

Komplementärmedizin

Mehr als eine Alternative

Reicher Fundus
Kräuter, Wurzeln,
Hölzer und Schropf-
glas ergänzen
die Krebstherapie

Akupunktur, Mistel,
Meditation, Kräuter:
Jahrhundertalte
Therapieverfahren
aktivieren bei **Darmkrebs**
die Selbstheilungskräfte.
Sanft und sehr effektiv

Alles wirkt kalt. Das Neonlicht an der Decke. Der Sterilisationsduft in der Luft. Das Linoleum auf dem Krankenhausflur. Ebenso kalt erwischt es einen: Diagnose Darmkrebs. Und schon ist alles anders. Psychoonkologen sprechen von einem „Sturz aus der Wirklichkeit“. Was nun? Die Frage lässt zwei Antworten zu. Die eine: „Ich sage mir, der Krebs hat nichts mit mir zu tun. Entscheide mich für eine rein schulmedizinische Therapie und lasse mich bedienen“, erklärt Dr. Ingrid Hoberg, Schul- und Naturmediziner aus Steinhude. Und die andere: „Ich finde heraus, was der Krebs mir sagen will. Gestalte die Rahmenbedingungen für eine Gesundung selber und richte meinen Blick auf die Frage: Wie hilft mir die Natur?“

Eine große Schatzkiste

Sonnenwarmes Licht, helles Holz an den Wänden, Grünpflanzen und Buddhafiguren. So kann es in einer Praxis aussehen, wenn sich der Patient für die zweite Alternative entscheidet und einen naturheilkundlich arbeitenden Arzt wie Ingrid Hoberg aufsucht. Der Allgemeinmediziner bedient sich aus der riesigen >>



Schon Zuwendung hilft
Allgemeinmediziner Dr. Hoberg geht mit einer Patientin den individuellen Therapieplan durch



Das Heilversprechen der Traditionellen Chinesischen Medizin

Die **Therapien und Kräuter** helfen auch bei Darmkrebs – was ist das Besondere daran?

- Das Grundprinzip der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM): Das „Qi“, die Lebenskraft, muss frei fließen, damit das Körpersystem funktioniert. **Blockaden im Energiefluss** führen zu energetischen Störungen, die dann Krankheiten wie Krebs auslösen können.
- Bei einer klassischen chinesischen **Kräutertherapie** werden 10 bis 15 verschiedene Kräuter kombiniert, um positive Wirkungen zu steigern und negative abzuschwächen. So verstärken zum Beispiel Ginsengextrakte die tumorhemmenden Effekte einer bestimmten Chemotherapie bei Darmkrebs.
- **Spezielle Heilkräuter** puffern **Nebenwirkungen** ab – etwa einer Chemotherapie. Extrakte aus der Wurzel des Astragalus sorgen zum Beispiel dafür, dass sich das Immunsystem schneller erholt.
- Ein Teilgebiet der TCM ist die **Akupunktur**, die die Meridiane anregt und dadurch den Energiestrom reguliert. Außerdem lindert die Behandlung mit Nadeln Übelkeit und Brechreiz.
- **Massagen und Bewegungsübungen** wie zum Beispiel **Qigong** dienen dazu, den Energiefluss im Körper zu harmonisieren.

Akupunktur
An bestimmten Körperpunkten werden feine Nadeln gesetzt, um so den Energiefluss zu korrigieren



Schatzkiste der Natur: Heilpflanzen sind seine Materialien, uralte Heilmethoden aus aller Welt sein Handwerkszeug, insbesondere aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (kurz TCM). Es geht ihm nicht darum, damit die moderne Hightechmedizin zu ersetzen, sondern sie zu ergänzen. „Komplementärmedizin“ lautet das Zauberwort, das immer mehr Menschen anspricht – vor allem dann, wenn sie an Krebs erkrankt sind.

Der Kern dieses Therapieansatzes ist: Der Betroffene bestimmt den Weg. Hobert respektiert die Entscheidung des Patienten. Sein Credo: „Wo immer möglich, natürlich regulierend eingreifen, wo immer aber nötig, die klassische Schulmedizin anwenden.“ Letzteres bedeutet bei Darmkrebs zunächst in der Regel Operation. Oder wie der Arzt es etwas lax ausdrückt: „Alles muss weg, was keine Miete zahlt.“

Signal für inneren Widerstand

Bei ihm steht am Anfang ein ausführliches Gespräch. Aufmerksam und geduldig hört er zu. Erlaubt Trauer, Wut, Verzweiflung – und dieses „Warum ich?“-Gefühl. Seine Erkenntnis nach 25 Jahren Erfahrung: „Darmkrebs signalisiert einen inneren Widerstand gegen das, was ist.“ Das kann bedeuten: im Leben etwas nicht loslassen zu können oder häufig Ja zu äußern, obwohl man Nein sagen möchte. Der Arzt ist überzeugt: „Werden Bedürfnisse

50 % der Darmkrebspatienten nutzen Naturheilmittel

nicht beachtet oder unterdrückt, weil Mut und Kraft zur Veränderung fehlen, kommt es zu Blockaden im Energiefluss.“

Nach der Traditionellen Chinesischen Medizin funktioniert der Körper nur, wenn die Lebenskraft, die in China „Qi“ heißt („tschi“ ausgesprochen), frei fließen kann. Tut sie das nicht, leidet die Versorgung. Stress, Verletzungen, Entzündungen können den Fluss des Lebens umlenken oder aufstauen – und damit zu energetischen Disharmonien führen. „Die Folge ist subtiler Dauerstress. Irgendwann läuft das Fass über“, warnt Hobert. „Und die Stauung entlädt sich nach außen spürbar als Krankheit.“ Bis hin zu Darmkrebs eben.

Zunächst setzt der Mediziner fünf Sitzungen à 50 Minuten an. Als Ziel formuliert er, dass sich der Patient folgende Grundhaltung erarbeitet: „Ich bin bereit, mich wahrzunehmen und genau hinzuschauen.“ Wachheit und Klarheit schaffen, das sei der erste Schritt, Vertrauen und Mut fassen der zweite. Und wenn

der Wille da sei, brauche man Kraft. „Kraft, die zuvor durch die Diagnose genommen wurde“, fügt der Experte hinzu.

Hilfreich sind dabei bewährte fernöstliche Methoden. Hoberts Tipp: ein- bis dreimal die Woche Akupunktur. „Das Stechen mit der Metallnadel kann den Qi-Fluss lenken.“ Wie funktioniert es? Unsere Energie pulsiert auf unsichtbaren Leitbahnen, den sogenannten Meridianen, und durchfließt den Körper in Längsrichtung. Der Verlauf folgt den großen Gefäßen und Nerven, nicht nur tief im Inneren des Körpers, sondern auch dicht unter der Haut. So kann der Arzt den Qi-Strom an bestimmten der 360 Körperpunkte korrigieren.

Jeden Tag 20 Minuten Stille

Daneben empfiehlt Hobert die tägliche Einnahme von speziellen TCM-Rezepturen als Tee und in Tablettenform. Außerdem sei „ein Rückzug in die Stille“ ratsam, „jeden Tag für 20 Minuten, etwa in Form von Meditation“. All das soll den Stressabbau fördern und den Patienten motivieren, für das Jahr, das eine Darmkrebsbehandlung durchschnittlich einnimmt, seine Lebensqualität zu verbessern. Der Arzt ist sich sicher: „Je mehr man erkennt, was mit einem los ist, umso eher ist man bereit, naturheilkundliche Verfahren anzuwenden und Selbstheilkräfte zu aktivieren.“

In der nächsten Phase geht es um die Frage: Wie bereite ich mich mithilfe der Natur auf die Operation und gegebenenfalls eine Chemotherapie vor? Auch hier bieten laut Hobert bewährte Kräuterrezepturen in Form von pulvrigen Extrakten aus mehr als 2000 Wurzeln, Blättern, Samen und Mineralien, aber auch Tieren eine Fülle an Möglichkeiten. Für jeden Betroffenen komponiert der Mediziner eine höchst individuelle Arznei, einen fein abgestimmten Heilcocktail, um etwa Narkosegiften vorzubeugen.

Des Weiteren rät Dr. Ingfried Hobert seinen Patienten, direkt vor der Operation zu fasten. „Dafür eignen sich zum Beispiel grüne Smoothies, etwa aus Salaten, Spinat und Gartenkräutern.“ Sie bringen eine Fülle an gesunden Nährstoffen mit, die den Körper zugleich kräftigen und entgiften.

Die Seele reagiert auf Rituale

Auch für die Operation schult der Arzt die Wahrnehmung seiner Patienten, indem er ihnen vor Augen führt, was passiert: „Man zieht seine Kleidung aus, lässt alles hinter sich. Das Licht erlischt. Man checkt kurz aus.“ Ein Schnitt im Leben. Nachdem der Krebs vorher in der Tiefe erforscht und durchdrungen wur-

de, setzt nun die OP einen rituellen Schlussstrich. „Man checkt wieder ein – und sagt sich: Das Thema ist abgehakt“, so Hobert. „Dazu lässt man sich vom Pfleger einen Teil des Tumors geben. Diesen verbrennt man zum Beispiel in einer Zeremonie an einer Feuerstelle.“

Tenor: Die Vergangenheit habe ich ausführlich betrachtet, nun heißt es: Wer könnte ich sein? Nach der Operation rät Hobert seinen Patienten zu Leberentgiftung, homöopathischen Aufbaukur (z. B. Arnika) und Zinktabletten. Ebenso stehen Enzyme etwa aus Papaya und Ananas, Probiotika sowie Wurzelpräparate wie Ingwer, Ginseng oder Maca als chinesische Tees auf seinem Heilplan zur Stärkung des Körpers. „All das hilft dabei, das Qi-Feuer wieder zu entfachen“, weiß der Mediziner. „Und mit mehr Qi hat man mehr Heilkräfte.“

Sich gesund essen – geht das?

Schon direkt vor und nach der Operation sowie während einer Chemotherapie ist es wichtig, sich richtig zu ernähren. Doch statt die Ernährung von heute auf morgen optimieren zu wollen, achtet man besser auf die persönlichen Signale. Hobert bietet seinen Patienten eine individuelle Ernährungsberatung, die Vorlieben und Abneigungen mit therapeutischen Möglichkeiten kombiniert. Eindringlich warnt er davor, „unmittelbar vor und nach der Operation sowie während einer Chemotherapie tierische Eiwieße, Kuhmilchprodukte und Weisbrot zu sich zu nehmen“. Unbedingt erforderlich: viel trinken!

Langfristig gelten allgemeine Grundregeln gesunder Ernährung. Für Hobert bedeutet >>



Dr. Ingfried Hobert

Der 55-jährige ist Arzt für **Ganzheitsmedizin**, TCM und traditionelle tibetische Medizin in Steinhude (www.ethnomed-akademie.de)

Für jeden Patienten die maßgeschneiderte Therapie

Trend zur **individualisierten** Medizin: Jeder Mensch ist verschieden, kein Krebsfall identisch mit dem anderen

- Moderne diagnostische und therapeutische Verfahren der Schulmedizin ermöglichen jedem Darmkrebspatienten heute ein individuelles Therapieprogramm. Welche Elemente aus der Komplementärmedizin dazu passen könnten, muss jeder Patient für sich entscheiden und dann einen entsprechenden Arzt aufsuchen.
- Individualisierte Medizin meint in der Naturheilkunde, auf die unterschiedliche Konstitution des Krebspatienten einzugehen. Was bei dem einen wirkt, kann dem anderen schaden. So richtet sich eine ganzheitliche Therapie danach, wie ein Körper reagiert, auch danach, welche Einflüsse seiner Umwelt zu erkennen sind.

das vegetarische Kost, „die schließlich nicht nur aus Tofu besteht“, wie der Experte betont. Er appelliert an seine Patienten, „neue Wege zu gehen“. Mehr Vitamine, mehr frische Kräuter und Gewürze, weniger Fette, nur gedämpfte Gemüse, mehr Pilze, mehr Algen, mehr Leinöl – welche Kraft in gesunder Nahrung steckt, erfahre jeder, der es selbst ausprobiert. Daneben sind Bewegung und Entspannung zwei wichtige Pfeiler. Hobert empfiehlt deshalb 20 Minuten körperliche Aktivität jeden Tag an der frischen Luft. „Zügig spazieren gehen oder Fahrrad fahren, das kann jeder“, sagt der Mediziner. „Der Puls sollte dabei im Schnitt bei 120 liegen.“

Hilfreiche Inspiration für einen Neustart verspricht der Therapeut seinen Patienten zum Beispiel mit Meditation. „Dabei kommt es zu einer Tiefenentspannung, bei der Kraftpotenziale geweckt werden.“ Alternativ könne man unter anderem mit Techniken wie Yoga, Shiatsu oder Qigong entspannen.

Kraft tanken zwischendurch

Ebenso wohnend sind sogenannte Minis für den Alltag. Darunter werden kurze, praktische Achtsamkeitsübungen für zwischendurch verstanden. Ein Beispiel: einatmen, die Luft für einige Sekunden anhalten, dann ausatmen und wieder ein paar Sekunden warten, bis man erneut Luft holt. Ziel ist es, mehr auf sich achtzugeben, das Hier und Jetzt wahrzunehmen. Einigen hilft dabei eine Smartphone-App, wie die „Glocke der Achtsamkeit“. Sie erklingt regelmäßig im Lauf eines Tages und erinnert einen daran,



Achtsamkeit und Selbstfürsorge

Die wache und positive Haltung bei der Sitzmeditation hilft, Stress und Ängste abzubauen – die Übungen sollen nicht anstrengen, deshalb fängt man mit zehn Minuten an und dehnt den Zeitraum langsam aus, bis man 30 bis 40 Minuten erreicht

mindestens zehn Sekunden lang präsent zu sein. Den Zweck beschreibt Hobert so: „In dem Moment tankt man Energie.“

So bemüht sich der Mediziner bis zum Ende der Therapie und über die Krise der Darmkreberkrankung hinaus, Menschen von dem Gewinn eines veränderten und verbesserten Gesundheitsverhaltens zu überzeugen. Er möchte, dass „der Patient mit einer neuen Idee von sich, seinem Leben und seinen Möglichkeiten die Praxis verlässt – und den Therapieplan als Leitfaden betrachtet, die Selbstheilungskräfte zu stärken und immer wieder zur inneren Ruhe zu finden“.

Jeder sucht sich seinen Weg

Der Heilungsfahrplan von Dr. Ingfried Hobert ist nur ein möglicher Weg für Darmkrebspatienten. Es gibt natürlich noch viele andere. Mistelinjektionen (siehe Kasten rechts), Wassergüsse, Atem- oder Aromatherapie, Ayurveda, Mind-Body-Medizin, Hyperthermie (siehe auch S. 95), um nur ein paar zu nennen. Die Liste der begleitenden Behandlungen in der Krebstherapie ist so lang wie verwirrend – und was für den einen optimal ist, kann für den anderen weniger geeignet sein. Naturheilkunde therapiert individuell und setzt von jeher auf die unterschiedliche Konstitution der Patienten. Auch sind manche Verfahren umstritten, weil ihre Wirksamkeit

nicht durch wissenschaftliche Studien belegt ist. Das macht sie angreifbar. Und dadurch verpufft eventuell viel mögliches Heilpotenzial – zum Bedauern der Betroffenen.

Trotz allem, im Kern zeigt das Vorgehen des Komplementärmediziners Hobert, worum es geht: Den eigenen Weg zu finden, sich und seinen Lebensstil zu verändern. Mit allen Konsequenzen und mit dem unbedingten Willen zur Heilung. Die Überlebensfrage heißt also, was kann ich selbst tun, damit ich gesund werde. Und das ist offenbar eine Menge.

Nicht unter Zeitdruck entscheiden!

„Darmkrebs hat eine der besten Prognosen. Und Heilungschancen bestehen selbst im metastasierten Zustand“, weiß Dr. Harald Matthes, Leiter für Gastroenterologie am Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe in Berlin. Und: Man hat Zeit, meistens jedenfalls. Denn es ist davon auszugehen, dass „die Krankheit sicher seit Jahren besteht und es daher normalerweise keinen Grund gibt, irgendetwas schnell oder unter Zeitdruck zu entscheiden“. Folglich sollte der Patient sich gut informieren, jeden Schritt der geplanten Behandlung verstehen. „Und keine nur vom Arzt verordnete Therapie akzeptieren. Geht er seinen eigenen Weg und setzt sich aktiv mit der Krankheit auseinander, hat er damit schon eine um 15 bis 20 Prozent bessere Überlebensprognose.“

Längst glauben viele Betroffene nicht mehr, dass die klassische Schulmedizin der Weisheit letzter Schluss ist. Dies bestätigen Studien:

Von den an Darmkrebs Erkrankten spricht sich jeder Zweite für eine kombinierte Behandlung aus Onkologie und Naturheilkunde aus. Doch welche Motivation steckt sonst noch dahinter? Die Erfahrung mit uralten Hausmitteln? Der Wunsch nach einem starken Immunsystem? Die Angst vor den Nebenwirkungen einer Chemo- oder Strahlentherapie? Oder einfach nur das: Wenn man wenig Hoffnung hat, klammert man sich an jeden Strohhalm.

Die integrative Onkologie, dieser noch junge Zweig der Tumormedizin, bietet neue Perspektiven. „Sie umfasst mehrere Dimensionen gleichzeitig – neben der Krebszelle den ganzen Körper, neben der Psyche auch den Geist, neben der stofflichen Seite des Menschen auch seine energetischen Ebenen“, erklären der Internist Prof. Gustav Dobos und der Gynäkologe Dr. Sherko Kümmel.

In ihrem Buch „Gemeinsam gegen Krebs“ (ZS Verlag, 2008 S., 24,95 €) beschreiben der Leiter der Klinik für Naturheilkunde und Integrative Medizin und der Direktor des Brustkrebszentrums an den Kliniken Essen-Mitte, welche begleitenden Naturheilverfahren die Regulationsfähigkeit des Körpers wecken oder fördern und damit nicht nur die Lebensqualität, sondern auch seine Abwehrkräfte stärken.

So sollen die Patienten etwa dazu befähigt werden, die Signale ihres Körpers wieder besser wahrzunehmen. Dobos und Kümmel: >>

Jeder 10. Arzt hat eine Zusatzausbildung in Komplementärmedizin



Powernahrung für das Wohlbefinden

Gemüse enthält alle benötigten Nähr- und Wirkstoffe – positive Effekte erzielen Darmkrebspatienten mit der ketogenen Ernährung, die wenig Kohlenhydrate enthält

So helfen Misteln bei Darmkrebs

Die uralte Heilpflanze ist schon fast ein Klassiker der begleitenden Krebstherapien – mit erstaunlichen Erfolgen

> Neue Studien zeigen, dass die Mistelinjektion die Lebensqualität um bis zu 70 Prozent steigert, wenn sie parallel zur Chemotherapie gegeben wird. Patienten haben zum Beispiel mehr Energie.

> Die Misteltherapie reduziert die chemotherapiebedingten Nebenwirkungen um etwa 50 Prozent. Vorausgesetzt, die Dosisierung ist hoch genug.

> Forscher haben in der Mistel Substanzen ermittelt, die auf das Immunsystem einwirken sowie zur Hemmung und Verminderung von Tumorzellen beitragen könnten.

> Mistelextrakte enthalten 600 verschiedene Eiweißstoffe, zahlreiche Enzyme, schwefelhaltige Verbindungen, Fette und Pflanzenfarbstoffe (Flavonoide).

> Lektine (zuckerhaltige Eiweiße) fördern die Ausschüttung von Endorphinen (Botenstoffe des Gehirns), um etwa Schmerzen und Ängste zu lindern.

> Die Mistelarten variieren. Deswegen handelt es sich um ein sehr komplexes Heilmittel, das dem Arzt ein hohes Maß an Erfahrung und Einfühlungsvermögen abverlangt.



Gut verträglich
Genutzt wird die weißbeerige Mistel – ihren Extrakt spritzt der Arzt knapp unter die Haut



Dem Krebs davonradeln
Körperliche Aktivität unterstützt die Heilung. Wer jeden Tag mindestens 20 Minuten Fahrrad fährt oder wandert, verbessert seine Konstitution



Dr. Harald Matthes

Der 55-jährige Internist leitet die **Gastroenterologie** am Gemeinschafts-Krankenhaus Havelhöhe in Berlin

„Naturheilkundliche Reize wie Wassergüsse und feuchte Wickel setzen Stimuli, die – so jüngste Thesen der Psychoneuroimmunologie – vermutlich das Gehirn dazu bringen, seine Körperbilder zu überprüfen und dabei die Regelkreise zu justieren“. Das löst Blockaden und setzt Energien frei.“

Wie für Komplementärmediziner Hobert in Steinhude sind auch für andere ganzheitlich arbeitende Ärzte Methoden zum Stressabbau wie etwa Yoga, Qi Gong und Meditation wichtige Bestandteile der integrativen Onkologie. Und das bereits für die Zeit vor der Darmoperation und einer möglichen Chemo- oder Strahlentherapie, um den Betroffenen ihre Angst zu nehmen.

Inzwischen gibt es laut Dobos und Kümmel auch eine Reihe wissenschaftlicher Nachweise für die erfolgreiche naturheilkundliche Behandlung von Beschwerden, die durch Tumoreleiden oder die onkologische Therapie bedingt sind. Dafür führen sie mehrere Beispiele an. Darunter: Akupunktur lindert Übelkeit und Erbrechen nach einer Operation oder während einer Chemotherapie. Die Misteltherapie hilft bei extremer Schwäche oder starker chronischer Müdigkeit (Fatigue-Syndrom). Ein warmes Hand- bzw. Fußbad aus geschrotenen Leinsamen wirkt bei Hautreaktionen an den Händen und Füßen.

Auch sind die Mediziner überzeugt: „Naturheilverfahren kommt eine besondere Bedeu-

tung zu, wenn die onkologische Therapie keine Heilung mehr verzeichnen kann, weil der Krankheitsverlauf zu weit fortgeschritten ist.“ Der an Darmkrebs Erkrankte könne vor allem Schmerz, Übelkeit und Unruhe durch Akupunktur, Meditation oder autogenes Training lindern. Weiterhin raten sie zu Bewegung, die bei depressiver Stimmung und Fatigue hilft.

Schon Zuwendung hilft

Die meisten Patienten fragen nicht, warum die Therapie wirkt – Hauptsache, sie tut es. Häufig liegt die Wirksamkeit auch an Therapeuten. Schon intensive Zuwendung ist ein wichtiges Therapeutikum. Nur, wo findet man naturheilkundliche Kompetenz? Auf dem Markt tummeln sich viele selbst ernannte Heiler und gut meinnende Gesundheitsapostel. Deshalb rät Experte Matthes: „Suchen Sie sich Ärzte, die für integrative Onkologie oder komplementäre beziehungsweise naturheilkundliche Onkologie stehen.“ Und weiter: „Konventionelle Onkologen sind nicht ausreichend fortgebildet.“

Das Krankheitsbild bei Darmkrebs ist viel zu komplex, um es auf ein paar wenige endoskopische Aufnahmen und die Krankenhausakte zu beschränken. Die Diagnose verrät mehr. Körper, Geist und Seele leiden. Der Mensch als Ganzes ist betroffen. Und muss auch als Ganzes wieder genesen.

ANJA MATTHIES



www.lifeline.de/krebs/therapien
Hier finden Sie weitere Infos zum Thema **Komplementärmedizin**



Entgiftung
Ein Leberwickel regt den Stoffwechsel an und wirkt wohltuend

FOTO: WATERS/GETTY IMAGES, KEVIN JUMP/COMENIUM/PHOTOFEST

▶ **10 bewährte Methoden** der Naturheilkunde

Internist Dr. Harald Matthes erklärt, wie sie funktionieren – und welche **Naturheilverfahren** die Nebenwirkungen von schulmedizinischen Darmkrebstherapien nachweislich lindern

- 1. Ayurveda** setzt auf die gründliche Reinigung des Organismus von allem „Ama“ (Ansammlung von Schlacken und Toxinen). Zu einer Kur gehören unter anderem Einläufe, Ölgüsse, Schwitzbäder. Studien belegen positive Effekte auf die Lebensqualität besonders bei depressiver Symptomatik.
- 2. Homöopathie** verspricht, „Ähnliches mit Ähnlichem“ zu heilen, und setzt dafür hoch verdünnte Arznei in Form von Globuli, Lösungen und Tabletten ein. Sie kann zum Beispiel Schmerzen lindern und die Gemütslage verbessern. Ihre Wirkung ist umstritten, obwohl Heilerfolge erzielt werden.
- 3. Psychoonkologie** zielt darauf ab, dass negative Gefühle abgebaut, neue Lebensperspektiven erarbeitet und biografische Konflikte erkannt werden. Das Spektrum umfasst Einzel- und Gruppengespräche sowie besondere Verfahren der Entspannung. Die Erkenntnis der Experten: eine deutliche Steigerung der Lebensqualität.
- 4. Hyperthermie** verheißt, dass hohe Temperaturen Tumorzellen vernichten. Mit Infrarot, Mikrowelle oder Ultraschall wird die Körperwärme auf 40–43 Grad erhöht. Gute Ergebnisse wurden bisher bei der Kombination mit Strahlen- und Chemotherapie erzielt.
- 5. Selen-Präparate** dienen als Radikalfänger und entgiften so die Zellen. Bei einer Strahlentherapie können sie die Nebenwirkungen mindern und so die Lebensqualität verbessern.
- 6. Aromatherapie** macht sich die Effekte von Ölen und Essenzen zunutze. Rosen, Lavendel, Eukalyptus usw. werden zur inneren Anwendung in heißem Wasser aufgelöst oder für Massagen mit neutralem Öl verdünnt. Das Verfahren wirkt wohltuend und lindert.
- 7. Nahrung als Heilmittel** funktioniert bei Darmkrebs laut Studien mit ketogener Diät, einer sehr kohlenhydratarmen Kost. Zur Prävention eignet sich eine ballaststoff- und folsäurereiche Ernährung, fettarm, mit viel Gemüse und Salat.
- 8. Entgiftung** nach schulmedizinischen Therapien erfolgt zum Beispiel durch Leberwickel, Ölmassage, Ingwerwasser. Unbestritten ist, dass sie zur Steigerung des Wohlbefindens führt.
- 9. Kunsttherapie** als Musik- oder Maltherapie hilft bei Krebs dem Betroffenen in der Auseinandersetzung mit der Erkrankung, die immer auch eine seelische Dimension hat. Sie verbessert deutlich die Lebensqualität.
- 10. Yoga** ist wissenschaftlich geprüft und nachweislich wirksam zur begleitenden Behandlung von Krebspatienten bei Ängsten, Depression und Stress.

Für mein gutes Bauchgefühl

Trivital® gastro
Für eine gesunde **Verdauung** und einen normalen **Stoffwechsel**

• Das Nährstoffkonzept mit der 3fach Kombination und der Kraft chinesischer Vitalpilze

- Chinesische Vitalpilz-Extrakte
- Pflanzen-Extrakte
- Vitamine und Mineralstoffe

• Einzigartig mit innovativem Tag-Nacht-Prinzip
• Exklusiv in Ihrer Apotheke

Trivital® gastro – u.a. mit Calcium, das die normale Funktion von Verdauungsenzymen unterstützt, und Vitamin D3, das zum Erhalt eines normalen Calciumspiegels im Blut beiträgt. Verzehrsempfehlung: täglich jeweils 2 Kapseln morgens und abends. Hinweis: Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die empfohlene Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.



HENNIG ARZNEIMITTEL
Seit 1898 im Dienste der Gesundheit

