

# Veränderbarkeit ist möglich

Mikronährstoffe individuell angepasst

unterstützen bei Krebstherapie | *Sybille Binder, Abdolrahman Said und Jürgen Kupferschmid*

**Die personalisierte Versorgung mit Mikronährstoffen hat einen maßgeblichen Einfluss auf die Salutogenese von Krebspatienten. Indem das innere Gleichgewicht des Organismus beeinflusst wird, wirkt es sich auch auf ihre mentale Befindlichkeit aus. Experten warnen vor den Folgen von Mangelernährung bei Krebs und fordern deshalb, die moderne Orthomolekulare Medizin in maßgeschneiderte Therapiekonzepte zu integrieren.**

Im Kampf gegen Krebs gilt die personalisierte Medizin als Hoffnungsträger. Nach einem Bericht des Internetportals [Studium.at](http://Studium.at) [1] erweitert die auf den einzelnen Patienten maßgeschneiderte Medizin die drei konventionellen Behandlungsmethoden – chirurgische Eingriffe sowie Chemo- und Strahlentherapie. Im Rahmen eines Science Talks des Wissenschaftsministeriums in Wien weckten Experten Zuversicht, künftig immer mehr Erkrankte heilen zu können.

Die sich verbessernden Überlebenschancen führt Ulrich Jäger (Professor für Hämatologie an der Medizinischen Universität Wien und Leiter der Klinischen Abteilung für Hämatologie und Hämostaseologie am AKH Wien) unter anderem darauf zurück, dass es heute hunderte von Therapieformen in den unterschiedlichsten Kombinationsmöglichkeiten gibt. Über die Rolle der mitochondrialen Bioenergetik in der erfolgreichen ganzheitlichen Behandlung onkologischer Patienten sprach PD Dr. med. Nils H. Thoennissen am 12. Internationalen Bodenseekongress für Regulations- und Moderne Orthomolekulare Medizin, der am 9. September 2017 in Ermatingen (Schweiz) stattgefunden hat. Vor 200 Ärzten, Therapeuten, Apothekern und Drogisten aus Deutschland, Österreich, Holland und der Schweiz vertrat der Münchner Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und Onkologie zwei Kernthesen:

1. Die konsequente Regeneration und Aufrechterhaltung der mitochondrialen Aktivität ist eine essenzielle Voraussetzung für eine nachhaltige Kontrolle bis hin zur Kuration von Krebserkrankungen jeglichen Stadiums.
2. Eine durchgreifende Änderung bisheriger Lebens- und Essgewohnheiten gepaart mit gesundem Eigensinn und Achtsamkeit ist



Abb.: Indischer Milchreis ist gut für die Nerven.

Foto: Veronica Studer

mit Grundvoraussetzung, um der mitochondrialen Dysbalance tiefgreifend entgegenzuwirken.

In einem Beitrag für die Tagungspublikation „OrthoNews“ [2] geht Thoennissen auf die zentrale Stellung des Mitochondrions in der Entstehung von Gesundheit (Salutogenese) ein – insbesondere mit Blick auf die Ursachen von chronischen Erkrankungen, wie zum Beispiel Krebs (Warburg-These): „Die Balance zwischen Zelleistung und Zellteilung ist die Grundlage für einen gesunden Organismus und Zentrum der mitochondrialen Medizin. Sehr anfällig sind Mitochondrien unter anderem für Umweltgifte, Schwermetallvergiftungen, Sauerstoff- und Nährstoffmangel, Medikamententoxine, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, mentaler Stress.“

Eingebettet in ein ganzheitliches Therapie-Modell könne die Kombination neuester Methoden aus der Mitochondrien-Medizin nachweislich und signifikant den oxidativen Stress reduzieren beziehungsweise die Reservekapazität der Mitochondrien steigern – mit nachhaltigen Erfolgen bei Krebspatienten: „In einer prospektiven Fallstudie von Patienten mit fortgeschrittener Krebserkrankung erfolgte eine konsequente Therapie gezielt auf Regeneration und Aufrechterhaltung der mitochondrialen Funktion. Diese beinhaltete insbesondere neben einer intensivierten Ernährungsumstellung die regelmäßige Infusion

bestimmter orthomolekularer Infusionsprogramme in zwingend direkter Kombination mit einer Hochfrequenz-Stimulation der Körperzellen sowie die konsequente Chelatierung von Schwer- und Leichtmetallen, Gewebeentsäuerung, Zahnsanierung und individuellen Programmen zur mentalen Stärkung“, heißt es in dem Bericht weiter.

## Positiv denken und handeln

Der von Dr. med. Nils H. Thoennissen angesprochenen mentalen Stärkung ist besondere Beachtung zu schenken: So zieht eine Krebsdiagnose der betroffenen Person häufig den Boden unter den Füßen weg. Diese Krankheit bringt viel Unberechenbares mit sich und bedeutet für die meisten Patienten, sich zum Beispiel auch mit Sterben und Tod sowie der Angst vor Schmerzen und den Nebenwirkungen von medizinischen Therapien auseinandersetzen. Aus der steigenden Anzahl an Behandlungsformen den besten Weg zu finden, stellt sie vor schwierige Entscheidungen und wird häufig von einem Wechselbad der Gefühle begleitet. Angst dominiert in dieser Phase häufig das Denken und Fühlen der Betroffenen. Doch nicht jeder Krebs endet mit dem Tod und auch nicht immer sind schwere Nebenwirkungen von Chemo und Bestrahlung zu erwarten. Dennoch: In der konventionellen

Medizin wird in der Regel gegen Krankheit gekämpft – der Salutogenese wird dabei noch zu wenig Rechnung getragen. Nach diesem durch Aaron Antonovsky bekannt gewordenen Begriff ist die Entstehung von Gesundheit an drei Voraussetzungen geknüpft: Ereignisse, die uns im Laufe des Lebens begegnen, sollten:

1. verstanden werden,
2. handhabbar sein
3. und einen Sinn machen.

Die drei konventionellen Behandlungsmethoden einer Krebstherapie können einen Tumor zwar zurückdrängen oder auch ganz zum Verschwinden bringen, für Heilung im umfassenden Sinn reicht das aber vielfach nicht aus. Die salutogenetische Perspektive rückt auch bei Krebs das Gesunde und das Positive in den Fokus des Denkens und Handelns.

Ohne die Ernsthaftigkeit der Erkrankung auszublenden, nimmt in diesem Moment die Angst zwangsläufig weniger Raum ein. Erkenntnisse aus der Placeboforschung zeigen sehr deutlich, wie wichtig die eigenen positiven Gedanken und guten Emotionen bei der Entstehung von Gesundheit oder Krankheit sind. Imaginäre Gedanken und die Vorstellung des gesunden Körpers können das

Immunsystem nachweislich stärken und die körpereigenen Selbstheilungsprozesse unterstützen.

Auch durch die Sinngebung verliert der Krebs an Kraft und damit an Gefahr. Das bedingt, dass ein Mensch im tiefsten Vertrauen erkennt, dass auch persönliche Schicksalsschläge im großen Ganzen einen Sinn ergeben, während sie im Hier und Jetzt rational als nicht nachvollziehbar erscheinen mögen. Statt Krankheit als persönlichen Fehler oder gar als Strafe zu sehen, lohnt es sich, gezielt Achtsamkeit zu trainieren, seine Kräfte zu stärken und auf die Signale des Körpers zu hören.

Egal, für welches Therapiekonzept sich ein Patient entscheidet – es sollte aus vollem Herzen und mit einem überzeugten „Ja“ erfolgen, zwei wesentlichen Voraussetzungen für den Heilungserfolg.

### Potenziale erschließen

Persönliche Ressourcen unterstützen die Heilungsprozesse langfristig und tragen Betroffene in emotionalen Momenten der Kraftlosigkeit

und des Haderns. Es ist deshalb wichtig, Potenziale zu erschließen und zu nutzen, zum Beispiel:

- Musik hören oder selbst ein Instrument spielen,
- singen, tanzen, malen,
- sich ohne Leistungsdruck körperlich bewegen: spazieren gehen, wandern, Sport,
- sich mit Kunst auseinandersetzen oder
- sich in der Natur aufhalten.
- Alle Tätigkeiten, die Freude bereiten, machen Sinn. So kann bei einer Krebsdiagnose zum Beispiel auch die Arbeit eine Ressource sein.
- Lebensbejahende und „nährende“ Beziehungen zu Menschen pflegen, in deren Umfeld Wohlbefinden entsteht – zum Beispiel mit engen Familienangehörigen oder guten Freunden.

Darüber hinaus gilt der Atem in allen Heilungssystemen als Ursprung und Quelle des Lebens. So spricht man im Indischen vom Pranayana und im Westen vom Odem. Bei Krebs können sich Atemübungen oder eine Atemtherapie als wertvolle Ressourcen erweisen.

Ärzte, Therapeuten und Menschen die salutogenetisch denken und handeln, können eine

## naturheilkunde-kompakt.de

Das Info-Portal von CO.med und Naturheilkunde Journal

Ergänzen Sie Ihre Printwerbung durch unsere werbestarken Online-Angebote!



### Ihre Ansprechpartner für digitale Werbemöglichkeiten und Bannerplatz-Reservierungen:



**Jessica Richter**  
 Mediaberaterin Komplementärmedizin  
 Tel. 09221 / 949-315  
 j.richter@mgo-fachverlage.de



**Jennifer Schmidt**  
 Teamleiterin Mediaberatung Komplementärmedizin  
 Tel. 09221 / 949-383  
 j.schmidt@mgo-fachverlage.de



**Sybille Binder**

Seit 30 Jahren ist Sybille Binder als Ernährungs- und Vitalstofftherapeutin aktiv und leitet das Institut für integrative Naturheilkunde Zürich (NHK). Zuvor war sie über mehrere Jahre in Spitälern und Kliniken tätig. Am NHK werden Therapeuten und Naturheilpraktiker in der Fachrichtung Traditionelle Europäische Naturheilkunde (TEN) ausgebildet. Im Institut arbeiten Schulmediziner, Heilpraktiker, Ernährungsberaterinnen und Physiotherapeutinnen als Team zusammen.

Sybille Binder setzt sich für eine stets salutogenetische Arbeitsweise ein.



**Abdolrahman Said**

Der TCM-Therapeut Abdolrahman Said führt gemeinsam mit seiner Frau Maria in Bern die Praxis Ärulavivus – ein Ort für ganzheitliche Therapie. Nach dem Studium der Sozial- und Kommunikationspsychologie arbeitete er zunächst vier Jahre als Betreuer und Berater in einer Klinik für Psychiatrie. Seine 15-jährige Tätigkeit in der chinesischen Medizin und die Vertiefung in der Endokrinologie haben ihn anschließend „in die Tiefe der orthomolekularen Medizin“ geführt.

wertvolle Hilfe bieten und unterstützend tätig werden.

### Jeder Mensch reagiert anders

Aus salutogenetischer Sicht ist Gesundheit kein Zustand ist, sondern das Ergebnis multifaktorieller Prozesse für einen ungestörten und regulierten Stoffwechsel: Nach dem Konzept der Homöostase ist es naheliegend, dass jeder Störfaktor die Gesundheit des Menschen angreifen kann. In der Diskussion um Grenzwerte für Schadstoffe und Belastungen aus der Umwelt geht der Blick für das Individuum zunehmend verloren: Aufgrund seiner persönlichen Grundkonstitution reagiert jeder Mensch anders auf seine Umwelt. Dabei gilt es, die Wechselwirkung zwischen Risiko- und Schutzfaktoren zu betrachten – insbesondere die Verbindung zwischen der Umwelt und dem Darm, der über den Nervus vagus auch mit dem Gehirn kommuniziert.

Reize von außen stimulieren über die Sinnesorgane nicht nur das Gehirn sowie durch die Ernährung oder Schadstoffe auch das menschliche Verdauungsorgan. Das kann zu einer Störung des hormonellen Gleichgewichts führen und damit zu einer Veränderung der emotionalen Befindlichkeit.

Reagiert die Psyche mit negativen Gefühlen und übersteigter Angst, steigt das Risiko, dass das Immunsystem geschwächt wird. Mit Mikronährstoffen – den kleinsten Bausteinen des Lebens – lässt sich ein grundlegender gesundheitlicher Wandel bewirken, körperlich und mental. Diese lebensnotwendigen Substanzen entfalten eine positive Wirkung auf den Gesundheitszustand eines Menschen, was von seinem Inneren nach außen gespiegelt wird.

Das nehmen auch die Mitmenschen im privaten und beruflichen Umfeld wahr – wie jemand sich fühlt, so verhält er sich. Unabhängig von den einzelnen Krankheitsbildern ist zum Beispiel in der Praxis Ärulavivus in Bern festzustellen, dass bei bis zu 90 Prozent der Patienten sich Gesundheit und Lebensqualität deutlich verbessern lassen, wenn ihr Innenleben wieder in Einklang gebracht werden kann. Die Menschen werden wieder glücklich, das ist phänomenal!

### Sich mit dem Menschen auseinandersetzen

Der Schlüssel für eine erfolgreiche Therapie ist die Individualisierung. Das geht über die gemessenen Laborwerte hinaus, die zum Beispiel den Stoffwechselstatus erfassen. Setzt sich

ein Therapeut begleitend mit dem Menschen, mit all seinen Bedürfnissen, Möglichkeiten und Befindlichkeiten aktiv auseinander, verstärkt das den Einfluss auf die Selbstheilung und die Regenerationskräfte des Patienten. Wie stark sind zum Beispiel die Belastungen durch elektromagnetische Strahlung und Schwermetalle? Wie lassen sich diese Einflüsse wirksam reduzieren? Was isst du, was trinkst du? In welchem Umfeld lebst du? Bewegst du dich und treibst du Sport? Wenn nein: Was blockiert dich, es zu tun?

Werden auch die Antworten auf Fragen wie diese berücksichtigt, ergibt sich daraus unter anderem der persönliche Bedarf an Mikronährstoffen, der therapeutisch zu verantworten ist. Exakt darauf abgestimmt, lassen sich mit dem HCK-Baukastensystem eine Vielzahl einzelner Substanzen kombinieren und dosieren. Durchlebt ein Patient während des Behandlungsprozesses zum Beispiel eine besonders emotionale Phase, kann seine Psyche durch eine angepasste Mischung situativ gestärkt werden – ergänzend zur Diagnostik, die sich aus der Analytik und der Anamnese ergibt.

Eine personalisierte Mikronährstoffmischung trägt maßgeblich zu einer Grundharmonie bei, indem die körpereigenen Ressourcen gefördert werden. Mit diesem Ansatz ist Veränderbarkeit möglich, zunächst körperlich und dann im emotionalen und sozialen Empfinden. Aufgrund dieser Erkenntnisse sind personalisierte Mikronährstoffmischungen in der Praxis Ärulavivus zu einem festen Bestandteil individuell zugeschnittener Therapiekonzepte geworden, kombiniert zum Beispiel mit Mykotherapie, chinesischer Medizin und somatischer Medizin. Gesundheit beginnt im Herzen – dort findet Heilung statt. Während angstgefüllte Gedanken die Betroffenen auf Dauer lähmen, stärken positive Gedanken und Momente voller Lebensfreude die körpereigene Abwehr.

### Auf eine bedarfsgerechte Nährstoffzufuhr achten

Für ein ganzheitliches Gesundheitsmanagement bereits zu Beginn der Krebsbehandlung macht sich auch der Biowissenschaftler Dr. Burkhard Poeggeler stark. Ihm zufolge werden damit die Gesundheit, Lebensqualität und das Wohlbefinden der Patienten dramatisch verbessert sowie neue Freude in ihr von Belastung und Stress gekennzeichnetes Leben gebracht. Bereits 2016 hat er in einem redaktionellen Beitrag eindringlich darauf hingewiesen, dass Krebspatienten ein krankheitsbedingtes Risiko für eine Mangelernährung haben: „Ein Viertel aller Krebskranken verstirbt nicht an der Erkrankung selbst, sondern sie verhungern – und

zwar mit vollen Bäuchen. Sie versterben an einem tödlichen Nährstoffmangel und könnten durch eine bedarfsgerechte Nährstoffzufuhr einfach gerettet werden. Ein weiteres Viertel verstirbt an den Folgen des Nährstoffmangels, wie zum Beispiel eines Infekts aufgrund des geschwächten Immunsystems und der fehlenden Abwehr. Nur die Hälfte aller Betroffenen verstirbt an der Krankheit selbst. Das ist ein unhaltbarer Zustand und deshalb arbeiten Mediziner und Wissenschaftler nun an einer Lösung für all diese Menschen, die immerhin die Hälfte der betroffenen Patienten stellen.

Es bedarf einer gezielten Nährstoffergänzung, um diesen Personen wirksam helfen zu können und die kann nur durch Betreuung und Pflege sichergestellt werden. Hier sollten alle Behandler eng zusammenarbeiten. Krebspatienten sind besonders von einer gefährlichen Unterversorgung mit essenziellen Mikronährstoffen betroffen. Vitamine, Mineralien und Spurenelemente sowie bioaktive sekundäre Naturstoffe, Aminosäuren und Antioxidantien sollten vor, während und nach der Therapie in ausreichender Menge durch eine personalisierte Nährstoffergänzung zugeführt werden. Diese orthomolekularen Substanzen sind auch für die Darmgesundheit von entscheidender Bedeutung.

Eine gezielte und eng mit den behandelnden Onkologen abgestimmte zusätzliche Nährstoffzufuhr ist Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie, Rehabilitation und Prävention mit Regeneration der Betroffenen. Eine umfassende Nährstoffsupplementation kann zudem der oft auftretenden und nicht selten lebensbedrohlichen Kachexie, also einem pathologischen Gewichtsverlust, entgegenwirken. Eine Zufuhr hochwertiger Proteine scheint dann besonders empfehlenswert. Das bedarf eines Gesamtbehandlungsplans der die spezifischen Bedürfnisse individuell deckt.“

## Fazit: Mangelernährung – ein modifizierbarer Risikofaktor

Eine in „The Lancet“ veröffentlichte klinische Studie mit mehr als 2.000 Patienten in acht Schweizer Spitälern unterstreicht die hohe Relevanz seiner Aussagen: „Durch eine Mangelernährung verschlechtert sich nicht nur die Lebensqualität der hospitalisierten Patienten, sondern sie wirkt sich auch negativ auf den Krankheitsverlauf aus, steigert das Risiko für Komplikationen und erhöht die Sterberate“, heißt es in einer Medienmitteilung [4].

Forscher der Universität Basel haben in Kooperation mit Kollegen des Kantonsspitals Aarau herausgefunden, dass durch eine individualisierte Ernährung nicht nur die Versorgung

mit Energie und Proteinen besser erreicht werden konnte – auch die Behandlungsergebnisse verbesserten sich generell. „Unsere Ergebnisse zeigen, dass Mangelernährung ein modifizierbarer Risikofaktor ist und die Therapie einen positiven Einfluss auf den Krankheitsverlauf hat“, wird Studienleiter Philipp Schütz (SNF-Förderungsprofessor an der Universität Basel und Chefarzt der Inneren und Notfallmedizin am Kantonsspital Aarau) in dem Presstext zitiert. Die Bedeutung der Ernährungstherapie bei Risiko- und polymorbiden Spitalpatienten sieht er durch diese Untersuchung gestärkt. ■

**Keywords:** Mikronährstoffe, Orthomolekulare Medizin, Onkologie, Ernährung

## Literaturhinweis

- [1] <https://www.studium.at/science-talk-personalisierte-medizin-als-hoffnungstraeger-gegen-krebs>
- [2] OrthoNews – Sonderausgabe zum 12. Internationalen Bodenseekongress 2017, Herausgeber: Stiftung für Gesundheit und Umwelt (SfGU), als PDF kostenlos zu bestellen per E-Mail: [communications@sfgu.ch](mailto:communications@sfgu.ch)
- [3] „Meine Gesundheit“, Ausgabe Winter 2016/2017, online lesen unter: [salusmed.ch](http://salusmed.ch)
- [4] <https://www.presstext.com/news/individuelle-ernaehrung-im-spital-rettet-leben.html>



## Jürgen Kupferschmid

Jürgen Kupferschmid ist Chefredakteur des Magazins „Meine Gesundheit“, der Internetplattform [salusmed.ch](http://salusmed.ch) sowie Leiter Öffentlichkeitsarbeit bei der Stiftung für Gesundheit und Umwelt (SfGU). Er berichtet über neue Lösungsansätze aus der Regulationsmedizin, die für einen Paradigmenwechsel im Umgang mit gesundheitlichen Hauptrisikofaktoren stehen: ein entgleister Stoffwechsel sowie schädliche Einwirkungen durch Umweltbelastungen und Stress.

**Kontakt:**  
[communications@sfgu.ch](mailto:communications@sfgu.ch)

## Weitere Informationen

Folgende Maßnahmen können die Salutogenese unterstützen:

- Was dem Körper **Wärme** bringt, unterstützt die Genesung und stärkt ein schwaches Immunsystem. Das können warme Mahlzeiten sein in Verbindung mit wärmenden Gewürzen (z. B. Zimt, Muskat, Ingwer, Thymian). Aber auch die Misteltherapie zählt zu den Wärmetherapien und wird deshalb in ganzheitliche Behandlungskonzepte integriert.
- Der (schnelle) **Wechsel zwischen Wärme und Kälte**, wie zum Beispiel durch Wechselduschen und regelmäßige Saunagänge, allerdings nur, wenn das Immunsystem dafür stark genug ist, kann ebenfalls zur Salutogenese beitragen.
- **Rhythmische Lebensführung**, das heißt zwei bis drei regelmäßige Mahlzeiten pro Tag, die bei Helligkeit eingenommen werden. Auch das Schlafengehen vor 23 Uhr zählt dazu.
- **Ausgeglichener Mikronährstoffhaushalt**, das heißt neben qualitativ hochwertigen Grundnahrungsmitteln den persönlichen Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, Aminosäuren und sekundären Pflanzenstoffen kennen und decken.
- Krebs wird auch mit einem Lichtmangel im Stoffwechsel in Verbindung gebracht – deshalb empfiehlt sich dafür zu sorgen, dass möglichst **viel Licht** ins Körperinnere eindringen kann.
- **Immunstimulierende Maßnahmen**, zum Beispiel durch die Einnahme von Artemisia annua, Grüntee, Kurkuma, Knoblauch, dunkelroten Beeren, Mistel, oder ähnlichem.

Zusammengestellt von Sybille Binder, NHK Zürich.