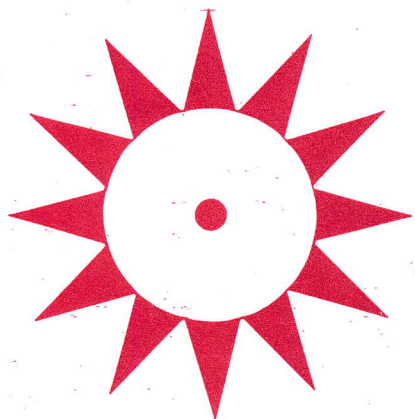


Solbladet



DIT HELBRED
DIN FREMTID

Januar
2007
16. Årgang

Læs om:

Forenings nyt

Vi må alle stå sammen

Hold den ren

Mennesket som en bil

Mennesket som en
kopimaskine

Hvad får kræftceller til
at formere sig

Sundhed en svulmende
livskraft

I gamle dage vidste
man det

Nyt medlem fortæller

Danmarks Natur-og Lægevidenskabelige Bibliotek



0905

200014238165

5673

Forebyggelse af kræft

Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft

Formål:

At forebygge kræft og andre folkesygdomme med holistiske, menneskevenlige, naturmedicinske og andre alternative midler og metoder

Landsforeningens Kontingent er følgende:

Årskontingent kr. 100,00
Livsvarigt kontingent kr. 800,00

Kontingentet kan indbetales på
GIRO 110 0440
Eller netbank/bankoverførsel til
Regnr. 9570 Konto 1100440

Medlemmer

Enhver juridisk person (privat person, forening, selskab o.a.) som anerkender foreningens formål og betaler det gyldige kontingent, kan være medlem.

Ny formand for Landsforeningen.



På generalforsamlingen i maj måned blev Vagn Andersen Skov valgt som formand, for vor forening.

VAS 68 år, er oprindelig uddannet inden for købmanshandel, siden edb og har gennem mange år været selvstændig, inden for helsebranchen.

Hans interesse for forebyggelse og sundhed, tammer helt tilbage fra barndommen, hvor VAS gerne ville have været læge.

VAS er født i 1938 som nr. 8 ud af en søskendeflok på 11. Opvæksten var på en lille landbrugs ejendom, hvor der var 6 køer, et par heste, nogle få grise og nogle høns, rakte kun lige til dagen og vejen for hans forældre. Den gang måtte man bare ud at tjene på landet når den 7-årige skolegang var overstået..

VAS har aldrig prøvet at gå arbejdsløs, og har brugt det meste af sin aktive tid i erhvervslivet, og ofte uden at holde ferie.

VAS er fortsat aktiv i sin klinik for energiterapi på Torvet 14 i Askov, nær den kendte Askov Højskole. Her behandler han både psykiske og fysiske lidelser, ligesom han også hjælper alvorligt syge mennesker til at hente nyt livsmod og ny livsglæde..

VAS har sat sig det mål at foreningen skal struktureres til at åbne op for nye spændende tiltag inden for forebyggelse.

At dette bliver det alternative tiltag, kan vel næppe overraske, for det er vel også her, at der er frihed til at komme med nye ideer, nye muligheder og nye fremskridt inden for forebyggelse af kræft.

Forenings nyt

Solbladet er her igen

Solbladet har ikke været udgivet i 2. halvår 2006. Det skyldes bl.a. at der er kommet en ny formand i foreningen, og at der i den forbindelse har været en del møder om, hvilken linie foreningen skulle lægge.

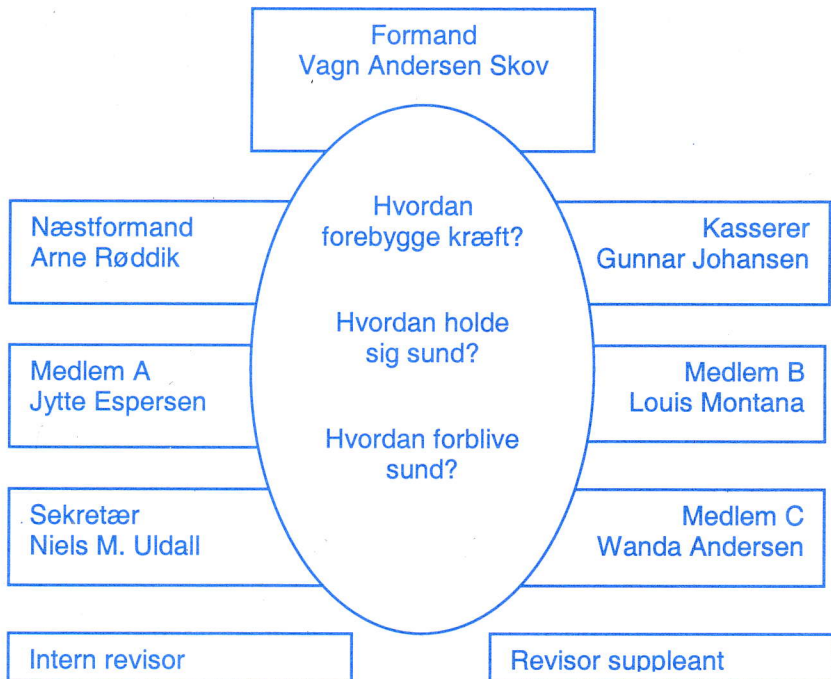
Samtidig har der været bestræbelser på at få foreningens linie manifesteret i en foreningshåndbog, med mål, politikker og regler for foreningens drift.

Dette arbejde er en proces, som vil strække sig et langt stykke ind i år 2007. Her udkommer så blad nr.1. 2007.

Foreningens organisation

Ved generalforsamlingen i maj måned fik foreningen ny formand. Det blev Vagn Andersen Skov, som har været medlem af foreningen i mange år.

Bestyrelsen konstituerede sig således:



På formandens adresse er der desuden ved at blive etableret en gruppe af frivillige hjælpere, som kan være behjælpelige med interne opgaver. Ligeledes er der ved at blive etableret en kontaktgruppe, som medlemmer af foreningen kan ringe til og få en snak med om deres situation, og hvad man evt. selv kan gøre, for at forebygge.

Vi må alle stå sammen ...

Af Vagn Andersen Skov

Der findes efterhånden flere foreninger inden for området forebyggelse og bekæmpelse af kræft. Den mest kendte i Danmark er Kræftens Bekæmpelse, som jo efterhånden er en stor, anerkendt forening.

Mindre kendt er måske foreninger som Tidslerne og vor egen forening Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft LFK.

Hvad er lighederne og hvad er forskellene på de tre foreninger? Vi skal ikke her gå i detaljer, men blot søge at afdække nogle af forskellene i store træk:

Hvordan bekæmpe kræft?

Kræftens Bekæmpelse er den professionelle forening, men også langt den største. Den beskæftiger sig med alt, fra videnskabelig forskning til rådgivning for kræftpatienter, såvel forebyggende som helbredende, indenfor det offentlige behandlersystems rammer.

Det vil sige, at det, det gælder om, er at komme kræftceller til livs, altså bekæmpe dem. Her er det altså fortrinsvis en kamp mod de kræftceller, der er opstået således, at de ikke deler sig yderligere.

Hvordan selv bekæmpe sin kræft?

Tidslerne er de ulydige kræftpatienters forening, hvor fortrinsvis kræftpatienter hjælper sig selv og støtter hinanden i at komme af med den kræft man har fået. Som regel ved hjælp af utraditionelle metoder og alternative behandlingsmuligheder. Det er typisk kræftpatienter, som selv tager ansvar og initiativer..

Hvordan forebygge at få kræft?

Landsforeningen til Forebyggelse af kræft er den frie forening, som fortrinsvis søger at komme kræften i forkøbet så den slet ikke opstår. Eller, hvis den er opstået, så at stoppe "kilden" ved dens "udspring", så den ikke længere får energi.

Ingen af foreningerne har nogen endegyldige løsninger og der er brug for alle tre "hvordanner". Derfor må vi som foreninger stå sammen om at skabe løsninger, frem for at konkurrere for prestigens skyld.

En person kan således udmærket være medlem af alle 3 foreninger. Det er der ikke noget modstridende i. Det gælder jo om at skabe resultater der bringer os videre inden for alle 3 kategorier.

Hvorfor er Landsforeningen til Forebyggelse af kræft en fri forening?

I foreningens vedtægter står der følgende om foreningens formål:

- §1. At forebygge og bekæmpe kræft, samt andre folkesygdomme, med holistiske, menneskevenlige, naturmedicinske og andre alternative midler.
- §2. At samarbejde med alle sundhedsorganisationer og offentlige myndigheder i ind- og udland
- §3. At fremme samarbejdet med den skolemedicinske og den alternative sundhedssektor.
- §4. At arbejde for WHO's mål: Sundhed for alle år 2000 (og fremover)
- §5. At fremme folkeoplysningen herom.

LFK har nok hidtil mest levet op til at opfylde §5, nemlig at oplyse om, hvilke farer, der lurar på os mennesker, og hvordan vi undgår disse, som et af værnene mod kræft.

Foreningen oplyser bl.a. om forebyggende tiltag og forebyggende midler som urter, kosttilskud, naturmedicin og fødevarer samt drikkevarer m.v.

Hvordan kan vi forebygge og bekæmpe kræft?

Det er der i tidens løb givet hundredvis af bud på, ikke alene fra vor forenings side, men også fra alle mulige andre sider.

Det holistiske er *det hele menneske* og ikke blot et lille område af en persons fysiske krop.

Det menneskevenlige betyder naturligvis meget for en kræftpatient, men det betyder også noget i det forebyggende arbejde, der udføres rundt omkring i landets klinikker og sygehuse.

Men, selv menneskevenlig hjælpsomhed givet af hjertet, bliver ikke altid menneskevenligt modtaget af den patient, der tilbydes hjælpen, af hvilken art den end måtte være. En gang imellem kan en menneskevenlig og hjælpsom sjæl, læge, alternativ behandler eller bare en hjælpsom person opleve, at man ikke kan hjælpe en syg person længere end vedkommende selv vil. Det må man naturligvis blot respektere, og lade patienten forblive i sin skæbnetilstand.

Naturmedicinske og andre alternative midler og metoder er omfattende og svære at få overblik over, og mange af de alternative midler og metoder ligner mere og mere lægernes måde at gøre tingene på – nemlig symptombehandling. Er tilstanden kræft ikke et symptom? De fleste vil nok her protestere og kalde det en alvorlig sygdom. Ja, det er det også, men kræft er også et symptom, men på hvad?

Det er det, der er spørgsmålet. Skyldes kræft:

1. Et svagt immunforsvar?
2. Mangel på vitaminer, mineraler eller sporstoffer, m.m.
3. Ydre faktorer som f.eks. elstråler, jordstråler, solstråler, eller andre miljøfaktorer.
4. Patientens nedarvede ubalancer i gener eller tankegang.
5. Patientens livsstil eller helt andre faktorer.

Der er naturligvis flere end én årsag til kræft, der er mange. Der skal formentlig være flere forskellige faktorer (betingelser) til stede, for at kræft overhovedet kan opstå. I "gamle dage" brugte man udtrykket *en sund sjæl i et sundt legeme*, om formålet med f. eks. at dyrke gymnastik og anden sport.

I dag kunne det se ud, som om det blot drejer sig om, at sikre sig et sundt legeme og - alligevel, mange mennesker opfatter kroppen som en selvfølgelighed. Den skal blot stå til rådighed for hjernens vilkårlige påfund døgnet rundt.

Nogen vedligeholder deres krop på bedste vis, medens andre ikke bekymrer sig om kroppen, før den "skriger" så højt af smerte, at dens "stemme" omsider ikke længere kan overhøres.

Andre løber måske til læge for de mindste symptomer. Atter andre konsulterer lægen, når de finder, at der må hjælp til at komme over et symptomudbrud af en karakter, som man ikke selv kan hamle op med.

Jamen, hvordan forebygger man så kræft?

Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft har ikke nogen entydig opskrift herpå, men vil fortsat søge at give nogle interessante bud på, hvordan man kan styrke både krop og sjæl, så kræften slet ikke opstår.

Det vil sige, at vi som forening vil satse på at styrke både krop og sjæl, for på denne måde at gøre vores indsats til forebyggelse af kræft, (og andre sygdomme).

Jamen, er det ikke også det, Kræftens Bekæmpelse og Tidslerne gør? – Jo, det gør de også, men som forening vil vi lægge vore kræfter i denne ende af skalaen, og koncentrere dem med fokus på at styrke det sunde i sjæl og legeme og holde det usunde og syge borte fra såvel sjæl som legeme.

Kort sagt vil vi sigte på at "lukke" for energi og impulser til kræftcellerne, ved at give styrkende og nærende energi til de sunde celler, så de bliver de stærke vindere.

Hvem vil være med til at give vor forening energi og styrke til at nå disse mål?

Er du frisk, vil du være med på en aktiv måde, eller bare yde din støtte i form af økonomisk støtte, så vi kan komme videre ad denne vej. Det kan faktisk ikke gå hurtigt nok, der ligger jo tusinder af symptomsyge kræftpatienter rundt omkring på sygehuse og i hjemmene. – De venter alle på en løsning, der kan hjælpe dem til et sundt og godt liv igen.

Alle slags forslag er velkomne, og måske sidder du (som menigmand) inde med ideer, der kan være med til at skabe løsninger.

Da vil vi gerne invitere dig til at sende os en e-mail eller et brev, og fortælle om dine ideer. Vi er åbne for forslag af hvilken art de end må være, idet alle her skal kunne få deres ideer/forslag præsenteret.

Om de kan bruges eller ikke, må holdbarheden i ideerne/forslagene afgøre. – Vi vil oprette en side i Solbladet med en overskrift som f.eks.

Kunne det tænkes

Her vil du kunne præsentere dine ideer og forslag. Bestyrelsen vil i umiddelbar forlængelse heraf give kommentarer hertil med på vejen. Kan dit forslag bruges, vil du evt. blive indkaldt til et møde for en drøftelse af mulighederne for at få virkeliggjort din ide/forslag. Hvem ved, hvad der kan komme ud af ”guld-korn” på denne måde?

Har du ideer eller forslag, der kan styrke og fremme sundhed og/eller svække kræftceller, så kom frit frem med dem.

Kunne det tænkes??? – Ja, det kunne det godt, så skriv endelig uanset om du selv er syg, har været det, eller aldrig har været det. Måske er det herfra der skal komme nogle gode løsninger. Adresselisten findes bag i bladet.

Hold den ren ...

Af Vagn Andersen Skov

Sådan skriver Shell i bladet VW Bilsnak, nr. 4. Nov. 2006.11.12, om skadelige aflejringer.

Det, der står i bladet kunne faktisk godt bruges, som anvisning for vi mennesker, selvom det er skrevet om bilmotoren. Teksten fra bladet gengives her ordret i kolonnen til venstre, medens sammenligningen med vi mennesker, er skrevet i højre kolonne.:

Sådan skriver Shell om en bilmotor
Bekæmpelse af aflejringer i motoren er blevet en stor udfordring for bilisterne.

Skadelige aflejringer påvirker ikke kun bilens ydeevne, men med tiden skader de også motoren, og i ekstreme situationer kan de medføre, at en motor kokser helt ud.

Uanset hvordan, kan aflejringer i motoren være særdeles skadelige for din bils velbefindende og bevirke, at den ikke holder så længe som den burde..

Uoprettelige skader

Mange bilister tror, at det værste for deres motor er motorvejskørsel. Men faktisk er det de korte ture på mindre end 10 km, og bykørsel med hyppig stop/start i tæt trafik, der er bilernes mareridt, eftersom motoren slet ikke når at blive ordentligt opvarmet. Det er disse kørselsforhold der kan forårsage flere aflejringer i bilens motor, hvilket kan medføre alvorlige mekaniske problemer, medmindre problemet forebygges.

Forebyggelse af motorskader

Shell har investeret enorme summer i forskning og afprøvning af
O.S.V.

Sådan skriver Solbladet om menneskets motor.

Aflejringer forekommer også i menneskets krop. Det vi typisk hører om er forhøjede kolesteroltal med fedtaflejringer i kranspulsårerne til følge.

Vi hører ligeledes om, hvor galt det kan gå med disse aflejringer, som kan bevirke at der opstår blodpropper, der kan medføre at menneskets motor hjertet sætter ud og i værste fald går helt i stå.

Dette gælder også andre organer, som f.eks. lungerne, men blokeringer kan formentlig også sætte nyrerne i stå..

Oprettelige skader ...

Mindre kendt i menneskets krop er nok de aflejringer som ophobes som "slagget" andre steder i kroppen, bl.a. i bindevævet, i tarmsystemet og som blokeringer på muskulatur, og på nervesystemet.

Disse aflejringer kan med tiden også blive farlige for - især - organernes funktionsevne.

Ophobninger af denne art, vil dog som regel komme med nogle advarselssignaler i form af smerter, eller manglende funktionsevne i et eller flere organer.

Den slags ophobninger kan i mange tilfælde evt. afhjælpes med f.eks. akupressur og zoneterapi, eller andre former for behandlinger, der tager sigte på at opløse sådanne blokeringer..

Hvordan holder vi vor krop ren indvendig?

Af Vagn Andersen Skov

Det har der været mange bud på i årenes løb, læg mærke til dem, der er nok af dem. Spørgsmålet er blot, om du selv vil gøre noget, eller overlade det hele til din læge eller alternative behandler, den dag du kan mærke, at nu går den altså ikke længere.

Giver bagerens kager også aflejringer?

Når man ser bageriernes udvalg af kager, kan der næppe herske megen tvivl om, at størsteparten af kagerne nok ikke ligefrem styrker sundheden. Tværtimod kunne man godt få den opfattelse, at de søde og ofte "tunge" kager med flødeskum og glasur, formentlig kan være med til at skabe ophobninger og blokeringer i kroppen. Ja, vel også i blodårerne?

Dette skrives ikke for på nogen måde at genere bagerne, for de bager vel hvad forbrugerne efterspørger mest. Nej, det skrives for, at vi nok også her skal tænke os om, hvad det er vi vælger at putte ned til kroppens forbrændingsmotorer (de små celler). Er det sundt for dem, eller er det med til at svække dem?

Er mennesket et rovdyr?

Til fester kan man ofte opleve at få serveret noget meget rødt kød. I nogle tilfælde skulle man tro, at kødet dårligt nok har været i nærheden af en stegepanne. Ja, man kunne næsten få den tanke, at kokkene opfatter mennesket som et rovdyr, som bare skal have kødet så råt som muligt.

Eller drejer det sig måske om at fint skal det være???

Men er det i det hele taget sundt at spise okse- og svinekød? – Svaret giver vel sig selv, for det er næppe den sundeste spise vi kan byde vor organisme, og da slet sådan som de fleste overfylder sig med det.

Når jeg har været til fest, har jeg ofte tænkt, at det er egentlig let at forstå, hvorfor så mange mennesker pludselig bliver ramt af en blodprop.

Det kan være farligt at gå til fest

I Danmark kan vi til fester opleve at sidde både 5- 6 og 7 timer til bords og indtage helt unødvendige store mængder af mad. Jo mere mad, desto bedre fest. – Det er efterhånden blevet en prestigesag, med jo mere og finere, desto større ros og anerkendelse. Men, er det virkelig det en fest drejer sig om? Ja, det er det sikkert i rigtig mange tilfælde.

Hvem kunne finde på at servere stegt flæsk og persillesovs, eller f.eks. hvidkålssuppe til en fest? – Hvem tør servere udelukkende sund mad til en fest? – Næppe ret mange, for ingen tør vel stå model til den kritik, der helt sikkert vil

lyde bagefter, bag ryggen af den, der holdt festen. Men, man får næppe heller nogen restaurant til at afholde en sådan fest.

Jamen skal vi da ikke have lov til at synde engang imellem, vil mange nok sige. Skal man ikke bare spise hvad der bliver serveret? Ellers tror værtsparet jo bare, at man ikke kan lide de bestilte retter. Jo, synd bare så meget du vil, men tænk over konsekvenserne – ophobninger, med deraf følgende risici.

Vi slutter ”festen” her, da disse betragtninger blot er min måde at anskue vore vaner og uvaner på, og det er der sikkert mange forskellige opfattelser af..

Sortgrillet kød er farligt for fordøjelsen

I sommertiden er den helt store dille at sidde ude en sommeraften og grille.

Snakken går og pludselig ryger det fra kødet eller kødpølserne på grillen, og værten eller værtinden får travlt med at uddele de sortsvedne ”lækkerier” til de sultne deltagere som står i kø ved grillen.

Hvad sker der når kroppens celler bliver tilført noget forbrændt kød? – Vil det være sundt for de små celler?

Gør dig klart at du sandsynligvis så er ved at skabe grobund for at kræftceller kan opstå. Og dette er bare en af måderne, men du bestemmer jo selv, og du mærker det jo næppe heller lige med det samme.

Det værste er næsten, hvis noget sådant bliver serveret til uskyldige børn. Man kan da håbe at de er så ærlige, at de lader det ligge.

Er vi selv skyld i det, hvis vi bliver syge?

Som nævnt andet steds i bladet, er vi summen af vor egen livsførelse og vore egne beslutninger indtil i dag.

Der hvor vi nok er værst med at synde, er nok det at vi fylder for meget i os.

Måske at vi også rører os for lidt, og ikke får forbrændt alt det vi har spist. Her har vi nok en af de væsentlige årsager til ophobninger, med efterfølgende blokeringer og senere svækkelser til følge.

Mange andre ting har naturligvis også indflydelse på om der sker ophobninger eller ej. F.eks. kan den måde hvorpå vi trækker vejret, være afgørende for, om der kommer ilt forsyning nok rundt i kroppen. Gør der ikke det, går det ud over forbrændingsprocessen i cellerne, hvorved der kan ske uønskede ophobninger, med blokeringer og svækkelser og værste fald organsvigt til følge.

Mennesket som en bil, der er på vej.

Af Vagn Andersen Skov

På mange måder kan vi godt sammenligne menneskets krop med en bil. En bil skal smøres, skal have olien skiftet, og skal have påfyldt brændstof for at kunne virke.

Men, det kan den kun, fordi der også er et luftindtag, så der kan "indåndes" luft, for at der kan ske en forbrænding, der giver energi til fremdrift af bilen. På en bil sker "indtagelsen" af de forskellige produkter fra forskellige påfyldningssteder på bilen.

Et menneskes "smøring, olieskift og påfyldning" sker ved, at det hele fyldes i tanken (maven), hvor fra det så fordeles ud i kroppen. Men også mennesket må have tilført luft, som via lungerne føres med blodet rundt til cellerne, hvor forbrændingen af det "optankede", og fordøjede "brændstof" føres ind i cellerne, hvor forbrændingen finder sted. På denne måde skaber mennesket sin energi.

Men, men, men

Ligesom batteriet på en bil skal være ladet op, skal et menneskes celler også være ladet op.

En bil lader batteriet op, mens den kører og behøver ikke at være parkeret, mens opladningen står på.

Mennesket derimod er nødt til at "parkere" og hvile, for at lade sine celler op.

På en bil skal batteriet fornyes efter nogle års brug. Batteriets celler kan til sidst ikke oplades mere.

Menneskets celler har det på samme måde. De har kun en vis levetid, hvorefter de dør. Men de er til gengæld programmeret til at skabe en kopi af sig selv, inden de dør.

Dette sker ved en celledelingsproces, hvor den nye celle udskilles som en kopi af den udtjente celle.

Den nye celle er programmeret til at overtage og videreføre den gamle celledes funktioner, så vi fortsat kan fungere som om intet er sket.

Så vidt, så godt. - Kan dette ske på en fejlfri måde livet igennem, kan vi opretholde sundhed og et godt helbred.

Mennesket som en kopimaskine eller kræftmaskine

Af Vagn Andersen Skov

Når den gamle celle i et menneske har udtjent og skal forny sig selv, sker dette som en kopierings proces.

Man kan her sammenligne med en fotokopimaskine. Fotokopien kan ikke blive bedre end originalen, og efterhånden bliver kopierne ringere og ringere, fordi de nye originaler der skal kopieres, selv er dårlige kopier. Hvordan kan det da blive anderledes?

Spørgsmålet er naturligvis, om der er opstået fejl i kopieringsprogrammet, så den nye celle bliver født med en fejlprogrammering. Eller om det er fordi den gamle celle var blevet misrøgtet og misligholdt, så dets afkom bliver født med negative tendenser.

Givet er det, at kræftceller er et produkt af, enten en fejlprogrammering, eller en nedbrydning af cellernes plus/minus styrke forhold (ion-ubalance).

Teoretisk set kunne man forestille sig, at en ny celle, der er født med et fuldt potentiale af +ioner (virker udvidende), kan betragtes som ondartede kræftceller, der hurtigt vil sprede sig. Om disse celler kunne man sige, at de har speederen, men mangler deres bremse.

Omvendt, kan man også forestille sig, at en ny celle kan "fødes" (kopieres) med et fuldt potentiale af minus-ioner, altså uden modvægt af plus-ioner. En sådan celle vil da være "født" uden sin speeder. Den slags celler kunne måske tænkes at være mere godartede, da de må anses for at være sammentrækkende, og dermed ligesom kapsle sig selv inde.

I begge tilfælde er cellerne formentlig født uden modpoler. De formerer og formerer sig, fordi de – så at sige – søger efter deres modpoler. Man må da antage, at minus kræftcellerne nærmest kvæler hinanden og måske bare hober sig op og bliver til en eller flere hårde knuder.

Det modsatte må antages om plus-kræftcellerne. Nemlig at de er udadvendte, skiller sig ud fra hinanden og søger at finde deres modpol andet steds i kroppen, hvorved der sker en hurtig spredning. Man kunne så forestille sig, at de – når de fandt deres modpol – kom i balance igen. Det ville næppe ske, da de ondartede celler kommer i flokke, og kaster sig over et uskyldigt offer, som omkommer ved det. På denne måde efterlader de onde celler ligene efter deres hærgen.

I vort liv er vi mennesker hele tiden på vej ad livets vej. Nogen ved, hvilken vej de vil, medens andre bare følger med strømmen og tager tilfældige veje i deres liv. Atter andre vælger at "bakke" tilbage og finde nye veje, så snart noget går dem imod.. Det er de mange skilsmisser et godt eksempel på.

Når det drejer sig om kræft, har man som regel også valgt en vej, der gør, at man må stoppe op, og se på, hvor er jeg egentlig i mit liv? Var det her jeg ville være, eller har jeg blindt fortsat samme vej, på trods af adskillige advarsler undervejs. Det er jo trods alt det letteste valg, men når konsekvenserne begynder at vise sig, gælder det om at skifte retning.

F.eks. gælder det om, at *være opmærksom på og bevidst om,*

1. At man på livets vej må undgå farer og negative påvirkninger
2. At se muligheder og positive løsninger – og dyrke det positive, da alt hvad man dyrker, jo vokser.

Læg mærke til, at der står **livets vej**. At "færdes" på livets vej, er som at færdes på en gade eller vej.

Man må passe på, at gå gennem livet med sundheden og helbredet i behold, hvor end man "går", "kører" eller "parkerer".

Hvad får kræftceller til at formere sig?

Af Vagn Andersen Skov

Det er der vel ingen der ved, for så var kræftens gåde vel blevet løst. Der kan derfor opstilles mange teorier herom. Det kunne f.eks. være følgende teori:

Vore celler har kun en vis levetid. Men inden de går til grunde, sørger de for at have en afløser klar. Det sker ved en celledeling, hvor der bliver "taget en fotokopi" af den gamle celledes DNA-streng. "Fotokopien" (RNA) bliver derefter modellen for den nye celle, og den gamle celle dør normal bagefter.

Hvis modercellen har været ude af balance, hvordan kan den nye celle da blive en celle i balance? "Fotokopien" kan vel ikke blive bedre end originalen?

Og, sådan kan de nye celler komme mere og mere ud af balance. Til sidst er de måske så meget ude af balance, at uligevægt skaber en celle med "speeder", men helt uden "bremse". Processen accelererer -, nye celler (fotokopier) dannes, uden at de gamle celler dør. De bliver også ved med at danne nye celler, o.s.v., eller hvad?

Er kræftceller i ubalance eller uligevægt?

Kræftceller bliver som regel bekæmpet ad kemisk vej ved at give cellerne gift (kemo), hvilket også går ud over sunde celler. Ingen ser ud til at bekymre sig om, hvor kræftcellerne kommer fra eller kommer af, men alle har travlt med at

bekæmpe de celler der kommer., og som nævnt, typisk med kemoterapi, kost, kosttilskud og lignende. Alt sammen noget som virker ind på kroppens kemi. Men, hvad med kroppens fysik, cellernes fysik? Vore celler er elektrisk ladede, og det er fysik. Alle celler har positive og negative ioner indenfor og udenom celledmembranen. De elektrisk ladede ioner er dem der giver cellerne liv.. Min teori går ud på, at + ioner åbner cellerne, så de kan indtage næring, medens minus-ioner giver cellerne styrken til at lukke, lave stofskifte og udskille affaldsstoffer.

Cellerne kan miste ion-ladninger, så der opstår ubalance mellem plus og minus. Hvis en sådan ubalance er tilstede under celledelingen, vil ubalancen blive kopieret med over til den nye celle.

En celle uden minus-ioner mangler sin bremse, og kan "løbe løbsk", altså en malign (ondartet) celle.

En negativ celle, som mangler sine + ioner kan også formere sig. Det sker blot langsommere, da cellen jo er en "bremse" og ikke en "speeder".

Når der er mange nok af en bestemt slags cancerceller, bliver de - ligesom gøgeunger - "puffet ud af reden" og må klare sig selv. De søger da steder i kroppen, som de bliver tiltrukket af, og hægter sig på der. Kræftcellerne har således begyndt at sprede sig.

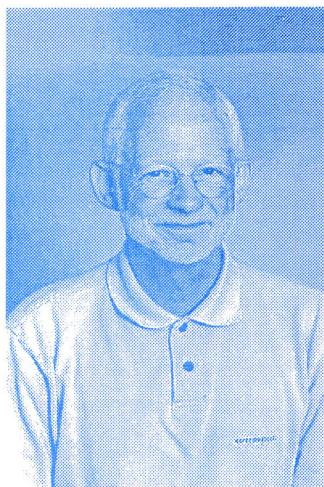
Sundhed er svulmende livskraft, livslyst og livsglæde.

Af Carsten Vagn Hansen

Sundhed er at have det godt med sin krop, sit sind, sine følelser, sine medmennesker, sit miljø, sin kultur, sit arbejde og sin sjæl – på trods af den modgang og de belastninger livet altid vil udsætte enhver for.

Der er intet, der er så skidt, at det ikke er godt for noget. For at få et godt liv er det vigtigt at kunne se det gode i det dårlige, det lyse i det mørke, det positive i det negative. Vi må hjælpe hinanden med dette.

Sygdom og symptomer optræder, når belastningerne i livet overstiger bærekraften. Føler man sig dårligt tilpas eller syg, er det vigtigt altid at søge efter årsagen – ikke blot fjerne symptomerne eller sygdommen.



Sygdom skal sættes på plads, så den ikke kommer i vejen for et godt liv. Kan du lære det, kan du sagtens være sund, selvom du ikke er rask. De tre store læger er Vorherre, tiden og naturen. Det er dem, du skal lære af og støtte dig til.

Man skal rejse sig ved det træ, man faldt ved, men det kan somme tider knibe, og så må vi være der for hinanden. Vi mennesker er hinandens sundhed, livskraft og livsglæde. Vi skal være der for hinanden, når det kniber.

Planlæg ordentligt og vær så, hvor du er, med din fulde opmærksomhed. Så får du al den tid, du har brug for. Livet er ikke i går eller i morgen – det er her og nu.

Lad være med at bekymre dig. Det, du bekymrer dig over, sker sjældent. Den amerikanske præsident Calvin Coolidge sagde engang: Når jeg går hen ad vejen og ser ti bekymringer komme trillende ned imod mig, så går jeg roligt videre. For jeg ved, at inden jeg er kommet hen til dem, er de ni ud af ti trillet væk fra vejen.

Bliver du urolig i krop og sind, så træk vejret dybt tre gange og smil!

Har du en dårlig dag, så brug dine ansigtsmuskler til at trække mundvigene ud til siden. Du vil så uvægerligt komme til at smile, og så får du det selv godt, og mennesker omkring dig også. Smil er stærke lægemidler.

Pas godt på dig selv, for du er værdifuld. Der er brug for dig.

Og pas godt på dine medmennesker – de har brug for dig. Husk at være glad – på trods af hvad der måtte ramme dig af modgang.

I gamle dage vidste man det

Af Vagn Andersen Skov

I gymnastik- og idrætsforeningerne hørte eller læste man i tidligere tider ofte udtrykket *En sund sjæl i et sundt legeme*. Vi har i LFK valgt at tage dette udtryk op igen og bruge det som et mål i vort arbejde. Blot har vi puttet et sundt sind ind i mellem, men hvad ligger der bag de forskellige udtryk?

En sund sjæl afhænger af sindet

I foreningen tror vi på sjælens eksistens. Vi tror også på, at sjælen kan være syg og måske endda ked af det. Men sjælen kan også være glad, og det er måske vor allervigtigste opgave, nemlig at glæde vor egen sjæl. Ikke ved at dyrke ego-

istiske tanker og handlinger, men ved at lade sjælens få lov til at udfolde sig og blomstre.

Når vi lader vor sjæl blomstre har vi det godt på en ægte måde, så kommer glæden inde fra. Men, hvordan gøre sjælen glad?

Man gør sjælen glad, når man giver den lov til at modtage og give kærlighed af hjertet (ægte kærlighed). Man gør sjælen glad ved at vælge ærlighed og ved at vælge sandhed.

Sjælen får næring fra Helligånden, som er der for os alle, og til hver en tid, hvis vi bare vil lukke op for den og lukke den ind i vor sjæl, og dermed i vort liv.

Og, hvordan mærkes det så. Jo, det mærkes som en dyb indre glæde, en dyb indre fred og ro, det mærkes som ægthed, og det mærkes som sandhed. Mon ikke det er det der kaldes sjælefred?

Et sundt sind er vitaminer for krop og sjæl

Sindet er det sted, hvor vore tanker modtager indtryk, vurderer og bearbejder indtrykkene og tager beslutninger. Det er her vi træffer vore valg, bevidst eller ubevidst. Det er her vi skaber vore mønstre ligeledes bevidst eller ubevidst, og gemmer dem i vor underbevidsthed, hvorfra de fortæller vor hukommelse, hvordan vi tidligere har valgt at reagere i en bestemt situation.

Her kommer da det vigtige nemlig, at det gælder om at have et sundt sind. Det kan man kun have, såfremt man vælger positive tanker, positive handlemønstre og positive reaktioner.

Jeg vil vove den påstand, at det er her kimen til et godt eller et dårligt liv lægges. Det er her vi lagrer vore bearbejdede tanker. De ryger i underbevidstheden som en indspillet CD, og du får lige nøjagtig, hvad du har indspillet. – Som du sår, sådan skal du høste, og hvem vil ikke gerne høste noget godt.

Så det gælder om at indspille positive ”melodier”, nogen der skaber glæde hos både andre og dig selv. **Det gælder om at vogte sine ord, for som en klog person engang har skrevet således:**

Pas på dine tanker, for de bliver til ord. – Pas på dine ord, for de bliver til handlinger. – Pas på dine handlinger, for de bliver til vaner. – Pas på dine vaner, for de danner din karakter. – Pas på din karakter, for den bliver din skæbne.

Underbevidstheden styrer dit liv mere end du aner. Har du engang sået den tanke at du nok også får kræft, for det har min mor, og det havde hendes mor også, så det får jeg nok også. Det er en livsfarlig tanke at så i sin underbevidsthed. Gad vide om ikke den ligefrem kan kode dine gener, så det kommer til at passe. – Kan du se faren? – Men endnu vigtigere, kan du slette den tanke og sige, jeg vil holde mig sund og frisk, jeg vil blive 96 år, eller hvad du nu måtte vælge for en alder, og så ellers leve derefter.

Et sundt legeme afhænger af sindet

Det er dit legeme der kommer til at stå model til, hvad du – i dit sind - har sået i din underbevidsthed. Det er også dit legeme der må lide under mangelen på helbredende kraft fra Helligånden, hvis sindet ikke tillader den lukkes ind i din sjæl. Det er dit legeme der kommer til at lide under det, hvis dit sind har valgt ikke at lytte til sin sjæls sandhed og kærlighed.

Kan man så egentlig ikke også godt forstå, at det kan være et hårdt liv at være krop. Tænk på, hvad kroppen alt sammen må stå model til, alt hvad sindet finder på at bruge kroppen til. Kroppen må bare følge sindets beslutninger og gøre, hvad den får besked på, og ofte er den ligefrem programmeret til bare at gøre nogle ting helt automatisk, for som sindet siger, det plejer du jo da at gøre, og så kan du vel gøre det igen.

Men, kroppen har også sine grænser. Og, sommetider protesterer den, og hvis det bare overhøres og det samme gentager sig igen og igen, ja – så må kroppen jo råbe så højt, at sindet (hjernen) hører det.

Måden kroppen kan "råbe" hjernen op på, er ved hjælp af smerter, og det er jo en negativ stemme fra en negativ krop. Er det en sund krop, der er nødt til at reagere så negativt?

Det er det vel næppe, men sindet mener nu, at kroppens stemme må dulmes. Sindet siger til kroppen: "Kom så, nu skal du med til lægen, så du kan få det godt igen".

Lægen konstaterer da, at den stemme kroppen bruger, oven i købet har et navn, jfr. lægebøgerne.

Og, hvordan får lægen så den stemme til at tie? – Hvad er mere nærliggende end at give kroppen nogle smertestillende tabletter, der kan virke som et lyd-dæmper på forbindelsen op til hjernen, så sindet da kan få ro, og kroppen kan bruges igen?

Boganmeldelser

ved Louis Montana

Sundt fedt og dræberfedt af Udo Erasmus.

Forlaget Politisk Revy, 482 sider 298,- kr.

Vitaminer og mineraler er ikke tilstrækkeligt til at bevare sundheden nævner Carsten Vagn Hansen i forordet, også de rigtige fedtsyrer er livsvigtige for at holde sig rask og undgå sygdom. En omfattende og videnskabelig bog om forskellen på sundt og usundt fedt skrevet i et letforståeligt sprog.

Det gamle ord gælder stadig: Man er hvad man spiser.

At finde sig selv – Holistisk sundhedslære.

Af Jørgen Døør og Dorte Bay Madsen, Hovedland, 128 sider 199,- kr.

Værket efterlyser et vigtigt sporskifte i det offentlige sundhedsvæsen, samt en åben dialog om sundhed og sygdom.

I Danmark underkastes alternativ behandling, som befolkningen i stigende grad efterspørger, en nedladende og diskriminerende forskelsbehandling. Forfatterne er fynske foredragsholdere og forskere.

Læs bogen om det lukkede sundhedssystem uden ønske om dialog.

KÆRLIGHEDENS SKJULTE SYMMETRI - Familierelationer

af Bert Hellinger med Gunthard Weber og Hunter Beaumont. Borgen 384 sider 329,- kr.

Forfatterens nyskabende redskab inden for den terapeutiske verden har tiltrukket sig verdensomspændende interesse de senere år. I en familieopstilling vælger hovedpersonen forskellige personer blandt de tilstedeværende til at repræsentere vigtige familiemedlemmer for herigennem at kaste lys over skjulte, uheldige mønstre i sin familie.

Indeholder fortællinger, familieopstillinger, spørgsmål og svar.

Nyt medlem fortæller om sin kræft

Af Vagn Andersen Skov

Lissi Martinsen, Ribe, er en gæv kvinde. Hun er en åndsfrisk og slagfærdig dame på 85 år. Hun må vist være det man kan kalder ”en dame med ben i næsen”.

Lissi's historie er lang. Hun er født i Brønshøj i 1921, men flyttede senere til Esbjerg, hvor hun blev gift i 1945. Hun arbejdede en del år som nådlerske på en skotøjsfabrik, men blev så fyret fordi hun gjorde brug af chefens cykelstativ, men fik dog lov at arbejde hjemmefra i stedet.

I 1952 blev hun syg af tuberkulose og var 7 måneder på Sanatorium, hvor hun yderligere gik til pustning i 4 år (luft mellem lungehinde og lunger, så betændelsen kunne læges).

Hendes mand havde et stenhuggeri og Lissi blev medhjælpende hustru i firmaet., indtil han døde i 1984.

I 1988 blev Lissi påkørt af en cyklist der kom brasende, som Lissi udtrykker det. Hun fik hjernerystelse og kraniebrud, som hun stadig har men af..

I 1989 fik Lissi konstateret kræft. Hun fik bortopereret et håndflade stort stykke væv over brystbenet, så det næsten kun er hud tilbage på stedet.

I 2003 fik hun så bortopereret ca. 2 cm. af overlæben. Det er gjort så pænt, at man skal vide det for at kunne se det.

Lissi kan fortælle mange andre ting om sine oplevelser med at holde helbredet i orden, men Lissi er et godt eksempel på, hvordan et lyst sind, et godt humør og

et beundringsværdigt livsmod og en stærk livsvilje, har gjort at hun stadig virker lige ukuelig.

Hun støtter med glæde vor forening ved at blive medlem, og historien her fortæller om sindets betydning for helbredet.

Min mand har overlevet

Af bestyrelsesmedlem, Jytte Espersen, Solrød:

I forbindelse med disse meget tankevækkende sider om sammenhængen mellem sjæl-sind og krop, som vores formand har skrevet i dette nummer, har jeg lyst til at fortælle en meget personlig oplevelse af disse sammenhænge.

Min mand har i de sidste otte år overlevet virkelig mange kriseperioder, efter både operation af kræft i spytkirtelen, 55 gange stråler bagefter – ca. ½ år sonde mad, og nu senest 2 gange blodprop i hjernen, med 2 års mellemrum.

Han har haft psoriasis fra han var 15 år. Hudkræft i ca. 20 år, og er opereret for dette utallige gange på hele kroppen og sidst men ikke mindst fået mindre operationer ved sit venstre øje 13 gange (da nervetrådene til øjenlåget ved canceroperationen blev skåret over).

Så han er en overlever af Guds nåde og så prøvet, at ingen rigtig fatter, hvordan han stadig kan være i live, og endda altid sige: "Jeg har ingen smerter" - men han sover ca. 10-14 timer i døgnet (hviler mellem alle måltiderne). Ved siden af et lille forbrug af mad får han tilskud af sondemad, så nu er han på vej til de 83 år.

Han er af gammel bornholmsk bondeslægt (14 søskende), har altid været ekstrem nøjsom, flittig og pligtopfyldende – arbejdet hårdt hele livet, og haft tro og lyst til livet på meget enkle ønsker. – Han er utrolig taknemmelig og opofrende for sine tre børn og nu to små børnebørn, der i høj grad, tror jeg, øger hans livslyst til endnu en lille tid i livet – om Gud vil.

Godt nytår 2007

Af Vagn Andersen Skov

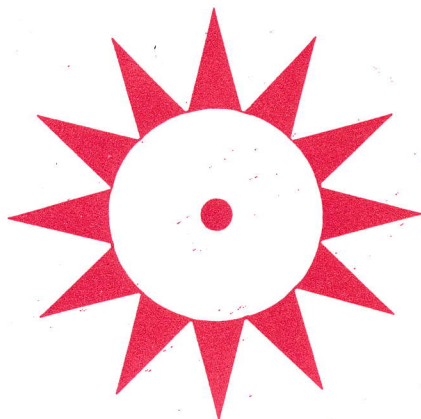
Året 2006 blev et år, hvor foreningen nærmest har været anonym i debatten om kræftbehandling og forebyggelse. Årsagerne er flere, men vi er selv inde i en omlægningsproces, hvor vi går fra en kritisk politisk linie, til en linie med fokus på sundhed ved forebyggelse. Det har samtidig betydet at et andet indre strukturgrundlag er ved at blive bygget op. En proces, som vil strække sig et langt stykke ind i år 2007.

Vi ønsker vore medlemmer et godt og sundt nytår. Kom kræften i forkøbet – det en valgmulighed vi alle sammen har. Så gør bevidst brug af dine muligheder for at forebygge, og det er fortsat billigere at forebygge end at helbrede.

Kontingent og gaver 2007

Så er det tid for fornyelse af kontingentet til LFK. For året 2007 er kontingentet fortsat 100 kr. For livsvarigt medlemskab er kontingentet 800 kr. Girokort er vedlagt, men har du mistet det, er Regnr. 9570 Konto 110 0440.

For at få andel i tipsmidlerne skal vi have mindst 50 gavegivere, som giver minimum 50 kr. hver. Små som store gaver kan være med til at give foreningen mulighed for at forske i f.eks. usynlige energiers betydning for opretholdelse af sundheden blandt de medlemmer, som kunne tænke sig at være deltagere i et sådant projekt.



LANDSFORENINGEN TIL FOREBYGGELSE AF KRÆFT

Torvet 14, Askov, 6600 Vejen

Formand: Vagn Andersen Skov, Tlf. 7536 7716. e-mail: vagn@vagn.mail.dk
Kasserer: Gunnar Johansen, Tlf. 4587 9775, e-mail: gj@gunnarjohansen.dk