

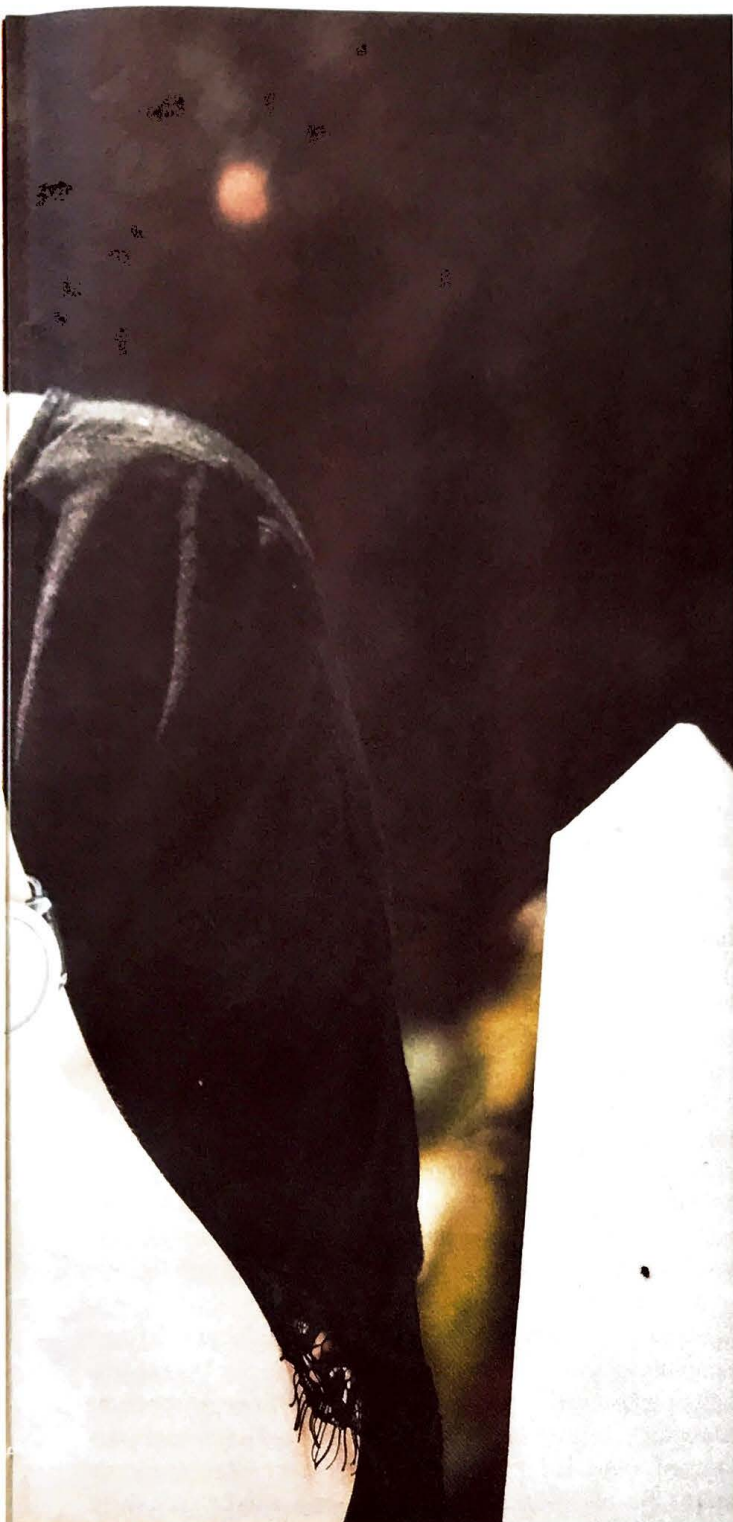


Moderne Lebensweise und Krebsentstehung

Dem Thema Krebs beziehungsweise Krebsentstehung und Lebensstil widmete das »Deutsche Ärzteblatt« in einer Artikelserie große Aufmerksamkeit. In diesen Artikeln setzen sich Wissenschaftler des Heidelberger Krebsforschungszentrums mit der Krebsentstehung und möglichen Einflussfaktoren durch den modernen westlichen Lebensstil auseinander und diskutieren die so genannten Risikofaktoren: Suchtmittel, Übergewicht, ungesunde Ernährung, mangelnde Bewegung sowie Umweltfaktoren. Die Artikel sind zwar schulmedizinisch geprägt, dennoch beinhalten sie einige Aspekte, die Dr. Max Otto Bruker in seiner

langjährigen Praxistätigkeit als Ursachen für die Zivilisationskrankheiten ansah.

Die Krebserkrankungen gehören zu den Zivilisationskrankheiten, die durch eine Dysbalance zwischen den drei Bestandteilen der Ganzheitsmedizin, Körper - Geist - Seele, entstehen; letztlich durch den Verstoß gegen die Natur- bzw. Schöpfungsgesetze. Allerdings reduzierte Dr. Bruker die Krebsentstehung nicht nur auf das bloße Vorhandensein und die Verwirklichung von beziehungsweise durch bestimmte »Risikofaktoren«. Er betonte dagegen immer wieder, dass die Krebsentstehung ein komplexes Ge-



Aktuelle Entwicklung der Krebshäufigkeit in Deutschland

Wussten Sie, dass in Deutschland jedes Jahr bis zu 400 000 Krebsneuerkrankungen auftreten? Laut der Statistik der Wissenschaftler⁽¹⁾ würde ein Zusammenhang zwischen Krebs und dem Vorhandensein von sog. Risikofaktoren in rund 38 Prozent bestehen (zum Vergleich: USA und Großbritannien ca. 42 bzw. 43 Prozent). Das bedeutet: In Deutschland könnten theoretisch 2 von 5 Krebsfällen verhindert werden, unter der Annahme, dass die Reduktion der Häufigkeit der so genannten Risikofaktoren auf 0 Prozent gelingen würde. Diese Annahme, so die Wissenschaftler, ist aber fernab jeder Realität; sie stellt lediglich das rechnerisch maximale Präventionspotential dar.

Prävention der Krebserkrankungen

Dr. Bruker formulierte den eindrücklichen Satz: »Gesundheit ist ein Informationsproblem«. Tatsächlich existiert ein großes Präventionspotential gegenüber der Krebserkrankung. Denn wenn die Bevölkerung über die wirklichen Gesundheitsrisiken mehr und besser aufgeklärt würde, würden auch die Krebsneuerkrankungen rückläufig sein.

Ich besuchte Ende Oktober/Anfang November den alle zwei Jahre stattfindenden Kongress der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e. V., also den meiner Fachgesellschaft. Nach meiner Beobachtung bestand das wissenschaftliche Programm an den vier Tagen zu mehr als 2/3 aus Vorträgen zur *BEHANDLUNG* der verschiedenen Krebserkrankungen der Frau. Und natürlich: Die überwiegende Mehrheit der Referenten gibt Interessenskonflikte an, weil sie mit oder im Auftrag der Pharmaindustrie an der Neuentwicklung von Anti-Krebs-Medikamenten arbeiten oder sich an der Entwicklung neuer Behandlungsmethoden (chirurgisch, pharmakologisch, radiologisch) beteiligen. Seminare oder andere Fortbildungsvorträge, die sich mit der echten *PRÄVENTION* der Krebserkrankung befassten, suchte ich vergebens ... Hierin zeigt sich der Ansatz der Schulmedizin, die auf die *Pathogenese*, also auf die Krankheitsentstehung und -behandlung, abstellt. Sinnvoller ist es jedoch, sich auf die *Salutogenese*, also auf die Entstehung und Erhaltung von Gesundheit zu fokussieren. Ein prophylaktischer Ansatz, der zum Beispiel die Krebsentstehung verhindert, ist allemal besser, als zu versuchen, den entstandenen Krebs zu behandeln. Und nicht nur symptomatisch, sondern kurativ.

Wussten Sie, dass das auch unter Frauenärzten heftig umstrittene Mammografie-Programm in Deutschland jährlich rund 250 Millionen Euro verschlingt, ohne dass bisher ein überzeugender Nutzen für das Screening-Programm nachgewiesen wurde? Ziel des Programms ist die Senkung der Sterblichkeitsrate bei Brustkrebs. Ich frage mich: Wie viele Kampagnen zur gesundheitlichen Aufklärung der Bevölkerung über die Zusammenhänge zwischen einer gesunden Lebensweise und dem Auftreten von Krankheiten könnten mit diesem Geld finanziert gestartet werden? Wäre diese Primärprävention nicht viel wirksamer, als zu

schehen und multifaktoriell bedingt sei. Letztlich ist der Krebs ein Ausdruck des Versagens des menschlichen Immunsystems. Es wurde durch den langjährigen Verstoß gegen die Natur- und Schöpfungsgesetze so geschwächt oder überfordert, dass es seiner Aufgabe, fremde und kranke Körperzellen permanent zu eliminieren, nicht mehr nachkommen kann. Den Beiträgen im Deutschen Ärzteblatt fehlt allerdings der Bezug zum ganzheitlichen Ansatz, nämlich der unmittelbaren Bedingtheit der Einheit von Körper, Geist und Seele. Dieser sehr wichtige Aspekt blieb unbeachtet.

versuchen, die aufgetretene Krebserkrankung symptomatisch radio-pharmakologisch und/oder chirurgisch zu behandeln?

Aber in unserem turbo-kapitalistischen System steht in allererster Linie die Rendite der Industrie und Lobbyistengruppen im Vordergrund. Der Patient dient hauptsächlich als Objekt zum Gelderwerb für die Akteure des Gesundheitsmarktes. Die Förderung und Erhaltung der Gesundheit der Bevölkerung (Salutogenese), eigentlich eine staatliche Hoheitsaufgabe, ist für die vielen Lobbyistengruppen, die sich auf dem deutschen Gesundheitsmarkt tummeln, derzeit nicht lukrativ. Die Aktivitäten der Bundesregierungen der letzten 15–20 Jahre hinsichtlich der Förderung gesundheitlicher Präventionsprogramme waren viel zu wenig oder fehlten ganz, um den Gesundheitsschutz unserer Bevölkerung nachhaltig voranzubringen. Als Beispiele seien genannt (nicht vollständig): Verhinderung des Tabakwerbeverbots, Verhinderung der Fabrikzuckersteuer beziehungsweise der Deklaration des Fabrikzuckeranteils auf Nahrungsmittel-Etiketten (Ampelsystem), Verhinderung des Glyphosatverbots, Diesel-Skandal ... usw. Die Entscheidungen fielen beziehungsweise fielen immer pro Industrieinteresse aus.

Völlig unverständlich erscheint mir der Inhalt folgenden Zitats in dem Editorial im Ärzteblatt: »Die Mehrzahl aller Krebsneuerkrankungen ist der Primärprävention nicht zugänglich, weil Risikofaktoren bislang nicht bekannt oder (noch) nicht modifizierbar sind ... Und auch bei Darmkrebs, der zweithäufigsten Tumorerkrankung in Deutschland, ist etwa die Hälfte der Fälle nach aktuellem Wissensstand nicht vermeidbar.«⁽¹⁾ Es stimmt mich traurig, feststellen zu müssen, dass die moderne Wissenschaft und Medizin nichts über die Zusammenhänge zwischen dem Verstoß gegen die Schöpfungs- beziehungsweise Naturgesetze und dem Auftreten der Zivilisationskrankheiten wissen – oder nichts wissen will. Es liegt doch auf der Hand: Mit dem Anstieg der Rate der Zivilisationskrankheiten stieg parallel die Anzahl der Krebsneuerkrankungen. Denn in Regionen, in denen die moderne Zivilgesellschaft noch nicht angekommen ist, existierten bzw. existieren diese Erkrankungen nicht! Zahllose Beispiele bzw. Untersuchungen können das belegen.

Einfluss des Rauchens und des Alkoholkonsums auf die Krebsentstehung⁽²⁾

Dass das Rauchen und der übermäßige Alkoholkonsum gesundheitlich schädlich sind, dürfte jedem Menschen klar sein. Dennoch reicht das Wissen und häufig die Kraft des Einzelnen allein nicht aus, um dieses Suchtverhalten aufzugeben. Beide Verhaltensweisen sind gesellschaftlich akzeptiert und bedürfen einer langwierigen Therapie des Einzelnen, um die Ursache der Sucht zu finden und sie zu beenden. Und vergessen wir nicht: Der Staat verdient viele Millionen Euro an der Tabak- und Alkoholsteuer. Es wäre sinnvoll, diese Einnahmen in die Primärprävention, zum Beispiel in Aufklärungskampagnen, zu investieren.

Die Wissenschaftler erwarten für Deutschland im Jahre 2018 ca. 440 000 Krebsneuerkrankungen, davon seien statistisch 85 000 durch Rauchen und 9 500 durch Alkoholkonsum bedingt. Es besteht ein 20-fach erhöhtes Risiko für Lungenkrebs gegenüber Nichtrauchern, für andere Krebsarten (Magen-Darm, Urogenitalsystem, Brust, Gebärmutter) mehr als doppelt so hoch!

Nach statistischen Auswertungen (DEGS1-Survey 2008–2011, s. a. (5)) tranken 18,7% der Männer und 12,9% der Frauen Alkoholmengen oberhalb des Richtwertes (Männer 20 g, Frauen 10 g reiner Alkohol pro Tag). Im untersuchten Zeitraum tranken Männer durchschnittlich 44,6 g und Frauen 20,2 g reinen Alkohol pro Tag. Der höchste Zusammenhang zwischen Alkoholkonsum und Krebs bestand beim Mundhöhlen- und Rachenkrebs, gefolgt vom Plattenepithelkarzinom der Speiseröhre. Bei Frauen war der Brustkrebs die zweithäufigste alkoholassoziierte Krebsart.

Übergewicht, Bewegungsarmut und ungesunde Ernährung⁽³⁾

Nach dem DEGS1-Survey⁽⁵⁾ waren 63% der 25–74-jährigen Männer und Frauen übergewichtig (38%) oder adipös (25%). Zusätzlich waren davon ca. 81% nicht hinreichend körperlich aktiv bzw. inaktiv. Neun Prozent der untersuchten Population konsumierten übermäßig rotes Fleisch (> 500 g/Woche) und 96% verschiedene Wurstwaren. 76% der Studienteilnehmer hatten einen Salzkonsum von > 6 g/Tag, was als zu hohe Dosis interpretiert wurde. Dagegen konsumierten 72% der Personen weniger als 32 g Ballast- (bzw. Faser-)stoffe und 71% weniger als 400 g Obst/Gemüse pro Tag.

Die Wissenschaftler berechneten, dass ca. 30 000 Krebsfälle durch Übergewicht und ca. 27 000 durch unzureichende körperliche Aktivität bedingt sein würden. Mehr als 14 000 Krebsfälle würden durch ungenügenden Verzehr von Ballast- (bzw. Faser-)stoffen, Obst, nicht stärkehaltigem Gemüse und einen viel zu hohen Konsum von Fleisch- und Wurstwaren hervorgerufen.

Schwere unwissentliche Fehlernährung, lebensbedingte Spannungszustände, Traumatisierungen in der Vergangenheit sowie moderne Bequemlichkeit (geringe körperliche Aktivität), führen zu verschiedenen Stoffwechselerkrankungen (wie zum Beispiel Übergewicht, Zuckererkrankung) mit all ihren negativen Folgen für die Gesundheit. Die Zusammenhänge sind klar und bekannt. Aber anstatt Präventionsstrategien zu entwickeln und mühevoll zu versuchen, den/die betroffenen Menschen durch Information und Beratung zu einer Veränderung seines/ihrer Lebensstils zu bewegen, werden stattdessen diverse Diätkuren, verschiedene Operationsmethoden (Magenband- oder Bypass-Operation usw.) entwickelt, die zwar das Symptom beseitigen können, aber nicht die Ursache. Alle diese Versuche weisen nur einen kurzfristigen Effekt auf. Auf lange Sicht müssen die Bemühungen jedoch scheitern. Bei weiterer Existenz der Ursache und im Zusammenwirken mit verschiedenen anderen Faktoren kann daraus eine Krebserkrankung entstehen.

Literatur:

1. Katalinic, A: Zahlen zur Krebslast in Deutschland. *Deutsch. Ärztebl.* 2018; 115 (35/36): 569–570
2. Mons, U. u. Mitarb.: Krebs durch Rauchen und hohen Alkoholkonsum. *Deutsch. Ärztebl.* 2018; 115 (35/36): 571–577
3. Behrends, G. u. Mitarb.: Krebs durch Übergewicht, geringe körperliche Aktivität und ungesunde Ernährung. *Deutsch. Ärztebl.* 2018; 115 (35/36): 578–585
4. Gredner, Th. u. Mitarb.: Krebs durch Infektion und ausgewählte Umweltfaktoren. *Deutsch. Ärztebl.* 2018; 115 (35/36): 586–593
5. Krause, M: Übergewicht und Diabetes. *Der Gesundheitsberater* 8/2016, S. 10–12

Zusammenhang zwischen Krebs und Infektionen sowie Umweltfaktoren⁽⁴⁾

Im dritten Teil der Publikation setzen sich die Autoren mit Infektionserregern und Umweltfaktoren als Ursachen für Krebserkrankungen auseinander.

Bei den Infektionserregern untersuchten sie folgende Erreger:

- H. pylori (*Helicobacter pylori*: Magenkrebs)
- Humanes Papillomavirus (HPV: Mundhöhlen-, Oropharynx-, Anal-, Vulva-, Vaginal-, Zervix-Karzinom)
- Hepatitis B und C (HBV, HCV: Leberzellkarzinom, Non-Hodgkin-Lymphome)
- Humanes Immundefizienz-Virus (HIV) und Humanes Herpes-Virus 8 (HHV 8): Non-Hodgkin-Lymphom, Kaposi-Sarkome)

Sie fanden jeweils eine mehr oder weniger starke Assoziation zwischen Ursache und Wirkung, also zwischen dem Nachweis von Infektionserregern im Tumor und der Krebserkrankung. Allerdings wird (schul-)medizinisch eine der oben genannten Infektionen als *ursächlich* für die Krebsentstehung angesehen. Aus ganzheitlicher Sicht ist diese Annahme falsch. Nicht das Virus ist die Ursache, sondern das inkompetente Immunsystem des Menschen, welches durch jahrzehntelange Mangelernährung geschädigt wurde und nicht mehr in der Lage ist, das Krebszellwachstum zu unterdrücken. Wie schon in anderen Beiträgen beschrieben, kann zum Beispiel das Humane Papillomavirus Jahre und jahrzehntelang als inaktive, symptomlose Form im Gewebe verbleiben, ohne ein Krebswachstum zu initiieren. Das HPV kann aber auch bei intaktem Immunsystem ohne Therapie wieder komplett verschwinden. Erst beim Zusammentreffen verschiedener ungünstiger Umwelt- und Lebensbedingungen kann sich das Virus zur malignen (böartigen) Form transformieren und als invasiv wachsendes Karzinom imponieren.

Interessant hingegen ist die Darstellung von verschiedenen Umweltfaktoren und deren Wirkung als krebserregendes Agens:

- Passivrauchen (Lungenkrebs)
- Radon (in Innenräumen, im Zusammenwirken mit Passivrauchen: Lungenkrebs)
- Feinstaub (oberhalb der WHO-Richtwerte: Lungenkrebs)

- Solarien-Nutzung (malignes Melanom = schwarzer Hautkrebs)

Dr. Bruker erklärte schon vor vielen Jahren, dass eine Krebsentstehung ohne ionisierende Strahlung nicht möglich sei. Dass Passivrauchen und eine hohe Feinstaubbelastung, insbesondere in den Innenstädten der Ballungsräume, die Entwicklung des Lungenkrebses fördern, ist hinlänglich bekannt. Desto unverständlicher ist für mich die Diskussion und Argumentation der derzeitigen Bundesregierung in dem so genannten Diesel-Skandal. Wieder einmal werden die Interessen der Autoindustrie gegenüber denen der Bevölkerung durchgesetzt. Die per Gerichtsbeschluss erlassenen Fahrverbote in einigen deutschen Großstädten werden meiner Ansicht nach nicht zu einer Verminderung der Feinstaubbelastung und Verbesserung der Luftqualität in den Städten führen. Denn die Autofahrer werden auf andere Routen ausweichen, so dass die Umweltbilanz, global gesehen, gleich bleiben wird.

Anstatt die deutsche Autoindustrie durch die Regierung zu zwingen, endlich alternative Antriebe in zukünftige Autos zu verbauen (E-Mobilität, Brennstoffzelle, wasserstoffbeziehungsweise erdgasbetriebene Verbrennungsmotoren etc.), wird weiterhin am alten Konzept festgehalten: Benzin und Diesel. Und: Bei Neukauf von (Diesel-)Pkw bzw. Pkw mit herkömmlichen Verbrennungsmotor winkt dem Käufer eine Kaufprämie. Daraus wird ersichtlich, dass es in erster Linie um die Umsatz- und Renditensicherung der Autokonzerne geht und nicht um die Berücksichtigung der gesundheitlichen Interessen der Bevölkerung.

Wir als gut informierte Gesundheitsberater GGB haben es in der Hand, verantwortungsvoll mit unserer Gesundheit umzugehen. Die Achtung der Natur- und Schöpfungsgeetze, soweit wir sie selbst respektieren und umsetzen können, ist die wichtigste Maßnahme. Wir haben auch als Verbraucher die Macht, politische Entscheidungen zu erwirken, nicht nur durch die Wahl (zum Beispiel Hambacher Forst). Wir können durch bewusste Kaufentscheidungen dazu beitragen, dass die Industrie tatsächlich auf die Bedürfnisse der Bevölkerung eingeht und sie bedient. Und: Wir müssen mit gutem Beispiel vorangehen und unser Wissen an die interessierten Menschen weitergeben und ihnen klar machen, dass sie allein die Verantwortung für die Gesunderhaltung ihres Körpers tragen. Für eine Veränderung des Lebensstils ist es nie zu spät!



Dr. med. Michael Krause
 Facharzt für Frauenheilkunde
 und Geburtshilfe
 Gesundheitsberater GGB