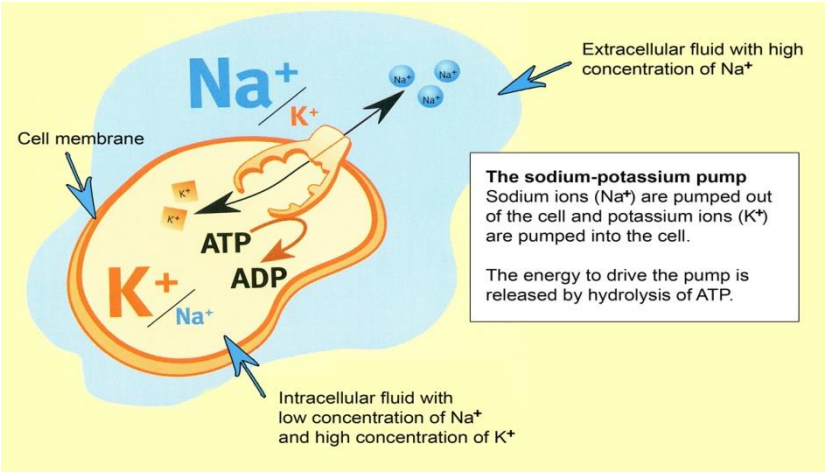
Zellfunktionen

Stoffaustausch

Wie unser Körper besitzt auch die Zelle eine Haut, diese nennt sich Membran. Die Aussenseite ist aus Glykolipiden, die Innenseite aus Cholesterin (zur Membranstabilisierung) aufgebaut.

Cholesterin ist ein für uns sehr wichtiges Lipid (Fettkörper). Es ist auch der Ausgangsstoff für die Bildung von Hormonen. Es wird zu 90 % in der Leber produziert. Starke oxydative Prozesse schädigen das Cholesterin. Die Zelle braucht Nachschub. Die Leber erhöht die Produktion. Ein hoher Cholesterinspiegel ist also ein Zeichen von Zellschädigung. Senken wir diesen künstlich, kann sich die Zelle nicht mehr vollständig reparieren. Grössere Probleme folgen.

Um die Nährstoffe in die Zelle und den „Abfall“ wieder herauszutransportieren, braucht es eine Pumpe. Die bekannteste ist die Natrium-Kalium-Pumpe. Im Inneren der Zelle ist die Natrium-Konzentration tief und die Kalium-Konzentration hoch.

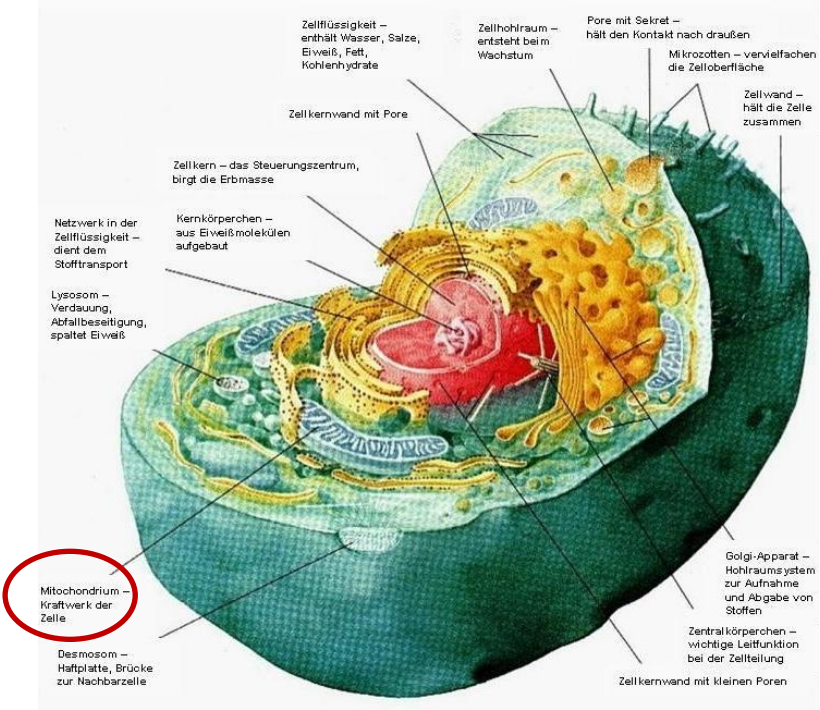


Bildquelle: http://malleryhcyanaton.blogspot.ch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Durch Ionenaustausch findet ein aktiver Transport statt. Dazu verbraucht die Zelle etwa ein Drittel der von ihr selbst produzierten Energie (ATP). Eine gesunde Zelle weist ein elektrisches Potential zwischen 70-90 Millivolt auf.

So sieht eine Zelle schematisch dargestellt aus:



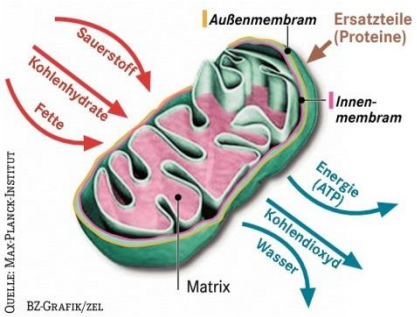
Bildquelle: rdfobi.de

Um im Folgenden die Entstehung von Krebs besser zu verstehen, betrachten wir uns die Funktion der Mitochondrien etwas genauer. Die obige Darstellung ist rein schematisch. Sie können nur vier Mitochondrien erkennen. Tätsächlich sind es aber Tausende.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Wie der Körper Energie produziert

In jeder einzelnen Zelle produzieren rund 1‘500 Mitochondrien (ein alter Bakterienstamm mit eigener DNS) mit Hilfe von Sauerstoff, Glucose und Fettsäuren dieses ATP, eine hochenergetische Verbindung, die zur Erledigung aller Aufgaben nötig ist. Die tägliche Produktion von ATP in unseren Mitochondrien entspricht in etwa unserem Körpergewicht. Das Wissen um die Mitochondrien und ihren aeroben Stoffwechsel – auch Zitronensäure-Zyklus genannt – ist entscheidend, um Krebs zu verstehen!



https://www.mpg.de/5039005/Nanowelt_Mitochondrien

Der zelluläre Energieumsatz mit Hilfe des ATP bringt Erstaunliches zuwege. Rein theoretisch gerechnet könnte Ihr Körper aus den – sagen wir mal – 3’500 Kalorien Nahrung, die Sie täglich zu sich nehmen, 850 Kubikzentimeter reines ATP in pulverisierter Form gewinnen. Direkt in elektrische Energie umgesetzt, würde der chemische Brennstoff Ihres Körpers 15’000 10-Watt-LED-Lampen eine Minute lang zum Leuchten bringen.

Sollten Sie sich demnächst einmal abgespannt und schlaff fühlen, dann erinnern Sie sich daran, was in Ihnen steckt: eine unermessliche Leuchtkraft! – Malen Sie sich genau aus, wie diese gleissende Lichtflut Ihren Körper durchströmt, und Sie werden sich kraftvoller fühlen.

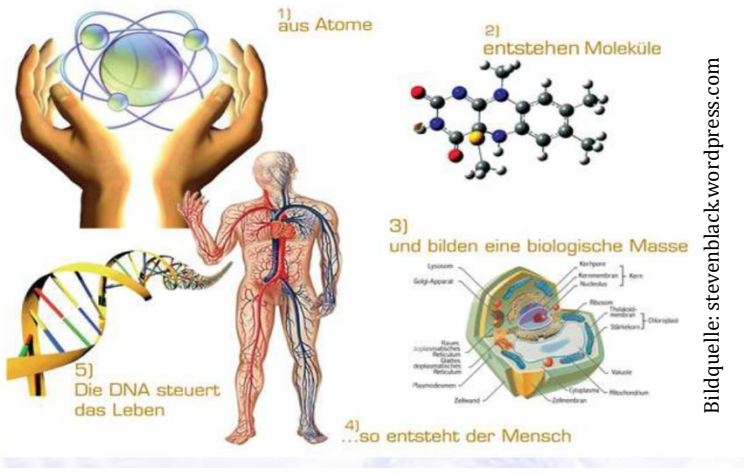
Bildquelle: jemabo.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Jede einzelne Ihrer Aberbillionen Zellen wusste und konnte ursprünglich alles, was zum ordnungsgemässen Funktionieren des ganzen Organismus erforderlich ist. Die Muskelzelle, die für Bewegung sorgt, hätte ebenso gut die Arbeit einer Leberzelle übernehmen können. Warum jede Zelle trotz solcher Kompetenz still und bescheiden in ihrem Bereich allein der ihr zugewiesenen Arbeit nachgeht, weiss die Forschung bis heute noch nicht genau. Jedenfalls ist diese Selbstbeschränkung der Zelle ein wahrer Segen. Stellen Sie sich vor, was in Ihrem Körper los wäre, wenn jede Zelle Ihres Körpers sich einen neuen Job suchen wollte?

Durch bewusste Entscheidungen und aufgrund höchstkomplexer unbewusster Steuerung sind Sie der Dirigent eines Orchesters, das sich aus Aberbillionen individueller Musiker zusammensetzt.

In jedem Zellkern befindet sich – auf kleinsten Raum geschickt in einer sogenannten Doppelhelix aufgerollt – ein DNS-Faden mit chemischer Schrift von einer Länge bis zu 1,8 m. Die Gesamtlänge aller Ihrer gut 75 Billionen einzelnen DNS-Fäden kommt auf 135 Milliarden Kilometer. Diesen Faden können Sie sich nicht fein und dünn genug vorstellen. Er würde über fünfzig Mal von der Erde bis zur Sonne und zurückreichen – und keine 60 Gramm wiegen!



Bildquelle: stevenblack.wordpress.com

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die DNS ist wie der Notensatz für das Orchester. Die Noten selbst können nichts spielen. Der Orchesterleiter entscheidet, welche Noten gelesen, also was gespielt wird. Das nennt sich Epigenetik.

Jede Sekunde baut Ihr Körper zwischen 10 und 50 Millionen Körperzellen ab und ersetzt sie durch neue. Die Zellen eines 50-Jährigen sind so durchschnittlich 10 Jahre alt. Alle zehn Jahre haben Sie nahezu einen neuen Körper. Was spricht dagegen, dass Ihr Körper durch epigenetische Massnahmen anstelle von kranken, gesunde Zellen repliziert?

Wer oder was steuert das System?

"Meine Herren, als Physiker, der sein ganzes Leben der nüchternen Wissenschaft, der Erforschung der Materie widmete, bin ich sicher von dem Verdacht frei, für einen Schwarmgeist gehalten zu werden. Und so sage ich nach meinen Erforschungen des Atoms dieses: Es gibt keine Materie an sich.
Alle Materie entsteht und besteht nur durch eine Kraft, welche die Atomteilchen in Schwingung bringt und sie zum winzigsten Sonnensystem des Alls zusammenhält. Da es im ganzen Weltall aber weder eine intelligente Kraft noch eine ewige Kraft gibt - es ist der Menschheit nicht gelungen, das heissersehnte Perpetuum mobile zu erfinden - so müssen wir hinter dieser Kraft einen **bewussten intelligenten Geist** annehmen. Dieser Geist ist der Urgrund aller Materie. Nicht die sichtbare, aber vergängliche Materie ist das Reale, Wahre, Wirkliche – denn die Materie bestünde ohne den Geist überhaupt nicht –, sondern der unsichtbare, unsterbliche Geist ist das Wahre! Da es aber Geist an sich ebenfalls nicht geben kann, sondern jeder Geist einem Wesen zugehört, müssen wir zwingend Geistwesen annehmen. Da aber auch Geistwesen nicht aus sich selber sein können, sondern geschaffen werden müssen, so scheue ich mich nicht, diesen geheimnisvollen Schöpfer ebenso zu benennen, wie ihn alle Kulturvölker der Erde früherer Jahrtausende genannt haben: Gott!“

Max Planck (1858- 1947), Nobelpreisträger

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Medizinische Grundlagen

Fakten und Statistiken

Im Vergleich zum Jahr 1990 erkrankten in der Schweiz im Jahr 2008 42 % mehr Menschen an Krebs. Die neuste Publikation des Bundesamtes für Statistik (2017) zeigt auf, dass bei den 48-80 jährigen Männern und 39-79 jährigen Frauen Krebs die häufigste Todesursache ist! Würde man äussere Ursachen wie Unfall und Suizid herausrechnen, wäre Krebs bei beiden Geschlechtern schon Jahrzehnte vorher die häufigste Todesursache.

https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/gesundheit.assetdetail.7206479.html

Umso wichtiger dieses Handbuch umzusetzen und weiterzugeben!

Hier eine Übersicht der häufigsten Krebsarten in den Lehrbüchern (Quelle: „Innere Medizin“, Thieme-Verlag, Auflage 1999):

Geschätzte Krebshäufigkeit und -todesfälle

	Häufigkeit	Todesfälle		Todesfälle	Häufigkeit	
malignes Melanom	3 %	2 %		1 %	3 %	malignes Melanom
Mundhöhle	3 %	2 %		1 %	2 %	Mundhöhle
Lunge	17 %	34 %		18 %	32 %	Mamma
Pankreas	2 %	4 %		22 %	12 %	Lunge
Magen	3 %	3 %		5 %	2 %	Pankreas
Kolon/ Rektum	13 %	10 %		11 %	13 %	Kolon/ Rektum
Prostata	28 %	13 %		5 %	4 %	Ovar
Harnwege	9 %	5 %		4 %	8 %	Uterus
Leukämie/ Lymphome	8 %	8 %		3 %	4 %	Harnwege
				8 %	6 %	Leukämie/ Lymphome
andere	14 %	19 %		22 %	14 %	andere

Nachfolgend die verfügbaren Daten der Schweiz (Stand Juni 2012):

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die häufigsten Krebsarten nach Geschlecht (Inzidenz)

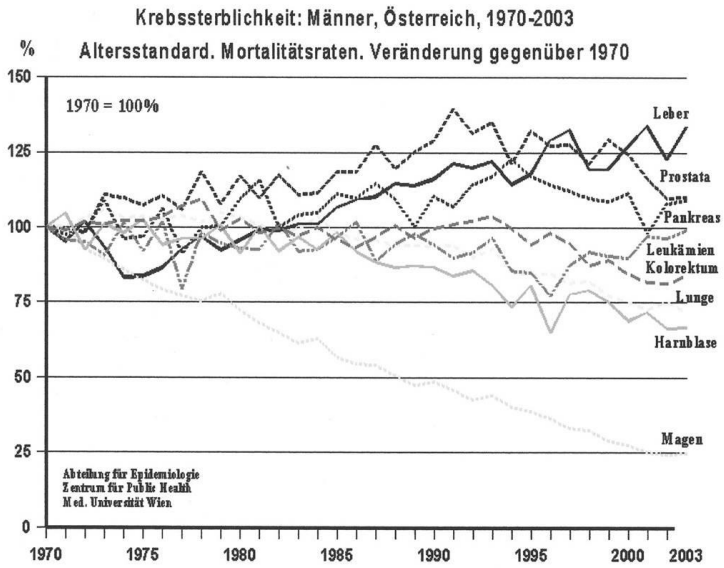
Männer		Frauen	
Prostatakrebs	29.5%	Brustkrebs	31.9%
Lungenkrebs	12.3%	Dickdarmkrebs	10.7%
Dickdarmkrebs	11.4%	Lungenkrebs	8.2%
Hautkrebs (Melanom)	5.3%	Hautkrebs (Melanom)	6.0%
Blasenkrebs	4.4%	Gebärmutterkörperkrebs	5.2%

Die Krebsarten mit der grössten Sterblichkeit nach Geschlecht (Mortalität)

Männer		Frauen	
Lungenkrebs	22.9%	Brustkrebs	19.0%
Prostatakrebs	14.6%	Lungenkrebs	13.7%
Dickdarmkrebs	10.1%	Dickdarmkrebs	10.3%
Bauchspecheldrüsenkrebs	5.5%	Bauchspeicheldrüsenkrebs	7.5%
Leberkrebs	4.8%	Eierstockkrebs	6.1%

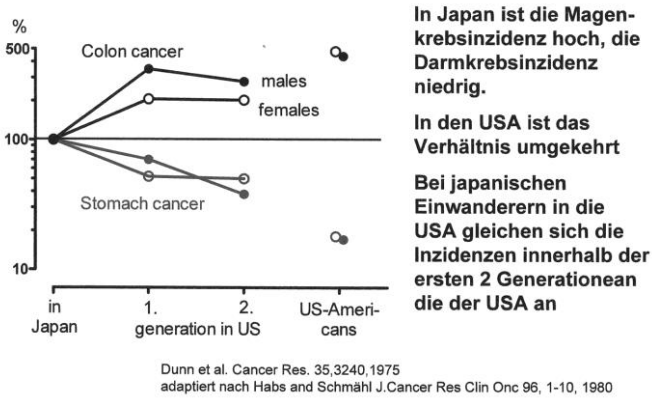
Quelle:
https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/gesundheit/gesundheitszustand/krankheiten/krebs.gnpdetail.2015-0495.html

Die Krebssterblichkeit aufgrund der verschiedenen Krebsarten verändert sich stetig, wie die nächste Grafik zeigt.



© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Interessant ist die lokal unterschiedliche Ausprägung der Krebsarten. Dass sich bei Einwanderern die Krebsinzidenz (Anzahl der Neuerkrankungen) bestimmter Krebsformen bereits innerhalb von zwei Generationen an die neue Wohngegend anpasst, widerspricht der Meinung, dass Krebs genetisch bedingt sei. Es zeugt davon, dass die Umgebung, die Lebenshaltung und die Ernährungsgewohnheiten bei der Entstehung von Krebs eine entscheidende Rolle spielen.



Vorlesung von Prof. Rudolf Kaaks (DKFZ): https://www.youtube.com/watch?v=Ou4dI127bqg

Doch wie entwickelt sich Krebs gemäss schulmedizinischer These überhaupt? Ich schreibe hier bewusst „These“, weil es bis heute nicht mehr als eine Theorie, keine erwiesene Tatsache ist. Vielleicht ist das auch der Grund, wieso die darauf basierenden Therapieansätze nicht wirklich erfolgreich sind. Dazu aber später noch mehr. Setzen wir uns erst einmal mit dieser These auseinander.

So entwickelt sich Krebs

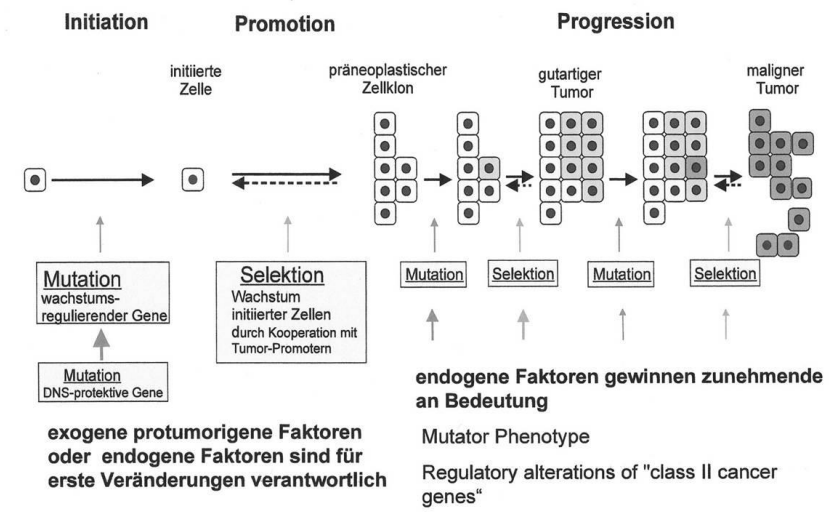
Gemäss der vorherrschenden medizinischen Meinung bedingt es vorab eine genetische Mutation einer Zelle (Initiation). Zu den Faktoren, die dies bewirken können, gehe ich später noch ein. Nach

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

der Mutation braucht es sogenannte Promotoren, das heisst Einflüsse, die das Wachstum der entarteten Zelle fördern.

Es erinnert stark an die Geschichte aus der Heiligen Schrift. Im Fall Krebs einfach nur negativ gespiegelt: „Ein Sämann ging aufs Feld, um zu säen. Als er säte, fiel ein Teil der Körner auf den Weg, und die Vögel kamen und frassen sie. Ein anderer Teil fiel auf felsigen Boden, wo es nur wenig Erde gab, und ging sofort auf, weil das Erdreich nicht tief war; als aber die Sonne hochstieg, wurde die Saat versengt und verdorrte, weil sie keine Wurzeln hatte. Wieder ein anderer Teil fiel in die Dornen, und die Dornen wuchsen und erstickten die Saat, und sie brachte keine Frucht. Ein anderer Teil schliesslich fiel auf guten Boden und brachte Frucht; die Saat ging auf und wuchs empor und trug dreissigfach, ja sechzigfach.“ *Lukas 8.5-15*

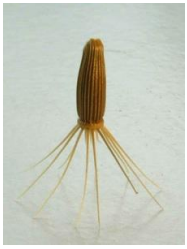
Nachfolgend eine vereinfachte Darstellung aus einer Vorlesung der österreichischen Krebsforscherin *Prof. Dr. rer.nat. Brigitte Marian*:



Zum Veranschaulichen können Sie sich das mit einer Verbreitung in der Pflanzenwelt vorstellen. Nachfolgend am Beispiel des Benediktinerkrauts:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Initiation



Der Same (Mutation) fällt auf den Boden (inneres Milieu, Ökosystem).

Bildquelle: botanischergarten.ch

Promotion

Nur bei fruchtbarem Boden (Selektion, Ungleichgewicht im Ökosystem), kann er wachsen und gedeihen.

Bildquelle: hermionesgarden.blogspot.com

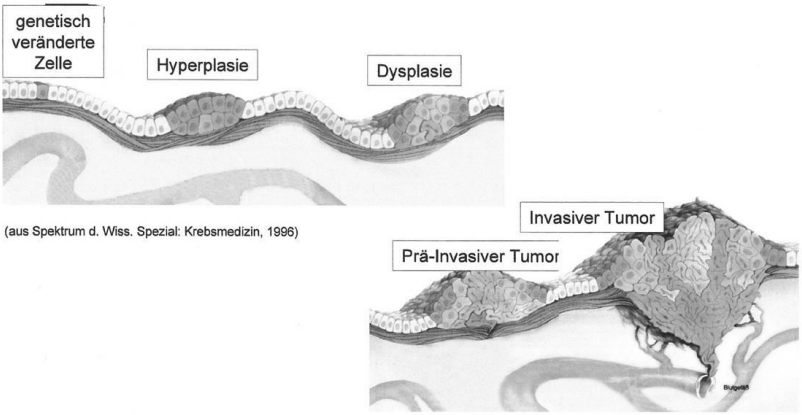
Progression

Die aus dem einzelnen Samen entstandene Pflanze samt selbst ab. Sie vermehrt sich bis zu einer ganzen Gruppe derselben Gattung.

Bildquelle: henriettesherbal.com

Zwischen der ersten Mutation und einer nachweisbaren Krebsgeschwulst können Jahrzehnte vergehen (Latenzzeit). Dabei gibt es Krebsarten, die sich schneller entwickeln als andere. Die Ärzte sprechen dabei von der **Aggressivität**. Wie schnell sich Tumorzellen verbreiten hängt von der Krebsart, der Grösse des Tumors und dessen Lage ab. Gewisse Faktoren im Blut können darauf hinweisen, wie aggressiv ein Tumor ist.

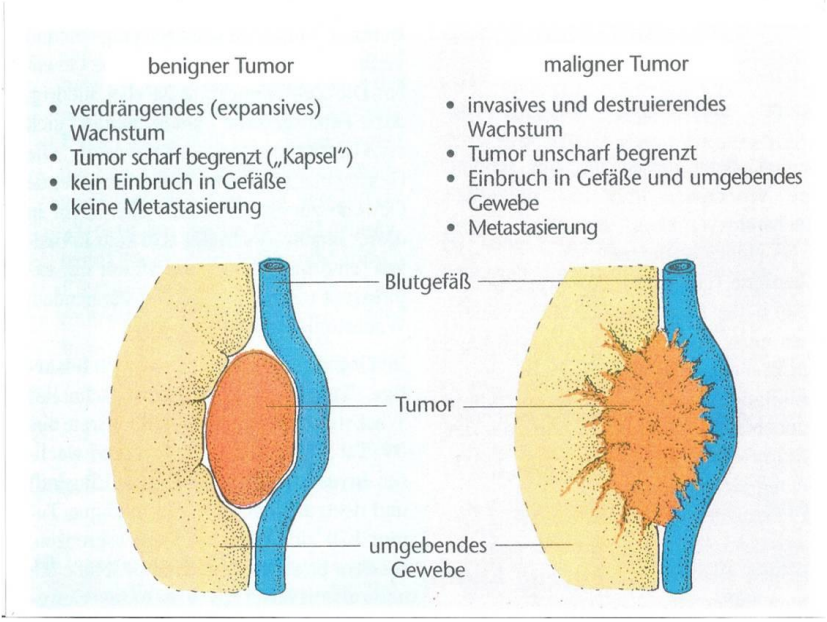
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



(aus Spektrum d. Wiss. Spezial: Krebsmedizin, 1996)

➢ **Die Veränderungen werden in einem langsamen schrittweisen Prozess erworben ➔ Latenzzeit**

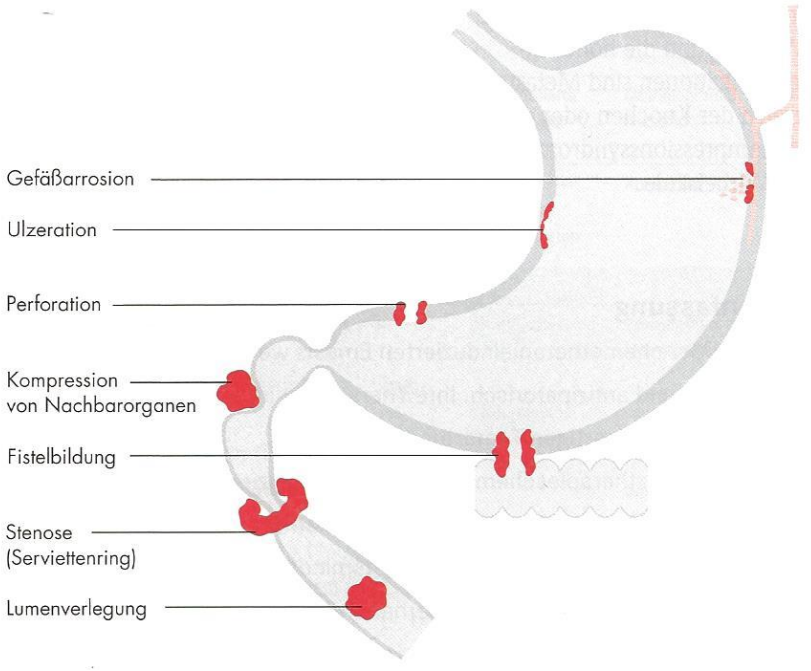
Krebszellen sind nicht von Beginn weg bösartig. So unterscheiden wir zwischen gutartigen (benignen) und bösartigen (malignen) Krebsarten. Nachfolgende Darstellung macht den Unterschied deutlich (aus „Mensch, Körper, Krankheit“, Urban&Fischer-Verlag):



© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Komplikationen

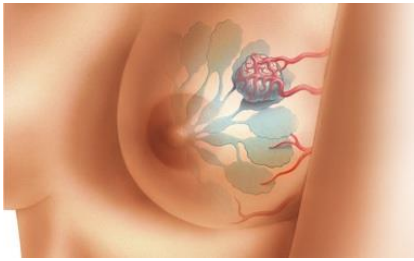
Die Auswirkungen der verschiedenen Tumorarten auf unsere Organsysteme sind vielfältig. Das reicht von Arrosionen (Anfressen), Ulzerationen (geschwürig), Perforationen (Durchlöcherung), Kompressionen (Zusammendrücken), Fisteln (nicht natürlicherweise bestehende Durchgänge), Stenosen (Verengung) bis zu Lumenverlegungen (Verschluss).



Bildquelle: unbekannt

Gefährliche Komplikationen können zum Beispiel Verschluss der Atemwege, Gallengänge oder Harnleiter sein. Sie führen zu Auszehrung, Blutungen und Infektionen. Das kann tödlich enden.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



Damit ein Tumor wachsen kann, muss er sich versorgen können. Dazu fördert er das Einwachsen von Blutgefässen aus dem umliegenden Gewebe (Neoangiogenese). Die Krebszellen bauen sich so ein eigenes Versorgungsnetz aus Kapillaren und Blutgefässen auf.

Es gibt sehr teure medizinische Präparate, die das Ziel verfolgen, die **Angiogenese** zu hemmen. Dadurch kann sich der Tumor nicht mehr mit den notwendigen Nährstoffen versorgen. Diese Medikamente haben aber enorme Nebenwirkungen.

Die Natur selbst bietet allerdings mannigfache Mittel, die annähernd die gleichen Resultate erzielen können – und das ohne Nebenwirkungen. Dazu später mehr.

Gemäss offizieller Lehrmeinung ist die Ursache von Krebs bis heute noch nicht bekannt. Insofern könnte man sich die Frage stellen, wie denn eine Heilung überhaupt erzielt werden soll, wenn die Ursache gar nicht klar ist.

Tumorarten & Metastasen

In der Medizin spielt bei Tumoren das Ursprungsgewebe der Krebsentstehung eine wichtige Rolle. Die benignen Geschwülste werden danach benannt:

Lipom (Fett), Adenom (Schleimhaut/Drüsen), Osteom (Knochen), Myom (Muskeln), etc. Bei einer bösartigen Entwicklung ändert sich die Endung des Namens, zum Beispiel von Fibrom zu Fibrosarkom.

Wir merken, die Bezeichnung von Tumoren endet immer mit …om.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Man kann grundsätzlich zwischen zwei verschiedenen soliden (festen, kompakten) malignen Tumorarten unterscheiden. Dies spielt unter anderem bei der Wahl der Behandlung eine entscheidende Rolle. Nachfolgend ein paar Beispiele.

Sarkome machen nur 1 % der malignen Erkrankungen aus (griech. Sarx = Fleisch)
Der Ursprung liegt im Füll- und Stützgewebe:
Mesenchym

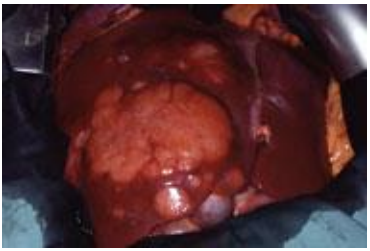
- Bindegewebeskrebs (Fibrosarkom)
- Knochenkrebs (Osteosarkom)
- Knorpelkrebs (Chondrosarkom)
- Muskelkrebs (Myosarkom)
- Fettgewebekrebs (Liposarkom)
- Gefässkrebs (Angiosarkom)

Karzinome machen rund 80 % der malignen Erkrankungen aus (griech. Karzio = Krebs)
Der Ursprung liegt vorwiegend im Epithel (Deck- und Drüsengewebe):
Ektoderm/Entoderm/Mesoderm

- Brustkrebs (Mammakarzinom)
- weisser Hautkrebs (Basaliom)
- Bauchspeicheldrüsenkrebs (Pankreaskarzinom)
- Gebärmutterhalskrebs (Zervixkarzinom)
- Nierenzellkrebs (Hypernephrom)
- Leberkrebs (Hepatozelluläres Karzinom)
- etc

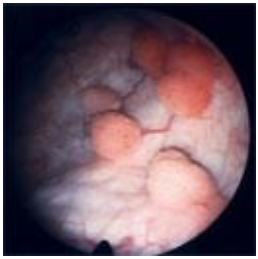
https://www.internisten-im-netz.de/krankheiten/krebs/alles-ueber-tumore/tumortypen

Nierenkrebs mit Metastasen
Bildquelle: wikimedia.org



Leberkrebs
Bildquelle: chirurgie-ksm.ch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



Harnblasentumor
Bildquelle: uro-basel.ch

Knochenkrebs
Bildquelle: sprechzimmer.ch

Kaposisarkom (bei AIDS)
Bildquelle: de.wikipedia.org

Lipom (nach Hautschnitt)
Bildquelle: operation-pro.de

Sind die Karzinome relativ klar lokalisierbar, so „spriessen“ die Sarkome oft wie ein Flächenbrand an mehreren Stellen gleichzeitig. Sie gehören daher zu den aggressivsten Tumorarten, die rasch zum Tode führen können.

Als weitere Gruppe gelten die nicht-soliden Krebsformen des Blutes (bekannt als Leukämien) und des lymphatischen Systems (z.B. Lymphome), die man im weitesten Sinne auch als sarkomäre Form betrachten kann.

Nebst einem Primärtumor (Ausgang der Tumorbildung) kennen wir noch die **Metastasen**. Als solche bezeichnet man Ableger von malignen Tumoren. Hierbei gelangen Krebszellen via Blutgefässe (hämatogen), Lymphgefässe (lymphogen), kontinuerlich übergreifend (per continuitatem) oder entlang seröser (Flüssigkeit absondernder) Gewebeoberflächen in andere Organe. Dazu reichen schon kleinste Verletzungen, wie zum Beispiel eine Biopsie.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die Krebszellen sind in der Lage, das umliegende Bindegewebe aufzulösen und so einen Weg in Lymphgefässe und Kapillaren (kleinste Blutgefässe) zu finden. Maligne Tumore im Bauchraum (Magen, Bauchspeicheldrüse) bilden schon sehr früh Ableger.

Bei einem stark malignen Brustkrebs können täglich bis zu einer Million Krebszellen in die Blutbahn gelangen. Können diese Zellen aber nirgendwo andocken, so sterben sie innerhalb von zwei Tagen ab, bzw. das gesunde Immunsystem entledigt sich ihrer.

Nur wenige Menschen sterben am Primärtumor, sondern zu 90 % an den Metastasen und deren Folgeerscheinungen.

http://www.rosenfluh.ch/rosenfluh/articles/download/5970/Wir_wollen_Tumorzellen_daran_hindern_sich_einzunisten.pdf

Die zentrale Frage ist daher auch, wie wir die Metastasierungen verhindern, bzw. dessen Rückbildung einleiten können. Folgender Film von *Dr. med. Thomas Rath* gibt schon ein paar Ansätze wieder:

http://www.youtube.com/watch?v=pmzmosJ5mFE&feature=related

In der pharmazeutischen Industrie gibt es auch Tumore, die **gezielt gezüchtet** werden. Sei dies für brutalen Tierexperimente oder zur Produktion von Impfstoffen. Gemäss der international bekannten Impfkritikerin *Frau Anita Petek-Dimmer (†2010)* wird die Masern- und Mumpsimpfung aus menschlichen Krebszellen hergestellt und verschiedene Grippeimpfungen aus Tumorzellen von Tieren. Die Folgen wurden nie geklärt…

Zum Bild: Nacktmaus mit einem Tumor, der aus implantierten LNCaP-Prostata-Tumorzellen herausgewachsen ist. Quelle: untot.info

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Ursachen und Auslöser

Ich weiss ja nicht, wer diese Liste aufgestellt hat, aber mich macht davon rein gar nichts an.

Bei den Krebsursachen unterscheidet die Medizin, was zu dessen Entstehung und Förderung beigetragen hat:

1. exogen
(von Aussen kommend)

2. endogen
(von Innen entstehend)

Exogene Faktoren (70 – 90%)

- Gentoxische Wirkungen (Chemikalien, Strahlung)
- Nicht-gentoxische Substanzen (z.B. Rauch)
- Überernährung / Fettleibigkeit
- chronische Infektionen

Endogene Faktoren (10 – 30%)

- erbliche Krebssyndrome (genetische Veranlagungen)
- Disponierende Faktoren (Enzymaktivität, helle Haut)
- Vorerkrankungen (Immundefekte, chronisch entzündliche Erkrankungen)

Die medizinischen Hintergründe zur Entstehung von Krebs werden differenziert. Nachfolgend die entsprechenden Ausführungen aus *medizinfo.de (05/2014).* Sie sind noch heute aktuell.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Veränderungen im Erbmaterial

Krebs ist nicht gleich Krebs. Es gibt sehr viele verschiedene Erkrankungen, die alle unter diesem Begriff zusammengefasst werden. Heute kennt man über 100 verschiedene Krebsarten. Sie zeichnen sich durch jeweils einen unterschiedlichen Verlauf, typische Beschwerden und verschiedene infrage kommende Ursachen bzw. Auslöser aus. In jedem Fall aber kommt es zu einer Veränderung im Erbmaterial der einzelnen Körperzelle. Die Veränderung bewirkt ein unkontrolliertes Wachstum. Solche Veränderungen können durch äussere Einflüsse hervorgerufen werden. Sie können aber auch von innen heraus spontan entstehen. Defekte können ausserdem auch vererbt werden.

Medikamente

Bei einigen bestimmten Medikamenten steigt das Risiko für Tumorerkrankungen ebenfalls an:

Bildquelle: netdoktor.de

Immunsuppressiva sind Medikamente, welche vor allem nach Organtransplantationen eingesetzt werden, um die Aktivität des Immunsystems zu dämpfen und so das Risiko einer Abstossungsreaktion herabzusetzen. Allerdings ist das Immunsystem dann auch nur eingeschränkt in der Lage, "krebsartig" veränderte Körperzellen zu zerstören oder in den Körper eingedrungene Krankheitserreger, die möglicherweise eine Krebserkrankung auslösen können (z. B. bestimmte Viren), zu bekämpfen.

Zytostatika sind Substanzen, welche für die Therapie von Krebserkrankungen eingesetzt werden. Da sich ihre aggressive Wirkung aber nicht nur gezielt gegen die Tumorzellen richtet,

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

sondern auch gesundes Gewebe angreifen kann, ist die Abwehrkraft des Körpers herabgesetzt. Insbesondere die Zellen des Immunsystems können nun ihren Aufgaben, Abtötung veränderter Körperzellen (die sich dann unter Umständen zu "Krebszellen" weiterentwickeln können), Bekämpfung von Krankheitserregern, nicht mehr in ausreichendem Masse nachkommen.

Schmerzmittel, welche den Wirkstoff Phenacetin enthalten, schädigen die Nieren und können in diesen Organen zur Tumorbildung führen.

Hormonpräparate können den sehr sensiblen Hormonhaushalt des Körpers auch negativ beeinflussen, sodass sich bei einem aus dem Gleichgewicht geratenen Hormonhaushalt bestimmte Tumoren bilden können, die "hormonempfindlich" sind, z. B. an der weiblichen Brust und an der Gebärmutterschleimhaut.

berufsbedingte Risiken

Weiterhin bestehen einige berufsbedingte Risiken, welche die Wahrscheinlichkeit für Krebserkrankungen erhöhen. So kann es durch das Einatmen von Asbest- oder Silikonstaub zur Bildung von Lungentumoren, bei Kontakt mit Arsen zu Hautkrebs kommen. Radioaktive Strahlen erhöhen ebenfalls das Krebsrisiko, z.B. für die Leukämie. Dies trifft auch für die im Rahmen einer medizinischen Strahlentherapie verwendete Strahlung zu.
Bildquelle: salzi.at (Radiotherapie)

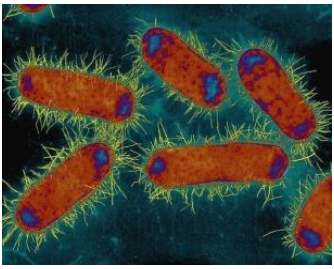
angeborene Erkrankungen

Einige angeborene Erkrankungen stellen ebenfalls ein erhöhtes Risiko für eine Tumorentwicklung in dem betroffenen Organ dar, z. B. während der kindlichen Entwicklung nicht in den

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hodensack gewanderte Hoden (die dann noch im Bauchraum liegen), Zystennieren oder der so genannte Tierfellnävus (stark behaarter Leberfleck).

Infektionskrankheiten



Zudem tragen einige Infektionskrankheiten dazu bei, die Wahrscheinlichkeit der Tumorbildung zu erhöhen:

Bildquelle: planet-schule.de

Die Besiedlung des Magens mit dem Bakterium **Helicobacter pylori** fördert die Entstehung von Magenkrebs.
Das vor allem in Afrika vorkommende **Epstein-Barr-Virus** kann zur Bildung von Tumoren im Bereich des Rachens führen.
Eine Infektion mit dem **Herpes-simplex-virus** im Genitalbereich kann dort zur Krebsentstehung beitragen.
So genannte **Papillomaviren** erhöhen das Krebsrisiko für die erkrankte Schleimhaut im Genitalbereich, insbesondere ist der Gebärmutterhals betroffen.
Das **Hepatitis-B-Virus**, welches für die Entstehung der Hepatitis B (Leberentzündung, häufig mit Gelbsucht verbunden) verantwortlich ist, kann auch die Entwicklung eines Lebertumors fördern.
(Anm. Rolf Wenger: Das Ebstein-Barr-Virus ist auch bei uns weit verbreitet. Und auch die chronische Infektion mit **Chlamydien** gilt heute als Risikofaktor für die Entstehung von Krebs.)

Chronische Darmentzündung

Auch eine chronische Darmentzündung, die Colitis ulcerosa, erhöht nach einer Krankheitsdauer von 10 Jahren das Darmkrebsrisiko. Ebenso kann das familiär gehäuft vorkommende Auftreten zahlreicher Polypen im Bereich des Dickdarms das Darmkrebsrisiko erhöhen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Anhäufung in Familien

Für einige Tumoren ist eine familiäre Belastung bekannt. Das bedeutet, dass diese Erkrankungen in einigen Familien häufiger auftreten und dass das Erkrankungsrisiko für nicht erkrankte Familienmitglieder erhöht ist. Diese sollten dann besonders aufmerksam ärztlich beobachtet und betreut werden. Familiär gehäuft auftretende Krebserkrankungen betreffen Tumoren der weiblichen Brust, der Gebärmutterschleimhaut und der Eierstöcke. Auch das gleichzeitige oder aufeinander folgende Vorkommen mehrerer Tumoren in verschiedenen Organen des Hormonsystems bei einem Patienten ist eine solche Erkrankung mit familiär erhöhtem Risiko. Betroffene Organe können in diesem Fall die Nebenschilddrüsen, die Bauchspeicheldrüse, die Hirnanhangsdrüse, die Schilddrüse und die Nebennieren sein.

Rauchen ist einer der Hauptrisikofaktoren

Einige Lebensgewohnheiten tragen dazu bei, das Risiko für Krebserkrankungen zu erhöhen. Rauchen steigert die Erkrankungswahrscheinlichkeit für die meisten bösartigen Tumoren, insbesondere aber im Bereich der Atemwege (Kehlkopf, Lunge), der Harnwege (Blase) und des Gebärmutterhalses. Auch Passivrauchen erhöht das Lungenkrebsrisiko. Lightzigaretten oder Filter vermindern das Risiko nicht. Auch Pfeifen- oder Zigarrenraucher leben gefährlich. Sie erkranken öfter an Mundhöhlenkrebs, als Zigarettenraucher. Deshalb ist auch ihr Risiko nicht niedriger einzuschätzen. Übermässiger Alkoholkonsum erhöht das Krebserkrankungsrisiko im Bereich von Rachen, Kehlkopf, Speiseröhre, Magen, weiblicher Brust und Leber. Insbesondere bei der Kombination aus starkem Rauchen und hohem Alkoholkonsum besteht ein gesteigertes Erkrankungsrisiko.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Risikofaktor	*geschätzter Anteil an der Krebsentstehung*	*gefährdete Organe*
Rauchen	*25 - 30 Prozent*	*Mundhöhle, Speiseröhre, Kehlkopf, Lunge, Bauchspeicheldrüse, Harnblase, Gebärmutterhals, Niere, Blut*
Ernährung	*20 - 40 Prozent*	*Mundhöhle, Speiseröhre, Kehlkopf, Bauchspeicheldrüse, Magen, Darm, Brust, Prostata*
Alkohol	*3 Prozent*	*Mundhöhle, Rachen, Speiseröhre, Kehlkopf, Leber*
berufliche Faktoren	*4 - 8 Prozent*	*Lunge, Harnblase, lymphatisches System*
genetische Faktoren	*5 Prozent*	*Auge, Darm, Brust, Eierstöcke, Schilddrüse*
Infektionen	*5 Prozent*	*Leber, Gebärmutterhals, lymphatisches System, blutbildendes System, Magen, Nasen-Rachen-Raum*
Luftschadstoffe	*2 Prozent*	*Lunge*
ionisierende Strahlung	*1 - 2 Prozent*	*Blut, Brust, Schilddrüse, Lunge, Haut (UV-Strahlung), Knochen, Darm, Speiseröhre, Magen, Leber Prostata, Blase, Gehirn, Rückenmark*

http://www.medizinfo.de/krebs/allgemein/ursachen.shtml

Die genetische Disposition macht nur einen kleinen Anteil aus. Die Hysterie, welche über die Medien verbreitet wird, zum Beispiel anhand der Verstümmelung der depressiven Schauspielerin *Angelina Jolie,* ist unbegründet. Vielleicht sollte man sich auch das Gehirn amputieren lassen, um einen Hirntumor zu vermeiden.

Krebs ist ein multifaktorielles Geschehen.

Kluge Köpfe erkennen jetzt schon, wie wir über 80 % des Krebsrisikos verhindern können. Ich komme später darauf zurück.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Symptome

Allgemeine Symptome

In Bezug auf die Symptome verläuft das Anfangsstadium meist ohne nennenswerte Hinweise. Ein Tumor kann über viele Jahre hinweg unentdeckt wachsen.

So kommt es häufig vor, dass Krebs „zufällig“ im Rahmen einer anderen Untersuchung entdeckt wird.

Bildquelle: dr-triendl.at

Im Spätstadium können – vorwiegend bei malignen Tumoren – folgende Symptome auftreten:

- Ungewollte Gewichtsabnahme (mehr als 10 % des Körpergewichts)
- Appetitlosigkeit; Abneigung gegen bestimmte Speisen, insbesondere Fleisch
- Leistungsminderung, Schwäche und Müdigkeit (sogenannter „Leistungsknick“)
- Fieber und Schweissneigung, vor allem nachts
- Lymphknotenschwellung ohne Hinweis auf einen Infekt
- Juckreiz
- Schmerzen
- Blutbildveränderungen wie Anämie (Eisenmangel), BSG-Beschleunigung (Blutsenkungsgeschwindigkeit)

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Symptome der häufigsten malignen Erkrankungen

Betrachten wir uns die Symptome eines fortgeschrittenen Stadiums der vier häufigsten Krebsarten.

Darmkrebs

- Veränderter Stuhlgang (Verstopfung und Durchfälle wechseln sich ab)
- Blutungen aus dem After
- Blutbeimengungen im Stuhl (dunkelrot, schwarz, okkult)
- Unwillkürlicher Stuhl- oder Schleimabgang
- Meteroismus (Blähungen), Flatulenz (Abgehen von Winden, auf berndeutsch „Furzen“)
- Abgehen von etwas Stuhl mit den Winden

Lungen- und Bronchialkrebs

- symptomenarmes Frühstadium, das von den Beschwerden her einer chronischen Bronchitis entspricht
- trockener Reizhusten, vor allem nachts
- spärlicher Auswurf, evtl. mit fasriger Blutbeimengung
- bohrende Schmerzen hinter dem Sternum (Brustbein) oder Rücken
- im Spätstadium: blutiges oder himbeergeleeartiges Sputum (Spucke)
- Heiserkeit durch Lähmung des Kehlkopfnervs

Prostatakrebs

- Früherkennung nur durch Vorsorgeuntersuchungen möglich, da anfangs keine Symptome
- Im fortgeschrittenen Stadium entsprechen die Symptome den Blasenentleerungsstörungen der Prostatahyperplasie (nicht krankhafte Vergrösserung der Prostata)
- Blut im Urin
- Kreuzschmerzen können ein Hinweis auf Knochenmetastasen sein

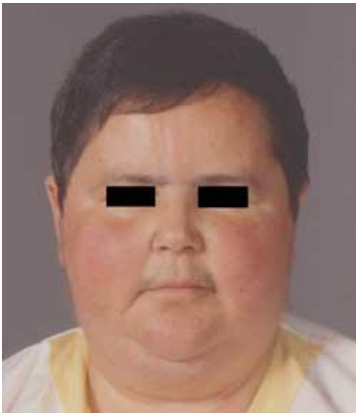
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Brustdrüsenkrebs

- Einseitiger Knoten in der Brust, vor allem, wenn er sich derb und höckerig anfühlt. Der Knoten ist häufig verbacken (mit Haut verwachsen).
- Sezernierende Brustwarzen (Sekret absondernd)
- Einziehungen der Brustwarzen oder der Haut
- Orangenhautphänomen an der Brust
- Unverschieblichkeit über einer Verhärtung
- Offene Ulzerationen (Geschwüre)

Paraneoplasie

Im Zusammenhang mit einem Tumor wird oft auch von „Neoplasie“ (= Neubildung) gesprochen und der Begriff der Paraneoplasie verwendet. „Para“ bedeutet „neben, darüber hinaus“. Ein paraneoplastisches Syndrom ist also eine Sammelbezeichnung für zahlreiche, sehr unterschiedliche Störungen im Rahmen einer Krebserkrankung, die weder durch das invasive Wachstum des Tumors noch durch die Metastasen bedingt sind.



Bildquelle: megru.uzh.ch

Hierzu gehören Gewichtsverlust, Appetitlosigkeit, Magen- und Darmerkrankungen, Stoffwechselstörungen, Fieber, Haut-, Blutbild- und Gefässveränderungen, Muskel- und Nervensymptome wie zum Beispiel Anämien, Thrombosen, Lungenemphyseme, Morbus Cushing (Vollmondgesicht, siehe Bild links) etc.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Vorzeichen einer möglichen Erkrankung

Der alternative Krebsarzt *Dr. John A. Richardson* konnte bei seinen Patienten verschiedene Symptome beobachten, die angeblich eine Art „vorklinisches Syndrom“ von Krebs darstellen:

- Gefühl drohenden Unheils
- Unwohlsein
- Unerklärliche oder vage Schmerzen, Kopfschmerzen
- Veränderter Stuhlgang
- Appetit- und Energieverlust
- Depressionen

Er ist der Ansicht, dass sich bei vielen Patienten, bei denen sich eine Kombination dieser Symptome zeigt, nach wenigen Monaten ein klinisch diagnostizierbarer Tumor entwickelt.

Tatsache ist aber, dass eine subklinische chronische Entzündung (Silent Inflammation) für die Krebsentstehung entscheidend ist.

Diagnosemöglichkeiten

Den Verdacht auf Krebs können verschiedene medizinische Untersuchungen auslösen, weitere Abklärungen den Verdacht erhärten und oft zu einer klaren Diagnose führen.

Anamnese

Bildquelle: rehakliniken-waldsee.de

In einem ausführlichen Gespräch werden die Symptome aufgenommen. Sporadisch auftretende lokale Schmerzen, deren beschwerdefreie Intervalle immer kürzer werden, können auf eine wachsende Geschwulst hindeuten.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Sichtbefund/Tastbefund

Hautveränderungen, wie zum Beispiel wachsende Muttermale, weisse Pigmentveränderung mit eingezogener Haut oder nicht heilende Geschwüre können erste Hinweise geben. Auch nicht verschiebbare Knoten unter der Haut sollten weiter abgeklärt werden. Vergrösserung von Leber, Milz und lymphatischem Gewebe kann auf ein Lymphom hindeuten. Die Prüfung von Muskeleigenreflexen, Sensibilität und mehr wird je nach Verdacht einbezogen.

Zum Bild: Abtasten der Brust, Quelle: vitaminic.de

Nachfolgend eine Anleitung von *Prof. Dr. Dierk S. Mosny:*

https://www.youtube.com/watch?v=b6XSXhvLtBc

Blutanalysen

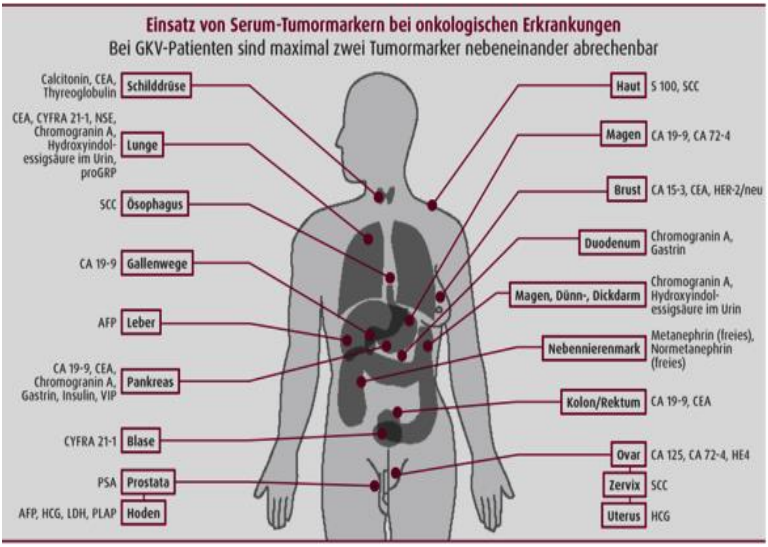
Nebst dem klassischen Blutbild, das zum Beispiel auf Anämien hinweist, werden noch weitere Untersuchungen durchgeführt:

1. Entzündungsparameter
   a) *CRP/hsCRP*
      Ein CRP (C-reaktives Protein) von über 5 weist auf akute, von 1-5 auf chronische Entzündungen hin.
   b) *BSG*
      Eine erhöhte Blutkörperchensenkungsgeschwindigkeit zeigt eine akute Entzündung auf.
   c) *TNF*
      Der Tumornekrosefaktor ist ein multifunktionaler Signalstoff (Zytokin) des Immunsystems. Ein erhöhter Wert weist auf eine ausgeprägte Entzündung auf Zellebene hin.

2. Tumormarker
   Es gibt spezielle biologische Substanzen (wie Proteine, Peptide), die über einen Bluttest den Verdacht auf bestimmte Krebsarten erhärten können. Aufgrund der geringen Spezifität,

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

sind sie aber nicht für eine klare Diagnose, sondern mehr für eine Verlaufskontrolle geeignet.



Bildquelle: limbachgruppe.com

3. <u>Organspezifische Analysen</u>
   Verschiedene Parameter können eine Funktionsstörung aufzeigen. Sei dies die Transaminasen bei der Leber, Albumin, Kreatinin und Harnstoffe bei der Niere, Lipase und Amylase bei der Bauchspeicheldrüse etc.

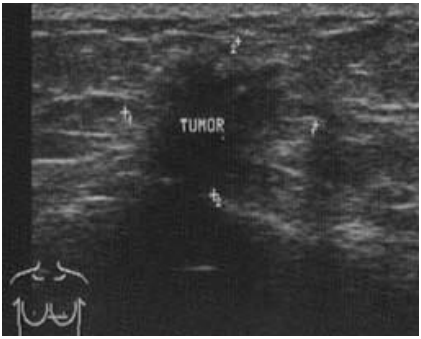
Stuhluntersuchung

Bei Verdacht auf Krebs im gastrointestinalen Bereich (Speiseröhre bis Enddarm) wird der Stuhl auf **okkultes Blut** (= von Auge nicht sichtbar) untersucht. Der Test ist nicht sehr zuverlässig, da einerseits auch Mikroverletzungen zu einem positiven Befund führen und andererseits ein Tumor erst spät Blutungen verursacht.

Zur Krebsfrüherkennung gibt es die aussagekräftigere Methode durch den Marker M2-PK sowie dem Hämoglobin-Haptoglobin-Komplex im Stuhl, der auf Blutungen hinweist, die bei kolorektalen Neoplasien auftreten können. Das ist sensitiver als die reine Untersuchung auf okkultes Blut.

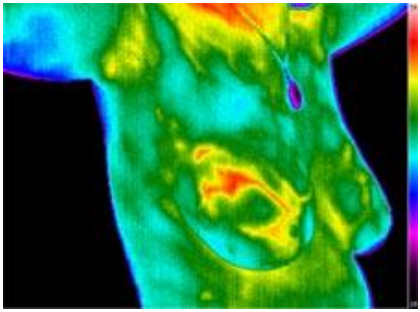
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Sonographie



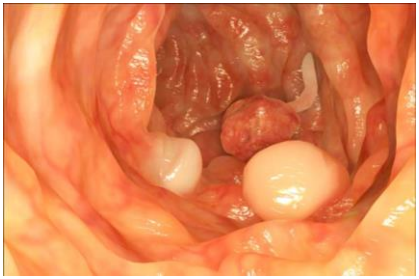
Mit der Ultraschalluntersuchung steht ein Verfahren zur Verfügung, das Strukturen von Gewebe sichtbar macht. Tumore werden von anderem Gewebe unterschieden. Die beste Auflösung ist an der Oberfläche. Tiefer gelegenes Gewebe ist schwieriger zu analysieren. Für gasgefüllte Organe (Lunge, Darm) und unter Knochen (Schädel, Rückenmark) ist diese Untersuchung nicht möglich. Zum Bild: Mammakarzinom, Quelle: brustkrebs-info.de

Thermographie



Die Aufnahme mittels Infrarot stellt Wärmefelder bildlich dar. Sie zeigt nicht nur Entzündungen auf. Da Krebszellen eine höhere Stoffwechselrate haben, erzeugen sie auch mehr Wärme. Die Thermographie stellt eine belastungsarme Alternative zum Brustscreening dar. Sie ist sensitiver als Röntgen.

Skopien



Spiegelungen zeigen die Beschaffenheit des Gewebes in Hohlorganen auf. So kann die Oberfläche von Speiseröhre, Magen, Dickdarm, Lunge und Blase betrachtet werden. Bei der Koloskopie zum Beispiel können im Dickdarm Polypen

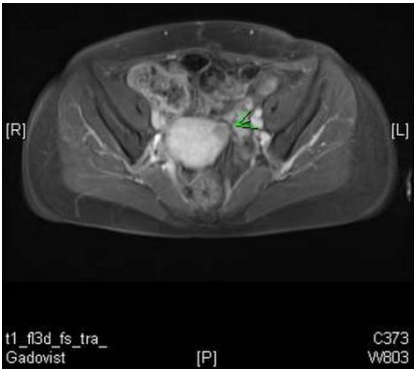
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

(Wucherungen) von Divertikeln (Ausstülpungen) unterschieden werden. Der Dünndarm kann über die klassische Spiegelung nicht erreicht werden. Hierzu ist die Kapsel-Endoskopie angezeigt. Der Patient schluckt eine kleine hochauflösende Kamera, die nach zirka fünf Tagen wieder ausgeschieden wird. Dies ist ein besonders schonendes Verfahren für den Patienten.

Bei der klassischen Spiegelung wird bei verdächtigem Gewebe routinemässig eine Biopsie durchgeführt oder bestehende Polypen entfernt. Wenn Sie das nicht wollen, müssen Sie es vor der Spiegelung dem untersuchenden Arzt mitteilen!

Zum Bild: Koloskopie mit Darmpolypen, Quelle: chirurgie-portal.de

MRT



Die MagnetResonanzTomographie (kurz MRT, englisch MRI), auch Kernspin-Tomographie genannt, erstellt mittels starken Magnetfeldern Schnittbilder des menschlichen Körpers. Sie erlaubt eine exakte Beurteilung der Mikrostruktur von Organen und Gefässen sowie deren Veränderung.

Durch die Gabe eines Kontrastmittels wird vitales Tumorgewebe besser erkannt. Allerdings vertragen das viele Menschen nicht gut.

https://connectiv.events/lebensgefahr-durch-das-giftige-mrt-kontrastmittel-gadolinium/

Wenn Sie Kontrastmittel benutzen, unbedingt vor und nach der Untersuchung viel trinken! Bei Metallimplantaten (ausser Titan), Herzschrittmachern und Tätowierungen im Untersuchungsgebiet kann eine MRT oft nicht durchgeführt werden. Es kann durch Bewegungen (Herz, Atem, Darmperistaltik) zu Störungen in der Bildgebung kommen. Zudem ist diese Methode bei der Darstellung von Knochen und Zähnen im Nachteil.

Zum Bild: MRT des Beckens, erkennbar eine hyperintense Raumforderung im Bereich der Vena cava (Pfeil = V. cava), Quelle: eliph.klinikum.uni-heidelberg.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

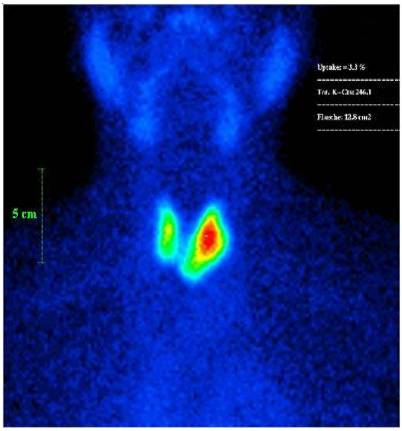
Radiographie

Mit der Röntgenuntersuchung wird das Innere des Körpers dargestellt. Sie ist da hilfreich, wo die Sonographie nicht eingesetzt werden kann, also speziell beim Thorax (Herz, Lunge, Brustkorb).

Da es keine Untergrenze gibt, wo Röntgenstrahlen nicht mehr schädigend wirken, sollte diese Untersuchung nur bei wirklichem Verdacht gemacht werden.

Zum Bild: „Kleiner“ Lungenkrebs, Quelle: klinikum.uni-heidelberg.de

Szintigraphie



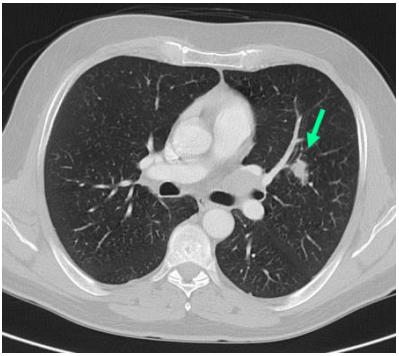
Dieses Verfahren wird der Nuklearmedizin zugeordnet. Dem Patienten wird eine radioaktive Substanz gespritzt, die sich in bestimmten Organen (speziell Schilddrüse und Skelett) anreichert. Eine Gammakamera hält diese Bereiche fest. Die Röntgenaufnahme selbst hat weniger Strahlenemissionen als das klassische Röntgen. Allerdings strahlt der Körper von innen heraus. Auch bei dieser Untersuchung sehr viel trinken! Es wird sogar

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

empfohlen, einige Stunden nach der Untersuchung den engen Kontakt zu kleinen Kindern und zu Frauen, die schwanger sind oder gerade stillen, zu meiden. Ich denke, das sagt dann schon alles aus…

Zum Bild: Asymetrische, homogene Schilddrüse links vergrössert, Quelle: megru.uzh.ch

CT



Mit der Computer-Tomographie sind analog der MRT Schnittbilder des Körpers möglich. Wegen der extrem hohen Belastung an Röntgenstrahlen, ist diese Untersuchungsmethode fragwürdig. Es gibt genügend Alternativen.

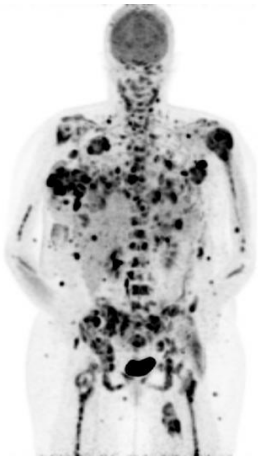
Das *British Medical Journal* publizierte eine Auswertung von Ärzten der Uni Melbourne, in der elf Millionen Menschen beobachtet wurden. Das Resultat: Kinder, die mit einer CT untersucht wurden, haben im späteren Leben ein 25 % höheres Risiko, einen bösartigen Tumor zu bekommen. Die Strahlenbelastung eines CTs entspricht in etwa der Menge, wie wenn Sie ein halbes Jahr lang jeden Tag eine Röntgenaufnahme machen lassen!

Zum Bild oben: Gleicher Befund wie im Bild unter Radiographie, Quelle: klinikum.uni-heidelberg.de

https://www.zentrum-der-gesundheit.de/bibliothek/sonstige-informationen/medizin-und-forschung/computertomografie-ct

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

PET



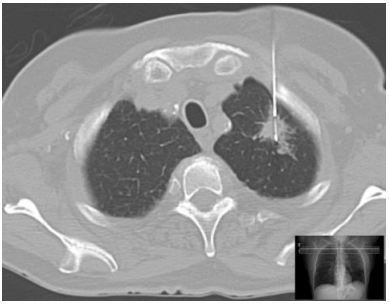
Die PositronenEmissionsTomographie funktioniert ähnlich wie das Szintigramm. Per Infusion wird radioaktiv angereicherte Glukose infundiert (per Infusion). Da viele Krebszellen durch ihren Gärungsstoffwechsel das Zwanzigfache an Zucker benötigen, reichert sich der Zucker innerhalb einer Stunde vorwiegend im Tumorgewebe an. Eine dann gemachte strahlungssensible Fotographie macht maligne Tumore und Metastasen sichtbar. Vielen wird verständlich, wieso bei kachetischen (ausgezehrten) Patienten, die mit Glucoseinfusionen versorgt werden, der Krebs explodiert. Für den aufmerksamen Leser gibt es einen ersten Hinweis auf eine erfolgreiche Anti-Krebs-Ernährung.

Zum Bild: fortgeschrittenes malignes Melanom, Quelle: themenportal.de

Um ein dreidimensionales Bild zu erhalten, wird das PET oft mit einem CT kombiniert. Dadurch ergibt sich eine noch höhere Strahlenbelastung. Es ist ein ideales diagnostisches Mittel – doch um welchen Preis? Gem. *Wikipedia* ist bei einer Strahlendosis von 1 Sievert bei 5 % der Patienten, die den Strahlen ausgesetzt waren, mit dem Tod durch Strahlenkrebs zu rechnen. Das wird in Kauf genommen, da die betroffenen Personen eine „zum Teil erheblich eingeschränkte Lebenserwartung haben“.
Um das zu umgehen, gibt es seit kurzem auch Hybridgeräte PET/MRT. Die Nebenwirkungen sind da noch nicht bekannt.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Biopsie/Punktion



Bei einer *Punktion* werden Körperflüssigkeiten (zum Beispiel Hirnwasser oder Knochenmark), bei einer *Biopsie* Gewebe aus einem möglichen Tumor entnommen. Die Flüssigkeit, bzw. das Gewebe wird im Labor untersucht. Es lässt Aussagen über die Art des Tumors zu (benigne, maligne, Aggressivität). Auch wenn die Nadel noch so fein ist, kommt es bei einer Biopsie zu einer Verletzung und – besonders bei malignen Tumoren – möglicherweise zu einer späteren Metastasierung. Zum Bild: Lungenbiopsie unter CT-Kontrolle, Quelle: de.wikipedia.org

Die technischen Verfahren, welche den Körper am wenigsten belasten und für erfahrene Mediziner gute Aufschlüsse geben können sind Blutuntersuchungen, Ultraschall, Thermographie, die verschiedenen Skopien und das MRT. Die Röntgen- und nuklearmedizinischen Verfahren stellen für den bereits stark belasteten Körper eine grössere gesundheitliche Gefahr dar und sollten nur in Notfällen in Betracht gezogen werden.

TNM

Steht die Diagnose eines soliden Tumors fest, wird diese im weltweit anerkannten **TNM-System** (**T**umor **N**odulus **M**etastasis) festgehalten. Dieses klassifiziert die Tumorgrösse, die Lymphknotenbeteiligung (Nodulus) und das Vorhandensein von Metastasen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Tumor

T1: grösste Tumorausdehnung max. 2 cm

T2: grösste Tumor-ausdehnung mehr als 2 cm, aber max. 5 cm

T3: grösste Tumor-ausdehnung mehr als 5 cm

T4: Tumor jeder Grösse mit direkter Ausdehnung auf die Brustwand oder Haut

TX: keine Aussage über den Primärtumor möglich.

Nodulus

N0: keine Anzeichen für regionären Lymphknotenbefall.

N1, 2 oder 3: zunehmender Lymphknotenbefall. Einteilung z. B. nach ipsi- oder kontralateralem Befall und Beweglichkeit, sowie Lokalisation in Relation zum Primärtumor.

NX: keine Aussagen über Lymphknotenbefall möglich.

Metastasis

M0: keine Anzeichen für Fernmetastasen.

M1: Fernmetastasen vorhanden.

MX: keine Aussage über Fernmetastasen möglich.

Ein Beispiel: T2 N0 M1 bedeutet, dass der Tumor eine Ausdehnung zwischen 2-5 cm hat, keine Anzeichen für Lymphknotenbefall vorhanden sind, aber Fernmetastasen existieren.

Wenn eine Diagnose feststeht, wird vielen Patienten gar nicht die Zeit gelassen, sich mit der Krankheit auseinander zu setzen. Noch benommen vom ersten Schock, werden sofort Termine für oft belastende oder gar schädliche Therapien angesetzt.

Dabei werden die Betroffenen vielmals nur ungenügend aufgeklärt und bei kritischen Fragen nicht ernst genommen. Nicht selten erzählen Patienten sogar, dass sie mit Angst zu Therapien genötigt werden – was letztlich fatale Folgen haben kann.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Sind Vorsorgeuntersuchungen schädlich?

Der Begriff „Vorsorgeuntersuchung“ für Screenings, Blutwerte und oder anderes ist falsch. Vorsorge heisst: Einen gesunden Lebensstil pflegen. In der Werbung wird uns weissgemacht, dass wir mit **Früherkennung** etwas für unsere Gesundheit tun. Doch auch das ist falsch. Abgesehen von den zweifelhaften Studien, auf die ich später noch eingehen werde, findet allzu oft eine unnötige Übertherapie statt. Fakt ist: Früherkennung hat ***keinen*** Einfluss auf die Sterblichkeit! Nachfolgend zwei Presseberichte von Prof. Dr. Gerd Gigerenzer:

Zum Brust-Screening: https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Brustkrebs-Screening.pdf

Zum PSA-Test: https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/PSA-Test.pdf

Eine Früherkennung kann in der Tat schädigend sein. Folgende Filmdokumentation des SWR geht auf diverse Problematiken ein:

https://www.youtube.com/watch?v=tQu5bNObkfQ

MEDIZIN (0)

Das schwer erträgliche Leben nach dem Krebs

VON UWE GROENEWOLD 10. März 2009, 17:13 Uhr

Kinder, die den Krebs überlebt haben, werden schlecht betreut: Viele Erwachsene, die als Kinder oder Jugendliche an Krebs erkrankt waren, können auch in späteren Jahren kein glückliches Leben führen. Sie leiden unter Depressionen oder Ängsten sowie dem so genannten Posttraumatischen Belastungssyndrom.

Foto: pa

Eine Krebserkrankung ist eine enorme Belastung, besonders für Kinder. Und zwar auch dann noch, wenn sie die Krankheit längst überwunden haben.

Bildquelle: medical-tribune.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Therapieformen

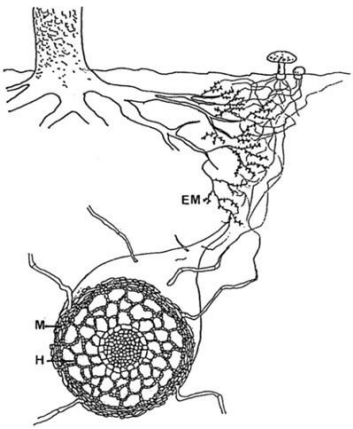
In der **linken Spalte** lesen Sie die schulmedizinischen Angebote gemäss dem Lehrbuch „Mensch, Körper, Krankheit“ (Ausgabe 1999). Rechts stehen die Erfahrungswerte anderer Ärzte und Forscher. Für ein Examen ist nur der linke Teil relevant.
Wieso die Lehrtheorie gegenüber der Praxis erfahrener Ärzte so widersprüchlich ist, werden Sie im Verlaufe dieses Kurses noch erkennen.

Operation

Malignome ohne Verwachsung mit Nachbarorganen und ohne Metastasierung werden in der Regel operativ entfernt.

Kann ein Tumor grossräumig entfernt werden, ist das sicher nicht die schlechteste Lösung. Aber: „Beim Hineinschneiden in einen Tumor in der Heilungsphase, ‚werden die dort ohnehin schon auf vollen Touren laufenden Reparatur- und Synthesevorgänge erst richtig gesteigert, um nicht zu sagen potenziert, was für den Patienten zur Folge haben kann, dass ein begrenzter, relativ kontrollierter Heilungstumor durch beispielsweise eine Probebiopsie erst richtig explodiert und ausufert‘.“
Helmrich (Dr. Hamer)

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



Sammeln Sie auch Pilze? Dann wissen Sie, dass diese auf Grund des oft enorm weitreichenden unterirdischen Mycorrhiza trotz Abschneiden jedes Jahr wieder neu gedeihen. Wenn Sie den sichtbaren Teil (Tumor) entfernen, ist dessen Wachstumsgrundlage (das krebsfreundliche Milieu) und unter Umständen auch das Mycel (mit der Operation nicht entfernte Krebszellen) immer noch da.

Bildquelle: Verena Wiemken, Botanisches Institut Universität Basel

Eine belastende Geschwulst zu operieren, würde ich auch in Erwägung ziehen. Damit entfernen Sie auch die zahlreichen im Tumor eingelagerten Toxine. Viele wägen sich dann aber in der falschen Annahme, dass die Krebserkrankung durch das Beseitigen des Tumors besiegt ist. Dabei fängt die eigentliche Therapie jetzt erst richtig an!

Wenn Sie einen guten Chirurgen haben, dann wird der Tumor grossräumig entfernt. Das heisst, dass mehr Gewebe herausgeschnitten wird, als eigentlich notwendig ist. Die Ränder werden dann in der Regel untersucht. Sie dürfen nur noch gesundes Gewebe aufweisen. Ist das nicht der Fall, wurde der Tumor verletzt und es bilden sich in den folgenden Monaten oder Jahren höchstwahrscheinlich Metastasen.

Hinzu kommt, dass nach jeder Operation eine lokale Entzündung vorliegt. Das ist ein normaler Prozess zur Wundheilung. Allerdings nutzen auch verbliebene Krebszellen die Entzündungsstoffe, um sich schneller zu vermehren. Eine komplementärmedizinische Begleitung ist also äusserst sinnvoll. Sie kann Leben retten.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Radiotherapie

Vor, nach oder anstelle der Tumorentfernung kann die Tumormasse durch energiereiche Strahlung verkleinert oder beseitigt werden.

„Auch wenn die Zielgenauigkeit mittlerweile verbessert werden konnte, werden dabei allerdings auch gesunde Zellen in Mitleidenschaft gezogen, und der gesamte Organismus wird ausgerechnet in einer Zeit, in der er eigentlich der Unterstützung bedürfte, einer grossen zusätzlichen Belastung ausgesetzt. … Die Gefahr ist dann gross, dass auch hier nicht selten zusätzlicher Schaden angerichtet und der endgültige Zusammenbruch letztlich sogar beschleunigt und unwiderruflich wird.“
Dr. Hans-Peter Studer (vgl. Capra, Knieriemen)

Rund die Hälfte der Krebskranken erhält eine oder mehrere Strahlentherapien. Solange die Krebszellen noch relativ gut mit Sauerstoff versorgt sind, reagieren sie empfindlicher auf radioaktive Strahlen als gesunde Zellen. Das macht sich diese Therapie zu Nutze, um die Tumormasse zu verkleinern oder soweit „wegzuschiessen“, bis sie nicht mehr erkennbar ist. Krebsstammzellen benötigen allerdings keinen Sauerstoff. Sie sind resistent. Heisst: Sie überleben die Bestrahlung.
Bildquelle: kustersgoumans.nl

Eine radioaktive Bestrahlung ist nicht ohne. Nachfolgend sind nur ein paar der Effekte aufgeführt, die bei gesunden Zellen im Umgebungsgewebe entstehen:

- Strangbrüche in der DNS (Erbgut)
- massive Belastung durch freie Radikale
- Zerstörung von Millionen von Mitochondrien

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

- explosionsartige Überschwemmung durch Freisetzung eingelagerter Toxine zerstörter Krebszellen
- Schädigung des lymphatischen Systems (u.a. für den Abtransport von Giftstoffen zuständig)
- irreversibel denaturierte Proteine

Allein aufgrund dieser Tatsachen muss davon ausgegangen werden, dass mit der Bestrahlung das Fundament für eine neue Krebsentstehung gelegt wird.

Besonders bei bestrahlten Schleimhäuten sind Schäden auch an gesundem Gewebe meist irreversibel. Aber auch an Organen im Strahlungsbereich können bleibende Schäden entstehen. Diese zeigen sich manchmal erst Monate oder gar Jahre nach der Behandlung.

Chemotherapie

Mit bestimmten Medikamenten (Zytostatika) lassen sich bösartige Tumoren zerstören oder zumindest am weiteren Wachstum hindern.

„Wir haben gesehen, dass für die meisten fortgeschrittenen Krebse keine Evidenz für eine lebensverlängernde Wirkung durch Chemotherapie existiert: Oder, um es schärfer auszudrücken, die Onkologie hat es bisher versäumt, eine einwandfreie wissenschaftliche Grundlegung für die zytostatische Therapie in der heute vorherrschenden Form zu schaffen…“
Abel, zit. in Heyll

https://www.krebsinformationsdienst.de/behandlung/chemotherapie-nebenwirkungen.php

https://www.zentrum-der-gesundheit.de/krebs-durch-chemotherapie-ia.html

Das Wort Zytostatika weist schon auf die Wirkung hin: Cyto = Zelle, statik = gleichbleibend. Mit dem Präparat wird angestrebt die Zellteilung

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

zu hemmen. Es ist so ausgerichtet, dass es vorwiegend auf sich schnell vermehrenden Zellen wirkt. Allerdings sind auch andere, gesunde Zellen betroffen, die eine hohe Zellteilungsrate haben. Dazu gehören unter anderem die Haarfollikel (deshalb kommt es oft zu Haarausfall), das blutbildende Knochenmark (mit den Zellen des Immunsystems!) und Schleimhautzellen von Magen und Darm.

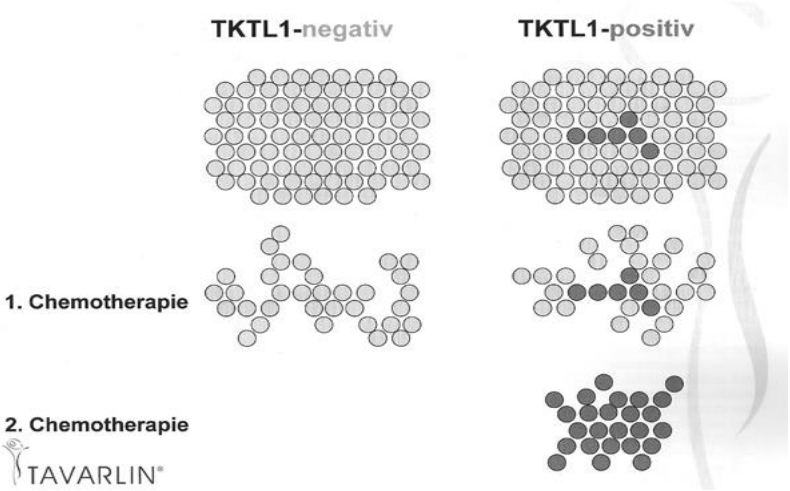
Die Tumormasse kann manchmal durch Zytostatika verkleinert werden. Durch den Zelltod kumulieren sich aber nebst den Zellgiften auch bereits in den Zellen eingelagerte Toxine, was den Körper weiter schädigt und eines der wichtigsten Systeme im Umgang mit Krebs lebensbedrohlich stört: Das Immunsystem. Und das ist das einzige System, das die täglich neu entstehenden Krebszellen erfolgreich neutralisieren kann. Ohne das Immunsystem ist ein Rückfall mit zahlreichen Metastasen oft vorprogrammiert. Die erhöhte toxische Last entsteht aber auch bei natürlichen zytotoxischen Therapien, wie einer Vitamin C-Hochdosisinfusion, Amygdalin etc.

Krebsstammzellen sind gegen die klassischen Zytostatika resistent. Wie bei der Radiotherapie so reagieren auch hier die stark entarteten malignen Zellen kaum auf die Therapie. Sie liegen im Innersten des Tumors. Die anderen, weniger gefährlichen Zellen, umschliessen die Stammzellen wie eine Schutzhülle.

In einer ersten Chemophase, geht die Tumormasse zurück, da die weniger gefährlichen Zellen relativ gut darauf ansprechen. Dadurch werden aber die stark malignen Zellen freigelegt. Es kommt zu einer späteren Metastasierung, sofern das Immunsystem nicht stark genug ist, die Zellen zu erkennen und abzubauen.

In einer zweiten Chemophase erweist sich der Tumor dann als „resistent“, weil er vorwiegend aus malignen Zellen besteht.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



Die Behandlung mit Zytostatika scheint bei Sarkomen und nicht-soliden Tumoren unter schadensbegrenzenden Massnahmen eine akzeptable Therapie zu sein. Bei den meisten Karzinomen (ausser zum Beispiel Hodenkrebs) sollte sie aber nur dann in Erwägung gezogen werden, wenn eine lebensbedrohliche Situation vorliegt, zum Beispiel ein Verschluss der Atemwege.

„Man sollte eine Chemotherapie keinem Menschen geben, der sie nicht unbedingt braucht. 80 % bekommen die Therapie umsonst.“
Prof. Dr. med. Andreas Schneeweiss, Onkologe NCT Heidelberg

Das Personal muss bei der Zubereitung von Zytostatika, schon weil die Dämpfe toxisch sind, Schutzkleidung, -masken und -brillen tragen. In der deutschen Publikation des Berufsgenossenschaftlichen Instituts für Arbeitsschutz, Nr. 0114, wird über das Krebsrisiko beim Umgang mit Zytostatika folgendes festgehalten: „Zu ihren gravierenden Nebenwirkungen gehören Veränderungen des Erbguts bis hin zur Auslösung neuer Tumoren.“

Auch in der Schweiz hat die SUVA zahlreiche Zytostatika als kanzerogene Stoffe eingestuft (Ausgabe 2018).

http://www.spitalpharmazie-basel.ch/pdf/suva-Zytostatika.pdf

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Eine Studie vom Fred Hutchinson Krebsforschungszentrum bestätigt, dass Chemotherapie ein Protein anregt, das den Krebszellen beim Überleben hilft!

http://www.t-online.de/nachrichten/wissen/id_58472504/krebs-schadet-chemotherapie-der-krebsheilung-.html

Viele Ärzte, die selbst von Krebs betroffen sind, verzichten auf eine Chemotherapie, weil sie wissen, was das macht. Allerdings sind sie leitlinienverpflichtet. Das heisst, auch wenn sie selbst eine andere Haltung haben, **müssen** Sie ihren Patienten die Chemotherapie als Standardtherapie «verkaufen». Sonst würden sie gegen die Vorgaben handeln und wären juristisch haftbar wegen unterlassener Hilfeleistung. Wenn der Patient allerdings durch eine Chemotherapie stirbt, kann der Arzt nicht belangt werden. Er hat ja nach den offiziellen Leitlinien gehandelt. Hinzu kommt:

Es gibt keinen einzigen wissenschaftlichen Beweis, dass Chemotherapie heilt, da es keine dafür notwendigen placebokontrollierten, randomisierten Doppelblindstudien gibt (sogenannter Gold-Standard). Aber es gibt wissenschaftliche Beweise, dass Zytostatika Krebs auslösen!

Eine provokative Idee, falls Sie vor die Wahl für Zytostatika gestellt werden: Fragen Sie Ihren Onkologen, ob er bereit wäre, vor Ihren Augen nur einen Tropfen oder nur eine Tablette von dem einzunehmen, was er Ihnen in grösseren Portionen verabreichen will. Wenn er das tut, dann können Sie der Therapie ruhig zustimmen.

Wenn Sie sich für eine Chemotherapie entscheiden, dann sollte vorab zwingend die Sensitivität der Zytostatika abgeklärt werden. Das heisst, dass im Labor analysiert wird, ob die Zellen überhaupt auf die geplante Chemotherapie ansprechen. Sonst bedeutet das nur unnötiges Leid, wenn zusätzlich Öl ins Feuer gegossen wird. Solche Untersuchungen werden offiziell nicht gemacht. Es liegt an Ihnen, diese – eventuell bei einem anderen Naturarzt – zu verlangen!

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hormontherapie

Bei Gabe von Antihormonen stoppen oder verlangsamen vor allem Tumore der Geschlechtsorgane und das MaCa (Tumor in der weiblichen Brust) in einem Teil der Fälle ihr Wachstum.

„Bei vielen Patientinnen kommt es zu Beschwerden in Form einer Verschlimmerung der Wechseljahressymptomatik: Schweissausbrüche, Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, Nachlassen der Lust auf Sex und Gewichtszunahme. … Es ist individuell abzuwägen, ob eine oft erhebliche Verschlechterung der Lebensqualität für viele Jahre durch die statistische Wahrscheinlichkeit, einige Monate länger zu leben, gerechtfertigt ist."

Dr. med. György Irmey

Neben den fraglichen positiven Wirkungen der Antihormone birgt die Einnahme z.B. von Tamoxifen noch weitere Risiken:

- Entstehung von Krebs der Gebärmutterschleimhaut
- Netz- und Hornhautschäden am Auge
- Lebensgefährliche Thrombosen
- Schlaganfälle
- Lungenembolien
- Belastung der Leber
- Auf einer Liste des nationalen amerikanischen Umweltinstituts wird es als krebserregende Substanz aufgeführt!

"Mediziner unterschätzen die Nebenwirkungen der Antihormontherapie durch die Bank", sagt *Prof. Dr. Lynne Wagner*. Rund ein Drittel der Betroffenen muss die Behandlung abbrechen.

Und was kaum jemand weiss: Tamoxifen wirkt nur, wenn der Melatoningehalt hoch genug ist. Das wird aber vom klassischen Onkologen nicht überprüft. Sollten Sie sich für eine solche Therapie entscheiden, dann verlangen Sie die entsprechende Untersuchung.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Immuntherapie

Es gibt auch Versuche, das Immunsystem des Krebskranken zu stärken, damit dieses den Tumor intensiver bekämpft (z.B. Interferon).

„Die Hoffnungen, die noch vor zehn Jahren in eine Krebs-Immuntherapie gesetzt wurden, haben sich nicht bestätigt. Nur wenige Anwendungen waren in der Praxis erfolgreich“, so der offizielle Bericht vom *Informationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums*.

Allein die Tatsache, dass Forscher auch auf die Idee gekommen sind, das Immunsystem zu unterstützen ist begrüssenswert. Solange aber wieder standardisierte Verfahren eingesetzt werden, stehen wir vor den alten Problemen. Der Mensch ist ein Individuum und keine Maschine vom Fliessband.

In Anlehnung an die Schulmedizin setzt die biologische Medizin auch Interferone in homöopathischen Dosen ein. Diese lösen keine der klassischen Nebenwirkungen aus.

Antikörpertherapie

Im Buch *„Heilimpulse bei Krebs“* ist zu lesen:

„Führende Vertreter der wissenschaftlich renommierten Deutschen Krebsgesellschaft (DKG) behaupten, dass jede zweite Frau die mit Trastuzumab behandelt wurde, nie einen Rückfall oder Tochtergeschwülste bekommt.“

„Solche fantastisch klingenden und weitreichenden Annahmen können schon allein deswegen nicht gesichert sein, weil das Medikament erst einige Jahre auf dem Markt ist! … Sie (die Antikörper, Anm. Rolf) richten sich aber nicht nur gegen Krebszellen, sondern besetzen auch Rezeptoren im Herzgewebe und verursachen irreparable Schäden.“

Dr. med. György Irmey

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Diese Kritik bezieht sich auf die standardisierten Behandlungen. Es gibt neue Ansätze für eine absolut individuelle Therapie. Mittels einer umfassenden genetischen Analyse des Tumorgewebes werden Marker gesucht, die nur auf diesen Krebszellen vorkommen. So kann ein Präparat hergestellt werden, das auf genau diese Person zugeschnitten ist. Die Produktion kostet um die 10'000 Euro und wird von den Krankenkassen nicht übernommen (obschon ein durchschnittlicher Chemotherapiezyklus in der Schweiz 170'000 Franken ausmacht). Bildquelle: de.toonpool.com

Wir befinden uns bereits heute in einer Zweiklassenmedizin. Nur wer etwas Erspartes hat, kann sich eine gute Behandlung leisten.

Impfung

Die *Krebsliga Schweiz* schreibt: „**Die Impfung gegen HP-Viren schützt vor einer Ansteckung mit bestimmten HP-Viren. Gardasil® schützt vor einer Ansteckung mit den HP-Viren 6, 11, 16 und 18. Die HP-Viren 16 und 18 sind krebserregend und für mehr als 70 Prozent der Gebärmutterhalskrebse verantwortlich.“**

„Auf welcher Ebene man auch das Glaubensgebäude „Die Krebsimpfung schützt vor Krebs“ näher untersucht, fällt es in sich zusammen wie ein Kartenhaus. Wo Wissenschaftlichkeit, Rationalität, Unabhängigkeit und Ergebnisoffenheit sein sollten, finden wir stattdessen von Eigeninteressen gelenktes Wunschdenken und zweckbestimmten Konsens.“
Hans U.P. Tolzin

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Bis heute gibt es keine schlüssige Studie, dass Impfungen gegen Krebs helfen könnten – auch nicht präventiv. Fast alle Impfungen werden heute gentechnisch hergestellt. Manchmal enden diese mit schwersten Behinderungen oder gar dem Tod. Hier eine ARD-Doku zur HPV-Impfung:

http://www.youtube.com/watch?v=FEUs0D5lAjE&feature=related

In denjenigen Impfstoffen, deren Erreger auf Krebszellen gezüchtet werden, sollen zum Teil noch Fragmente der Krebszellen nachgewiesen werden können. Hier stellt sich die Frage, was ein solcher Impfstoff für einen Einfluss auf eine mögliche Entstehung oder Förderung von Krebs in späteren Jahren hat.

Bildquelle: achecht.de

Auch die Corona-mRNA-Injektion steht im Verdacht, das Krebswachstum zu beschleunigen.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Interview_Dr_Weber.pdf

Wer zum Thema „Sinn und Unsinn des Impfens“ mehr erfahren möchte, findet unter impfentscheid.ch aufschlussreiche Informationen.

Nebenwirkungen

Die möglichen Nebenwirkungen der klassischen Behandlungen sind nicht ausser Acht zu lassen:

- Starke Schmerzen (Kopf, Gelenke, Nerven, Muskelkrämpfe)
- Übelkeit, Erbrechen
- Appetitlosigkeit, Gewichtsabnahme
- Durchfall, Blähungen
- Hautveränderungen: Rötung, Schuppung, Juckreiz

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

- Haarausfall
- Blutarmut, Blutungen
- Thrombosen, zum Teil mit tödlichem Herzinfarkt
- Müdigkeit, Erschöpfung, Antriebslosigkeit (Fatigue-Syndrom)
- Impotenz / Frigidität, Zeugungsunfähigkeit / Unfruchtbarkeit
- Stimmungsschwankungen / Depressionen
- Schlafstörungen
- Chronische Organschäden an Herz, Lunge, Leber, Nieren
- Gedächtnisstörungen
- Neuropathien (Nervenstörungen), zum Beispiel Taubheitsgefühl, Verlust von Geschmacks- oder Geruchssinn
- Krebs

Diese Symptome können, müssen aber nicht auftreten. Sie zeigen sich je nach Therapieart bei den verschiedenen Patienten in unterschiedlicher Weise oder Schwere. Oft wird aber die Lebensqualität erheblich reduziert und stellt eine weitere – zum Teil unwiderrufbare – Belastung dar.

https://www.youtube.com/watch?v=7eCQcXj5JmU

"Ich nehme das Arzneimittel nicht mehr, da mir die ursprüngliche Krankheit, verglichen mit den Nebenwirkungen des Arzneimittels, lieber ist"

Falls Sie trotzdem auf eine dieser Therapien setzen, können Sie Ihren Körper bis zu einem gewissen Mass darin unterstützen, die Lebensqualität nicht gänzlich zu verlieren.

Hier erhalten Sie eine gut dokumentierte Broschüre:

Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V.
D-69015 Heidelberg
Telefon +49 6221 138020
https://www.biokrebs.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

„Die Verzweiflung schickt uns Gott nicht, um uns zu töten, er schickt sie uns, um neues Leben in uns zu wecken."

Hermann Hesse

Heilerfolge

Im Vergleich zu den Nebenwirkungen sind die Heilerfolge der klassischen Therapien karg. Eine Studie aus den Daten von 13,5 Millionen Menschen von 1978-2002 der *European Cancer Organisation (ECCO)* zeigte die ernüchternde Anzahl tatsächlich geheilter Krebskranken (nicht bezogen auf die ersten fünf Jahre ohne Rezidiv, wie dies statistisch allgemein üblich gehandhabt wird).

Ein paar Beispiele:

Generell: Frauen: 38-59 % Männer: 21-47 %

bei Darmkrebs: 49 %
bei Magenkrebs: 18 %
bei Lungenkrebs: 8 %

Dabei sind markante demographische Unterschiede (von Nation zu Nation) zu beobachten.

Nach Angaben des amerikanischen *National Cancer Institut (NCI)* können 28 % der Krebspatienten durch eine Operation, 12 % durch eine lokale Strahlentherapie und weniger als 6 % durch eine Chemotherapie **über fünf Jahre ohne Rezidiv** überleben.

Ich weiss nicht, wie es Ihnen geht, aber eine Therapie, bei der die Chancen unter dem Zufallsprinzip von 50 % liegen und die Nebenwirkungen die Lebensqualität derart einschränken, würde ich nicht in Anspruch nehmen wollen. Ich würde lieber möglichst lange schmerzfrei leben wollen, als drei Monate länger zu leiden. Aber diese Entscheidung hat jeder mit sich selbst auszumachen.

Gemäss Onkologen gibt es keine definitive Heilung von Krebs. Wenn die Rede von einer „Remission" ist, dann ist damit eine

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

vorübergehende Rückbildung des Tumors ohne Genesung gemeint (der Tumor wird kleiner oder ist nicht mehr nachweisbar). Von einer „vollständigen Remission“ spricht man beim vollständigen Rückgang oder bei der kompletten Entfernung des Tumors für mindestens vier Wochen. Das ist kein Tippfehler. Vier Wochen! Als ich das das erste Mal gelesen habe, meinte ich es sei ein Witz. Ist es aber nicht.

Merken Sie sich: Wenn ein Arzt von Heilung (kurativ) spricht, meint er nicht, dass Sie jetzt zeitlebens gesund bleiben. Kann er gar nicht. Er bezieht sich damit auf die nächsten vier Wochen nach Abschluss der Behandlung. Mehr nicht. Eine nennenswerte Lebensverlängerung wird selten erzielt.

So beschränkt sich die schulmedizinische Therapie oft auf «palliative» Massnahmen. Das heisst: Wir können nichts mehr machen. Die Absicht der Behandlung besteht darin, Folgen der Erkrankung zu reduzieren, ohne eine Heilung anzustreben. Ob die Massnahmen dienlich sind oder nur noch ein Geschäft mit einem Todgeweihten gemachten werden will, kommt auf den Arzt an.

Das Übel mit den Studien

Eine Studie der *Universität Bern* zeigte auf, dass Studien zu über 90 Prozent zugunsten der Konzerne ausfallen, welche die Studie finanziert haben. Wenn wir die Krebs-Studien ab den Jahr 1999 betrachten, so lag das Firmensponsoring bei 97 Prozent.

Der Krebsspezialist *Dr. med. György Irmey* schreibt dazu: „Gegenwärtig herrscht in der Pharmabranche eine regelrechte Aufbruchtstimmung, insbesondere in der Onkologie. Nach Berechnungen von Krankenkassen können sich mit den neuen sogenannten zielgerichteten Therapien die Kosten der Behandlung verhunderfachen! Dabei werden Präparate auf den Markt gebracht, die zu einer Verbesserung der Überlebenszeit von 23 % führen sollen. Bei genauer Betrachtung wird leider deutlich, dass hinter dieser Aussage eine absolute Zahl von 13 Tagen steht.“

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Das ist für Sie ein wichtiger Hinweis. Stützen Sie sich nie auf Prozente. Ein weiteres Beispiel: Wenn früher 1 Mensch von 100'000 länger lebte und mit neuen Medikamenten sind es jetzt 2 von 100'000, dann ist das eine Steigerung von 100 Prozent. Also: Verlangen Sie immer «absolute Zahlen». Es geht um Ihr Leben. Da brauchen Sie auch eine solide Grundlage, um entscheiden zu können, was für Sie das Richtige ist. Werden Sie nicht zu einem guten Geschäft von gewissenlosen, mafiösen Organisationen.

http://www.sueddeutsche.de/gesundheit/kritik-an-arzneimittelherstellern-die-pharmaindustrie-ist-schlimmer-als-die-mafia-1.2267631

https://daserste.ndr.de/panorama/archiv/2016/Die-Krebsmafia-Korruption-bei-Chemotherapie,antikorruptionsgesetz100.html

FORSCHUNG (6)

Jede dritte Krebs-Studie von zweifelhaftem Wert

VON ROLF H. LATUSSECK 12. Mai 2009, 13:59 Uhr

Zum Thema Krebs wird unermüdlich geforscht. Immer wieder versuchen Studien, den Nutzen dieser und jener Behandlung zu belegen. Doch fast ein Drittel der Studien sind interessengeleitet und damit nicht unabhängig. Die Studien, bei denen die Angaben fehlen, sind dabei noch nicht berücksichtigt.

Foto: DPA

Ein Magnetresonanz-Tomograph im Deutschen-Krebsforschungs-Zentrum in Heidelberg

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Am 13.06.1997 schrieb die Berliner Zeitung bei der Entdeckung von gefälschten Studien deutscher Star-Wissenschaftler: „Der seit einigen Wochen schwelende Fälschungsskandal um die beiden deutschen Krebsforscher *Professor Friedhelm Herrmann* und *Professor Marion Brach* scheint weitaus grössere Ausmasse anzunehmen, als bisher vermutet wurde. Darauf deutet die Presseerklärung einer gemeinsamen Untersuchungskommission der Universitäten Ulm und Lübeck sowie des Max-Delbrück-Centrums (MDC) Berlin hin, die gestern vom MDC veröffentlicht wurde. Darin bestätigt die Kommission den bereits von verschiedenen Seiten geäusserten Verdacht, dass in vier Publikationen der beschuldigten Forscher "eindeutige Fälschungen vorliegen". Die Arbeiten sind zwischen 1994 und 1996 in renommierten englischsprachigen Fachzeitschriften veröffentlicht worden…“

Statistische Verfälschungen oder zurechtgebogene Interpretationen gehören scheinbar zur Tagesordnung und dienen der finanzierenden Pharmalobby als Therapierechtfertigung.

Ähnlich verhält es sich bei Frühdiagnosen. Diese verwässern die Interpretation der Lebenserwartung, „je früher die Diagnose, desto besser die Prognose“ (5-Jahres-Überlebensrate).

Ein Beispiel für die Interpretation: Nehmen wir an, Frau Meyer ist es bestimmt, mit 65 Jahren zu sterben. Im Alter von 61 Jahren wird bei ihr Krebs diagnostiziert. Ihre Lebenserwartung beträgt also noch 4 Jahre. Wäre bei Frau Meyer durch Frühdiagnostik bereits im Alter von 57 Jahren Krebs diagnostiziert worden, wäre ihre Lebenserwartung 8 Jahre. Fazit der Studie: Dank der Frühdiagnostik hat sich die Lebenserwartung verdoppelt. Hallelujah!

Sie meinen, das sei Unsinn? Leider nicht, ich habe mit einer Statistikerin im Gesundheitswesen gesprochen. Sie hat das bestätigt.

Denken wir noch an all die Fehldiagnosen, so wird unzähligen Menschen Angst umsonst eingejagt und sie leiden – oder bekommen jetzt erst recht Krebs – durch die klassischen Therapien.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Neue Wege in der Krebstherapie?

Es gibt in der klassischen Medizin unangenehme Beobachtungen. *Dr. oec. Hans-Peter Studer* zitiert in „Gesundheit in der Krise“, AAMI-Verlag, die Gerson-Studie: „Untersuchungen des amerikanischen Krebsforschers *Hardin B. Jones* haben ergeben, dass die Lebenserwartung unbehandelter Krebspatienten grösser zu sein scheint als die behandelter Patienten.“

Der *Professor für Onkologie Dr. med. Klaus Mahr* bringt es auf den Punkt: „Die Anstrengungen, welche die beamtete Kassen- und Schulmedizin im Kampf gegen den Krebs unternimmt, erinnern an einen unbedarften, aber fleissigen Menschen, dessen Arbeit keine Früchte trägt: Er marschiert mit verdoppelter Anstrengung und noch grösserem Fleiss weiter in die falsche Richtung, um noch mehr von dem zu leisten, was ihm schon bisher wenig oder nichts eingebracht hat.“

Krebsmafia

Fachärzte, die den Mut haben so etwas zu sagen, bewundere ich. Denn das ist nicht einfach. Es handelt sich dabei nicht um ein medizinisches, sondern um ein juristisches Problem. Ärzte ***dürfen*** gar nicht sagen, dass Zytostatika selten einen Nutzen haben, auch wenn sie es selbst bei ihren Verwandten nie anwenden würden. Die Dogmatisierung der Chemotherapie ist sogar so weit fortgeschritten, dass in Österreich Eltern die Obhut über das Kind entzogen wird, wenn diese es vor einer solchen Behandlung verschonen wollen. In

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Deutschland können Ärzte wegen unterlassener Hilfeleistung verklagt werden, wenn sie bei einem Krebspatienten keine Chemo durchführen. Die Macht der Pharmalobby ist derart gewaltig, dass wir uns fragen müssen, ob wir überhaupt noch seriös beraten werden.

Dr. med. Volker Schmiedel, ehem. Chefarzt der Habichtswaldklinik, fasst die Publikation „Deadly Medicines and organised Crime: How Big Pharma has corrupted Healthcare“ von *Prof. Dr. Dr. Harald Walach*, wie folgt zusammen:

„Die Pharmaindustrie ist schlimmer als die Mafia. Denn sie ist wie die Mafia und ähnlich organisierte Verbrechersyndikate darauf aus, mit illegalen Methoden und wiederholt möglichst viel Geld aus dem öffentlichen System zu holen. Anders als die Mafia bringt sie dabei mehr Menschen um als die Verbrechersyndikate bzw. nimmt deren Tod in Kauf.“

Ich selbst darf meinen Patienten auch nicht von einer Chemotherapie oder Bestrahlung abraten, da ich ansonsten riskiere, die Berufsausübungsbewilligung zu verlieren. Mir ist es aber erlaubt, andere zu zitieren. So zum Beispiel *Dr. med. Thomas Kroiss*:

„Was bleibt also dem Patienten in dieser Situation übrig? Er muss sich rechtzeitig von selber informieren, sich ein exaktes Bild machen, und die Therapie-Strategie am besten gleich zu Anfang selber bestimmen.

Wenn ein Patient also echte Heilung anstrebt, so muss er das in diesen Zeiten sehr selbstbewusst und selbstständig tun. Er darf von Anfang an keine Ratschläge annehmen, sondern er muss stattdessen den Weg beschreiten, zu verstehen, was passiert und passieren soll.

Er muss wissen, dass es zwei sehr unterschiedliche Therapie-Strategien gibt und dass er sich mit mancher Chemotherapie den Weg zurück selber erschwert oder gar abschneidet. Er muss sich im

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Klaren sein, dass ein kranker Organismus bereits in einer schlechten Lage ist und dass Chemotherapien ihn in seiner Heilfähigkeit noch weiter zurückwerfen.

Er muss auf ein Pferd setzen, auf das keiner setzen würde, - aber die Begründung dafür ist dennoch einleuchtend: wenn es nämlich erwiesen ist, dass er mit dem erklärten Favoriten sowieso keine Gewinn-Chance hat." Hier seine vollständigen Ausführungen:

http://dr-kroiss.at/essays/krebsmedizin_in_der_sackgasse.html

„Die traurige Wahrheit ist, dass viele Menschen, die „an Krebs sterben", in Wahrheit an den konventionellen Behandlungen sterben, lange bevor sie am Krebs selbst gestorben wären. Um es unmissverständlich auszudrücken: Die Behandlung tötet sie, bevor der Krebs sie tötet." *Ty Bollinger*

Lothar Hirneise hat sich ebenfalls intensiv mit dem Thema alternativer Krebstherapien auseinandergesetzt. Hier sein Vortrag:

https://www.youtube.com/watch?v=1_3pyH-HoLo

In die gleiche Richtung geht auch die aufrüttelnde Publikation des Psychiaters *Dr. med. Andreas Modrzejewski*: „Grundlegende Irrtümer der modernen Medizin – Über Angst machende Mythen und Märchen, die wissenschaftlich anerkannt, jedoch nicht wissenschaftlich erweisen sind". Ich bin erstaunt, dass dieses Buch nicht schon längst verboten ist. ***Bevor*** sich jemand für eine Therapie entscheidet, sollte er die kurzen und einfach gehaltenen Kapitel unbedingt lesen! Ein Umdenken ist notwendig. Dazu Dr. Gerd Reuther:

https://www.youtube.com/watch?v=jyemPnEstEw

Die Schäden der medizinischen Behandlungen scheinen oft viel grösser als deren Nutzen zu sein, weil sie auf zum Teil falschen Theorien aufbauen.

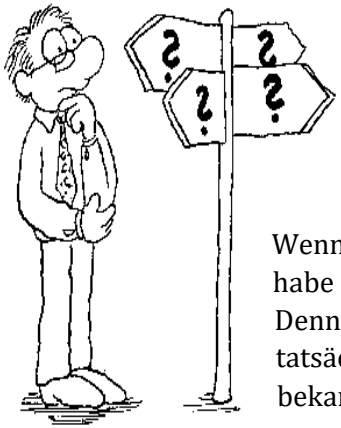
„Krebs wird nicht durch Genmutationen in Gang gesetzt", sagt der Pionier der Krebs- und Genomforschung *Henry Harris*.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Neue Hoffnung

Prof. Dr. med. Jörg Spitz macht das noch deutlicher: „Lange Zeit galt es als unumstössliche Tatsache, dass unsere Gene alle Vorgänge im Körper steuern und somit mehr oder weniger allein verantwortlich für Aussehen, Gesundheit und/oder die Entstehung von Krankheiten sind. Heute weiss man – nicht zuletzt durch die Fortschritte der endokrinologischen Forschung (Anm. Rolf: Erforschung der Hormone) –, dass die Gene durch körpereigene Substanzen wie etwa Vitamin D, aber auch durch Bestandteile aus der Nahrung selbst steuerbar sind. **Die Zellen können die Gene an- und abschalten**, ganz so wie sie es in der jeweiligen Stoffwechselsituation brauchen."

Heute gilt es als erwiesen, dass nicht die Gene sondern die Gen-Steuerung, bzw. die Reparaturmechanismen, welche bei Krebs durcheinander geraten sind, eine Rolle spielen. Und das ist reversibel, kann rückgängig gemacht werden!



Wenn wir uns nicht umorientieren, hat der Krebs wirklich gesiegt.

Wir benötigen ein neues Fundament, auf dem endlich erfolgreiche Therapien aufgebaut werden können.

Wenn Sie jetzt meinen, dass es das nicht gibt, habe ich eine freudige Nachricht für Sie. Denn schon seit Jahrzehnten sind die tatsächlichen Zusammenhänge von Krebs bekannt.

Hoffnung ist angesagt. Das bedingt aber auch, dass betroffene Menschen bereit sind, aktiv mitzumachen und Selbstverantwortung für ihr Leben zu übernehmen. Gerade das ist die grosse Herausforderung.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Krebsstoffwechsel

„Sauerstoffgas, Energiespender in Pflanzen und Tieren ist entthront in den Krebszellen und durch eine Form der Energiegewinnung, nämlich der Fermentation der Glukose, ersetzt … Aber niemand kann behaupten, dass man nicht sagen kann, was Krebs ist und was seine primäre Ursache ist. Im Gegenteil, es gibt keine Krankheit, deren Ursache besser bekannt ist, so dass Unwissenheit nicht länger als Entschuldigung dienen kann…“
Warburg 1967 (zit. *Werner 1996*)

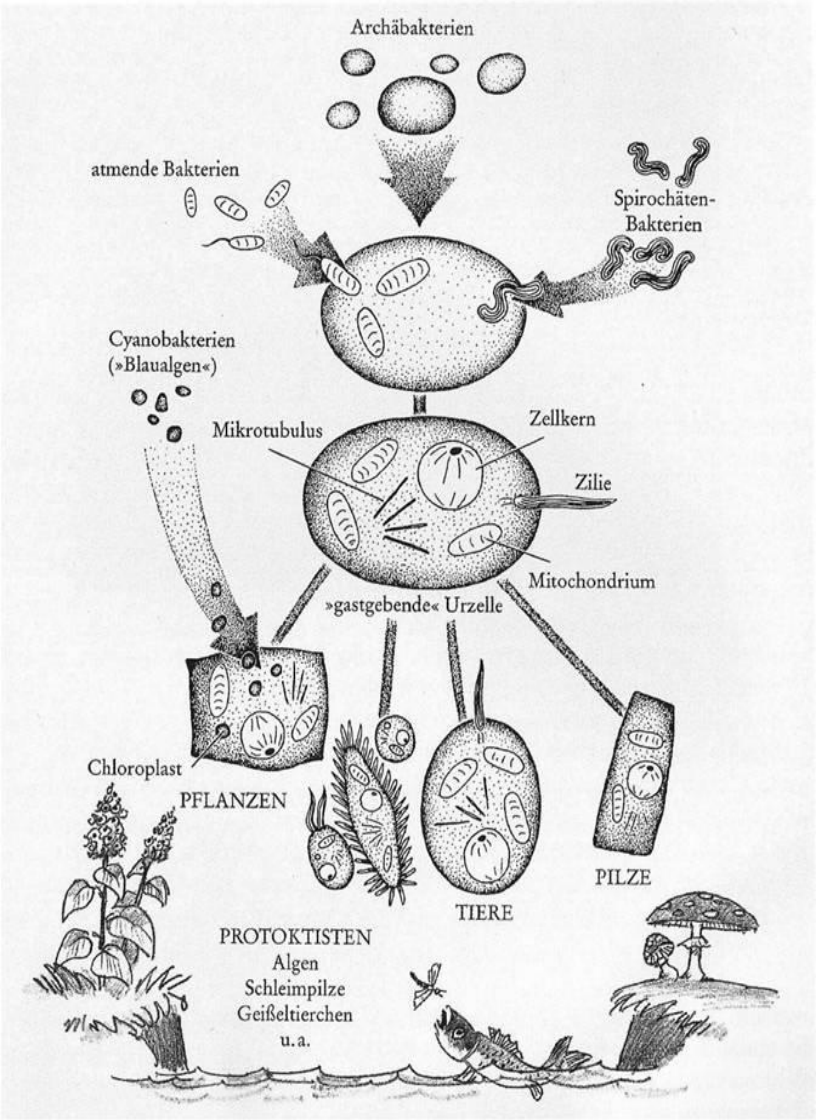
Auch die biologischen Hintergründe dazu sind längst erforscht: „Die ungeplanten und geplanten pharmakotoxischen Experimente am Menschen beweisen, dass Krebs verursacht wird infolge der primär funktionellen und sekundär strukturellen Inaktivierung der mitochondrialen Zellsymbionten. Die funktionelle Blockade der Zellatmung aktiviert im Falle des verhinderten Zelltods die evolutionsbiologisch programmierte Überlebenskonkurrenz des archaebakteriellen Genoms und inaktiviert die Kooperation mit den proteobakteriellen Genomanteilen im Zellkern und in den Mitochondrien. Die Folge ist die überdauernde Typ II-Gegenregulation der Zelldyssymbiose.“
Dr. med. Heinrich Kremer (Krebs- und AIDS-Medizin)

Verständlicher ausgedrückt: Das Zusammenleben der unzähligen nützlichen Bakterien in unserem Körper verändert sich, wenn das innere Milieu gestört ist (Übersäuerung, Übereiweissung, Sauerstoffmangel, Zellstress etc). Die atmenden Bakterienanteile (Mitochondrien) können nicht mehr richtig funktionieren. Deshalb schaltet die Zelle auf ein lebenserhaltendes Notprogramm um, von einem aeroben (durch Sauerstoff) auf einen anaeroben (auf Gärung basierenden) Stoffwechsel. Dies dient der Erhaltung des Lebens!

Hier ein kurzer Film des Max Planck Instituts über die Entstehung der Zelle mit ihren Mitochondrien:

https://www.youtube.com/watch?v=9LTMDLDsL98

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



(Bild: Entdeckung des Chaos, Briggs/Peat)

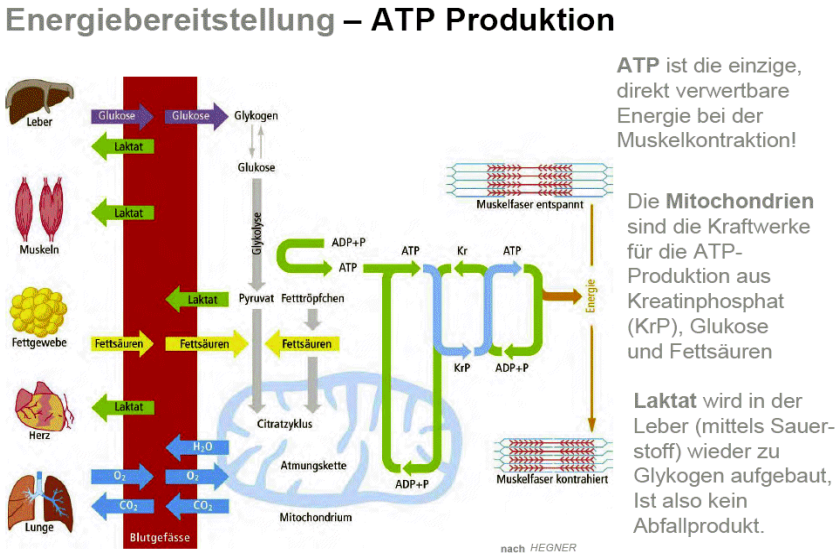
Die Funktionen der Zelle gehen aber über das Materielle hinaus. So spielen letztlich auch Lichtquanten und Information eine Rolle:

http://www.youtube.com/watch?v=6DHbAgSX9Ws

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Zellen im anaeroben Stoffwechsel (Vergärungsstoffwechsel), die nicht mehr von selbst in die ursprüngliche Stoffwechselform wechseln können, werden als **maligne Krebszellen** bezeichnet. Da die Apoptose (natürlicher Zelltod) von den Mitochondrien ausgeht, die in Krebszellen ja nur noch zu einem Bruchteil vorhanden sind, leben die «entarteten» Zellen unendlich. Das bedeutet, dass die Beachtung der Mitochondrien in der Krebstherapie eine zentrale Rolle einnehmen sollte.

Auch während langanhaltenden sportlichen Spitzenleistungen, zum Beispiel bei Marathonläufen, kann es zu einem anaeroben Stoffwechsel kommen. Dies ist messbar über den Laktatwert im Blut. Allerdings können sich die Zellen wieder von selbst erholen und in den effizienteren aeroben Stoffwechsel zurückwechseln.



Bildquelle: sportunterricht.de

Durch die Vergärung produziert die an sich basische Krebszelle sehr viel linksdrehendes Laktat (Milchsäure). Es kommt zu einer Übersäuerung um die Tumorzellen herum (extrazelluläre Azidose). In diesem sauren Umfeld können sich die Abwehrzellen nicht mehr

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

richtig fortbewegen und damit die Krebszellen nicht mehr eliminieren. Das fördert das weitere Tumorwachstum und ebnet einer Metastasierung den Weg.

Bei einer Tumorerkrankung führt der Weg in die anaerobe Energiegewinnung stetig über verschiedene Stoffwechsellagen, die einfach gemessen werden können. Ein Teil unseres gesunden Energiestoffwechsels der Zelle nennt sich oxidative Phosphorylierung (oxPhos). Er dient der Energiegewinnung in Form von ATP (siehe Kapitel «Zellfunktionen»). Je maligner eine Krebszelle wird, desto mehr verschiebt sich ihr Stoffwechsel von der normalen oxidativen Phosphorylierung über die Glutaminolyse (Glut), die Transketolase (Pentosephosphatweg, PPP) Richtung Glykolyse (Glyk). Das heisst, dass ATP nicht mehr mittels Sauerstoffverbrennung in den Mitochondrien produziert wird, sondern durch Vergärung im Zellplasma. Nachfolgend ein Versuch dies mit den entsprechenden Laborwerten (gelb) darzustellen.

	oxPhos	Glut	PPP	Glyk
LDH Isoenzyme	-	+ / -	+ / -	+ / -
M2PK im Blut	- / ↗	↑	↑	- / ↗
TKTL-1	-	-	↑	↑

Der Umstand, dass Krebs eine sinnvolle Massnahme des Körpers ist, um überleben zu können, wird Ihnen im Verlauf des nächsten Kapitels immer wieder begegnen. Lernen Sie, zwischen den Zeilen zu lesen. Sei dies bei neusten Studien, hochgepriesenen Naturheilmitteln oder den verschiedensten Krankheiten. Wenn wir anfangen, die Dinge zu hinterfragen, können wir überall eine Sinnhaftigkeit, eine höhere Ordnung erkennen.

Wir entdecken, dass die «bösen» Borrelien uns vor neurotoxischen Metallen schützen, das angeblich krebsauslösende Papilloma-Virus

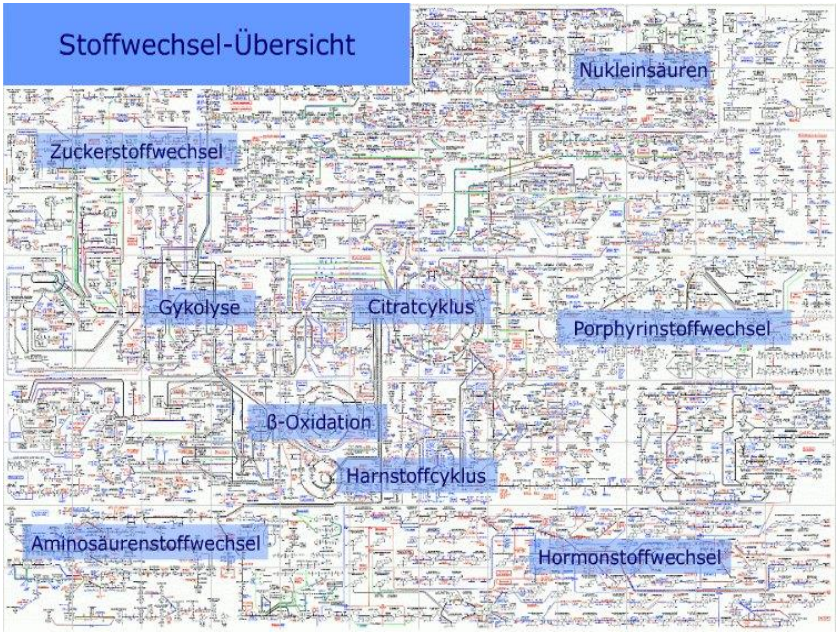
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

dafür sorgt, dass unser Immunsystem kranke Schleimhautzellen besser erkennt, Fieber das Immunsystem unterstützt oder Schmerzen eine Botschaft des Körpers, gar ein Hilfeschrei der Seele ist.

Gott hat unseren Körper so erschaffen, dass er sich selbst am Leben erhält – in jedem Fall! Der Tempel Gottes ist auf Selbsterhaltung programmiert, auch wenn wir es nicht immer nachvollziehen können. Er reguliert sich selbst. Legen wir ihm Steine in den Weg, also Schaden wir unserem Körper, so muss er gegenregulieren. Das nehmen wir oft als Symptome wahr. Mehr dazu in meiner Broschüre «Naturheilkunde und Christentum»:

https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Naturheilkunde_und_Christentum.pdf

In Wirklichkeit ist der Stoffwechsel ein klein bisschen komplexer. Mittlerweile kennt man über 2000 verschiedene Reaktionen. Davon haben die meisten Ärzte keine Ahnung, denn dazu braucht es ein eigenständiges Studium in Biochemie. Hier ein Ausschnitt:



Bildquelle: chemgapedia.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Krebsursachen: Erweiterte Sicht

Zu den Gründen für Krebs gibt es je nach Publikation verschiedene Statistiken. Eine der Aufstellungen haben Sie bereits kennen gelernt. Die Hauptfaktoren sind überall gleich. Erst bei den geringeren Ursachen gibt es Verschiebungen. Nachfolgend die einzige Aufstellung, die ich gefunden habe, welche auch aufzeigt, dass es noch „unbekannte“ Ursachen geben könnte.

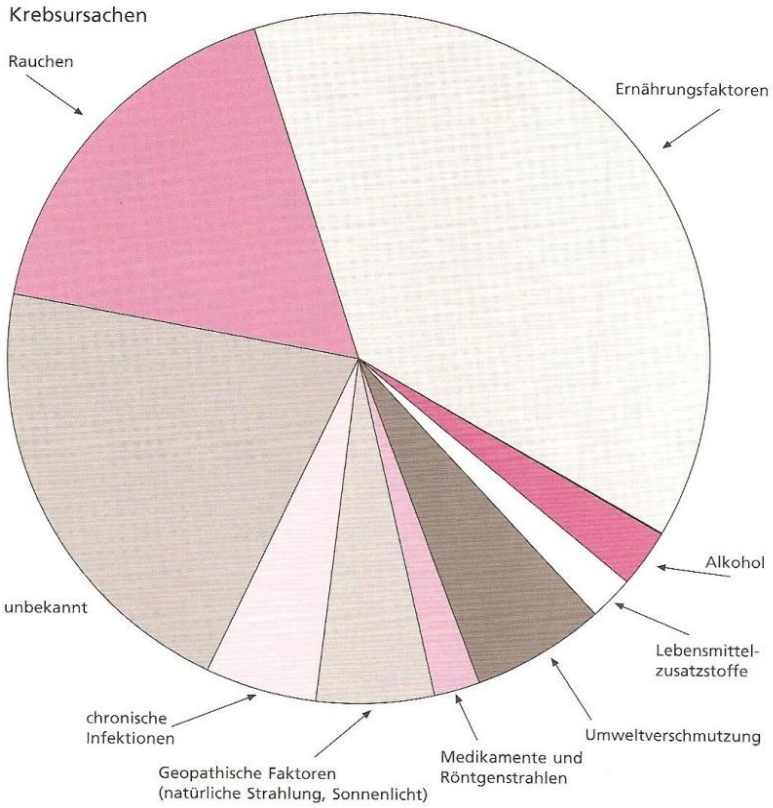


Abb. 35: Krebsursachen (Aus: *Doll, R.* Cancer Res. 52 (1992) 2024).

Quelle: Burgerstein Handbuch Nährstoffe

Nachfolgend gehe ich auf die wichtigsten dargestellten Faktoren ein.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Ernährungsfaktoren

Die Krebsursache Nummer 1 scheint die Ernährung zu sein. Die wichtigsten Faktoren sind:

tierisches Eiweiss (Fleisch & Kuh-Milchprodukte)

Nach der aktuellen Datenlage stellt der Fleischkonsum die grösste Gefahr gar. Er ist für die meisten Krebsarten mitverantwortlich. Epidemiologische Studien zeigen auf, dass der Konsum von verarbeitetem Fleisch der Gesundheit schadet. Lesen Sie hier mehr dazu:

http://www.tier-im-fokus.ch/info-material/info-dossiers/fleischkonsum_und_gesundheit/#zwischentitel_10

Lebensmittel	Arachidonsäure (mg je 100 g)
Schweineschmalz	1700
Schweineleber	870
Kalbsleber	352
Eigelb	297
Leberwurst	208
Schweineschinken (gekocht oder geräuchert)	130
Fleischwurst	120
Huhn	120
Salami	100
Butter	83
Hühnerei	70
Kalbfleisch	62
Rindfleisch	49
Camembert, 60 % Fett i. Tr.	34
Schlagsahne, 30 % Fett	32
Emmentaler, 45 % Fett i. Tr.	28
Milch und Joghurt, 3,5 % Fett	4
Milch und Joghurt, 1,5 % Fett	2
Brot	0
Reis	0
Pasta (keine Eiernudeln)	0

Bildquelle: shop-apotheke.com

Ausser der Übersäuerung durch die Fleischprodukte, gilt es auch das Verhältnis der entzündungsfördernden Omega-6-Fettsäuren zu den entzündungshemmenden Omega-3-Fettsäuren zu beachten. Der Gehalt an Omega-6 ist in Tieren, die zum Beispiel mit Soja oder Mais zugefüttert werden, wesentlich höher. Übrigens: In Ihrem persönlichen Fettsäureprofil ist aufgeführt, wie das Verhältnis davon im Körper ist. Überwiegt die hochgradig entzündungsfördernde Arachidonsäure, gilt es gegenzusteuern.

Salat, Gemüse und Obst sind frei von Arachidonsäure.

https://www.zentrum-der-gesundheit.de/entzuendungshemmende-ernaehrung-ia.html

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Das Protein (Eiweiss) *Kasein* in der Kuhmilch fördert in Tierversuchen *alle* Krebsarten. Zudem erhöhen Milchprodukte den insulinähnlichen Wachstumfsfaktor IGF-1, der mit vielen Krebsarten in Verbindung gebracht wird.

http://www.peta.de/milchundkrebs#.VCfFuXfNrCY

https://medical-tribune.ch/10054331/2020/brustkrebs-aus-dem-euter/

Das wissenschaftliche Fundament für eine rein vegane Ernährung finden Sie in der Publikation „China Study" des Arztes und Ernährungswissenschaftlers *T. Colin Campbell*. Auch als Hörbuch.

Transfette

Andreas Moritz schreibt dazu: „Es gibt andere Substanzen, ausser Eiweiss, die zu Krebs verursachenden Verstopfungen führen. Gewisse Fette, Transfette oder Transfettsäuren genannt, kleben sich an die Zellmembran und beeinträchtigen daher die Aufnahme von Sauerstoff, Glukose und sogar Wasser. Die an Sauerstoffmangel leidenden Zellen werden geschädigt und krebsartig."

https://fdocuments.net/document/der-tod-lauert-inden-transfetten1-copy.html

Anzahl der getesteten Produkte		Ø Gehalt an trans-Fetten im Fettanteil der getesteten Produkte	Trans-Fettgehalt von - bis
3	Salatcroutons	42 %	23 – 52 %
14	Cracker	40 %	24 – 51 %
16	Pommes frites	38 %	5 – 57 %
16	Fertig-und Bratensaucen	33 %	2 – 60 %
13	Donuts (Berliner)	30 %	4 – 43 %
3	Kuchenmischungen	30 %	28 – 30 %
19	Plätzchen	23 %	1 – 46 %
8	Panierte Hühnerbrüste	27 %	12 – 57 %
3	Croissants	18 %	6 – 41 %
6	Toastbrote	18 %	1 – 35 %
7	Müsliriegel	11 %	5 – 22 %
9	Schokoriegel	9 %	1 – 36 %
10	Harte Backmargarine	6 %	1 – 20 %
9	Schokobrotaufstrich	6 %	1 – 11 %
9	Sonnenblumenmargarine	5 %	1 – 35 %
6	Kartoffelchips	5 %	2 – 6 %

Bildquelle: peak.ag

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Zucker und raffinierte Kohlehydrate

Zucker und raffinierte Kohlehydrate wie zum Beispiel Weissmehl und die Produkte daraus (Teigwaren, Brot etc) sind ausgeprägte Krebsförderer. Wie bereits erwähnt, ernähren sich Tumore – besonders die berüchtigten Krebsstammzellen – von Glucose (auch Traubenzucker), die aus Kohlehydraten gewonnen wird. Zu den Nahrungsmitteln die reich an Kohlehydraten sind, gehören sämtliche Getreideprodukte (Weizen, Dinkel, Roggen etc), Mais, Reis, Kartoffeln, Kidney-, Lima- und Schwarze Bohnen, Kirchererbsen, Linsen, Dörrfrüchte, Bananen, Marmelade, Honig.
Bildquelle: coop.ch

Fruchtzucker (Fructose) ist nicht besser, im Gegenteil: „*Alle* Formen von Zucker sind schädlich für die Gesundheit im Allgemeinen und fördern eine Krebserkrankung. Bei der Fructose ist jedoch sicher, dass sie zu einer der schädlichsten Zuckervarianten gehört“, so der Beitrag im Biomedizin Blog des *Centrum für Integrative Medizin Speyer*.

http://www.biomedizin-blog.de/de/fructose-das-beste-futter-fuer-krebszellen-und-der-grosse-feind-unserer-gesundheit-wp261-212.html

Wichtig: Komplexe Kohlehydrate – sogenannte Ballaststoffe – werden im Darm schlecht aufgenommen. Sie binden Giftstoffe und lassen Krebs weniger gut gedeihen. Davon brauchen wir mehr!

Natrium

Sie erinnern sich an die Ausführung über die Natrium-Kalium-Pumpe? Zusammen mit der Natrium-Protonen-Pumpe steuert sie das Membranpotential, Zellwachstum und Differenzierung sowie die Insulinresistenz. Ein zu hoher Konsum an Natrium (Kochsalz, Basenpräparate), wie auch ein Mangel an Kalium, führt zu einem

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Missverhältnis, die Pumpe kann ihre Funktion nicht mehr wahrnehmen. Der Zelle fehlen wichtige Nährstoffe und sie kann nicht mehr entgiften.

Untersuchungen zeigten, dass die Funktion der Natrium-Kalium- und Natrium-Protonen-Pumpe in den roten Blutkörperchen von Krebspatienten gestört ist. Es zeigt sich auch, dass überschüssiges Natrium in das Bindegewebe eingelagert wird, was die Metastasierung fördert.

Kalium ist nach Kalzium, Phosphor und Schwefel der vierthäufigste Mineralstoff im Körper. Ein Mangel entsteht nicht nur durch einseitige Ernährung. Durch Waschen und Kochen von Lebensmitteln geht ein Grossteil des Kaliums verloren. Aber auch Magnesiummangel und Stress stören den Kaliumhaushalt.

Lesen Sie hier mehr über Natrium, Kalium und was der Säure-Basen-Haushalt für eine Rolle spielt:

http://www.drjacobsinstitut.de/?S%C3%A4ure-Basen-Haushalt

Aflatoxin

Wir wissen alle, dass wir verschimmelte Nahrungsmittel nicht mehr essen dürfen. Das Problem ist weniger der Schimmel selbst, sondern das Stoffwechselabbauprodukt das er produziert. Aflatoxin ist lebertoxisch und gilt als eines der stärksten Kanzerogene (kanzerogen = krebserregend). Es wird in der Krebsforschung benutzt, um bei Mäusen und Ratten Tumore zu erzeugen.

Bildquelle: schimmel-schimmelpilze.de

Auch Lebensmittel, bei denen kein Schimmel zu erkennen ist, können davon befallen sein. Doch es gibt eine Lösung: Vitamin C. Die Ascorbinsäure ist als einziges natürliches Präparat in der Lage, Aflatoxin zu neutralisieren. Das heisst nicht, dass wir jetzt

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Schimmelbefallenes zusammen mit Vitamin C einfach Essen können. Wenn wir Schimmel sehen, gehört es in den Kompost. Eine Prise Ascorbinsäure geben wir aber dort dazu, wo es oftmals nicht sichtbaren Schimmel haben könnte. Dazu gehören fast alle Lagerwaren wie Nüsse, Kartoffeln, Gemüse, Salat etc. Doch nicht übertreiben. Vitamin C Pulver kann den Zahnschmelz angreifen.

Flüssigkeitsmangel

Bildquelle: reineswasser.info

Die Aberbillionen Zellen und Bakterien schwimmen in unserem Körper wie Fische in einem Biotop. Damit ein Biotop nicht verschlackt, fault und mit Algen überwuchert, braucht es frisches Wasser. Bei uns Menschen ist das nicht anders. Unser Körper besteht zu rund 70 % aus Wasser. Das Gehirn hat den grössten Flüssigkeitsanteil. Es schwimmt im sogenannten Liquor, einer Flüssigkeit, die es unter anderem vor Schlägen schützt.

Das Alarmsignal „Durst“ bedeutet, dass der Körper bereits ausgetrocknet ist. Hören wir vermehrt nicht auf ihn, schickt er das „Durstsignal“ mit der Zeit nicht mehr. Trinken wir zu wenig oder das Falsche (Süssgetränke, Kaffee etc) übersäuert der Körper und er kann seine Stoffwechselfunktionen nicht mehr wahrnehmen. Die Zellen können sich nicht ausreichend mit Nährstoffen versorgen, leiden unter Sauerstoffmangel und müssen auf „Vergärung“ umschalten. Es können nicht mehr genügend Abwehrzellen gebildet werden. Die Toxine, welche nicht ausgeleitet werden können, müssen zwischengelagert werden, damit die Organe keinen Schaden nehmen. Dafür schafft der Körper Gewebe, das

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

sonst physiologisch keine Funktion hat, sogenanntes Tumorgewebe. Der intelligente Körper errichtet eine Giftmülldeponie, um sich zu schützen. Eigentlich genial, oder?

Soja?

Viele Menschen nutzen Soja als Alternative zu Fleisch. Doch Soja enthält auch schädliche Stoffe, die selbst durch Kochen oder Braten nicht zerstört oder deaktiviert werden. Wie Nüsse auch haben Sojabohnen sogenannte „Enzymhemmer“, mit denen sie sich selbst schützen. Sie Saat bleibt so längere Zeit keimfähig. Geniessen wir die Produkte einfach so, dann beeinträchtigen sie die Aufnahme von Mineralstoffen. Kalzium, Magnesium, Kupfer, Eisen und Zink werden blockiert. Zudem gehört Soja heute zu den am stärksten mit Pestiziden belasteten Lebensmitteln. Weiter gibt es auf dem Weltmarkt kaum mehr Soja, das nicht gentechnisch verändert wurde. Selbst „Bio“ ist manchmal verunreinigt. Offiziell darf es bis zu 1 % Gentechsoja enthalten.
Bildquelle: bioprodukte.de

Wer Soja geniessen will, sollte trotzdem auf „Bio“ achten und ausschliesslich Produkte aus „fermentiertem“ Soja benutzen. Durch den Fermentationsprozess werden die Enzymhemmer abgebaut.

http://www.medizin-welt.info/aktuell/Soja-steht-im-Verdacht-Krebs-zu-erregen/41

Weiteres, was ***nicht*** auf den Speiseplan gehört, finden Sie hier:

https://de.sott.net/article/10710-Zehn-ungesunde-krebsauslosende-Lebensmittel-die-Sie-nie-wieder-essen-sollten

Stets aktuelle Aufklärung über verschiedenste Nahrungsmittel:

https://www.foodwatch.org/de/informieren/schadstoffe-lebensmittelsicherheit/

Prof. Dr. med. Paul Aiginger geht ausführlich auf den Einfluss von Ernährung und Bewegung bei Krebs ein:

http://www.youtube.com/watch?v=1YPGLg53cps

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Seine Ausführungen der Krebsprävention stellen ein wunderbares Ideal dar. Aufgrund der Vernetzung von Industrie und Politik sind sie wohl leider nur schwer umsetzbar. So sind wir einmal mehr dazu aufgerufen, Eigenverantwortung zu übernehmen.

Was könnte als „Unbekannt“ gelten?

Die zweithäufigste Ursache für Krebs soll als «Unbekannt» gelten. Welche bekannten Bereiche könnten wir hier einordnen, die sonst keine Erwähnung finden? Meines Erachtens dürften dazu Bewegungsarmut und psychische Belastungen, das heisst emotionaler Stress oder ein sogenannter ungelöster seelischer Konflikt aus der Vergangenheit gehören.

Anhaltender Stress löst Krebs aus

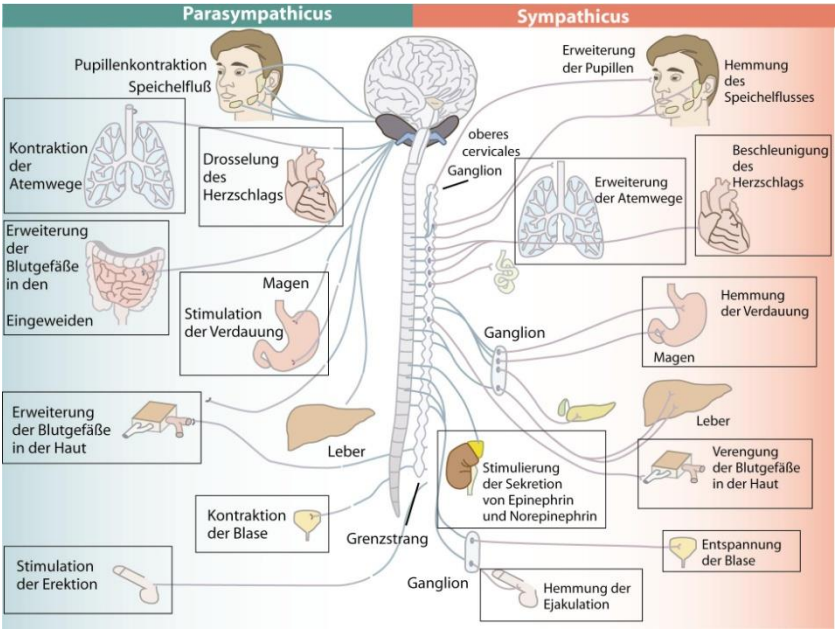
Wenn wir uns mit Stress beschäftigen, dann stossen wir auch auf die Begriffe Distress und Eustress, schlechter und guter Stress. So kompliziert braucht es nicht zu sein. Nur ein paar Kenntnisse über das vegetative Nervensystem sind nötig. Denn: Jeder Stress ist gesund, wenn er nicht länger als ein paar Minuten dauert. Biologisch kommen hier uralte Programme zum Laufen. Vor mir taucht ein Tiger auf: Kämpfen, Rennen, Todstellen. Bei allen drei Varianten sind die Muskeln angespannt. Das Grosshirn wird heruntergefahren und das Stammhirn übernimmt. Kopfrechnungen zu lösen oder ein Schnitzel zu verdauen ist unwichtig. Der Sympathikus läuft auf Hochtouren (steht für Aktivität und Leistung).

Bildquelle: animals.nationalgeographic.com

Nach kurzer Zeit hat es sich entschieden: Entweder ist der Tiger erlegt, wir sitzen auf einem Baum oder wir wurden gefressen. Der

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Stress ist vorbei. Durch die Bewegung (Rennen oder Kämpfen) konnte bereits Adrenalin abgebaut werden. Die Waagschale kann sich wieder Richtung Parasympathikus (steht für Erholung, Entspannung, Regeneration und Energieaufbau) ausbalancieren.



Bildquelle: l-i-n-k.de

Stress macht heute noch Sinn. Sie gehen langsam über die Strasse, das rast ein Auto auf Sie zu. Sicher setzen Sie sich jetzt nicht im Schneidersitz auf den Boden und brummeln laut „Ooommm“. Sie berechnen auch nicht die Geschwindigkeit des Autos, um dann zu überlegen ob es sinnvoller wäre rückwärts, vorwärts links oder rechts auszuweichen. Das Stammhirn übernimmt. Adrenalin und Cortisol schiessen in die Blutbahn, Sie springen spontan auf die Seite. Danach: Ausatmen und wieder entspannen.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Stress.pdf

Stress ist ein Überlebensmechanismus. Wir brauchen ihn. Aber nicht als Dauerstress, das ist schädigend für den gesamten

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Organismus. Er übersäuert, verschlackt, das adrenaline System erschöpft sich, die Mitochondrien können nicht mehr genügend Sauerstoff zur Energieproduktion umsetzen, die Zellen müssen – um den Körper am Leben zu erhalten – auf Vergärung umschalten, wir haben Krebs.

„Bösartige Tumoren entstehen durch Adrenalinmangel, und zu diesem kommt es durch gehäuften Stress, der zur Erschöpfung des adrenalinproduzierenden Systems führt."

Dr. med. Waltraut Fryda

Lesen Sie den informativen Artikel über die Erkenntnisse der Forscherin Dr. Fryda:

https://www.raum-und-zeit.com/r-z-online/artikel-archiv/2007/ausgabe-150/krebs-durch-adrenalinmangel.html

Sie können sich das so vorstellen, wie bei der Bauchspeicheldrüse. Wenn diese aufgrund des übermässigen Zucker- und Kohlehydratkonsums mit der Insulinausschüttung (das Hormon Insulin reguliert den Blutzuckergehalt) immer 150 % Leistung geben muss, braucht sie irgendwann eine Pause. Die Diagnose lautet dann: Diabetes Typ 2. Höchstalarmierend ist, dass unter diesem Altersdiabetes sogar immer mehr Jugendliche leiden.

Dr. med. Ryke G. Hamer will festgestellt haben, dass es einen Zusammenhang zwischen der Stressart, zum Beispiel Stress in der Partnerschaft, und dem „späteren" Manifestationsort des Tumors gibt. Dr. Hamers Thesen wurden bekannt unter dem Begriff „Neue Germanische Medizin". Seine Ansichten sind allerdings umstritten und werden seitens der Schulmedizin heftigst bekämpft – ohne dass die Bereitschaft besteht, diese jemals wissenschaftlich zu überprüfen. Hier sehen Sie einen Patientenbericht aus dem österreichischen Fernsehen:

http://www.youtube.com/watch?v=RnaYMISZOKE&feature=related

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die Ernährungsspezialistin *Margrit Sulzberger* schreibt in ihrem Handbuch für Ernährungsmedizin: „Wären wir uns des Problems bewusst, hätten wir es nicht oder könnten wir etwas dagegen tun. Um es aus dem Unbewussten hervorzuheben, brauchen wir a) eine Psychotherapie oder b) lange Meditationsarbeit."

Da Letzteres bei einer solch schweren Erkrankung vermutlich zu viel Zeit in Anspruch nimmt, ist der Gang zu einem Psychotherapeuten angebracht. Denn auch die Diagnose „Krebs" stellt bei den meisten Patienten einen neuen, zusätzlichen Stressfaktor dar. Hier ein Filminterview mit der *Ärztin Juliane Sacher*:

http://www.youtube.com/watch?v=TdKRYupyxQk&feature=related

Werden die emotionalen Konflikte nicht gelöst, können auch die besten Therapien nur schwer greifen, wenn überhaupt.

https://germanische-neue-medizin.de/konfliktrezidiv

Der klinische Psychologe *Marc Frechet* konnte im Krebsbehandlungszentrum Villejuif in einem Verlauf von 6 Jahren 916 Patienten beobachten. Er entdeckte verblüffendes: Die 215 Patienten, die keine medizinische Therapie in Anspruch nahmen und sich „lediglich" einer Psychotherapie unterzogen, hatten die besten Überlebenschancen. Von den 380 rein medizinisch behandelten Patienten überlebten nach der Beobachtungsphase deutlich weniger. Von 312 Patienten gibt es keine Daten, da Sie nur einmal in der Konsultation erschienen sind. Ich habe aus den Zahlen eine Grafik gemacht. Das sieht dann so aus:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die Medizin brüstet sich mit Menschen, die nach einer Behandlung keinen nachweisbaren Tumor mehr haben. Sie kann sich aber nicht mit Menschen brüsten, die nach über fünf Jahren noch leben.

Bewegungsarmut fördert Krebs

Bildquelle: billomat.com

In einer grossen Metaanalyse (43 Beobachtungsstudien mit vier Millionen Teilnehmern) konnten die Präventivmediziner der *Universität Regensburg* feststellen, dass die Wahrscheinlichkeit an Krebs zu erkranken durch längeres Sitzen bis zu 10 % steigt.

Bewegungsarmut trägt in Europa zu etwa 15 % der allgemeinen Krebsraten bei – und das unabhängig von Übergewicht. Die Direktorin des Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen in Deutschland, *Prof. Dr. med. Cornelia Ulrich*, zeigt sogar auf, dass, wer sich **täglich über 45 Minuten mässig bewegt,** das Risiko einer Krebserkrankung um 20-40 Prozent reduzieren kann. Nach der Diagnose und Therapie von Brustkrebs, konnte die Überlebensrate mittels Sport verdoppelt werden.

Zum Teil hängt dies auch mit dem intraabdominalen Fettgewebe (Bauchfett) zusammen. Dieses Gewebe ist in der Lage, krebsfördernde Hormone zu produzieren. Es wurde nachgewiesen, dass bei Übergewichtigen das CRP nach 12 Monaten Sport um annähernd die Hälfte sank.

Bildquelle: welt.de

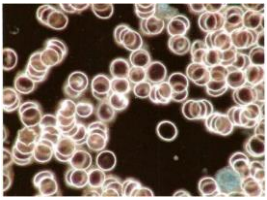
Fazit: Körperliche Aktivität schützt nicht nur vor Übergewicht und dessen Folgen, sondern senkt erwiesener Massen das Risiko für Dickdarm-, Brust-, Gebärmutter- und Prostatakrebs. Höchstwahrscheinlich auch vor anderen Krebsarten.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

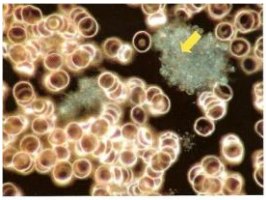
Rauchen

Dass Rauchen – auch Passivrauchen – schadet, ist allen klar. Dabei ist nicht nur das Nervengift Nikotin schädlich. Arsen, Cadmium und andere rund hundert Giftstoffe wirken kanzerogen.

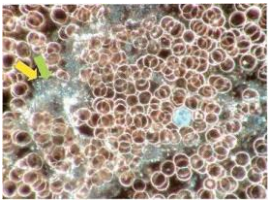
Was weniger bekannt ist, dass Rauchen nebst Lungen- und Kehlkopfkrebs auch an Blasen-, Magen- und Gebärmutterhalskrebs, insgesamt an der Entstehung von 17 Krebsarten beteiligt ist. Deshalb steht es bei den Krebsursachen an dritter Stelle.



nüchtern



nach 1 Zigarette



nach 8 Zigaretten

Die Bilder zeigen auf, wie sich das Blut beim Rauchen verändert (Bildquelle: SANUM-Post). Es ist für unseren Körper nicht einfach, mit einer derartigen Belastung klarzukommen. Es kommt zu Durchblutungsstörungen und damit zu einer geringeren Versorgung der Gewebe und Organe mit Sauerstoff. Der Überlebensmechanismus «Vergärung» wird aktiv. Raucher dürfen aber hoffen. Es ist nie zu spät mit der Selbstvergiftung aufzuhören: Zehn Jahre nach einem Rauchstopp entspricht das Lungenkrebsrisiko wieder dem von Nichtrauchern. Also: Verzichten, bevor es zu spät ist.

Am gefährlichsten für Raucher ist die Doppelbelastung mit Radon, einer natürlichen Umgebungsstrahlung. Es ist das Lungenkrebsrisiko Nr. 2 und vervielfacht die Krebsanfälligkeit. Das Bundesamt für Gesundheit hat deshalb extra eine Landkarte mit den Gefahrenzonen veröffentlicht.

https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/umwelt-und-gesundheit/strahlung-radioaktivitaet-schall/radon/radongebiete-ch.html

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Umwelt, geopathische Faktoren, Chemikalien etc

An vierter Stelle der häufigsten Krebsursachen stehen weitere zahlreiche Umweltgifte – seien dies natürliche Strahlung oder synthetisch hergestellte Stoffe. Unzählige Elemente wirken kanzerogen. Hinreichend bekannt ist dies von Asbest, angekohlter Grillware, synthetischen Duft- und Farbstoffen, Hormonpräparaten (zum Beispiel die «Pille») sowie Alkohol. Krebs begünstigen können aber auch andere Lifestyledrogen, das Mineral Stibium (solche Antimone finden sich im Mineralwasser), Aspartam (künstlicher Süssstoff), Quecksilber (in älteren Zahnfüllungen, Amalgamplomben), Bisphenol-A (in Plastikverpackungen und PET-Behältern) und natürlich radioaktive Bestrahlung (auch im Rahmen von medizinischen Untersuchungen). Dasselbe gilt für gewisse Schlafmittel, einige Antidepressiva sowie Krebsmedikamente, insbesondere Zytostatika. Sie auch Kapitel Medizinische Grundlagen: Ursachen und Auslöser.

Das Ärzteteam der Publikation „Die Zukunft der Krebsmedizin“ schreibt weiter dazu: „Nicht weniger bedenklich im Hinblick auf Krebs sind die folgenden Punkte: Antihaftbeschichtetes Kochgeschirr (Teflon), dessen Toxine sich selbst in der Muttermilch wiederfinden. Plastikmüll, der durch die Ozeane treibt und dadurch potenziell krebserregende Stoffe über die ganze Welt verteilt; gentechnisch veränderte Lebensmittel; Feinstaub aus Laserdruckern; herkömmliche Limonaden mit kanzerogener Benzoesäure; krebserregende Stoffe wie Acrylamid und Glycidamid in Kartoffelchips und Pommes (Anm.: Hier ist „Bio“ nicht gesünder); … Pestizide in konventionell angebautem Obst und Gemüse sowie

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Krebsgifte in Düngemitteln; extrem giftige Industriechemikalien wie Dioxin und polychlorierte Biphenyle (PCBs) in konventionellen Fleisch- und Milchprodukten, Eiern und Fisch sowie in Kosmetika wie Anti-Aging-Cremes; … Strahlenbelastungen aus Atomkraftwerken; Nanopartikeln; Lichtverschmutzung und Zahnstörfelder."

Filmdoku Bisphenol A: https://www.youtube.com/watch?v=cUOZ_aTmxTs

Bericht Atomkrafwerke: http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,522113,00.html

Filmdoku Verpackungen: https://www.youtube.com/watch?v=c9h_YsWY7gw

Kosmetikpräparate: https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Kosmetika_und_Krebs.pdf

Schlafstörungen

Zu wenig Schlaf fördert Krebs. Unser Schlafhormon Melatonin hat einen äusserst wichtigen Einfluss auf das Immunsystem und ist in der Lage, Metastasierungen zu unterdrücken.

„Nach der Auswertung zahlreicher Studien stufte die Krebsbehörde der WHO **Nachtarbeit** im Jahr 2007 als krebserregend ein: So bekommen Nachtschwestern und Stewardessen überdurchschnittlich häufig Brustkrebs, weil ihre biologische Uhr wie bei allen Nachtarbeiterinnen aus dem Gleichgewicht gerät. … Indem sich die Frauen nachts künstlichem Licht aussetzen müssen, wird die Produktion des Schlafhormons Melatonin unterbrochen. Der darauffolgende Melatoninmangel schwächt das körpereigene Abwehrsystem und fördert damit auch die Entstehung von Tumoren." *Anna Cavelius*

Es gibt auch Hinweise darauf, dass Störzonen, wie sie zum Beispiel durch **Wasseradern** hervorgerufen werden können, den Organismus schwächen. Sie begünstigen einen oberflächlichen Schlaf und begünstigen ein Milieu in dem Krebs besser gedeihen kann.

https://www.architekturbuero-ritter.de/geobiologie/rutengaenger/wasseradern/schlafplatz/elektrosmog/krebs/ploetzlicher_kindstod/gesunde_ernaehrung/adhs/sachsen/bau_geobiologie/krebs.html

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Mit Schlafmitteln riskiert man Krebs

STUDIE ···> Auch wer selten solche einnimmt, lebt gefährlich.

Forscher des Schlafzentrums «Scripps» in La Jolla (USA) zeigen auf, dass die Einnahme von Schlafmitteln das Sterbe- sowie das Krebsrisiko erhöhen können. **Und dies bereits ab 18 Dosen pro Jahr.** Demnach steige das Risiko, früher zu sterben, um den Faktor 3,5 und das Krebsdiagnoserisiko um 35 Prozent. Ihre Studie veröffentlichten die Forscher im Fachmagazin «BMJ Open». Darin betont Chefredaktor Trish Groves, dass die Forscher «einen klaren Zusammenhang nicht beweisen, aber viele andere mögliche Gründe ausgeschlossen werden konnten.» Für die Studie wurden 34 000 Menschen untersucht. **sci**

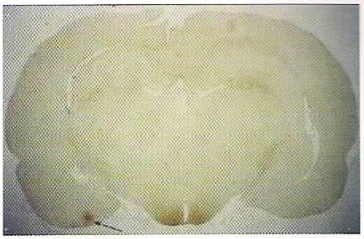
Pharmazeutische Schlafmittel sind aber keine Lösung, denn sie bergen noch grössere Risiken.

Nebenstehend ein Artikel aus *Blick am Abend* vom 28.02.2012.

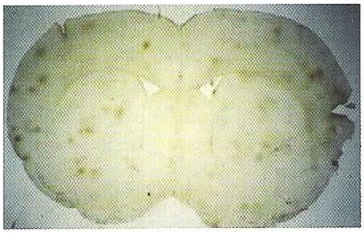
Elektrosmog

Eine stetig zunehmende Herausforderung stellt auch die Gefahr durch Elektrosmog dar.

In der Naila-Studie (2003) verglich *Prof. Dr. med. Saalford* die Zustände eines Rattenhirns vor und nach einer Strahlenbelastung, die einem zweistündigen Telefonat entspricht. Die sichtbaren Veränderungen deuten gemäss Saalford zufolge auf eine Zerstörung der Blut-Hirn-Schranke (Zellsystem das unser Gehirn vor Vergiftung schützt) hin.
Ferner hemmt Elektrosmog die Melatonin-Produktion der Zirbeldrüse, was Einfluss auf den Schlafrhythmus und unser Immunsystem hat.



ohne Bestrahlung



nach zwei Stunden Telefonat

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Wussten Sie schon, dass die internationalen Grenzwerte nicht von Gesundheitsbehörden, sondern von Industrie und Militär festgelegt werden?

Im Frühjahr 2018 hat der Ständerat in der Schweiz die verlangte Grenzwerterhöhung abgelehnt. Doch die Industrielobby konnte dann via Bundesrat eine versteckte massive Erhöhung der Strahlenbelastung durchsetzen: Es wird nicht mehr der Maximalwert gemessen, sondern der Durchschnitt über 24 Stunden! Als Parallele können wir uns das so vorstellen. Um ein Baby zu baden lag die maximale Wassertemperatur bisher bei 40 Grad. Jetzt dürfen Sie es während einer Stunde im kochenden Wasser baden. Denn über den Tag verteilt wird die Durchschnittstemperatur von 40 Grad nicht überschritten. So werden wir von den Behörden hinters Licht geführt.

Kürzlich konnte ich mich mit dem renommierten Forscher *Prof. Dr. med. Wilhelm Mosgoeller* unterhalten. Folgendes gilt heute als wissenschaftlich gesichert. Bei der Exposition durch Handstrahlung

- entsteht Zellstress
- kommt es zu Strangbrüchen in der DNS
- verändert sich die Proteinsyntheserate, was auf Funktionsverlust hinweist

Diese Forschungsergebnisse müssten eigentlich weitreichende Konsequenzen haben. „Die Ergebnisse… Besorgnis erregend. Sollen sie sich bestätigen, wäre dies nicht bloss ein Alarmsignal, sondern der Anfang vom Ende des Mobilfunks, da DNA-Schäden die erste Stufe zur Krebsentstehung sind.“ Das sagte *Prof. Dr. Alexander Lerchl,* der damalige Vorsitzende der deutschen Strahlenschutzkommission (SSK), Ausschuss nichtionisierender Strahlung. Doch schon zwei Jahre später vertritt er deutlich die Mobilfunkindustrie entgegen besseren Wissens und erhob Vorwürfe

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

gegen *Dr. med. Joachim Mutter*, der am 11.12.2009 in einem Interview vor den gesundheitlichen Risiken des Handygebrauchs durch Kinder warnte.

http://www.umweltrundschau.de/cms/the-news/573-dr-mutters-goffene-antwortg-auf-kritik-von-prof-a-lerchl-von-der-deutschen-strahlenschutzkommission-ssk

"Wir begrenzen die Zeit, in der sich unsere Kinder zu Hause mit Technik beschäftigen dürfen", sagte *Steve Jobs* im Jahr 2010 in einem Interview. Seine Jüngsten waren damals bereits immerhin 12 und 15 Jahre alt und er sagte, sie wären noch nie mit einem iPad in Berührung gekommen. Und 20min titelt am 23.4.2017: «Bill Gates verbot seinen Kindern Handy und TV.» Sie werden wohl wissen wieso.

In der Kheifets-Studie wurde aufgezeigt, dass Kinder von Müttern, die während der Schwangerschaft das Handy 2 bis 3 Mal täglich benutzten, ein bis zu 54% erhöhtes Risiko haben, aufgrund einer Fehlentwicklung im Hirn später Probleme im Umgang mit Freunden oder den Eltern zu entwickeln. Je häufiger das Handy während der Schwangerschaft benutzt wurde, umso gravierender war die Verhaltensstörung.

Am 18.10.2012 bestätigte dann das oberste italienische Gericht erstmals einen «kausalen Zusammenhang» zwischen «starken Telefongebrauch und dem Wachstum» eines Tumors. Epidemiologische Studien bestätigen eine erhöhte Manifestation von Hirntumoren auf der Kopfseite, wo die betroffenen Personen vorwiegend ihr Mobiltelefon am Ohr halten. Ich gehe davon aus, dass Sie auch noch ein Handy nutzen. Hat man Sie darüber informiert?

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Aber auch hier: Angst kann krank machen. So ist am 8.5.2013 in heise-online zu lesen: «Die Angst vor Elektrosmog kann Krankheitssymptome auslösen, auch wenn es keine messbare Strahlenbelastung gibt. Zu diesem Ergebnis kommt eine Studie des Psychologen *Dr. Michael Witthöft* von der Johannes Gutenberg Universität.» 54 Prozent der *fiktiv* bestrahlten Teilnehmer klagten über psychische oder körperliche Beschwerden wie Kopfschmerzen, Schwindel und Kribbelgefühle. Dass die körperlichen Schmerzen bei den Betroffenen nicht nur eingebildet waren, zeigte sich im MRT: Die Gehirnregionen für Schmerzverarbeitung waren tatsächlich aktiv.

Doch bei Pflanzen kann man davon ausgehen, dass ein solcher Nocebo-Effekt keine Rolle spielt.

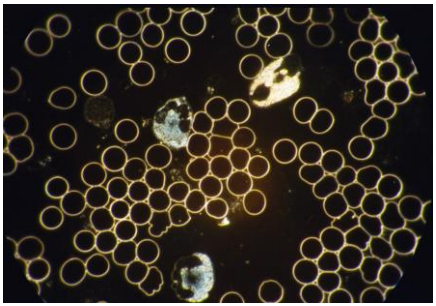
Wie Wi-Fi-Router Zimmerpflanzen töten

Braune Flecken und welke Blätter: Dass es Zimmerpflanzen manchmal schlecht geht, muss nicht nur an mangelnder Pflege liegen. Die Strahlung des Wi-Fi-Routers könnte mitschuldig sein.

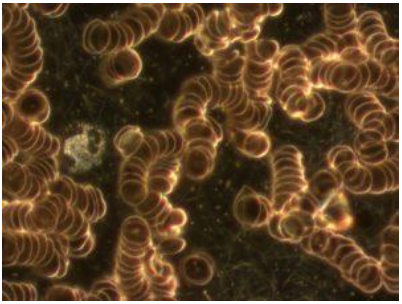
Die Kresse links war zwölf Tage direkt neben einem Wifi-Router aufgestellt. Ohne Wifi-Router war die Kresse im gleichen Zeitraum prächtig gediehen (rechts).

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Seit der Einführung von 3G können auch wir in der Vitalblutdiagnostik nur noch selten normale Blutbilder sehen.



Normales Blutbild



Blutbild unter Elektrosmog

Was das für Konsequenzen hat, wissen Sie inzwischen. Ich denke, dass die Vergiftung durch künstliche Strahlung schlimmer gewertet werden sollte als tägliches Rauchen. Nur weil man etwas nicht sieht oder riecht, ist es nicht unbedenklich. Aufgrund der langen Latenzzeit müssen wir davon ausgehen, dass Krebserkrankungen in den nächsten Jahren weiter massiv zunehmen. Die Wiener Ärztekammer hat bereits eine Warnung für die Benutzung von Handys publiziert. Nehmen Sie sie sich bitte zu Herzen:

https://www.diagnose-funk.org/publikationen/artikel/detail&newsid=1018

Sie sollten mit dem Handy nicht länger als 10 Minuten online sein oder das WLAN benutzen. Telefonieren Sie mit dem Handy nur in Notfällen. Vermeiden Sie es auch möglichst, regelmässig in der näheren Umgebung von Sendemasten, Hochspannungsleitungen, Eisenbahngeleisen etc. zu schlafen. Stellen Sie von WLAN auf Kabelanschlüsse um und schalten Sie das WLAN aus.

Ihr Schlafplatz sollte über 300 Meter von einem Natel-Sendemast entfernt liegen. Hier die Übersichtskarte zu den Standorten (CH):

https://map.geo.admin.ch/?X=190000.00&Y=660000.00&zoom=1&lang=de&topic=funksender&bgLayer=ch.swisstopo.pixelkarte-farbe&catalogNodes=403,408&layers=ch.bakom.radio-fernsehsender,ch.bakom.mobil-antennenstandorte-gsm,ch.bakom.mobil-antennenstandorte-umts,ch.bakom.mobil-antennenstandorte-lte,ch.bakom.mobil-antennenstandorte-5g

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Glauben Sie nicht alles, was publiziert wird

Oft lassen wir uns von der Werbung irrige Meinungen eintrichtern und wiegen uns in falscher Sicherheit. Ein Beispiel: Viele glauben die Behauptung, dass eine zu intensive Sonneneinstrahlung zu Melanomen (schwarzer Hautkrebs) führt. Dem ist aber nicht so!

Der Dermatologe *Professor Jason Richards* von der Universität Vancouver schreibt in einem Fachartikel: „Paradoxerweise haben Menschen, die im Freien arbeiten, ein geringeres Risiko, daran zu erkranken, als Menschen, die in geschlossenen Räumen arbeiten: dies deutet darauf hin, dass häufige Bestrahlung mit Sonnenlicht eine Schutzwirkung haben kann.“ Derzeit stehen die Sonnencremes im Verdacht Krebs zu fördern, da sie Xenohormone (hormonähnlich wirkende Substanzen) enthalten.

Auf Grenzwerte können wir uns leider nicht verlassen. Oft werden diese willkürlich festgesetzt und schützen eher die Industrie vor Haftpflichtforderungen als des Konsumenten Gesundheit. Gerne lade ich Sie ein, sich die aufschlussreiche arte-Dokumentation „Unser täglich Gift – Wie unsere Lebensmittel uns krank machen“ anzusehen oder als DVD zu bestellen (https://www.arte-edition.de).

https://www.youtube.com/watch?v=-3-pi_8w6K8

Beispiel **Aspartam**: Bereits 20 mg pro kg Körpergewicht verursachte in Tierversuchen Krebs. Bei einem Kind mit 25 kg wäre dieser Bereich bereits mit 500 mg Aspartam pro Tag erreicht. Zwei Diätlimonaden sollen schon 400 mg Aspartam enthalten. Fast alles mit dem Begriff „light“ enthält Aspartam, vom Weight-Watchers-Joghurt bis zum Kaugummi. Die Gefahrenzone ist schnell überschritten.

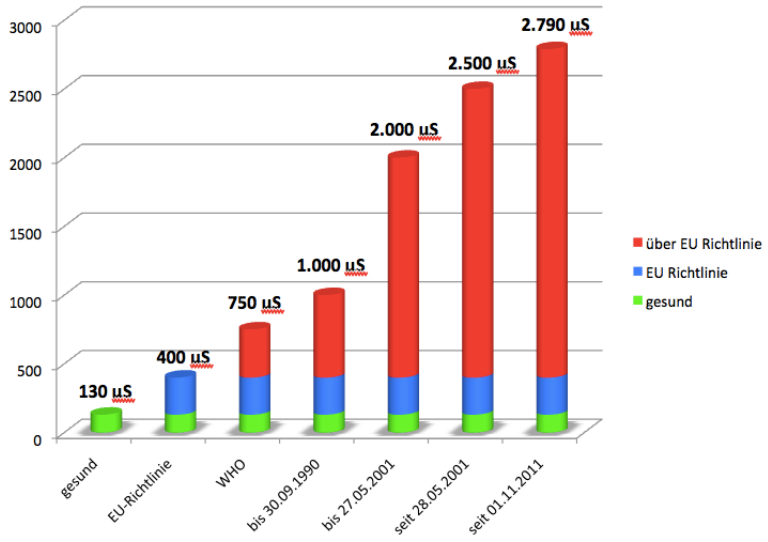
Beispiel **Trinkwasser**: Der Hydrologe *Professor Louis-Claude Vincent* von der Universität Paris stellte fest, dass die Neigung zu Krebs und Herz-Kreislauferkrankungen in Regionen mit hartem, kalk- und

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

salzreichem Wasser deutlich höher war als in Regionen mit weichem Trinkwasser. Der optimale elektrische Leitwert des Wassers müsste unter 130 µS (Mikrosiemens) liegen.

sehr gut entschlackende, entgiftende Wirkung	50 – 89 µS
gut entschlackende, entgiftende Wirkung	90 – 129 µS
noch befriedigende Wirkung	130 – 199 µS
keine Wirkung mehr	200 – 299 µS
bereits belastend	300 – 499 µS
schlecht und belastend	500 – 1299 µS
stark belastend	1300 – 2500 µS

Jetzt werden nicht, wie Sie vielleicht denken, Massnahmen ergriffen, um die Belastung des Wassers zu senken. Nein, im Gegenteil: Aufgrund der zunehmenden Verschmutzung werden einfach die offiziellen Grenzwerte erhöht. Die Industrie freut es! Was früher noch als unverträglich galt, ist nach stetigem Erhöhen der Grenzwerte plötzlich wieder „gesund“.



Quelle: wasser-infos.com

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Bei der heutigen erlaubten Fremdstoffbelastung im Trinkwasser ist es oft ausgeschlossen, dass unser Wasser Schadstoffe aus unserem Körper abtransportieren kann. Es kann schlicht keine zusätzlichen mehr aufnehmen.

Wasserfilter können dem Trinkwasser wieder die nötige Aufgabe zukommen lassen. Aber: Oft werden auch gute Stoffe ausgefiltert und viele Anbieter nutzen die Nachfrage, um überteuerte Geräte anzubieten. Es gilt wirklich, sich damit zu beschäftigen.

Wir hatten in unserer Praxis einen mineralischen Wasserfilter installiert. Bei einer unserer regelmässigen Blutanalysen stellen wir dann fest, dass es – sowohl bei mir als auch bei meiner Frau – einen hohen Arsenanteil aufweist. Nun, Reis aus Asien war schon längst kein Thema mehr. Wir haben dann noch auf den Konsum von Meeresfisch verzichtet. Trotzdem stiegen die Arsenwerte weiter an. Nach zahlreichen Ausschlussverfahren blieb nur noch der gutgemeinte Wasserfilter übrig. Wir haben diesen mit einem Carbonit-Filter ersetzt. Und siehe da: Die Arsenwerte im Blut sanken.

Durch unseren Lebensstil sind wir täglich unzähligen kanzerogenen Einflüssen ausgesetzt. Das Fass ist schnell voll und der Körper überfordert. Wir bezahlen einen hohen Preis für unser Wohlstandsleben – sind wir doch gerade in den Industrieländern einem besonders lebensfeindlichen Umfeld ausgesetzt. Sehen Sie sich den Filmbeitrag über die Belastung von chemischen Stoffen aus der Sicht verschiedener Krebsspezialisten an:

https://www.youtube.com/watch?v=ejpwxn2uQuk

Ich gehe davon aus, dass ein einzelner Aspekt nur selten ausreicht, damit jemand Krebs bekommt. Aber **die Summe aller Teile** – auch wenn mögliche Belastungen im Einzelnen natürlich alle unter den offiziellen Grenzwerten liegen – kann das Fass zum Überlaufen bringen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Zusammenfassung

Krebs ist normal!

Jeder Mensch hat Krebs! Täglich entstehen in unserem Körper unzählige entartete Zellen (Zellen mit DNS-Schäden). Das ist normal. Ein gesundes Immunsystem ist in der Lage, diese auf wundervolle Weise wieder zu reparieren oder „entsorgen".

Das Terrain, das innere Milieu, die Harmonie in unserem inneren Ökosystem entscheidet, ob Krebs gedeihen kann oder nicht. Ein schlechtes Milieu durch Übersäuerung infolge falscher Ernährung, anhaltendem Stress, Strahlenbelastung, Antibiotika, Zytostatika, Transfetten, Genussgiften (auch Passivrauchen), Umwelttoxinen, Bewegungsarmut, Kosmetika und mehr fördern die Zerstörung unserer Mitochondrien, die für die Apoptose zuständig sind. Das ist ein generalisierter Prozess.

Krebs ist keine organische (strukturelle) sondern eine systemische (funktionelle) Erkrankung. Wird nur der Tumor therapiert, ist damit die Krebserkrankung noch längst nicht behandelt!

Bei Krebs handelt es sich grundsätzlich um eine Stoffwechselverlagerung, meist erzeugt durch Zellstress (z.B. nitrosativer Stress). *Prof. Dr. med. Cornelia Ulrich* bestätigt auch: „Die genetische Veranlagung spielt eine kleine Rolle – Gesundheitsverhalten eine grosse!"

Wenn wir eine Krebserkrankung heilen wollen, müssen wir die Ernährung umstellen, den Körper von allen möglichen schädlichen Stressoren befreien, ihn entgiften (nicht noch mehr vergiften!), ungelöste emotionale Konflikte aufarbeiten und das Immunsystem ins Lot bringen. All das fällt nicht in das Resort der klassischen Medizin. Chirurgen können etwas rausschneiden, Radiologen etwas beschiessen und Onkologen etwas verbrennen. Das ist alles. Sie wissen es einfach nicht besser. In ihrer gesamten Ausbildung war die Behandlung der Ursachen von Krebs nie ein Thema.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Erinnern Sie sich an das Kapitel «Die Geschichte vom Schimmel»? Vielleicht können Sie das jetzt mit einem anderen Blickwickel betrachten.

Onkologen können Ihnen bei der Behandlung der Ursache von Krebs nicht helfen!

Hier sind Biologen, Alternativmediziner, Heilpraktiker, Ernährungsberater und Psychotherapeuten gefordert. Wenn irgendein Arzt das Gegenteil behauptet, dann wechseln Sie zu einem anderen. Es gibt ganzheitlich arbeitende Ärzte, die sich entsprechend weitergebildet haben. Auf jeden Fall aber müssen Sie Ihr Schicksal in die eigenen Hände nehmen und sich die Spezialisten selbst zusammenstellen, die Sie auf Ihrem Weg begleiten sollen. Ihr künftiges Leben hängt von Ihrer eigenen Wahl ab.

Welche Faktoren führen zu Zellstress?

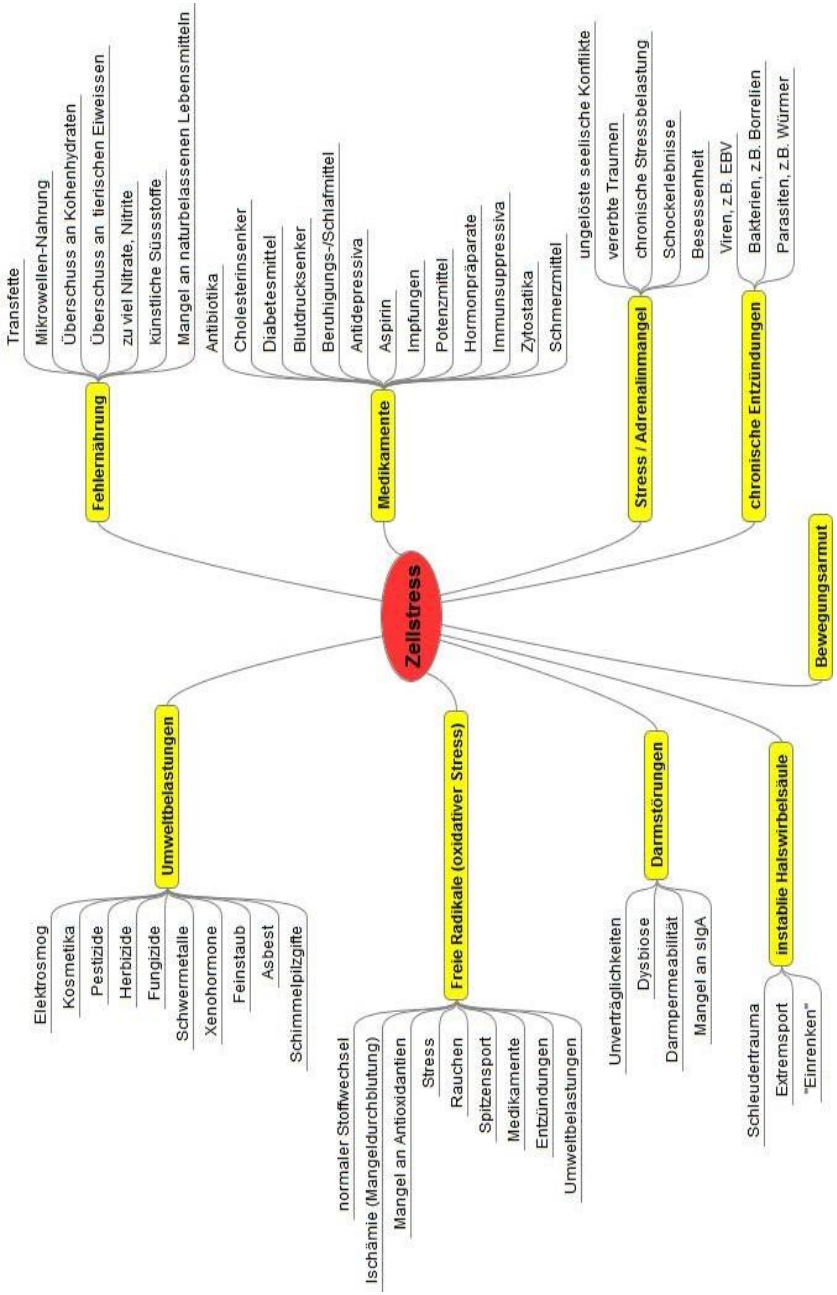
Der Zelle ist es egal, wo der Stress herkommt: soziales Umfeld, freie Radikale oder anders. Die Reaktion ist stets die gleiche. Hier ein Lehrfilm über freie Radikale:

http://www.youtube.com/watch?v=jC_DTkayFAA

Ich versuche nachfolgend eine Aufstellung zu machen, was alles zu sogenanntem nitrosativen Stress – und damit zu einem negativen Einfluss auf die Mitochondrien – führen kann. Die Aufstellung entspricht meinem Wissenstand zum Zeitpunkt des Verfassens und muss nicht vollständig sein. Sie bietet aber bereits eine Fülle an Möglichkeiten, wo Sie etwas verändern können. Denn wie mein Vater *Paul Wenger* zu sagen pflegte:

«Willst du, dass sich in deinem Leben etwas verändert,
musst **du** es verändern.»

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



http://www.youtube.com/watch?v=aoIg53ebsPU

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Krebs – unser Freund und Helfer?

Es gibt Hinweise darauf, dass ein Tumor unseren Körper vor grösseren Schäden schützt, nämlich durch Intoxikationen (Vergiftungen) verschiedenster Art (Lösungsmittel, Schwermetalle, Xenohorme, Bakterientoxine, Medikamentenstoffe etc).

Im Tumorgewebe konnte zum Beispiel Quecksilber in einer 30‘000 fach höheren Konzentration als in gesundem Gewebe nachgewiesen werden.

Bildquelle: sackstark.info

Hochgiftige Stoffe lagern sich unterschiedlich ab:

Brustkrebs:	Quecksilber, Silikone, Bestandteile von wurzelbehandelten Zähnen, Formaldehyd u.a.
Darmkrebs:	Quecksilber, Blei, Zinn, Bakterientoxine
Blasenkrebs:	Quecksilber, Cadmium
Prostatakrebs:	Xenohormone, Quecksilber, Cadmium

Können Sie sich vorstellen was passiert, wenn diese giftstoffbeladenen Zellverbände mit zum Teil noch toxischeren Stoffen weitgehend zerstört werden und all das angesammelte Gift auf einmal in den Körper ausgeschwemmt wird?

Tumore fungieren also auch als eine Art Giftmülldeponie, um den restlichen Organismus vor Zellstress zu entlasten. Das wirft ein ganz neues Licht auf den Umgang und die Behandlung von Krebs. Vielleicht ist es gar keine Erkrankung, sondern eine sinnvolle Massnahme des Körpers, um sich selbst und sein Leben zu schützen!

Symptome sind oft die Massnahmen des Körpers, seine Funktionen aufrecht und sich selbst am Leben zu erhalten. Sie entsprechen sinnvollen Regulationsvorgängen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Auch der bereits zitierte deutsche Heilpraktiker *Andreas Moritz* kommt zum Schluss, dass Krebs ein Überlebensmechanismus des Körpers ist und fasst die verschiedenen Ursachen in seiner Publikation „Krebs ist keine Krankheit“ wie folgt zusammen:

Verschlackung
Sauerstoff und fundamentale Nährstoffe können nicht mehr alle Zellen erreichen. Der Zelle droht ein Kollaps.

Übereiweissung
Eiweisshaltige Nahrungsmittel und Transfette führen am häufigsten zu Übersäuerung und Blutverdickung. Die Zelle erstickt.

Lymphstau
Die körpereigenen, degenerierten und beschädigten Zelleiweisse können nicht mehr richtig abtransportiert werden. Die Zelle wird vergiftet.

Chronische Verdauungsstörungen
Schlecht verdaute Nahrung wird zu einer toxischen Müllhalde und es fehlt an wichtigen Enzymen. Die Zellen können sich nicht mehr selbst helfen.

Verstopfung der Gallengänge und Leber
Unnatürliche Nahrungsmittel und Getränke belasten nicht nur die Entgiftungsfunktionen, sie nähren den Krebs. Die Zellen stehen vor dem Aus.

All diese Faktoren drängen die Zelle dazu, ihren Stoffwechsel auf Vergärung zu schalten, um überleben zu können und damit die Körperfunktionen aufrecht zu erhalten, den Körper vor einem vorzeitigen Tod zu bewahren.

„Wäre in der Natur überhaupt Zufall – auch nur ein Zufall –, so würdest du sie in allgemeiner Regellosigkeit erblicken. Weil aber alles, was in ihr geschieht, mit blinder Notwendigkeit geschieht, so ist alles, was geschieht oder was entsteht, Ausdruck eines ewigen Gesetzes und einer unverletzbaren Form.“ *Schelling*

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Komplementäre Diagnostik

Es gibt viele Möglichkeiten, um die Hintergründe einer Krebserkrankung aufzuspüren und das individuell optimalste Therapiekonzept zusammenzustellen. Dabei geht es weniger um Grösse und Umfang eines Tumors, sondern um die Erkrankung des Systems. Viele medizinische als auch naturheilkundliche Untersuchungen ermöglichen, das Wesen Mensch ganzheitlich zu erfassen und die Entwicklung eines Tumors an der Wurzel anzupacken. Betrachten wir uns dazu ein paar hilfreiche Diagnoseformen, ohne dabei den Anspruch auf Vollständigkeit zu erheben. Die Reihenfolge ist nicht priorisiert. In einer individuellen Beratung geht es darum, das auf den einzelnen Menschen sinnvollste Vorgehen zu erörtern.

Mikronährstoffanalyse

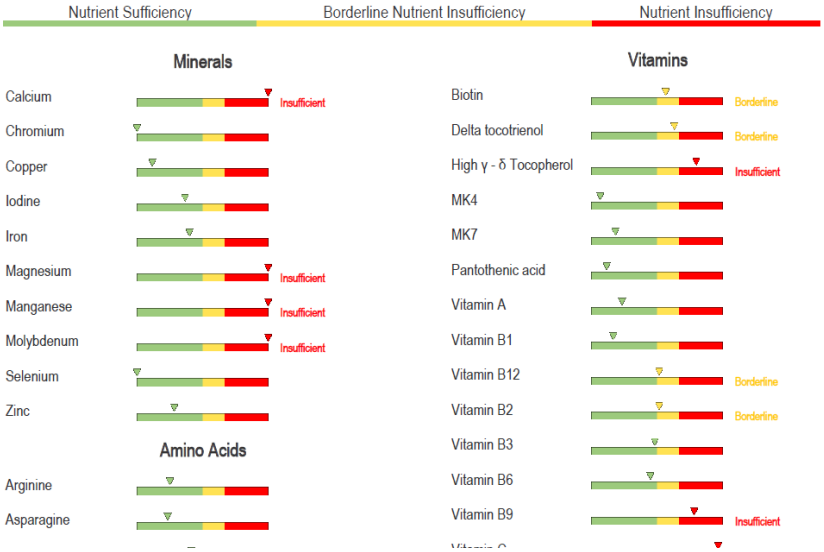
Durch eine verminderte Verwertung von Nahrungsmitteln, zum Beispiel durch mangelnde Magensäure oder einer Dysbiose des Darmmikrobioms, kann es trotz Überfluss und richtiger Ernährung zu Mangelerscheinungen kommen. Über eine Blutuntersuchung ist es möglich, Mankos ausfindig zu machen, damit die Depots gezielt wieder aufgefüllt werden können.

Bildquelle: burgerstein-eshop.ch

Bis ins Jahr 2019 haben wir aufwändige und teure Vollbluttest durchführen lassen. Dann wurde eine neues Verfahren entwickelt, das mich mehr als überzeugt hat: Die Bestimmung auf Zellebene. Bisher haben wir gemessen, was im Blut und den Blutzellen im Körper zirkuliert. Daraus haben wir dann interpretiert, was den Zellen für eine optimale Funktion fehlt. Heute können wir feststellen, welche Stoffe der Zelle fehlt, um optimal funktionieren zu können.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Dazu ein Beispiel: Ich habe im normalen Blutbild einen Magnesiumspiegel, der bereits über dem Grenzwert liegt. Doch die intrazelluläre Mikronährstoffanalyse zeigte, dass der Bedarf meiner Zellen immer noch nicht gedeckt ist.



Einige dieser Stoffe sind es auch, die nebst **Vitamin C** unter einer Chemo- oder Radiotherapie stark in Mitleidenschaft gezogen werden. Diverse Substanzen sollten je nach Therapieart während der Behandlung, andere dürfen erst danach substituiert (zugeführt) werden. Darauf gehe ich später noch ein.

In unserer Praxis setzen wir diesen Test auch im Bereich der primären und sekundären Prävention ein. Nicht nur nach belastenden Therapien der klassischen Medizin entstehen gefährliche Mängel. Im Leistungssport oder in einem Beruf unter Dauerstress ist der Verschleiss an wichtigen Stoffen höher als unter Umständen über die Ernährung zugeführt werden kann.

https://www.youtube.com/watch?v=_gaFr9SLtg4

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Ergänzende Einzelanalysen

Vollblut
Coenzym Q10 (cholesterinkorrigiert), Glutathion (gesamt, oxidiert, reduziert)

EDTA-Plasma tiefgefroren
M2PK

Serum
hsCRP, Zytokinstatus Th1/Th2, LDH-Isoenzyme

Erster Morgenurin oder Speichel um 2 Uhr morgens
Melatonin

Zweiter Morgenurin
Adrenalin, Noradrenalin und Serotonin

Natürlich kann es bedeutsam sein, noch weitere Substanzen zu erheben. Häufig ist es aber eine Frage der Kosten, da nicht alle Untersuchungen von der Krankenkasse übernommen werden.

Der Th1/Th2-Switch zeigt auf, ob das Immunsystem in einer dauerhaften Abwehrlage steckt oder erschöpft ist. Bei Krebspatienten ist die Balance zwischen Th1 (zelluläre Immunantwort) und Th2 (humorale Immunantwort) in den allermeisten Fällen gestört. Dadurch kann die körpereigene Abwehr Krebszellen nur ungenügend erkennen.

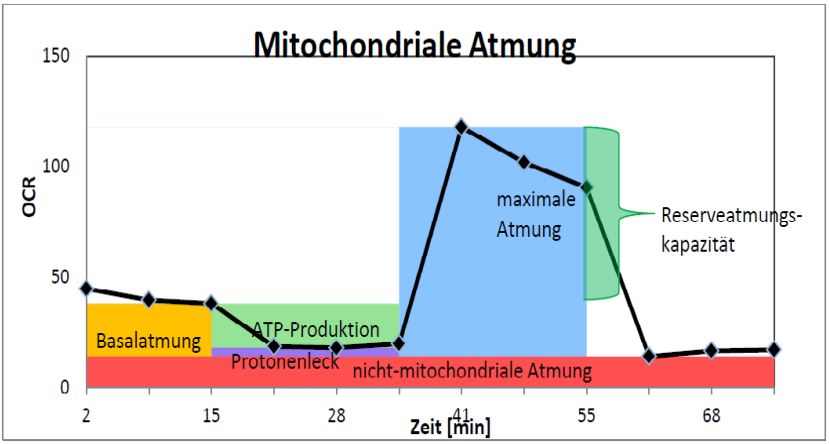
Dr. med. Heinrich Kremer schreibt dazu: „Ist labordiagnostisch die Annahme einer Glutathion-Verarmung und eines Cystein-Defizits (Thiol-Mangel-Syndrom) sowie immunologisch eine TH1-TH2-Dysbalance bestätigt, sind prinzipiell nicht-toxische Ausgleichsmassnahmen notwendig und wirksam, um die Redox-Leistung auszubalancieren.»

https://www.youtube.com/watch?v=6_YDIe4QG4s

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Mitochondrialer Funktionstest

Die Energiekraftwerke unserer Zellen liessen sich bis vor wenigen Jahren nur indirekt beurteilen, zum Beispiel über die Bestimmung deren Produkt ATP (Adenosintriphosphat). Erst seit wenigen Jahren ist es möglich, eine gezielte Analyse dieser lebenswichtigen Symbionten durchzuführen. Ein Bluttest, der sogenannte bioenergetische Gesundheitsindex (BHI), zeigt auf, ob genügend Mitochondrien vorhanden sind und ob diese auch richtig funktionieren oder kaum Leistung bringen können.

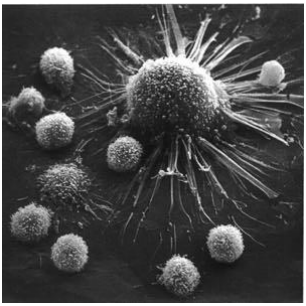


Ohne korrekt funktionierende Mitochondrien ist die Diagnose Krebs kaum zu überwinden. So dient diese Analyse auch zur Überwachung des Therapiefortschritts. Sie zeigt aber auch Leistungssportlern auf, wie gut die körperliche Erholung nach einem Wettkampf ist und gehört bei chronischer Müdigkeit (CFS) zur Basisdiagnose. Zudem gibt sie uns Hinweise auf gezielte Therapiemassnahmen.

http://www.mmd-web.de/mediapool/69/693400/data/Info_Bioenergetischer_Gesundheitsindex_09042017.pdf

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

NK-Zellfunktionstest



NK-Zellen (Natürliche Killerzellen) spielen eine grosse Rolle im Erkennen und der Abwehr von entarteten Zellen. NK-Zellen können durch zytotoxische Substanzen (Zellgifte) eine Krebszelle absterben lassen.

Bild: Killerzellen greifen eine Krebszelle an.
Bildquelle: krebsinfos.de

In dieser Untersuchung wird die Effizienz der NK-Zellen untersucht und damit deren Fähigkeit zur «Auflösung» von Krebszellen. In Bezug auf die Grundaktivität können Substanzen getestet werden, welche die Aktivität der NK-Zellen steigern, zum Beispiel Mistel, Vitamin C und andere. Somit ist es möglich, die wirkungsvollsten Präparate in die Behandlung einzubeziehen. Das stellt ein wichtiger Baustein im Rahmen eine individualisierten Therapie dar.

Untersuchung	Ergebnis	Einheit
NK-Zell-Modulatortest Es wird die Aktivierbarkeit von NK-Zellen nach Inkubation mit Immunmodulatoren an Hand der induzierten Expression des NK-Zell-Aktivierungsmarker CD69 auf der Zelloberfläche bestimmt.		
Basalwert	4,1	%
Mitogen-Aktivierung	95,8	%
Biobran	30,5	%
Procurmin	28,5	%
Glycyrrhizinsäure	5,7	%
Oregano Oil	5,2	%

https://www.youtube.com/watch?v=P6S_4ncSVGg

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Chemosensitivitätstest

Modernste Labortechnik ermöglicht es heute, nicht nur Zytostatika sondern auch Naturheilmittel auf ihre Wirksamkeit zu testen. Die umfassendsten Resultate werden anhand von Tumorgewebe erzielt. Es ist allerdings auch möglich, die Analyse aufgrund einer sogenannten Blutbiopsie durchzuführen. Dabei werden im Blut zirkulierende, lebende Krebszellen isoliert und ihr Verhalten bei den verschiedenen Medikamenten beobachtet.

Dies ist eigentlich **ein Muss**, um auf seriöse Art die richtigen Präparate für eine effiziente Therapie epithelialer Tumore auswählen zu können. Das nicht zu tun, grenzt für mich an ignorante Fahrlässigkeit. Denn es kann durchaus sein, dass zum Beispiel die geplante Chemotherapie bloss 20 % Wirkung zeigt, Kurkuma aber einen Wirkungsgrad von 80 % erzielen kann.

Testmethode und Resultate:
Die automatische mikrofluorimetrische Bildanalyse der **Epithelialen Zelladhäsionsmolekül (Ep-CAM)**-positiven Zellen, mit visueller Kontrolle (MAINTRAC) aus **1ml EDTA-Blut**, ergab folgenden Befund (die Nachweisgrenze liegt bei 10 Zellen/ml):
Zusatzuntersuchungen: Chemosensitivitätstestung

	Anzahl tumorverdächtiger Zellen			
Untersuchungs-parameter	in der Probe (1ml)	im Kreislauf (5l) (in Millionen)	Bei Zusatzuntersuchungen: %der EpCAM-pos. Zellen	Zellfrag-mente
EpCAM	**1 950**	**9,75**		Sehr viele

Konzentrations- und Zeit- abhängige spezifische in-vitro-Vitalitätsreduktion (%) in Gegenwart eutherapeutischer Konzentrationen von				
Vitamin C	**35**	Graviola	**80**	optimal ist eine Reduktion von 100 % in der Kurzzeit-Zellkultur
Curcumin	**75**	Artesunat	**55**	

https://www.youtube.com/watch?v=XcsAhOc3Jxg

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Unverträglichkeitsanalyse

Die langjährigen Erfahrungen der *Paracelsus Klinik Lustmühle* zeigen auf, dass rund 80 % der Krebspatienten Nahrungsmittelunverträglichkeiten haben. Nicht zu verwechseln mit Allergien. Unverträglichkeiten machen Entzündungen. Dadurch können Darmschleimhaut gestört werden, Tumore schneller wachsen und Krankheiten chronifizieren. Um seinen Ernährungsplan individuell anzupassen, ist diese Analyse wertvoll. Dadurch hat man ein auf sich persönlich abgestimmtes Werkzeug in der Hand und weiss endlich, was passt und was nicht.

ANALYSE LEBENSMITTEL-SENSITIVITÄT

SEHR STARK	MODERAT	MILD*	VERTRÄGLICH / KEINE REAKTION	
	FENCHEL	AUSTER*	**GEMÜSE**	FELCHEN
	KAFFEE	BIRNE*	ACKERBOHNE	FLUNDER
	MAIRÜBE	BOHNE GRÜN*	ARTISCHOCKE	FLUSSKREBS
	SALBEI	BOK CHOY*	AUBERGINE	HERING
	SESAM	DORSCH*	AVOCADO	HUMMER
	TAPIOKA	EISBERGSALAT*	BLUMENKOHL	JAKOBSMUSCHEL
	TEE	ERDBEERE*	BOHNE WEISS	KRABBE
	TINTENFISCH	FORELLE*	BROKKOLI	LACHS
	TRUTHAHN	GARNELE*	BUTTERNUT KÜRBIS	MAKRELE
		GRÜNER TEE*	CHAMPIGNON	RED SNAPPER
		GRÜNKOHL*	EICHELKÜRBIS	SARDELLE
		HASELNUSS*	ERBSE GRÜN	SCHELLFISCH
		HEILBUTT*	FRISÉE	SCHWERTFISCH
		HOPFEN*	GEMÜSEPAPRIKA	SEEZUNGE
		JALAPENO-PFEFFER*	GURKE	THUNFISCH
		KALBFLEISCH*	KAROTTE	TILAPIA
		KICHERERBSE*	KARTOFFEL	VENUSMUSCHEL
		KNOBLAUCH*	KIDNEY-BOHNE	WELS
		KÜRBIS (ORANGE)*	KUHBOHNE	WOLFSBARSCH
		LAMM*	KÜRBIS (GELB)	
		MIESMUSCHEL*	LAUCH	**KÖRNER / HEFE**
		MUSKATNUSS*	LIMABOHNE	BUCHWEIZEN
		OKRA*	LINSEN	DINKEL
		PAPRIKAPULVER*	MANGOLD	GERSTE
		PISTAZIE*	MUNGBOHNE	HAFER
		RHABARBER*	PASTINAKE	HIRSE
		ROTE BEETE*	PINTOBOHNE	LEINSAMEN
		ROTWILD*	RADIESCHEN	MAIS
		SARDINE*	ROMANA SALAT	MALZ
		SCHAFSMILCH*	ROSENKOHL	QUINOA
		SCHWEINEFLEISCH*	SELLERIE	REIS
		SOJABOHNE*	SPARGEL	ROGGEN
		SONNENBLUME*	SÜSSKARTOFFEL	

https://www.youtube.com/watch?v=LqDAP4FvUzE

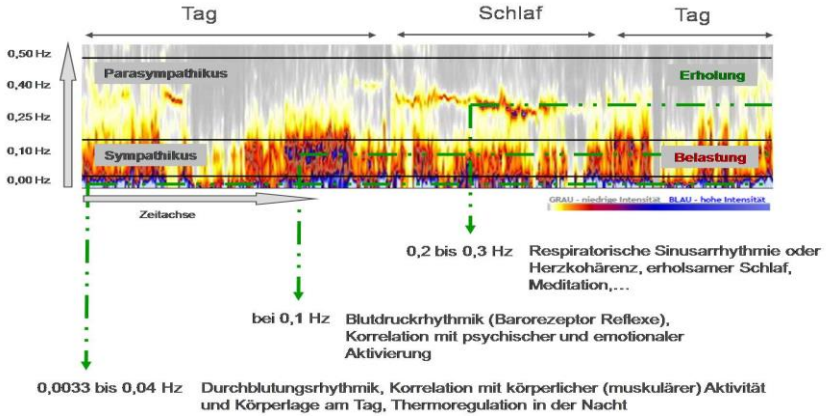
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Stressanalytik

Herzkohärenztest (HRV)

Wie viel chronifizierten Stress unsere Zellen haben ist messbar. Denn die Muskelanspannung wirkt sich auf Dauer auch auf den Herzmuskel aus. Das Herz „erstarrt“. Je variabler die Herzrhythmik beim Ein- und Ausatmen ist (höherer Puls beim Einatmen, tieferer Puls beim Ausatmen), desto entspannter, sprich gesünder ist ein Mensch. Das nennt sich medizinisch „respiratorische Sinusarhythmie“. Verkrampft sich der Herzmuskel, verringert sich die Pulsdifferenz zwischen Ein- und Ausatmen. Ist der Puls absolut im Gleichtakt, kann das Herz nicht mehr ausregulieren. Lebensgefahr droht.

Das einfache Messverfahren beruht auf dem medizinischen EKG (ElektroKardioGramm). In seiner Dissertation (Doktorarbeit) schreibt *Dr. med. Martin L. Kaufmann*: „Die Berechnung der Herzfrequenzvariabilität (HRV) erlaubt es, die Aktivität des autonomen Nervensystems im Rahmen von physiologischen und pathophysiologischen Geschehnissen zu untersuchen und zu überwachen. Sie lässt sich mit nichtinvasiver Untersuchungstechnik ableiten und kann das Gleichgewicht zwischen sympathischem und parasympathischem Einfluss auf das Herz beurteilen.“



© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Im Rahmen einer 24 Stunden-Messung lässt sich sogar feststellen, wie die Erholungsphasen sind. Kommt es in der Nacht zu einer Regeneration oder ist dieser Prozess nur ansatzweise vorhanden?

Die HRV stellt ein ideales Mittel dar, um chronifizierten Zellstress festzuhalten und einen Therapieverlauf zu beurteilen. Mit den richtigen Therapien ***muss*** die Regulationskapazität des Körpers stetig zunehmen. Der Körper ist auf dem Weg zur Besserung.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/diagnostik/herzratenvariabilitaet

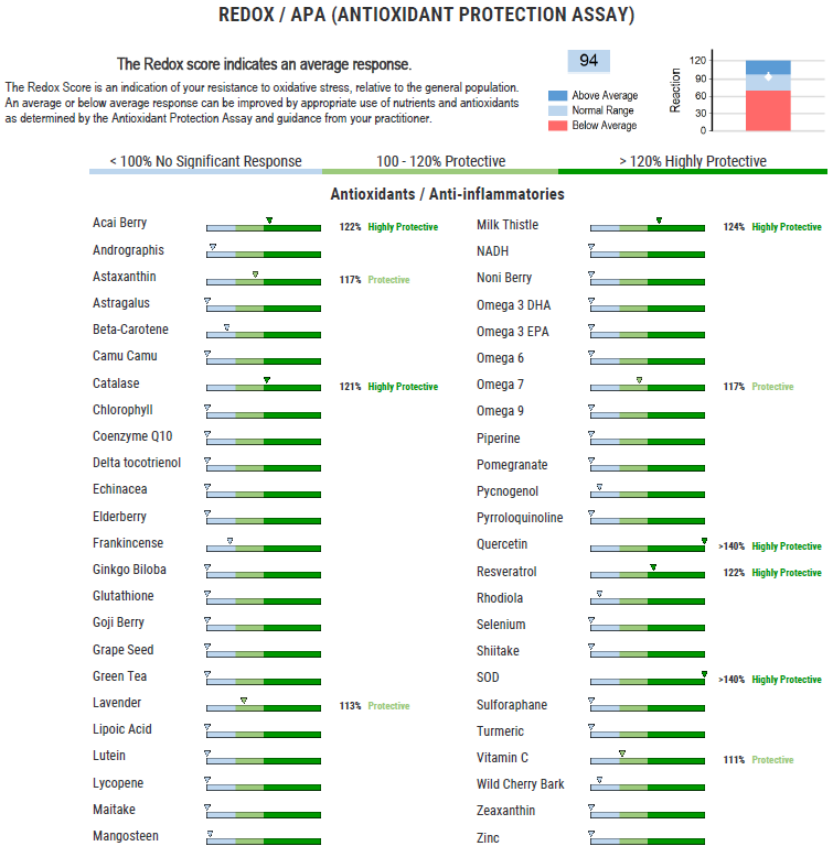
Oxidativer Stress

Wenn Lipide (Fettkörper) im Körper oxidieren, sind letztlich auch die Zellwände und die DNS davon betroffen. Die Zellen müssen mehr Energie aufwenden, um das Membranpotential aufrecht zu erhalten.

Bildquelle: webmed.ch

Eine Analyse ist möglich über den Nachweis der antioxidativen Schutzstoffe, oder – wie wir es heute handhaben – direkt über eine Messung der Zellfunktion (siehe auch Mikronährstoffanalyse). Sie zeigt den Einfluss freier Radikaler auf, und welche Präparate den grösstmöglichen Nutzen zeigen, um eine Zellregenerierung anzukurbeln. Ein wichtiger Schritt hin zur individualisierten Therapie.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

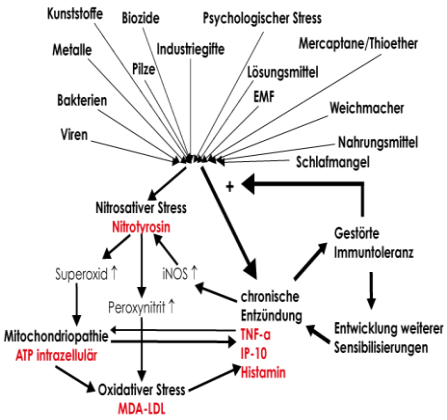


Antioxidantien und Nahrungsergänzungen sind zwischenzeitlich zu einem Hype geworden. Zahlreiche Klienten bringen einen Sack voller selbstgekaufter Präparate mit, wenn sie das erste Mal zu uns kommen. Diese Analytik hilft uns dabei, die Mittel auszuwählen, die den grössten Nutzen versprechen.

Doch Vorsicht: Der Körper sollte nicht nur mit Antioxidantien überflutet werden. Es ist wie beim Säure-Basen-Haushalt. In seinen Regulationsvorgängen ist beides wichtig. Unser Körper braucht auch oxidative Prozesse, um gewisse Erreger, wie Parasiten, abzutöten.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Nitrosativer Stress



Eine direkte Bestimmung ist nicht möglich. Allerdings entstehen durch eine erhöhte Produktion von Stickstoffmonoxid (NO) vermehrt bestimmte Stoffwechselabfallprodukte, die durch einen Urintest nachgewiesen werden können. Sie geben Aufschluss auf einen möglichen nitrosativen Stress.
Bildquelle: deguz.de

Die Auswertung erfolgt in einem spezialisierten Labor und gibt ebenfalls Hinweise auf eine Belastung oder gar Störung von Mitochondrien. Da zahlreiche Systemerkrankungen – zu denen auch Krebs gehört – damit in Verbindung gebracht werden, sollte diese Analyse nach Möglichkeit in das analytische Konzept einbezogen werden.

https://www.youtube.com/watch?v=kgMI6XZ1_qo

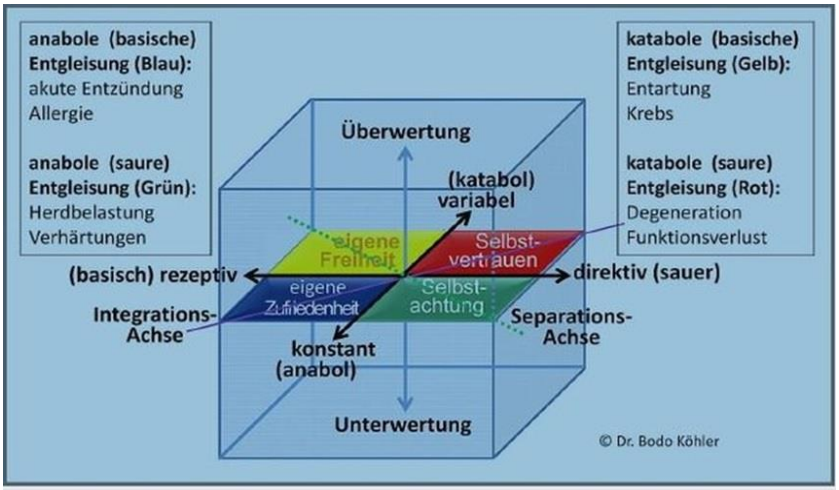
Lüscher-Color-Diagnostik

Um ein detailliertes emotionales Profil zu erhalten, hat sich die Color-Diagnostik nach *Prof. Dr. Max Lüscher* bewährt. Sie deckt funktionelle Störungen und Stress-Belastungen bereits in ihrem Anfangsstadium zuverlässig auf und leistet damit einen wertvollen Beitrag im Aufspüren der Ursache einer Erkrankung. Gerade bei der Diagnose Krebs ist dies ein unumgängliches Instrument, um möglichst schnell die Hintergründe aufzudecken.

Der Test dauert lediglich 10 Minuten und indem der Therapeut verschiedene Farbtafeln zeigt und dazu einige Fragen stellt.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Das ausgewertete Ergebnis zeigt den Menschen so, wie er wirklich ist, und nicht – wie bei der direkten Befragung oder bei Fragebögen – wie er sich selbst bewertet oder wie er von anderen gerne gesehen werden möchte. Es wird gerne auch als «Röntgenbild der Psyche» bezeichnet. Daraus ersichtlich sind detailliert vorhandene Verschiebungen des inneren Gleichgewichts und konkrete Hinweise auf blockierende Glaubenssätze, sinnvolle Verhaltensänderungen und weiterführende Therapieoptionen wie z.B. konstitutionelle homöopathische Mittel.



Dr. Bodo Köhler weitet das Konzept noch weiter aus, indem er eine emotionale Dysbalance mit der körperlichen Ebene verbindet. Er leitet Hinweise auf die verschiedenen funktionalen Ebenen des Menschen ab, wie zum Beispiel das Hormonsystem, den Elektrolythaushalt etc.

«Es wird der Tag kommen, wo Menschen erkennen, dass ihre Krankheiten mit ihren Gedanken und Gefühlen zusammenhängen.»
Wilhelm von Humboldt

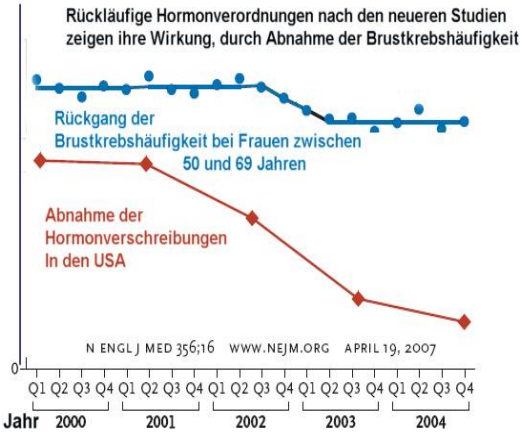
https://naturheilzentrum-oberland.ch/diagnostik/luescher-color-diagnostik

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hormondiagnostik

Ergänzend zur Stressanalytik kann eine Bestimmung unterschiedlicher Hormone interessante Aufschlüsse geben. Dazu gehört auch das Vitamin D, das eine wichtige Schlüsselrolle spielt.

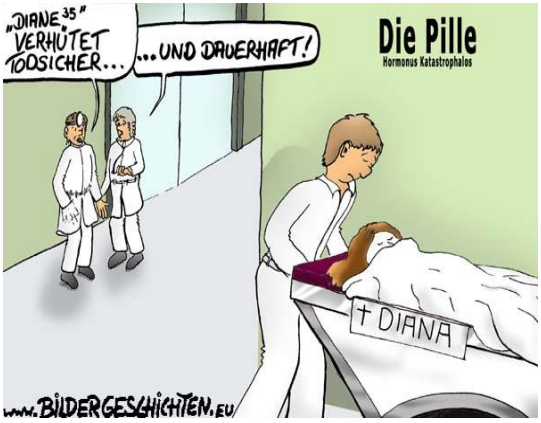
Weiter können die Hormone aus dem Stresshaushalt, wie Cortisol, NADH und andere Hinweise auf ein Ungleichgewicht und mögliche Therapiemassnahmen aufzeigen. Erhöhte Noradrenalinspiegel führen zum Beispiel zu Gefässverengung und erhöhen damit die Krebsveranlagung.



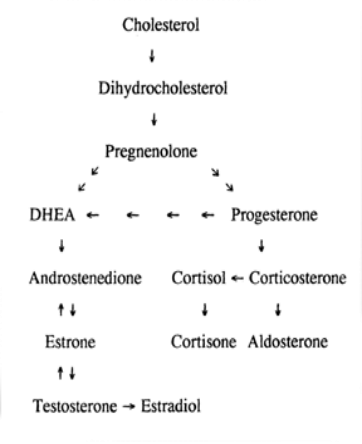
Das hormonelle Ungleichgewicht in den Wechseljahren kann besonders bei Brustkrebs begünstigend wirken. Mit naturidentischen Hormonen (aus der Yamswurzel) kann dies ausgeglichen werden.

Bildquelle: neuro24.de

Einige Hormonpräparate können Krebs begünstigen!



© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



Die wichtigsten unserer Hormone gewinnt der Körper aus Cholesterin (auch Vitamin D) und sie werden in den Mitochondrien synthetisiert. Erhöhte Cholesterinwerte können darauf hinweisen, dass das Lipid ungenügend verwertet wird oder auf dem Weg zum Ziel oxidiert. Auch das kann im Labor gemessen werden. Cholesterinsenker (Statine) behindern damit die Heilung und führen zwangsläufig zu einer früheren Demenz.

Fettsäureprofil

Bei einseitiger Ernährung sollte ein Fettsäureprofil in Erwägung gezogen werden. Das gibt auch Hinweise auf stille Entzündungen. Erst wenn wir den Omega-3-Spiegel und seinen Verhältnisfaktor zu Omega-6 kennen, wissen wir, ob eine Unterstützung in diesem Bereich nötig ist oder eine ausgewogene Ernährung ausreicht.

Bildquelle: allmystery.de

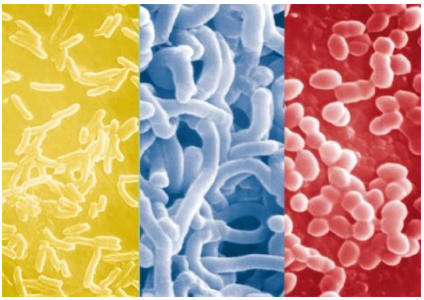
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Cholesterin und gesättigte Fette erhöhen die Membranfestigkeit. Bei zu hohen Werten erstarren die Zellwände, bei zu tiefen Werten fallen sie in sich zusammen.

Ungesättigte Fettsäuren erhöhen die Fliessfähigkeit. Bei zu tiefen Werten kommt der Stoffwechsel in der Zellwand zum Erliegen. Negative Auswirkungen bei zu hohen Werten sind kaum bekannt. Gute Fette (kaltgepresst unter Sauerstoffausschluss) sind ein Muss.

Darmdiagnostik

Die gesündeste Ernährung und die teuersten Präparate können ihre volle Wirkung nicht entfalten, wenn sie über den Darm nicht aufgenommen und verwertet werden können. Durch einseitige Ernährung, Antibiotika, Strahlentherapien, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Pilzbelastungen, chronische Entzündungen, Zytostatika und mehr kann sich die gesunde Darmflora negativ verändern. Die lebenswichtigen Bakterien können sich zugunsten von schädlichen Formen zurückbilden.

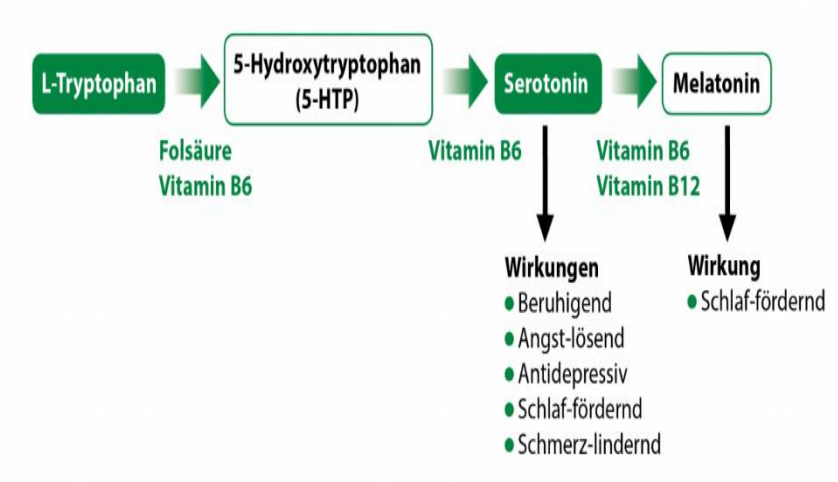


Da einige Immunfaktoren im Darm gebildet werden, resultiert daraus auch eine verminderte Abwehrkraft.
Dr. med. Thomas Rau konnte beobachten, dass bei jedem einzelnen von ihm behandelten Krebspatienten die Darmflora gestört ist! Dadurch sind auch viele Krebspatienten vom Leaky-Gut-Syndrom (Darmpermeabilität) betroffen. Siehe auch Kapitel medizinische Diagnostik. Bildquelle: netzwerk-naturheilkunde.de

https://www.youtube.com/watch?v=AMB5tXEgoFE

Über das Melatonin werden Sie später noch mehr erfahren. Erst wollen wir mal klären, woher es kommt.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



Bildquelle: neurolab-vital.de

Tryptophan ist eine Aminosäure (Eiweissmolekül), die wir über die Nahrung zu uns nehmen. Und was denken Sie, wo findet nun der erste Umbau Richtung Serotonin – unserem «Antistres-Hormon» - statt? Im Darm! Hat jemand zum Beispiel ein gestörtes intestinales Mikrobiom (falsche Zusammensetzung der Darmbakterien), unbemerkte chronische Entzündungen der Darmmukosa (Schleimhaut), mangelhafte Versorgung mit B-Vitaminen etc kann der Umbau in Serotonin und letztlich auch Melatonin nicht richtig stattfinden.

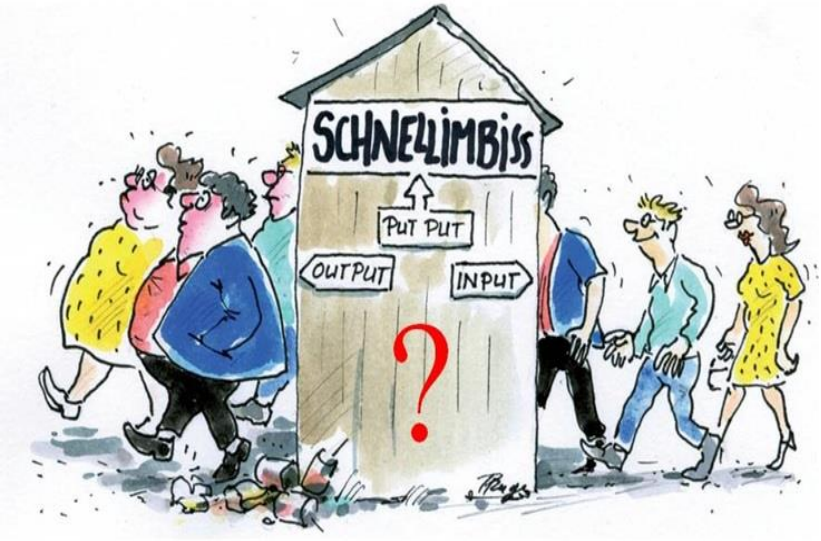
https://www.youtube.com/watch?v=yBDdIWfpQio

Ein Mangel des Vitamin B12 kann es bei einem zu basischen Magen (zum Beispiel bei zu wenig Bitterstoffen in der Nahrung oder Medikamenten wie Protonenpumpenhemmer) kommen. Wegen der fehlenden Säureschutzbarriere gelangen so auch mehr fremde Keime in den Darm. Parallel dazu schüttet die Bauchspeicheldrüse zu wenig Natriumbicarbonat (Base) aus, was wichtigen Verdauungsenzymen im Dünndarm den Antrieb entzieht. Das fördert die Entzündung im Darm und seine Permeabilität (Leaky Gut). Unverträglichkeit auf zahlreiche Nahrungsmittel nehmen zu. Ein Teufelskreis.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hildegard von Bingen sagte: «Der Mensch wird, was er isst.»

Doch der Organismus kann nur aus den Stoffen etwas machen, die er auch tatsächlich aufnehmen kann. Die Untersuchung des intestinalen Mikrobioms gibt Aufschluss darüber, wie eine Darmsanierung individuell und seriös angegangen werden kann. Der Körper kann sich nur aus den Substanzen neu bilden, die er bekommt und aufnehmen kann. Und darüber entscheiden nur Sie selbst.

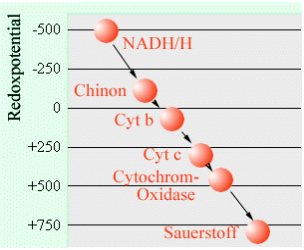


https://naturheilzentrum-oberland.ch/therapien/darmsanierung/

Bioelektronische Terrain Analyse (BE-T-A)

Diese Analyse basiert auf der Bioelektronik nach Prof. Vincent. Berechnet werden Parameter aus Blut, Speichel und Urin. Sie gibt Auskunft über den Stoffwechsel des Sauerstoffs durch Angaben von Säure-Basen-Haushalt, Redoxpotential (Verfügbarkeitsgrad der Elektronen), elektrischer Widerstand (Mass des Mineralstoffhaushalts).

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



„Vor allem ein dauerhaft stark erhöhtes Redoxpotential („Redoxstarre“ nach Vincent) führt dazu, dass die Atmung innerhalb der Zellen nicht mehr ausreichend funktioniert.“

Dr. Dr. Peter Schneider

Bildquelle: u-helmich.de

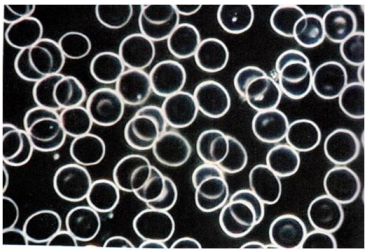
Mit den richtigen Therapien *muss* sich der Sauerstoff-Stoffwechsel und damit auch das Redoxpotential verbessern. Auch damit kann der Erfolg einer mitochondrialen Therapie überwacht werden.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=7&v=pBVWWbpK3vQ&feature=emb_logo

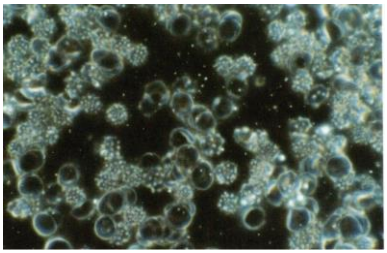
Vitalblutdiagnostik (im Dunkelfeld)

Im Unterschied zu einer Routine-Blutuntersuchung, bei der im Wesentlichen die Quantität der Blutbestandteile bestimmt wird, betrachtet die Vitalblutuntersuchung die Qualität der Blutzellen. Die Untersuchung im Dunkelfeldmikroskop basiert auf den Erkenntnissen aus der Forschung von *Prof. Dr. Günther Enderlein* und bezieht das Plasma in die Beurteilung mit ein.

Mit dieser Diagnoseform lässt sich der Therapieverlauf sehr gut überwachen. Sie gibt aber auch Hinweise auf die richtigen isopathischen Mittel, die ein therapeutisches Konzept sinnvoll ergänzen können.



normales, durchschnittliches Blutbild
Quelle: Magazin „natürlich Gesund, 08/‘09



Patient mit Dickdarmkrebs und Lebermetastasen
Quelle: Einführung in die Dunkelfeldmikroskopie, Semmelweis-Verlag

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

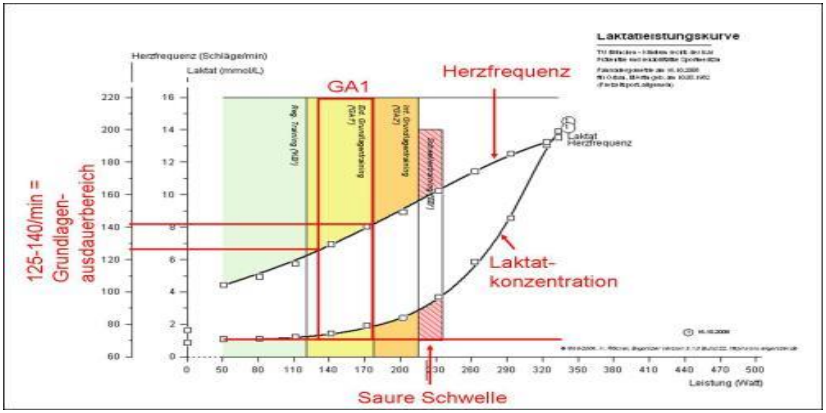
Damit kann zwar keine Krebsdiagnose erstellt werden, aber sie eignet sich hervorragend für die Früherkennung von Krankheiten und die Beurteilung des inneren Milieus. Sie vermittelt einen Gesamteindruck über den Ist-Zustand des Blutplasmas, Anzahl und Beschaffenheit der roten Blutzellen, Anzahl und Qualität der weissen Blutzellen, den Säure-Basen-Haushalt, mögliche Schwermetallbelastungen, die Fliesseigenschaft des Blutes, eventuelle Blockaden der Blutzellen sowie über mögliche Organstörungen und Parasitenbefall.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/diagnostik/vitalblutdiagnostik

Laktatmessung

Bei einem Mangel an Mitochondrien und gleichzeitig erhöhtem Energiebedarf schaltet der Körper schneller auf einen anaeroben Stoffwechsel um. Sportler absolvieren daher ihr Krafttraining stets unter 4 mmol/l. Das Ausdauertraining im Fettverbrennungsstoffwechsel liegt aber unter der Übersäuerungsgrenze – das bedeutet Laktatwerte um die 2 mmol/l. Ein hoher Laktatspiegel im Ruhezustand kann auch auf eine starke Stressbelastung hindeuten (siehe auch Nitrostress).

http://www.laufcampus.com/leistungsdiagnostik/leistungsdiagnostik/laktat.php

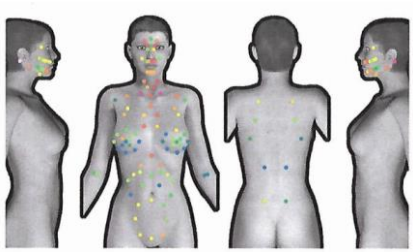


Bildquelle: radsporttraining.wordpress.com

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Verschiedenste Fitnesscenter führen diesen Laktattest durch, allerdings auf Sportler abgestimmt. Erklären Sie vor dem Test, dass Sie nicht die anaerobe Schwelle wissen wollen, sondern die Übersäuerungsgrenze für ein Ausdauertraining. Dies ist ein ausgesprochen wichtiger Wert, um Ihre individuelle Belastungsgrenze festzustellen. Dann können Sie Ihr Bewegungstraining in einem heilvollen Bereich absolvieren.

Regulations-Thermographie



Die Wärmeregulierung gehört zum Grundsystem des Menschen. In diesem Verfahren wird die Wärmeabstrahlung der Haut gemessen.

Bildquelle: thermolytics.com

Aufgrund der Wärmemuster kann reflektorisch Rückschluss auf Veränderungen in Organen und Gewebe genommen werden, zum Beispiel bei einer Erkrankung der weiblichen Brust.

Hiermit wird es möglich, Hintergrundbelastungen, wie zum Beispiel Störfelder im Zahn-Kieferbereich, besser aufzuspüren.

https://swissmedanalytics.com/index.php/de/homepage/literatur

RANTES / Zahnstatus erheben

Panoramaröntgenbild (OPT) einer Patientin

RANTES ist ein Zytokin (Regulationsprotein), das über das Blut bestimmt wird. Erhöhte Werte weisen auf eine fettige Degeneration des Knochengewebes hin, mit der Entstehung oxidierter toxischer Lipide (Fettsäuren).

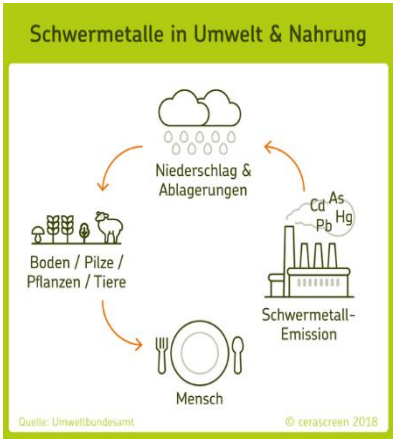
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

In diesem Zusammenhang beseht oft auch ein subklinischer viraler und/oder bakterieller Infekt.

Es scheint, dass diese Zytokine das Fortschreiten einer Tumorkrankheit und deren Metastasenbildung fördern. Es ist ein erster Hinweis, ob weitere Abklärungen bei einem spezialisieren Zahnarzt, unter anderem mittels einem sogenannten Panoramabild (OPT), notwendig sind. Siehe auch Kapitel «Focus / Störherde beseitigen».

https://www.swiss-biomedicine.com/resources/Zahnbeherdungen-und-deren-Therapie-DrRau.pdf

Schwermetalldiagnostik



Auf die Schwermetallproblematik bin ich bereits eingegangen. Da sich die Schwermetalle schnell im Bindegewebe einlagern, sind Analysen über das Blutserum nicht geeignet. Alternativ sind Untersuchungen im Vollbut oder in den Haaren möglich. Um die Ausscheidung festzustellen, müssen Schwermetalle zuerst mobilisiert und über die danach erfolgende erhöhte Konzentration im Urin gemessen werden. Dazu eignet sich der DMPS-Mobilisationstest, der vom Arzt durchgeführt wird.

https://www.mlhb.de/labor/schwerpunkte/umweltmedizin/biomonitoring/dmps-test

Vorsicht: Sofern dem Körper die Enzyme Epoxid hydrolase und speziell auch Glutathiontransferasen fehlen, kann der Körper die Entgiftungsfunktion nicht richtig wahrnehmen. Unter Umständen muss erst abgeklärt werden, ob diese Enzyme überhaupt produziert werden. Bei einigen Krebspatienten fehlen diese, was einen entscheidenden Einfluss auf die Entgiftungskapazität hat. In diesem Fall kann ein Mobilisationstest bleibende Schäden verursachen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Autonome Regulationsdiagnostik

Nach den ganzen medizinischen Diagnoseverfahren jetzt noch etwas Anderes. Die hier vorgestellte Methode basiert nicht auf wissenschaftlichen Erkenntnissen, hat sich aber weltweit seit Jahrzehnten bewährt.

Während meinem Studium der verschiedensten Möglichkeiten für Diagnose und Therapie bei Krebs, gab es nicht selten Momente, in denen mein Kopf zu rauchen begann. Ich bewundere die Ärzte und Therapeuten, die bei einer Erkrankung mit multifaktoriellen Ursachen, mit ihrem kybernetischen Denken nur einigermassen den Überblick behalten. Trotzdem sollten wir uns – auch in der biologischen Medizin – vor Standardtherapien hüten.

Jeder Mensch ist ein Individuum und benötigt ein auf ihn zugeschnittenes, persönliches Therapieschema.

Ich erinnere mich an den verzweifelten Anruf eine Frau, der es nach einer Infusionstherapie in einer naturheilkundlichen Klinik so schlecht ging, dass sie sich das Leben nehmen wollte. Sie wurde einer zwar sinnvollen Standardprozedur unterzogen, allerdings ohne die individuellen Kapazitäten ihres Körpers zu beachten. Im Verhältnis zur Ausleitkapazität wurden zu viele Giftstoffe mobilisiert.

Um diesem Dilemma vorzubeugen, bin ich glücklich im Jahr 1996 die Regulationsdiagnostik nach den Drs Williams und Klinghardt kennen gelernt zu haben. Für mich ist dies ein zentrales Instrument, die richtige Therapie zu finden und den Körper nicht zu überfordern.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Was chinesische Ärzte seit Jahrtausenden mit der Puls- oder der Ohrreflexzonendiagnose praktizieren, erfahren wir, ähnlich der Kinesiologie, über die Biofeedback-Testung von Muskeln und Gelenken. Wenn etwas im Körper Zellstress auslöst, beeinträchtigt dies massgebend das vegetative Nervensystem. Der Körper verspannt sich asynchron. Mit einem speziellen Armlängentest kann diese Verspannung festgestellt werden.

Bildquelle: schirner-tage.de

Ich habe diese Diagnoseform in Gruppen mit Ärzten und Therapeuten und später immer wieder doppelblind mit meinen Praktikanten erprobt. Es funktioniert!

Sie liefert wertvolle Hinweise, worauf der Körper reagiert, ob er regulationsfähig bleibt oder eine energetische Blockade vorliegt. Ebenso zeigt sich, welche Therapien und Heilmittel benötigt werden, um diese Blockade zu lösen. Durch die Sprache des Körpers, ist der Therapeut sogar in der Lage, die individuell richtige Dosierung von Medikamenten „auszutesten".

Gerade wenn jemand keine schulmedizinische Behandlung möchte und die finanziellen Mittel für umfangreiche Laboranalysen fehlen, ist dies eine sinnvolle Alternative. Vorausgesetzt der Therapeut hat all die möglichen Medikamente zum Testen in der Praxis, ist er in der Lage, Bedarf und Unverträglichkeit von Mitteln zu unterscheiden. Das braucht aber viel Erfahrung.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/diagnostik/regulationsdiagnostik

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Was gehört in ein Konzept?

Zur Diagnose und Überwachung der Heilung würde ich die klassische Medizin nie ganz ausklammern. Allerdings gilt es Nutzen und Schaden gegeneinander abzuwägen. Ein Arzt oder Therapeut darf Ihnen die Entscheidung nicht abnehmen. Deren Aufgabe ist es, Sie über die Möglichkeiten, Grenzen und Nebenwirkungen zu informieren. Ihre Aufgabe ist es, den für Sie passenden Weg einzuschlagen – mit all seinen Konsequenzen.

Wenn ein Arzt oder Therapeut Sie von etwas zu überzeugen versucht, dann sollten Sie diesen wechseln, weil er nicht in der Lage ist, auf Ihre Bedürfnisse einzugehen. Da für mich der Mensch aus einer Einheit von Geist, Seele und Körper besteht, sollte auch aus jedem Bereich etwas in die Diagnostik – und später Therapie – mit einfliessen. Das heisst: Körperliche, energetische, emotionale und mentale Aspekte berücksichtigen. In der «Übersicht Diagnostik» im Anschluss an das nächste Kapitel finden Sie mein eigenes bewährtes Konzept, um die Lösung einer idealen, personalisierten Krebs-Therapie zu finden.

Bildquelle: toonpool.com

Jeder Mensch ist einzigartig und hat eine andere Ausgangslage. Mit einer Auswahl individuell abgestimmter Diagnosemassnahmen wächst auch die Selbsterkenntnis. Durch diese Persönlichkeitsentwicklung gehen viele Betroffene später gestärkt aus der Erkrankung heraus.

Im übernächsten Kapitel finden Sie eine mögliche Aufstellung der labordiagnostischen Möglichkeiten und abgeleiteten Massnahmen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Komplementäre Überwachung

Egal ob Sie sich der klassischen Medizin unterworfen oder sich der Alternativmedizin zugewandt haben, oder gar im Sinne der integrativen Medizin beides zu kombinieren versuchen, sollten Sie die Erfolge der genutzten Therapien überwachen. Nur so können Sie sicher sein, auf dem richtigen Weg zu sein oder unterwegs eine Kurskorrektur vornehmen. Die Erfahrung zeigt, dass weder die klassischen Verfahren als auch die Naturheilmittel nicht in jedem Krebsstadium gleich wirken und eine Behandlung nach rund drei Monaten an die neue Situation angepasst werden sollte.

Es gibt nebst den klassischen Methoden noch viele andere kostengünstige als auch teurere Möglichkeiten, um das Fortschreiten, beziehungsweise den Rückgang eines Tumors zu beobachten. Diese Methoden werden von Ärzten und Heilpraktikern genutzt, die auf die biologische Medizin setzen. Wenn noch nicht geschehen, dann lesen Sie bitte zum besseren Verständnis das Kapitel «Krebsstoffwechsel».

Stoffwechselaktivität (EDIM)

Wie hoch die Stoffwechselaktivität vergärender Zellen ist, kann unter anderem mit dem von *Dr. rer.nat. Johannes F. Coy* entdeckten TKTL-1 Enzym nachgewiesen werden. Erste Studien zeigen, dass die Marker mit den Ergebnissen eines PET (siehe Kapitel «Diagnosemöglichkeiten») korrelieren.

https://core.ac.uk/display/334519040 / https://krebs-tumoren.de/edim-bluttest-tktl1-und-apo10

In Kombination mit anderen Bluttests wie Apo10 kann damit Rückschluss auf die Stoffwechsellage genommen werden. Das ist wichtig, da mit der falschen Strategie die Krebserkrankung gefördert statt gebremst werden kann. Diese Untersuchungen werden allerdings nur in Privatpraxen und privaten Kliniken, also nicht in öffentlichen Spitälern oder Unikliniken durchgeführt. Der

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Test gibt wichtige Rückschlüsse auf die richtige Ernährungstherapie, denn

TKTL1-negativ heisst: Es handelt sich um «ungefährliche» Tumorzellen, da sie noch Glucose in den Mitochondrien verbrennen.

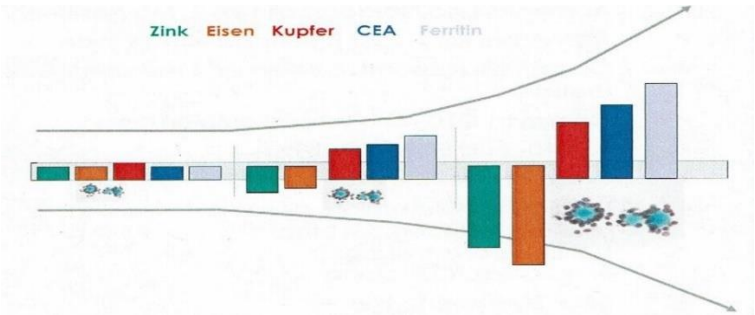
TKTL1-positv heisst: Es handelt sich um «aggressive» Tumorzellen mit Metastasierungspotential, in denen die Mitochondrien «abgeschaltet» sind.

Diese Laboranalyse kann anfangs alle 3-6 Monate, bei erfolgreicher Therapie dann in grösseren Abständen wiederholt werden. Sie dient auch gut zur Früherkennung. Dabei wird eine jährliche Kontrolle empfohlen. Die meisten klassischen Onkologen haben leider keine Ahnung davon.

https://www.pantumdetect.com

Tumorgrösse

Eine weitere Möglichkeit das Fortschreiten oder den Rückgang eines Tumors zu überwachen, kann über ein paar wenige Standardwerte erfolgen, die Rückschlüsse auf die Tumorgrösse geben sollen. Da der Stoffwechsel von Krebszellen auf Hochtouren läuft, haben diese auch einen viel höheren Bedarf an Spurenelementen, wie zum Beispiel Eisen. Daher fällt der Wert im Blut ab, wobei das Speichereisen (Ferritin) steigt.



Bildquelle: Naturheilpraxis Karl Lingenfelder, Fulda (D)

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Nagalase

Ähnlich wie beim TKTL-1 kann auch das Enzym Nagalase (alpha-N-acetylgalactosaminidase) Hinweise auf die Entwicklung eines malignen Tumors geben. Es wird von Viren und malignen Tumoren abgesondert und verhindert, dass die Fresszellen unseres Immunsystems (Makrophagen) aktiv werden. Es stellt also einen bedeutenden Hinweis auf eine Blockierung unseres Immunsystems dar. Sinken die Nagalasewerte in den Verlaufskontrollen, so zeugt dies davon, dass das Immunsystem erfolgreicher mit der Erkrankung umgehen kann also zuvor.

http://nagalase-test.de

Mitochondrienfunktion

Auf den «Bioenergetischen Gesundheitsindex» (BHI) der es möglich macht, die mitochondriale Aktivität molekularbiologisch zu messen, bin ich bereits eingegangen. Je nach Labor gibt es unterschiedliche Darstellungsformen der Ergebnisse.

Test	Ergebnis	Einheit	Normbereich	Vorwert	Probenmaterial Methode
Orthomolekulare und mitochondriale Medizin					
Bioenergetischer Gesundheitsindex (BHI)					
Bioenergetischer Gesundheitsindex (BHI)	1,77		> 2,00		CPDA NAI FLUO
Parameter					
Basale Atmung	27,31	pmol O2/min			CPDA NAI FLUO
Protonenleck	11,61	%	< 9,00		CPDA NAI FLUO
Maximaler Sauerstoffverbrauch	326,96	%	> 450		CPDA NAI FLUO
ATP-Produktion	88,39	%	> 91,00		CPDA NAI FLUO
Reserveatmungskapazität	226,96	%	> 350		CPDA NAI FLUO
Nicht-mitochondriale Atmung	7,95	pmol O2/min	< 8,00		CPDA NAI FLUO

Diese Analytik kann auch nach Abschluss der Behandlungen regelmässig wiederholt werden. Sie zeigt dann auf, wie nachhaltig und stabil die selbst umgesetzten Massnahmen wirken.

https://www.youtube.com/watch?v=gy8whSkY8bA

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

LSA

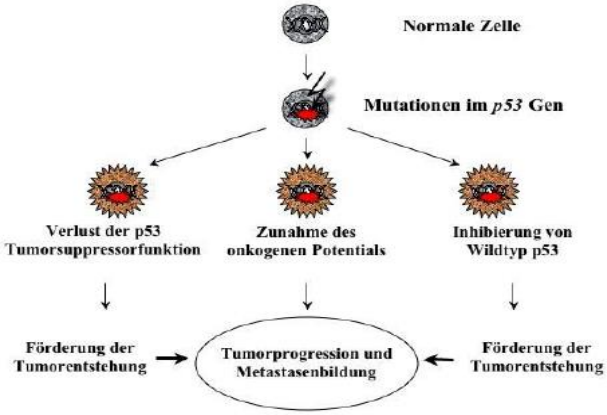
Bei entzündlichen Krankheiten, Schwangerschaft, Rauchen und Tumorerkrankungen wird ein Anstieg des LSAs (lipidassozierte Sialinsäure) beobachtet. Können die nichttumorösen Aspekte ausgeschlossen werden, scheint er in Kombination mit anderen Tests ein recht verlässlicher, nicht gewebespezifischer Tumormarker zu sein. Er dient daher nicht nur zur Verlaufskontrolle, sondern auch zur Früherkennung.

Kontakt: Prof. Dr. Dr. Reinhard E. Geiger, Diessen am Ammersee (D)

p53

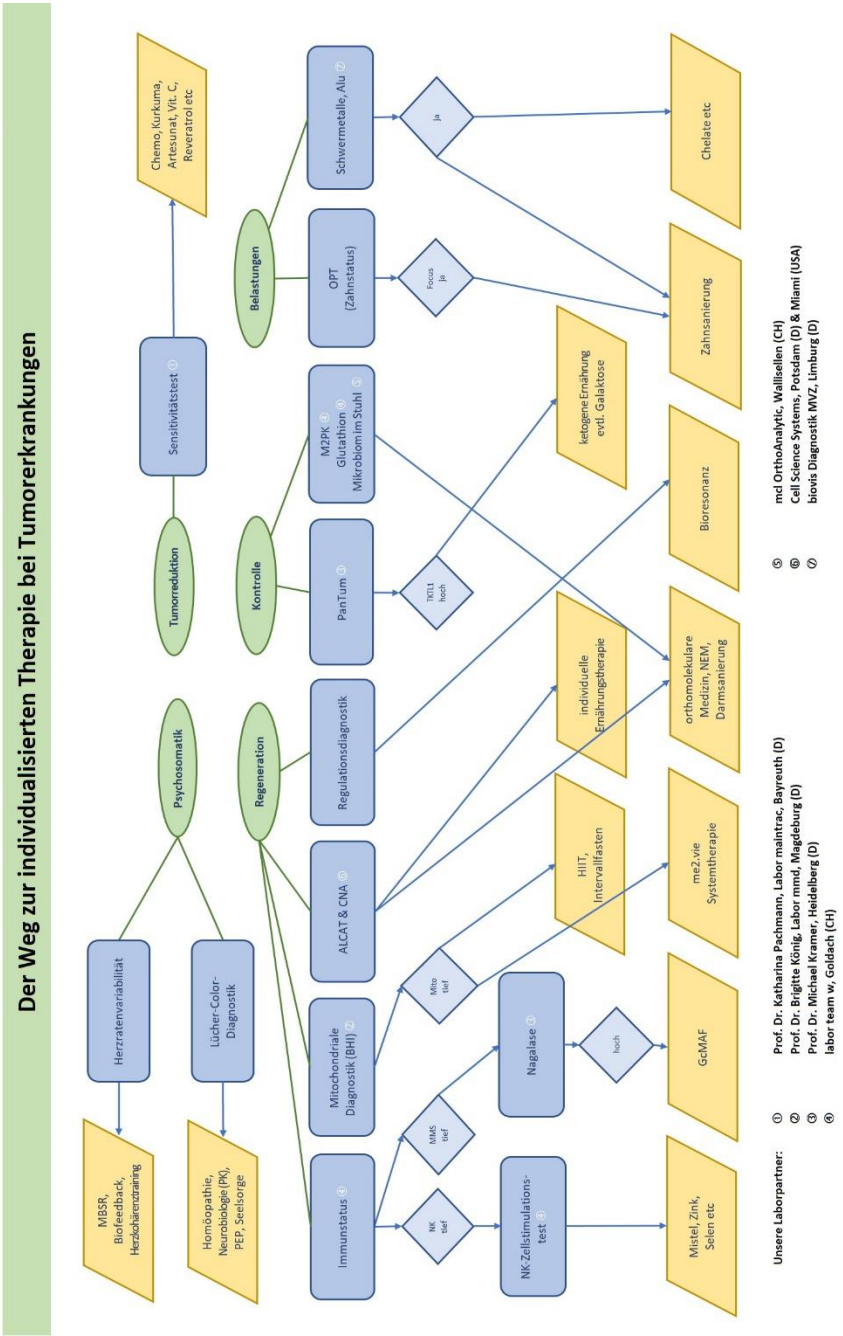
In rund 60 % aller Tumore ist das Tumorsupressor-Gen p53 verändert. Damit verliert die Zelle die Möglichkeit, den Zellzyklus bei DNA-Schäden zu unterbrechen und hat Schwierigkeiten die Apoptose einzuleiten oder bestimmte andere wichtige Gene zu regulieren. Ein defektes p53-Protein ist nicht die Ursache für die Krebserkrankung, sondern die Unfähigkeit des Körpers, entartete Zellen zu eliminieren. Es weist auf sehr aggressive Tumore hin, die häufig auch metastasieren.

http://flexikon.doccheck.com/de/P53



Bildquelle: BMU Schriftenreihe 2007 – 707

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Therapieverfahren

„Solange auf die Gesamtkonstitution des Patienten keine Rücksicht genommen wird, bleibt die Krebsbehandlung eine symptomatische Therapie. Krebs wächst aus einem Zustand des Körpers heraus und das Krankheitsprodukt sagt nichts über die Ursachen und Bedingungen seiner Entstehung aus; es zeigt nur wohin dieselben führen. Leider werden die Zusammenhänge der Krebsentstehung sträflichst vernachlässigt und Arzt und Patient wünschen lediglich möglichst rasch die Krebsgeschwulst entfernt zu sehen, in der irrigen Meinung, die Krankheit sei mit der künstlichen Entfernung durch das Messer oder durch die Reduzierung des Primärherdes mit Chemo behoben." *HP Mario Fassen, Landau*

In der biologischen Krebsmedizin geht es unter anderem darum, den Organismus soweit zu stärken, dass er selbst in der Lage ist, sich von der Krebserkrankung zu erholen. Dazu sind ganz andere Ansätze nötig, als die klassische Medizin einsetzt. Komplementäre, bzw. alternative Therapiemethoden gibt es viele, die bei einer Krebsbehandlung mit einbezogen werden können oder gar sollten.

Bildquelle: lokalkompass.de

Grundsätzlich baut die biologische Medizin auf drei Säulen auf:

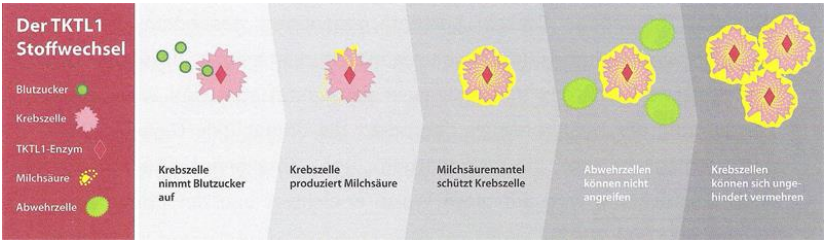
1. Entlasten: Entgiftung	**2. Sanieren: Darmgesundheit**	**3. Regenerieren: Zelltherapie**

Nachfolgend stelle ich Ihnen ein paar dieser Therapieformen vor. Eine Zusammenfassung zur eigenen Anwendung finden Sie im Kapitel «Selbsthilfe und Prävention mit Kneipp».

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Ernährungstherapie

An erster Stelle steht natürlich der Krebsauslöser Nr. 1, unsere Ernährung. Wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen, dass es allein über die Ernährung möglich ist, einen Tumor wachsen oder schrumpfen zu lassen! Was ist nun anders an den Krebszellen?



(Bildquelle: Seminarskript zur „Neuen Anti-Krebs-Ernährung“ von Dr. Coy)

Seit *Dr. phil. Dr. med. Otto Heinrich Warburg* den Nobelpreis der Medizin erhielt, als er entdeckte, dass Krebszellen für ihr Wachstum gegenüber gesunden Zellen ein Vielfaches an Zucker benötigen, hätte dieses Wissen in die Krebsmedizin zwingend mit einfliessen müssen. Leider war dies nicht der Fall. Erst in jüngster Zeit haben verschiedene Forscher dieses Thema wieder in der Öffentlichkeit aufgerollt.

Ketogene Ernährung

Wir wissen: Die Vermehrung der Krebszellen wird markant gebremst, wenn wir dem Krebs seine Lebensgrundlage Glucose (Kohlehydrate / Zucker) entziehen. Das bedeutet unter Umständen eine radikale Umstellung der Ernährungsgewohnheiten. Die sogenannte ketogene Ernährungsform ist besonders bei TKTL1-positiven Tumoren therapeutisch wichtig.

https://www.youtube.com/watch?v=ktzRf78RyWo

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die ketogene Ernährung ist derzeit die einzige und effektvollste Methode, um auch die Krebsstammzellen an ihrem Wachstum zu hindern. Wo einige mit Vollkorn noch Kompromisse eingehen, so postuliert *Dr. med. Ulrich Strunz* eine Nulltoleranzgrenze.

Die Leber ist dann gezwungen, aus Fett kleine Moleküle, die sogenannten Ketonkörper, herzustellen. Diese übernehmen die Rolle von Glukose als Zirkulationsantrieb. Der Biologe *Prof. Dr. Thomas Seyfried* und sein Kollege *Dr. Dominic D'Agostino* bestätigen die enormen Erfolge: „Wir haben komplettes Abklingen gesehen, trotzdem dass die Chancen extrem schlecht standen."

Komplett verkehrt schreibt die *Schweizerische Krebsliga* in ihrer Informationsbroschüre «Krebs und Ernährung: So können sie Ihr Krebsrisiko senken: Täglich 600 bis 800 g Brot, Reis, Kartoffeln, Teigwaren und Hülsenfrüchte erhöhen den Schutz vor Krebs.» Fazit: Glauben Sie nicht jeden Nonsens, den sogenannte Fachgesellschaften von sich geben!

Dr. Seyfried: „Sobald sich ein Patient in diesem Stadium der Ketose befindet, stehen seine Krebszellen unter enormen Druck, weil man sie in Bezug auf Energie aushungert; gesunde Zellen hingegen gehen einfach dazu über, in ihren intakten und funktionstüchtigen Mitochondrien Ketonkörper zu verbrennen. … Die ketogene Diät ist nur der erste Teil der niedrig hängenden Früchte, denn die Medikamente, die auf den defekten Metabolismus bei Krebs abzielen sind noch im Anfangsstadium; nimmt man diese beiden Ansätze zusammen, dann wird es wirklich interessant."

Mittels eines Urinsticks wird gemessen, ob die Leber genug Ketonkörper produziert. Der nötige Fettanteil kann so individuell dosiert werden.

Während den ersten drei Tagen der Ernährungsumstellung hat man weniger Energie und nimmt ein paar Kilo ab. Danach

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

stabilisiert sich das Gewicht und die Lebensenergie kommt, verbunden mit grösserer Wachheit, zurück.

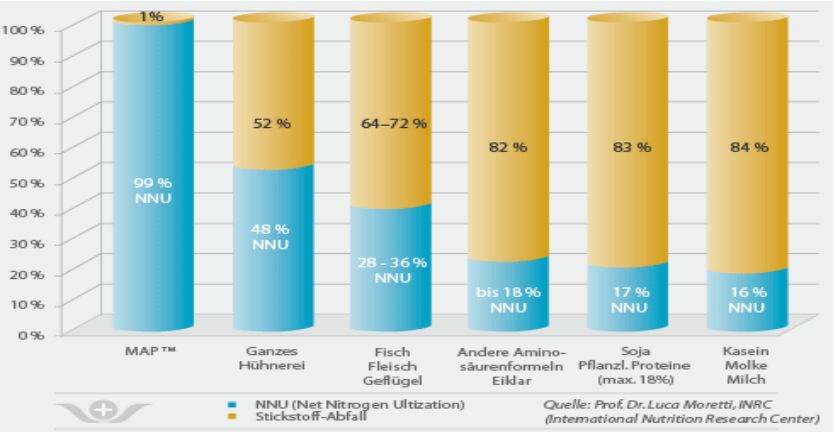
Werden Methoden zur Tumorreduktion eingesetzt, unterstützt diese Ernährung den Therapieerfolg zusätzlich. Zudem können die Krebsstammzellen, die unter Umständen freigelegt werden, besser im Zaun gehalten werden.

Low Carb reicht nicht. Denn bekommt die Krebszelle nicht genügend Glucose, fängt sie an Eiweiss zu verwerten. Die Muskulatur geht zurück. In der Ketose wird dies unterdrückt und es kann wieder zum Muskelaufbau kommen. Braucht aber auch Bewegung.

https://medical-tribune.ch/10050950/2020/krebsdiaeten-auf-dem-pruefstand/

Eine ketogene Ernährung sollte von einem erfahrenen Therapeuten überwacht werden. Denn es gibt Menschen, die diese radikale Ernährungsform nicht vertragen. Zudem tappen viele in die Falle, indem sie zu viele tierische Eiweisse und zu wenige Ballaststoffe zu sich nehmen.

Eine Problematik bei der proteinlastigen Ernährung ist die negative Stickstoffbilanz. Diese zeigt auf, wie viel des jeweiligen Proteins tatsächlich als Energie verwertet werden kann und wie viel davon als Stickstoffabfall den Körper belastet.



© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Das Hühnerei schneidet hier besser ab als Fleisch oder gar pflanzliche Proteine. Milchprodukte haben die schlechteste Stickstoffbilanz. Trotzdem hat die Ernährung nach Dr. Budwig unzähligen Menschen das Leben retten können.

Also: Alles mit gesundem Menschenverstand betrachten und individuell abwägen.

Abgesehen davon gilt es, die richtigen Nahrungsergänzungsmittel auszuwählen, damit die Krebszellen ihren Stoffwechsel aktiv verändern können. Dazu gehören Vitamin E Komplexe, sekundäre Pflanzenstoffe wie Polyphenole, Omega-3 (EPA/DHA) und MCT-Öl sowie Laktat (kurbelt die Mitochondrien an). Hier finden Sie mehr Informationen mit den entsprechenden Mengenangaben:

https://www.dr-coy.info/ernaehrung-nach-dr-coy-diaet

Unter Berücksichtigung der epigenetischen Aspekte (Methylierung von Gensequenzen) ist auch auf das Betain zu achten. Viel davon findet man in Quinoa. Sie können es vorkochen und täglich einen Esslöffel dem Salat zugeben.

Viele könnten das jetzt so interpretieren, dass es möglich ist, einen Tumor «auszuhungern». Doch das funktioniert leider nicht. Es ist nicht möglich, die Kohlehydratzufuhr komplett zu unterbinden. Gemäss *Prof. Dr. Nicolai Worm* kann die Leber sämtliche Zuckerformen, die der Organismus zum Leben braucht, selbst produzieren. Trotzdem kann es Sinn machen, die «richtigen» Zucker zusätzlich zuzuführen.

Galaktose

Wer den Energieverlust in den ersten Tagen nicht in Kauf nehmen will oder kann, gibt dem Körper eine bestimme Zuckerart, die von Krebszellen nicht verwertet werden kann: Galaktose. Sie hat aber – sofern keine Laktose-Intoleranz vorliegt - noch weitere Vorteile:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

- Galaktose wirkt bei Krebserkrankungen hauptsächlich über die Aktivierung natürlicher Killerzellen via Stimulierung von Makrophagen.
- Ebenso blockiert Galaktose durch Bindung an Lektine die Anheftung von „streuenden, metastasierenden Krebszellen“.

Öl-Eiweiss-Kost nach Dr. Johanna Budwig

Im Rahmen einer kohlehydratarmen Ernährung bin ich auf die Öl-Eiweisskost von *Dr. Johanna Budwig* gestossen. Als Chemikerin konnte sie viele wunderbare Prozesse einer gesunden Ernährung nachweisen. So stellte sie fest, dass erhitzte Öle giftig werden. Erinnern Sie sich an den Artikel über Transfette? Als Ausnahme gelten Kokosöl oder Palmfett. In einem Interview im Jahr 1998 erklärte Frau Dr. Budwig folgendes auf die Frage, was sie Menschen empfiehlt, damit diese erst gar keinen Krebs bekommen:

„Als Öl nur Leinöl. An Fleisch lehne ich alles ab, was im Handel ist. Frischer Fisch ist ok. Nichts aus der Gefriertruhe. … Das elektromagnetische Feld, in dem wir leben ist auch sehr wichtig. Die Textilien, die wir tragen, sind ebenfalls nicht ohne Bedeutung. Kunststofftextilien lehne ich ab, weil diese viel zu viele Kräfte verbrauchen. … Viele Krebskranke sind abends zu lange auf und liegen morgens zu lange im Bett. … Es gibt hunderte solcher Gesichtspunkte, die man berücksichtigen muss. Ich würde niemals behaupten, dass ich Tumorkranke mit der Öl-Eiweiss-Kost gesund mache, andererseits bekomme ich immer wieder Bestätigungen meiner Arbeit durch anerkannte Experten, z.B. dass sie in der Klinik in Helsinki 90 % und mehr Erfolge bei Anwendung der Erkenntnisse von Dr. Budwig haben und dies bei Fällen, in denen die Schulmedizin versagt. Dies liegt vor über Prof. Halme.“

Bildquelle: ganzheitliche-krebsberatung.com

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Ich benutze Ziegenmilchquark (hat weniger Kasein als Kuhmilchquark), möglichst in Bio- oder Demeter-Qualität. Ideal wäre aus Rohmilch, also nicht pasteurisiert. Hier das Rezept für das Original Budwig-Müesli:

In zirka 100 g Magerquark werden 3 Esslöffel Leinöl, 2-3 Esslöffel Milch und 1 Teelöffel Honig verrührt, bis kein Öl mehr sichtbar ist. Dann 2 Esslöffel frisch geschroteter Leinsamen, ein paar Beeren (frisch oder, ausserhalb der Saison, gefriergetrocknet) oder ½ Frucht sowie frisch gemahlene Nüsse (Baum-, Pekannüsse, Mandeln und/oder Aprikosenkerne) unterziehen. Geniessen!

http://www.oel-eiweiss-kost.de/_downloads/mueslirezept.pdf

Zahlreiche wunderbare Rezepte finden Sie im Koch- und Lehrbuch der Öl-Eiweiss-Kost von *Lothar Hirneise*.

Vielleicht erinnern Sie sich daran, dass Kasein das Tumorwachstum fördern soll. Für mich war das über lange Zeit ein Widerspruch. Bis ich darauf kam, dass die Budwig-Kost gerade deshalb funktioniert. Wie bei einem trojanischen Pferd werden auf diesem Weg die für Krebszellen unbekömmlichen Stoffe eingeschleust.

Richtig zubereitet passt das Budwig-Müesli sogar in die ketogene Ernährung. Ist doch super! Gleich zwei Fliegen mit einer Klappe.

Aber: Ich habe es auch schon erlebt, dass eine Klientin gemäss der ALCAT Nahrungsmittelunverträglichkeit sowohl, Milch, Honig und Leinsamen auf der roten Liste hatte. Daher bin ich mit allgemeinen Empfehlungen sehr zurückhaltend geworden.

Übrigens: Ethanol (Alkohol), der durch Fermentationsprozesse entstanden ist, soll von Krebszellen nicht verwertet werden können. Das wäre als Kalorienlieferant bei schwachen Patienten eine Option und auch der Grund, wieso Dr. Budwig täglich ein Glas Sekt empfiehlt.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Rechtsdrehende Milchsäure (L+)

Der Säureschutzmantel der Krebszellen kann gemäss Dr. Coy mit Laktat, bzw. rechtsdrehender Milchsäure aufgebrochen werden. Somit erkennen die körpereigenen Abwehrzellen die Krebszellen besser. Auch Substanzen, die auf die Zerstörung der Krebszellen einwirken (zum Beispiel Zystostatika), wirken dann besser.

Sie können milchsauervergorene Lebensmittel auch selbst herstellen. *Dr. Dr. Johannes Kuhl* präsentiert verschiedene Rezepte zur Herstellung von geschwulstverhütender Kost. Das reicht von Sauerkraut über Getreidekeimlinge, Milchsäure-bohnen und -gurken bis zu fermentierter Ziegenmilch.

https://www.topfruits.de/aktuell/das-milchsaure-getreideschrot-muesli-nach-dr-johannes-kuhl

Produkte mit Laktat findet man zwischenzeitlich auch im Handel.

Vegetarische Ernährung

Es gibt zwischenzeitlich viele Rezeptbücher zur vorerwähnten KetoKüche. Doch Vorsicht: Viele sind mit tierischen Eiweissen. Das neu erschienene Buch der Biologin *Prof. Dr. Ulrike Kämmerer* und zwei ihrer Kollegen „Ketogene Ernährung bei Krebs“ hat erstmals auch vegetarische Rezepte aufgeführt.

Bildquelle: soylent-network.com

Die Fakten sind klar: Tierisches Protein erhöht das Blutcholesterin (wesentlich mehr als Fett) und kann Krebs gedeihen lassen. Pflanzliches Protein und pflanzliche Öle bewirken meist das Gegenteil. Ich gehe davon aus, dass jeder weiss, was eine vegetarische Ernährung ist. Ansonsten gibt es zahlreiche Publikationen zu dem Thema. Wenn Fisch dazu konsumiert wird, dann darauf achten, dass er nicht aus einer belastenden Zucht stammt.

Zur China-Studie: https://www.youtube.com/watch?v=uwQc81LEyyA

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die meisten Gemüse sollen roh verzehrt werden, damit sie ihre Anti-Krebs-Wirkung voll entfalten können. Rohkost nach 16 Uhr belastet allerdings die Leber. Dann nur noch Schonkost.

Eine vegane ketogene Ernährung ist eine riesige Herausforderung, die ich keinem Laien zumuten möchte. Um keine Mängel zu erleiden, braucht das ernährungstechnisches Sachverständnis. Will sich das jemand trotzdem antun, dann würde ich «freie Aminosäuren» zur Unterstützung einnehmen. Das ist ein Präparat, das sozusagen keine negative Stickstoffbilanz aufweist. Es liefert sofort Energie, entlastet die Leber und unterstützt den Aufbau gesunder Zellen, ohne hohe belastende Eiweissportionen einnehmen zu müssen.

In einem Krebs-Blog bin ich auf einen Artikel von *Maria Metis* gestossen, die auf diese Problematik eingeht – und gleich noch ein **Brotrezept** mitgibt:

https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/vegane_ketogene_Ernaehrung.pdf

Wenn der Krebs sich bereits deutlich zurückgebildet hat, kann auf eine stoffwechseltypgerechte Ernährung nach **Metabolic Typing** umgestellt werden (nicht zu verwechseln mit der Diätform „Metabolic Balance“). Dabei erfährt man seine persönliche Stoffwechsellage und welche Lebensmittel sich auf den Metabolismus (Stoffwechsel) neutral, positiv oder negativ auswirken.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/diagnostik/stoffwechseltypanalyse/

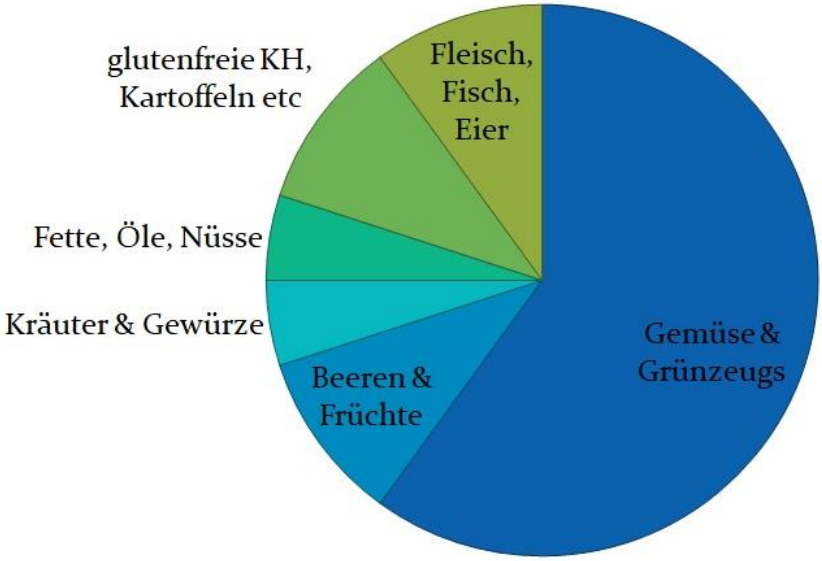
Metabolic Typing wird in einer US-Klinik bei schwerstkranken Patienten erfolgreich eingesetzt. Die persönliche Analyse wird auf der Grundlage eines umfangreichen Fragebogens erstellt. Eine ausführliche Dokumentation mit Tabellen und Rezepten macht den Einstieg leicht.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die optimale Zusammensetzung

Für Viele sind die therapeutischen Ansätze auf lange Zeit nur schwer beizubehalten. So empfehle ich zur Vor- und Nachsorge, also wenn die Therapie abgeschlossen ist, eine weniger restriktive Ernährung. Was die Makronährstoffe anbelangt, so können wir eine epigenetisch ausgewogene Ernährung gut nach der 1-Gramm-Regel richten: Pro kg Körper 1 Gramm Kohlehydrate, 1 Gramm Eiweiss, 1 Gramm Fett (Öl) und dazu 0,5 g Ballaststoffe. Wer von der Norm abweicht, hat einen leicht anderen Bedarf. So erhöht sich zum Beispiel bei Leistungssportlern der Eiweissanteil.

So könnte das Verhältnis auf dem Teller aussehen. Unter «Grünzeugs» verstehe ich Wildpflanzen, Sprossen etc.



Es gibt Experten, die der Meinung sind, dass der Zeitpunkt der Nahrungsaufnahme wichtiger sei, als das Essen selbst. So müsste der Teller morgens, mittags und abends eigentlich anders aussehen. Doch optimieren kann man später immer noch. Erst gilt es einmal anzufangen. Und das in einfachen, leichten Schritten.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Essen nach Gottes Plan

Die Ernährung spielt seit Menschengedenken eine grosse Rolle. So kommt ihr sogar in der Bibel eine wesentliche Rolle zu. Dort können wir von reinen und unreinen Tieren (verständlicher: zum Verzehr geeigneten und nicht geeigneten Tieren) lesen. Heute ist wissenschaftlich erwiesen, was vor Tausenden von Jahren schon klar war. So scheint sich daran nichts geändert zu haben.

http://www.spiegel.de/spiegelgeschichte/bibel-die-komplexen-speisegesetze-des-alten-testaments-a-1005417.html

Phytotoxisch Index	
Säugetiere	Verträglichkeit In %
Bibel Rein	
Schaf	94
Ochse	91
Ziege	90
Hirsch	90
Kalb	82
Bibel Unrein	
Hund	62
Schwarzbär	59
Griizzlybär	55
Braunbär	55
Schwein	54
Katze	53
Waldmurmeltier	53
Opossum	53
Silberfuchs	50
Hase	49
Meerschweinchen	46
Hamster	43
Kamel	41
Hörnchen	39
Pferd	39

Phytotoxisch Index	
Fische	Verträglichkeit In %
Bibel Rein	
Wolfsbarsch	103
Hering	100
Hecht	98
Lachs	96
Dorsch	90
Thunfisch	88
Heilbutt	82
Sonnenbarsch	81
Regenbogenforelle	81
Bibel Unrein	
Haifisch	62
Igelfisch	60
Sandrochen	59
Kugelfisch	51
Gotteslachs	51
Wels	48
Aal	40

Phytotoxisch Index	
Vögel	Verträglichkeit In %
Bibel Rein	
Taube	93
Stockente	90
Wachtel	89
Blässhuhn	88
Schwan	87
Ganz	85
Truthahn	85
Kanadagans	85
Rotkopfente	85
Hun	83
Bibel Unrein	
Buntfalke	63
Eule	62
Krähe	46
Rotschwanzbussard	36

Prof. Dr. Walter Veith geht ausführlich auf dieses Thema ein.

https://www.youtube.com/watch?v=nPHsHbNXPuE

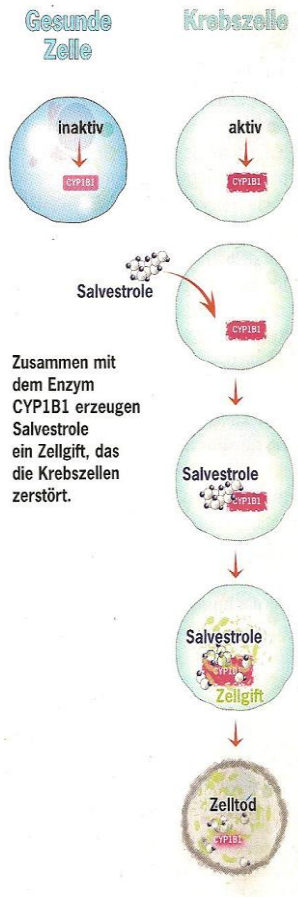
Egal welcher Ernährungstherapie wir uns zuwenden, wir sollten stets Freude daran haben, jeder Biss in Dankbarkeit geniessen, wie ein Feinschmecker. Lesen Sie dazu auch meinen Beitrag in der Broschüre Naturheilkunde und Christentum:

https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Naturheilkunde_und_Christentum.pdf

«Ob ihr nun esst oder trinkt oder sonst etwas tut, tut es zur Ehre Gottes.» *1. Korinther 10,31*

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Sekundäre Pflanzenstoffe



In jüngster Zeit gibt es auch Hinweise, wie wichtig **Phytoalexine** – ein Teil der grösstenteils noch unerforschten sekundären Pflanzenstoffe – in Bezug auf die Verhinderung und Behandlung von Krebs sind. Unter anderem die **Salvestrol**-Verbindungen, die Pflanzen seit unzähligen Millionen Jahren natürlicherweise zum Schutz vor Schimmelpilzen, Bakterien usw. produzieren, wurden vom Pharmakologen und Toxikologen *Prof. Dr. med. Dan Burke* eingehend erforscht.

Er weist darauf hin, dass die modernen landwirtschaftlichen Methoden und Techniken der Lebensmittelproduktion dazu geführt haben, dass in unserer Nahrung immer weniger Salvestrole enthalten sind. Eine Pflanze stellt die Eigenproduktion dieser Schimmelpilze bekämpfenden Verbindungen ein, wenn sie mit Pflanzenschutzmitteln besprüht wird.

Die neuesten Forschungen zeigen auf, dass Salvestrole mit dem Enzym CYP1B1 reagieren, das nur in durch freie Radikale (Zellgifte, die durch natürliche Oxidationsprozesse entstehen) geschädigten Zellen vorkommt. Dadurch wird die Apoptose krebskranker Zellen eingeleitet (natürlicher Zelltod: Krebszellen haben diesen Zelltod überwunden, was sie eigentlich unsterblich macht). Diese Stoffe kommen in zahlreichem Gemüse, Beeren und Kräutern vor.

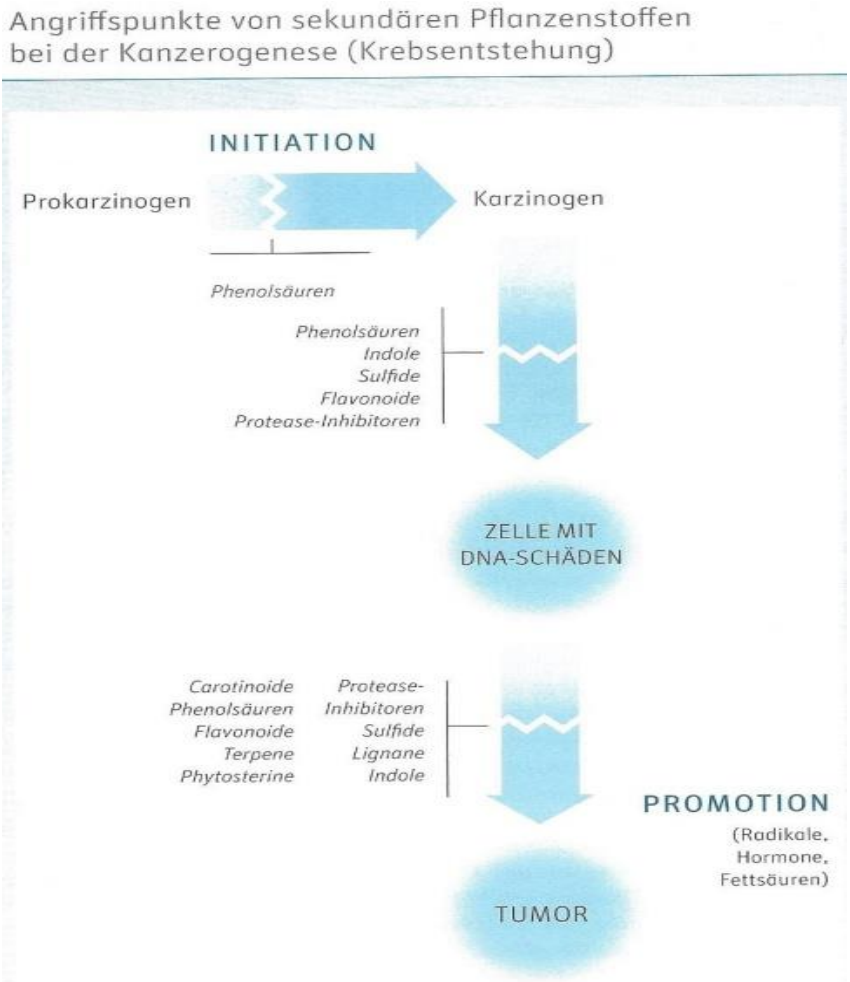
Bildquelle: raum&zeit, Nr. 167, 2010

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Auch das Gamma-Tocopherol, eine **Unterart des Vitamins E** kann vor Krebs schützen. Es kommt in höheren Dosen unter anderem in Pistazien und Walnüssen vor – aber nur wenn nicht geröstet.

https://www.welt.de/gesundheit/article6479491/Verzehr-von-Pistazien-schuetzt-vor-Krebs.html

Prof. Dr. Michael Hamm zeigt auf, dass sekundäre Pflanzenstoffe auf verschiedenen Ebenen krebshemmende Eigenschaften aufweisen:



© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Gemäss dem *Deutschen Krebsforschungszentrum* wirken viele verschiedene sekundäre Pflanzenstoffe gegen die äusserst gefährlichen Krebsstammzellen:

Quercetin hemmt den Vergärungsstoffwechsel und aktiviert die Verbrennung in den Mitochondrien. Es kommt vor in Zwiebeln, Schnittlauch, frischen Preiselbeeren, Quitten, Holunderbeeren, Aroniabeeren, alten Apfelsorten und schwarzen Johannisbeeren.

Resveratrol behindert die Entstehung und Mutation von Krebszellen, nebst zahlreichen anderen gut erforschten Wirkungen auf das Herz-Kreislauf- und Immunsystem. Es unterstützt ebenfalls die Apoptose und kommt vor in Himbeeren, Pflaumen und Weintrauben, besonders aber im Rotwein. Aber Vorsicht: *Alkohol ist wie Zucker.*

Bildquelle: pure-life.ch

Sulforaphan hemmt die Wirkung von Krebszellen. Es kommt besonders intensiv vor in Brokkolisprossen, wie in allen Kreuzblütengewächsen, zu denen Kohl, Senf, Kresse, Rettich, Meerrettich und Raps gehören.

Der Anti-Krebsstoff **Lycopin** findet sich in Tomaten wieder, die an der Pflanze sonnengereift geerntet wurden. Anders als bei den anderen Stoffen, die hitzeempfindlich reagieren (nicht über 40 Grad erwärmen!), entwickelt Lycopin seine Wirkstoffe gerade durch Wärme (gut einkochen).

Dr. Stemme: „Der **roten Bete** (Rande) wird eine positive Beeinflussung des oxidativen Zellstoffwechsels und mindestens wachstumshemmende Wirkung auf Tumorzellen zugeschrieben; besonders bemerkenswert ist in diesem Zusammenhang, dass die rote Bete Allantoin enthält, das die Wundheilung… beschleunigt.“

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Zu den führenden Wissenschaftlern, welche eine Anti-Krebs-Ernährung zusammen gestellt haben, gehört der Biochemiker *Prof. Dr. med. Richard Béliveau*. Er hat sein Augenmerk darauf gerichtet, welche Lebensmittel die Apoptose einleiten. In Experimenten mit Mäusen wurden mit einem **Bio-Gemüsecocktail** – ergänzend zur alltäglichen Nahrung – Krebs zum Verschwinden gebracht. Hier sein Drink (Verhältnis auf den Menschen angepasst):

100 g	Knoblauch	100 g	Spinat	2 TL	Kurkumapulver, vermischt mit
100 g	Rosenkohl	100 g	dicke Bohnen		
100 g	rote Beete (Randen)	100 g	Grapefruit	10 ml	Leinöl
		2,4 g	Polyphenole aus grünem Tee (ca 6 Tassen Tee aus 2 g Teeblättern)	2 TL	schwarzer Pfeffer
100 g	Preiselbeeren				
100 g	Schalotten				
100 g	Brokkoli				

Der Extrakt aus diesem Mix ergibt rund 270 ml Flüssigkeit, was in etwa einer grossen Tasse entspricht. Ob diese Mischung auch bei Menschen Krebs heilt, ist wissenschaftlich nicht erwiesen. Um ihn zu trinken, braucht es Überwindung, macht aber deutlich, wie enorm unsere Ernährung in das Krebsgeschehen eingreifen kann.

Hier eine Auflistung von Lebensmitteln, die nachweislich krebshemmende Wirkung haben (sofern sie nicht entzündlich wirken, siehe «Unverträglichkeitsanalyse»):

https://www.zentrum-der-gesundheit.de/krebs-ernaehrung-ia.html

Entzündungen dämpfen

Wenn im Bereich des Tumors die für sein Wachstum erforderlichen Entzündungsfaktoren fehlen, kann er sich nicht ausbreiten (fehlende Angiogenese). Das wiesen Forscher vom *Cancer Research Center* der Universität San Francisco auch für besonders aggressive Krebszellen nach. Um den Körper nicht zusätzlich zu belasten, können wir natürliche **entzündungshemmende Naturpräparate** einsetzen:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hagebutte, mit Anleitung zum Selbermachen:
https://gesunex.de/entzuendungshemmend-hagebutte/23428/

Teufelskralle, mit Anwendung:
http://www.gesundheitsseiten.com/index.php/vitalstoffe-n-z/289-teufelskralle

Harz des Weihrauchbaums, im Einsatz bei Hirntumor:
http://www.schraepler.info/erste-studien.html

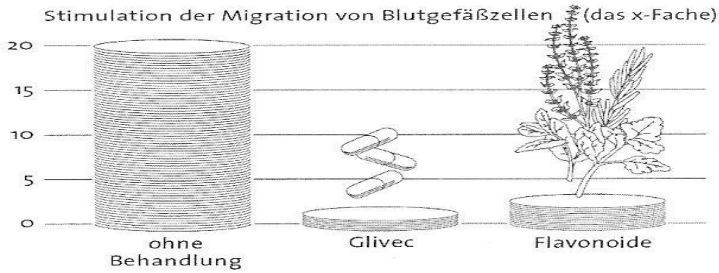
Granatapfel, auch von Onkologen empfohlen, wie zum Beispiel *Prof. Dr. Henri Joyeux*:
https://www.onkopedia.com/de/onkopedia/guidelines/granatapfel-punica-granatum/@@guideline/html/index.html

Bei den Omega-3-Fettsäuren wird oft das Leinöl angepriesen. Das enthält zwar auch vom entzündungshemmenden Omega-3, allerdings in Form von Alphalinolensäure (ALA). Der Organismus ist nur zum Teil in der Lage aus ALA das EPA herzustellen und DHA gar nicht. Diese Substanzen finden wir nur in Fisch und Algen, bzw. dem daraus gewonnenen Öl.

http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/krebs/news/omega-3-fettsaeuren-fischoele-helfen-gegen-krebs_aid_386277.html

https://spitzen-praevention.com/2021/07/27/die-omega-3-fettsaeure-dha-ist-gift-fuer-krebs

Aufgrund der Tatsache, dass sich Tumore nur dann entwickeln können, wenn ausreichend Entzündungsfaktoren (z.B. chronische Infektion) vorhanden sind, werden stets weitere natürliche Substanzen entdeckt, welche die Angiogenese hemmen. Dazu gehören auch die zuvor bereits erwähnten **Polyphenole**, die speziell in Beeren, Kräutern, Früchten und Gemüse vorkommen.



Bildquelle: David Servan-Schreiber, Das Anti-Krebs-Buch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Auch **Apigenin**, das reichlich in Petersilie und Sellerie vorkommt, konnte ähnlich starke Effekte erzielen, wie das Präparat Glivec, welches die Gefässneubildung von Tumoren unterbindet.

Weitere Flavonoide, die in einer Vergleichsstudie annähernd den gleichen Effekt erzielten – ohne Nebenwirkungen – finden sich in Thymian, Minze, Rosmarin, Birkenblätter, Salbei, Oregano u.v.m.

Wichtig: Auch hier ist es notwendig, die Ernährung gesamthaft umzustellen, um eine positive Wirkung erzielen zu können. Zudem gilt es individuell abzuklären, ob die entsprechenden Pilze, Heilkräuter etc nicht gegenteilig wirken, das heisst, eine Entzündung auslösen (siehe Kapital «Unverträglichkeitsanalyse»). Bei mir selbst hat sich zum Beispiel gezeigt, dass Soja, Spirulina, Stevia, Weihrauch und einiges mehr nicht verträglich sind.

Wildpflanzen

Es wurde festgestellt, dass selbst Lebensmittel in Bio-Qualität leider immer weniger ausreichend Vitalstoffe enthalten. Durch Kultivierung, Züchtung, Förderung von Hybriden etc gehen wertvolle Nährstoffe verloren. Die zweitbeste Qualität finden wir in Demeter-Produkten. Die biologisch-dynamische Landwirtschaft stärkt den Boden, die Pflanzen, die Tiere und die Menschen, indem sie versucht, vom «Ganzen» auszugehen. Demeter regelt die schonende Verarbeitung strenger als jedes andere Label.

Die erstbeste Qualität mit den stärksten Wirkstoffen finden wir oft dort, wo der Mensch seine Hand nicht im Spiel hatte. In den essbaren Wildpflanzen, so wie Gott sie geschaffen hat. Hier finden wir Nährstoffe, die durch die Kultivierung oft verlorengegangen sind. Zudem schont es den Geldbeutel, wenn wir die Lebensmittel in der Natur sammeln. Dass diese Vitalstoffbomben sogar in der Lage sind, Krebs zu regulieren, versteht sich von selbst. *Ralf Brosius* ist das beste Beispiel dafür :

https://www.youtube.com/watch?v=HxLkwgszHUQ&t=4s

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Er hat zwischenzeitlich einen eigenen Blog, wo er zahlreiche Beiträge, Rezepte und mehr publiziert.

Viele Nachahmer der Gerson-Kost oder der Beruss-Saftkur mussten feststellen, dass diese nicht mehr so effizient sind wie früher. Der Arzt *Dr. John Switzer* geht in seinen Büchern auf diese Problematik ein und stellt zahlreiche heilkräftige Wildkräuter-Vitalkost-Rezepte vor. Er modifiziert damit die Gerson-Therapie, um die Erfolge wieder sichtbar zu machen.

https://www.youtube.com/watch?v=tcHzOMk2qUw

Es gibt zwischenzeitlich viele Kurse, um sich der Ernährung mit essbaren Wildpflanzen anzunähern. Die bekanntesten sind wohl die von *Dr. Markus Strauss*. Sein immerwährender Jahres-Ernteplaner ist eine wertvolle Hilfe.

https://dr-strauss.net/buecher/ernteplaner-2/

Lebensenergie tanken

Es geht aber nicht nur um Inhaltsstoffe – auch wenn Krebspatienten häufig einen Mangel aufweisen, wie ich im nächsten Kapitel noch erläutern werde. Wir sollten uns die Frage stellen: Welche Lebensmittel geben uns Kraft und Energie?

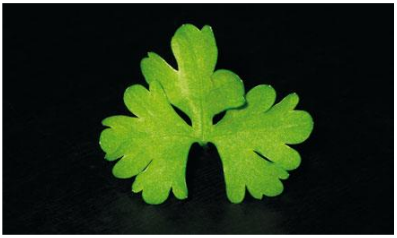
In diesem Zusammenhang sind die Forschungen des deutschen Physikers *Prof. Dr. Fritz-Albert Popp* höchst aufschlussreich. Durch seine Forschungen können die Lichtemissionen von Lebewesen sichtbar gemacht werden. Damit war es ihm sogar möglich, gesundes Gewebe von Tumorgewebe zu unterscheiden. Auch die Auswirkung eines Medikamentes auf das Tumorgewebe konnte beobachtet werden.

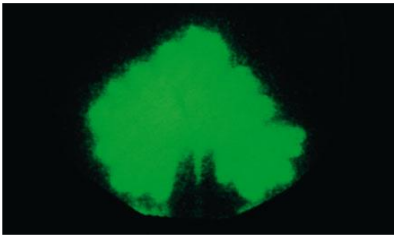
Die Ausstrahlung scheint von der DNA auszugehen. Denn in einer Zelle ohne DNA ist auch keine Strahlung messbar. Dabei geht es nicht nur um die Lichtmenge, sondern auch um die Kohärenz des Lichts, also um die Ordnungskraft. Ein besonders wichtiges Thema auch in der anthroposophischen Medizin.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Für uns hier von Bedeutung ist der Umstand, dass wir unsere Nahrungsmittel beurteilen können. Denn sie verlieren ihre Lichtemission, ihre Energie innerhalb weniger Tage nach dem Ernten. Ein Lebensmittel wird zum blossen Nahrungsmittel, das uns zwar noch nährt, aber eben keine zusätzliche Lebensenergie liefert.

Freilandeier besitzen zum Beispiel eine wesentlich stärkere Leuchtkraft als Batterieeier. Das gleiche gilt für biologisch produzierte Lebensmittel, wie zum Beispiel Äpfel. Nachfolgend ein Petersilienblatt normal (links) und unter dem Biophotonen-Messgerät (rechts):





Bildquelle: natürlich-online.de

https://www.gesundheitlicheaufklaerung.de/einfuehrung-in-die-biophotonenlehre-nach-f-a-popp

Auch „Der Spiegel“ griff bereits im Jahr 2005 das Thema auf: „Sonnenlicht ist eine elementare Nahrungsquelle der meisten Lebewesen. Aus ihm beziehen auch wir Menschen auf zellulärer Ebene Energie und ordnende Signale. Nach Popp sind Lebensmittel nichts anderes als Lichtinformation. Kurzum, wir Menschen sind ‚Lichtsäuger‘“.

Je näher etwas im Leben steht, desto intensiver ist dessen Lichtemission. Und was könnte mehr Energie haben, als frisch entstehendes Leben? Und wo können wir das finden?

In Keimlingen!

Sie erinnern sich auf meinen Hinweis der Heilwirkung von Brokkolisprossen?

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Um unseren Körper mit Lebensenergie zu versorgen, sollten wir frische Produkte aus biologischer Landwirtschaft nutzen und diese möglichst roh verzehren (bis 16 Uhr). Dadurch brauchen wir viel weniger Nahrung zu uns zu nehmen. Auch wenn Pulver, Tabletten und Kapseln uns wertvolle Inhaltsstoffe liefern, brauchen wir doch auch die Energie aus frischem Obst, Gemüse und eben Keimlingen.

Sprossen können Sie problemlos selbst ziehen – wie auch das heilkräftige Dinkelgras:

http://www.sprossen-keimlinge.de/grassaft/dinkelgras-anbauen

Bildquelle: puravita-shop.de

CH-Bezugsquelle für Dinkelgras:

http://www.allmetli.ch/angebote/dinkelgrassaft/index.html

Soweit ein Überblick zur Heilkraft unserer Nahrung. Klar ist auch:

Mit einer Anti-Krebs-Ernährung verlieren zahlreiche Karzinogene ihre Wirksamkeit.

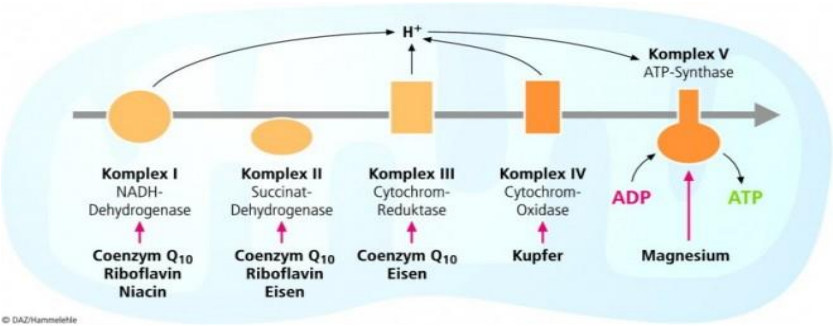
Orthomolekulare Medizin

In Ergänzung zur Kohlehydratreduktion eignen sich Präparate aus der orthomolekularen Medizin (hochdosierte Einnahmen von Vitaminen, Mineralstoffen, essenziellen Aminosäuren und Spurenelementen). Der Nobelpreisträger *Prof. Dr. Linus C. Pauling* nahm an, dass die Funktion der körpereigenen Schutzsysteme gegen entartete Zellen davon abhängt, dass wichtige Substanzgruppen, sogenannte **Vitalstoffe**, in der richtigen Menge und Konzentration verfügbar sind. Bei Stress und chronischen Erkrankungen, unausgewogener Ernährung oder einer gestörten Darmflora ist dies jedoch nicht immer der Fall; der Verbrauch an Vitalstoffen übersteige den Nachschub und es komme zu Mangelerscheinungen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Mitochondrialer Stoffwechsel

Je präziser die Forschung wird, desto mehr wird auch klar, wie wichtig der Energiestoffwechsel der Mitochondrien ist. Betrachten wir uns, was für Stoffe dazu benötigt werden.



Bildquelle: deutsche-apotheker-zeitung.de

Eine wichtige Ausgangslage ist das Coenzym NADH. Je mehr davon bereitsteht, desto mehr Energie kann produziert werden. Dazu sind allerdings zahlreiche Mikronährstoffe nötig, die beim Auf-, Ab- und Umbau helfen. Dazu gehören B-Vitamine und mehr. Fehlen diese Substanzen, kann keine Energie (ATP) produziert werden.

Wenn eventuelle Mängel nicht behoben werden, ist eine Heilung nicht möglich. Wege dazu gibt es viele. Wenn es schnell gehen soll, kommt man allerdings um eine Infusion nicht herum.

Nachfolgend betrachten wir uns nebst den Substanzen, die für den mitochondrialen Stoffwechsel wichtig sind, auch noch andere Vitalstoffe, die sich in der Behandlung von Krebs bewährt haben.

http://www.mikronaehrstoff.de/pdf/Groe_Mue_Der_Onkologe_2_2013.pdf

NADH

NADH ist wie das Benzin beim Auto. Was nutzt ein generalüberholtes Fahrzeug, wenn der Tank leer ist? NADH kommt vorwiegend in Fleisch und Fisch vor. Allerdings wird nur eine geringe Menge aufgenommen, da es die Magensäure nicht übersteht.

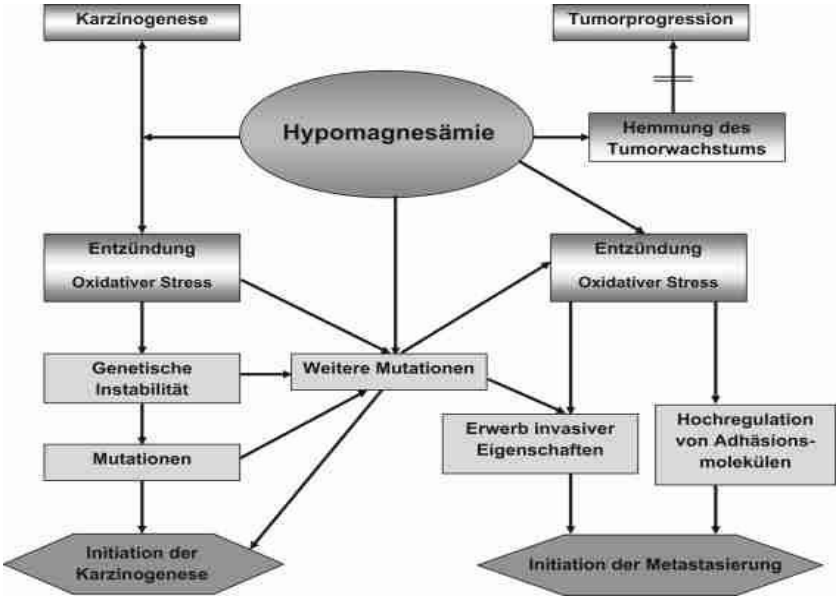
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

NADH wirkt als starkes Antioxidans bei der Zell- und DNA-Reparatur mit. Es stimuliert das Immunsystem, steigert die Durchblutung aller Organe und unterbindet die Nebenwirkungen einer Chemotherapie. Es kann aber auch sein, dass die Wirkung derselben reduziert wird. Deshalb empfehle ich beim Einsatz von prooxidativen Therapeutika – wie zum Beispiel der Vitamin C Hochdosistherapie – NADH am Infusionstag wegzulassen. Das gilt übrigens für alle antioxidativ wirkenden Mittel! Die Forschung ist noch in den Kinderschuhen, doch gibt es sehr positive Berichte bei der Einnahme von NADH. Es zeigt sich, dass Tumore schrumpfen oder gar ganz verschwinden. Schauen Sie sich folgendes Interview mit *Prof. Dr. Dr. Jörg George Birkmayer* an:

https://www.youtube.com/watch?v=3o6KCdN6Duc&t=24s

Magnesium

Magnesium ist wie das Reinigungsmittel für der Katalysator beim Auto. Ist er verstopft, läuft nichts mehr. Magnesium ist komplex mit dem Thema Krebs verwoben:



Bildquelle: researchgate.net

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Bei einem nachgewiesenen Mangel (Labor) gehört es sicherlich in ein Therapiekonzept. Die Forschung zeigt, dass Magnesium das Tumorwachstum reduzieren kann. Bereits im Jahr 2001 kam eine Studie zum Schluss: «Bei der Stabilisierung von DNA und RNA, im antioxidativen Stoffwechsel und als Antagonist von Calcium sowie von toxischen Schwermetallen, bei der Metastase, biologischen Zytostase, der Immunkompetenz und dem Membranaufbau, sowie dem Stoffwechsel von Fetten weist Magnesium zum Teil deutliche anti-kanzerogene Eigenschaften auf.»

https://www.kup.at/kup/pdf/784.pdf

Alpha-Liponsäure

Diese antioxidative Fettsäure ist wie die Isolation der Kerzen im Auto. Sie hilft, den Energiestoffwechsel der Mitochondrien in Schwung zu halten. Alpha-Liponsäure schützt vor freien Radikalen (Oxidation), ist aber auch in der Lage bereits oxidativ geschädigte Strukturen zu regenerieren und unterstützt die Apoptose. Die Substanz ist sehr lichtempfindlich, aber auch eine der wenigen, welche die Blut-Hirn-Schranke überwinden kann.

https://vitamine-ratgeber.com/weitere-vitalstoffe/alpha-liponsaeure

Coenzym Q10

Q10 ist wie das Öl beim Auto. Haben wir zu wenig, fängt der Motor zu stottern an, bis er schliesslich ganz den Geist aufgibt. Ein Muss in der mitochondrialen Therapie. Gemäss diversen Studien unterstützt dieser Stoff den Körper darin, von einem anaeroben auf den aeroben Stoffwechsel umzustellen, das heisst kranke Zellen wieder in gesunde zurückswitchen.

In der Therapie wird die teurere Variante, das aktive «Ubichinol», oft der günstigeren Variante «Ubichinon» vorgezogen. Ideal ist eine Form, die über die Mundschleimhaut aufgenommen werden kann.

https://www.orthoknowledge.eu/wp-content/uploads/2017/12/OrthoKnowledge-Ubiquinol_CS.pdf

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Glutathion

Glutathion ist wie der Ölfilter beim Auto. Ist er verstopft, nimmt der Motor Schaden. Um den Zellstoffwechsel in seiner Funktion aufrecht zu erhalten, das heisst damit die Mitochondrien ihre Tätigkeit schadlos ausführen und sich auch in den Krebszellen vermehren können, ist das **reduzierte Glutathion** unabdingbar, einzelluläres Antioxidans, zur Entgiftung von schädichen Stoffen wie Xenohormone, Schwermetalle etc). Auch **Cystein** und andere schwefelhaltige Aminosäuren (natürliche Chelatbildung) sind wichtig. Ob der Organismus genügend Glutathion produziert, wird über einen Bluttest im Labor abgeklärt. Durch seine antioxidative Wirkung gilt auch hier: Keine Anwendung während einer prooxidativen Therapie. Im Rahmen von aufbauenden Infusionen gehört Glutathion zwingend dazu. Bei oraler Einnahme, zum Beispiel als Kapseln, wird es schlecht aufgenommen. Besser verwertbar ist liposomales Glutathion.

https://aminosäure.org/aminosaeuren/glutathion

Enzyme

Enzyme sind wie das Kühlwasser beim Auto. Hat es zu wenig, überhitzt (entzündet) der Motor. Dass sie ein wichtiges Element für ein gut funktionierendes Immunsystem sind, ist nichts Neues. Auch die biologische Medizin kann auf jahrelange Erfahrung mit Enzymen in der Krebstherapie zurückblicken. Sie lindern die Nebenwirkungen bei Strahlen- und Chemotherapie und fördern die Wundheilung. Die Kombination von tierischen und pflanzlichen Enzymen soll jetzt sogar in der Lage sein, Krebszellen aufzulösen. Da Enzyme stark entzündungshemmend und schmerzlindernd wirken, gehören sie in jedes therapeutische Konzept.

http://www.experto.de/b2c/gesundheit/immunsystem-staerken-krebs-bekaempfen-enzyme-helfen.html

https://www.enzymforschungsgesellschaft.de/studien.html

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

DCA: Dichloressigsäure

Sie können das Auto vollgetankt, Öl nachgefüllt und den Wasserstand kontrolliert haben, wenn die Batterie leer ist, lässt sich der Motor nicht starten. DCA ist die Starthilfe für den mitochondrialen Energiestoffwechsel. Erst wenn die Mitochondrien wieder anspringen, kommt auch die Apoptose wieder in Gang. Das bedeutet, dass sich die Krebszellen selbst zerstören.

In Deutschland wird im Rahmen der biologischen Krebstherapie DCA vor jeder Infusion verabreicht. In der Schweiz ist es nicht zugelassen. Der einzige Weg führt über die orale Einnahme, die allerdings mehr Nebenwirkungen hat als eine Infusion. Wer dieses Präparat in sein Therapiekonzept aufnehmen möchte, ist dazu gezwungen, es sich im Ausland zu besorgen, zum Beispiel in der Ukraine. Auch auf die Gefahr hin, dass es vom Zoll beschlagnahmt wird.

https://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/krebs/news/tumortherapie_aid_122797.html

Vitamin C

Vitamin C wirkt antioxidativ. Als Nahrungsergänzung werden von unserem Körper pro Tag maximal 2-3 g aufgenommen. In der Tumortherapie soll allerdings mit sehr hohen Dosen von 50-100 g ein prooxidativer Effekt in Krebszellen erzielt werden, damit diese absterben. Solche Dosen können nur intravenös verabreicht werden. Die Vitamin C Hochdosistherapie kann aber auch eine chemotherapieassoziierte Toxizität reduzieren, die Müdigkeit deutlich verringern und zum Tumorrückgang führen. Gute Erfolge konnte Sie auch beim multiplen Myelom erzielen, eine Erkrankung des Knochenmarks. In der Regel erfolgt eine Infusion zweimal wöchentlich während zirka 2,5 Stunden.

Die Anti-Krebs-Ernährung bleibt ergänzend dazu eine wichtige Grundlage.

https://www.carstens-stiftung.de/artikel/hochdosiertes-vitamin-c-in-der-krebstherapie.html

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lysin

Erinnern Sie sich an den Film aus dem Kapitel «Tumorarten & Metastasen»? Gemäss den Forschungen von *Dr. med. Matthias Rath* ist auch die Aminosäure Lysin sehr wichtig. Sie soll in der Lage sein, die von Krebszellen produzierten Enzyme zu blockieren, welche für das Einwachsen des Tumors in das Nachbargewebe und damit auch für die Metastasierung verantwortlich sind.

Da bei Krebspatienten die Aufnahme über den Darm oft beeinträchtigt ist, kann eine individuelle Zusammenstellung und Gabe mittels ein bis zwei Infusionen pro Woche nützlicher sein als die orale Einnahme.

Bildquelle: blick.ch

Lactoferrin

Erst vor kurzem hat die Forschung den Zusammenhang eines Moleküls aus der Muttermilch und der Hemmung von Krebs entdeckt. Tierstudien zeigten weiterhin auf, dass Lactoferrin in der Prävention die Entstehung von Karzinomen um rund die Hälfte reduziert und die Metastasenbildung unterdrückt.

Die Wirkung ist aber nicht auf Tumore begrenzt. So verhindert Lactoferrin zum Beispiel auch das Eindringen von Bakterien wie Borrelien und wirkt immunmodulatorisch. Es ist zudem auch ein Eisen-Modulator. Es wird vermutet, dass den Krebszellen Eisen entzogen wird und sie damit ihren Stoffwechsel schlechter aufrechterhalten können.

Es gibt verschiedene Lactoferrin-Präparate auf dem Markt. Ich kenne derzeit allerdings nur einen Anbieter, der Lactoferrin in Reinform produziert.

https://www.meduniwien.ac.at/web/ueber-uns/news/detailseite/2018/news-im-mai-2018/mit-natuerlichem-milchprotein-gegen-krebs-und-infektionen

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Vitamin D

Zahlreiche Studien zeigen, dass in unseren Breitengraden fast 80 % der Bevölkerung unter einem Mangel an Vitamin D leidet, sei dies aufgrund der Benutzung von Sonnenschutzmitteln oder dem geringen Aufenthalt in der Sonne. Ein Mangel an diesem Hormon gehört zu den grössten Risikofaktoren chronischer Erkrankungen. Es greift aber auch auf vielfache Art in das Tumorgeschehen ein. *Prof. Dr. med. Jürg Spitz*: „Es bewirkt, dass sich die Zellen in Richtung Gutartigkeit entwickeln, unterdrückt das Tumorwachstum, reduziert die Gefässneubildung im Tumor, schwächt die Signale zur Metastasierung und sendet gesteigerte Impulse an den Körper, den programmierten Zelltod zu veranlassen."

Wer an Krebs erkrankt ist oder sich nicht *täglich 30 Minuten in der prallen Sonne* aufhalten kann, tut gut daran, seinen Vitamin D-Spiegel vom Hausarzt überprüfen zu lassen – und notfalls mit einem natürlichen Präparat gezielt wieder aufzufüllen. Dabei reichen die offiziell empfohlenen Dosen von 800 I.E. nicht. Im Rahmen des Coimbra-Protokolls werden bis zu 100'000 I.E. intravenös verabreicht. Tägliche Dosen bis 5'000 I.E./Tag sind unbedenklich.

Übrigens: Vitamin D wird ausschliesslich durch UV-B-Strahlung – also Sonnenlicht – produziert. Aber Vorsicht vor Sonnenbrand: Wie bereits erwähnt, fördern Entzündungen die Vermehrung von Krebszellen, was bei der Haut auch zum weissen Hautkrebs (Basaliom) führen kann.

Schauen Sie sich folgenden, gut verständlichen Vortrag an:

https://www.youtube.com/watch?v=xEU7Hb8KrpM

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Selen

Anorganisches Selen (Selenit) spielt in der Onkologie eine zunehmend wichtigere Rolle. Es wirkt als Radikalfänger, Endzündungshemmer, Immunaktivator, mindert Nebenwirkungen von Chemotherapeutika und ist von zentraler Bedeutung bei der Entgiftung von Schwermetallen. Aber das ist noch nicht alles: Es spielt eine unabdingbare Rolle bei der DNS-Reparatur (zum Beispiel dem p53-Tumorsupressorgen – auch im Tumor selbst). So hat es eine direkte antitumorale Wirkung. Es bringt die Apoptose wieder in Gang. Therapeutisch werden zwischenzeitlich bis zu 4‘000 mg verabreicht. Wichtig: Eine Überdosierung von Selenit ist nicht möglich, da das überschüssige Selen wieder ausgeschieden wird – anders als bei Selenat, dem organischen Selen!

https://www.tumorzentrum-muenchen.de/fileadmin/Downloads/AerzteSeite/Komplementaer_Medizin/Selen_AG_KOM_16.07.2014.pdf

Melatonin

Im Kapitel «Komplementäre Diagnostik» haben Sie schon vom Melatonin gelesen. Es wird Ihnen in Rahmen dieses Kurses noch mehr begegnen. Als stärkstes körpereigenes Antioxidans weist Melatonin viel mehr Funktionen auf, als dass man es bloss als «Schlafhormon» bezeichnen darf. Der Einfluss auf Zellwachstum und Zellteilung ist unbestritten. Es soll sogar in der Lage sein, Metastasierungen zu verhindern. So schreibt *Anna Cavelius*: „Darüber hinaus konnten sowohl Prostatakarzinomzellen wie Mammakarzinomzellen am Wachstum gehindert werden. Als gesichert gilt ebenfalls, dass Melatonin im Tierversuch Zellen während der Strahlen- oder Chemotherapie vor Zellschädigung bewahrt.“

Interessant ist in den Tierversuchen auch, dass Melatonin als Monopräparat besser wirkt als die Chemotherapie selbst. Der Verbund Melatonin und Chemotherapie zeigte allerdings noch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

grösseren Erfolg. Das heisst, dass Melatonin die Wirkung einer Chemotherapie verbessert, bei gleichzeitiger Reduktion der Nebenwirkungen. In den Studien wurden dabei Dosen im Verhältnis von 40 mg pro Tag eingesetzt. Das ist zehn Mal höher, als üblicherweise eingenommen wird. Leider wird Melatonin nur zu einem Bruchteil über den Magen-Darm-Trakt aufgenommen und noch weniger kommt letztlich im Gehirn an.

Das einzige in der Schweiz zugelassene Präparat enthält das Hormon in synthetischer Form, was ich nicht optimal finde. Wir haben zwischenzeitlich eine Apotheke gefunden, die extra für unsere Klienten auf Rezept ein hochdosiertes, naturidentisches Melatonin in Form einer transdermalen Crème herstellt.

Melatonin kann problemlos über längere Zeit eingenommen werden, ohne dass ein Gewöhnungseffekt entsteht. Für mich gehört es in jedes onkologische Behandlungs- und Präventionskonzept. Ich kenne verschiedene Ärtze, die es – wie auch ich selbst – regelmässig einnehmen. Nicht weil sie nicht schlafen könnten, sondern im Rahmen der Gesundheitsvorsorge.

https://melatoninfacts.org/de/krebs

Germanium

Bildquelle: jumk.de

Organisches Germanium entfaltet gemäss verschiedenster Studien indirekt eine antitumorale Wirkung. Diese wird u.a. der Stimulierung der T-Zellen und Makrophagen sowie der Produktion von Lymphokinen zugeschrieben. Es reichert unseren Körper mit Sauerstoff an und verfügt über stark antioxidative Wirkung.

Zwischenzeitlich soll es positive Studien zu folgenden Krebsarten geben: Lymphomen, fortgeschrittenem Gebärmutterhalskrebs, fortgeschrittenem Eierstockkrebs, metastasierendem Brustkrebs,

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

metastasierendem Melanom, Lungenkrebs, metastasierendem Prostatakrebs. Das wichtige Spurenelement wird aber auch von verschiedenen Kliniken bei anderen schweren Erkrankungen wie zum Beispiel Multipler Sklerose, Schwermetallvergiftungen und AIDS eingesetzt. Es kommt unter anderem in allen Getreideformen, Lauch, Knoblauch, Zwiebeln, Ginseng und diversen Heilpilzen vor.

Auch wenn von vielen positiven Berichten zu lesen ist, kann Germanium bereits in kleinsten Mengen toxisch wirken. Die Langzeitfolgen sind nicht bekannt. Auch wenn es in vielen Ländern frei käuflich ist, bleibt es in der Schweiz wie auch in Deutschland nicht zugelassen.

https://www.naturundtherapie.at/images/Informationsblatter/Kolloide/germanium.pdf

Individuelle Therapie

Es gibt zahlreiche wichtige Substanzen, die in der biologischen Krebstherapie wichtig sind. Sie sollten aber nicht einfach irgendetwas kaufen und ziellos schlucken. Es gibt Substanzen, die überdosiert Schäden, zum Beispiel an den Nieren, verursachen können. Eine gute Therapie stützt sich auf Ihre persönlichen Laborergebnisse. Oder wie ich an meinen Vorträgen jeweils in Berndeutsch sage: «Zersch mässe, nähr frässe».

Es gilt zu bedenken, dass es qualitativ sehr grosse Unterschiede bei den angebotenen Produkten gibt. Für die orale Einnahme habe ich mit verschiedenen Anbietern gute Erfahrungen gemacht. Leider ist es so, dass bei Fertigpräparaten in der Schweiz die Dosierungen nicht optimal sind, um einen Effekt erzielen zu können. Oder man muss eine Handvoll Tabletten einwerfen. Aus diesem Grund setze ich auf hochdosierte ausländische Präparate (Deutschland, Holland, Österreich, Frankreich), deren Hersteller ich persönlich kenne.

Eine gute Alternative in der Schweiz ist die individualisierte Herstellung von Mikronährstoffen. Über ein Rezept stellt eine spezialisierte Apotheke eine Mischung persönlich her. So kann der

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Behandler die Dosis selbst bestimmen und der Patient braucht nicht 10 Mittel oder mehr auf einmal einzunehmen. Nachteil ist aber auch hier, dass gewisse Substanzen nicht verfügbar und die Kosten relativ hoch sind.

Bildquelle: toonpool.com

Lassen Sie sich beraten, denn nicht alles lässt sich kombinieren. Zudem werden einige Substanzen zur besseren Aufnahme zum Essen, andere ausserhalb der Mahlzeiten eingenommen.

Präparate während der klassisch medizinischen Therapie

Sollten Sie sich trotz der Studienlage für eine Chemo- oder Strahlentherapie entscheiden, dann sollten Sie sich auch überlegen, wie Sie die Schäden minimieren können. Sie sollten wissen, dass Sie viele wichtige Substanzen wegen ihren Wechselwirkungen je nach Chemotherapie nicht einnehmen dürfen, besonders gewisse Antioxidantien. Setzen Sie die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln sicherheitshalber 2 Tage vor bis 2 Tage nach der Therapie aus.

Bei der Radiotherapie ist das Aussetzen auf den Tag der Behandlung beschränkt.

Nachfolgende Substanzen sollten Sie allerdings zwingend auch **während einer Chemotherapie** einsetzen:

- L-Carnitin
- Coenzym Q10
- Vitamin A
- Vitamin D
- Natriumselenit
- Vitamin E (Mischtocopherole)
- Vitamin C (nicht bei allen Therapieformen!)

Wichtig: Eine Seleninfusion unmittelbar vor der Chemoinfusion verhindert, dass sich die Venen zu stark entzünden.

https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2014/daz-13-2014/vitamine-c-und-d-selen-und-carnitin

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Darmsanierung

Ergänzend zu einer Ernährungsumstellung und vor der Einnahme teurer orthomolekularer Substanzen macht eine gezielte Darmsanierung Sinn. Nur ein gesunder Darm kann die wichtigsten verwerten und aufnehmen.

Bildquelle: kfs-medizin.at

Doch wie bereits *Dr. med. Robert M. Bachmann*, Leitender Arzt an der Klinik More in Bad Feilnbach treffend sagte: „Ein kranker Darm verträgt keine gesunde Nahrung“. So muss das Ernährungsprogramm unter Umständen mit Schonkost begonnen werden.

Ein ausgeklügeltes hypoallergenes Ernährungsprogramm, in dem es dem Körper an keinen essenziellen Stoffen mangelt, stellt *Dr. Thomas Rau* in seinem Buch „Chronisch krank? Heile dich selbst!“ vor. Eine darauf aufbauende Darmsanierung können wir uns wie bei einem neu anzulegenden Rasenfeld vorstellen. Es braucht:

Jäten	Ausleiten pathogener Bakterien und Parasiten
Humus	Aufbau der Darmschleimhaut
Saat	Kultivierung der richtigen Darmbakterien
Dünger	Unterhalt und Förderung der gesunden Flora

Zur Entlastung, Reinigung und Entgiftung über den Dickdarm kann begleitend eine **Colon-Hydro-Therapie** (Darmspülung) zweckmässig sein. Mit fein gefiltertem und temperiertem Wasser wird über ein Kunststoffröhrchen eine sanfte Infusion des Darmes vorgenommen. Der Dickdarm wird durch das Wasser von innen massiert und reinigt sich durch die dadurch angeregte Kontraktion auch in seinem umliegenden Gewebe. Viel wichtiger ist allerdings eine ballaststoffreiche Ernährung.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/therapien/darmsanierung/

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Zellgifte vermeiden

Der zweitwichtigste Krebsverursacher ist das Rauchen. Der Zellstress ist enorm und raubt dem Körper sehr viel des lebenswichtigen Vitamin C. Darauf will ich hier gar nicht weiter eingehen. Nur so viel dazu: Ich kenne Ärzte, die Krebspatienten nicht behandeln, solange diese noch rauchen. Das sagt schon alles, oder?

Copyright Mike Luckovich

Übersetzung Bildtext

Arzt: Indem die Steuern für die Zigaretten jetzt um 62 Cent pro Pack aufschlagen, wird Sie das vielleicht endlich davon überzeugen aufzuhören.
Sie haben nämlich Krebs.

Patient: 62 Cent pro Pack?!

Auf die vielfältigen Arten von Zellgiften, welche die Chromosomen (nicht die Gene!) schädigen können, bin ich bereits eingegangen.

Wir können nicht alle kanzerogenen Einflüsse auf unseren Organismus umgehen. Ich denke dabei an die stetige Zunahme von Elektrosmog (auch über Satelliten), Feinstaub (z.B. von Heizungen, Autoabgasen, Kehrrichtverbrennungsanlagen), Giftstoffrückstände im Wasser (z.B. von Industrie, Medikamenten) etc. Siehe auch Kapitel «Krebsursachen».

Umso wichtiger ist es, dass wir dort wo es möglich ist, auf zusätzliche Belastungen verzichten, das heisst, den belastenden Einfluss auf unseren Organismus auf ein Minimum reduzieren und möglichst wenig selbst davon produzieren. Sie erinnern sich an die

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Aufstellung über Zellstress? Das bedingt ein bewusstes Konsumverhalten, ohne dabei in einen Fanatismus zu verfallen. Hier eine Abhandlung über ein sinn-volles Leben:

https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Leben.pdf

Was *Häuptling Seattle* in einer Rede 1854 bereits sagte, lässt sich heute durch die moderne Quantenphysik belegen:

„Lehrt Eure Kinder, was wir unsere Kinder lehren: Die Erde ist unsere Mutter. Was die Erde befällt, befällt auch die Söhne der Erde. Wenn Menschen auf die Erde spucken, bespeien sie sich selbst. Denn das wissen wir, die Erde gehört nicht den Menschen, der Mensch gehört zur Erde – das wissen wir. Alles ist miteinander verbunden, wie das Blut, das eine Familie vereint. Alles ist verbunden."

Bildquelle: de.wikipedia.org

Mind-Body-Medizin

Ein weiterer Faktor, der mitunter zu den Wichtigsten gehört, ist der emotionale Stress. Den Zusammenhang zwischen Stress und Krebs legte unter anderem auch *Dr. med. Waltraud Fryda* nach jahrzehntelanger Forschung wunderbar dar.

Wenn das Stress-System sich aufgrund der ständigen Überreizung erschöpft, stellt der Körper für die Sauerstoffverwertung nicht mehr genügend Adrenalin zur Verfügung. Um überleben zu können, müssen die Zellen auf einen anaeroben Stoffwechsel umschalten. Sie erinnern sich?

Die Medizin bietet zwischenzeitlich eine Betreuung an unter dem Begriff der PsychoOnkologie. Dazu gehören medizinisch anerkannte Methoden, wie zum Beispiel:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

- Entspannungstechniken
- Visualisierungsübungen
- Körperliches Achtsamkeitstraining
- Themenzentrierte Gespräche und Gesprächstherapie
- Partner- und Angehörigengespräche
- Schmerzbewältigungsstrategien

Das Ziel besteht unter anderem in einer Stabilisierung und Verbesserung der psychischen Situation durch neu zu erlernende Strategien, dem Wiederherstellen des Selbstwertgefühls, Verbesserung sozialer Beziehungen und Fördern der Eigenverantwortung.

Das ist durchaus sehr hilfreich, lobens- und empfehlenswert.

Im Folgenden betrachten wir, worauf es ankommt und gehen ebenso auf ein paar Aspekte ein, die in der PsychoOnkologie keinen Platz finden.

Psychosomatische Lösungen

Gemäss *Dr. med. Rüdiger Dahlke* sollten sich Krebspatienten mit ihrem Schicksal auseinandersetzen. Statt sich in kleine Ordnungen zu fügen (Normopathie), ihren Platz in der grossen Ordnung finden (Religio). Dazu gehört es, Abgrenzungen in Frage zu stellen, aus der (vorgegebenen) Reihe zu tanzen, Mut zur eigenen Verwirklichung, zum eigenen Weg schöpfen.

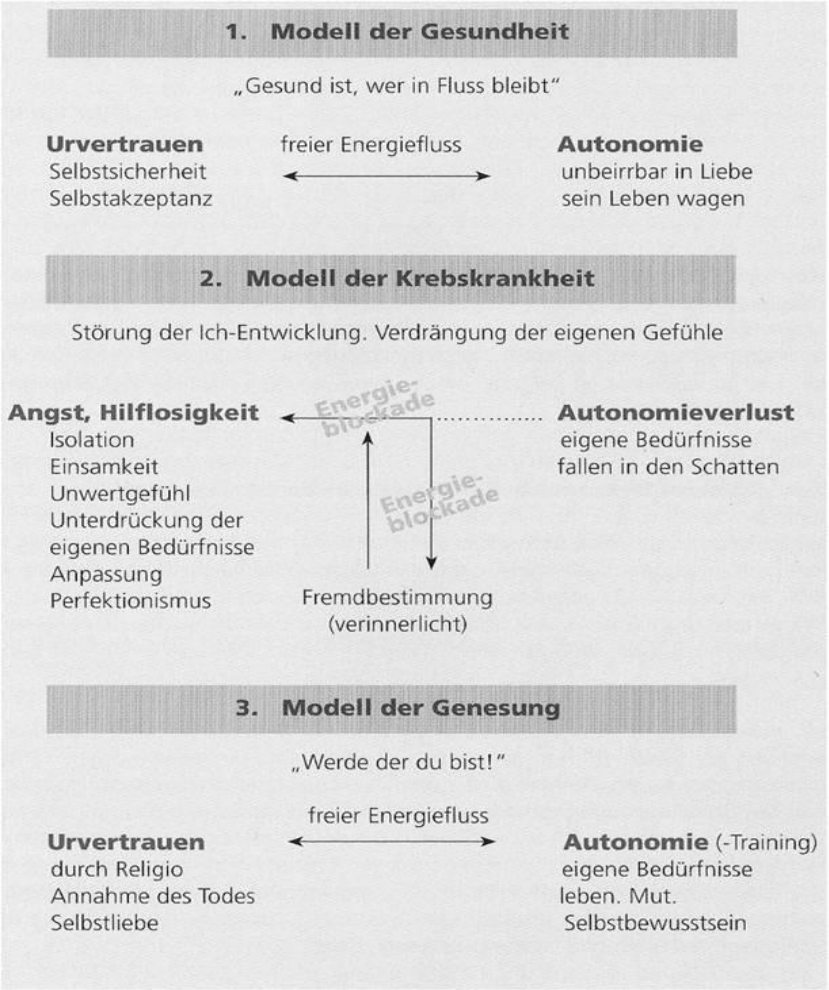
Gerade für sogenannte Krebspersönlichkeiten ist der Weg zur Authentizität und Autonomie eine Herausforderung. Sich abzugrenzen, „Nein“ sagen zu können oder sich für seine eigenen Gefühle und Bedürfnisse einzusetzen ist für sie oft nicht einfach.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die Krebserkrankung stellt ein idealer Zeitpunkt dar, um über sich und das eigene Leben nachzudenken.

„Patienten haben keine Schuld, aber die Verantwortung, Antworten auf ihre Krankheit zu finden.“ *Dr. Rüdiger Dahlke*

Lassen Sie jetzt bitte die nachfolgende Darstellung des *Krebsforum Stuttgart e.V.* auf sich wirken:

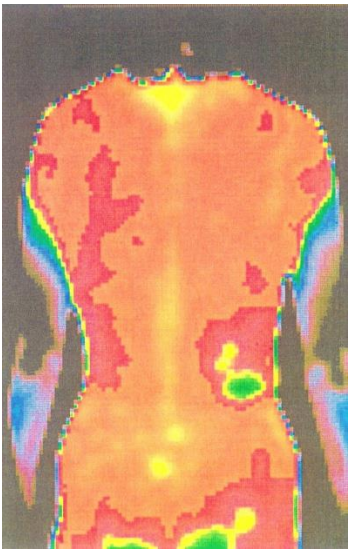


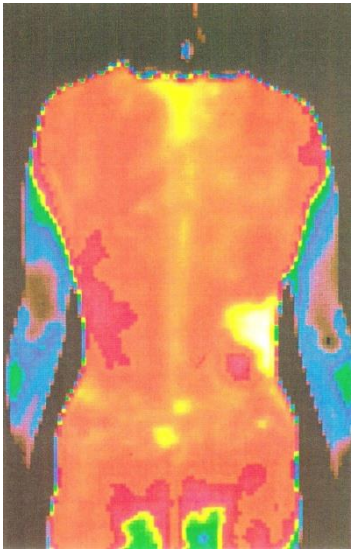
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Neurobiologie nach Dr. Klinghardt

Dr. med. Dietrich Klinghardt spricht in diesem Zusammenhang auch von „ungelösten seelischen Konflikten“ (USK) die zum Teil weit in der Vergangenheit liegen können. Auch er hat eine Methode entwickelt, diese inneren Blockaden rasch zu finden und zu lösen.

In seinem Lehrbuch für Psychokinesiologie, Bauer-Verlag, beschreibt er die Wirkung dieser faszinierenden Therapieform. Interessant ist dabei die Reaktion des Körpers. Nachfolgend eine Thermographie (je kälter desto dunkler). Im linken Bild ist zu erkennen, dass der Bereich der Leber schlecht durchblutet ist. Nach der Lösung des USK (Bild rechts) wird das Gewebe viel besser mit Nährstoffen versorgt und kann auch Giftstoffe besser entsorgen. Bei meinen Patienten war das sogar im Urin nachweisbar.





Neueste Forschungen der Epigenetik zeigen weiter auf, dass psychische Traumata unsere Erbsubstanz durcheinanderbringen. Das frappante dabei ist, dass diese auf nachfolgende Generationen übertragen werden können: https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Trauma.pdf

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Entspannungstherapie

Um mit der belastenden Situation der Krebs-Diagnose besser umgehen zu können, den Körper besser wahr zu nehmen und sich auf die Imaginationstherapie vorzubereiten, können verschiedene Entspannungstechniken beigezogen werden. Hier die bewährtesten und wissenschaftlich erforschten Methoden:

Autogenes Training (AT)

Wie schwer es auch sein mag, ist es doch tröstlich zu wissen, dass wir allein durch unsere Willenskraft unsere Heilung positiv beeinflussen können. Diese medizinische Erkenntnis setzte sich schon vor beinahe 100 Jahren durch, als der Neurologe und Psychiater *Prof. Dr. med. Dr. h.c. Johannes H. Schultz* (1884-1970) das AT entwickelte. Seit über 60 Jahren wird es von Ärzten, Psychotherapeuten und Pädagogen als hervorragendes Mittel zur Vorbeugung psychischer und psychosomatischer Störungen sehr geschätzt. Das AT ist für die Psyche, was Gymnastik für den Körper. Es entspricht auch unserem westlichen Umgang mit der Zeit, weil es in der Lernphase nur dreimal täglich 2-3 Minuten erfordert. Es ist das erste wissenschaftliche Entspannungstraining, das frei von religiösen oder weltanschaulichen Ansichten ist.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Skript_AT.pdf

Im bewährten AT werden Formeln zur Autosuggestion genutzt. Diese werden leise oder im Kopf gesprochen ohne den Körper in diese Richtung beeinflussen zu wollen. Eine Formel wird über so viele Tage trainiert, bis die entsprechende Körperempfindung eintritt. Erst danach wird zur nächsten Formel übergegangen.

1. Die Ruheübung:	Ich bin ganz ruhig
2. Die Schwereübung:	Arme und Beine sind schwer
3. Die Wärmeübung:	Arme und Beine sind (strömend) warm

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

4. Die Atemübung:	Die Atmung ist ruhig und gleichmässig
5. Die Bauchübung:	Das Sonnengeflecht ist strömend warm
6. Die Kopfübung:	Die Stirn ist angenehm kühl
7. Die Herzübung:	Das Herz schlägt ruhig und kräftig

Dann erfolgt das „Zurücknehmen“ mit den Formeln: Arme fest, tief ein- und ausatmen, Augen auf.

Wenn wir diese Formeln aufbauend 2–3mal täglich je 3 min üben, generalisiert sich die Schwereempfindung auf Arme und Beine. Wärmeempfindungen werden zusätzlich angesprochen. Die Anwendung der erlernten Übungen ermöglicht eine raschere Entspannung in jeglichen Stresssituationen. Allerdings empfiehlt sich ein Kurs unter professioneller Anleitung.

Progressive Muskelrelaxation (PMR)

Die PMR wurde an der Universität von Chicago von *Prof. Dr. Edmund Jacobsen* entwickelt, einem Zeitgenossen von J.H. Schultz. In seinen frühen Untersuchungen stellte er fest, dass bei jedem Spannungsgefühl eine Muskelkontraktion beteiligt ist.

In Studien mit zusammen rund 3‘000 Patienten wurden bei 75 % deutliche Symptombesserungen, in 60 % darüber hinaus Verbesserungen der allgemeinen Befindlichkeit festgestellt. Diese waren stabil. Bei Angst- und Spannungszuständen (inklusive damit verbundener körperlicher Beschwerden) ist die spezifische Wirksamkeit der PMR gut belegt.

Prof. Dr. Bruce Lipton, amerikanischer Zellbiologe sagt dazu: „Die Kräfte Ihres Geistes zu nutzen kann viel wirkungsvoller sein als die Medikamente, von denen man ihnen eingeredet hat, dass Sie sie brauchen.“

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Herzkohärenz-Training

Erinnern Sie sich an meine Ausführungen über Stress (Kämpfen, Rennen, Todstellen)? Für unser vegetatives Nervensystem stellt es auch Stress dar, wenn wir nicht in der Gegenwart weilen.

Stellen Sie ich eine Antilope an der Wassertränke vor. Wenn sie gedankenversunken der Vergangenheit nachhängt oder wenn sie darüber grübelt, ob es morgen wohl auch noch Wasser haben wird, hört Sie den Tiger nicht kommen. Nur in der Gegenwart ist sie achtsam und würde den Tiger sehen, hören oder riechen. **Allein im Hier und Jetzt kann unser System befreit von Stress sein!**

Achtsamkeit, Dankbarkeit, bewusste Zuwendung, all das bringt uns in die Gegenwart, entspannt. Essen wir in Hektik, dominiert der Sympathikus, wir haben zu wenig Verdauungssäfte. Das Tischgebet bringt uns in die Gegenwart. Der Parasympathikus balanciert aus, wir können die Lebensmittel richtig verwerten. Auch Achtsamkeitsübungen wie das Barfusslaufen – wenn wir es wirklich bewusst machen – verbessert die Herzratenvariabilität.

Auch folgende Übung hilft Ihnen Einfluss auf das vegetative Nervensystem zu nehmen, indem es nachweislich die HRV verbessert. Die Übungsdauer beträgt pro Durchgang zirka drei Minuten.

<u>Stufe 1</u>
Legen Sie die Hand auf den Brustkorb und spüren Sie, wie er sich beim Ein- und Ausatmen wölbt und wieder senkt – ohne den Atemrhythmus zu beeinflussen, einfach nur wahrnehmen. Wenn Ihnen das gut gelingt, bemerken Sie schon, wie der Atemrhythmus sich verlangsamt. Dann können Sie die nächste Stufe anhängen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Stufe 2

Diese Übung ist etwas abstrakt und verlangt ein gutes Vorstellungsvermögen. Beginnen Sie mit Stufe 1 (zirka eine Minute). Stellen Sie sich jetzt vor, wie Sie mit jedem Wölben und Senken des Brustkorbs durch das Herz ein- und wieder ausatmen. Damit verbessert sich Ihre Herzkohärenz.

Stufe 3

Nehmen Sie vorab einen Stift und ein Blatt Papier. Schreiben Sie nun die Momente in Ihrem Leben auf, in denen Sie sich geborgen, sicher, dankbar, geliebt gefühlt haben. Wählen Sie dann aus dieser Liste eines der Erlebnisse für die Übung aus. Sie beginnen mit Stufe 1 und 2 (zirka 1 Minute). Stellen Sie sich jetzt vor, wie Sie die ausgewählte Erfahrung durch das Herz ein- und wieder ausatmen. Lassen Sie die positiven Gefühle nochmals in Ihnen hochkommen, während Sie jetzt ganz in der Gegenwart ruhen.

Wie beim AT machen Sie diese Übungen lieber mehrmals täglich in kurzen Sequenzen als einmal in längerer Abfolge. Täglich mehrere kleine Dosen wirken auf Dauer intensiver als eine einzige Grossportion. Mit der Zeit brauchen Sie nur tief Auszuatmen und an das Ereignis zu denken, um sich sofort entspannt zu fühlen. Geniessen Sie jetzt die Gegenwart, hier findet das Leben statt!

Achtsamkeitstraining (MBSR)

Diese Entspannungstechnik wurde von *Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn* entwickelt. Auch mit dem Achtsamkeits-Training geht es um das bewusste Leben im Hier und Jetzt. Beobachtungen mittels MRT zeigen auf, wie sich die Gehirnaktivität bei welchen Übungen positiv verändert. Dazu gibt es regionale Kurse.

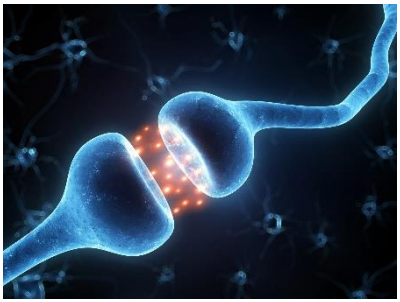
https://www.mindfulness.swiss/kurse/mbsr

Die Psychologin *Dr. Britta Hölzel* hat dazu einen Online-Kurs zusammengestellt. Dabei lernen Sie auch den Umgang mit Schmerz. Gerne dürfen Sie bei uns einen Gutscheincode anfordern.

https://iam-onlinetraining.de/

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Entspannungstechniken mit Soforteffekt



Als «mentale Notbremse» dient Ihnen die Frage: „Ist mein Leben in diesem Moment akut bedroht?“ Wenn dies – wie meistens – nicht der Fall ist, können Sie entspannt ausatmen, loslassen, sich dankbar auf etwas Schönes ausrichten und dazu ein paar Minuten lächeln.

Auch in der folgenden Technik geht es darum, den überschiessenden Sympathikus rasch zu beruhigen. Beobachten Sie dazu Ihren Atem, ohne diese zu beeinflussen. Nehmen Sie dabei wahr, wie weit sich die Lunge dabei ausdehnt. Beim nächsten Atemzug füllen Sie Ihre Lunge nur noch mit 50-60 Prozent dieses Volumens und halten die Luft an. Solange bis von selbst der Impuls zum Weiteratmen kommt. Dabei spielt keine Rolle, ob Sie als nächsten ein- oder ausatmen.

Denkmuster verändern / Imaginationstherapie / Glauben stärken

Für viele Menschen ist Krebs ein vom Schicksal wichtiger Hinweis, um über sein Leben nachzudenken und vielleicht das eine oder andere zu ändern. Diese Veränderung beginnt aber im Kopf. Die Vorstellungskraft, der Glaube ist ein zentrales Element auf dem Weg zur Genesung.

http://www.faz.net/aktuell/wissen/medizin/psychologie-ich-werde-schaden-1858100.html

Genauso wie durch den richtigen Glauben die Heilungsprozesse gefördert werden (Placebo), genau so können sie auch gehemmt werden (Nocebo). Solange zum Beispiel die Diagnose „Krebs“ mit der Vorstellung von Leiden und Tod verbunden ist, so lange können die besten Therapien nicht optimal greifen. Nachfolgender Artikel aus dem *Magazin News* vom 23.6.2009 deutet das an:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Krebsdiagnose macht krank

Sowohl die mentale wie auch die physische Gesundheit leiden zusätzlich

Krank und kränker: *Als ob Krebs allein nicht genug wär.* Foto: Key

BETHESDA (USA). Bei einigen Krebsarten zeigt sich nach Diagnosestellung eine deutliche Verschlechterung der Gesundheit. Bei Patienten mit Prostata-, Darm- und Lungenkrebs leidet durch die Diagnose zudem die mentale Gesundheit.

Ob das direkt auf die Diagnose oder auf die Symptome zurückzuführen ist, konnten die Forscher des amerikanischen National Cancer Institute nach Befragung von über 1400 Krebspatienten nicht feststellen.

Eine andere Studie zeigte jedoch klar, dass bei Prostatakrebs vorwiegend die Therapie zu körperlichen Störungen führt. Das sollten die Ärzte bei Therapievorschlägen berücksichtigen.

Ist es uns möglich, unseren Körper und unser seelisches Befinden in einen inneren Frieden zu versetzen, können wir unser Immunsystem sehr gut mit **Gebeten** und **mentalen Techniken** der Visualisierung bei der Heilung von Tumoren unterstützen. In einem Gefühl der Liebe stellen sich die Patienten spielerisch und kindlich vor, wie das Immunsystem erfolgreich zwischen Feind und Freund unterscheiden kann, wie es die Harmonie im Körper wiederherstellt, wie die Zellen voller Zuneigung und Kraft Hand in Hand arbeiten. Durch Ihre Lebensumstellung braucht der Körper die Krebsknäuel nicht mehr und sie bilden sich zurück.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

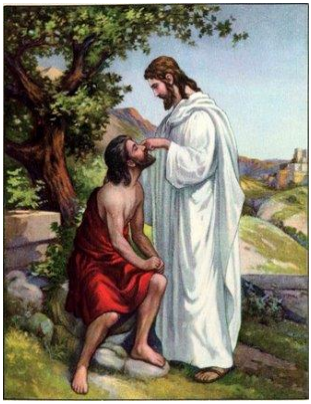
Das bedeutet aber auch, ehrlich mit sich selbst zu sein. Seine eigenen Anliegen nicht anderen Menschen hintenanzustellen. Sich für seine eigenen Bedürfnisse und für sich selbst einzusetzen.

„Krebs ist eine Krankheit der Liebe – zu sich selbst."
Dr. med. O. Carl Simonton

http://www.curado.de/gelenkte-imagination-visualisierung-krebs-6036/

„Lebensqualität hängt nicht davon ab, wie viele positive Dinge uns im Leben widerfahren; sie hängt davon ab, was wir tun, wenn uns negative Dinge widerfahren." *Dr. med. Madan Kataria*

Was heute über unterschiedliche Studien bestätigt wird, kann bereits in der Bibel nachgelesen werden. Unzählige Heilsberichte zeigen auf, wie entscheidend der Glaube ist:



Bildquelle: vitajesu.wordpress.com

„Und sie riefen den Blinden und sprachen zu ihm: Sei getrost! Stehe auf, er ruft dich! Und er warf sein Kleid von sich, stand auf und kam zu Jesu. Und Jesus antwortete und sprach zu ihm: Was willst du, dass ich dir tun soll? Der Blinde sprach zu ihm: Rabbuni, dass ich sehend werde. Jesus aber sprach zu ihm: Gehe hin*; dein Glaube hat dir geholfen.* Und alsbald ward er sehend und folgte ihm nach auf dem Wege."

Markus 10 – 49-52

„Da er noch redete, kam einer vom Gesinde des Obersten der Schule und sprach zu ihm: Deine Tochter ist gestorben; bemühe den Meister nicht. Da aber Jesus das hörte, antwortete er ihm und sprach: Fürchte dich nicht, *glaube nur, so wird sie gesund!"*

Lukas 8 – 49/50

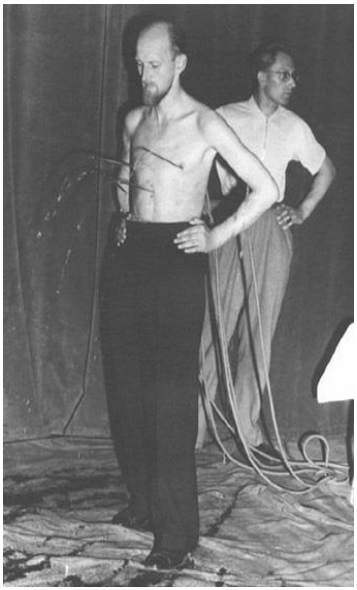
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

„Und da Jesus von da weiterging, folgten ihm zwei Blinde nach, die schrieen und sprachen: Ach, du Sohn Davids, erbarme dich unser! Und da er heimkam, traten die Blinden zu ihm. Und Jesus sprach zu ihnen: Glaubt ihr, dass ich euch solches tun kann? Da sprachen sie zu ihm: Herr, ja. Da rührte er ihre Augen an und sprach: *Euch geschehe nach eurem Glauben.* Und ihre Augen wurden geöffnet."

Matthäus 9 – 27-30

Woran glauben Sie?!

Als herausragendes Beispiel sei hier die Unverletzlichkeit des Holländers *Mirin Dajo* (1912 - 1948) erwähnt. Der Mann war ein Phänomen. Vor Publikum liess er seinen Oberkörper mit einem spitzen Florett durchstechen. Ohne mit der Wimper zu zucken. Ohne Schmerzen zu verspüren. Ohne dass ein Tropfen Blut floss. Von hinten – von vorne – von der Seite – durch alle Organe – immer und immer wieder. Seine Auftritte stellten die Mediziner seiner Zeit vor unlösbare Rätsel.



Durchstechung im Basler Bürgerspital am 15.09.1947

Mirin Dajo sagte über sich: „Zu Beginn meiner Entwicklung zur Immunität, als ich mich deren noch nicht wirklich bewusst war, hatte ich immer den Mut gehabt, alles zu tun. Aber da wurde mir bewusst, was ich tat. Und da bekam ich Angst und hatte den Mut nicht, durch mein Herz stossen zu lassen, wohl aber durch den Körper. … Und da kamen die Ärzte und sagten: ‚Aber, junger Mann, das ist doch sehr gefährlich.' Und ich hatte den Mut nicht mehr und musste das Selbstvertrauen zuerst wieder zurückgewinnen.

https://www.youtube.com/watch?v=uwRj4-CdpcA

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Schliesslich ist aber doch das Bewusstsein durchgedrungen, dass ich ganz unverletzlich bin. Als ich zum Beispiel zum ersten Mal mit heissem Wasser übergossen wurde, da hatte ich ein wenig Angst. Und ich lief hin und her und ich wusste nicht, ob es gut ablaufen würde. Und da sagte ich: ‚Ich bin doch unverletzlich. Und ich werde nicht verletzt, wenn man Wasser von 100 Grad Celsius über mich schüttet. Die Geisteskraft siegt über den Körper.' Und so war es."

Mit **Ihrem Glauben** stehen oder fallen zahlreiche Therapien. Es gibt Untersuchungen von fiktiv durchgeführten Operationen bei Kniearthrose, die wirksamer waren, als bei tatsächlich Operierten.

Wird einer Placebogruppe gesagt, sie hätte das echte Schmerzmittel und der Gruppe mit dem echten Schmerzmittel, sie hätten das Placebo, dann wirkt das Placebo besser, als das echte Arzneimittel.

Nicht umsonst heisst es, der Glaube kann Berge versetzen. Der Glaube kann aber auch körperliche Prozesse verändern. Er nimmt entscheidend Einfluss auf den Verlauf einer Krankheit.

Aus Erfahrung kann ich sagen, dass bei Patienten, die resigniert haben und keine Hoffnung mehr zeigen, auch die wirkungsvollste Therapie kaum noch Früchte trägt. Wenn jemand glaubt sterben zu müssen, kann ihn niemand daran hindern.

Deshalb nochmals meine Frage: Woran glauben Sie?!

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Was bedeutet Krebs für Sie selbst? Schmerz und Tod? Oder eine Herausforderung zum Umdenken? Können Sie sich vorstellen, dass ein freudvolles Leben mit oder ohne Krebs möglich ist?

Geben Sie Ihrer Krankheit keinen Grund, hier zu sein. Wenn ich im Bus sitze oder gemütlich in einem Restaurant einen Tee trinke, was ist das Gesprächsthema Nr. 1 bei den Menschen, die vor und hinter mir sitzen? Ihre Krankheit! Manchmal habe ich das Gefühl, diese Leute würden ohne ihre Krankheit in eine grosse Leere fallen, hätten nichts mehr, worüber sie sich austauschen könnten.

Wenn wir davon ausgehen, dass auch Gedanken eine Form von Energie sind, was hat das für einen Einfluss, wenn die ganze Umgebung denkt, wie schlecht es der betreffenden Person geht?

Also: Teilen Sie Ihre Diagnose nur mit den Menschen, die Sie auf Ihrem Weg aktiv begleiten – Ärzte, Therapeuten, engste Familienmitglieder, Gebetskreis. Mit Anderen sprechen Sie erst darüber, wenn Sie wieder gesund sind.

Studieren Sie keine negativen Krankengeschichten. **Lesen Sie Mitteilungen und Berichte von Menschen, die es geschafft haben.** Beschäftigen Sie sich mit Wunderheilungen. Richten Sie Ihre Gedanken auf Wunder aus. Freuen Sie sich mit anderen!

Fangen Sie jetzt gleich damit an. Hier der Bericht von *Luigi Ceddia* «Vom Krebs geheilt»:

Teil 1: http://www.youtube.com/watch?v=9bBxtQN8loQ
Teil 2: http://www.youtube.com/watch?v=1FPOOL8WSDk&feature=relmfu

Weitere Berichte: https://www.youtube.com/watch?v=slC6MjxrWaM

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Kunsttherapie

Auch künstlerische Therapien wie Malen, Plastizieren, Sprache, Eurhythmie und Musik können den Menschen wieder in sein Gleichgewicht, seine Mitte bringen, die Heilung begünstigen oder gar auslösen. Hier wird bewusst das Seelenheil gefördert.

Verlangen Sie von Ihrem Arzt eine entsprechende Überweisung. Einiges kann über die Grundversicherung abgerechnet werden.

https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/leben-mit-krebs/kuenstlerische-therapien-in-der-krebsbehandlung.html

Musiktherapie

In einer Meta-Studie konnte nachgewiesen werden, dass Musik bei Krebspatienten hilft, Ängste abzubauen und Schmerzen zu lindern. Puls und Blutdruck sind tiefer und die Stimmung und Lebensqualität besser. In vielen Kliniken nimmt diese Therapieform im Rahmen der psycho-onkologischen Begleitung einen wichtigen Platz ein.

Bildquelle: krebs-forum-lazarus.ch

https://www.cochrane.org/de/CD006911/inwiefern-hat-musiktherapie-einen-nutzen-fur-krebspatienten

Singen

Musik – gehört oder selbst gemacht – hilft aber nicht nur Stress abzubauen und die seelische Balance zu finden. **Singen** stabilisiert nachweislich das hormonelle System. Bereits nach 15 Minuten lassen sich im Blut höhere Werte von Endorphinen, Melatonin, Oxytocin, DHEA und Immunglobulin A, das in der Immunbalance eine wichtige Rolle spielt, nachweisen.

http://www.nwzonline.de/kultur/weser-ems/gemeinsames-singen-gegen-den-krebs_a_1,0,504376852.html

Also: Singen Sie täglich, was das Zeug hält!

https://www.youtube.com/watch?v=pJW-dTuMvQM

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Schon die Bibel weist uns an, viel zu Singen. Nicht Trübsal blasen ist Gott gefällig. Er möchte, dass wir Freude haben, lieben und glücklich sind.

„Es sollen jubeln die Frommen in Herrlichkeit, jauchzen auf ihren Lagern.“ *Psalm 149.5*

„…werdet mit dem Geiste erfüllt, redend zueinander in Psalmen und Lobliedern und geistlichen Liedern, singend und spielend dem Herrn in eurem Herzen, danksagend allezeit für alles dem Gott und Vater im Namen unseres Herrn Jesus Christus.“
Epheser 5.19-10

Maltherapie / Gestalttherapie

In der Maltherapie geht es – ähnlich wie auch in der Gestalttherapie – nicht um das Erschaffen eines Werkes. Hier sollen innere Gefühle Ausdruck finden. Das Unterbewusstsein arbeitet mit Bildern. Auf diesem Weg der inneren Kommunikation können neue Heilimpulse entstehen. Die Erfahrung des künstlerischen Schaffens unterstützt die Krankheitsbewältigung und fördert die Lebensqualität.

Bildquelle: helios-kliniken.de

https://www.onkosupport.de/asors/content/e4126/e1743/e1802/e2088/e1805/ifo0404_63_F30.pdf

Der Tod ist unausweichlich

Befürchten Sie zu sterben? Dann muss ich Ihnen Recht geben. Sie werden sterben. Jeder von uns. Wie und wann, das bleibt Gottes Geheimnis. Kein Arzt und kein Wunderheiler kann das Determinierte ändern. Viele Menschen haben Angst vor dem Tod. Doch Angst ist nicht nur ein starker Magnet für das, wovor wir Angst haben. Wieso das Leben mit Angst vor etwas verbringen, das unabwendbar ist?

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die grössten Ängste sind oft die vor dem Unbekannten. Ist uns etwas vertraut, können wir uns viel besser darauf einlassen. Wenn Sie noch heute Abend Ihren Körper verlassen müssten, hätten Sie alles Wichtige geklärt? Den Menschen vergeben, die Ihnen Unrecht getan haben? Sich selbst vergeben? Könnten Sie sagen: Mein Leben war ok, so wie es war?

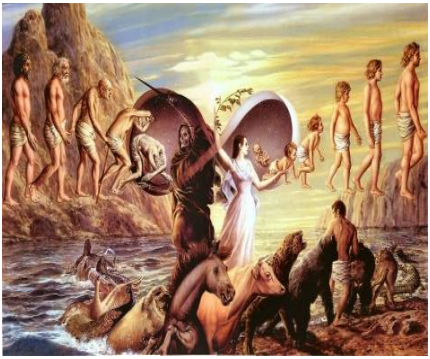
Wenn nicht, dann holen Sie das nach. Setzen Sie sich mit dem Tod auseinander. Nicht aus Angst, sondern aus Neugierde. Was passiert mit Ihrem Bewusstsein, wenn Ihr Körper nicht mehr da ist?

Die Wissenschaft nähert sich diesem Thema mit Ihrer Nahtodforschung. Sie kann heute vieles bestätigen, was bisher Glaubenssache war. Erinnern Sie sich an die Aussage von Max Planck?

Aus der Medizin wissen wir, dass das Bewusstsein selbst bei als Tod erklärten Menschen noch existiert. Auf dem OP-Tisch liegend beschreiben manche Toten, wie sie die Situation „von Aussen" (ausserhalb der Körpers) beobachten, sehen wer was für Schuhe trägt, hören was die Chirurgen sagen. Nach der Wiederbelebung bestätigen die Ärzte verblüfft die Wahrnehmungen der Patienten. Für viele ist das ein Wendepunkt in ihrem Leben.

Dazu der Herzchirurg Dr. Lloyd Rudy: https://www.youtube.com/watch?v=RggSa2AQNow

Auch gemäss der Bibel geht der Geist nach dem Tod zurück zu Gott.



Die christliche Mystik bietet wunderbare Hilfestellungen bei der Frage nach dem Tod. Auch das kürzlich erschienene Buch von *Rudolf Passian*, „Der verhängnisvollste Irrtum unserer Zeit: Nach dem Tod ist es nicht aus und vorbei – im Gegenteil", geht auf dieses Thema ein:

http://www.youtube.com/watch?v=i7Gepna3eQo

de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Besessenheit & Heilung

Wir haben uns bisher mit allerlei belastenden Situationen befasst. Etwas, was nur für wenige Menschen greifbar ist, habe ich noch nicht erwähnt. Den Einfluss von Geistern auf unseren Körper.

„…und ein Geist zog vor meinem Angesicht vorüber, das Haar meines Leibes starrte empor.“ *Hiob 4.15*

Im Laufe meines Lebens durfte ich mit verschiedenen hellsichtigen Menschen zusammenarbeiten. Was sie sehen, deckt sich mit meinen Tests des vegetativen Nervensystems (VNS). Hat sich ein (unreiner oder böser) Geist an einen Menschen gehaftet, so beeinflusst dies massiv sein Wesen. Er hat andere Empfindungen, Interessen, Suchttendenzen oder gar körperliche Beschwerden. Wenn eine solche „Besetzung“ vorhanden ist, sind die energetischen Tests, wie auch der des VNS, nicht mehr reproduzierbar und damit nicht mehr aussagekräftig. Wenn das jemand nicht berücksichtigt, kann das fatale Folgen auf die Therapie haben. Es werden zum Beispiel die falschen Mittel empfohlen.

Manchmal stellen wir nach Spitalaufenthalten eine solche Belastung fest. Narkotika schwächen den Menschen ebenso wie Drogen, Rauchen, Alkoholabusus, einige Medikamente (zum Beispiel Benzodiazepine) und gewisse esoterische oder schamanische Praktiken. Die Seele ist dann nicht mehr stark genug, den Körper vollständig auszufüllen. Es gibt Platz für etwas Fremdes. Eine interessante Beobachtung konnten wir machen:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Wer das Licht von Jesus Christus bewusst in sich trägt, ist gut geschützt. Gott ist Liebe, seine Schöpfung unermesslich. Vertrauen wir auf seine Weisheit und seine Allmacht, uns den Weg ins Heil zu zeigen.

Hängengebliebene Geister können uns beeinflussen. Um das zu vertiefen, habe ich dazu extra eine Website kreiert:

https://befreit.net

Homöopathie

Diese Therapieform ist bei einer Erkrankung wie Krebs nicht zu vernachlässigen. Kann sie doch auf einer übergeordneten Ebene eingreifen und den Menschen in seinen geistig-seelischen Prozessen unterstützen. Eine Heilung kann damit erheblich beschleunigt werden. Für eine entsprechende konstitutionelle Behandlung ist die Konsultation bei einem dafür ausgebildeten Arzt oder Therapeuten notwendig.

Nachfolgend ein paar Mittel, die gemäss Heilpraktiker und Autor *Mario Frassen* in der Homöopathie häufig angewendet werden:

„Die hier ausgewählten homöopathischen Mittel beziehen sich lediglich auf das Krebsgeschehen. Eine konstitutionsbezogene Therapieempfehlung kann in diesem Rahmen nicht geleistet werden und bleibt dem ernsthaften Homöopathen vorbehalten.

Es muss darauf hingewiesen werden, dass ein einzelnes Mittel, das nicht in einem Gesamtkonzept steht, keine Wirkung hat.

Arsenicum album D3-D6 und Arsen jodatum D3-D4
Ausgesprochene Krebskachexie, dabei Durst; Brennschmerz; schlimmer nachts; blutende und jauchende Geschwüre; scharfe Sekrete. Kommt bei allen Krebsformen zur Anwendung; Wirkung am deutlichsten bei Haut und Magenkarzinom.

Argentum nitricum D4-D3
Bei allen Schleimhautkrebsen; bei Magen-, Darm-, Gebärmutter- und Kehlkopfkrebs. Neigung zu Blutungen; warzenartige Granulation; tiefe Geschwüre mit harten Rändern. Splitterschmerzen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hydrastis canadensis D3
Langsam sich entwickelnde Blutdyskrasien; langwierige Schleimhautkatarrhe mit Neigung zur Ulzeration und Blutungen; Magen- und Leberstörungen und Schwäche, Abmagerung. Soll zum Einsatz kommen bei Karzinom der Nase, des Magens, der Zunge, Lippen und Uterus.

Carbo animalis D6 und Carbo vegetabile D6-D30
Krebskachexie, besonders bei alten Leuten mit venösen Stauungen, Schwäche und Hinfälligkeit; harte Drüsen; Geschwüre mit stinkendem Sekreten, reaktionslos, zur Blutung neigend. Brennschmerz. Haut-, Brust-, und Magenkrebs.

Kreosotum D3-D6
Blutzersetzung und langsam fortschreitende Kachexie; Geschwüre mit stinkendem Sekret; Blutungen; besonders Erbrechen; Brennschmerzen; Jucken. Magen und Uterusleiden stehen im Vordergrund.

Phosphorus D30-D6
Innere nervöse Störungen und grosse nervöse Reizbarkeit und Schwäche. Schwammige, leicht blutende Geschwüre. Durchfälle; Knochenleiden und besonders Magenleiden.

Chelidonium D1-D30
Leber-, Magen-, Zungen-, und Hautkrebs. Bei letzterem auch den Saft der frischen Pflanze auf der Haut zerreiben.

Natrium choleinicum D3-D4
Krebs der Verdauungsorgane; gutes Cholagogon; dient zur Bekämpfung der Azidose und Regelung des Stuhlgangs.

Thuja occidentalis D3-D30
Zu Flechten und Warzen neigende Konstitution. Hautkrebs; Polypen. Ein Mittel das immer versucht werden soll!

Lycopodium D30-D200
Langsam, aber sehr tiefwirkend. Darm und Lippenkrebs. Bei geringer Cholinesterase zu versuchen.

Scirrhinum D30
Harter Krebs, besonders der Brust

Phytolacca D1-D3
Bei Brustkrebs, vor allem nach Mastitis. Konstitutionell vom Rachen ausgehende Erkrankungen. Ein Mittel das immer versucht werden soll!

Okoubaka Ø - D2
Autointoxikation über den Darm oder durch den Tumor."

Was in letzter Zeit von sich Reden gemacht hat sind die Banerji-Protokolle. Eine indische Familie hat die Homöopathie für Krebserkrankungen standardisiert. Weltweit existieren bereits tausende von Behandlungenprotokollen mit beachtlicher Erfolgsquote.

http://www.banerjiprotokolle.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Zahnsanierung / Störherde beseitigen

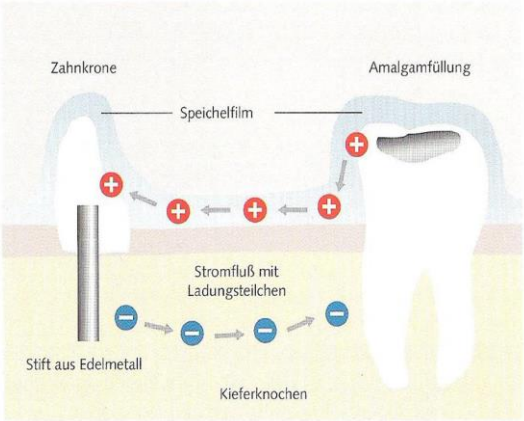
Blockaden können nicht nur durch seelische Belastungen oder Giftstoffe entstehen. Erfahrungen zeigen, dass der Zahnstatus eine wichtige Rolle in einem ganzheitlichen Behandlungskonzept darstellt. Sehr häufig findet sich eine primäre Störung im Gebiss, die über den Blutwert RANTES und ein sogenanntes Panoramabild (OPT) von Spezialisten erkannt werden kann.

Dazu *Dr. med. Thomas Rau*: „Sehr viele Fälle haben gezeigt, dass Krebs erst nach der Sanierung von Störherden zum Stillstand gebracht werden konnte. Eine Untersuchung von über 100 Brustkrebspatientinnen hat gezeigt, dass diese überdurchschnittlich (97%) an Störherden der „Brustzähne“ litten.“ Mit den Brustzähnen ist die Verbindung zum Magen-Meridian gemeint, der genau über die Brust führt.

Aber auch die galvanischen (elektrischen) Ströme, die durch unterschiedliche Metalle im Mundbereich entstehen können, stellen ein Problem dar. Ob eine **Zahnsanierung** notwendig ist, kann von einem ganzheitlich arbeitenden Zahnarzt beurteilt werden. Hier ein Adressverzeichnis:

http://www.sgzm.ch/Adressen/adressen-z.php

Unterschiedliche Metalle im Zahnbereich verursachen einen andauernden schwachen Stromfluß in Speichel und Kieferknochen. Er setzt giftiges Quecksilber aus Amalgam-Plomben frei und greift den Kieferknochen an.



Bildquelle: „Krebs – natürlich mitbehandeln“, GU-Verlag

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Als Fernwirkung können sich Veränderungen im reflektorisch verknüpften Gewebe zeigen.

Wechselbeziehungen zwischen Zähnen und Organen beim Menschen

SINNESORGANE	Innenohr	Kieferhöhle	Siebbeinzellen	Auge	Stirnhöhle																		Innenohr
GELENKE	Schulter Ellbogen	Kiefer	Schulter - Ellbogen		Stirnhöhle				Knie hinten				Auge	Siebbeinzellen			Kieferhöhle						Schulter Ellbogen
	Hand ulnar Fuss plantar Zehen	Knie vorn	Hand radial Fuss Grosse Zehe	Hüfte	Kreuzteissbein				Kreuzteissbein				Hüfte	Hand radial Fuss Grosse Zehe			Kiefer						Hand ulnar Fuss plantar Zehen
					Fuss				Fuss														
ORGANE	Herz rechts	Bauchspeicheldüse	Lunge rechts	Leber rechts	Niere rechts				Niere links				Leber links	Lunge links			Milz						Herz links
	Zwölffingerdarm	Magen rechts	Dickdarm rechts	Gallenblase	Blase rechts urogenitales Gebiet				Blase links urogenitales Gebiet				Gallengänge links	Dickdarm links			Magen links						Jejunum Ileum links
ENDOKRINE DRÜSEN	Hypophysen-Vorderlappen	Nebenschilddüse	Schilddüse	Hypophysen-Hinterlappen	Epiphyse				Epiphyse				Hypophysen-Hinterlappen	Thymus			Schilddüse	Nebenschilddüse					Hypophysen-Vorderlappen
	Zentrales Nervensystem Psyche	Weibliche Brustdüse rechts			Rechte Seite				Linke Seite								Weibliche Brustdüse links						Zentrales Nervensystem Psyche
OBERKIEFER	18	17	16	15	14	13	12	11	21	22	23	24	25	26	27	28							
UNTERKIEFER	48	47	46	45	44	43	42	41	31	32	33	34	35	36	37	38							
	Energiehaushalt			Weibliche Brustdüse rechts								Weibliche Brustdüse links					Energiehaushalt						
ENDOKRINE DER GEWEBSSYSTEME	periphere Nerven	Arterien	Venen	Lymphgefässe	Keimdrüse		Nebenniere		Nebenniere		Keimdrüse		Lymphgefässe	Venen	Arterien	periphere Nerven							
ORGANE	Ileum rechts	Dickdarm rechts		Magen rechts Magenausgang	Gallenblase		Blase rechts urogenitales Gebiet		Blase links urogenitales Gebiet		Gallengänge links	Magen links		Dickdarm links		Jejunum Ileum links							
	Gebiet im Bereich des Dünndarms																						
	Herz rechts	Lunge rechts		Bauchspeicheldüse	Leber rechts		Niere rechts		Niere links		Leber links		Milz	Lunge links		Herz links							
GELENKE	Schulter - Ellbogen			Knie vorn	Knie hinten				Knie hinten			Knie vorn		Schulter - Ellbogen									
	Hand ulnar Fuss plantar Zehen	Hand radial Fuss Grosse Zehe		Kiefer	Hüfte	Kreuzteissbein			Kreuzteissbein		Hüfte		Kiefer	Hand radial Fuss Grosse Zehe		Hand ulnar Fuss plantar Zehen							
					Fuss				Fuss														
SINNESORGANE	Ohr	Siebbeinzellen	Kieferhöhle	Auge	Stirnhöhle				Stirnhöhle		Auge	Kieferhöhle		Siebbeinzellen		Ohr							

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Narbenentstörung

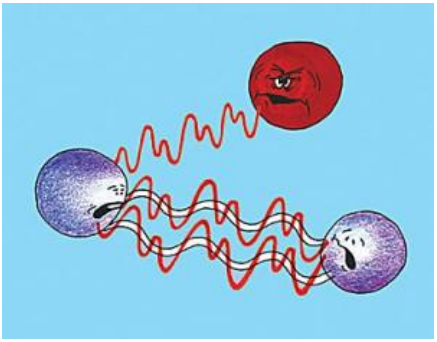
In der chinesischen Medizin mit ihrer Meridianlehre sind solche Blockaden längst bekannt und werden bei uns oft auch als «Focus» bezeichnet. Nebst Störungen im Zahn-/Kieferbereich (Granulome, Zysten etc) können auch Narben, Piercings, Tattoos oder anderes den Energiefluss im Körper erheblich stören.

Denken Sie dabei nur an die enorme Narbenbildung, die bei einem Kaiserschnitt entsteht. Es kann aber auch sein, dass grosse Narben kaum einen Störfaktor darstellen, allerdings eine kleine Impfnarbe direkt auf einem Meridian gelegen schon. Die Regulationsmedizin gibt hier Hinweise, was behandlungsbedürftig ist uns was nicht.

Eine Narbe kann über verschiedene Methoden entstört werden. Zum Einsatz kommen häufig Half-Laser, ätherische Öle in Kombination mit Akupunktmassage oder Schröpfen, reflexologische Behandlungen, Kristalle, Stimmgabeln, Akupunktur oder Neuraltherapie. Letztere darf in der Schweiz nur von einem Arzt ausgeführt werden und eignet sich ideal auch für die Behandlung innerer Narben, wie zum Beispiel nach einer Mandeloperation.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/therapien/neuraltherapie

Informationstherapie mit Bioresonanz

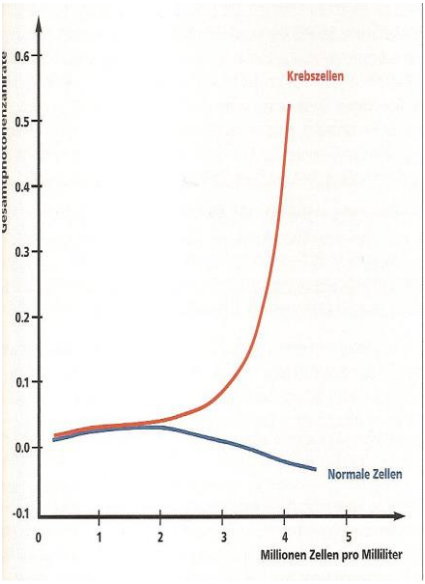


Bildquelle: naturheilpraxis-karlsruhe.de

Auch die Bioresonanz-Therapie kann helfen, Blockaden zu lösen, zum Beispiel solche, die durch Impfstoffe verursacht wurden. Ihr ist es aber auch möglich, Krebszellen direkt anzusprechen. Diese besitzen ein anderes Schwingungsmuster (Frequenz) als gesunde Zellen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Dr. Siegfried Kiontke schreibt dazu: „Krankheit bedeutet, neben den damit verbundenen Gewebeveränderungen, Stoffwechselstörungen oder subjektiven Beschwerden, immer eine Störung im Informationsaustausch der Körperzellen untereinander. Diese Informationsstörungen gehen der eigentlichen Krankheit sogar weit voraus.“



Bildquelle:
„Physik biologischer Systeme“, Vitatec

Er spricht von einer Disharmonie des Schwingungsmusters einzelner Zellen, Zellverbände, Körperorgane oder Organe. Krebszellen schaffen es nicht mehr, sich mit den übrigen Zellen zu synchronisieren Ihre Kommunikation ist gestört. Hier setzt die Bioresonanz-Therapie an.

Gemäss einigen Therapeuten soll es mit dieser Behandlung sogar möglich sein, die Apoptose der Krebszellen anzuregen, wodurch diese absterben.

Bitte beachten Sie, dass es dadurch möglich ist, dass die Tumormarker nach einer Behandlung ansteigen, was von behandelnden Onkologen oft falsch als Zunahme der Tumormasse gedeutet wird.

Ferner dient die Bioresonanz-Therapie dazu, den Organismus auf einer feinstofflichen Ebene gezielt zu entgiften, wodurch Nebenwirkungen von Chemotherapien gemildert werden und homöopathische Mittel ihre Wirkung besser entfalten können. Das Immunsystem wird gestärkt und erkennt die Krebszellen besser.

https://www.regumed.ch/bioresonanz/grundlagen-information-zur-bioresonanz-therapie

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Heilpflanzen nutzen

In Gottes Schöpfung gibt es äusserst potente Pflanzen, die gar in der Lage sind, Krebs zu verhindern, bzw. zu heilen. Auf ein paar davon werde ich im Folgenden eingehen. Die Wirksamkeit ist allerdings von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich. **Das** Allheilmittel gibt es nicht. Neuste Diagnoseverfahren ermöglichen es, herauszufinden, welche Mittel bei welchem Menschen den besten Nutzen zeigen. Siehe auch Kapitel «Chemosensitivitätstest».

Die Wirksamkeit der Heilpflanzen ist nicht zu unterschätzen. So gibt es Extrakte, die gar in der Lage sind, die Wirkung einer Chemotherapie massiv einzuschränken. Im schlimmsten Fall heisst das: Keine Wirkung trotz tödlicher Chemie. Aus diesem Grund ist es wichtig, naturheilkundliche Therapien auf eine medizinische Behandlung abzustimmen oder während einer Chemo-, bzw. Strahlentherapie ganz darauf zu verzichten.

Hier finden Sie die aktuellen Forschungsergebnisse (in englischer Sprache) über die Wechselwirkung von Heilpflanzen.

https://www.mskcc.org/cancer-care/diagnosis-treatment/symptom-management/integrative-medicine/herbs/search

Mistel

Bildquelle: de.wikipedia.org

Eine auch in der onkologischen Medizin anerkannte Heilpflanze zur natürlichen Krebstherapie ist die Mistel Viscum album. Selten wurde eine Pflanze durch derart viele Studien, speziell seitens der anthroposophischen Medizin, so gut erforscht. Der Spezialist für Peritonealkarzinosen, *Dr. med. Herwart Müller*, schreibt dazu:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

„Der Mistelextrakt greift in die pathologischen Prozesse des Tumors ein, indem er durch eine selektive zelltoxische Wirkung die Tumorzellen direkt angreifen kann, ohne gesundes Gewebe zu schädigen. Darüber hinaus bewirkt die Verstärkung der entzündlichen Tumorabwehrvorgänge eine Immunmodulation und -stimulation.

Die Selbstheilungskräfte, die zum Beispiel bei einer Chemotherapie zusätzlich geschwächt sind, können so aktiviert werden. In jahrzehntelanger klinischer Erfahrung konnten viele Ärzte bei ihren Patienten u.a. eine Besserung des Allgemeinbefindens, Verbesserung von Appetit und Schlaf, Aufhellung der depressiven Stimmungslage und eine Verbesserung der Lebensqualität feststellen.“

Es gibt viele unterschiedliche Mistelpräparate. Dabei wird darauf geachtet, auf welcher Baumart die Pflanze wächst. Manchmal wird ein Mittel mit einer homöopathischen Dosis Metall ergänzt. Die optimale Mittelwahl geschieht über das anthroposophische Menschenbild. Doch es ist auch möglich, über eine Laboranalyse zu klären, welches Präparat den besten Nutzen auf die natürlichen Killerzellen hat. Siehe auch Kapitel «NK-Zellfunktionstest».

Eine weitere Beobachtung ist interessant und kann von Ihnen selbst zu Hause nachkontrolliert werden. Die rektal gemessene Körpertemperatur sollte morgens ½ Grad tiefer sein als abends. Eine gleichbleibende Temperatur weist auf eine Regulationsstarre hin. Die Mistel kann diese Starre lösen.

Es hat sich auch gezeigt, dass eine Misteltherapie die Nebenwirkungen von zytotoxischen Therapien erträglicher macht und Menschen die Angst vor dem Tod nehmen kann.

PD Dr. med. Daniela Paepke vom Tumorzentrum München über die Misteltherapie:

https://www.youtube.com/watch?v=_zrPtgOWJRM

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Kurkuma

Gelbwurz gehört zu den stärksten Anti-Krebs-Stoffen, welche die Natur zur Verfügung stellt. Das Curcumin kann allerdings im Darm nur sehr schlecht aufgenommen werden.

Bildquelle: fid-gesundheitswissen.de

Aus diesem Grund wird oft Piperitin (Pfefferextrakt) beigemischt. Das fördert allerdings auch das Leaky Gut Syndrom. Das Effizienteste ist daher eine Infusion. Wer diese Möglichkeit nicht hat, dem empfehle ich liposomales Kurkuma oder eine flüssige Form, die über die Mundschleimhaut aufgenommen wird.

In verschiedenen Tierversuchen konnte die krebshemmende Wirkung bei verschiedenen Tumoren bestätigt werden: Magen, Darm, Leber und Haut. Aber auch fortgeschrittene Metastasenbildungen wurden durch Curcumin nachweislich verringert.

Vorsicht: Überdosierung kann zu Blutungen führen, da Curcumin blutverdünnend wirkt. Bis 8 g pro Tag zeigt keine Nebenwirkung.

https://www.youtube.com/watch?v=xDqEAVZj9NE

Aprikosenkerne

Aufgrund des hohen Blausäuregehalts (Cyanid) ist die Einnahme – ähnlich dem hier später noch beschriebenen Petroleum – sehr umstritten. Der Wirkstoff Amygdalin, der die Blausäure enthält, soll aufgrund der chemischen Verbindung mit anderen Stoffen an sich nicht giftig sein. Das Enzym, das Amygdalin in seine Bestandteile zerlegen und freisetzen kann, kommt in hohen Konzentrationen nur in Krebszellen vor. Ausschliesslich in

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

gesunden Zellen wiederum befindet sich ein Enzym, das die Blausäure zusammen mit anderen Stoffen abbauen kann. Wir haben es hier also mit einem selektiven Zytosatika zu tun. Das heisst, es werden nur die Krebszellen „vergiftet“.

Natürlich setzt auch diese Massnahme eine Ernährungsumstellung und ein Funktionieren der Ausleitungsorgane voraus. Sie wissen ja, dass mit dem Untergang des Tumors viele Giftstoffe freigesetzt werden, die ausgeschieden werden müssen. Amygdalin kann wie eine Chemotherapie wirken – mit all seinen Nebenwirkungen. Betonung auf «kann». Denn was wirklich auf die Tumormasse reduzierend wirkt oder nicht, ist von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich. Siehe auch Kapitel «Chemosensitivitätstest».

Wenn Sie bittere Aprikosenkerne kaufen, werden Sie den Warnhinweis finden, dass Sie nicht mehr als 2-3 täglich konsumieren dürfen (mit dieser Dosis startet man). Das mag präventiv zwar so sein, kommt aber dem Konsum von ein paar Apfelkernen gleich, die diesen Wirkstoff auch enthalten. Ich selbst habe schon regelmässig eine Handvoll bitterer Aprikosenkerne gegessen – ohne dass ich danach Beschwerden bekommen hätte. Ich kenne eine Betroffene, die täglich über 50 Kerne zu sich nahm. Sie fühlte sich gut und der Tumor bildete sich – in Kombination mit Vitamin C-Infusionen – zurück. In der EU sind sie zwischenzeitlich verboten. In der Schweiz habe ich noch meine Bezugsquellen.

http://www.bittere-aprikosenkerne.de/seite_118.html

Jetzt hat es sich mit Nüssen so auf sich:

1. In deren Haut hat es Enzymhemmer, was uns nicht gut bekommt. Wenn Sie diese aber am Vorabend in Wasser einlegen, werden sie durch den einsetzenden Keimprozess abgebaut. Durch das Einlegen verlieren die bitteren Aprikosenkerne allerdings auch Amygdalin. Des merken sie daran, dass sie weniger bitter schmecken.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

2. Viele Nüsse haben – auch wenn nicht sichtbar – Schimmel. Das vom Schimmel produzierte kanzerogene Aflatoxin kann nur durch ein einziges natürliches Mittel neutralisiert werden: Ascorbinsäure (Vitamin C). Geben Sie also dem Wasser abends eine Prise Ascorbinsäure hinzu und spülen Sie die Nüsse am nächsten Tag gut ab. Dann können Sie diese gut geniessen.

Heilpilze

In letzter Zeit kommt die Medizin auch auf die Behandlung mit Pilzen zurück, der sogenannten Mykotherapie. Die Pilze wirken entgiftend und haben einen Einfluss auf das Immunsystem.

Bildquelle: thosemushrooms.com

Was in China seit Jahrtausenden praktiziert wird und in Japan selbst in der Medizin nebst Chemo, Bestrahlung und Operation als 4. Säule der Krebstherapie integriert ist, findet aufgrund von wissenschaftlichen Studien unter anderem der *Professoren Dr. med. Ivo Bianchi* und *Dr. Dr. h.c. Jan I. Lelley* auch bei uns immer mehr Anklang.

Durch die Polysacharide scheint es stets um einen Bezug zum Zuckerbindungsvermögen zu gehen, um die Zuckerbindungsfähigkeit zur Tumorzelle hin. Die richtigen Pilze, umweltschonend produziert, sind in der Lage oxidativen Stress im Körper zu vermindern, die Leber zu entlasten, den Darm zu unterstützen und das Immunsystem zu stärken.

Wenn starke Entgiftungsreaktionen eintreten, wie Blähungen, Ausschläge oder Juckreiz, gilt es die Dosis zu reduzieren und nach Abklingen der Symptome langsam wieder zu erhöhen, bis die Enddosierung erreicht ist.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

In der Krebsmedizin mit Pilzen, die auch in den USA gängig ist, werden gemäss *HP Werner Schmötzer* häufig folgende Arten eingesetzt:

Shii-take:	bis zu 70 % Metastasenhemmung, in Japan medizinisch anerkannt bei Magenkrebs und zur Verhinderung von Mikrometastasen bei Gastrointestinalkarzinomen
Hericium:	Sarkoma 180, Lungen- und Leberkrebs, Speiseröhren- und Darmkrebs
Maitake:	Immunmodulation
Polyporus:	reduziert Nebenwirkungen von Chemo- und Radiotherapie, Leberschutz
Coriolus:	steigert Abwehr vor und nach Chemo- und Radiotherapie

Es geht nicht darum, hohe Dosen einzunehmen, sondern eine regelmässige Langzeiteinnahme zu gewährleisten. Aber nicht jeder Pilz scheint bei der gleichen Krebserkrankung gleich zu wirken.

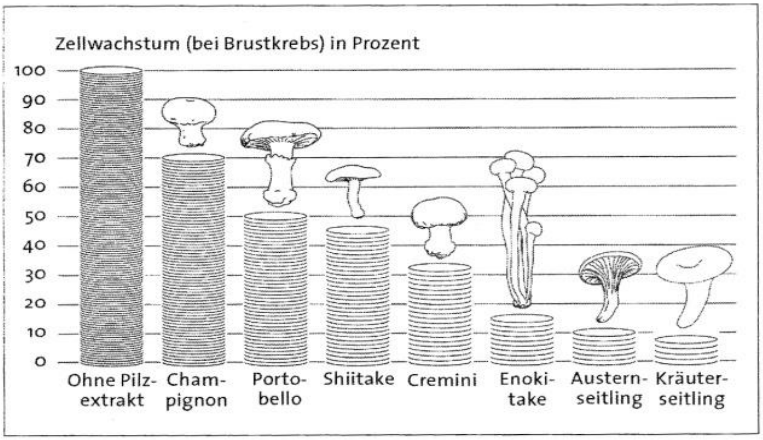


Abbildung 3: Verschiedene Pilze beeinflussen das Wachstum von Brustkrebszellen (MDA-231-Zelllinie).[35]

Bildquelle: Dr. med. David Servan-Schreiber: Das Anti-Krebs-Buch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hier finden Sie von *Dr. med. Andreas Kappl* eine ausführliche Publikation über die Anwendung von Medizinalpilzen:

http://www.medizinalpilze.de/upload/brosch_gmmt_finale_120dpi.pdf

Bei den Pilzen herrscht noch ein Meinungsstreit, ob die Pilzextrakte (stützt das Immunsystem) oder die Fruchtkörper (unterstützend bei der Entgiftung und des Kohlehydratstoffwechsels) verwendet werden sollen. Ich gehe davon aus, dass auch dies individuell betrachtet werden sollte, je nach Mensch und Therapieziel.

Grüner Tee

Bildquelle: abnehmseite.com

Der grüne Tee enthält Catechine, die – besonders EGCG – krebshemmend wirken. Vorsicht: Das Teein im Grüntee fördert das Hormon Noradrenalin, was bei Krebspatienten oft zu hoch ist. Um die genauen Werte der Stresshormone zu bestimmen, macht ein Stress-Profil über ein Fachlabor Sinn.

Lesen Sie hier den Erfahrungsbericht von *Prof. Dr. Werner Hunstein*.

http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/tee-therapie-die-wundersame-rettung-des-professors-hunstein-a-593672.html

Die aktuelle Forschung gibt Hinweise auf die unterschiedlichen Wirkungen des hochaktiven Antioxidans EGCG auf Krebszellen:

- Hemmung der Zellwucherung
- Reduktion der Resistenz bzw. Überlebenschance
- Störung der Zellteilung, Apoptose
- Beeinträchtigung der Versorgung, Angiogenese
- Unterdrückung der Ausbreitung, Metastasierung

Um einen therapeutischen Effekt zu erzielen, reicht es allerdings nicht, einfach ein paar Tassen pro Tag zu trinken. Die Wirkdosis könne erst durch einen Extrakt erfolgen, der mehreren Litern

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Grüntee entspricht. Zudem sind viele Grüntee-Sorten aus Japan seit dem Atomreaktor-Unfall in Fukushima radioaktiv belastet.

Die Herstellung eines Extrakts ist mit weiteren Hürden verbunden. Denn während dem Prozess darf der Grüntee nicht oxidieren. An der ETH Zürich wurde ein entsprechendes Verfahren entwickelt, das eine optimale Qualität garantiert. Das Produkt nennt sich OM24.

Es gilt zu bedenken, dass Grüntee einen negativen Einfluss auf gewisse Chemotherapien haben kann, wie z.B. Platinderivate.

Flechte

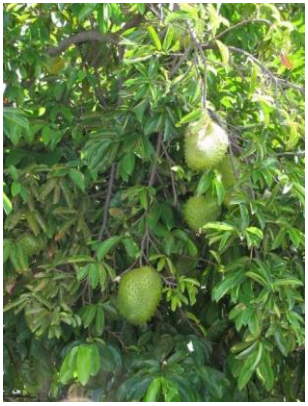
Wo die Mistel vorwiegend bei Karzinomen eine ausgeprägte Entsprechung zeigt, kommt der Flechte (eine Pflanze, die aus der Symbiose von Algen und Pilzen besteht) bei Sarkomen eine besondere Bedeutung zu. Dabei werden vorwiegend Infusionen mit **Isländisch Moos** (Cetraria islandica) gemacht, das als Tee schon bei Lungen- und Bronchialleiden erfolgreich eingesetzt wird.

Der anthroposophische Arzt *Dr. med. W. Chr. Simonis* sagt dazu: „In den Flechten findet eine Bändigung des wuchernden Pilzes statt durch die lichtverbundene Alge. Mit dieser Geste können sie Heilkraft entfalten, wenn die Bindegewebszelle sich der Formung der ICH-Wesenheit entzieht und selbständig wuchert, wobei die ganzheitlich wirkende Intrazellularsubstanz (Mesenchym) verkümmert. … Mit den Flechten wirken wir heilend auf die spezielle Bindegewebsstruktur. Vielleicht wird man mit der Zeit für die Vielfalt der Sarkome auch verschiedene Arten von Flechten benötigen.“

Bildquelle: izlandizuzmo.lapok.eu

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Stachelannone



Eine der in Zukunft wohl wichtigsten Pflanzen wird die Tropenfrucht Annona muricata (Graviola) sein. Unter Laborbedingungen ist die Wirkung bei den häufigsten Krebsarten über 100mal stärker, als die der Chemotherapie – und das ohne toxischen Effekt. Ein Wissenschaftler der Prude Universität, *Jerry McLaughlin,* bestätigt, obschon die Wirkweise noch nicht bekannt sei, es scheine, dass Graviola in der Lage ist, „den Stecker aus der Energieversorgung resistenter Krebszellen zu ziehen". Da sich natürliche Substanzen nicht patentieren lassen und als Nahrungsmittelergänzung gelten, wurden bis heute leider noch keine Studie mit Menschen gemacht. Entsprechende Präparate aus Stängel und Blätter der Pflanze sollen besonders wirksam sein. Aber auch hier: Ob eine Pflanze überaupt verträglich ist oder nicht, lohnt sich vorab zu testen.

https://www.vitaloo.de/gesundheit/stachelannone-bei-krebs

Christrose

Eine weitere Pflanze, die speziell bei Erkrankungen mit atypischem Verlauf, bei der Neigung zur Generalisation, bei Fieber, Entzündung, Tumorerkrankungen des jugendlichen Alters und bei hysteriformer Konstitution (nervöse Überempfindlichkeit) Anwendung findet, ist Helleborus niger. Dazu gehört gemäss *Werner Schmötzer* unter anderem das Non-Hodgkin-Lymphom.

Bildquelle: pflanzen-portal.com

https://www.helixor.de/helleborustherapie

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Ackerschachtelhalm

Equisetum arvense, dessen Kieselsäure einen positiven Einfluss auf das Bindegewebe ausübt, wird eine präventive Wirkung gegen Krebs zugeschrieben.

Bildquelle: rodcollins.com

https://www.youtube.com/watch?v=pqC1HaGlY5w

Dies ist umso verständlicher, wenn wir *Dr. Roger Kalbermattens* Ausführungen in Bezug auf die **homöopathische Urtinktur** lesen: „Im Schachtelhalm sind diejenigen Kräfte verkörpert, die für eine klare Gliederung und Strukturierung des Denkens und der Formbildungsprozesse erforderlich sind. Demzufolge ist der Schachtelhalm bei all jenen Zuständen angezeigt, in denen die Fähigkeit zur Struktur- und Formbildung geschwächt ist.“

Nebst den Pflanzen, die Einfluss auf das Tumorgeschehen haben, sind auch solche wichtig, welche die **Ausscheidungsorgane** während den Therapien stärken und damit den Organismus entlasten. Dass es stets erforderlich ist, genügend Flüssigkeit zu sich zu nehmen, um die anfallenden Giftstoffe auch ausschwemmen zu können, sollte zwischenzeitlich klar sein.

Mariendistel

Bildquelle: herbalpalace.com

Die Carduus marianus steht vom Wesen her für Abgrenzung, Schutz und Individualität. Aber auch das „Nein-sagen-können“, wird mit der homöopathischen Urtinktur angesprochen. Sie hat eine ausgeprägte Wirkung auf die Entgiftungs- und Ausscheidungsfunktion der Leber und ist auch bei pharmazeutischen Medikamenten angezeigt, welche die Leber zusätzlich belasten.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Der Arzt *Max Gerson* (1881-1959) heilte mit seiner Ernährungstherapie über 50 % der aussichtslosesten Krebserkrankungen. Doch auch er musste einräumen: „Der Kampf um Krebs wird in der Leber gewonnen oder verloren“.

Die Unterstützung der Leber gehört in jedes therapeutische Konzept.

Beachten Sie dazu auch das Kapitel über den Kaffee-Einlauf und den Leber-Wickel.

Die Mariendistel sollte nicht als stark konzentriertes Extrakt eingenommen werden, solange nicht geklärt ist, ob die Leber genügend Entgiftungsenzyme bereitstellen kann (siehe Kapitel «Organismus entgiften»). Die Mariendistel stärkt die Entgiftungsphase 1, wie auch einige andere bitterstoffhaltige Pflanzen. Das heisst, vor einer hochdosierten Einnahme sollten über ein Labor die Glutathion-Werte bestimmt werden. Für die Einnahme einer homöopathischen Urtinktur ist dies nicht notwendig.

Schöllkraut

Chelidonium majus regt den Gallenfluss an und damit die Entgiftung über die Leber. Der blutreinigende Effekt führt zu einer besseren Sauerstoffverteilung. Es gibt ein Fertigpräparat namens Ukrain, ein Wurzelextrakt das intravenös gespritzt wird. Obschon es klinische Studien mit ausgesprochen positiven Ergebnissen gibt, ist die Therapie umstritten. Das Präparat in der Schweiz und EU nicht zugelassen – heisst: verboten.

In homöopathischer Dosierung ist Chelidonium in verschiedenen Mischungen enthalten, welche die Leber und Galle stützen.

Bildquelle: pharmawiki.ch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Goldrute

Solidago virgaurea steht vom Wesen her für Verbindung, Liebe, Trost, Beziehungsfähigkeit, dem Fluss der Gefühle. Aber auch bei Frustration und blockierenden Schuldgefühlen wird die homöopathische Urtinktur eingesetzt. Sie hat eine kräftigende Wirkung auf die Niere und unterstützt die Durchspülungstherapie (Ausscheidung über die Niere).

Bildquelle: arznei-pflanzen.info

Schwarzer Holunder

Sambucus nigra steht vom Wesen her für Reifung, Vollendung von Wärmeprozessen, Erwachsenwerden, Verantwortung und Schutz. Er steht aber auch für das Erfassen der Lebensaufgabe, die geistige Verbindung von Welt und Mensch, was mit der homöopathischen Urtinktur angesprochen wird. Der Holunder unterstützt die Ausscheidung über die Haut (Schwitzen).

Bildquelle: schueler.ems-schiers.ch

Zistrose

Eine spezielle Gattung der Cistus incanus kann Schwermetalle (speziell Cadmium) binden. Sie umkapselt aber auch Viren und Bakterien und kann so bei hartnäckigen chronischen Infekten (zum Beispiel durch Borrelien) eingesetzt werden. Es gibt verschiedene Fertigpräparate, die ich je nach Behandlungsziel unterschiedlich einsetze. Studien über einen ausgeprägten Schutzeffekt gibt es auch in Bezug auf virale Infekte, wie z.B. Corona. Bildquelle: commons.wikepedia.org

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hanf

Die Wirkstoffe in Cannabis indiana sind vielfältig. Am bekanntesten ist THC, das eine stark entspannende und halluzinogene Wirkung hat. Aber auch Cannabidiol steht im Zentrum der Forschung. Bei Multipler Sklerose, Übelkeit, Erbrechen und Kachexie (starke Abmagerung) ist die Wirkung nachgewiesen. Hier eignet sich Cannabis zur Reduktion von Nebenwirkungen begleitend zur Chemo- und Radiotherapie.

Bildquelle: jonathanturley.org

In der biologischen Praxis wird Cannabis ergänzend zur Krebsbehandlung (besonders bei Leukämien) wie auch erfolgreich zur Schmerztherapie und bei Depressionen eingesetzt. In Tierversuchen zeigte es sogar eine Hemmung von Tumoren und Metastasen.

https://www.naturheilkunde-krebs.de/2019/05/cbd-hirntumor-studie/

Allerdings kann das Rauchen von Cannabis durch die Verbrennungsprodukte Krebs fördern und ist daher nicht zu empfehlen. In Ländern, wo der Erwerb erlaubt ist, wäre die Einnahme als Öl sinnvoller als eine Tinktur. Wenn Sie es selbst herstellen wollen:

https://www.diegruenebrille.de/cbd/selbst-cannabis-oel-herstellen

Früher war eine Tinktur über Apotheken problemlos erhältlich. Heute ist der Handel verboten, wenn der THC-Gehalt einen gewissen Prozentsatz übersteigt. Aber es geht trotzdem hochoffiziell: In der Schweiz kann beim BAG eine Ausnahmebewilligung für eine standardisierte Tinktur gestellt werden. Ein Grossteil der Krankenkassen übernimmt nach einem Gesuch sogar die Therapiekosten.

Achten Sie darauf, dass Sie eine natürliche Tinktur beziehen.

https://www.lecithol.de/krebs-und-cannabis/#2

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Heilsalben

Eine uralte Tradition gewinnt als alternative Krebsbehandlung wieder neuen Aufschwung. Ich nenne es das Messer der Naturheilkunde. Die Kräutermischung vermag Tumore an oder direkt unter der Hautoberfläche zu „entfernen“. Sie eignet sich bei allen Hautkrebsarten, bei Brustkrebs und anderen Tumoren, die nicht zu tief im Körper liegen. Allerdings kann der Prozess schier unerträgliche Schmerzen verursachen. Bildquelle: ralf-kollinger.de

So unglaublich es klingen mag, ich habe es bei einem Melanom- sowie zwei Brustkrebspatienten selbst beobachten können. Mit einer schorfbildenden Salbe (Schwarze Salbe), können Tumore natürlich «operiert» werden. Nachdem sich der Schorf zusammen mit dem Tumor abgelöst hat, erfolgt eine natürliche Wundbehandlung, zum Beispiel mit Manuka-Honig.

Damit es nicht zu einem Infekt mit möglicher Todesfolge kommt, sollte die Wundversorgung jemandem überlassen werden, der oder die sich damit auskennt.

Bei den verschiedenen Formen von Hautkrebs mag das für mutige Haudegen ein interessanter Selbstversuch sein. Für tiefer liegende Tumore würde ich den Chirurgen bevorzugen. Aus diesem Grund werde ich das Thema hier nicht weiter erörtern. Sie finden im Buch von *Ingrid Naiman* „Krebs behandeln mit pflanzlichen Salben“ zahlreiche Rezepturen. Einige Bestandteile sind offiziell nicht zugelassen. Es gibt aber Drogisten, welche die «Schwarze Salbe» herstellen und auf Empfehlung vertrauter Menschen auch abgeben.

https://www.fitundheil.ch/schwarzesalbe

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Organismus entgiften

«Ohne Reinigung des Organismus ist keine Heilung möglich», sagt ein renommierter Arzt auf einem Seminar. Da muss ich ihm Recht geben. In den letzten 100 Jahren hat der Mensch 18 Millionen chemische Verbindungen erschaffen, die so in der Natur nicht vorkommen. Er schürft Metalle aus dem Erdinneren, die für den Menschen eigentlich unzugänglich sein sollten, zum Beispiel Aluminium. Er verpflanzt künstliche Materialien in den Körper, die chronische Entzündungen auslösen können, zum Beispiel Quecksilber (Amalgamplomben), Titan oder Silikon. Er spritzt mittels Impfungen chemische Stoffe in Babykörper, wie zum Beispiel Formaldehyd. Er lässt Frauen künstliche Hormone schlucken, um dem Körper eine Dauerschwangerschaft vorzutäuschen (Anti-Baby-Pille). Auf vieles bin ich im Kapitel «Umwelt, geopathische Faktoren, Chemikalien etc» schon eingegangen.

Für viele vom Menschen geschaffenen Substanzen gibt es keine Ausscheidungsmöglichkeiten. Auch nicht über Lunge und Haut. Dazu gehören Glyphosat, Nanopartikel, Teflon, künstliche Moschusverbindungen etc. Er muss diese einlagern, siehe auch Kapitel «Krebs – unser Freund und Helfer?».

Irgendwann aber ist das Fass voll. Sie erinnern sich an das Kapitel «Zellgifte vermeiden»? Das ist die erste Massnahme. Denn sonst dreht man sich auch mit einem guten Entgiftungskonzept im Kreis.

Die Entgiftung ist ein hochkomplexes Geschehen. Stoffe, die nicht fettlöslich sind, werden über eine sogenannte Biotransformation in wasserlösliche Stoffe umgebaut. Das geschieht überwiegend in der Leber.

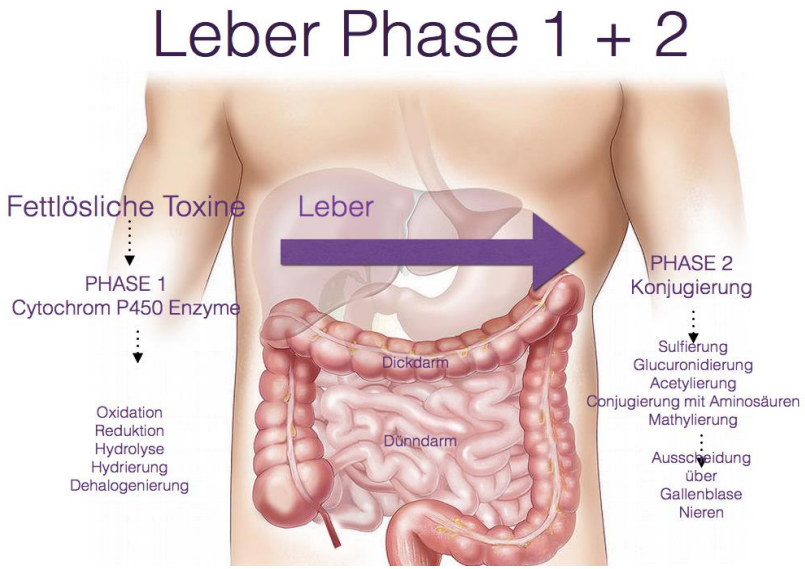
<u>Phase 1</u>
Im Chemielabor der Leber werden Stoffe durch Enzyme bindungsfähig gemacht. Sie können sich das so vorstellen, dass ein grosser Felsbrocken erst einmal so weit verkleinert wird, dass er überhaupt erst mit der Baggerschaufel gegriffen werden kann.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Beim Sprengen und Schneiden des Felses entstehen allerdings scharfkantige Steinstücke und viel Feinstaub. Das heisst, viele Substanzen werden durch die Transformation giftiger, als sie ursprünglich waren. Deshalb nennt man diesen Prozess auf «Giftung».

Phase 2

Dies ist die eigentliche Entgiftung. Jetzt werden die gegifteten Substanzen entgiftet und ausscheidbar gemacht. Die in eine wasserlösliche Form transformierte Substanzen werden dazu mit einem körpereigenen Stoff verbunden. Anders gesagt: Der Bagger hievt diese auf einen Lastwagen.

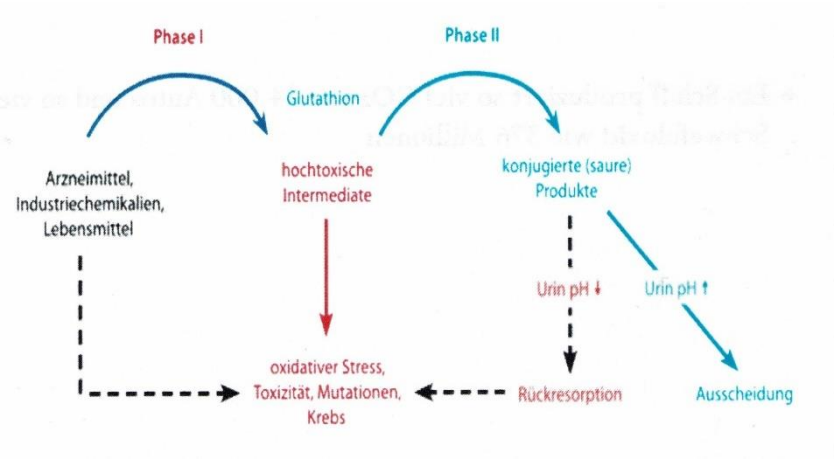


https://www.immuntherapie.at/11-lebensmittel-die-deine-leber-unterstuetzen/

Phase 3

Nun werden die Stoffe entsorgt. Der Lastwagen transportiert sie ab. Fettlösliche Stoffe werden via Galle über den Darm ausgeschieden, wasserlösliche Stoffe über das venöse Blut über die Nieren aus dem Blut eliminiert und via Urin ausgeschieden. Viele können den Körper nur verlassen, wenn der Urin basisch ist.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



Bildquelle: Biochemie der Entgiftung, Fachinformation Ganzimmun Diagnostics AG

Was passiert nun, wenn jemand eine schnelle Phase 1 hat, aber die Phase 2 nur schleichend funktioniert?

Genau: Es gibt ein Problem. Es werden schneller Gifte produziert, als diese umgebaut und ausgeschieden werden können. Es gilt also zu beachten, was die Phase 1 und was die Phase 2 ankurbelt. Und dazu gehören nebst Medikamenten auch Naturheilmittel, die bei einer ungenügenden Phase 2 vermieden werden sollten.

Ein paar Beispiele, was welche Phase aktiviert, bzw. unterstützt.

Phase 1	**Phase 2**
Johanniskraut	Kreuzblütler (Brokkoli,
Echinacea	Blumenkohl, Pak Choi etc)
Mariendistel	Knoblauch, Zwiebeln
Vitamin C	Rote Rüben
Artischocke	Kurkuma
B-Vitamine	Küchenkräuter (Petersilie,
Bioflavonoide	Ruccola, Kresse etc)

Ein Grund, wieso die Phase 2 ungenügend sein kann, ist ein erblich bedingter Mangel an L-Glutathion. Deshalb kann es sinnvoll sein, dieses in einem spezialisierten Labor messen zu lassen.

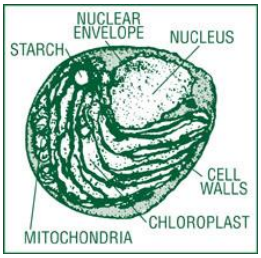
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Eine professionelle Entgiftung, besonders auf nachgewiesene Schwermetalle, erfolgt über Infusionen mittels **EDTA** und **DMPS**. Diese wird ausschliesslich von spezialisierten Ärzten durchgeführt.

In Bezug auf die Entgiftung können sie ergänzend zu den im vorangehenden Kapitel behandelten Heilpflanzen, der Ernährungstherapie und der Darmsanierung noch mehr tun. Dazu gehört zum Beispiel der Einsatz von **Heilerde** (z.B. Aion A), der Saunagang oder die Thalassotherapie.

http://www.gesundheitstrends.de/service/selbsthilfe/heilerde.php

Chlorella



Die Süsswasseralge Chlorella pyrenoidosa vermag toxische Schwermetalle im Darm zu binden und auszuleiten. In Studien zeigte sich bei der Einnahme von Chlorella sogar eine wesentlich geringere Ausdehnung von Krebszellen in der Leber, als dies bei der Kontrollgruppe der Fall war.

Bildquelle: tuberose.com

http://www.phytodoc.de/heilpflanze/chlorella/wirkung/

Steinöl

Eine stark entgiftende Wirkung soll auch gereinigtes Petroleum zeigen. Das Öl entstand vor hunderten Millionen von Jahren durch Pressvorgänge zwischen den Gesteinsmassen. Wenn Sie heute Petroleum in einer Apotheke kaufen wollen, warnt man Sie vor der Einnahme, weil dies gesundheitsschädlich sei. Sie dürften nicht einmal das Gas einatmen und sollen die Berührung mit der Haut vermeiden. Allerdings ist noch nie jemand durch Petroleum zu Schaden gekommen. Ganz im Gegenteil: *Prof. Dr. Dr. Gyula de Szilvay* verfasste gar ein Buch über „Das Oleum petrae in der Krebstherapie“. Die Patienten nehmen täglich zwei

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Teelöffel ein. Ich habe selbst keine Erfahrung damit, kenne aber persönlich jemanden, der allein mit Ernährungsumstellung, Petroleum und bitteren Aprikosenkernen seinen gemäss Schulmedizin „unheilbaren“ Tumor zum Verschwinden gebracht hat.

https://alternativeheil-methoden.blogspot.com/2014/07/petroleum-das-alternative-heilmittel.html

Bildquelle: de.wikipedia.org

Honigmassage

Was sich zur Entschlackung auch besonders gut eignet ist die Massage mit Honig durch eine spezielle manuelle Handschröpftechnik. Eine vorgängige Lymphstimulation (nicht zu verwechseln mit Lymphdrainage, welche bei einer Krebserkrankung oft kontraindiziert ist) hilft dabei, die mobilisierten Giftstoffe abzutransportieren. Aber auch über den Rücken werden dem Körper zahlreiche schädliche Stoffe entzogen. Voraussetzung ist, dass die Entgiftungskanäle und Ausscheidungsorgane gut funktionieren. Das muss vorab abgeklärt werden, damit es nicht zu unerwünschten Reaktionen kommt.

Bildquelle: arturio.info

Basenbad

Ein regelmässiges basisches Bad (maximal zwei Mal pro Woche) hilft zu entsäuern. Dies kann idealerweise auch temperaturaufsteigend nach Kneipp gemacht werden, um Fieber zu erzeugen. Krebszellen mögen keine hohen Temperaturen (siehe auch Hyperthermie). Überwärmungsbäder sollten allerdings nur im Beisein einer Begleitperson durchgeführt werden, da der Kreislauf stark belastet wird.

Zur Anwendung und Wirkung von Basenbädern:

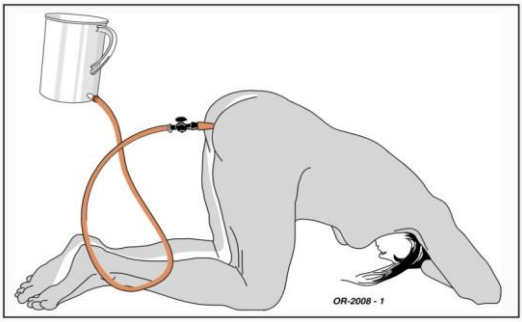
http://www.amaiva.de/magazin/basenbad/

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Kaffee-Einlauf

Als Leberreinigung wird von vielen Spezialkliniken der Einlauf mit Kaffee empfohlen. Dieser soll eine entgiftende Funktion haben und Schmerzen lindern können. Viele Anwender berichten von einer sofortigen grossen Erleichterung nach dem Einlauf. Selbst der britische Thronfolger *Prinz Charles* sprach sich öffentlich für tägliche Kaffee-Einläufe als wirkungsvolles Mittel gegen Krebs aus, selbst wenn dazu bisher keine klinischen Studien verfügbar sind.

Bei stark vergifteten Personen können in seltenen Fällen unangenehme Reaktionen auftreten. Wenn grosse Mengen an Giftstoffen von der Leber in die Gallenflüssigkeit fliessen, kann dies zu Krämpfen im Zwölffinger- und Dünndarm führen und das wiederum ein Überlaufen in den Magen. Übelkeitsgefühle, mit möglichem Erbrechen von Galle, sind die Folgen. Wenn dies passiert, wird eine gute Menge starken Pfefferminztees und Heilerde dabei helfen, die Galle aus dem Magen zu waschen und Erleichterung schaffen oder – was wohl die bessere Lösung ist – die Giftstoffe wirklich zu erbrechen, um den Organismus zu entlasten. Ferner kann der Kaffee-Einlauf den Blutdruck erhöhen und bei zu hoher Dosierung zu einer Koffeinvergiftung führen (10 Gramm reines Koffein können tödlich sein). Nachfolgend die Anleitung für den Kaffee-Einlauf.



Bildquelle: pflegewiki.de

https://www.gesundheitsfundament.de/blog/2014/11/01/der-kaffeeeinlauf-ein-fast-in-vergessenheit-geratenes-detoxmittel/

Hier ein Anwendungsvideo:

https://www.youtube.com/watch?v=CsZSZZbLqZs

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Leberreinigung

Eine weitere Variante zur Entlastung der Leber stammt von der Ärztin *Dr. Hulda Clark.* Mit einer Mischung aus Bittersalz, Grapefruitsaft und Olivenöl, das über zwei Tage in einer ganz bestimmten Zeitfolge eingenommen wird, soll die Entgiftung angeregt werden. Auch diese Kur stellt eine vorübergehende Belastung für den Körper dar und sollte bei geschwächten Menschen unter Beobachtung stattfinden. Hier die detaillierte Anleitung:

http://www.naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Leberreinigung.pdf

Immunsystem stärken

Wie bereits mehrfach angesprochen steht der Aufbau des Immunsystems im Zentrum einer naturheilkundlichen Therapie. Das trennt die klassische Medizin am stärksten von der Naturheilkunde.

Grüner Propolis

Bildquelle: naturezone.eu

Dr. Adriana Andrade Carvalho der UNICAMP berichtet am Beispiel von Sarkoma-180-Tumoren, dass das Tumorwachstum ähnlich stark gehemmt wird, wie durch das Zytostatika 5-FU, allerdings ohne die markanten Nebenwirkungen.

Weitere Studien bei Brustkrebs zeigen, dass der grüne Propolis die Apoptose fördert und die Angiogenese hemmt – und das ohne negativen Effekt auf die normalen Brustzellen.
Prof. Maracucci beschreibt in einem Review Artikel eine noch breitere Wirkungsweise: antimikrobiell, antiparasitär, antiviral, wundheilend, entzündungshemmend, antioxidativ und schmerzlindernd. Artepillin C wurde aus Grünem Propolis aus Brasilien gewonnen und in Japan sogar erfolgreich als Antikrebsmittel patentiert.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Isopathie

Die wichtigsten Massnahmen zum Aufbau des Immunsystems (Ernährungstherapie, Darmsanierung, Pflanzenheilkunde, Meditation) habe ich bereits aufgeführt. Sehr gute Erfahrung habe ich weiter mit dem Einsatz von isopathischen Präparaten gemacht.

https://www.youtube.com/watch?v=5kwKP0Cz7Ks

Sie bestehen vorwiegend aus hochverdünnten Formen von Schimmelpilzen und Bakterien. Damit kann nicht nur das innere Milieu positiv beeinflusst werden, sondern auch gezielt das Immunsystem klar Schiff gemacht werden. Wenn jemand *vor* der Diagnose Krebs über viele Jahre nie wirklich krank war, kann das Immunsystem gezielt „reaktiviert“ werden.

Aufgrund massloser Antibiotika-Behandlungen, Impfungen etc können wir immer mehr zellwandfreie Bakterien (CWD) feststellen. Mit Hilfe von Haptenen (partielles Antigen) wird das Immunsystem gezielt veranlasst, zellwandfreie Bakterien zu eliminieren, gegen die eine ausreichende Immunreaktion sonst nicht zustande gekommen wäre.

Bildquelle: op-online.de

https://www.yumpu.com/de/document/read/6610654/zellwandfreie-formen-cwd-semmelweis-institut

Weitere Nosoden wurden auch von *Dr. med. Carl Spengler* entwickelt: https://spenglersan.de/unternehmen/firmenprofil/

Es gibt zahlreiche isopathische Mittel. Unter Einbezug der Vitalblutdiagnostik (Dunkelfeld) kann der Fachmann die bestmögliche individuelle Präparatekombination zusammenstellen.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/diagnostik/vitalblutdiagnostik/

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Immuntherapie

Nebst den Pflanzenpräparaten gibt es viele Verfahren, die das Immunsystem positiv beeinflussen. Diese alle hier zu besprechen, würde den Rahmen sprengen, zumal viele in die Hände von erfahrenen Ärzten gehören. Ein paar davon will ich der Vollständigkeit halber erwähnen.

Mikroimmuntherapie

Mittels hoch verdünnter körpereigener Abwehrstoffe, sogenannter Zytokine, wird das Immunsystem unterstützt, Krebszellen besser zu erkennen.

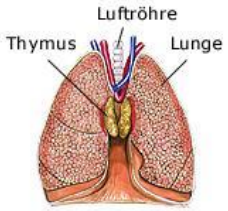
http://www.serafin.ch/Dokument7WirkungsmechanismenALL.pdf

Insulin Potenzierte Therapie (IPT)

Krebszellen besitzen fünf bis sechsmal so viel Insulin- bzw. insulinähnliche Rezeptoren wie gesunde Zellen, Brustkrebszellen sogar bis zu zwanzigmal so viel. Unter Gabe von Insulin „öffnen“ sich die Krebszellen und sind daher für chemotherapeutische Präparate viel anfälliger. Somit kann mit viel niedrigeren Dosen die gleiche Wirkung mit weniger Nebenwirkungen erzielt werden.

http://www.ipt-insulin-potenzierte-therapie.info/de/

Thymustherapie



Unsere Abwehrzellen werden unter anderem im Thymus „ausgebildet“. Die von der Thymusdrüse produzierten Signal- und Regelstoffe, nehmen mit dem Alter ab. Verschiedene Studien zeigen auf, dass durch die Injektion von Thymusfaktoren (wie z.B. Thymushormone bzw. Thymuszellen eines Tieres) eine deutlich stimulierende und modulierende Wirkung auf das Immunsystem erreicht wird. Die Unterstützung unseres Immunsystems ist bereits wenige Tage nach der Einnahme/Injektion messbar und hält über mehrere Monate an.

Bildquelle: g-netz.de

http://www.thymus-therapie.org/de/patien-info/

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hydrotherapie

Kneippanwendungen

Kneipp'sche Anwendungen vermögen das Immunsystem zu stärken und haben einen positiven Einfluss auf das Herz-Kreislaufsystem. Weiterer Vorteil: Die Wasseranwendungen können sehr gut zu Hause durchgeführt werden.

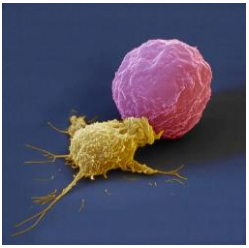
Dr. med. Jens-Michael Wüstel sagt zur Hydrotherapie: «Sie trainiert das Gefässsystem und steigert die Durchblutung von Haut, Leber und Darm. Auf das Nervensystem und den Hormonhaushalt wirkt sie ausgleichend. Der Stoffwechsel wird entlastet, Schlacken können besser abgebaut und ausgeschieden werden.»

Bildquelle: kneippvisite.de

Eine Schweizer Studie konnte nachweisen, dass durch Kaltwasserreize die Stressresistenz verbesssert wird. In direktem Bezug auf akute Krebserkrankungen konnte ich bisher keine klinische Studie finden. Es gibt aber verschiedene medizinische Beobachtungsstudien wie Kneippanwendungen bei Krebspatienten wirken.

Die *Berliner Gesundheits-Akademie* schreibt dazu: „Nach sechswöchiger Kneippanwendung zu Hause zeigte sich bei allen ein Anstieg der zellulären Immunität sowie ein Abfall von viralen Antikörpern (soweit vorhanden)."

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



Zudem wurde festgestellt, dass sich bei den Studienteilnehmerinnen die Lymphozyten (Hauptgruppe der weissen Blutkörperchen) und auch die natürlichen Killerzellen vermehrten.

Zum Bild: Gutes Immunsystem - Eine Killerzelle greift eine Krebszelle an, Quelle: bio-pro.de

Die leitende Krebsärztin *Dr. med. Gunhild Kühn* beschreibt noch andere „Neben"wirkungen: „Unerwartet zeigten sich zahlreiche positive Wirkungen hinsichtlich sehr unterschiedlicher Beschwerden, die mit einer Krebserkrankung oder –vorgeschichte nicht in unmittelbarem Zusammenhang standen: Die Verdauung normalisierte sich, Schlafstörungen liessen nach, Kopfschmerzen nahmen ab, klimakterische Beschwerden wie Hitzewallungen wurden berechenbar, indem sie direkt nach den Anwendungen zunahmen, dann aber auch den Tag über wegblieben."

Hier eine Anleitung der bewährtesten Verfahren:

http://www.kneipp-wassertherapie.de/Kneipp_Wasseranwendungen.pdf

Feuchte Wickel

Durch den Kaltreiz kommt es vorübergehend zu einem Absinken des Pulses und Blutdrucks. *Dr. cand. med. J. Gruber* schreibt dazu: «Eine Zunahme der positiven und eine Abnahme der negativen Befindlichkeit war vor allem durch eine verbesserte „Stimmung" und eine verminderte Deprimiertheit bedingt.»

Heisse Leber-Kompresse

Diese Anwendung nimmt besonders Einfluss auf die Entgiftung und Kräftigung der Leber. Siehe auch Kapital „Organismus entgiften". Mit einem Leberwickel ist der Körper in der Lage, toxische Stoffe 40 % schneller auszuscheiden. Allerdings darf sie bei Lebermetastasen nicht genutzt werden.

Auf der folgenden Seite finden Sie die Anleitung aus dem Buch „Praktische Kneipp-Anwendungen" von *Resi Meier*.

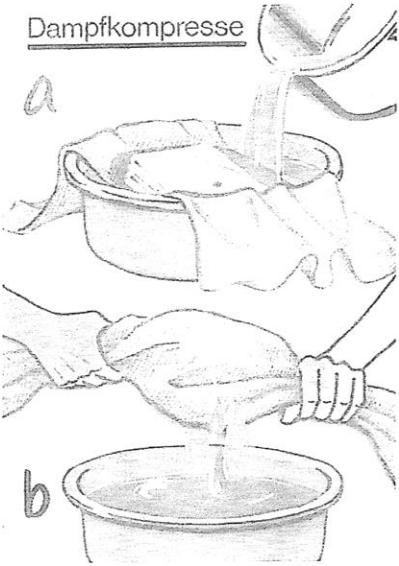
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die Dampfkompresse

Sie ist immer zur Hand, wenn es gilt, rasch zu handeln.

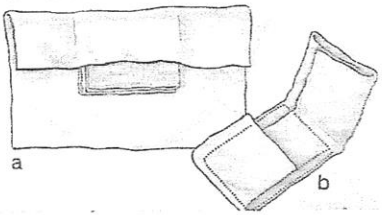
Materialien für die Dampfkompresse
Ein 8-fach zusammengelegtes Leinentuch, genügend gross, es muss die zu behandelnde Körperstelle überdecken. Ein Flanelltuch mit guter Durchlässigkeit, Baumwoll- und Wolltuch, Handtuch zum Auswringen und eine Bettflasche.

Technik
In einer Schüssel das auseinandergefaltete Frotté- oder Handtuch zum Auswringen und darauf das zusammengelegte Leinentuch bereitstellen. Kochendes Wasser darübergiessen. Mit dem Handtuch die Kompresse einrollen und gut auswringen. Je besser die Auflage



ausgewrungen ist, umso länger bleibt sie warm. Die heisse Kompresse wird nun eingepackt in das Flanelltuch, welches auf der heissen Bettflasche vorerwärmt wurde. Die einfache Lage kommt auf den Körper zu liegen. Mit Baumwoll- und Wolltuch gut einwickeln und heisse Bettflasche darüberlegen.

ausgewrungene Kompresse in Flanelltuch so einpacken



Liegedauer
Etwa eine halbe Stunde, bis zur Abkühlung.

Zu empfehlen
als rascher und milder Ersatz für den heissen Heublumensack (siehe dort).

Wer es einfacher will, nimmt einfach einen feuchten, warmen Waschlappen und legt diesen auf der Lebergegend auf. Dann eine Wärmeflasche auflegen und ein Frottiertuch straff umbinden. Zum Schluss sich mit einer Wolldecke einhüllen und für mindestens 20, aber maximal 40 Minuten ***reizfrei*** liegen bleiben. Also kein TV, Radio, Lesen etc. Einfach die Ruhe geniessen.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Erholsamen Schlaf finden – Melatonin fördern

Der Schlaf ist die beste Zeit, in der sich der Organismus in aller Ruhe regenerieren kann. Wir sollten also für einen erholsamen Schlaf, unter anderem mit einem hohen Gehalt an Melatonin, sorgen. Im Blut fand sich die höchste Konzentration an Immunzellen bei Langschläfern. Bei Schlafmangel ist dadurch die Bildung der bereits erwähnten T-Zellen herabgesetzt und unser Immunsystem geschwächt.

Bildquelle: gesundheit.naanoo.com

Nebst einer Supplementierung (siehe Kapitel Melatonin) sollten Sie auch folgende Tipps für eine optimal Schlafqualität beherzigen:

- Elektrosmog eliminieren (WLAN ab 16 Uhr ausschalten, abends kein Drahtlostelefon/Handy nutzen)
- Licht von LED-Lampen, TV und Computer abends meiden
- Stress, Konflikte und Ängste klären und lösen
- Organische Ursachen (z.B. Leberbelastung) abklären
- Schlafraum auf Wasseradern und Erdstrahlen überprüfen
- Vor oder nach dem Abendessen einen Spaziergang machen
- Schlafraum abdunkeln und keine aktivierenden Farben benutzen (rot, orange). Gilt auch für den Schlafanzug.
- Auf pflanzliche Präparate setzen, um den Schlaf zu fördern

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lachtherapie

Wenn wir nichts mehr zu Lachen haben, dann schmilzt unser Immunsystem dahin. Lachen – auch ohne Grund – ist ein oft unterschätzter Eckstein für einen soliden und robusten Körper. Der Begründer des Lachyoga, *Dr. med. Madan Kataria* pflegte zu sagen: «Lebensqualität hängt nicht davon ab, wie viele positive Dinge uns im Leben widerfahren; sie hängt davon ab, was wir tun, wenn uns negative Dinge widerfahren.» Ob wir uns z.B. über eine hohe Steuerrechnung ärgern oder darüber lachen, an der Rechnung ändert sich nichts. Wohl aber an unserer Gesundheit.

Bildquelle: https://www.welt.de/wissenschaft/article1906639/Einmal-Lachen-so-gesund-wie-20-Minuten-Joggen.html

Über viele Jahre habe ich einen Lachclub geleitet und später zusammen mit meiner Frau Lachkurse gegeben. Die Veränderung der Menschen während, und noch über längere Zeit nach den Kursen, ist beachtlich. Es gibt sogar Menschen, welche Lachen als Weg zur Erleuchtung sehen. Denn «wer denkt, lacht nicht. Wer lacht, denkt nicht.» So können wir über einen Moment unser Gehirn überlisten und wieder lernen, dass nicht der Verstand uns kontrollieren, sondern wir ihn als Werkzeug nutzen sollten.

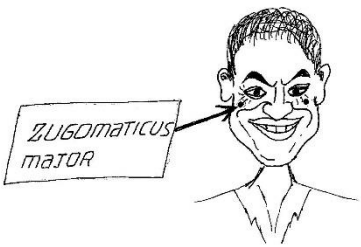
https://gedankenwelt.de/glaube-nicht-alles-was-du-denkst

Die Volksweisheit «Humor ist, wenn man trotzdem lacht» hätte eigentlich recht. Aber wenn einem das Lachen vergangen ist? Zum Beispiel durch eine lebensbedrohliche Diagnose? Wie können wir es wiederfinden? Am besten gleich heute mit dem Lächel-Training, wie ich es nachfolgend beschreibe.

Der dafür wichtigste Muskel ist der Zygomaticus major, den ich der Einfachheit halber Lach- oder L-Muskel nenne (es ist übrigens derselbe, den man drückt, wenn man einem Baby in die Wange

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

kneift). Durch den Druck des L-Muskels auf darunterliegende Nerven wird ein positives Signal ausgelöst, das letztlich den Thymus aktiviert. Und wie wichtig dieser für das Immunsystem ist, wissen wir ja schon.



Ist das nicht phantastisch? Und das beste: Sie brauchen gar nicht „echt“ zu lächeln, eine Grimasse hat (fast) die gleiche Wirkung!

Wichtig ist nur, dass Sie Ihre Mundwinkel anheben. Wie ein Baby, das sich friedlich an seinen Teddybären kuschelt. Klappt das nicht auf Anhieb, dann kneifen Sie sich mit sanftem Druck kurz in die „Wangenkneifpunkte“. Behalten Sie ihr Lächeln ein paar Minuten bei.

Wiederholen Sie diese Übung mehrmals pro Tag. Versuchen Sie vor allem, sie dann zu machen, wenn sich negative Gedanken einnisten oder Sie irgendetwas ärgern will.

Wenn Ihnen das immer besser gelingt, können Sie die Intensität steigern, bis hin zu einem herzhaften Lachen. Und das mehrmals täglich. Sie werden überrascht sein, wie sich dadurch Ihre Lebensqualität spürbar verbessert.

Weitere Übungen und wissenschaftliche Artikel rund ums Thema Lachen und Humor finden Sie auf unserer Website:

https://prohumanitas.ch/lachgruppe.shtml

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Waldbaden

Dieser Begriff wurde von japanischen Forschern kreiert, welche die Heilwirkung des Waldes untersucht haben. Es gibt sogar Ärzte, die Waldbaden als Rezept ausstellen. Eigentlich verständlich, wenn man sich näher damit beschäftigt.

Bildquelle: https://www.atupri.ch/de/maxyourhealth/anleitung-waldbaden

Nach nur vier Stunden Aufenthalt im Wald konnte festgestellt werden, dass

- Herzrhythmus und Blutdruck abnehmen,
- der Blutzuckerspiegel sinkt,
- Adrenalin abgebaut wird, von 30 % (bei Männern) bis 50 % (bei Frauen),
- natürliche Killerzellen des Immunsystems zunehmen.

Wie wichtig alle vier Punkte gerade bei einer Krebserkrankung sind, dürfte zwischenzeitlich klar sein. Wir brauchen uns dabei nicht täglich vier Stunden im Wald aufzuhalten. Die positive Wirkung auf das Immunsystem hält noch mehrere Tage nach dem Waldbaden an.

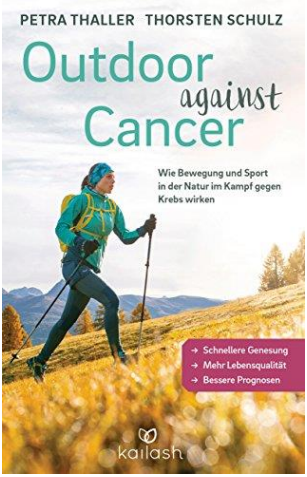
https://utopia.de/ratgeber/waldspaziergang-darum-ist-er-so-gesund/

Es fördert gleichzeitig die Wahrnehmung, dass die Natur eine wichtige Kraftquelle ist. Dass wir untrennbar mit der Natur verbunden sind. Mattheo Pfleger sagt dazu: «Das Leben auf der Erde ist ein systemisches, tief vernetztes Geschehen. Gelingt es uns, das in unser Denken, Lehren und Wirtschaften zu integrieren, öffnen sich wundervolle Potentiale.»

https://biokrebs-news.de/link.php?link=06_02_04_87_x02_1E

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Bewegungstherapie / Sport



Dass regelmässige Bewegung zur Vermeidung von Krebs beitragen kann, haben wir bereits gesehen. Es ist aber auch erweisen, dass **moderater Sport** – am Besten in der Natur – die Genesung beschleunigt.

Dies nicht nur wegen der optimaleren Sauerstoffversorgung des Gewebes, was die Krebszellen darin unterstützt, sich wieder in gesunde Zellen zurückbilden zu können. Bewegung führt zu einem besseren Abtransport von Toxinen durch das **Lymphsystem**. Da seine Bahnen keine eigene Pumpe haben, wird die Lymphflüssigkeit nur durch Kontraktion der Muskeln weitertransportiert. Also nur dann, wenn wir uns Bewegen! Wer sich nicht bewegen kann, sollte eine Lymphdrainage ins Auge fassen. Der Körper muss entgiften können, wenn er den Krebs loswerden will. Doch Vorsicht: Nicht jede Form von Lymphdrainage ist bei Krebs geeignet.

Der Sportmediziner *Dr. Freerk T. Baumann* stellt fest: „Alle Daten zeigen, dass die Wirkung regelmässiger Bewegung bei Brust- und Darmkrebs mit derjenigen neuer Krebsmedikamente, die international als Durchbruch zur Krebsbehandlung gefeiert werden, durchaus vergleichbar ist.“

Die neusten Erkenntnisse gehen sogar soweit, dass sie beurteilen können, bei welcher Krebsart wie viel Sport optimal ist. Nicht bei jeder Krebsart ist allerdings die gleiche Bewegungsform möglich. Bei vorhandenen Knochenmetastasen zum Beispiel ist Rücksicht auf das erhöhte Risiko von Brüchen zu nehmen.

https://www.welt.de/gesundheit/article152342048/So-hilft-Sport-im-Kampf-gegen-den-Krebs.html

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Energieverbrauch bei verschiedenen Aktivitäten, gemessen in MET pro Stunde[38]

Dasitzen und fernsehen	1,0	Aktivitäten des täglichen Lebens
Dasitzen und nähen	1,5	
Zur Bushaltestelle gehen	2,5	
Auto einladen/ausladen	3,0	
Den Müll hinausbringen	3,0	
Mit dem Hund spazieren gehen	3,0	
Hausarbeit, mittlere Anstrengung	3,5	
Staubsaugen	3,5	
Laub vom Rasen rechen	4,0	
Gartenarbeit (ohne Hochheben)	4,4	
Rasen mähen (elektrischer Mäher)	4,5	
Klavier spielen	2,3	Sanft (weniger als 3 MET/h)
Kanu fahren (als Freizeitsport)	2,5	
Golf (mit Wagen)	2,5	
Gehen (langsam, 3 km/h)	2,5	
Tanzen (langsam)	2,9	
Gehen (zügig, 5 km/h)	3,3	Mäßig (3 bis 5 MET/h)
Fahrrad fahren (langsam)	3,5	
Gymnastik (ohne Gewichte)	4,0	
Golf (ohne Wagen)	4,4	
Schwimmen (langsam)	4,5	
Walken (6,5 km/h)	4,5	
Holz hacken	4,9	
Tennis (als Doppel)	5	Anstrengend (5 bis 12 MET/h)
Tanzen (schnell, Walzer, Salsa etc.)	5,5	
Fahrrad fahren (mäßig schnell)	5,7	
Aerobic	6,0	
Inlineskaten	6,5	
Ski fahren (Abfahrt oder Langlauf)	6,8	
Bergsteigen (ohne schwere Lasten)	6,9	
Schwimmen (schnell)	7,0	
Power Walken (8 km /h)	8,0	
Karate für Krebspatienten	8,0	
Joggen (10 km/h)	10,2	
Seilspringen	12,0	
Intensives Kampfsporttraining	12,0	
Squash	12,1	

Studien zeigen, dass Bewegung dem Körper hilft, den Krebs zu bekämpfen, aber die richtige Dosis (errechnet in Einheiten namens MET) ist nicht für alle Krebsarten gleich. Bei Brustkrebs scheinen 30 Minuten Gehen in normalem Tempo sechsmal pro Woche (9 MET pro Woche) richtig. Bei Dickdarm- und Enddarmkrebs muss man die Dosis verdoppeln (18 MET pro Woche). Um bei Prostatakrebs eine Wirkung zu erzielen, sind 30 MET erforderlich (30 Minuten Joggen oder eine Stunde Fahrrad fahren, sechsmal pro Woche).

Bildquelle: Dr. med. David Servan-Schreiber, Das Anti-Krebs-Buch

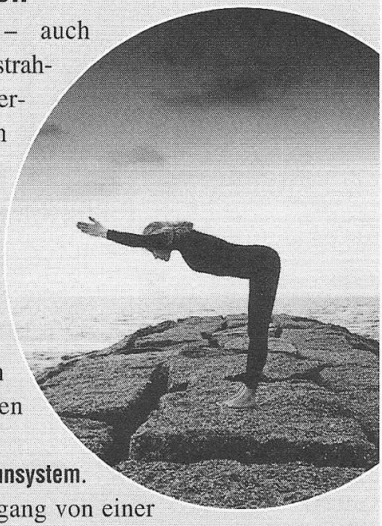
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Bevor mit einer Bewegungstherapie begonnen wird, sollte mittels einer Laktatmessung der optimale Trainingsbereich bestimmt werden (siehe Kapitel Laktatmessung). Dabei erfahren Sie, wo Ihre Grenze vom Fettstoffwechsel zum Kohlehydratstoffwechsel liegt.

In einem anaeroben Bereich kommt es zu einer belastenden Übersäuerung. Spitzensport ist daher bei Krebserkrankungen nicht zu empfehlen.

Gymnastik hilft Krebskranken

Krebspatienten brauchen Bewegung – auch während der Chemotheraphie oder Bestrahlung. Eine Untersuchung zweier Universitäten in Kanada und den Vereinigten Staaten zeigt, dass sich **sportliche Aktivität** positiv auf das körperliche **Wohlbefinden** der Patienten auswirkt und ihre **Ausdauer erhöht**. «Bewegung hilft gegen Müdigkeit und Depressionen«, stellt Sportprofessor Kerry Courneya fest. Dennoch empfehlen die meisten Krebstherapeuten ihren Patienten Ruhe.



Gymnastik hingegen **stärkt das Immunsystem**. Und nur schon ein täglicher Spaziergang von einer halben Stunde wirkt belebend. Wenn der Hormonhaushalt durch regelmässiges Bewegungstraining beeinflusst wird, könnte das den Heilungsprozess ankurbeln.

Artikel aus dem Magazin der Sanitas-Krankenkasse

http://www.welt.de/wissenschaft/krebs/article2755879/Aerzte-empfehlen-Sport-als-Medizin-gegen-Krebs.html

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Nehmen Sie sich die Zeit, langsam aufzubauen. Das Ziel besteht nicht in einem Marathonlauf, sondern fit zu sein.

Bauen Sie mehr Bewegung in den Tagesablauf ein. Nehmen Sie anstelle des Lifts oder der Rolltreppe die normale Treppe. Fahren Sie mit dem Auto einkaufen, dann parkieren auf dem Parkplatz, der am weitesten vom Shopping-Eingang entfernt liegt. Fahren Sie mit dem Bus, dann laufen Sie bis zur übernächsten Haltestelle.

Klären Sie mit Ihrem Onkologen oder behandelnden Arzt ab, ob die Möglichkeit von Knochenmetastasen besteht. Wenn dies der Fall ist, dürfen Sie Bewegungstherapie nur auf Anweisung des Arztes (REHA-Verordnung) unter fachlicher Anleitung ausführen (zum Beispiel Physiotherapie, Eurhythmie etc).

Wenn Sie bisher ein Bewegungsmuffel waren oder nach einer Operation mangels Kraft und Ausdauer weder Walken, Radfahren noch Joggen können, beginnen Sie mit einfachen Übungen zu Hause. Nutzen Sie dazu einen der kostenlosen Online-Bewegungscoachs, wie ihn zum Beispiel auch die Migros anbietet:

https://www.migros-impuls.ch/de/coach-abnehmen-fitter-werden

Auch in einem Kurs (Migros, Fitnessstudio, Kneippverein, Turnverein etc) in Ihrer Nähe können Sie Ihren Körper in Bewegung bringen. Nebst dem Walken, Radfahren oder Schwimmen können Sie Ihr **tägliches 45 minütiges Programm** auch drinnen absolvieren. Nachfolgend ein paar Möglichkeiten.

Gymnastik

Bildquelle: phoenix.nu

Eignet sich ideal, um langsam aufzubauen und den Körper auch mit Dehnungen an seine eigentlichen ausführenden Funktionen zu gewöhnen. Hier eine Aufstellung verschiedenster Übungen:

https://www.gesundheit.de/fitness/fitness-uebungen

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Qi-Gong

Dies ist eine chinesische Form der Kombination von Meditation, Konzentration und Bewegung. Durch langsame Bewegungen in Verbindung mit Vorstellungsbildern (zum Beispiel der fliegende Kranich) wird gleichzeitig der Energiefluss im Körper bewusst wahrgenommen. Wie auch bei den im Kapitel «Mind-Body-Medizin» beschriebenen Methoden kommen wir dabei ins Hier und Jetzt. Die Grundlage für Heilung wird geschaffen. Auch in der Psychoonkologie wird Qi-Gong erfolgreich eingesetzt.

Bildquelle: feeltheqi.com

http://www.naturheilmagazin.de/natuerlich-heilen/krankheiten-a-bis-z/krebs/qigong-bei-krebs.html

Yoga

Viele Brustkrebspatientinnen leiden nach den medizinischen Behandlungen unter dem sogenannten Fatigue-Syndrom. Eine randomisierte klinische Studie konnte den Nachweis einer Besserung durch Yoga belegen. Auch die Entzündungsparameter haben sich im Verlaufe einiger Monate verbessert.

http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/57389/Mammakarzinom-Yoga-lindert-Fatigue-Syndrom

Therabanding

Als einfaches Übungsinstrument, das keinen Platzbedarf fordert, hat sich in jüngster Zeit das Theraband bewährt. Es gibt viele verschiedene reissfeste Bänder mit unterschiedlichem Härtegrad (je weicher, desto einfacher zu dehnen). So können Sie sich stetig steigern. Ideal um mehr Kraft zu gewinnen.

Bildquelle: q-health.com

https://www.uniklinik-freiburg.de/fileadmin/mediapool/09_zentren/physiotherapie/pdf/ZPT_Theraband_UEbungen_2m.pdf

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Rebounding

Ein schonendes und gleichsam wunderbar aktivierendes Training können Sie auf einem Minitrampolin erleben. Wippen und Gehen tun gut. Aber: Hüpfen und Powertraining führt zu einer massiven Übersäuerung (Laktatwerte bis 10 mmol!). Die Anwendung ist äusserst gelenkschonend und stimuliert das Lymphsystem. Es soll sogar effektiver sein als Jogging. Nachfolgend ein paar Videos. Bildquelle: gesundheit-mit-sport.de

https://www.srf.ch/sendungen/puls/lifestyle/fit-und-munter-mit-dem-mini-trampolin

Heileurhythmie

Durch bestimmte Bewegungsabläufe, die dem Sprechen zu Grunde liegen, werden der Stoffwechsel und alle rhythmischen Prozesse (Kreislauf, Verdauung, Wärmehaushalt etc) des Körpers harmonisiert und gefestigt. Die Therapieform verbessert somit die inneren Lebenskräfte und das seelische Gleichgewicht. Ich bezeichne es gerne als das westliche Qi-Gong.

Bildquelle: paracelsus-krankenhaus.de

https://www.paracelsus-krankenhaus.de/integratives-therapiekonzept/heileurythmie

Tanz

Wenn Sie es rhythmisch und mit bewegter Musik mögen, wieso dann nicht Tanzen? Sie brauchen ja nicht gleich Turniertänzer/in zu werden. Es geht um die gemächliche Bewegung und verbreitet wahre Lebensfreude. In jedem grösseren Ort finden Sie Tanzschulen, wo sie – sofern Sie keinen Tanzpartner haben – auch allein hingehen können.

Bildquelle: www.dance-vision.ch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

HIIT

Eine besonderes effiziente Bewegungsform ist das HochIntensive Intervall Training (HIIT). Es lässt sich aufgrund seiner Einfachheit auch für Bewegungsmuffel problemlos in den Alltag integrieren. Die kurzen Einheiten reichen aus, um die Bildung neuer Mitochondrien, der Energiekraftwerke unserer Zellen, zu stimulieren. Bereits nach wenigen Wochen verspüren wir eine grössere Vitalität. Wie geht das?

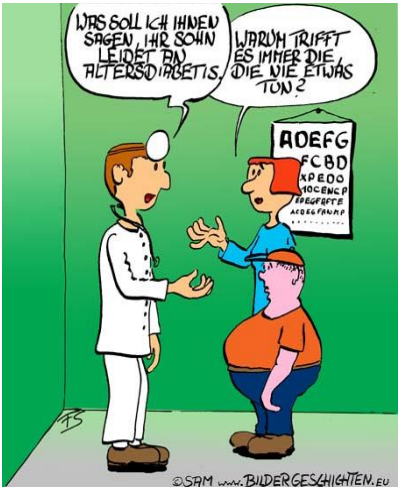
Wir fordern der Körper für einige Sekunden heraus, als wäre der Tiger hinter uns her. Sei dies ein Sprint beim Spazieren oder Radfahren, mit Seilspringen, Planks, Holzhacken etc. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Danach folgt eine Verschnaufpause. Dann hat uns der Tiger wieder eingeholt, nochmals alles Geben. Wieder eine Erholungsphase. Und das ein paar Mal wiederholen. Fertig.

Woche	Training	Gesamdauer	Einheit pro Woche
1 & 2	15 Sekunden HIIT 60 Sekunden Erholungsphase	10 Minuten	2
2 & 3	15 Sekunden HIIT 60 Sekunden Erholungsphase	10 Minuten	3
5 bis 8	15 Sekunden HIIT 45 Sekunden Erholungsphase	12 Minuten	3
9 bis 12	15 Sekunden HIIT 45 Sekunden Erholungsphase	14 Minuten	3

Idealerweise machen wir vorab ein paar Dehnungsübungen und gehen mit nüchternem Magen in das Training (auch ohne Süssgetränke). Die Wirkung ist nachhaltiger, wenn wir nach dem Training keine kohlehydratlastige Mahlzeit zu uns nehmen.

https://www.perfekterkoerper.com/hiit-training

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



Nochmals: Bewegen Sie sich möglichst in der freien Natur, am Besten im Wald. Sie schlagen damit mehrere Fliegen mit einer Klappe. Die Bewegung unterstützt die Sauerstoffversorgung, setzt Sie dem natürlichen Magnetfeld der Erde aus, das in Innenräumen meist fehlt, und Sie erhöhen den Vitamin D-Spiegel. Letzteres funktioniert auch bei bedecktem Himmel, da ein Teil der UV-Strahlen durch die Wolkendecke dringt.

Sauerstoff-Therapie

Die zentrale Rolle von Sauerstoff habe ich bereits erwähnt. Obschon es noch keine aussagekräftigen Studien über die Therapie bei Krebs gibt, fügt sie sich logisch in ein Therapiekonzept ein. Damit der Körper keine Krebszellen mehr benötigt, müssen wir ihm genügend Sauerstoff zuführen. Ist dies über Bewegung nicht ausreichend möglich oder reicht diese zur Sauerstoffsättigung nicht aus, macht es durchaus Sinn, Sauerstoff zuzuführen. Es gibt mehrere Methoden. Am Bekanntesten ist die **Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie** (SMT) nach *Prof. Dr. Manfred von Ardenne*. Ich kombiniere diese Methode gerne mit der Magnetfeld- und Fussreflexzonen-Therapie. Drei Fliegen mit einer Klappe.

Bildquelle: samariter.ch

https://med.ardenne.de/o2mt/

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Magnetfeld-Therapie

Die stetig steigenden elektromagnetischen Einflüsse, Beton, Teerisolationen, Fehlernährung und Missverhältnisse an Mineralstoffen stellen unser fein abgestimmtes System oft vor unüberwindbare Herausforderungen. Das sogenannte Zellmembranpotential (die elektrische Spannung an der Zellwand) sinkt bei Krebszellen auf kaum mehr 20 Millivolt. Dadurch können sie wichtige Mineral- und Botenstoffe weder aufnehmen noch abgeben. Das heisst, die Zelle kann nicht mehr richtig entgiften und mit dem umliegenden Zellverbund nur ungenügend kommunizieren (siehe auch Kapitel «Bioresonanz-Therapie».

Bildquelle: dr-gunter-mueller.de

Spezielle Technologien wie ein pulsierendes Magnetfeld oder die nicht-invasive Induktions-Therapie sollen es möglich machen, das Membranpotential gezielt anzuheben und dadurch den Ionenaustausch wieder aufzubauen. Der Zellstoffwechsel kommt in Gang und die Zellen können wieder ungehindert miteinander kommunizieren.

„Vor allen Dingen verbessert es die Atemkette, der Sauerstoff im Blut wird angereichert und damit kommt sofort auch ein subjektives Wohlbefinden.“ *PD Dr. med. Guido Sell (Uni Wuppertal)*

„Die Kostenersparnis durch praktisch völligen Wegfall von Medikamenten und sonstiger physikalischer Behandlung ist beachtenswert.“ *Dr. med. Johannes Schultze*

https://naturheilzentrum-oberland.ch/therapien/magnetfeld-therapie/

Um ein optimales Membranpotential der Zellen zu erreichen, ist eine ausreichende Versorgung mit Kalium, Magnesium, Mangan,

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Calcium und Zink wichtig. Zudem kann sich die Wirkung durch die gleichzeitige Gabe von Sauerstoff erheblich steigern.

Vorsicht: Es gibt zahlreiche Anbieter und die Qualität der sogenannten Magnetfeldmatten ist oft bescheiden. Denn je kleiner die benutzten Spulen, desto geringer ist auch die Wirkung. Investieren Sie nur in professionelle, therapeutische Instrumente. Diese sind oft sogar günstiger. Im Zweifelsfall fragen Sie mich einfach.

Galvanotherapie

Ein ähnliches Ziel wird mit der Galvanotherapie verfolgt, in dem Gleichstrom durch das Gewebe geleitet wird. Strom hat die Eigenschaft, stets den Weg des geringsten Widerstands zu nehmen. Aufgrund der erhöhten elektrischen Leitfähigkeit von Krebszellen, fokussiert sich dieser auf das kranke Gewebe und schont dabei das gesunde.

Dr. med. Heinz P. Mayer hat in Zusammenarbeit mit dem radiologischen Institut für interventionelle Radiologie der Wolfgang Goethe Universität Frankfurt (Prof. Dr. Thomas Vogl) eine Studie zur Evaluierung der Wirksamkeit der Galvano-Therapie beim Prostatakarzinom durchgeführt. Nach ihm ergibt sich die Wirkung vor allem aus dem Zusammenspiel folgender Effekte:

- Elektrolyse
- Aktivierung des Immunsystems
- Verringerung der Durchblutung und der Sauerstoffversorgung des Tumors
- Verringerung des Tumorwachstums
- Schädigungen der Zellmembranen
- sog. antimetastatischer Effekt

Er schreibt weiter: „Bei folgenden Tumorarten wurde die Galvano-Therapie bereits erfolgreich angewendet:

- Prostatakarzinome

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

- Mammakarzinome, isolierte axillare, thoraxwandnahe Lymphknoten
- isolierte Lungen- und Lebermetastasen (bei anatomischer Möglichkeit und Vorhaltung entsprechender technischer Einrichtungen)
- Hautkarzinome jeder Genese (z. B. Melanom, Spinaliom, Basaliom u. a.) und Hautmetastasen
- Vulvakarzinome
- Gebärmutterhalskrebs
- alle Tumoren im HNO-Bereich
- Schilddrüsentumoren
- Rezidive nach Strahlen- und/oder Chemotherapie
- Tumoren der Speicheldrüse
- Nierentumoren
- Sarkome, isolierte Knochentumoren und Knochenmetastasen“

Unterliegen Sie aber nicht der Versuchung, sich jetzt an irgendein billiges Gleichstromgerät anzuschliessen. Die heutigen Therapiegeräte sind computergesteuert und müssen von einer medizinischen Fachperson bedient werden.

Bildquelle: hyperthermie-zentrum-hannover.de

Wenn ich mich genötigt sähe, Tumorgewebe zu verkleinern, dann würde ich diese Therapieform unter Begleitung einer intensiven Ausleitungstherapie der klassisch-medizinischen Therapieformen vorziehen. Beachten Sie auch hier die Grundlagen der Anti-Krebs-Ernährung und anderer Verfahren, damit eventuell freigelegte Krebsstammzellen nicht überleben können.

http://www.galvanotherapie-heute.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Hyperthermie

Selbst Wärme stellt einen wichtigen Aspekt in der Krebstherapie dar. Sie hilft nicht nur zusätzlich zu entschlacken und entgiften. *Prof. Dr. med. Michael Bamberg* von der Universität Tübingen beschreibt dies so: „Wir wissen schon lange, dass Krebszellen hitzeempfindlicher sind als gesunde Zellen. Daher gab es immer wieder Versuche, Krebs mit Hilfe von Wärme zu bekämpfen. Aber erst in den letzten 20 Jahren ist es amerikanischen Technikern gelungen, ein System zu entwickeln, das die Wärme über elektromagnetische Wellen in den Tumor bringt und die Temperatur präzise steuern kann. Die richtige Temperatur ist sehr wichtig, sie muss genau zwischen 42 und 43 Grad liegen: Ist sie niedriger, bleibt die Behandlung ohne Effekt, ist sie höher, kann sie im gesunden Gewebe Schaden anrichten."

Prof. Dr. Werner Bautz (mitte), Ärztlicher Direktor des Universitätsklinikums Erlangen, Prof. Dr. Rolf Sauer (links), Direktor der Strahlenklinik, Oberarzt Dr. Oliver Ott (rechts) und eine „Patientin" bei der Vorstellung des neuen Hyperthermiegerätes.

Ich setze bei Melanomen und Tumoren, die direkt unter der Haut liegen die lokale Hyperthermie mit dem wIRA-Strahler (wassergefiltertes Infrarot A) ein.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/therapien/infrarotherapie-wira/

Für tieferliegende Geschwülste eignet sich zum Beispiel auch die Indiba-Therapie:

https://docplayer.org/22716712-Hyperthermie-ekt-und-ert-indiba-hyperthermie.html

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Infusions-Therapie

Zahlreiche Stoffe, die sich als wirksam erwiesen haben, bringen über die orale Einnahme oft zu wenig Erfolg. Denken Sie daran, die Substanz muss ja zuerst im Verdauungstrakt aufgenommen, dann in der Leber verstoffwechselt und schliesslich im Blut zum Tumor transportiert werden können. Um im Blut eine genügend hohe Dosis zu erreichen, müssten Sie zum Beispiel Kurkuma dosenweise konsumieren. Das gleiche gilt für Vitamin C (siehe Kapitel «Orthomolekulare Medizin»).

Bildquelle. Erfolgreich-therapieren.de

Als äusserst wirkungsvoll hat sich in der Infusionstherapie auch Artesunat erwiesen, ein Präparat aus der Beifuss-Pflanze.

http://www.artesunat.info

In Deutschland sind solche Behandlungen gang und gäbe. In der Schweiz werden sie leider nur selten angeboten. Mehr hier:

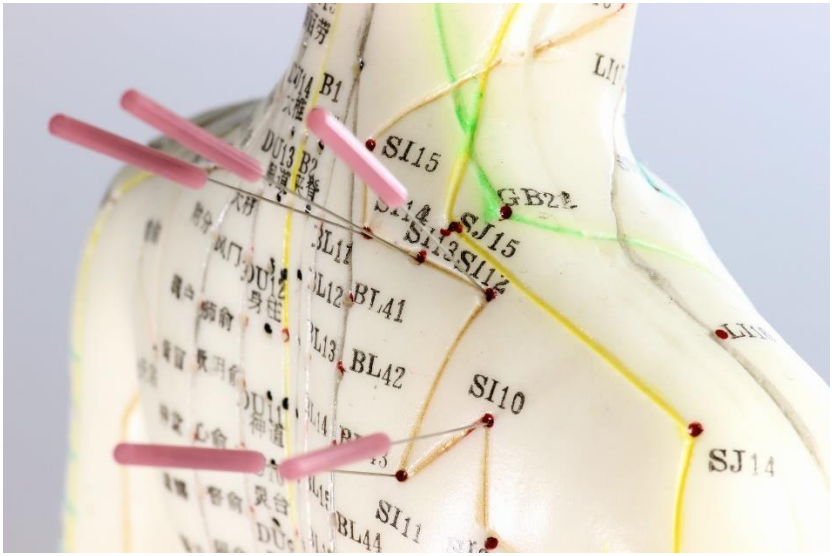
http://www.gesundheits-lexikon.com/Therapie/Weitere-konventionelle-Therapien/Infusionstherapie-.html

Natürlich besteht die Herausforderung, das Medikament in die Zellen zu bringen immer noch. Durch einen deutschen Onkologen bin ich auf ein Gerät gestossen, das genau dies ermöglicht. Es nennt sich me2.vie. Durch geringe Stromstösse werden die Zellmembranen durchlässiger gemacht. Die Erfolge sind überwältigend. Zwischenzeitlich wenden wir es auch in unserer Praxis an.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/therapien/mitochondriale-therapie/

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Akupunktur



Über die Akupunktur liegen zwischenzeitlich so viele Studien vor, dass Sie sogar in den neuen evidenzbasierten S3-Leitlinien für die «Behandlung onkologischer Patienten mit komplementär-medizinischen Verfahren» empfohlen wird.

Die Schwerpunkte liegen in der Milderung von Nebenwirkungen durch die klassische Medizin (Erbrechen, Übelkeit, Hitzewallungen, Gelenkbeschwerden, Fatigue) sowie der Schmerzbehandlung.

Ich gehe davon aus, dass die Akupunktur den meisten Menschen ein Begriff ist, weshalb hier nicht weiter darauf eingehe.

https://naturheilzentrum-oberland.ch/therapien/akupunktur/

Jede Krankheit ist heilbar, nur nicht jeder Mensch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die Wahl der richtigen Therapie

Mit dem Studium dieses Lehrbuchs zeigen Sie, dass Sie Ihr Leben nicht leichtfertig in fremde Hände geben wollen.

Herzliche Gratulation!

Und jetzt beweisen Sie sich und Anderen, dass Krebs heilbar ist.

Es gibt mehr Therapiemöglichkeiten, als Sie jemals werden machen können. Also: Stürzen Sie sich nicht unüberlegt in etwas hinein. Oft höre ich „ich *muss* jetzt Chemo machen“ oder „der Heiler hat gesagt, *dass*…“. Nehmen Sie sich eine Auszeit, um die Verantwortung für Ihre Genesung selbst zu übernehmen. Viele Erkrankte meinen in ihrem ersten Schock, dass ein Arzt oder Therapeut sie gesund machen kann. Das ist nicht möglich! **Nur Ihr Körper, Ihr Immunsystem, nur Sie können das.**

Die Möglichkeiten, sich behandeln zu lassen sind vielfältig – und individuell. Klar ist, dass der Organismus zwingend Hilfe benötigt. Klar ist auch, dass die Art der Hilfe, der Therapie genauso einzigartig ist wie der Fingerabdruck eines Menschen.

Die Herausforderung besteht darin abzuwägen, welche Therapien kombiniert werden können und Ihnen *langfristig* den grössten Nutzen bringen.

Bildquelle: coachteam.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Normalerweise kann jeder Mensch in sich gehen und dabei fühlen, welche Massnahmen für ihn die Richtigen sind. Doch unter dem Druck der angeblich tödlichen Krankheit und manchmal gar den Drohungen seitens von Ärzten oder Versprechen von dubiosen Heilern ist das nicht einfach.

Nur zu gerne klammert man sich an einen Strohhalm, der Rettung verspricht, auch wenn dieser unter Umständen den Körper durch seine Gifte vollends tötet. Zwischenzeitlich gibt es sogar einige Ärzte, die sagen: „Schulmedizin wird bei Bedarf *ergänzend* zur biologischen Medizin angewandt" – und nicht umgekehrt.

Gehen Sie in sich. Was glauben Sie, hilft Ihnen am besten? Seien Sie zurückhaltend bei Therapien, die Ihnen widerstreben und von denen Sie glauben, dass sie keinen Nutzen haben. Wenn Sie unsicher sind, ziehen Sie Laboranalysen hinzu (siehe Kapitel «Übersicht Diagnostik»). Eine Therapie braucht Ihre volle innere Unterstützung, Ihren Glauben daran. Das bedingt aber, dass Sie sich ohne Druck die Zeit nehmen, um erst einmal Klarheit zu schaffen, was Sie wirklich wollen. Setzen Sie sich auch nach diesem Seminar weiter mit dem Thema auseinander. Zeigen Sie Bereitschaft, sich und Ihre Lebensgewohnheiten zu verändern. Denken Sie daran:

Die Erstdiagnose „Krebs" ist meist *kein* Notfall!

Wählen Sie – unabhängig von irgendwelchen Heilsversprechen – in Ruhe die Vertrauenspersonen aus, bei denen Sie ein gutes Gefühl haben. Wenn Sie glauben, *Ihren Weg* gefunden und die richtigen Ärzte und Therapeuten (meist reicht Einer allein nicht aus), die Sie seriös und einfühlsam durch die Erkrankung begleiten, entdeckt zu haben, dann gehen Sie diesen Weg konsequent und voller Zuversicht.

Halten Sie sich auch vor Augen, dass bereits unzählige Menschen von der Diagnose „Krebs" genesen sind.

Nachfolgend das mögliche Vorgehen einer biologischen Klinik:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Die beiden ganzheitlich arbeitenden Ärzte Dr. med. Uwe Reuter und Dr. med. Ralf Oettmeier fassen ihre Vorgehensweise bei Krebs in nebenstehender Checkliste zusammen (entnommen aus dem Buch Biologische Krebsbehandlung heute – Sag JA zum LEBEN! ProLeben Fachverlag Greiz).

Checkliste der Vorgehensweise der ProLeben Medizin bei Prophylaxe und Therapie

1. Biologische Basismedizin
(erbracht durch qualifizierte Schwester, assoziierten Gesundheitsberater, Heilpraktiker, Apotheker, Physiotherapeut, in Eigenverantwortung)

- Wohnbiologie
- Gesunde Esskultur
- Allgemeine Entgiftung und Entsäuerung
- Allgemeine Energieanregung
- Basisversorgung
- Nahrungsergänzungsmittel
- Natürliche Hausmittel, Hausapotheke
- Gesunde Bewegung und Freizeitsport
- Asiatische Gesundheitstechniken (z.B. Ayurveda, Tai Qui, Yoga u.a.)
- Grundsätze Stressabbau und Entspannungsverfahren
- Glaube, Gebet, Seelsorge, gesellschaftliche Integration

2. Biologische Regulationsmedizin (primär)
(qualifizierter biologischer Arzt, Zahnarzt, Physiotherapeut, Heilpraktiker)

- Ergänzende Diagnostik auf allen Körperebenen
- Wichtige Krankheitsursachen beseitigen
- Gezielte Ausleitung und Entgiftung
- Typgerechte Ernährung
- Spezielle Energieanregung
- Orthomolekulare Therapie
- Immunmodulation und –stimulation
- Biologische Schmerz- und Krebstherapie
- Ganzheitl. Physiotherapie, manuelle Medizin, Osteopathie
- Naturheilkundliche Arzneitherapie
- Homöopathie
- Spezielle Psychoharmonisierung

3. Orthodoxe Schulmedizin
(komplementär)

- Spezialdiagnostik beim Vorliegen therapeutischer Konsequenzen
- Notfallmedizin
- Spezielle Labordiagnostik
- Pharmaka beim Versagen biologischer Verfahren
- Notwendige invasive bzw. operative Interventionen

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Wenn Sie sich für einen alternativen Weg entscheiden, dann holen Sie sich noch mehr Informationen. Im „Patientenratgeber Krebs“ von *Prof. Dr. med. Karsten Münstedt* finden Sie zahlreich bewährte natürliche Präparate, die ich noch nicht erwähnt habe.

Falls Sie sich für die integrative Medizin (klassische und komplementäre Medizin kombiniert) entscheiden, dann besorgen Sie sich zusätzlich das Buch von *Prof. Dr. med. Josef Beuth*, „Gut durch die Krebstherapie“. Er beschreibt darin, wie Sie die Nebenwirkungen von A wie Abwehrschwäche bis Z wie Zahnfleischbluten auf natürliche Art lindern können.

Sofern Sie bisher nur den klassisch medizinischen Weg gegangen sind, dann denken Sie daran, dass die eigentliche Behandlung erst dann anfängt, wenn die klassische Behandlung beendet ist. Jetzt gilt es den Körper aufzubauen, um Rezidive zu verhindern. Nehmen Sie sich die Aussagen im Interview mit *Prof. Dr. med. Thomas Rau* zu Herzen:

https://www.youtube.com/watch?v=IzqOkNV3bDU

„Krebs ist durch eine gesunde Lebensweise vermeidbar und grundsätzlich durch eine aufbauende Therapie reversibel.“
Aus dem Buch «Die Zukunft der Krebsmedizin»

Der *Deutsche Krebsinformationsdienst* verweist auf die Frage, ob man sich vor Krebs schützen kann, auf drei kneipp’sche Säulen: „Ausser dem Rat, bekannte krebsfördernde Risiken zu vermeiden, sich viel zu bewegen und gesund zu ernähren, gibt es keine Empfehlung für eine Lebensweise mit ‚Gesundheitsgarantie‘. Als gesundheitsfördernd im umfassenderen Sinn sollte man alles betrachten, was zum individuellen seelischen Wohlbefinden beiträgt.“

Also: Nehmen Sie sich eine Auszeit, vielleicht gar in einem Kurhaus für biologische Medizin, und bereiten Sie sich auf das vor, was Sie wirklich wollen, auf das, was Ihnen guttut.

https://www.biokrebs.de/schwerpunktthema/august-2021

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Selbsthilfe & Prävention mit Kneipp

Bildquelle: gesund-vital-online.de

„Ärzte wenden enorme Mengen an Zeit, Energie und Geld für die Behandlung von Krebs auf, investieren aber nicht viel Zeit, ihren Patienten mitzuteilen, was sie tun können, damit Krebs gar nicht erst entsteht. Das ist umso erstaunlicher, als die Ärzte heute die Ursache von rund 80 Prozent aller Krebserkrankungen kennen. Aus meiner Sicht sollten Sie also in der Lage sein, Ihr Krebsrisiko um 80 Prozent zu verringern, in dem Sie alle ‚Auslöser' von Krebs möglichst meiden."
Dr. med. Vernon Colemann

Damit schwimmen Sie möglicherweise nicht mehr auf der Trendwelle und bereiten Ihr leckeres Müesli auch mal selbst zu. Ihr Körper wird sich dafür mit Gesundheit erkenntlich zeigen und Ihre Lebensqualität nimmt zu.

Viele der zuvor beschriebenen natürlichen Massnahmen sind schon im Einzelnen den schulmedizinischen Therapien ebenbürtig oder gar überlegen. Können Sie sich vorstellen, wie die Heilungschancen sind, wenn Sie diese Massnahmen zur Steigerung der Selbstheilungskräfte richtig kombinieren?!

Ob Sie sich für eine klassische Behandlung entscheiden, den Weg mit natürlichen Therapien begehen oder beides zusammen machen, einige Punkte sollten Sie unbedingt beachten, damit der Krebs keine Chance hat.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Derzeit gibt es weltweit nur eine einzige Gesundheitsphilosophie, in der viele der erwähnten Erkenntnisse zusammenfliessen: Die **fünf Säulen der Gesundheit** nach *Pfarrer Sebastian Kneipp*:

- ausgewogene Ernährung
- regelmässige Bewegung
- immunstimulierende Wasseranwendungen
- gezielter Einsatz von Heilkräutern
- bewusste Lebensordnung
  (Stressmanagement, Umweltgifte meiden)

Damit etabliert sich die Lebensweise nach Kneipp zur derzeit besten Strategie der Krebs Vor- und Nachsorge. Zu «kneippen» ist gesunder Menschenverstand! Umso wichtiger, dass wir diese Erkenntnis verbreiten und die Kneippvereine vor Ort unterstützen.

Krebs ist eine Zivilisationskrankheit – das heisst, wenn wir wollen, dass sich etwas verändert, müssen wir *uns*, unseren Lebensstil, verändern.

1. Machen Sie eine Standortanalyse

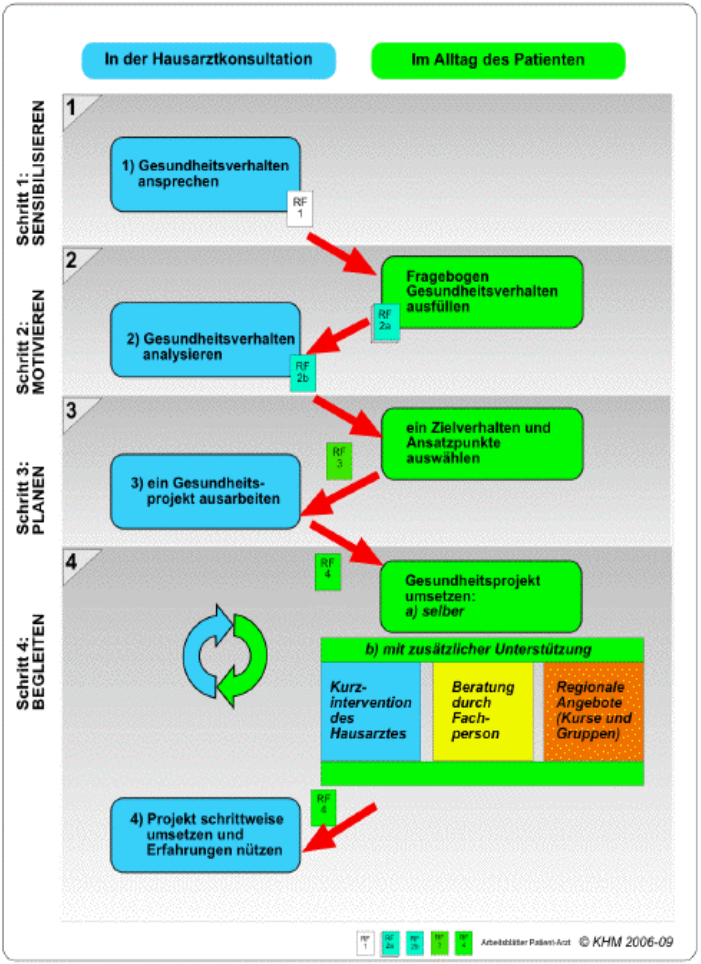
Das Magazin *Gesundheitstipp* hat im April 2012 acht Punkte aufgestellt, was bei einer Krebsdiagnose zu tun ist:

- Nehmen Sie sich ein paar Tage Zeit, um den Schock zu verdauen.
- Informieren Sie sich über die Krankheit.
- Reden Sie mit Freunden, Familie und Ärzten über Ihre Ängste.
- In Selbsthilfegruppen finden Sie Kontakt zu anderen Betroffenen.
- Wählen Sie einen Arzt des Vertrauens, der die Behandlungen koordiniert.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

- Nur Sie allein bestimmen, welche Therapien Sie machen wollen. Erkundigen Sie sich über die Vor- und Nachteile.
- Sammeln Sie Untersuchungsergebnisse und legen Sie Ihre eigene Patientenmappe an.
- Tun Sie sich täglich etwas Gutes und achten Sie auf Ihre Bedürfnisse.

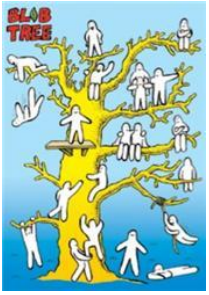
Gewisse Hausärzte übernehmen zwischenzeitlich sogar selbst eine Coachingfunktion.



Bildquelle: gesundheitscoaching-khm.ch

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Persönliche Analyse



Uns sollte bewusst sein, wo wir stehen und wo wir hinwollen. Daraus können wir einen Lebensplan ableiten. Vielen Menschen fällt das nicht einfach. Dann sollten wir über den eigenen Schatten springen können und die Hilfe eines Psychologen oder Coaches in Betracht ziehen. Einzelne Punkte kann allerdings auch Ihr Hausarzt abdecken. Bildquelle: cvjm-aalen.de

Befassen Sie sich jetzt mit ein paar Fragen, die dazu gehören. Notieren Sie stichwortartig Ihre Gedanken dazu.

Was will ich in meinem Leben noch erreichen?

_____

_____

_____

Will ich möglichst lange oder möglichst gut leben?

_____

_____

_____

Falls ich in den nächsten Wochen sterben würde, was würde ich vorher noch alles erledigen/bereinigen wollen?

_____

_____

_____

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Habe ich mich mit dem Tod selbst versöhnt?

_____

_____

_____

Wer unterstützt mich auf meinem Lebensweg (Lebenspartner, Familie, Therapeuten, Ärzte)?

_____

_____

_____

Was sind meine Energieräuber (Personen, Tätigkeiten) und wie kann ich diese umwandeln oder abwerfen?

_____

_____

_____

Was sind meine Energiequellen und wie kann ich diese weiter vermehren?

_____

_____

_____

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Was bringt mich zum Lachen und wie fördere ich das?

_____

_____

_____

Wie finde ich Zugang zu meinem inneren Kind?

_____

_____

_____

Medizinische Untersuchungen

Um die Entwicklung zu beobachten oder einen Rückfall zu erkennen, sind folgende Untersuchungen und Kontrollen bedenkenlos:

- Labordiagnostik (Tumormarken, Stoffwechselaktivität)
- Mitochondriale Funktionsanalyse
- Ultraschall
- Thermographie
- Tumormarker überwachen (über Hausarzt möglich)
- Messung des Redoxpotentials
- Messung der Herzratenvariabilität (HRV)
- Regulationsdiagnostik

Nicht direkt im Zusammenhang mit der Tumorüberwachung, aber wichtige Parameter für das therapeutische Konzept, sind:

- Vitalblut-Untersuchung (Dunkelfelddiagnostik)
- Mikronährstoffanalyse
- Schwermetall-Test mit Vollblut
- Darmcheck
- Entgiftungskapazität

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Welche Untersuchungen sind für meine Krebsart wichtig?

_____

_____

_____

In welchem Abstand plane ich diese Untersuchungen ein? Budget?

_____

_____

_____

2. Stellen Sie Ihre Ernährung schrittweise um

Bildquelle: gesundheit.kioskea.net

Mit der richtigen Ernährung und den entsprechenden orthomolekularen Substanzen kann die Entwicklung von Krebszellen verlangsamt oder gar gestoppt werden. In Zeiten stetig zunehmender Industrialisierung unserer Nahrungsmittel ist der Leitsatz von *Sebastian Kneipp* von grösster Bedeutung:

"Lasst das Natürliche so natürlich wie möglich. Die Zubereitung der Speisen soll einfach und ungekünstelt sein. Je näher sie dem Zustande kommen, in welchem sie von der Natur geboten werden, desto gesünder sind sie."

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Aufgrund meiner Erfahrungen habe ich ein paar Richtlinien für Krebserkrankte zusammen gestellt:

- Regelmässig Essen, abends nur spärlich; salzarm (!); ausreichend Trinken, vorzugweise Quellwasser
- Verzicht auf künstliche Zusatzstoffe, gepökelte und geräucherte Produkte, Zucker aller Art wie auch Zuckerersatzstoffe, mit Herbiziden, Pestiziden und Fungiziden behandelte Nahrungsmittel. Am einfachsten also „Bio“. Das erspart das stets mühsame Lesen der Inhaltsstoffe. Aber Vorsicht: Auch Bio-Fleisch ist oft gepökelt (Nitritpöckelsalz) und hoch Erhitztes, z.B. Nüsse, hat kanzerogene Transfette.
- Täglich mind. 8-10 Portionen (1 Portion = 1 Handvoll) frisches (Kohl-)Gemüse, Beeren, Pilze, Keimlinge und wenig Früchte.
- Gemüse tagsüber roh oder nur angedünstet (ideal nur bis 40 Grad erwärmt). Aber: Keine Rohkost mehr ab 17 Uhr.
- Therapeutisch Verzicht (zirka 30 g pro Tag) und zur Vor- und Nachsorge reduzierte Einnahme von Kohlehydraten (täglich bis 1 g pro kg Körpergewicht). Als Zuckerersatz eignet sich Isomaltulose oder Galaktose. Ausnahme: 2 Häuschen schwarze Schockolade (über 85 % Kakaoanteil) vor dem Schlafen gehen.
- Verzicht auf tierisches Eiweiss besonders von Säugetieren, dafür frischer Fisch, mehr pflanzliches Eiweiss und/oder MAP.
- Ideale Grundlage: Das Budwig-Müesli.
- Täglich pflanzliche Öle und auf genügend Omega-3-Fettsäuren achten, ein paar ungeröstete Pistazien und bittere Aprikosenkerne (gut zerkauen).
- Täglich ein kleines Glas frisch gepresster Dinkelgrassaft oder ein Liter grüner Smoothe (mit 3 dl beginnen und steigern).
- Als Ersatz für tierisches Eiweiss eignen sich vegane Protein-Drinks ohne Süssstoffe.
- Täglich 1 Glas Milchsauervergorenes oder Laktat-Drink.
- Wenn noch nicht geschehen: Sanieren Sie Ihrem Darm!

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Bitte denken Sie daran: Frucht- und Gemüsesäfte (zum Beispiel Breuss-Saft) können ihre antitumorale Wirkung nur entfalten, wenn diese frisch zubereitet und dabei nicht erhitzt werden – auch nicht pasteurisiert (Erwärmung auf über 60 Grad). Besorgen Sie sich eine Saftpresse mit langsam drehenden Walzen oder einen Mixer, der nicht erhitzt (verringert das Oxydieren).

Zahlreiche orthomolekulare Substanzen helfen, den Zellstoffwechsel wieder in die gewünschten Bahnen zu bringen, bindegewebsauflösende Enzyme von Krebszellen zu blockieren, die Apoptose zu fördern und Abwehrzellen zu stärken. Magnesium, Selen und Vitamin D gehören dazu. Experimentieren Sie aber nicht selbst mit solchen Substanzen. So hat sich zum Beispiel gezeigt, dass synthetisches Vitamin E Krebs begünstigt, die natürliche Form diesen aber hemmt. Eine individuelle Beratung aufgrund entsprechender Laborwerte ist zu empfehlen.

Bildquelle: chezuli.wordpress.com

Auf jeden Fall gehört in jede ganzheitliche Krebstherapie die L(+)-Milchsäure, z.B. als 80%ige Lösung in verdünnter Form (25 Tropfen auf ein Glas Wasser), als Fertigpräparat oder in natürlichen Lebensmitteln wie Sauerkraut, milchsauer vergorenem Gemüse, Brottrunk etc.

Bitte beantworten Sie für sich folgende Fragen. Beachten Sie dabei: Gesunde Menschen brauchen keine zusätzlichen Vitaminpräparate! Es genügt eine ausgewogene, stoffwechseltypgerechte Ernährung – und einen gesunden Darm.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Welche drei Punkte werde ich als erstes umsetzen?

_____

_____

_____

Welche drei Punkte werde ich danach umsetzen?

_____

_____

_____

Kann ich das selbst umsetzen? Wenn nicht, was benötigt es, damit ich mich einer Anti-Krebs-Ernährung widmen kann (Selbststudium oder Ernährungsberater/Heilpraktiker kontaktieren)?

_____

_____

_____

Wobei brauche ich Hilfe?

_____

_____

_____

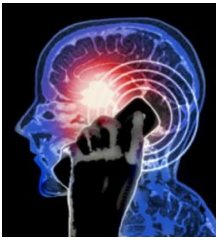
© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

3. Entgiften Sie Ihren Körper

„Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern."

Sebastian Kneipp

Manchmal heisst das nicht nur etwas zu tun, sondern vielleicht auch einmal etwas zu unterlassen.



Indem Sie die belastenden Substanzen und Strahlen gezielt ausleiten, wird der Heilungsprozess grundlegend unterstützt. Das Immunsystem kann sich erholen und wird begleitend allmählich wieder aufgebaut.

Bildquelle: textually.org

- Vermeiden Sie Umwelt- und Genussgifte wie
  - (Zigaretten)Rauch
  - Drogen und Aufputschmittel
  - Elektrosmog (Radiowecker, Hochspannungsleitung, Handy, Wireless etc)
  - Röntgenstrahlen
  - Nanopartikel (wirken ähnlich wie Asbest)
  - negative Fernseh- und Radiosendungen
  - Kosmetikzusatzstoffe in Shampoo, Bodylotion, Makeup, Deo, Lippenstift, Sonnenschutz etc

- Unterstützen Sie Ihre Ausscheidungsorgane Leber, Niere, Haut und Darm. Dazu dienen zum Beispiel folgende Präparate:
  - Taraxacum comp. : Leber/Galle
  - Solidago comp.: Niere
  - Geranium robertianum TM: Lymphe
  - ActiVomin (nicht mit Medikamenten kombinieren): Darm
  - Linden- / Holunderblütentee: Haut

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

- Ferner:
  - isopathische Präparate: Inneres Milieu
  - Heilpilze: Ausleitung/Immunsystem
  - genügend Flüssigkeit (zirka 3 Liter Wasser täglich)
  - Wickel, Einläufe und Basenbäder

- Wenn die Ausleitungsorgane optimal gestützt sind, können weitere Massnahmen zum Entschlacken und Entgiften durchgeführt werden:
  - Bioresonanz-Therapie
  - Colon-Hydro-Therapie
  - Schwitzkur
  - Heilfasten (unter ärztlicher Anleitung)
  - Honigmassage
  - Schröpfmassage
  - Bindegewebsmassage
  - Lymphdrainage

Gehen Sie für sich auf folgende Fragen ein.

Wie und wo kann ich die Belastungen durch Elektrosmog vermindern (eventuell Baubiologe zuziehen)?

_____

_____

_____

Wie und wo kann ich mich vor Giftstoffen schützen (eventuell Umweltmediziner konsultieren)?

_____

_____

_____

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Wie und wo finde ich eine zertifizierte Naturkosmetik, die auf meinen Hauttyp passt (eventuell Naturkosmetikerin konsultieren)?

_____

_____

_____

Wie und wo finde ich Unterstützung in der Zusammenstellung der richtigen Ausleitungsmittel (eventuell Drogist, Apotheker, Naturarzt oder Heilpraktiker konsultieren)?

_____

_____

_____

Welche weiteren Therapien will ich noch einsetzen? Wo finde ich die entsprechenden Therapeuten (eventuell von der Krankenkasse eine Liste mit anerkannten Therapeuten anfordern)?

_____

_____

_____

Wäre eine ärztlich betreute, stationäre Ausleitungstherapie in einer Klinik oder einem Kurhaus sinnvoller?

_____

_____

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

4. Bewegen Sie sich viel an der frischen Luft

Bildquelle: montagne2002.ch

Bereits *Sebastian Kneipp* sagte: **"Untätigkeit schwächt, Übung stärkt, Überlastung schadet."** Das hat gerade heute – in der Zeit der Extreme – seine Gültigkeit. Unterstützen Sie den Körper im Kampf gegen den Krebs mit folgenden Massnahmen:

- Laktatmessung zur Bestimmung des persönlichen Trainingsbereichs
- Täglich mind. 60 min Bewegung (zügiges Wandern, moderater Sport) in der Natur oder HIIT
- Wenn nötig, Ergänzung mit Sauerstofftherapie in Kombination mit Magnetfeldtherapie

Setzen Sie sich mit folgenden Fragen auseinander.

Welche Bewegungsform ist für mich im Moment die Richtige?

_____

_____

_____

Wie und wann kann ich diese in mein Leben integrieren (eventuell Trainingscenter besuchen, Physiotherapie beantragen, Sportverein beitreten, bei Onlinecoaching anmelden, Freund/in fragen)?

_____

_____

_____

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

5. Fördern Sie Ihre innere Harmonie

Bildquelle: wf-hamm.de

"Erst als man den Zustand ihrer Seele kannte und da Ordnung hineinbrachte, ging es mit dem körperlichen Leiden auch besser. Sie bekamen mehr Ruhe und Zufriedenheit, kurz sie fühlten sich besser."

Diese Erkenntnis von *Sebastian Kneipp* macht deutlich, was heute allmählich auch wissenschaftlich an Beachtung findet.

- Lernen Sie bewährte Entspannungstechniken (Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, MBSR, Qi Gong etc)
- Machen Sie sich die wissenschaftliche Messbarkeit von Stress mittels der HRV zu Nutze. Es gibt kostengünstige Biofeedback-Lösungen für die Heimanwendung (z.B. Qiu).
- Emotionale Blockaden und ungelöste seelische Konflikte lassen sich am einfachsten in einer Konsultation für Psychologie, Psychosomatik oder Psychotherapie lösen.
- Das Autonomietraining dient dazu, die eigene Authentizität zu schulen. Das heisst, lernen „Nein“ zu sagen und für seine Wünsche und Bedürfnisse einzustehen.
- Eine Störherd-Behandlung (z.B. Narben, Zähne) bringt gestaute Energien wieder zum Fliessen. Das gesunde Gewebe wird besser versorgt und kann sich so vor einer Mutation zu Krebszellen bewahren.
- Halten Sie sich viel Draussen auf, auch wenn keine Sonne scheint. Geniessen Sie die Gegenwart der Schöpfung.
- Fördern Sie eine ausgedehnte Nachtruhe (in Dunkelheit). So sorgen Sie für einen ausgeglichenen Melatoninspiegel.
- Das „innere Kind“ gezielt gefördert führt zu mehr Fröhlichkeit und heilsamem Lachen.
- Raus aus dem Trott: Tun Sie etwas, was Sie noch nie machten.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Beantworten Sie für sich folgende Fragen.

Wie und wo kann ich lernen, mich rasch zu entspannen (Selbststudium, (Online)Kurs besuchen, Psychologen konsultieren)?

_____

_____

_____

Wie und wo kann ich abklären lassen, ob bei mir ein Störherd vorliegt (Naturarzt oder Heilpraktiker und/oder ganzheitlicher Zahnarzt konsultieren)?

_____

_____

_____

Wie kann ich meinen Schlafrhythmus verbessern?

_____

_____

_____

Wie und wo kann ich mich von möglichen emotionalen Blockaden lösen (Psychologe, Therapeut oder Heilpraktiker konsultieren)?

_____

_____

_____

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Wie kann ich mein Lachen und meine Fröhlichkeit fördern (Lachclub / Komödien besuchen, Spontanität fördern)?

Nehmen Sie sich jeden Monat etwas vor, das Sie noch nie gemacht haben – aber vielleicht schon mal tun wollten (eventuell folgendes Buch lesen: *99 Dinge, die Sie unbedingt mal tun sollten, um Ihr Leben zu bereichern*, GerthMedien). Erstellen Sie eine Liste für die nächsten 12 Monate:

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

6. Nutzen Sie die Heilkraft der Natur

Bildquelle: mima-multimedia.de

Auch für Krebserkrankungen gilt, wie es *Sebastian Kneipp* ausdrückte:

"Mit jedem Schritt und Tritt, welchen wir in der Natur machen, begegnen wir immer wieder Pflanzen, die für uns höchst nützlich und heil-bringend sind."

Nachfolgend die wichtigsten Pflanzen in der Krebstherapie:

- <u>Hemmen Angiogenese (Gefässversorgung) in Tumoren</u>
  - Täglich zu jeder Mahlzeit frische Kräuter wie: Rosmarin, Minze (nicht zusammen mit homöopathischen Mitteln einnehmen), Oregano, Basilikum etc -> grüner Smoothie

- <u>Entzündungshemmend</u>
  - Granatapfelelixier
  - Hagebutte (Rosa canina cum semine, kaltgemahlen)
  - Teufelskralle (Harpagophytum)
  - Weihrauchbaumharz (standardisiert)
  - Kurkuma myzelliert, als Fertigpräparat erhältlich

- <u>Immunstimulierend</u>
  - Mistel und Flechten nach den anthroposophischen Grundsätzen
  - Ackerschachtelhalm (nach der Signaturenlehre eine „Ordnungspflanze"), zum Beispiel als Urtinktur

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

- Krebs abbauend
  - Graviola
  - Bittere Aprikosenkerne
  - Grüner Propolis
  - Heilsalben

Setzen Sie sich mit folgenden Fragen auseinander.

Wer berät mich wann, welche Präparate für mich die Richtigen sind (eventuell Apotheker, Drogist, Naturarzt oder Heilpraktiker konsultieren)?

_____

_____

_____

Was benötige ich, um in meinem Garten oder auf meinem Balkon einen Heilkräuterpark anzulegen (eventuell Gärtner oder entsprechende Literatur konsultieren)?

_____

_____

_____

_____

_____

Wann werde ich das umsetzen?

_____

_____

_____

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

7. Stärken Sie Ihre Abwehrkräfte

"Ist das Wasser für den gesunden Menschen ein vorzügliches Mittel, seine Gesundheit und Kraft zu erhalten, so ist es auch in der Krankheit das erste Heilmittel. Es ist das natürlichste, wohlgefeilste und recht angewendet, das sicherste Mittel."

Bildquelle: vigo.de

Dass diese physiologische Reiztherapie das Immunsystem stärkt, ist längt wissenschaftlich erwiesen. Zudem fördern die Wasseranwendungen das Körper- und Gegenwartsbewusstsein und damit auch die Stimmung. Dies sollte stets wachsam präsent sein. Daher gehört es in jedes Konzept der Vor- und Nachsorge.

Es gibt über 100 Wasseranwendungen. Je nach örtlicher Erkrankung empfehle ich eher milde Reize, wie die Kaltwasserwaschung.

Beantworten Sie für sich folgende Frage:

Wann und wo werde ich mich nach den verschiedenen Möglichkeiten erkundigen (eventuell Internet studieren, Kneippverein beitreten, Naturarzt oder Heilpraktiker fragen)?

_____

_____

_____

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

8. Schliessen Sie Frieden mit Gott

Bildquelle: klosterkunst.de

Geniessen Sie Ihre Zeit auf Erden, solange Sie hier sind und schliessen Sie Frieden mit Gott. Ohne ihn sind wir der Welt hilflos ausgeliefert. Mit Gottvertrauen und seinen uns beistehenden Helfern sind wir mächtiger als alle Medikamente dieser Welt zusammen. Lassen Sie sich von seiner unendlichen Liebe tragen.

Erinnern Sie sich an die Aussage des Nobelpreisträgers für Physik, Max Planck?

Wissenschaftlicher legen dar, dass es einen Gott geben muss. Suchen Sie Kontakt zu ihm, auch wenn Sie vielleicht noch nicht an ihn glauben. Laden Sie ihn in Ihr Herz ein. Sie werden interessante Erlebnisse haben.

Neben eigenen Gebeten, können Sie im Auto oder Zug auch folgende CD hören: „Musikalische Begegnungen mit *Dietrich Bonhoeffer*".

Unsere Schöpfung ist grösser, als wir es je mit unserem Bewusstsein erfassen können. Viele Geheimnisse gibt es noch zu entdecken. Und vieles wird uns in diesem Leben verborgen bleiben.

„Wüsst ich genau, wie dieses Blatt aus seinem Zweige herauskam, schwieg ich auf ewige Zeit still. Denn ich wüsste genug."

Hugo von Hoffmannstahl

„Nun aber bleibt Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei; aber die Liebe ist die Grösste unter ihnen." *1. Korinther 13 – 13*

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Machen Sie sich Gedanken zu folgenden Fragen.

Auf welche Art kann ich mich Gott nähern, meine persönliche Beziehung pflegen?

_____

_____

_____

Ab wann werde ich dies tun?

_____

_____

_____

Wie kann ich diese Liebe in meinem Leben umsetzen?

_____

_____

_____

In der Gegenwart, im Hier und Jetzt, können wir das Wunder Leben geniessen, die Liebe pflegen, uns selbst treu sein, dabei anderen Menschen Freude bereiten und uns in der Schöpferkraft geborgen fühlen.

Sie sind ein Teil der grossen Schöpfung. Sie sind wichtig!

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Projekt ONKOfit®

Die Idee

Ich habe mich so intensiv mit dem Thema auseinandergesetzt – wieso meine Erfahrungen nicht mit anderen teilen? Zuerst habe ich die Powerpoint-Präsentation des Onkologie-Unterrichts in eine schriftliche Form gebracht und ergänzend zu den offiziellen Lehrmitteln ein Skript verfasst. Die medizinischen Inhalte habe ich dann fortlaufend überarbeitet und die Unterlagen mit naturheilkundlichen Beiträgen erweitert. Um einen besseren Überblick zu haben, gestaltete ich das Skript später in Form eines „Handbuchs". Darauf aufbauend sind schliesslich Vorträge und Kurse entstanden, um Interessierte und Betroffene aufzuklären.
Es gibt so viele Dogmen (festgefahrene Meinungen) im Bereich der Onkologie. Betroffene werden informativ kastriert. Ihnen werden wichtige Informationen unterschlagen, die ihnen helfen, sich gezielt für ihr Heil einsetzen zu können.

Zielsetzung

Mit ONKOfit® will ich aufzeigen, wie erwiesenermassen tumorhemmende Massnahmen eigenständig durchgeführt und in den Alltag integriert werden können. Damit soll eine Krebserkrankung hinausgezögert/verhindert (primäre Prävention) oder ein Rückfall hinausgezögert/verhindert (sekundäre Prävention) werden.

Vorträge / Webinar

In verschiedenen Ortschaften biete ich auf Anfrage kostenlos Vorträge an. Diese stellen eine äusserst kompakte Form dieses Handbuches dar und geben einen ersten Einblick in die Möglichkeiten der Selbstheilung. Zwischendurch biete ich diese sporadisch in einer Kurzfassung international auch als Webinar (interaktiver Online-Vortrag) an.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Wünschenswerte Projekte

Selbsthilfegruppen

Es wäre wunderbar, wenn sich Menschen regelmässig austauschen könnten, die Ihren Weg selbst in die Hand nehmen. Es gibt schon zahlreiche Selbsthilfegruppen, aber meines Wissens noch keine, in der sich Betroffene finden, die einen alternativen Weg beschreiten. Sehr viel Knowhow könnte hier zusammenkommen, Hoffnung geben und Zusammenhalt spenden. Wenn Sie so eine Gruppe gründen möchten, dann nehmen Sie bitte mit mir Kontakt auf.

Buch mit Erfahrungsberichten

In einer Publikation sollen Menschen zu Wort kommen und ihre Geschichte erzählen, die erfolgreich einen alternativen Weg beschritten haben. Gehören Sie dazu oder kennen Sie einen solchen Menschen? Dann melden Sie sich bitte bei mir.

Ausbildung

Kürzlich wurde ich von einer Heilpraktikerin angefragt, ob ich sie ausbilden würde, damit sie selbst solche Kurse geben kann. Mir gefiel der Gedanke, damit indirekt noch mehr Menschen unterstützen zu können. Eine versierte Ausbildung mit verschiedenen Fachdozenten zusammenzustellen braucht aber viel Zeit und muss noch etwas auf sich warten.

ONKOfit®-Update

Ich bilde mich ständig weiter. Andere Erkenntnisse kommen hinzu. Neue Studien bestätigen oder verwerfen Altes und zeigen Neues auf. Dieses Handbuch wird daher stetig angepasst. Ich hatte einen Presseauftrag erteilt, in dem mir alle deutschen Artikel zum Thema Krebs zugestellt wurden. Ich wollte die wertvollsten News als verständliche Zusammenfassung auf meiner website dokumentieren. Mir wurden dann über 100 Artikel pro Woche zugestellt! Es fehlten mit dann die zeitlichen und finanziellen Ressourcen, um das fortzuführen. Ich möchte dieses Projekt irgendwann wieder aufgreifen und eine Art Newsletter für Interessierte machen, in dem ich das Aktuellste und Interessanteste weitergebe.

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Arbeitsblätter und Tabellen

Erhitzen sollten wir nur hoch gesättigte Fette/Öle, damit diese nicht toxisch auf uns wirken. Siehe Kapitel „Transfette“. Dazu gehören das Kokosöl und das Palmkernfett.

Entzündungshemmend wirken die **Omega-3** haltigen Öle (besonders EPA und DHA), Omega-6 (Linolsäure) wirkt eher entzündungsfördernd. Omega-3 sollte also im richtigen Verhältnis zu Omega-6 eingenommen werden. Wichtig: Nur beste Qualität, im Kühlschrank aufbewahren und rasch konsumieren.

		Fettsäurezusammensetzung				
Lebensmittel	Fettgehalt	mehrfach ungesättigt Omega 3	mehrfach ungesättigt Omega 6	einfach ungesättigt vor allem Omega 9	gesättigt	sonstige
Öle, Samen und Nüsse						
Hanföl	100 %	24 %	53 %	13 %	9 %	2 % GLA
Hanfnüsse	35 %	20 %	57 %	14 %	7 %	2 % GLA
Leinöl	100 %	57 %	18 %	16 %	9 %	
Leinsamen	30 %	57 %	18 %	16 %	9 %	
Rapsöl	100 %	0 %	20 %	63 %	13 %	
Olivenöl	100 %	0 %	8 %	82 %	10 %	
Oliven	13 %	0 %	8 %	82 %	10 %	
Nachtkerzenöl	100 %	27 %	30 %	24 %	11 %	8 % GLA
Borretschöl	100 %	22 %	22 %	22 %	10 %	24 % GLA
Kürbiskernöl	100 %	15 %	42 %	34 %	9 %	
Weizenkeimöl	100 %	5 %	50 %	25 %	18 %	
Kokosnussöl(fett)	100 %	0 %	3 %	6 %	91 %	
Distelöl	100 %	0 %	79 %	13 %	8 %	
Sonnenblumenöl	100 %	0 %	69 %	19 %	13 %	
Sonnenblumenkerne	73 %	0 %	69 %	19 %	13 %	
Mandelöl	100 %	0 %	26 %	65 %	9 %	
Mandeln	74 %	0 %	26 %	65 %	9 %	
Maiskeimöl	100 %	0 %	59 %	24 %	17 %	
Sesamöl	100 %	0 %	41 %	46 %	13 %	
Sesamkerne	73 %	0 %	41 %	46 %	13 %	
Walnussöl	100 %	8 %	51 %	28 %	16 %	
Walnüsse	63 %	8 %	51 %	28 %	16 %	
Haselnussöl	100 %	0 %	15 %	76 %	7 %	
Haselnüsse	62 %	0 %	15 %	76 %	7 %	
Erdnüsse	50 %	0 %	15 %	76 %	7 %	
Cashewkerne	42 %	0 %	15 %	65 %	20 %	
Avokado	25 %	0 %	8 %	80 %	12 %	
Fische (fettreiche):						
Lachs	14 %	30 %	3 %	20 %	15 %	
Hering	17 %	20 %	0 %	10 %	10 %	
Thunfisch	15 %	30 %	0 %	20 %	20 %	
Makrele	12 %	20 %	0 %	15 %	20 %	
Aal	25 %	13 %	0 %	35 %	25 %	
Bückling	15 %	20 %	10 %	10 %	15 %	
Milchprodukte	4 %	0 %	2 %	30 %	67 %	
Fleisch						
Rind	4 %	1 %	2 %	40 %	40 %	
Schwein	9 %	0 %	1 %	50 %	50 %	
Lamm	10 %	0 %	0 %	50 %	50 %	
Hähnchen	4 %	2 %	23 %	40 %	35 %	

Bildquelle: nutritionshopping.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Inulin, bzw. Oligofructose ist ein Ballaststoff der als Präbiotikum gilt. Das heisst, wir brauchen diesen als Futter für die „guten“ Darmbakterien.

Lebensmittel	**g / 100g**
Chicoree - Wurzel	35,7 - 47,6
Artischocke	2,0 - 6,8
Jerusalem Artischocke	16,0 - 20,0
roh	
Bananen	0,3 - 0,7
Spargel	2,0 - 3,0
Löwenzahn	12,0 - 15,0
Knoblauch	9,0 - 16,0
Lauch	3,0 - 10,0
Zwiebel	1,1 - 7,5
Weizenkleie	1,0 - 4,0
Gerste	0,5 - 1,0
gekocht	
Spargel	1,4 - 2,0
Löwenzahn	8,1 - 10,1
Zwiebel	0,8 - 5,3
Weizenmehl	0,2 - 0,6
Gerste	0,1 - 0,2
getrocknet	
rohe Bananen	0,9 - 2,0
Knoblauch	20,3 - 36,1
rohe Zwiebel	4,7 - 31,9
gebacken	
Weizenmehl	1,0 - 3,8
Roggen	0,5 - 0,9

Inulin kommt besonders viel auch in folgenden Gemüsearten vor:

- Topinambur
- Artischocken
- Pastinaken
- Porree
- Zwiebeln
- Schwarzwurzeln

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Komplexe Kohlehydrate sind wichtig und krebshemmend. Die wasserlöslichen Ballaststoffe finden Sie in Obst und Gemüse, die wasserunlöslichen wie Zellulose in Kleie und Schrot. Achten Sie auf eine ausgewogene Mischung. Ein besonders gut verträglicher Ballaststoff ist die Akazienfaser.

Pflanzliche Eiweisse sollten täglich konsumiert werden. Nachfolgend eine Lebensmitteltabelle mit den verschiedenen Angaben zu den Anteilen an Fett, Kohlehydrat und Eiweiss. Sie enthält ausschliesslich Lebensmittel, die für Krebspatienten geeignet sind.

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Aal (roh)	280	1176	0	0	24,5	15
Adzukibohnensprossen	52	219	0	3	0,5	3
Agar-Agar (Bindemittel)	347	1457	3	36	2	43
Alfalfasprossen (Luzerne, Schneckenklee, Ewiger Klee)	24	100	0	0,4	0,7	4
Amaranthsprossen	31	128	0	2	0,6	4
Apfel-Essig, Apfelessig	16	68	0	0	0	0
Appenzeller 50 % Fett i. Tr.	386	1634	0	0	31,5	25,5
Artischocken	22	94	0	2,6	0,1	2,4
Auberginen, Melanzani, Melanzane	17	73	0	2,7	0,2	1,2
Austern, ausgelöst	66	279	0,5	4,8	1,2	9
Austernpilze	11	45	0	0	0,1	2,3
Avocados	221	909	0	0,4	23,5	1,9
Bambussprossen	17	72	0	1	0,3	2,5
Bärlauch, frisch	19	79	0	2,6	0,1	1,3
Bärlauch, getrocknet	77	324	1	12	0,3	6
Barsch, Seebarsch, Flussbarsch (roh)	81	344	0	0	0,8	18,5
Basilikum, frisch	46	194	0,5	7,5	0,7	2,4
Bataviasalat, roter Kopfsalat, Crisp-Salat	12	50	0	1,5	0,3	0,7
Baumwollsaatöl	914	3830	0	0	98,3	0
Birkenpilze	23	96	0	0,3	1	3

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Bleichsellerie, Staudensellerie, Stielsellerie, Stangensellerie	15	65	0	2,2	0,2	1,2
Blumenkohl, Karfiol, Korfiol (stark basisch wirkend)	22	95	0	2,3	0,3	2,5
Bochkshornkleesprossen	25	1ss3	0	3,1	0,6	1,5
Bohnen, grün (grüne Bohnen, Gartenbohnen, Prinzessbohnen, Keniabohnen, Buschbohnen, Stangenbohnen, Welschbohnen, Bräckbohnen, Türkische Erbsen, Rickbohnen, Schneidebohnen, Schnittbohnen, Fäsölchen, Fisolen)	33	138	0,5	5,1	0,2	2,4
Bohnen, grün, gegart (grüne Bohnen, Gartenbohnen, Prinzessbohnen, Keniabohnen, Buschbohnen, Stangenbohnen, Welschbohnen, Bräckbohnen, Türkische Erbsen, Rickbohnen, Schneidebohnen, Schnittbohnen, Fäsölchen, Fisolen)	21	90	0,5	3,8	0,1	1,2
Bohnenkraut, getrocknet	307	1260	4,5	54	6	7
Bohnensprossen	31	131	0,5	4	0,5	2,9
Borretsch, getrocknet	189	776	1,5	17	6	14,8
Boviste (Stäublinge)	18	73	0	1	1	1
Bratheringe	216	899	0,5	3	15,2	16,8
Brennesseln	70	289	0,5	4,9	5,2	0,7
Broccoli (Brokkoli)	26	111	0	2,5	0,2	3,3
Brühe, gekörnt	197	826	0,5	5	9	24
Brühe, Instantpulver (Instantbrühe)	240	1005	1	10	12	23
Brunnenkresse	20	80	0	2,5	0,3	1,5
Bücklinge	224	934	0	0	15,5	21,2
Butter (Sauerrahmbutter)	779	3273	0	0,6	83,2	0,7
Butter (Süssrahmbutter)	778	3267	0	0,3	83,2	0,7
Butter, halbfett, Halbfettbutter	385	1585	0	0,3	40,5	4,8
Butterpilze	12	51	0	0,3	0,5	1,5
Butterschmalz, Butterreinfett, Nitir qibe, Ghee, Butterfett	897	3687	0	0	99,5	0,3

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Carobe, Karobe, Johannisbrotbohnen, Johannisbrotkernmehl, Johannisbrotmehl, Karobpulver, Karobmehl (Kakao-Alternative)	385	1629	7,5	89,2	0,2	4,2
Champignons (Egerlinge, Angerlinge)	16	67	0	0,6	0,3	2,7
Chicorée	17	70	0	2,3	0,2	1,3
Chili-Schoten, grün oder rot	19	81	0	2,9	0,3	1,2
Chinakohl	13	54	0	1,3	0,3	1,2
Chlorella-Alge, getrocknet (grüne Süsswasser-Algen)	428	1798	1,5	18	11	60
Currypulver	331	1389	4,5	50	9	10
Dattelöl	930	3934	0	0	100	0
Deutscher Kaviar, falscher Kaviar, Seehasen-Kaviar, Seehasenrogen (Fischrogen, Fischeier)	83	349	0	2	4	9
Dill, frisch	51	216	0,5	6,6	0,9	3,8
Dill, getrocknet	373	1566	0,5	46,3	8,4	25
Eisbergsalat	13	55	0	1,9	0,3	0,7
Endivien, Frisée (basisch wirkend)	10	43	0	0,3	0,2	1,8
Erdnussöl	925	3913	0	0,2	99,4	0
Essig (Branntweinessig, Weissweinessig, Tafelessig)	4	17	0	0,6	0	0,4
Essig-Essenz, Essigessenz 25% (= mit Wasser verdünnte Essigsäure, Acetate)	80	336	0	0	0	0
Estragon, frisch	51	213	0,5	6,5	1	3,5
Estragon, getrocknet	363	1523	4,5	50	7	22
Feldsalat, Nüsschensalat, Ackersalat, Vogerlsalat, Mäuseöhrchensalat, Rapunzelsalat, Nüsslisalat, Nüsslersalat, Sonnenwirbel (stark basisch wirkend)	14	57	0	0,7	0,4	1,8
Fenchel	24	100	0	2,8	0,3	2,4
Flunder (roh)	81	339	0	0	1	17
Flusskrebse, ausgelöst (Krebsfleisch) (roh)	65	275	0	0	0,8	15

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Forellen (Bachforellen) (roh)	102	431	0	0	2,7	19,5
Gänseblümchen	24	101	0,5	4,3	0,1	1,3
Gartensalat (Kopfsalat, Grüner Salat, Buttersalat, Butterkopfsalat, Häuptlesalat, Lattich, Schmalzsalat, stark basisch wirkend)	11	48	0	1,1	0,2	1,3
Gemeiner Riesenschirmling (Parasol)	14	58	0	0	0,5	2,2
Goldbrassen, Doraden (roh)	127	538	0	0	5,3	20
Grüner Pfeffer, grüne Pfefferkörner (Konserve)	19	79	0	2,5	0,5	1
Grünkohl, Braunkohl, Federkohl	37	157	0	3	0,9	4,3
Guarkernmehl (Getreideersatz, Bindemittel)	28	120	0	0	0,8	5
Gurken (Salatgurken, Schlangengurken, stark basisch wirkend)	12	50	0	1,8	0,1	0,6
Hanföl (mit den Stigmasterolen Schottenol und Spinasterol)	837	3515	0	0	90	0
Hecht (roh)	82	346	0	0	0,9	18,4
Heilbutt, schwarz (roh)	146	612	0	0	9,8	13
Heilbutt, weiss (roh)	105	443	0	0	2,3	20
Heringe (roh)	233	968	0	0	17,8	18,2
Himbeeressig	17	72	0	0	0	0,2
Hühnerei, gekocht, Frühstücksei (ohne Schale)	161	677	0	0,7	11,2	12,9
Hühnerei, roh (ohne Schale)	161	677	0	0,7	11,2	12,9
Hummer, ausgelöst	81	341	0	0	1,9	15,9
Jakobsmuscheln, Scallops, ausgelöst (Muschelfleisch)	85	358	0,5	4	4,5	6,4
Kabeljau (Dorsch) (roh)	80	336	0	0	0,6	17,7
Kapern (Konserve)	415	1756	4,5	52	20,2	6
Kaviar (Fischrogen, Fischeier)	244	1017	0	0	15,5	26,1
Kerbel, frisch	51	208	0,5	6,5	0,5	4,5
Klippfisch, Stockfisch (Kabeljau getrocknet)	355	1489	0	0	2	80
Knoblauch (Knoblauchzehen), frisch	121	515	2	24	0,1	6,1

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Knollensellerie (stark basisch wirkend)	18	77	0	2,3	0,3	1,6
Knollensellerie, Sauerkonserve	11	46	0	1,6	0,1	0,9
Kohlrabi, Oberrübe, Rübkohl, Kohlraben	24	102	0	3,7	0,1	1,9
Kokosfett, Pflanzenfett	930	3934	0	0	100	0
Krabben, Garnelen, Crevetten	94	396	0	1,5	1,5	18,5
Kräuteressig	17	72	0	0	0	0,2
Kräutermix, frisch, frische kräuter	42	174	0,5	6,1	0,6	2,6
Kresse, Brunnenkresse, Gartenkresse, frisch	33	139	0	2,4	0,7	4,2
Kreuzkümmelsamen, getrocknet	430	1764	3	35	22,5	18
Kümmelsamen	375	1576	3	37	15	20
Kümmeltee	10	42	0	0,9	0,4	0,5
Kürbiskernöl	833	3500	0	0	89,6	0
Kurkuma, Kurkume, Curcuma, gelber Ingwer, Safranwurzel, Gelbwurzel, getrocknet (farbgebend bei Curry)	366	1536	5	58,5	10	7,8
Lachsfilet, Wildlachsfilet (roh)	202	843	0	0	13,6	20
Lachsforelle, Regenbogenforellen (roh)	145	607	0	0	7,5	17,8
Langusten	84	355	0	1,3	1,1	17,2
Lauch	24	103	0	3,2	0,3	2,2
Lauchzwiebeln, frisch	43	181	1	8,8	0,3	1
Leinöl	930	3934	0	0	100	0
Leinsamen (Leinsaat)	390	1637	0	0	30,9	24,4
Liebstöckel, Liebstöckl, frisch	51	210	0,5	6	1	4
Liebstöckel, Liebstöckl, getrocknet	259	1062	2,5	30,6	5,1	20
Lollo bionda, Lollo bianco, grüner Lollo	21	86	0	3	0,3	1,3
Lotuswurzel (roh)	90	368	1,5	17,5	0,1	2,5
Löwenzahnblätter (stark basisch wirkend)	60	245	1	9,6	1,1	2,5
Maiskölbchen, Sauerkonserve	21	89	0	2	0,5	2

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Maitake, Klapperschwamm, Laubporling, Spatelhütiger Porling	52	215	0,5	7	0,3	2
Majoran, getrocknet	292	1226	3,5	42	7	12,5
Makrelen (roh)	182	758	0	0	11,9	18,7
Makrelen, geräuchert, Räucherfisch	222	925	0	0	15,5	20,7
Makrelenfilets, natur	276	1159	0	0,2	20,1	21.1
Mandelöl	863	3625	0	0	92,8	0
Mangold, Blattmangold, Schnittmangold, Rippenmangold, Stielmangold, Krautstiel, Rübstiel	14	59	0	0,7	0,3	2,1
Matjesheringe, Matjesfilet	267	1108	0	0	22,6	16
Melde, Gartenmelde (spanischer Spinat)	24	99	0	2,9	0,3	2,1
Miesmuscheln, ausgelöst (Muschelfleisch)	51	215	0	0	1,3	9,8
Milchlinge, z. B. Reizker	20	85	0	2,2	0,3	2
Mineralwasser, Hahnenwasser	0	0	0	0	0	0
Mini-Paprika, Snack-Paprika (Paprikaschoten, Paprika-Schoten)	37	154	0,5	6,4	0,5	1,4
Mohnöl	930	3934	0	0	100	0
Mohnsamen	477	1976	0,5	4,2	42,2	20,2
Möhren, Sauerkonserve (Karotten, Mohrrüben, gelbe Rüben, Rübli, Rüebli, Fingermöhren)	13	56	0	2,6	0,1	0,5
Morcheln (eingeweicht)	10	40	0	0	0,3	1,7
Moringaöl, Behenöl (Salatöl)	930	3934	0	0	100	0
Mungobohnensprossen, Mungobohnenkeimlinge, Mungbohnensprossen, Jerusalembohnensprossen, Lunjabohnensprossen, Mung Dal Sprossen, Mung Daal Sprossen	24	99	0,5	2	0,2	3,2
Muskatnuss, getrocknet	548	2303	4	45	36,5	5,8
Nordseegarnelen, ausgelöst	87	366	0	0	1,4	18,5
Obst-Essig, Obstessig	20	83	0	0,6	0	0,4

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Okrafrüchte, "Okraschoten" (Konserve)	17	72	0	1,9	0,1	2
Okrafrüchte, "Okraschoten", frisch	19	81	0	2,2	0,2	2
Oliven, grün, mariniert	138	569	0	1,8	13,9	1,4
Oliven, schwarz, mariniert	135	555	0	1,5	13,8	1,1
Olivenöl	930	3934	0	0	100	0
Oregano, Dorst, echter Dost, wilder Thymian, getrocknet	349	1465	4	50	10,5	11
Pak Choi, Bok Choy, Pak Choy, Pak Choi, Paksoi, Senfkohl, Blätterkohl	16	66	0	2	0,3	1,2
Palmöl, Palmfruchtöl, Açaí-Öl, Babaçu-Öl	930	3934	0	0	100	0
Pangasiusfilet (roh)	92	386	0	0	4	13
Paprika-Salami	357	1499	0	1	28	22
Paprika, edelsüss, getrocknet (Paprikapulver mild)	327	1375	3	35	13	15
Paprika, gelb (Paprikaschoten, Paprika-Schoten)	28	117	0,5	4,9	0,3	1,2
Paprika, grün (Paprikaschoten, Paprika-Schoten)	20	86	0	2,9	0,3	1,2
Paprika, rot (Paprikaschoten, Paprika-Schoten)	33	141	0,5	6,4	0,4	1
Pastinak, Pastinaken (roh)	58	245	1	12	0,2	0,7
Petersilie (Blätter), frisch	50	214	0,5	7,4	0,4	4,4
Petersilie (Wurzel), frisch	41	174	0,5	6	0,5	2,9
Pfeffer, schwarz, getrocknet (schwarzer Pfeffer)	278	1166	4,5	51,9	3,3	11
Pfeffer, weiss, getrocknet (weisser Pfeffer)	278	1166	4,5	51,9	3,3	11
Pfefferminze (frisch)	44	185	0,5	5,5	0,5	4
Pfefferminztee	3	13	0	0,5	0	0,1
Pfifferlinge (Eierpilze, Eierschwammerln, Rehlinge)	11	47	0	0,2	0,5	1,5
Pflücksalat, Blattsalat (z. B. Lollo-Arten)	21	86	0	3	0,3	1,3
Piment, getrocknet (Nelkenpfeffer)	314	1318	4	50	9	6
Pimpinellen, Pimpernellen, Bibernellen, Kraut, frisch (nah verwandt mit Anis)	47	193	0,5	5	1	4

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Porree	24	103	0	3,2	0,3	2,2
Portulak, gewöhnliches Tellerkraut, Kuba-Spinat, Winterportulak, Postelein	29	119	0,5	4,5	0,4	1,6
Radicchio (Lollo rosso, Lollo rossa, roter Lollo), Radicchio-Treviso	13	53	0	1,5	0,2	1,2
Radieschen	14	58	0	2,2	0,1	1
Reis-Essig, Reisessig	40	168	0	0,8	0	0,4
Reishi, glänzender Lackporling	39	161	0,5	6	0,5	2,3
Renke (Felchen) (roh)	100	421	0	0	3,2	17,8
Rettich (stark basisch wirkend)	13	57	0	1,9	0,2	1
Romanasalat, Römersalat, Römischer Salat, Lattuga, Kochsalat, Bindesalat, Lattich, Fleischkraut, Zuckerhut, Herbstzichorie, Herbstchicorée	16	67	0	1,8	0,2	1,6
Romanesco (Blumenkohl-Art)	30	127	0	4,5	0,5	1,7
Rosenkohl	36	152	0	3,8	0,3	4,5
Rosenpaprika, getrocknet (Paprikapulver scharf)	327	1375	3	35	13	15
Rosmarin, frisch	60	252	1	10	2	0
Rotbarsch (Rotbarschfilet), Goldbarsch, Bergilt, Panzerbarsch (roh)	105	443	0	0	3,6	18,2
Rote Rüben (Rote Beeten, Rote Beten, Randen, Rahnen, Rohnen stark basisch wirkend)	41	175	0	8,6	0,1	1,5
Rote Rüben (Sauerkonserve) (Rote Beeten, Rote Beten, Randen, Rahnen, Rohnen)	24	101	0	4,6	0,1	1,1
Rotkappe	18	73	0	1	1	1
Rotkohl, Rotkraut, Blaukraut	22	92	0	3,5	0,2	1,5
Rotkohl, Rotkraut, Blaukraut (Sauerkonserve)	14	60	0	2,2	0,1	1,1
Rucola, Eichblattsalat, Rauke	11	48	0	1,1	0,2	1,3
Salbei, frisch	87	365	1	12	3,2	1,9
Sardellenfilets (Anchovis) (roh)	101	427	0	0	2,3	20,1
Sardinen (roh)	124	522	0	0	5,2	19,4
Sardinen (Konserve) in Öl	222	926	0	0	14	24

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Sauerampfer (stark basisch wirkend)	22	92	0	2	0,4	2,4
Sauerkraut (Sauerkonserve)	10	41	0	1,1	0,2	0,9
Sauerkraut, abgetropft	18	77	0	2,4	0,3	1,5
Schalotten (Edelzwiebeln, Lauchzwiebeln, Frühlingszwiebeln)	77	325	1,5	16,1	0,1	2,5
Schellfisch (roh)	72	308	0	0	0,6	17,9
Schillerlocken (Dornhai)	300	1245	0	0	24	21
Schlagsahne, 40 % Fett (Schlagobers)	377	1551	0,5	2	40	2,2
Schnittkohl	25	104	0	4,1	0,2	1,4
Schnittlauch, frisch	27	114	0	1,6	0,7	3,6
Scholle (roh)	86	361	0	0	1,9	17,1
Schwarzkohl	25	104	0	4,1	0,2	1,4
Schwarzwurzeln	16	66	0	1,6	0,4	1,4
Schwertfisch (roh)	117	493	0	0	4,4	19,4
Seeaal (Rückenstücke vom Dornhai)	300	1245	0	0	24	21
Seehecht (roh)	92	386	0	0	2,5	17,2
Seelachsfilet, Alaska, Alaska-Seelachsfilet (roh)	74	314	0	0	0,8	16,7
Seelachsfilet, Köhler, Blaufisch (roh)	81	344	0	0	0,9	18,3
Seesaibling, Bachsaibling (roh)	101	432	0	0	2	19,5
Seetang (Seealgen, Meeresalgen)	54	228	1	12	0,5	1,8
Seetang, getrocknet (Seealgen, Meeresalgen)	278	1166	5	55	2	8
Seewolf, Steinbeisser, Katfisch (roh)	99	417	0	0	3	17
Seezunge (roh)	83	349	0	0	1,4	17,5
Senf, Mostrich, scharf	102	426	0,5	6	6	6
Sesamöl	882	3731	0	0	99,5	0,2
Shitake, Shijtake, Shiitake, getrocknet	336	1411	4,5	53	3,5	20,5
Shrimps, ausgelöst	73	310	0	0	0,8	16,5
Silberzwiebeln (Sauerkonserve)	27	114	0,5	6	0	0,6
Sojakleie	129	541	0,5	7	4	15

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Sojasosse (Tamaris)	70	296	1	9	0,6	7,1
Spargel (stark basisch wirkend)	18	77	0	2,2	0,2	1,9
Speisegelatine	346	1453	0	0	0,1	84,2
Spiegeleier	220	914	0	0,4	18,4	13,3
Spinat, Blattspinat (stark basisch wirkend)	15	64	0	0,6	0,3	2,5
Spirulina, getrocknet (Algen in alkalischen Binnengewässern, antiviral gegen Epstein-Barr-Virus)	376	1579	0	3	12	60
Steinbutt (roh)	86	362	0	0	1,6	17
Steinpilze (Fichtensteinpilz, Bronzeröhrling bzw. Schwarzhütiger Steinpilz, Sommersteinpilz, Kiefernsteinpilz, Herrenpilze)	20	85	0	0,5	0,4	3,6
Stevia-Flüssigextrakt, Süsskraut, Honigkraut	197	827	4	48	0	0
SteviaSweet Süsspulver (1 Teelöffel = 0,5g = 1,0 kcal)	226	947	4,5	55	0	0
Tee, grün, ohne Zucker (Grüner Tee, Grüntee)	0	2	0	0,1	0	0
Thai-Ingwer, Galgantwurzel, Galangawurzel, Alpinia, getrocknet	348	1428	5	60	5	13
Thunfisch (roh)	204	857	0	0	15,5	21,5
Thymian, getrocknet	292	1227	4	45	7,5	9
Tintenfisch (Kalamares, Calamaris, Calamares, Pulpo)	72	305	0	0	0,9	16
Tofu	83	346	0	1,9	4,8	8,1
Tomaten, Paradeisa, Paradeiser passiert (stark basisch wirkend)	19	79	0	2,7	0,2	1,2
Topinambur, Erdbirnen	31	129	0,5	4	0,4	2,5
Traubenkernöl	930	3934	0	0	100	0
Trüffeln, Trüffelpilze	40	167	0	3	1	4,3
Victoriabarsch, Viktoriabarsch, Nilbarsch (roh)	100	419	0	0	1,7	20
Wakame (Seaweed, Braunalgen z. B. für Miso) Achtung: etwa 15 mg Jod pro 100 Gramm!	55	229	1	9	1	2
Walnussöl (Baumnussöl)	930	3934	0	0	100	0

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Lebensmittel-Nährwerte (pro 100 g)	kcal	kJ	BE	KH (g)	Fett (g)	EW (g)
Wasser, Quellwasser, Leitungswasser, Stilles Wasser	0	0	0	0	0	0
Weisse Rüben, weisse Rübchen, Mairübchen, Mairüben, Nevetten, Navets	24	103	0	4,6	0,2	1
Weisskohl, Weisskraut, Kappes, Kaps, Kabis	25	104	0	4,1	0,2	1,4
Weizensprossen	52	219	0,5	5	1,1	5
Winterkabeljau, Skrei (roh)	79	330	0	0	0,9	16,7
Wirsingkohl, Wirsching (stark basisch wirkend)	25	107	0	2,4	0,4	3
Wurzelpetersilie, frisch	40	169	0,5	6	0,5	2,9
Ysopblätter (Bienenkraut, Duftisoppe, Eisenkraut, Eisop, Esope, Essigkraut, Gewürzysop, Heisop, Hisopo, Hizopf, Ibsche, Isop, Ispen. Josefskraut)	30	126	0	2,9	0,6	3
Zander (roh)	83	352	0	0	0,7	19,2
Ziegenkäse, Ziegenfrischkäse	280	1176	0	2	22	16
Ziegenkäse, Ziegenschnittkäse	368	1540	0	0	27	28
Ziegenkäse, Ziegenweichkäse	280	1164	0	0	21,8	21
Zitronen	35	151	0,5	3,2	0,6	0,7
Zitronenmelisse, frisch	50	205	0,5	5,5	1	4,2
Zitronensaft	26	109	0	2,4	0,1	0,4
Zucchini, Zucchetti, Zuchine; Zucchine (Kürbis-Art)	18	76	0	2	0,4	1,6
Zwiebeln, Rote Zwiebeln (stark basisch wirkend)	28	117	0	4,9	0,3	1,3
Zwiebeln, gedünstet (Rote Zwiebeln)	36	152	0	5,5	0,8	1,5

Angaben ohne Gewähr

Legende:

kcal = Kilokalorien
kJ = Kilo-Joule
BE = Brot-Einheiten (gerundet)
KH (g) = enthaltene Kohlenhydrate in Gramm
Fett (g) = enthaltenes Fett in Gramm
EW (g) = enthaltene Eiweisse/Proteine in Gramm

http://www.lebensmittel-tabelle.de

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Basische und säurebildende Lebensmittel
Die Gesamtmenge an basenbildenden Lebensmitteln sollte höher sein als die an säurebildenden. So gehören Pilze in jede Anti-Krebs-Ernährung. Durch genügend basenbildende Gemüse kann die Säurelast gut kompensiert werden.

Lebensmittel, die Basen bildend sind (je mehr desto besser)	*Lebensmittel, die leicht Säure bildend sind (eine gute Beigabe)*	*Lebensmittel, die Säure bildend sind (möglichst meiden)*
Gemüse, Gräser & Sprossen	***Früchte***	***Tierische Produkte***
Alfalfagras und -sprossen	Äpfel, grün	Alle Wurstsorten
Artischocken	Ananas	Alles Geflügel
Auberginen	Aprikosen	Kalb
Blattkohl	Bananen, reif	Lamm
Blumenkohl	Birnen	Meeresfrüchte
Brokkoli	Blaubeeren	Organfleisch
Chili	Cranberry	Rind
Chlorella	Erdbeeren	Salzwasserfisch
Endivien	Granatapfel	Schwein
Erbsen	Hagebutten	Wildfleisch
Essbare Blumen	Heidelbeeren	
Feldsalat	Himbeeren	***Milchprodukte***
Gerstengras	Honigmelone	Buttermilch
Grüne Bohnen	Johannisbeeren	Eier
Grünkohl	Kirschen, süss	Homogenisierte Milch
Gurken	Mandarinen	Hüttenkäse
Hafergras	Mango	Joghurt
Kaiserschoten	Melonen	Käse
Kamutgras	Mirabellen	Quark
Karotten	Orangen	Sahne
Kartoffeln	Papaya	
Knoblauch	Pfirsich	***Getreideprodukte***
Kohlrabi	Pflaumen	Donuts
Kohlsalat	Stachelbeeren	Kaffeestückchen
Kopfsalat	Trauben	Kekse
Kürbis	Wassermelone	Mais-/Speisestärke
Lauch / Porree		Muffins
Löwenzahn	***Nüsse***	Weissbrot
Mangold	Haselnüsse	Weisse Pasta
Meerrettich	Macademianüsse	Weisser Reis
Nachtschattengewächse	Pekannüsse	Weisses Mehl
Okra	Pinienkerne	
Paprikaschoten	Walnüsse	***Nüsse***
Pastinakenwurzel		Cashewnüsse
Radieschen	***Fisch***	Erdnüsse
Rettich	Frischer Süsswasserfisch	Pistazien
Rhabarber		
Rosenkohl	***Getreideprodukte & Hülsenfrüchte***	***Fette & Öle***
Rote Beete	Buchweizennudeln	Butter
Roter Rettich	Brauner Reis	Ghee
Rotkohl	Dinkelnudeln	Maisöl
Rucola		Margarine

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Salat
Sauerampfer
Schwarzwurzel
Sellerie
Sojasprossen
Spargel
Spinat
Spirulina
Steckrüben
Süsskartoffeln
Tomaten
Wasserkresse
Weisser Rettich
Weisskohl
Weissrübe
Weizengras
Wilde Kräuter
Wirsingkohl
Zucchini
Zwiebeln

Früchte
Avocado
Bananen, unreif
Grapefruit / Pampelmuse
Kokosnuss, frisch
Kirschen, sauer
Limette
Zitrone

Trockenobst
Aprikosen
Datteln
Feigen
Rosinen

Eiweissprodukte
Molkeneiweiss
Sojaeiweiss
Tempeh
Tofu

Getreideprodukte & Hülsenfrüchte
Amaranth
Buchweizen
Chia
Dinkel
Hirse
Kamut
Kichererbsen
Quinoa
Haferflocken
Kidneybohnen
Limabohnen
Linsen
Mungobohnen
Sobanudeln
Sojabohnen
Vollkornbrot
Vollkornnudeln
Vollkornreis (Bio)
Weisse Bohnen
Wilder Reis

Fette & Öle
Canolaöl
Sesamöl
Sonnenblumenöl
Walnussöl

Süssungsmittel
Agavendicksaft
Apfeldicksaft
Birnendicksaft

Verschiedenes
Apfelessig

Süssigkeiten
Ahornsirup
Backwaren
Eiscreme
Fruktose
Honig
Melasse
Milchzucker
Schokolade
Sirup
Süssstoffe
Weingummi
Zucker, weiss und braun

Würzmittel
Essig
Ketchup
Mayonnaise
Senf
Sojasauce

Getränke
Alkoholische Getränke
Bier
Energy Drinks
Fruchtsäfte, abgepackt
Grüner Tee
Kaffee
Kohlensäurehaltige Getränke
Likör
Schwarzer Tee
Wein

Verschiedenes
Fast Food
Fertiggerichte
Hefe
Mikrowellengerichte
Obst aus Dosen
Pilze

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Nüsse & Kerne Fenchelsamen Kreuzkümmelsamen Kümmelsamen Kürbiskerne Leinsamen Mandeln Paranüsse Sesamkörner Sonnenblumenkerne Weizenkerne ***Fette & Öle*** Avocadoöl Borretschöl Kokosnussöl Leinsamenöl Mandelöl Nachtkerzenöl Olivenöl, kaltgepresst extra nativ Traubenkernöl **Gewürze / Kräuter** Alle frischen Kräuter (u.a. Basilikum, Koriander, Minze, Petersilie, Schnittlauch, Thymian) Cayennepfeffer Chili Curry Himalaya-Salz Ingwer Meersalz, organisches Senfkörner Zimt ***Getränke*** Frischer Gemüsesaft Hafermilch Kräutertee Mandelmilch Reines (basisches) Wasser Ungesüsste Sojamilch ***Verschiedenes*** Buchweizenmehl Dinkelmehl Hirsemehl Kokosnussmilch, frisch Sojamehl Stevia (Süssungsmittel)		**Ich persönlich finde, das Ei ist ein guter Eiweiss-lieferant. Aber es ist hier auf der roten Liste. Das heisst, wenn Sie täglich Eier konsumieren, brauchen Sie einfach mehr Lebensmittel aus der grünen Liste.** Die Tabelle erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. https://www.balance-ph.de/

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Glossar: Begriffserläuterung

aerob	Hier: Verstoffwechselung und Energiebereitstellung von ATP mit Sauerstoff
Allantoin	Primäres Endprodukt des Abbaus von Nukleinsäuren (in Blut und Urin), kommt aber auch in vielen heimischen Pflanzen vor
Allergie	Überschiessende Abwehrreaktion des Immunsystems auf bestimmte, meist harmlose Stoffe
Aminosäure	Organische Verbindung, Baustein von Proteinen (Eiweissen)
anaerob	Hier: Verstoffwechselung und Energiebereitstellung von ATP ohne Sauerstoff
Anämie	Blutarmut, -mangel
Angiogenese	Wachstum kleiner Blutgefässe
Angiom	Gutartiger Gefässtumor (Blut-/Lymphgefässe)
Anthroposophie	Ganzheitliches Menschenbild nach Rudolf Steiner
Antigen	Molekülstruktur (vorwiegend Eiweiss), auf die das Immunsystem mit Antikörper reagiert
Antikörper	Bestandteile der Immunabwehr, welche Antigene neutralisiert
Apoptose	Physiologischer Prozess des natürlichen, programmierten Zelltodes
Aspartam	Umstrittener künstlicher Süssstoff. In nahezu allen künstlich gesüssten Produkten enthalten, zum Teil sogar in Fleischwaren
ATP	Adenosintriphosphat, energetischer Baustein der RNA, unmittelbar verfügbare Energie in jeder Zelle
Basaliom	Weisser Hautkrebs
benigne	Gutartig
Biopsie	Gewebeentnahme
Cancer	Krebs
Chemotherapie	Pharmazeutische Therapie zur Hemmung der Zellteilung, bzw. Zellerneuerung

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Cholesterin	Lebenswichtiger Fettstoff, Grundbaustein wichtiger Hormone
Chondrom	Gutartiger Knorpeltumor
Chromosom	Struktur aus Genen (DNA), die mit vielen Proteinen verpackt ist und im Zellkern aller Lebewesen vorkommt
Colon	Dickdarm
Darmflora	Gesamtheit der Mikroorganismen im Darm
Diagnose	Zuordnung von Zeichen und Symptomen zu einem Begriff
DNA /DNS	Desoxyribonukleinsäure, Erbsubstanz, genetischer Code
Doppelblindstudie	Studie in der weder die Versuchspersonen noch die Versuchsleiter wissen, welches die wirklich behandelte und welches die Kontrollgruppe ist
Dysplasie	Hier: Reversible Fehlbildung von Gewebe
Elektron	Negativ geladenes Elementarteilchen, Bestandteil des Atoms
endogen	Von innen einwirkend
Enzym	Biochemischer Katalysator. Ist in der Lage eine Substanz zu verändern, ohne dabei selbst mit ihr zu reagieren
Epithel	Sammelbezeichnung Deck- und Drüsengewebe. Dazu gehören Muskel-, Nerven-, Bindegewebe.
essentiell	Hier: Lebensnotwendiger Stoff, der vom Körper selbst nicht hergestellt werden kann
Ester	Stoffgruppe, die durch die Reaktion von Sauerstoffsäure und eines Alkohols unter Abspaltung von Wasser entsteht. Findet u.a. Verwendung in Kunststoffen. Die Verbindung Phorbolester kann maligne Tumore auslösen
Exogen	Von aussen einwirkend
Females	Frauen
Fibrom	Gutartiger Bindegewebstumor
Galaktose	Schleimzucker, wichtiger Bestandteil der Muttermilch
Glucose	(Trauben-)Zucker
glykämisch	Wirkung eines kohlenhydrathaltigen Lebensmittels auf den Blutzuckerspiegel
hepatozelluläres Karzinom	Leberkrebs

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Herzkohärenz	Synchrones Zusammenspiel von Atmung und Herzschlag
HIIT	Hochintensives Intervalltraining
Hypernephrom	Nierenzellkrebs
Hyperplasie	Vergrösserung, übermässige Zellbildung
hypoallergen	Möglichst wenig allergieauslösende Faktoren
Immunantwort	Reaktion des Immunsystems auf Organismen oder Substanzen, die es als fremd erkennt
Immunsuppressiva	Medikamente zum Dämpfen des Immunsystems
Initiation	Hier: erste Mutation einer gesunden Zelle zu einer Krebszelle
invasiv	Hier: in Fremdgewebe einwachsend
Inzidenz	Statistische Zahl der Anzahl Neuerkrankungen
kanzerogen	Krebserregend
Kapillare	Kleinstes Gefäss (Blut, Lymphe, Luft)
Karzinom	Maligne Entartung von Zellen des Epithels
ketogene Diät	Kohlenhydratarme, fett- und eiweissreiche Ernährungsform
Kohlehydrat	Zucker, Stärke. In Getreide (Weizen, Dinkel, Hafer etc), Mais, Reis, Kartoffeln, Hülsenfrüchte (Bohnen, Erbsen etc)
Kolon	Dickdarm
Kontraindikation / kontraindiziert	Gegenanzeige: Massnahme, die in unter den gegebenen Umständen nicht angewendet werden darf
Krebs	Umgangssprachlicher Sammelbegriff für alle Arten von bösartigen Gewebsentartungen
Laktat	Salze und Ester der Milchsäure
Latenzzeit	Zeitraum zwischen dem ersten Ereignis (Ansteckung/Mutation) bis zum feststellbaren Ausbruch
Leaky-Gut-Syndrom	Erhöhte Durchlässigkeit des Darms, womit Toxine, Bakterien etc ins Blut gelangen können
Leukämie	„Blutkrebs“, Erkrankung des blutbildenden Systems
Lipom	Gutartiger Fettgewebetumor
Lymphom	Geschwulst im Lymphsystem, Lymphknotenschwellung
Males	Männer
Maligne	Bösartig
Malignom	Krebsgeschwulst

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Mamma	Brustdrüse
Matrix (extrazelluläre)	Interzellularsubstanz, Zwischenzellgewebe, diverse Komponenten welche die Zellen umgeben
Melanom	Schwarzer Hautkrebs
Melatonin	Hormon, das über Serotonin aus der Aminosäure Tryptophan entsteht und in der Zirbeldrüse (Epiphyse) freigesetzt wird. Steuert u.a. den Tag-Nacht-Rhythmus des Körpers
Membranpotential	Elektrische Spannung aus Elektrolyten zwischen dem Inneren und der Umgebung der Zelle
Meridian	Begriff der chinesischen Medizin. Bezeichnet einen Kanal für Lebensenergie durch den Körper
Mesenchym	Sammelbezeichnung Zwischenzellgewebe. Dazu gehören u.a. Knochen, Knorpel, Niere, Nebenniere, Blut- und Lymphgefässe.
Metabolismus	Stoffwechsel
Metastase	Tochtergeschwulst, Ableger, Absiedlung eines Tumors in entferntem Gewebe
Mitochondrie	Zellorganelle mit eigener Erbsubstanz, die durch die Produktion von ATP mittels Glucose und Sauerstoff als „Energiekraftwerk“ dient
Mutation	Dauerhafte Veränderung der DNA
Myom	Gutartiger Muskeltumor
Neoplasie	Neubildung von Körpergewebe
Nocebo-Effekt	Gegenteil von Placebo-Effekt. Wenn die negative Erwartungshaltung (Glaube) physiologisch und messbar Einfluss hat
Nukleinsäure	Aus einzelnen Bausteinen aufgebaute Moleküle, zu der auch die DNA gehört
Oekosystem	Ein sich ergänzendes und stützendes Zusammenspiel von unbelebten und belebten Komponenten
okkult	Hier: nicht sichtbar (z.B. okkultes Blut)
ONKOfit	In der Schweiz registrierte und geschützte Marke zur Krebs Vor- und Nachsorge
Onkologie	Die Wissenschaft, welche sich mit Tumoren befasst
Orthomolekular	Das Gleichgewicht kleinster Substanzen betreffend
Osteom	Gutartiger Knochentumor

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Ovar	Ei
oxidativer Stress	Stoffwechsellage, bei der die normale Reparatur- und Entgiftungsfunktion überfordert ist und freie Radikale entstehen
Pankreas	Bauchspeicheldrüse
Peptid	Molekulare Verbindung verschiedener Aminosäuren
Paraneoplasie	Sammelbezeichnung für Störungen im Rahmen einer Krebserkrankung, die nicht direkt auf diese zurückzuführen sind
Pigment	Farbgebende Substanz
Placebo	Scheinmedikament (ohne Arzneistoff), Scheinintervention (vorgetäuschte Operation)
Plasma	Hier: Blutplasma. Flüssiger, zellfreier Bestandteil des Blutes
Primärtumor	Gewebestelle, in welcher der Tumor als erster auftritt
Progression	Hier: Entwicklung von einer gutartigen zu einer bösartigen Geschwulst
Promotor	Hier: Einfluss, der das Wachstum von Krebszellen fördert
Prostata	Vorsteherdrüse bei Männern
Protein	Eiweiss
Quecksilber	Äusserst schädliches chemisches Element
Radikal (freies)	Instabile hochreaktive Verbindung (Sauerstoff-, Stickstoffradikal), der ein Elektron fehlt und daher zerstörerisch auf mitochondriale DNA, Zell-DNA, RNA und andere Moleküle, z.B. der Zellmembran, reagiert
Radiotherapie	Therapie mittels radioaktiver Bestrahlung
Radon	Radioaktives chemisches Element
randomisiert	Studienanwendung, in der Patienten über einen Zufallsmechanismus den verschiedenen Gruppen zugeteilt werden
Rektum	Letzter Teil/Ausgang des Dickdarms
Remission	vorübergehendes oder dauerhaftes Nachlassen von Symptomen ohne Erreichen einer Genesung (Heilung)
Rezidiv	Rückfall, Wiederauftreten einer Erkrankung
RNS	Ribonukleinsäure, überträgt genetische Information in Eiweisse

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Sarkom	Maligne Entartung von Zellen des Mesenchyms
Schulmedizin	aktuelle wissenschaftliche Lehrmeinung
Selektion	Hier: Vermehrung entarteter Zellen mittels Promotoren
Serotonin	Gewebehormon (zu 90 % im Magen-Darm-Trakt vorkommend), das u.a. Einfluss auf Herz-Kreislauf und Zentralnervensystem hat (Stimmungslage)
Stomach	Magen
Störherd (Focus)	Meist nicht merkbare Energieflussstörungen im Körper, zum Beispiel Narben, Zahnstörfelder, Noxen (schädliche Stoffe) etc.
Symptom	Hier: Erkrankungszeichen
synthetisch	Chemisch (meist künstlich) hergestellt
Terrain	Hier: Zusammensetzung des inneren Millieus, das Basis für die Regulationsfähigkeit des Organismus ist
TH1 / TH2	Bezeichnung von Zellen, Gruppe der T-Lymphozyten (weisse Blutzellen), die für die Immunantwort eine zentrale Rolle spielen
These	Behauptung, Leitsatz
Thiole	Aminosäuren, die u.a. Sauerstoff- und Stickstoffradikale neutralisieren
toxisch	Giftig
Tryptophan	Essentielle Aminosäure, aus welcher der Körper u.a. Vitamin B3 und Serotonin gewinnt
Tumor	Geschwulst, Schwellung
Uterus	Gebärmutter
Visualisierung	Hier: Das Arbeiten mit inneren Bildern (Kopfkino)
Xenohormon	natürliche und künstliche Stoffe, die ähnliche Eigenschaften wie Hormone haben.
Zervix	Gebärmutter
Zytostatika (s.a. Chemo)	Pharmazeutisches Medikament zur Hemmung der Zellteilung/Zellerneuerung

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Weiterbildung in biologischer Medizin / Krebstherapie

Biologische Krebsabwehr e.V., Vossstrasse 3, D 69115 Heidelberg
Telefon +49 6221 128020
https://www.biokrebs.de/aerzteinformationen

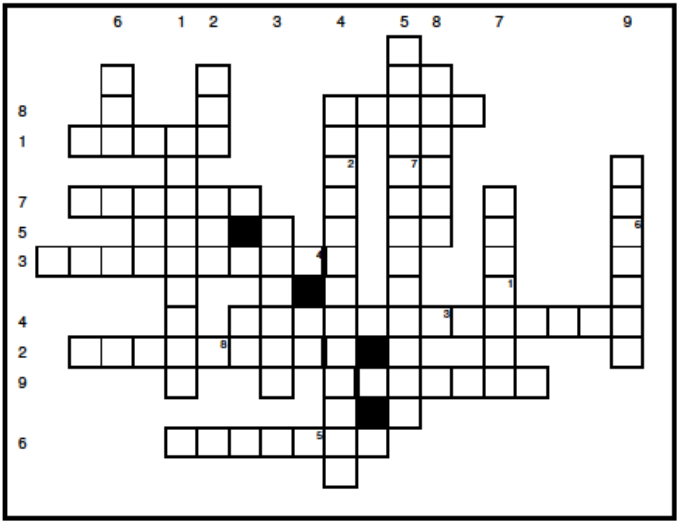
Für ein weiteres, vertiefendes Selbststudium mit vielen Links:
http://www.symptome.ch/wiki/Krebs

Kreuzworträtsel Onkologie

Senden Sie das Lösungswort der Aufgabe auf der nächsten Seite an: *admin@nhzo.ch*. Wenn es richtig ist, erhalten Sie einen Gutschein für eine kostenlose Messung Ihrer Herzratenvariabilität mit der Berechnung des aktuellen biologischen Alters. Hier finden Sie die Druckvorlage als pdf-Datei:

https://naturheilzentrum-oberland.ch/pdf/Raetselblock.pdf

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch



waagerecht

1 Gutartige Geschwulst des Fettgewebes
2 Bezeichnung für einen bösartigen Tumor
3 Begriff für eine Fehlbildung / Differenzierungsstörung eines Gewebes
4 Gewebeveränderung, mit erhöhtem Risiko zur malignen Entartung
5 Entdecker des TKTL1 und Begründer der Anti-Krebs-Ernährung
6 Gewebeentnahme zur Analyse
7 maligne Erkrankung aus dem Mesenchym heraus
8 essentielles Spurenelement, das bei Stress (Cortisonfreisetzung) vermehrt ausgeschieden wird
9 wichtigste Pflanze in der Krebstherapie

senkrecht

1 Lehre der Tumorerkrankungen
2 System zur Klassifizierung von Tumorstadiums, Lymphknotenbeteiligung, Vorhandensein von Metastasen
3 Gutartige Geschwulst des Bindegewebes
4 Behandlung mit Zytostatika
5 Störung im Rahmen einer Krebserkrankung, die keinen direkt Zusammenhang mit dem Tumor hat
6 Abkürzung für Magnet Rezonanz Tomographie
7 häufigste Faktoren der Krebsursachen nebst endogenen Faktoren
8 wenn negativer Glaube die Krankheit fördert/beschleunigt, bzw. eine Heilung verhindert
9 werden oft zugunsten des Auftraggebers ausgelegt oder gar angepasst

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Schweizer Kliniken für Beratung und natürliche Krebstherapien

Alpstein Clinic, Gais (Appenzell)
https://alpstein-clinic.ch (Integrative Medizin, Krebstherapien)

Swiss Mountain Clinic (ehemals Paracelsus Clinica al Ronc), Castaneda (Nähe Bellinzona)
https://www.swissmountainclinic.com (biologische Medizin, Krebs-Therapiewochen)

Sokrates Gesundheitszentrum Bodensee, Güttingen
https://klinik-sokrates.ch (klassische und biologische Medizin, Krebstherapiewochen, Reha)

Paracelsus Klinik, Lustmühle (Nähe St. Gallen)
www.paracelsus.ch (biologische Medizin, Krebstherapieprogramm)

Paramed Ambulatorium, Baar
http://www.paramed.ch/ambulatorium (biologische Medizin)

Lukas Klinik und Ita Wegmann Klinik, Arlesheim
http://www.klinik-arlesheim.ch (anthroposophische Behandlungen)

Clinica Santa Croce, Orselina (nähe Locarno)
https://santacroce.ch/de/home-deutsch (homöopathische Krebsbehandlungen)

Es gibt in der ganzen Schweiz zahlreiche Ärzte und Heilpraktiker, die sich in biologischer Krebsmedizin weitergebildet haben. Erkundigen Sie sich direkt bei den entsprechenden Ausbildungsinstitutionen.

Weitere Adressen mit ähnlichen Zielen wie ich es mit ONKOfit® realisiert habe:

Prof. Dr. med. Gerd Nagel, Männedorf
www.patientenkompetenz.ch (Beratung/Coaching bei Brustkrebs)

3E Zentrum, Remshalden-Buoch, Deutschland
http://www.3e-zentrum.de/krebstherapie (alternative Krebstherapie)

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

Literaturhinweise/-empfehlungen

Torsten Engelbrecht, Dr. med. Claus Köhnlein, Inez Maria Pandit M.D. und Fachärztin Juliane Sacher **Die Zukunft der Krebsmedizin: Was ist Fakt und was Fiktion?** naturaviva-Verlag	Prof. Dr. med. Richard Béliveau & Dr. med. Denis Gingras **Krebszellen mögen keine Himbeeren –** Nahrungsmittel gegen Krebs Goldmann-Verlag
Ty Bollinger **Krebs verstehen und natürlich heilen** Kopp Verlag	Lothar Hinreise **Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe** Sensei-Verlag
Dr. med. Ulrich Strunz **Das neue Anti-Krebs-Programm** Dem Krebs keine Chance geben: So schalten Sie die Tumorgene ab Heyne Verlag	Günter Albert Ulmer **Krebs unser Schicksal?** Neueste Erkenntnisse ganzheitlich erfasst. Gefahr erkannt, Gefahr gebannt! Eigenverlag
Birgit Volkmann **Krebs – Freikarte ins Leben** Wie man Krebs ohne Chemotherapie und ohne Bestrahlung besiegen kann Sensei-Verlag	Dr. rer.nat. Johannes F. Coy, Dr. Freerk T. Baumann, Prof. Dr. med. Jörg Spitz, Anna Cavelius **Die 8 Anti-Krebs-Regeln** GU-Verlang
Ingrid Naiman **Krebs behandeln mit pflanzlichen Salben** Bewährte phytotherapeutische Verfahren wiederentdeckt VAK Verlag	Prof. Dr. med. Ulrika Kämmerer, PD Dr. rer.nat. Christina Schlatterer, Dr. rer.nat.habil. Gerd Knoll **Ketogene Ernährung bei Krebs** Die besten Lebensmittel bei Tumorerkrankungen Systemed Verlag
Prof. Dr. med. Josef Beuth **Gut durch die Krebstherapie** Wie Sie Nebenwirkungen und Beschwerden lindern Trias Verlag	Prof. Dr. med. Karsten Münstedt, Petra Thienel **Patientenratgeber Krebs** Alternative Therapien medizinisch bewertet Knaur Verlag
Prof. Dr. med. Klaus Maar **Rebell gegen den Krebs** Neomedica-Verlag	Jean-Claude Alix **Es geht um eine Zukunft ohne Krebs** Spurbuch-Verlag
Dr. med. Uwe Reuter, Dr. med. Ralf Oettmeier **Biologische Krebsbehandlung heute – Sag' JA zum LEBEN!** ProLeben Fachverlag	Dr. Kristina Brode **Angst als Chance** Diagnose Krebs: Brücken zur Selbstheilung und zu einem neuen Lebensgefühl Scorpio Verlag
Andreas Moritz **Krebs ist keine Krankheit** – Krebs ist ein Überlebensmechanismus voxverlag.de	Dr. med. Heinrich Kremer **Die stille Revolution der Krebs- und AIDS-Medizin** Ehlers-Verlag
Dr. med. Thomas Rau **Biologische Medizin – die Zukunft des natürlichen Heilens** Fonamed-Verlag	Dr. med. Vernon Coleman **Wie Sie Ihren Arzt davon abhalten, Sie umzubringen** Kopp-Verlag
Prof. Dr. Hanno Beck **Krebs ist heilbar** Amici di Dirk Verlagsgesellschaft	Dr. med. Joachim Mutter **Gesund statt chronisch krank** fit fürs Leben Verlag
Dr. med. David Servan-Schreiber **Das Anti-Krebs-Buch – Was uns schützt: Vorbeugen und Nachsorgen mit natürlichen Mitteln** Kunstmann-Verlag	Rudolf Passian **Der verhängnisvollste Irrtum unserer Zeit** – nach dem Tod ist es nicht aus und vorbei - im Gegenteil! amadeus verlag

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch

T. Colin Campbell, Thomas M. Campbell **China Study** Die wissenschaftliche Begründung für eine vegane Ernährungsweise Verlage Systemische Medizin	Prof. Dr. Michael Hamm **Gib Krebs keine Chance** Lebensmittel, die das Krebsrisiko senken Knaur Verlag
David Bordon, Tom Winters **99 Dinge, die Sie unbedingt mal tun sollten, um Ihr Leben zu bereichern** GerthMedien	Dr. med. Matthias Rath, Dr. med. Aleksandra Niedzwiecki **Krebs – Das Ende einer Volkskrankheit** Dr. Rath Health Foundation
Prof. Dr. med. Josef Beuth **Gut durch die Krebstherapie** Trias Verlag	Dr. oec. Hans-Peter Studer **Gesundheit in der Krise** AAMI-Verlag
Thomas Hartl & Reinhard Hofer **Geheilt!** Wie Menschen den Krebs besiegten Ueberreuter-Verlag	Dr. med. Jens Michael Wüstel **Krebs – natürlich mitbehandeln** GU-Verlag
Dr. med. Jens Wurster **Die homöopathische Behandlung und Heilung von Krebs und metastasierender Tumore** Verlag Peter Irl	Prof. Dr. med. Gerd Nagel, Delia Nagel, Annette Bopp **Was kann ich selbst für mich tun**? – Patientenkompetenz in der modernen Medizin Verlag Rüffer & Rub
Dr. med. Andreas Modrzejewski **Grundlegende Irrtümer der modernen Medizin** BOD-Verlag	Dr. Brian A. Schaefer **Salvestrole** Die Antwort der Natur auf Krebs Clinical Intelligence Corp
Dr. med. György Irmey **Heilimpulse bei Krebs** Wegweiser für ein persönliches Therapiekonzept, mit Checklisten und Erfahrungsberichten Haug Verlag	Lars Johansson **Die Eiweissrevolution!** MAP - Master Amino Acid Pattern Die Entdeckung des menschlichen Aminosäuremusters Verlag Information4Life
Dr. med. Ludwig Manfred Jacob **Dr. Jacobs Weg des genussvollen Verzichts** Die effektivsten Massnahmen zur Prävention und Therapie von Zivilisationskrankheiten Nutricamedia Verlag	Dr. med. Dr. phil. Johannes Kuhl **Eine erfolgreiche Arznei- und Ernährungs-behandlung gut- und bösartiger Geschwülste** Mit Originalrezepten zur Herstellung von geschwulstverhütender Kost Eigenverlag
Prof. Dr. med. Michael Zimmermann, Hugo Schurgast, Uli P. Burgerstein **Handbuch Nährstoffe** Trias Verlag	Dr. med. Peter Holzhauer, Uwe Gröber **Checkliste Komplementäre Onkologie** Hippokrates Verlag
Walter Last **Krebst natürlich heilen** Wie Sie sofort beginnen können, Ihre Gesundheit zu retten MobiWell-Verlag	Dr. rer.nat. Siegfried Kiontke **Physik biologischer Systeme** – Die erstaunliche Vernachlässigung der Biophysik in der Medizin Vitatec Medizintechnik
Delia Schreiber **Eigene Wege** Selfempowerment für Frauen mit Brustkrebs Verlag Stiftung Patientenkompetenz	Florence Kunz-Gollut **Niemand muss müssen in der Krebstherapie** Sokutec Verlag
Barry Lynes **Die verbotenen Krebs-Heilungen** Fünfzig Jahre der Unterdrückung Verlag Jim Humble	Kurt Langbein **Radieschen von oben** Über Leben mit Krebs Ecowin Verlag
Michael J. Phelps **Die Akte Krebs – Menschgemacht durch die Natur geheilt** 52 Nahrungsmittel mit besonderen Heilkräften gegen Krebs Eigenverlag	Lothar Hirneise Das grosse Koch- und Lehrbuch der **Öl-Eiweiss Kost** Sensei-Verlag

© 2007-2022, Copyright by Rolf Wenger, Heilpraktiker, www.naturheilzentrum-oberland.ch