Best support

Eine umfassende Nachsorge

nach Dr. med. Siegfried Schlett

Nach einer Tumordiagnose stellen sich für die Betroffenen viele Fragen. Oft gilt es, die Nachwirkungen der Operation, Chemo- oder Strahlentherapie zu meistern. Man ist unsicher, welche Maßnahmen man ergreifen soll, um sich zu stärken und die Risiken für einen Rückfall zu mindern. Es stellt sich die Frage, inwiefern Änderungen bei Ernährung und Lebensführung die Therapie unterstützen können.
„Best support“ stellt dafür ein umfangreiches Konzept dar, welches die klassische Tumortherapie unterstützt. Es ist keine Alternative zur Schulmedizin, sondern ergänzt alle Maßnahmen sinnvoll.

Klösterl-Apotheke • Johannes Zeise-Wallbrecher e.K.
Färbergraben 12 Rgb. • Postfach 10 09 05 • 80083 München
Tel. 089/54 34 32-11 • Fax 089/54 34 32-77 • apotheke@kloesterl.de • www. kloesterl-apotheke.de

„Das Tal der Tränen“ - Chemotherapie und Bestrahlung

Viele Zytostatika wirken, indem Radikale die Tumorzellen schwächen und töten. Die wichtigsten Vertreter sind Anthracycline (Daunorubicin, Daunomycin, Doxorubicin, Adriamycin, Epirubicin), Bleomycin, Procarbazin, Etoposid, Mitomycin, Mitoxantron, Vincristin und Cyclophosphamid. Diese Arzneimittel – so notwendig sie sind – erzeugen viele Nebenwirkungen und Kollateralschäden im ganzen Körper. Auch gesunde Zellen leiden darunter. Je besser Sie auf diesen Angriff vorbereitet sind, desto stabiler bleibt der Körper in dieser schwierigen Phase.

A) Vorbereitung

Bereiten Sie sich auf die Therapie in den Wochen davor wie ein Sportler auf einen Wettkampf vor. Verbessern Sie Ihre gesamte körperliche Leistungsfähigkeit, antioxidative Kapazität und Fitness:

- Durch tägliches moderates Training (z.B. 1 Stunde Fitness-Studio)
- Durch Gabe von Antioxidantien (Vit. C, E und A, Zink, Selen, pflanzliche Polyphenole aus Pflanzenextrakten u.a.) auch als Infusion, um alle Depots aufzufüllen.

Es empfiehlt sich, die unten aufgeführte Antioxidantien-Kur 2 bis 3 Wochen lang durchzuführen.

Antioxidantien-Kur		
Nährstoff	*Orale Dosis pro Tag*	*Infusions-Dosis 1 - 2 mal pro Woche*
Coenzym Q 10	100 bis 200 mg	
Gepuffertes Vitamin C	bis 2.000 mg	7.500 mg
MSM (org. gebundener Schwefel)	500 bis 1.000 mg	
Curcuma-Extrakte	500 bis 2.000 mg	250 / 500 mg
Grüner Tee Extrakte	500 bis 2.000 mg	
Multivitamin	je nach Präparat	
Frucht-Extrakte (Heidelbeeren, Goji, Brombeeren etc.)	500 bis 1.000 mg	
Traubenkern-Extrakte	500 bis 1.000 mg	
N-Acetylcystein	500 bis 1.000 mg	
Selen	200 bis 400 µg	

- Vermeiden Sie sofort jede Art von Zucker und reduzieren Sie den Kohlehydratverbrauch (Nudeln, Brot, Reis, Süßes) drastisch.
- Ernährungsumstellung gemäß den Empfehlungen nach Dr. Gerson
- Zahnherde durch 3D-Untersuchungen auffinden und sanieren
- Bleiben Sie nüchtern am Tag der Chemo, trinken Sie viel

Diese Maßnahmen können Ihnen helfen, Chemotherapien und auch Bestrahlungen besser zu vertragen, ohne deren Wirkung abzuschwächen.

B) Vor einer Chemotherapie
6 Tage vor der Chemo sollten Infusionen, 4 Tage vorher orale Gaben abgesetzt werden.

C) Zwischen zwei Chemos
Zwei Tage nach der Chemo kann man wieder mit der Einnahme/ Infusion der Antioxidantien beginnen (siehe Antioxidantien-Kur). Die Infusionen 6 Tage vor der nächsten Chemo, orale Gaben 4 Tage vorher absetzen. Diesen Rhythmus kann man durch die ganze Serie von Chemotherapien beibehalten.

D) Bestrahlungen
Während der Bestrahlung kann man Antioxidantien ohne Pause einnehmen. Die Bestrahlung wird damit nicht geschwächt.

E) Bei starken Nebenwirkungen, auch nach Abschluss der Chemo
Darm: Colostrum (Proteinkonzentrat aus der Erstmilch), Bitterstoffe und Breitband-Probiotika regenerieren die Schleimhaut des Darmes und helfen bei Durchfällen. Vitamin B5 (Panthenol) in Dosen von 250 – 500 mg zum Ausheilen von entzündeten Darmabschnitten.
Schwache Kampf- und Killerzellen: Ein Killerzellprofil im Labor erstellen (Synlab). Je nach Ergebnis ist eine Supplementierung mit Pilz-Adaptogenen aus Shiitake, Maitake und Reishi, (1-3)-ß-D-Glucanen aus Gerste, Arabinoxylanen, Mistel und galactosereichen Pectinen aus Citrusflavedo sinnvoll.

F) Spezifische Untersuchung des Tumorgewebes
Je mehr man über den Tumor und seinen Stoffwechsel weiß, desto spezifischer kann man sich verhalten und sich schützen.

Analytik: Versäumen Sie es nicht, Ihr gewonnenes Tumormaterial auf Hormonrezeptoren untersuchen zu lassen. Bei Tumoren mit Estrogen-α- und Estrogen-β-Rezeptoren, kann man gezielt die ß-Fraktion, die das Tumorwachstum bremst, beeinflussen durch Rotklee- und Sojaextrakte (reich an Isoflavonen), auch wenn dies nicht zu den Kernleitlinien gehört. Eine zusätzliche Bestimmung von Checkpoint-Proteinen gibt Aufschluss über das Verhalten des Tumors im Gewebe, z.B. Metastasierung, Ansprechen auf Chemotherapie und seine spezifische Aggressivität.

G) Ergänzende Laborkontrollen

- Bei Tumoren, deren Wachstum durch Hormone beeinflusst wird, sollte man diese ständig im Auge behalten. Dazu zählen die Sexualhormone Östron und Östradiol für beide Geschlechter und für den Mann zusätzlich Testosteron und Dihydrotestosteron (DHT).
  Bei Frauen kann es auch wichtig sein, die Qualität der Östrogen-Verstoffwechselung durch den 2/16-OH-Test im Urin zu messen (Labor GanzImmun).
- Eine Vollblutanalyse gibt Auskunft über den Mineral- und Spurenelementstatus auch in den Zellen (Synlab, Labor Bayer).
- Der Vitamin D-Spiegel sollte ausreichend hoch sein.
- Überwachung der Schilddrüsenhormone

H) Weitere Maßnahmen

- Mikrobiota sorgen für eine gut funktionierende Darmflora.
  Wichtig dabei: Entzündungen ausheilen, Mikrobiota ergänzen und auf naturnahe Ernährung umstellen
- Granatapfelkonzentrate verbessern die Ansprechrate bei Tamoxifen, hemmen die Aromatase und lassen den DHT-Spiegel sinken.
- Jod/Jodkalilösungen verbessern die Östrogenausscheidung.
- Extrakte aus Broccoli mit dem Inhaltsstoff Diindolylmethan sanieren einen schlechten Östrogenstoffwechsel in der Leber.

Genannte Ansprechpartner

Ernährung nach Dr. Gerson:
www.verena-mueller-bernet.com

Laboruntersuchungen:
- Synlab, Stuttgart, www.labor-bayer.de
- Labor GanzImmun, Mainz, www.ganzimmun.de

Checkpointproteine:
- Sanoxsys GmbH, München
- Breast-Care-Institut München www.bci-online.de

Literaturauswahl

Goodman and Gilman, The pharmacological basis of therapeutics, Vol II, Chapter 52

Alternative medicine review, 2000, Volume 5 Nr. 1

The Lancet, 2000, Vol 356, Nr. 9231, S 724-729

Prevention of Doxorubicin-induced cardiomyopathy, Cancer Chemo a Ph., 1991, 28, 365-369

Protective effect of red. GSH, Tumori 1985; 69, 105-111

Vollbracht, C., Adjuvante Vitamin C-Therapie in der Chemotherapie, Acta Biol., 1996, 21-25

Gärtner R., Jod in der Sekundärprävention, Dt. Zeitschrift für Onkologie, 2009; 41: 53-56