

Krebs: Umweltmedizin hilft!

Klaus Runow · Montag den 26. Mai 2014



Aspekte einer integrativen Onkologie:
Risiko minimieren - Therapie optimieren.

In Deutschland ist von 1980 bis 2006 die Zahl der jährlich neu auftretenden Krebserkrankungen bei Frauen um 35 Prozent und bei Männern um 80 Prozent gestiegen. Jeder zweite Mann (!) und 43 Prozent aller Frauen müssen während ihres Lebens damit rechnen, an Krebs zu erkranken.

Mittelalterliche Methoden

Krebs kann man als Metapher unserer Zeit betrachten: Resultat einer reizüberfluteten Welt, die zu einer gestörten Signalstruktur führt, verbunden mit hoch-regulierten biochemischen Energie-Prozessen in unseren Zellen. Hierbei spielen Umweltgifte, Kalorienzufuhr und Entzündungen eine wesentliche Rolle.

In der Krebsforschung kommen trotz immer tieferer Einblicke in die genetische Steuerung der Zellen therapeutische Innovationen nur langsam voran. Bei den meisten Krebspatienten werden immer noch die mittelalterlichen Methoden eingesetzt: Schneiden, Brennen und Vergiften (Operationen, Strahlen- und Chemotherapie).

Anstatt entartete Zellen abzutöten, müssen wir lernen zu verstehen, welche biochemischen Prozesse und welche natürlichen Signalstoffe helfen, diese wieder in den natürlichen Prozeß einer Wachstumskontrolle zu überführen. Das Immunsystem muss dabei unterstützt werden, aus eigener Kraft die Tumorzellen anzugreifen und diese zum Absterben zu bringen. Da im Darm fast 70% des Immunsystems lokalisiert sind, wird diesem Organ im Hinblick auf Diagnostik und Therapie größere Aufmerksamkeit geschenkt werden müssen.

Krebs - eine chronische Krankheit

Da die meisten Menschen jegliche Gedanken an den Tod verdrängen, kommt für sie die Diagnose „Krebs“ immer ungelegen und auf jeden Fall zu früh. Gustav Dobos beschreibt die Reaktion auf diese Diagnose mit einem plötzlichen Erdbeben der Stärke 8 - auf einem Quadratmeter.

Wir müssen lernen, dass Krebs oftmals nicht als akute und somit rasch zum Tod führende Erkrankung gesehen werden darf, sondern als chronische Erkrankung, mit der man vielfach noch viele Jahre leben könnte.

Nach der Krebsdiagnose drängen sich Fragen auf: Wieso ich? Ich habe mich doch stets gesund ernährt und regelmäßig Sport getrieben. Warum so früh? Welche Ursachen haben zu der Krankheit geführt? Ist es Vererbung? Sind also meine Gene Schuld?

Nein, es sind nicht primär die Gene. Aus der Zwillingsforschung lässt sich ableiten, dass fast Zweidrittel aller Krebserkrankungen umweltbedingt sind. In diesem Zusammenhang erscheint mir der Hinweis von Frau Prof. Mary - Claire King, der Entdeckerin der Brustkrebsgene BRCA1/BRCA2 sehr wichtig:

Vor dem Jahr 1940 entwickelten 24 Prozent der Trägerinnen der Brustkrebsgene im Laufe ihres Lebens Brustkrebs. Heute sind es 82 Prozent! Als Gründe für den drastischen Anstieg kommen laut Prof. King Umweltfaktoren wie Ernährung und Bewegungsmangel in Betracht.

„Functional Medicine“

Die angewandte Umwelt- und Ernährungsmedizin (Functional Medicine) bietet neue Wege im Bereich der Diagnostik und Therapie chronischer Erkrankungen. Ein Zitat von Sir William Osler erklärt „The Functional Medicine Model“:

„Es ist viel wichtiger zu wissen, welcher Mensch eine Krankheit hat, als welche Erkrankung die betreffende Person hat. Versuche zu verstehen, wie die Gesundheit und der Lebensstil deines Patienten waren, bevor die aktuelle Krankheit aufgetreten ist.“

„The good physician treats the disease; the great physician treats the patient who has the disease.“

Sir William Osler, einer der ersten Professoren an der Johns Hopkins University School of Medicine und späterer ärztlicher Leiter.

Während „funktionelle“ Beschwerden bislang als psychosomatisch eingestuft wurden, verlangt die besonders in den USA etablierte Functional Medicine moderne, jeweils auf dem aktuellen wissenschaftlichen Stand befindliche, medizinische Untersuchungen als Basis für eine Patienten-zentrierte und nicht Krankheiten-zentrierte Medizin.

Das persönliche Risikoprofil

Jeder sollte wissen, welche Umweltfaktoren seine Gene belasten bzw. diese zerstören und somit das Krebsrisiko erhöhen können: das persönliche Risikoprofil.

Dieses gilt es nun mit einer maßgeschneiderten Nährstoff- und Entgiftungstherapie sowie Ratschlägen zur Lebensführung und individuellen Ernährungsumstellung zu begleiten.

Folgende Untersuchungen erlauben es dem Arzt, das persönliche Risikoprofil näher einzugrenzen:

1. Das Entzündungspotenzial: CRP, Interleukine (z. B. IL-6), Tumornekrosefaktor-Alpha (TNF-Alpha), Homocystein, Immunglobuline (z. B. Gesamt IgE), HbA1c
2. Folsäure (unmetabolisierte Folsäure und 5-MTHF)
3. Vitamin D3
4. Mitochondrienprozesse und Nährstoffbedarf überprüfen mittels organischer Säuren (ORGANIX-Profil; Original-Test von Metametrix/USA)
5. Glutensensibilität (erhöht das Risiko von Autoimmunerkrankungen und Entzündungen) (10,11)
6. Allergietests mit Schwerpunkt Nahrungsmittelunverträglichkeiten (inkl. molekulare Allergiediagnostik)
7. Umweltgifte:
 - a) Haar-, Urin- und Blutanalysen auf Schwermetalle
 - b) CORE-Profil (z.B. Bisphenol A, Weichmacher, Phthalate, Pestizide, Lösungsmittel etc.)
8. Stuhl- und Verdauungsanalysen (Neu: DNA- und Proteomanalysen)
9. Hormone
 - a) Estrogenstoffwechsel: krebserregende Metaboliten (4- und 16-OH-Estrogen)
 - b) Stresshormonspiegel (Cortisol, DHEA, Melatonin, Serotonin, Dopamin, Adrenalin)
10. genetische Analysen: z.B. BRCA1 und BRCA2 (z. B. bei familiären Häufungen von Brustkrebs)

Nur wenn man das persönliche Risikoprofil kennt, kann man die eigenen problematischen Umweltfaktoren besser einschätzen und Strategien entwickeln, was man selbst tun kann, um das Krebsrisiko zu minimieren.

Krebs durch Umweltgifte

Chronische Erkrankungen - auch Krebs- werden in erster Linie als Folge eines Mangels (Nährstoffe) bzw. einer Vergiftung (Umweltgifte, Mikroorganismen) gesehen, die zu einer Störung der genetischen Expression und somit zu Fehlsteuerungen auf Zellebene führt.

Im Februar 2013 gab sogar die diktatorische Regierung in China zu, dass es dort Krebsdörfer gibt. Verursacht u.a. durch die Pestizid- und Bleibelastung in Flüssen und Seen sind die Krebszahlen bedrohlich angestiegen.

Die Zahlen aus dem Riesenreich sind alarmierend: Krebserkrankungen haben sich in den letzten Jahren zur ersten Todesursache im Land entwickelt. Einer von vier Chinesen stirbt statistisch an Krebs. Die Sterberate unter Krebspatienten stieg in den vergangenen 30 Jahren um 80 Prozent. (1)

Die Luftbelastung in chinesischen Großstädten ist eigentlich mit dem menschlichen Leben nicht

vereinbar, hieß es vor ein paar Tagen in einer Nachrichtensendung im deutschen Fernsehen. Es stellt sich die Frage, wie lange die westlichen Kunden – nämlich wir – noch Produkte aus dieser menschenverachtenden Produktionsweise kaufen werden?

Eine im Mai 2014 veröffentlichte Studie von US-Forscherinnen um Ruthann Rudel und Julia Brody wurden 17 Stoffgruppen aufgeführt, die Brustkrebs verursachen können. Potentiell gefährliche Stoffe kämen demnach in Autoabgasen, in Tabakrauch oder verkohltem Essen, in Lösungs-, Abbeiz- und Feuerschutzmitteln, fleckenabweisenden Textilien sowie im Trinkwasser vor. Bedauerlicherweise seien diese Zusammenhänge lange Zeit ignoriert worden. Frau Rudel bezeichnet ihre Studie als Fahrplan zur Vermeidung von Brustkrebs. (2)

Schadstoffbelastung abklären mit CORE-Profil

Zur Abklärung der aktuellen Schadstoffbelastung eignet sich ein neues Analysenprogramm, das als CORE-Profil bezeichnet wird. Hierbei werden Urin- und Blutproben auf die Hauptkomponenten der uns belastenden Umweltchemikalien analysiert: Pestizide, Polychlorierte Biphenyle (PCB), Lösungsmittel, Weichmacher in Plastik wie Bisphenol A und hormonwirksame Substanzen, die häufig in Kosmetika vorkommen wie z.B. Parabene und Phthalate.



A comprehensive panel that tests for SIX categories of common toxicants in our everyday environment.

Category	Alkylphenols	Organochlorines	Organophosphates	Plasticizers/Preservatives	Polychlorinated Biphenyls (PCBs) (Special Organochlorine Group)	Volatile Organic Compounds (VOCs)
Individual Test Profile Name	Bisphenol A	Chlorinated Pesticides	Organophosphates	Phthalates & Parabens	Polychlorinated Biphenyls (PCBs)	Volatile Solvents
All Compounds Tested For In The Complete Toxic Effects CORE Profile	BPA Triclosan 4-Nonylphenol	DDE DDT Dieldrin Heptachlor Epoxide Hexachlorobenzene Mirex Oxychlorthane Trans-Nonachlor Endosulfan Sulfate	DMP DMTP DMDTP DEP DETP DEDTP Atrazine Atrazine mercapturate	Phthalates MEHP MEHP MEHP MEOHP Parabens Butylparaben Ethylparaben Methylparaben Propylparaben	Dioxin-Like PCB 77 PCB 118 PCB 126 PCB 156 PCB 169 Non-Dioxin-Like PCB 74 PCB 138 PCB 153 PCB 180	Benzene Ethylbenzene Xylene Styrene Toluene N-Hexane 2-methyl-pentane 3-methyl-pentane

Abb.1: Das neue umweltmedizinische Analysenprogramm wird Toxic Effects Core genannt (Core bedeutet »Chemical Occurrence & Related Exposure«).

Das umweltmedizinische 3-E-Konzept

Die grundlegenden diagnostischen und therapeutischen Aspekte habe ich zum „Umweltmedizinischen 3-E Konzept“ zusammengefasst:

Ernährung, Entgiftung, Entspannung (siehe auch Pschyrembel Naturheilkunde, S. 270ff) (3)

- **Ernährung:**
Nährstofftherapie mit Vitaminen und Mineralstoffen, Amino- und Fettsäuren, ökologische Kost unter Berücksichtigung von Nahrungsmittelallergien
- **Entgiftung:**
Elimination von Umweltgiften, Entgiftungsbehandlung u.a. mit körpereigenen Wirkstoffen wie Glutathion, Alpha-Liponsäure, Coenzym-Q10 und mikrobiologischer Balance des Darmes
- **Entspannung**

physikalische Therapie, Bewegung, Antistress-Programme

Ziel des umweltmedizinischen 3-E Konzeptes ist die Wiederherstellung der biochemischen Balance in folgenden fundamentalen physiologischen Bereichen:

- Oxidations-Reduktions-System
- Hormone und Neurotransmitter
- Mitochondriopathien (Coenzym Q10 Bedarf)
- Detoxifikation und Biotransformation
- Immun-Imbalancen
- durch Entzündungen verursachte Imbalancen
- Verdauung, Absorption und mikrobielle Imbalancen
- Strukturelle Imbalancen der Zellmembranfunktion

Vitalstoffe vor und nach einer Chemo- und Strahlentherapie

Da über 90 Prozent der Krebspatienten zusätzlich zur klassischen Krebsbehandlung komplementäre Therapien anwenden und dies dem behandelnden Arzt auch nicht mitteilen, drohen hier nicht nur Spannungen im Arzt-Patienten-Verhältnis, sondern es kann unter Umständen auch zu Wirkungsbeeinträchtigungen der eingeleiteten medikamentösen Therapie kommen (z.B. Strahlen- und Chemotherapie). Auch bei uns Ärzten herrschen Unsicherheiten im Hinblick auf unterstützende Maßnahmen mit Vitaminen, Mineralstoffen und pflanzlichen Wirkstoffen. Im Medizinstudium wurde bislang eine integrative Onkologie nicht hinreichend gelehrt.

Grundsätzlich gilt: Die meisten Antioxidantien wirken ausschließlich positiv, nachdem die Chemotherapie beendet ist.

Wenn die komplementäre – also unterstützende – Therapie nicht nur eine Gewissensberuhigung darstellen soll, muss man sich genau überlegen, was die Einnahme zusätzlicher Substanzen bezwecken soll:

- Prävention?
- Unterstützung der onkologischen Therapie?
- Behandlung nach einer Operation, Chemo- oder Strahlentherapie?

Wenn man sich über die therapeutische Zielsetzung im Klaren ist, kann man gemeinsam mit dem Arzt ein fundiertes und sicheres ergänzendes Therapieprogramm im Sinne einer integrativen onkologischen Behandlung zusammenstellen.

Grundsätzlich empfehle ich meinen Patienten, vor einer Chemo- und Strahlentherapie die »Speicher« an Vitaminen und anderen Schutzstoffen aufzufüllen. Da viele Chemotherapeutika die Mitochondrien (Zellkraftwerke) schädigen und somit eine Vielzahl von Beschwerden wie unter anderem Polyneuropathie, Hautkrankheiten, Erschöpfung verursachen, sollten vor allem Substanzen wie u.a. Coenzym Q10, Alpha-Liponsäure, Glutathion und Carnitin zum Schutz der Mitochondrien verabreicht werden.

Farbige Signalstoffe gegen Krebs (Epigenetik)

Als wesentlicher Triggerfaktor für die Krebsentstehung und Metastasierung gelten chronische Entzündungen. Zur Vorbeugung können daher Mineralstoffe, Vitamine und pflanzliche

Wirkstoffe empfohlen werden, die eine antientzündliche Wirkung besitzen. Die Wirkung von Umweltfaktoren auf unsere DNA wird auch als „epigenetische Wirkung“ bezeichnet. Besonders positive epigenetische Eigenschaften werden u.a. Naturstoffen wie Gelbwurz (Curcuma), Brokkoli (Sulforaphane), Resveratrol, grünem Tee (Epigallocatechingallat/ EGCG) und Quercetin zugeordnet. Forschern ist es kürzlich gelungen, anhand von Brustkrebszellen zu zeigen, dass Curcuma durch eine Modulation der Mikro-RNA Entzündungsreaktionen herunterreguliert und somit als Antikrebswirkstoff betrachtet werden könne. (4)

Die in Abb.2 aufgelisteten Pflanzenwirkstoffe haben neben ihren antientzündlichen Eigenschaften wichtige Signalfunktionen für unsere Gene – sie beruhigen hochregulierte, entzündliche Reaktionen (Gene-Silencing).

Meinen Patienten empfehle ich als Prophylaxe: **Essen Sie täglich einen Regenbogen.** Im Falle von Nahrungsmittelunverträglichkeiten können die Wirkstoffe auch durch ausgewählte Nahrungsergänzungsmittel zugeführt werden.

Essen Sie einen Regenbogen jeden Tag!		
Farbe	Lebensmittel	Farbige Schutzsubstanzen und mögliche Wirkungen
Rot	Tomaten und Tomatenprodukte, Wassermelonen, Guave	Lycopin: Antioxidanz, reduziert Risiko von Prostatakrebs
Orange	Karotten, Yamswurzel, Süßkartoffeln, Mango, Kürbis	Betakarotin: unterstützt das Immunsystem; kraftvolle Antioxidanz
Gelborange	Zitrusfrüchte – Orangen, Zitronen, Grapefrucht, Papaya, Pfirsich	Vitamin C, Flavonoide: schränken Tumorzellwachstum ein; entgiften schädigende Substanzen
Grün	Spinat, Mangold, Grünkohl und andere grüne Gemüsesorten	Folat: baut gesunde Zellen auf und unterstützt die Genregulation
Grün – Weiß	Brokkoli, Rosenkohl, Chinakohl, Blumenkohl	Indol, Lutein: beseitigt überflüssiges Estrogen und Karzinogene
Weiß – Grün	Knoblauch, Zwiebeln, Schnittlauch, Spargel	Diallylsulfide: zerstören Krebszellen, reduzieren Zellteilung, unterstützen das Immunsystem
Blau	Blaubeeren, Rote Trauben, Pflaumen	Anthozyane: neutralisieren freie Radikale
Violett	Trauben, Beeren, Pflaumen	Resveratrol: kann die Estrogen-Produktion zurückfahren
Braun	Vollkorn, Hülsenfrüchte	Ballaststoffe: entfernen Karzinogene

Abb.2: Regenbogen: pflanzliche Signalstoffe gegen Krebs.

Um die Nährstofftherapie maßgeschneidert durchführen zu können, rate ich dazu, vorab Urin- und Blutanalysen durchzuführen: z.B. Organische Säuren zur Ermittlung des individuellen Nährstoffbedarfs, fettlösliche Vitamine, Stuhl- und Verdauungsanalysen u.a.. (s.o. Persönliches Risikoprofil).

Ergänzend zur Einnahme von Vitalstoffen kann auch eine drei- bis fünftägige Infusionsbehandlung empfohlen werden. Diese Behandlung (Hepar-Tox-Therapie) stellt eine wertvolle Unterstützung vor und nach einer klassischen Krebstherapie dar. Details zur Functional Medicine und zum integrativen onkologischen Ansatz finden sie u.a. in dem Buch: „Krebs – Eine Umweltkrankheit“? (5-11)

Quellen und weiterführende Literatur

1. Extreme Umweltverschmutzung: China räumt Existenz von Krebsdörfern ein. Spiegel-Online, 23.2.2013

2. „New Exposure Biomarkers as Tools For Breast Cancer Epidemiology, Biomonitoring, and Prevention: A Systematic Approach Based on Animal Evidence“
von Ruthann Rudel und Kolleginnen, 12. 5. 2014, „Environmental Health Perspectives“
3. Pschyrembel - Naturheilkunde
De Gruyter, 4.Auflage, 2011, Definition „ Medizin, funktionelle “ S.270
4. Den Kampf gegen Krebs pflanzlich unterstützen, Gelbwurz senkt inflammatorische Zytokine
Medical Tribune, Nr.18, 2.Mai 2014, S.25
5. Krebs - Eine Umweltkrankheit? Risiko minimieren - Therapie optimieren.
Klaus-Dietrich Runow, Südwestverlag München, Mai 2013, 16,99 €
6. Wenn Gifte auf die Nerven gehen - Wie wir Gehirn und Nervensystem durch Entgiftung schützen können
Klaus-Dietrich Runow, Südwestverlag München, 5.Auflage, Mai 2014, 14,99 €
7. Der Darm denkt mit. Wie Bakterien, Pilze und Allergien das Nervensystem beeinflussen.
Klaus-Dietrich Runow, Südwestverlag München, 7.Auflage, März 2014, 14,99 €
8. Laboratory Evaluations for Integrative and Functional Medicine
Bralley J. Alexander, Lord S. Lord. 2. Auflage ISBN 978-0-9673949-4-7
www.metamatrix.com
9. Textbook Functional Medicine, The Institute for Functional Medicine 2010
ISBN 978-0-9773713-7-2, www.functionalmedicine.org
10. Grain Brain
David Perlmutter, Verlag: Little, Brown and Company; Auflage: 1 (17. September 2013)
11. Gluten Freedom
Alessio Fasano und Susie Flaherty, Publisher: Wiley; 1 edition (April 29, 2014)
www.turnerpublishing.com



Diese Artikel wurde verfasst von Klaus Runow

- Arzt und Buchautor (Krebs - Eine Umweltkrankheit?", "Wenn Gifte auf die Nerven gehen", „Der Darm denkt mit“ u.a.)
- Ärztlicher Leiter am Institut für Umweltmedizin (IFU)
- Umweltmediziner (einer der Pioniere der Umweltmedizin in Deutschland)
- Behandelt seit über 25 Jahren Patienten mit chronischen Darmerkrankungen, Nahrungsmittelallergien, Schadstoffbelastungen sowie neurologischen Krankheiten (Parkinson, Alzheimer, ADHS, Autismus, Depressionen)
- Absolvierte als erster deutscher Arzt die Umweltmedizinprüfung in den USA
- Zertifiziert von International Board for Environmental Medicine
- Erhält 2006 den renommierten B.A.U.M.-Umweltpreis
- Hält Vorträge in zahlreichen Ländern (Dubai, Japan, USA, Saudi Arabien, Schweden, Schweiz, Ungarn u.a.)
- Bekannt für sein Hepar-Tox-Entgiftungsprogramm in Patienten- und Medizinerkreisen
- Eröffnete das erste Institut für Umweltkrankheiten in Nordhessen (1989 erbaut)
- Seit 2009 praktizieren Runow und sein Team vom Institut für Umweltmedizin (IFU) in der historischen Fachwerkstadt Wolfhagen bei Kassel

[Share](#)[Tweet](#)[Share](#)

» [Homepage | Klaus Runow](#)