

Buch

Der Kampf gegen Krebs mit Strahlen- und Chemotherapie ist belastend und mit vielfältigen, oft gravierenden Nebenwirkungen verbunden. Hier finden Sie Unterstützung, genau auf Ihre Situation abgestimmt. Prof. Dr. med. Josef Beuth stellt die 70 häufigsten Beschwerden vor und erläutert, wie Sie sie schonend und wirksam mit naturheilkundlichen und komplementärmedizinischen Mitteln behandeln können. So helfen etwa Enzyme gegen Lymphödem, Leinsamen-Bäder bei Hand-Fuß-Syndrom und Bromelain bei Thrombose. Damit bekommen Sie akute Beschwerden kurzfristig in den Griff und sichern langfristig Ihr Wohlbefinden!

Autor

Prof. Dr. med. Josef Beuth studierte Medizin an der Universität Köln und Sport an der Deutschen Sporthochschule Köln. Forschungsstipendien der Deutschen Forschungsgemeinschaft und der Deutschen Krebshilfe ermöglichten ihm Forschungen auf den Gebieten der Immunologie, Onkologie und Infektiologie. Prof. Beuth verfügte über Facharzt- und Zusatzausbildung, zum Beispiel in der Naturheilkunde. 1999 gründete er das Institut zur wissenschaftlichen Evaluation naturheilkundlicher Verfahren der Universität Köln, dessen Leiter er bis zu seinem Tod war.

Außerdem von Prof. Dr. Josef Beuth im Programm

Gesund bleiben nach Krebs

Prof. Dr. med. Josef Beuth

Gut durch die Krebstherapie

Wie Sie Nebenwirkungen
und Beschwerden lindern

GOLDMANN

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden vom Autor und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

4. Auflage

Vollständige Taschenbuchausgabe September 2017
Wilhelm Goldmann Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
© 2009/2011 der Originalausgabe: Trias Verlag
in MVS Medizinverlage Stuttgart GmbH & Co. KG,
Oswald-Hesse-Straße 50, 70469 Stuttgart
Umschlaggestaltung: UNO Werbeagentur, München
Umschlagmotiv: plainpicture/Stephen Shepherd
Satz: Uhl + Massopust, Aalen
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
KW · Herstellung: IH
Printed in Germany
ISBN 978-3-442-17681-6

www.goldmann-verlag.de

Inhalt

■ Vorwort	9
■ Einleitung	13
■ Abszess	19
■ Abwehrschwäche	22
■ Akne	34
■ Allergie	38
■ Analfissur	43
■ Angstzustände	46
■ Aphthen	52
■ Appetitlosigkeit	55
■ Arthrose (Gelenkbeschwerden)	60
Special: Wann ist Equizym MCA hilfreich?	66
■ Autoimmunerkrankungen	70
■ Blähungen	73
■ Blasenentzündung	76
■ Blutarmut (Anämie)	79
■ Bluterguss	82
■ Bronchitis	85
■ Darmentzündung (akute)	90
■ Darmentzündung (chronische)	94
■ Depressive Verstimmung	97

Inhalt

■ Durchfall	101
■ Erbrechen und Übelkeit	105
■ Erektionsstörung, Impotenz	111
■ Fieber	115
■ Geschmacksstörung	119
■ Haarausfall	121
■ Hand-Fuß-Syndrom	124
■ Harninkontinenz	127
Special: So trainieren Sie Ihren Beckenboden	130
■ Hautausschlag	132
■ Heiserkeit	135
■ Herpesinfektion	138
■ Hitzewallungen	141
■ Husten	144
■ Juckreiz	147
■ Karies	150
■ Konzentrationsschwäche	153
■ Krampfadern	156
■ Leberbeschwerden	159
■ Lymphödem	163
Special: Was bei einem Lymphödem guttut	166

■ Mastopathie	168
■ Missempfindungen	171
■ Müdigkeitssyndrom	174
■ Mundgeruch	178
■ Mundsoor	181
■ Muskelkrampf	184
■ Muskelschwäche	187
■ Nahrungsmittelunverträglichkeit	189
■ Narben	194
■ Nebenhöhlenentzündung	197
■ Neurodermitis	200
■ Ödem	203
■ Osteoporose	206
Special: Ovarschutz – die Fruchtbarkeit erhalten	210
■ Rheumatische Beschwerden	213
■ Schlafstörung	216
■ Schleimhautentzündung (Mucositis)	220
■ Schluckstörung	223
■ Schmerz	226
■ Schnupfen	229
■ Schwitzen	232
■ Stuhlinkontinenz	235

Inhalt

■ Thrombose	239
■ Trockene Schleimhaut	242
■ Unruhezustände	245
■ Untergewicht	247
■ Venenentzündung	251
■ Verbrennung der Haut (Strahlendermatitis)	254
■ Verstopfung	257
■ Warzen	262
■ Zahnfleischentzündung	265

Anhang

■ Literatur	268
■ Bücher zum Weiterlesen	276
■ Hilfreiche Adressen	276
■ Stichwortverzeichnis	278

Liebe Leserin, lieber Leser,

bei Ihnen steht eine Chemotherapie oder eine andere Krebstherapie an und Ihnen graust vor den Nebenwirkungen? Oder Sie stecken schon mittendrin, fühlen sich schlapp, Ihre Gelenke schmerzen, Ihre Haut juckt unerträglich oder Sie werden von anderen Beschwerden oder zusätzlichen Erkrankungen gequält? Das sind mögliche Gründe, um zu diesem Buch zu greifen. Es richtet sich an alle Menschen, die eine Krebserkrankung haben und daher eine oder mehrere der sogenannten Krebsstandardtherapien – also Operation, Chemo-, Strahlen-, Antihormon- oder Antikörpertherapie – benötigen. Diese Therapien wirken aggressiv, denn sie sollen die Krebszellen ausmerzen.

Damit Ihr Körper dabei möglichst wenig in Mitleidenschaft gezogen und Ihre Lebensqualität nicht zu stark beeinträchtigt wird, wollen Sie sich schützen. Es wird eine Fülle von Verfahren angeboten (wie Bioresonanztherapie, Eigenblutbehandlung, Homöopathie, Hyperthermie, Probiotika, Nahrungsergänzungsmittel), aber nur wenige davon sind für Sie persönlich tatsächlich hilfreich und empfehlenswert. Denn was wann nützt, hängt u. a. davon ab, welche Krebserkrankung vorliegt, welche Standardtherapien nötig sind und vor allem welche Beschwerden Sie tatsächlich haben.

Dieser Ratgeber listet alle wichtigen – häufigen und auch selteneren – Beschwerden und Krankheiten auf, die im Rahmen einer Krebserkrankung und deren Behandlung auftreten

können. Zunächst wird jedes Symptom erläutert, warum und wie es mit dem Krebs bzw. den Standardtherapien zusammenhängt. Anschließend erfahren Sie unter der Überschrift »Therapie« in knapper Form, welche medizinischen Behandlungsmöglichkeiten es gibt. Danach gehe ich unter »So hilft Ihnen die Komplementärmedizin« ausführlich darauf ein, welche Verfahren sich bei der spezifischen Nebenwirkung bzw. Beschwerde oder Erkrankung bewährt haben.

- Alle Empfehlungen beruhen auf einer sorgfältigen wissenschaftlichen Überprüfung von Unbedenklichkeit und Wirksamkeit der Verfahren, wobei die Wirksamkeit erfahrungsmäßig oder wissenschaftlich belegt ist.
- Es werden nur komplementärmedizinische Maßnahmen empfohlen, die keinen hemmenden Einfluss auf die absolut vorrangigen Krebsstandardtherapien (Operation, Chemo-, Strahlen-, Antihormon-, Antikörpertherapie) haben.
- Mögliche Wechselwirkungen mit den Krebsstandardtherapien sowie Gegenanzeigen werden benannt (im »Achtungskasten«).
- In diesen Kästen finden sich auch Warnhinweise, welche Verfahren häufig bei der Beschwerde oder Erkrankung angeboten werden, für die jedoch bisher weder Wirksamkeit noch Unbedenklichkeit belegt wurden. Mit anderen Worten, von welchen Methoden man lieber die Finger lassen sollte.

Die empfohlenen Verfahren wirken sanft und ganzheitlich; häufig stammen sie aus der Naturheilkunde oder der Schatzkiste der »Hausmittel«, was auch den Vorteil hat, dass sie oft preisgünstig sind. Die Methoden bieten Ihnen die Möglich-

keit, aktiv etwas für Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit zu tun und trotz Krebserkrankung ein möglichst beschwerdefreies Leben zu führen. Häufig helfen bereits kleine Übungen oder Veränderungen im Lebensstil. Die Empfehlungen sind einfach umzusetzen bzw. anzuwenden und haben sich im Alltag bewährt, denn dieser Ratgeber entstand in »enger Zusammenarbeit« mit meinen Patienten. Sie schilderten mir in den Beratungsgesprächen ihre Beschwerden und Nebenwirkungen der Krebstherapie oder Erkrankungen, die zusätzlich aufgetreten sind, und gaben mir Rückmeldungen über die angewandten komplementärmedizinischen Verfahren. Es waren auch meine Patienten, die anregten, dieses gesammelte Wissen allen Betroffenen zur Verfügung zu stellen. Und so hoffe ich, dass daraus ein Ratgeber entstanden ist, der Ihnen einen Leitfaden im Dschungel der angebotenen Maßnahmen bietet, Sie zur Selbsthilfe ermutigt und Sie dabei unterstützt, gut durch die Krebstherapie zu kommen.

Josef Beuth, Köln

Wichtiger Hinweis:

Wie jede Wissenschaft ist die Medizin ständigen Entwicklungen unterworfen, Forschung und klinische Erfahrung erweitern unsere Erkenntnisse, insbesondere was Behandlung und medikamentöse Therapie anbelangt. Soweit in diesem Werk eine Dosierung oder eine Applikation erwähnt wird, darf der Leser zwar darauf vertrauen, dass Autoren, Herausgeber und Verlag große Sorgfalt darauf verwandt haben, dass diese Angabe dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes entspricht. Für Angaben, Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag jedoch keine Gewähr übernommen werden. Jeder Benutzer ist angehalten, durch sorgfältige Prüfung der Beipackzettel der verwendeten Präparate und unter Umständen nach Konsultation eines Spezialisten festzustellen, ob die dort gegebene Empfehlung für Dosierungen oder die Beachtung von Kontraindikationen gegenüber der Angabe in diesem Buch abweicht. Eine solche Prüfung ist besonders wichtig bei selten verwendeten Präparaten oder solchen, die neu auf den Markt gebracht worden sind. Jede Dosierung oder Anwendung erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Autoren und Verlag appellieren an jeden Benutzer, ihm etwa auffallende Ungenauigkeiten dem Verlag mitzuteilen.

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Normalerweise handelt es sich um deutsche Warenzeichen bzw. Warennamen, österreichische sind mit (Ö) gekennzeichnet. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt. Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.

Einleitung

Nebenwirkungen von Krebsoperationen umfassen insbesondere Schmerzen, Narbenbildungen, Verwachsungen, Wund- bzw. allgemeine Infekte, Blutverluste, Funktionsbeeinträchtigungen betroffener Organe bzw. Körperteile.

Welche Nebenwirkungen treten auf?

Die häufigsten Nebenwirkungen der adjuvanten (unterstützenden) Krebsstandardtherapien (insbesondere der Chemo- und Strahlentherapie) treten auf, da durch die Behandlung Krebszellen am Wachstum gehindert werden und absterben. Da Krebszellen aus körpereigenen Zellen entstanden sind, haben diese Therapien auch Auswirkungen auf gesunde Körperzellen, insbesondere solche, die sich schnell teilen. Dies erklärt das Auftreten und die Ausprägung der häufigsten unerwünschten Nebenwirkungen, die insbesondere Haut und Schleimhäute, Haare, Knochenmark und Blut betreffen, z. B. Appetitlosigkeit, Erbrechen, Übelkeit, Durchfall, Blutbildveränderungen, Haarausfall, Müdigkeit, Nervenstörungen (Missempfindungen), Hautveränderungen, Muskel- und Gelenkbeschwerden.

Bei den Nebenwirkungen kann man zwischen akuten Nebenwirkungen, die vorübergehend auftreten und mit der Beendigung der Therapie wieder verschwinden, und chronischen Nebenwirkungen, die auch nach Behandlungsende anhalten, unterscheiden. Zu den akuten Nebenwirkungen zählen z. B.

Übelkeit, Erbrechen, Schleimhautentzündungen, Haarausfall, Blutbildveränderungen durch Schädigung des Knochenmarks, Infektions- und Blutungsneigung und Müdigkeit. Zu den chronischen Nebenwirkungen gehören z. B. Schädigung des Erbmaterials von körpereigenen Zellen mit Gefährdung für Zweitkrebs oder Unfruchtbarkeit, chronische Müdigkeit und psychosomatische Erkrankungen.

Mit komplementärmedizinischen Maßnahmen gegensteuern

Diesen Nebenwirkungen ist man jedoch nicht hilflos ausgeliefert, sondern man kann mit komplementärmedizinischen Maßnahmen gegensteuern. Ein wichtiges Ziel ist die Erhaltung bzw. Stabilisierung der Lebensqualität während und nach der Krebsbehandlung (z. B. Chemo-, Strahlen-, Hormontherapien). Dies hat sich in vielen Diskussionen, u. a. mit Ärztekammern, Fachgesellschaften, Krankenkassen und insbesondere auch Patienten, als erstrebenswert herausgestellt, da bei erhaltener Lebensqualität die Krebsstandardtherapien in der optimalen Dosierung und Zeitabfolge verabreicht werden können, was die Chance auf Heilung deutlich steigert. Im Vordergrund einer stabilisierten Lebensqualität stehen sowohl körperliches wie auch seelisches Wohlbefinden, das unter bedarfsangepassten komplementären Maßnahmen (u. a. Psychoonkologie, Ernährungsoptimierung, Sport sowie wirksamkeitsgeprüften medikamentösen Therapien) erreicht werden kann.

Komplementärmedizinische Maßnahmen, deren Wirksamkeit und Unbedenklichkeit in Studien belegt wurden,

- vermindern die Symptome der Krebserkrankung,
- lindern die Nebenwirkungen der Krebstherapie und
- verbessern die Lebensqualität.

Was Sie über komplementärmedizinische Verfahren wissen sollten

Für die meisten angebotenen Zusatzverfahren gibt es bisher jedoch keine Studien, die nachgewiesen hätten, dass sie tatsächlich wirksam und unbedenklich sind. Es ist wichtig, sich klarzumachen, dass auch komplementärmedizinische Verfahren

- mit allgemeinen gesundheitlichen Risiken einhergehen können,
- die Krebsstandardtherapien in ihrer Wirksamkeit reduzieren können und

TIPP

Wissenschaftlich geprüfte Verfahren

Im Literaturverzeichnis finden Sie Angaben zu wirksamkeitsgeprüften komplementärmedizinischen Verfahren. In den erwähnten Veröffentlichungen können, bei Interesse, die Daten der klinischen Untersuchungen eingesehen werden. Dies kann die zuweilen nicht gerechtfertigte Ablehnung komplementärmedizinischer Verfahren durch nicht umfassend informierte Therapeuten verhindern, gibt Ihnen Argumentationshilfen an die Hand und die Sicherheit, dass die entsprechenden Anwendungen in kontrollierten klinischen Studien und Untersuchungen getestet wurden.

- mit spezifischen therapieabhängigen Nebenwirkungen einhergehen können.

Was bedeutet das nun? Diese drei Punkte sollen etwas näher erläutert werden.

Gesundheitliche Risiken

Die größte allgemeine Gefahr bei falscher Anwendung komplementärer Therapien stellt die verzögerte Gabe bzw. Ablehnung von erprobten, heilenden Standardtherapien dar. In diesen Fällen wird Komplementärmedizin fälschlich zur »Alternativmedizin«, die in der Krebstherapie (sowie in anderen medizinischen Disziplinen) bislang noch keine wissenschaftlich gesicherten, relevanten Therapieeffekte aufzeigen konnte.

Patienten mit chronischen Erkrankungen, die schwer therapierbar sind (u. a. Krebs), halten sich verständlicherweise an jedem Strohhalm fest und sind besonders anfällig für nicht haltbare Versprechen, die auch nur den Hauch eines Erfolges bieten. So tauchen immer wieder unverantwortliche Anzeigen in Tageszeitungen auf, die versprechen: »Brustkrebs? Sie brauchen keine verstümmelnde Operation, keine aggressive Chemo- und Strahlentherapie! Wir heilen mit biologischen Mitteln bei erhaltener Lebensqualität.« Auf der Grundlage der wissenschaftlichen Medizin entbehren derartige Werbeaussagen jedweder Grundlage und können lebensgefährlich sein!

Die Wirksamkeit der Standardtherapie wird vermindert

Medikationen, deren Unbedenklichkeit bislang nicht bewiesen ist und die zu einer Beeinträchtigung der Wirksamkeit von Chemo- und Strahlentherapie führen können, sind beispielsweise

- hoch bzw. falsch dosierte Antioxidanzien und Vitamine, z. B. Coenzym Q10, Glutathion oder die Vitamine C und E.

Komplementäre Maßnahmen, die den Stoffwechsel der Leber aktivieren und damit die Wirksamkeit von Chemotherapien vermindern, sind z. B. Pampelmusensaft und Johanniskraut.

Auch komplementärmedizinische Verfahren können Nebenwirkungen haben

Alle medikamentösen Behandlungen können mit spezifischen (therapiebedingten) Nebenwirkungen einhergehen, auch die der Komplementärmedizin. Daher sollte die Verabreichung komplementärmedizinischer Maßnahmen immer mit den behandelnden Ärzten abgesprochen werden.

Spezifische Nebenwirkungen umfassen beispielsweise

- Aktivierung von Autoimmunerkrankungen sowie Auslösung von Hautreaktionen (durch Immuntherapien, z. B. Misteltherapie);
- Hautverbrennungen, extreme Herz-Kreislauf-Belastung mit Folgeerkrankungen wie Herzinfarkt durch Hyperthermie;
- allergische Reaktion bis hin zum anaphylaktischen Schock durch Injektion von Heilmitteln pflanzlichen und tierischen Ursprungs.

Aus den beschriebenen Gründen kann es also für Krebspatienten gefährlich sein, Ratschlägen aus allgemeinen naturheilkundlichen Büchern zu folgen oder zusätzliche Therapieverfahren wahllos anzuwenden. Bitte suchen Sie gezielt die Beschwerden und Maßnahmen aus diesem Buch heraus, die auf Ihre individuelle Situation zutreffen. Nur so können Sie sichergehen, dass Sie Ihrem Körper tatsächlich etwas Gutes tun und ihn bei der Krebsbekämpfung unterstützen. Bitte denken Sie auch daran, die ergänzenden Verfahren, die Sie anwenden wollen, mit Ihrem Arzt zu besprechen.

Abszess

Unter einem Abszess versteht man einen abgekapselten Entzündungsherd, der Eiter (Gemisch aus Bakterien und Immunzellen, den sogenannten Leukozyten) enthält. Typische Entstehungsorte sind Haarfollikel, Schweißdrüsen oder Analdrüsen sowie Schleimhäute und Muskeln. Abszesse bewirken in Abhängigkeit von ihrer Größe eine Span-

ACHTUNG

- Behandeln Sie Abszesse oder Furunkel im Gesichtsbereich nicht ohne ärztliche Anleitung, da schwerwiegende Komplikationen (z. B. Narbenbildung; bakterielle Besiedlung des Gehirns) auftreten können.
- Größere Abszesse, tief liegende Abszesse oder symptomatische Abszesse (mit Fieber, Spannungsschmerzen, lokalen Entzündungszeichen) bedürfen ebenfalls immer der ärztlichen Versorgung.
- Falsche Therapiemaßnahmen (Ausdrücken, Einschneiden, Löchern) können zur Verbreitung der Bakterien im Körper mit schwerwiegenden Folgekrankheiten führen.
- Kleinere Abszesse der Haut (außerhalb des Gesichtsbereichs) bedürfen in der Regel keiner ärztlichen Behandlung; hier reichen meist die unten genannten komplementärmedizinischen Maßnahmen aus. Bitte scheuen Sie sich jedoch nie, bei Unsicherheit auch kleinere Abszesse Ihrem Arzt zu zeigen!