Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 72 (2015)
Heft: 4: Komplementäre Therapie bei Krebs

Artikel: Ganzheitliche Behandlung in der Krebstherapie
Autor: Eder, Angelika
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-594422

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

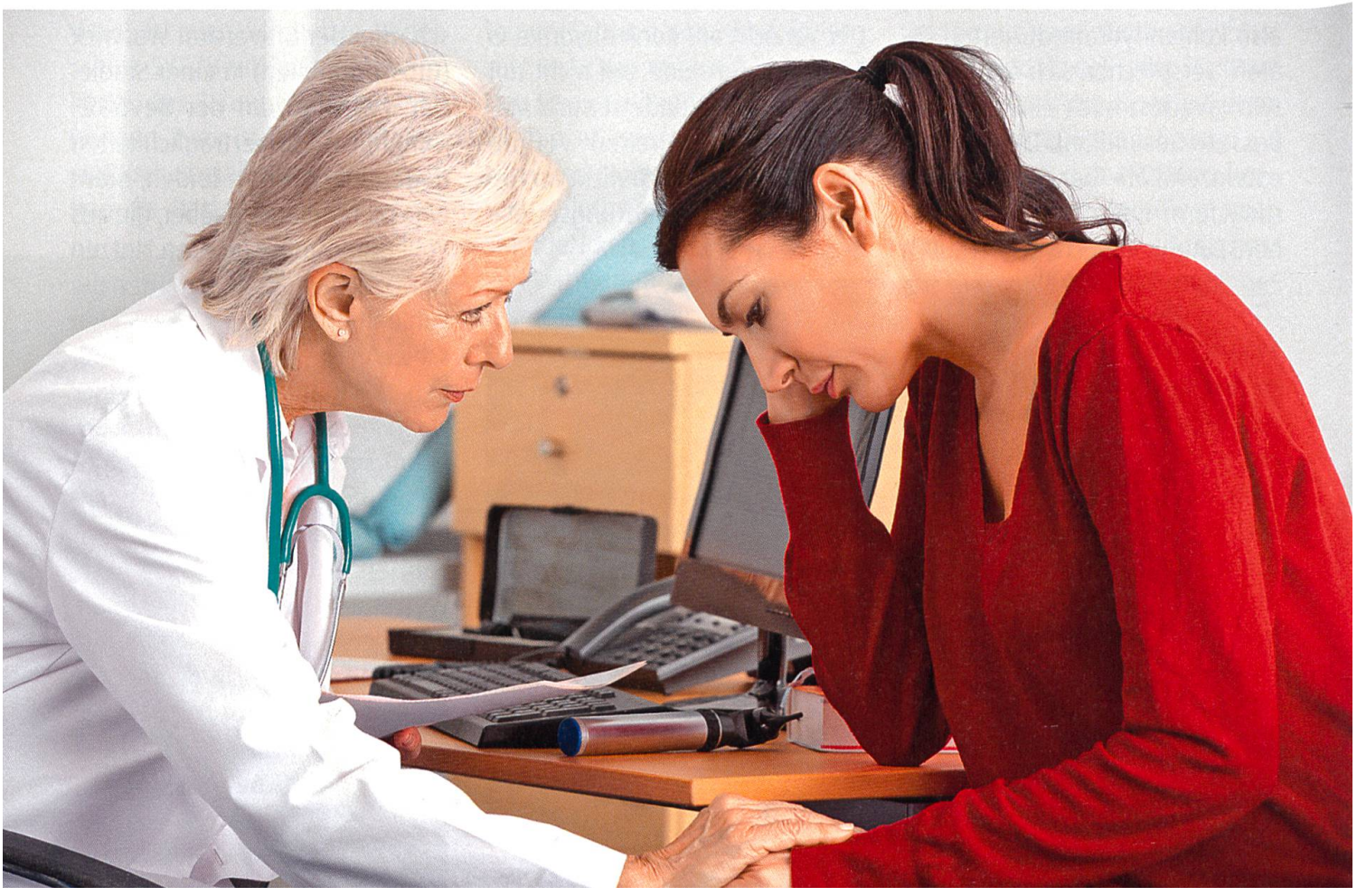
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Ganzheitliche Behandlung in der Krebstherapie

Viele Krebspatienten möchten auch auf pflanzliche Heilmittel und ergänzende Methoden setzen. Was zahlreiche Schulmediziner noch vor gar nicht langer Zeit strikt ablehnten oder einfach nur belächelten, setzt sich heute zunehmend in der Onkologie durch. Angelika Eder

Krebspatienten, die ergänzend zur Chemo- oder Strahlentherapie bzw. Operation etwas für sich selbst tun möchten, werden in Tumorzentren unterstützt. Diese Entwicklung, die in den USA schon Ende der 1990er-Jahre einsetzte, ist in Deutschland vorrangig der Arbeitsgemeinschaft «Prävention und integrative Medizin in der Onkologie» (PRIO) der Deutschen Krebsgesellschaft zu verdanken. Die AG wurde auf dem Krebskongress 2010 gegründet, auf dem sich in einer – wenn auch nicht repräsentativen – Umfrage rund drei Viertel der befragten Ärzte für eine Integration der Komplementärmedizin

Diagnose Krebs: Da scheint zunächst einmal alles zu Ende zu sein. Umso hilfreicher, wenn die behandelnden Ärztinnen und Ärzte einfühlsam, offen für die Ängste und Wünsche des Patienten und auch naturheilkundlich gut informiert sind.



in die Onkologie ausgesprochen hatten. PRIO ist auf den Gebieten Vorbeugung, Ernährung, Sport und komplementäre Therapie tätig und strebt unter Vorsitz von Dr. Jutta Hübner, Onkologin, und ihrem Stellvertreter, dem Radiologen Professor Dr. Franz-Josef Prott, insbesondere ein Ziel an: Ärzte, Pflegekräfte und Vertreter anderer Berufsgruppen im Gesundheitswesen sollen durch zertifizierte Fortbildungsveranstaltungen dazu befähigt werden, offen und wertfrei mit Patienten Fragen zu ergänzender Therapie zu besprechen. Wohlgemerkt, begleitender – keinesfalls ersetzender – Behandlung, die die wissenschaftlichen Grundsätze der Medizin anerkennt.

Komplementärmedizin – keine Scharlatanerie

Damit reagieren Schulmediziner auf verschiedene Entwicklungen: Derzeit nehmen rund 40 Prozent aller Krebskranken zusätzlich zu ihrer konservativen onkologischen Behandlung naturheilkundliche Mittel ein und geben dafür schätzungsweise bis zu sechs Milliarden Euro jährlich aus, unter anderem auch für «Hokuspokus», wie Prott unterstreicht. «Für Wunderheiler, die beispielsweise mit Spontanheilungen werben, die völlig ohne ihr Zutun auch möglich gewesen wären.» Für Scharlatanerie mit Handauflegen, für angebliche Alternativen wie blausäurehaltige Aprikosenkerne, Backpulver oder Chinapräparate voller Schwermetalle.

Die Patienten liessen sich in ihrer Angst auf Versprechungen ein, die sie ohne fachmännischen Rat nicht angemessen einschätzen können, und setzten sich dabei oft auch noch hohen finanziellen Belastungen aus. Um jene Betroffenen nicht allein zu lassen, die Eigenverantwortung übernehmen und Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt bekommen wollen, müssen sich die Schulmediziner folglich als qualifizierte Ansprechpartner anbieten, so die Forderung von PRIO. Und das umso mehr, als man diese Chance, das Vertrauen des Patienten zu gewinnen, früher oft genug durch Ignorieren oder prinzipielles Negieren ergänzender Behandlungen verspielt habe.

Der Wunsch, selbst aktiv zu werden

Dass gerade lebensgefährlich erkrankte Menschen ab einem bestimmten Zeitpunkt das dringende

Besonders Frauen sind gegenüber «harten» Therapien oft skeptisch und suchen nach «sanfteren» Optionen.

Bedürfnis haben, etwas für sich selbst zu tun, ist absolut verständlich, sagt Prott: Speziell Krebs-Patienten müssten nach der niederschmetternden Diagnose erst einmal von Termin zu Termin hetzen, die ihnen die Ärzte in der erforderlichen Reihenfolge vorgäben. Dabei fühlten sie sich zumindest am Anfang hilflos ausgeliefert. Ein Gefühl, dass vor allem dann aufkomme, wenn die Patientinnen beim Festlegen der konventionellen Behandlung nicht ausreichend in die Entscheidungsfindung eingebunden worden seien.

Doch auch für viele andere Betroffene gilt erfahrungsgemäss: Sobald sie zum Durchatmen kommen, informieren sie sich im Internet, bei Apotheken, Hausärzten, Familienmitgliedern oder im Bekanntenkreis, wie sie sich aktiv einbringen können. Konkret möchten sie mit komplementären Verfahren, so die Erfahrung des Strahlentherapeuten, «Nebenwirkungen der Krebsbehandlung abschwächen, das Immunsystem stärken, den Stress

reduzieren, ihre Lebensqualität verbessern, ein Rezidiv verhindern oder den Krebs bekämpfen».

Einsicht bei der Schulmedizin ...

Der typische Nutzer ist übrigens weiblich, an Mammakarzinom oder gynäkologischem Tumor erkrankt, sozial eher höher gestellt, gebildet und meist durch Zeitungen, Rundfunk, Fernsehen und Internet gut informiert. Brustkrebspatientinnen greifen mit bis zu 91 Prozent zu Begleit-/alternativen Heilmitteln. Ein Umstand, der sich nicht zuletzt damit erklärt, dass relativ viele der betroffenen Frauen stark unter den Nebenwirkungen einer Antihormontherapie leiden. Deshalb entschieden sich einige auch ausschliesslich für alternative Verfahren, ohne ihren Entschluss mit Schulmedizinern zu besprechen, zumal deren Ablehnung aus Prinzip bisher so gut wie sicher war.

Der Patient und sein Bedürfnis, selbst etwas zu tun, stehen im Mittelpunkt.

Prof. Franz-Josef Prott

Nicht zuletzt diesen Frauen müssen Ärzte diese Fragen beantworten können: «Was nützt das Mittel mir? Kann es schaden? Wie passt es zu meiner Therapie?»

... und Offenheit beim Patienten

Für die Qualifikation von Onkologen in punkto Naturheilkunde gibt es übrigens einen weiteren zwingenden Grund: Die Inhaltsstoffe können direkte Neben- oder Wechselwirkungen haben und eine konservative Therapie beeinflussen, beispielsweise die Verstoffwechselung von Chemotherapeutika in der Leber schwächen oder verstärken. Absprachen mit dem behandelnden Arzt sind folglich unerlässlich. Prott verdeutlicht die Wechselwirkung an einem konkreten Fall aus seiner Praxis, in dem ein bekanntes pflanzliches Antidepressivum eine Rolle spielte: «Wir haben bei einer Patientin unerklärlich starke Reaktionen auf die Bestrahlungen festgestellt und erst nach wiederholtem Nachfragen den Grund für die schmerzenden roten Stellen klären können: Die Frau hatte die hochdosierte Johanniskraut-Einnahme für ihr Nervenkostüm nicht erwähnt. Dieses Präparat kann aber die Lichtempfindlichkeit der Haut verstärken. Nicht zuletzt deshalb sind wir froh, dass Johanniskraut zumindest in bestimmter Dosishöhe inzwischen verschreibungspflichtig ist.»

Forschung tut not

Aus den genannten Gründen unterstützt die PRIO vor allem die bisher in Deutschland eher stiefmütterlich behandelte wissenschaftliche Forschung auf diesem Gebiet. Inzwischen geben die rund 150 Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft bereits konkrete Empfehlungen zur «komplementären Medizin», die übrigens auch Ernährung, Bewegung und Entspannungsübungen umfasst. Anhänger der Phytotherapie werden sich darüber freuen, dass einige ihrer jahrelang als effizient und hilfreich empfundenen Hausmittel keineswegs nur als «Placebo» wirken, sondern nun in ihrer Wirkungsweise erwiesen bzw. speziell untersucht sind.

Was wirkt wann und wie?

Im Folgenden werden einige meist pflanzliche Mittel aus der Naturheilkunde vorgestellt, die besonders häufig zur Vorsorge beziehungsweise Gesunderhaltung sowie zur Behandlung von Krankheiten genutzt werden. Aber auch natürliche Heilmittel können Neben- und Wechselwirkungen haben, die man kennen muss.

Ginseng

Grüner Tee

Honig

Ingwer

Ginseng erhöht die Belastbarkeit

Mit den Worten «Will man nicht so rumhängen, nimmt man ein bisschen Ginseng» bringt Professor Prott einprägsam die wichtigste Wirkung der antioxidativ wirkenden Pflanze Panax ginseng auf den Punkt: Sie regt das Immunsystem an. Ginseng erhöht, so informiert Prott seine Patienten in einem Flyer, «die Belastbarkeit des Organismus, die Hirnrindenaktivität sowie Aufmerksamkeit und verbessert die Herz- und Lungenfunktion». Die Effizienz von Ginseng-Präparaten gegen Erschöpfung und Fatigue bei Krebspatienten sei in Studien nachgewiesen worden. Da Ginseng allerdings auch konservative Therapien beeinflussen könne, müsse die Einnahme unbedingt mit dem behandelnden Arzt abgesprochen werden.

Grüner Tee – ein gesundes Lebensmittel

Er bietet mit seinen Katechinen sekundäre Pflanzenstoffe, die nach Laborversuchen und Tierexperimenten vor der Entwicklung von Krebszellen schützen sollen. Die bisherigen Studien an nur kleinen Gruppen lassen jedoch, so PRIO, bisher keine Rückschlüsse auf eine entsprechende Effizienz beim Menschen zu. Vorsichtig spricht Prott von einer «sehr, sehr schwachen Evidenz».

Fest steht jedoch, dass grüner Tee ein gesundes Lebensmittel ist und ein täglicher Konsum von drei Tassen Krebskranken ebenso empfohlen werden kann wie Gesunden.

Honig – gut für Hals und Stimmung

Mit antientzündlicher und antibakterieller Wirkung ist er generell bei Halsschmerzen und trockenem Husten angeraten. Bei bestimmten Strahlentherapien gehört er zum festen Programm der von Prott geleiteten radiologischen Praxis in Wiesbaden: «Wir raten unseren Patienten, die im Kopf- und Halsbereich bestrahlt werden, zwischendurch einen Löffel Honig einzunehmen.» Nebenbei verbessere das Naturprodukt übrigens die Stimmung ebenso wie die Konzentrationsfähigkeit.

Ingwer: Höchst empfehlenswert

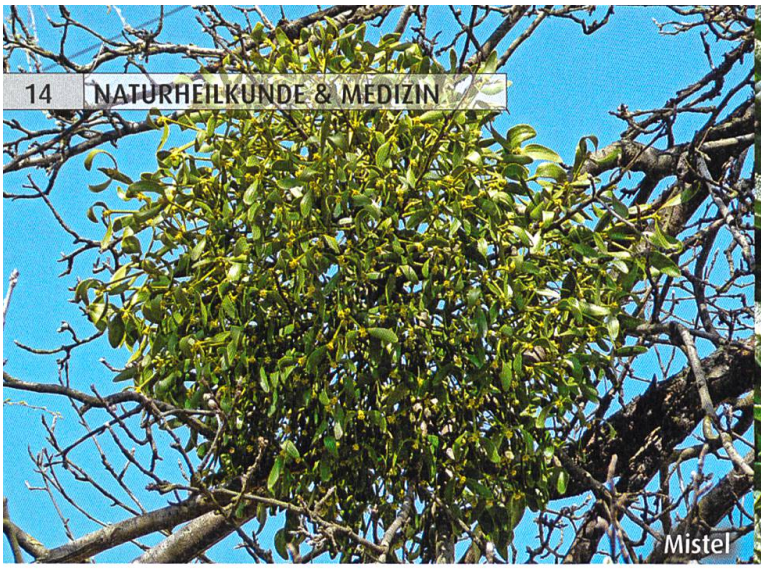
Mit Nachdruck befürwortet Prott den Einsatz von Ingwer, der dank des Wurzelstock-Inhaltsstoffs Gingerol antioxidativ und antientzündlich wirkt. Er stärkt das Immunsystem gegen Erkältungen, erweist sich aber auch bei Muskelschmerzen und Schlappheit als hilfreich und zeigt Wirkung gegen Bauchbeschwerden oder «flauen Magen».

Somit wird er bei und nach Chemotherapie ebenso empfohlen wie bei Reiseübelkeit oder nach zu üppigem Essen. Der Strahlentherapeut ist derart von der Wirkkraft des Ingwers überzeugt, dass er bei medizinischen Publikumsveranstaltungen Getränke mit Ingwertropfen und einem Blatt Zitronenmelisse servieren lässt. Er selbst hat, wie er auf Nachfrage erklärte, immer ein Fläschchen am Bett stehen.

Zuhause kann man sich allerdings auch ganz einfach mit frischem Ingwer einen Tee zubereiten: Einige Scheiben in kochendes Wasser geben und zehn Minuten ziehen lassen, nach Bedarf ein wenig Zitronensaft dazugeben und mit Honig süssen. Allerdings ist bei diesem scharfen Gewürz zu beachten: Manche Menschen mit empfindlichem Magen vertragen es nicht so gut, und Hitzewallungen oder Migräne könnten sich eventuell verstärken.

Nur in der Küche: Kurkurmin

Der Inhaltsstoff der Pflanze Kurkuma (Curcuma longa) soll laut Laborversuchen einerseits eine wachstumshemmende Wirkung auf Krebszellen haben,


Mistel

Salbei

andererseits aber auch möglicherweise die Krebstherapie negativ beeinflussen können. So empfehlen die PRIO-Experten ausschliesslich die Verwendung des Gewürzes in der Küche, aber keine entsprechende Nahrungsergänzung.

Mistel: Das Urteil steht noch aus

Nach wie vor mit Vorbehalten ist der Einsatz der Mistel verbunden, der auf Rudolf Steiner zurückgeht, den Begründer der Anthroposophie. Als ein Gewächs der besonderen Art war die Mistel (Viscum album = weisser Schleim) schon den alten Germanen heilig: Die auch im Winter grüne Pflanze gilt seit langem als Symbol für Leben und Fruchtbarkeit.

Erstmals in der anthroposophischen Medizin gegen Krebs eingesetzt, wurde und wird ihre Wirkung immer wieder aufs Neue untersucht. Im Reagenzglas konnten Eiweisse der Pflanze zwar Tumorzellen vernichten, ein Beweis in klinischen Studien, dass das auch beim Menschen passiert, steht bis heute leider aus. Laut Laborversuchen und Patientenstudien aktiviert die Mistel unspezifisch Zellen und Botenstoffe des Immunsystems, stimuliert es also allgemein.

Mehr Lebensqualität mit Mistel

Aber es gibt, so unterstreicht Prott, keinen wissenschaftlichen Nachweis für eine gezielte Tumorabwehr beziehungsweise Vorbeugung von Rezidiven. Das Fehlen stichhaltiger Beweise allerdings könne durchaus auch auf spezifische Schwierigkeiten bei Doppelblindstudien mit der Mistel zurückzuführen sein: Da die Präparate nicht nur Endorphine freisetzten, also stimmungsaufhellend wirkten, sondern auch eine deutlich sichtbare Einstichstelle mit sich brächten, wüssten die Studienteilnehmerinnen sofort Bescheid, welcher Gruppe (Wirkstoff oder Placebo) sie angehörten. Die psychische Wirkung der festen Überzeugung, sich einer wirksamen Therapie zu unterziehen, sei damit nicht auszuschliessen. Abgesehen davon fänden sich die wenigsten Brustkrebspatientinnen dazu bereit, an solch einer Studie mitzuwirken und möglicherweise nur Placebos zu bekommen.

Der Vollständigkeit halber muss auch erwähnt werden, dass einige der durch die Mistel aktivierten Immunstoffe bei bestimmten Krebserkrankungen, etwa bei einem Lymphom oder Leukämie, zur Verschlechterung führen können. Auf dieser Erkenntnisgrundlage rät der Mediziner, Mistel «nur» zur Verbesserung der Lebensqualität nach einer überstandenen Brusttumor-Erkrankung einzusetzen.

Vielseitiger Salbei

Mit der antibakteriellen Wirkung der Gerbstoffe empfiehlt sich dieses naturheilkundliche Heilmittel bei Infekten und Fieber sowie Entzündungen der Mundschleimhaut und des Rachens. Somit gehört Salvia officinalis wie Honig «zum festen Programm» in der Strahlentherapie Protts: «Die Patienten sollten warmen Salbeitee stets griffbereit haben, und Salbei ist fester Bestandteil unserer Mundspülungen.» Mit denen sollten Betroffene «nach jedem Bonbon, nach jedem Bissen gurgeln, um Speisereste aus den Backentaschen zu beseitigen.»

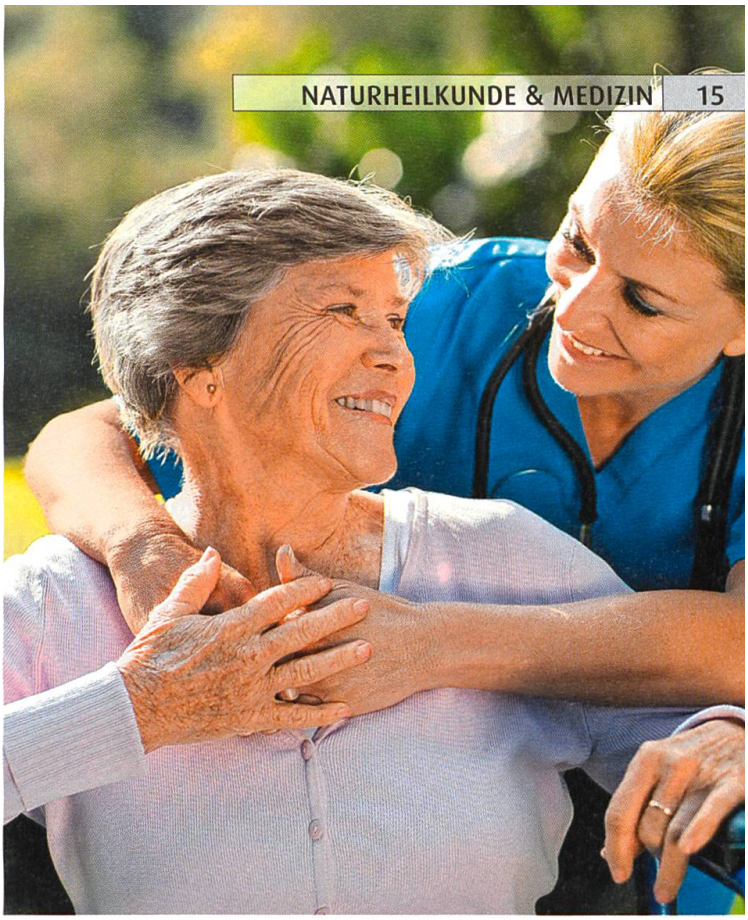
Begleitende Phytotherapie und mehr

Die genannten Heilmittel werden also in der Onkologie laut Prott bisher in erster Linie erfolgreich eingesetzt, um Nebenwirkungen der klassischen Krebstherapie zu mildern. Allein indem sie helfen, deren vorzeitigen Abbruch zu verhindern, und damit die Heilungschancen verbessern, bekommen sie nach Ansicht der Schulmediziner einen bedeu-

tenden Stellenwert. Zusätzlich können Krebspatienten, so die Empfehlung, eigenverantwortlich auf eine ausgewogene Ernährung achten. Speziellere Empfehlungen möchte Prott nicht geben: «Es gibt keine Krebsdiät! Weder zur Prävention noch zur Verhinderung von Rezidiven.»
Natürlich seien frisches Obst und Gemüse im Grundsatz empfehlenswert, aber – so der Verfechter der individuellen Therapie – man richte mit solchen Prinzipien bei einem Betroffenen im Zweifelsfall auch Schaden an: «Sie können keiner Seniorin, die ihr ganzes Leben diesbezüglich wenig gegessen hat, plötzlich eine solche Nahrung aufzwingen, die sie vermutlich gar nicht vertragen würde.»

INFO **Zentren in der Schweiz**

«Die Haupt-Empfehlungen der onkologischen Therapie gehen nach wie vor in Richtung Schulmedizin», erklärt die Komplementärmedizinerin Esther Granitzer (St. Gallen), die derzeit ein Doktorats-Studium in Medizinischer Wissenschaft an der Universität Liechtenstein absolviert und eine Dissertation zum Thema Phytotherapie schreibt. Es gibt jedoch in der Schweiz diverse Kliniken, die «Integrative Medizin» anbieten, etwa das Kantonsspital St. Gallen im Integrativen Onkologischen Zentrum unter der Leitung von Dr. Marc Schläppi. Dort findet seit 2009 das «Symposium Integrative Onkologie» statt, an dem Experten aus dem In- und Ausland teilnehmen und u.a. gemeinsame Mistel-Forschungsprojekte im Mittelpunkt stehen. An diesem Symposium (nächster Termin: 30./31.10.2015) ist auch PRIO beteiligt. www.integrativemedizin.kssg.ch
Am Universitätsspital Zürich gibt es einen Lehrstuhl für komplementäre und integrative Medizin unter der Leitung von Prof. Dr. Claudia Witt. Schwerpunkte des Instituts sind neben klassischer Naturheilkunde (inklusive Phytotherapie) Akupunktur, «Mind Body Medicine» und Osteopathie: www.iki.usz.ch
Das Institut für Komplementärmedizin IKOM der Universität Bern kombiniert konventionelle und Komplementärmedizin in der Patientenbetreuung, Forschung und Lehre: www.ikom.unibe.ch



Auch wenn die Diagnose niederschmetternd und die Krankheit keinesfalls zu unterschätzen ist: Gerade bei häufigen Tumorarten wie Haut-, Brust-, Darm- oder Prostatakrebs haben sich die Heilungschancen heute stark verbessert.

Zur Vorbeugung vermeiden: Übergewicht

Wozu man sich allerdings – nicht nur im Falle einer Krebserkankung – seiner Meinung nach zwingen sollte, ist die Vermeidung von Übergewicht. Ein Body-Mass-Index von mehr als 20 bis 25 stelle ein nicht unerhebliches Krebsrisiko dar.
Ein weiterer wichtiger Faktor gesunder Lebensweise ist Bewegung: Damit ist kein Spor t gemeint, sondern beispielsweise ein regelmässiger Spaziergang. Untersuchungen hätten eine überraschend hohe Senkung des Risikos gezeigt, erneut an einem Tumor zu erkranken. «Da langt es schon, wenn man abends 20 bis 30 Minuten einfach mal um den Häuserblock läuft.»
Nicht zuletzt widmet PRIO auch sein Augenmerk der hohen seelischen Belastung, den Ängsten, die die Diagnose einer lebensbedrohenden Erkrankung mit sich bringt: Und so werden Krebspatienten begleitende Therapieangebote in Sport-, Entspannungs- und Tanzgruppen gemacht. Sogar dem begriff der Achtsamkeit misst man inzwischen Bedeutung bei. Der Weg der Schulmedizin zur ganzheitlichen Therapie scheint mit PRIO ein Stückchen weiter als bisher zu führen.