

6 VORWORT

11 KREBS – WICHTIG ZU WISSEN

12 Wie entsteht Krebs?

16 Faktoren, die Krebs auslösen können

17 Krebs und Ernährung

21 Früherkennung tut not

23 ANTIKREBSSTOFFE IN LEBENSMITTELN

24 Sekundäre Pflanzenstoffe – klein, aber oho

44 Bioaktive Wirkstoffe in milchsauren Lebensmitteln

46 Ballaststoffe – kein nutzloser Ballast

52 Vitamine und Mineralstoffe – eine schlagkräftige Schutztruppe

71 NATÜRLICHE WAFFEN GEGEN DEN KREBS

72 Heilkräuter aus dem Regenwald

72 Brasilianischer Ginseng

74 Chancapiedra

74 Chuchuhuasa

76 Copaiba-Baum

78 Guanábana

79 Javanische Gelbwurzel

81 Katzenkrallen-Dorn

84 Madagaskar-Immergrün

84 Sangre de Drago

85 Agaricus blazei Murill

86 Lapachotee

88 Gegen welchen Krebs ist im Regenwald ein Kraut gewachsen?

- 90 Heilsame Pilze – Shiitake und Co.**
- 90 Wie helfen Heilpilze gegen Krebs?**
- 91 Shiitake**
- 92 Weitere Heilpilze**
- 93 Wie werden Heilpilze gegen Krebs eingesetzt?**

- 94 Ergänzende natürliche Heilverfahren**
- 94 Misteltherapie stärkt die Abwehr**
- 96 Sauerstofftherapie für die Zellen**
- 97 Weihrauchextrakt statt Kortison**
- 98 Ukrain – Hoffnungsschimmer bei Bauchspeicheldrüsenkrebs**
- 100 Melatonin – Schlafhormon mit Zellschutz**
- 101 Enzymtherapie lindert Nebenwirkungen**
- 102 Hyperthermie – wenn es dem Tumor zu heiß wird**
- 105 Organotherapie für das Immunsystem**
- 108 Mit Tumorimpfung gegen Metastasen**
- 109 Darmregulation – für eine gesunde Darmflora**

- 110 Natürliche Hilfen gegen Nebenwirkungen**
- 110 Wechseljahresbeschwerden**
- 111 Thrombose**
- 112 Hand-Fuß-Syndrom**
- 112 Missemmpfindungen und Sensibilitätsstörungen**
- 113 Schleimhautentzündung**
- 114 Trockene Schleimhäute**
- 114 Übelkeit und Erbrechen**
- 116 Verbrennungen der Haut und Schleimhaut**
- 117 Belastungen der Leber**
- 117 Augenprobleme**
- 117 Einschlafstörungen**
- 118 Schmerzen in Narben, Nerven und in der Schulter**
- 118 Lymphödeme**
- 118 Leichte Depressionen und Ängste**

- 119 Natürliche Hilfen gegen die Müdigkeit**
- 119 Durch richtiges Essen Mängelscheinungen beheben**
- 121 Ginseng stärkt und macht fit**

- 122 Was Ihnen sonst noch hilft**
- 122 Die Psyche stabilisieren**
- 122 Yoga und Akupunktur**
- 124 Immer gut: Bewegung**

- 127 DAS HILFT NUR DEM
ANBIETER UND HERSTELLER**
- 128 Vorsicht bei diesen Versprechen!**
- 129 Sonderfall Nahrungsergänzungsmittel**
- 133 Nicht empfehlenswerte Verfahren und Produkte**

- 141 REZEPTE: KAMPF DEM KREBS
MIT LECKEREN GERICHTEN**

- 154 ANHANG**
- 154 Lexikon**
- 156 Hilfreiche Adressen**
- 158 Internet**
- 159 Register**