

R

DIT HELBRED DIN FREMTID



Danmarks Natur- og Lægevidenskabelige Bibliotek
Nørre Allé 49, DK 2200 København N.

0905-5673



200005474786

Landsforeningen til
KRÆFTENS FOREBYGGELSE

— *den med solen*

3. Årgang – Nr. 2 – April 1992

Fingrene væk fra mikrobølgeovne .	3
Kirsten Hoffmann tegner til bladet	6
Zoneterapi mod forstoppelse	6
Videnskabsetiske komitéer,	
Etisk Råd	7
Sundhedskursus gør ældre raskere....	8
Sundhedskonsulentuddannelsen	9
Ny klinik på Frederiksberg	9
Nyt fra miljøfronten	10
Gaver til Landsforeningen	11
Kræft - ydre og indre MILJØ	11
Ingen lokalforening på Fyn	12
Økologisk Supermarked	13
Møde med Forebyggelsespolitisk	
Råd	13
Boganmeldelser	14
Kræftfilm: HVOR SIDDER LIVET ...	17
Årsmøder	18

Bladets oplag 1900 Stk.

Fordeling:

Medlemmer	750
Landsforen. organisationer	58
Kursteder, centre for integreret	
medicin	19*
Biblioteker	249*
Højskoler	100*
Medborgerhuse, socialcentre ...	40*
Media inkl. tidsskrifter	158
Partier, ministre, styrelser	41
Behandlere, andre	213
Møder, foredrag, etc.	272

* findes på tidsskriftshylden

Bladets indhold udtrykker forfatternes meninger
- ikke nødvendigvis redaktionens.

REDAKTIONSSEKRETARIAT:

Louis Montana
Rosenvang 40
2700 Brønshøj
Tlf.: 31 60 96 80

Ansvarlig redaktør:
Louis Montana

1.

Fingrene væk fra mikrobølgeovnen!

siger prof. dr. Bernhard H. Blanc, Lausanne og dr. Hans U. Hertel, Wattenwil.

For første gang er det blevet påvist, at optagelsen af føde, der er tilberedt i mikrobølgeovn, bevirker forandringer i blodet umiddelbart efter indtagelsen. Denne offentliggørelse kommer fra et svejtsisk universitet i Lausanne og et miljøbiologisk institut i Wattenwil. Dette er bekræftelsen på, at de advarsler, Kræftens Forebyggelse hidtil er kommet med, virkelig skal tages alvorligt. Man må spørge sig selv om, hvor længe det endnu vil kunne tillades at sælge mikrobølgeovne - ustraffet!

Efter offentliggørelsen af ovennævnte forskeres studiemateriale kan ingen længere påstå, at man ikke vidste noget om det!

I mere end et par årtier har mikrobølgeovnene fundet stadig større anvendelse først inden for restaurationsbranchen, og efterhånden også i de private husholdninger. "Dillen" bredte sig fra USA, og nu er den for alvor ved at slå igennem i Europa. Apparaterne bliver åbenbart mere og mere populære. Det skyldes foruden de intense reklamekampanjer velsagtens, at den tid, der ellers skulle gå med tilberedning af måltider, kan forkortes og forenkles ganske betydeligt. "Bekvemmelighed" og "mindre strømforbrug" bruges i stor udstrækning som salgsargumenter, og der er udkommet en hel del kokebøger, der sælges i forbindelse med forhandlingen af mikrobølgeovne.

Mikrobølgeovne er en følge af den tekniske anvendelse af mikrobølger under 2. verdenskrig og går tilbage til et Patent Spencer, 1945. Man blev meget tidligt klar over mikrobølgenes skadelige virkning - især på det biologiske system (Paul Brodeur *Mikrowellen, die verheimlichte Gefahr*, Udo Primer-Verlag in der Buchverlag GmbH Wiesbaden und Berlin 1987). Det er derfor, man inden for dette område rent faktisk har fastsat grænseværdier for at imødegå, at der "slipper stråling ud".

Kvaliteten af den føde, der tilberedes i mikrobølgeovnene tvivler man fra officiel side slet ikke på! Man regner vel blot med, at denne føde er lige så god som føde tilberedt på almindelig vis. Der findes imidlertid ikke nogen videnskabelig målforskning, der virkelig har undersøgt, hvilken indflydelse en sådan tilberedt føde har på menneskets sundhedstilstand, skønt der dog findes en overordentlig omfangsrig videnskabelig litteratur om den skade, levende systemer er udsat for, når føden er mikrobølgebestrålet.

Forsøg med "mikrobølgemad".

Otte testpersoner stillede sig til rådighed for et forsøg. De forpligtede sig til at følge et ganske bestemt mønster hele perioden igennem. Med 2 - 5 dages mellemrum fik de hver forskellige næringsmidler på fastende hjerte. Det drejede sig om:

- 1) rå mælk fra en "biologisk" bondegård,
- 2) den samme slags mælk efter et opkog på gammeldags manér,
- 3) pasteuriseret mælk fra mejeriet Inter Milch i Bern,
- 4) rå mælk efter et opkog i mikrobølgeovn,
- 5) rå grøntsager, biologisk dyrket,

- 6) samme slags grøntsager kogt på gammeldags manér,
- 7) samme slags grøntsager dybfrosne og optøet i mikrobølgeovn,
- 8) samme slags grøntsager kogt i mikrobølgeovn.

Umiddelbart før og i bestemte intervaller efter blev der taget blodprøver på testpersonerne.

Resultat: Den føde (mælk, grøntsager), der havde været varmet, optøet eller kogt i mikrobølgeovn forårsagede tydelige, negative forandringer i testpersonernes blod som fx nedgang i alle hæmoglobinværdierne - især var det voldsomt ved HDL og LDL, der har betydning m.h.t. kolesterolforbrændingen og -transporten. Ved lymfocytterne var der - i særdeleshed ved de i mikrobølgeovn tilberedte grøntsager - en kortvarig stærkere nedgang at konstatere end ved de andre varianter.

Ved hjælp af lysevnen hos luminiserende bakterier kunne man konstatere en meget tydelig sammenhæng mellem optagelsen af teknisk mikrobølgeenergi fra de bestrålede fødeemner og den lysstyrke, der umiddelbart efter kunne måles i testpersonernes blodserum.

Heraf ses, at der faktisk foregår en induktiv overføring af teknisk energi til mennesket via føden, en proces, der er fastlagt efter fysiske love, og som også bekræftes i en del udtalelser i litteraturen (A. Pitz *Zellphysiologie des Krebses* 1975, og G. Helmach *Die heutige Technik zerstört sich selbst*. 1989).

Den målte virkning fra mikrobølgerne på mennesket via føden viser (i modsætning til ikke-bestrålet føde) sådanne forandringer i blodet, at det ligner de patogene processer, som også forefindes ved udløsningen af en kræftproces!

Sammenfatning af materialet.

Man har siden mikrobølgeovens opdukken under 2. verdenskrig vidst, at den var skadelig, og derfor har man også opstillet toleranceværdier. Disse varierer dog fra land til land og bliver også håndhævet forskelligt. Mikrobølgeovnen har sin virkning på mennesket indirekte via den bestrålede føde. Derfor vores råd endnu engang:

Brug ikke mikrobølgeovnen til den daglige madlavning!!!

Nu mulighed for at bestille rå mælk til afhentning hos Vestegnens Lokalforening.

Til de tilstedeværendes udelte begejstring blev det ved foredraget den 24.3. besluttet at oprette et afhentningsdepot for Smidstrupgårds varer på nedenstående adresse.

Varene omfatter ren rå mælk - både sød-, skummet- og kærnemælk samt alle de andre varer, man kan få på Smidstrupgård. De bedes afgive bestilling inden mandag, på telefonsvareren tlf. 53 60 73 57. Oplys, at det er til levering på Vejlebrovej 34A i Ishøj. Ønsker De privat vejledning af gårdejerparret, er det på tlf. 53 60 72 12.

Bestilte varer bliver bragt ud onsdag eftermiddag mellem kl 15 og 16.

Interesserede kan også henvende sig direkte til Vestegnens Lokalforening.

SUPER GAROLIC

Hvidløg uden lugt, smag og farve til CHOK pris

Den medicinsk-farmaceutiske forskning af hvidløget oplever internationalt en opblomstring på grund af dets velgørende virkning og det faktum, at hvidløg nu kan købes uden lugt og smag hos helsekostforretninger og materialister.

På grundlag af de talrige videnskabelige publikationer lader der sig opstille følgende fire farmakologiske hovedvirkninger.

1. den antisklerotiske virkning,
2. den let blodtryksænkende virkning,
3. den almene styrkelse af syge og rekonvalenscenter.



Analyse af hvidløg (Allium sativum)

Stof	Pct.
Vand	64%
Løst ekstraherbare kvælstoffri substanser	26%
Cellulose	0,8%
Fedt	0,06%
Aske	
Æterisk olie (findes ikke i lugtfrit hvidløgpulver)	0,1-0,36%
Deri indholdte organiske svovlforbindelser:	
Alliin (glykosid, vigtigste stof)	0,2%
Alliin (opstår af alliin gennem alliinase; nedbrydes videre til polysulfider; fedtsænkende, antibiotisk virksomme)	
Methyl-allyl-trisulfid (hæmmer blodkoaguleringer).	
Alkylcystein-derivat	
Alkylpolysulfid	
Adenosin (hæmmer blodkoagulering)	
Af tørmassen	0,056%
Thioglykosid, især scordinin A (antibiotisk virksomt).	
Garlicin (antibiotisk virksomt).	
Flavonoider (blodtryksænkende)	
Vit. A, B ₁ , B ₂ , nicotinsyreamid, vit. C substanser m. virkninger på seksualhormonerne.	
Sporelementer: Mg, Fe, Zn, Mn, Cu, Mo, Co, B, I.	
Enzymer: Alliinase, arginase, myrosinase, peroxylase, tyrosinase, desoxyribonuklease	
Sinistrin af inulintype.	
Slim m. kulhydratkarakter.	

Phytoterapeuter bekræfter i dag ikke kun disse hovedvirkninger. F.eks. blev i 1982 i »New Scientist« den alment toniserende virkning i det væsentlige bekræftet, idet det kunne fastslås, at hvidløg stimulerer hypofysen og andre kirtler til større aktivitet, men også en række anvendelser af mindre betydning, f.eks. som ormemiddel og ved hudinfektioner, blev omtalt.

Flertallet af forskere fører hvidløgets virkninger tilbage til denne værdifulde droges samlede kompleks af biologisk aktive substanser.

Mange forfattere beskriver, at en daglig anvendelse af 300 mg af en god hvidløgsfaktor (f.eks. 3 af Natur-Drogeriets Hvidløgskapsler m/persille) kan forbedre symptomerne på en begyndende karsklerose i hjernen som svimmelhed, glem-somhed og koncentrationsvanskeligheder.

Bemærk, at man nu hos helsekostforhandlere og materialister kan købe totalt lugtfrie SUPER GAROLIC 6000+ og SUPER COMPLEX GAROLIC 12.500 hvidløgskapsler til en meget rimelig pris. Hvidløgsstoffet er frigjort for lugt gennem en speciel lagrings- og fermenteringsproces.

I tabellen til venstre er de biologisk aktive substanser anført.

Kirsten Hoffmann.

Den kendte og afholdte tegner, Kirsten Hoffmann, vil fremover berige DIT HELBRED DIN FREMTID med sine levende og charmerende tegninger. Redaktionen glæder sig meget til denne dejlige humoristiske fornyelse i bladet.

Zoneterapi hjælper mod forstoppelse.

I 1991 har FDZ, Foreningen af Danske Zoneterapeuters Sjællandsafdeling gennemført et vellykket forsøg med brug af zoneterapi til behandling af kronisk forstoppelse.

Her bringes konklusionen, der taler for sig selv:

De 20 forsøgspersoner udvalgte blandt 257 henvendelser, så interessen for alternative metoder er ganske stor på Sjælland.

Konklusion:

20 kvinder i alderen 30-60 år blev behandlet med 15 zoneterapibehandlinger af 30 minutters varighed.

Gennemsnitligt afføringsinterval før behandling 4,1 dag. Efter 1,8 dag.

50% har fået normal afføringskonsistens mod 0% før.

15% har fået hård afføringskonsistens mod 75% før.

55% har fået ubesværet afføringsforløb mod 10% før.

0% har nu smertefuldt afføringsforløb mod 40% før.

52% er "uforstoppe" ved sidste behandling, 12% før.

80% har fået en bedring i sekundære lidelser.

Resultatet af denne pilotundersøgelse er at zoneterapi vil være et relevant behandlingstilbud ved forstoppelsesproblemer.

Vi ønsker FDZ til lykke med det fine resultat og håber, det snart bliver muligt at gennemføre lignende eller andre undersøgelser med et større klienttal.

PRESSEMEDDELELSE.

50 organisationer og landsforeninger, primært fra den alternative helsesektor, rettede den 18.3.1992 en henvendelse til de politiske partier på Christiansborg med anmodning om repræsentation i Det Ethiske Råd og de videnskabsetiske komitéer (VK).

Organisationerne har fremsendt anmodningen som et ændringsforslag til SF's lovforslag L 19. Ændringsforslaget lægger op til, at kiropraktorer, psykologer, alternative behandlerorganisationer og patientforeninger m.fl. får 3 repræsentanter af 17 i Det Ethiske Råd og 3 repræsentanter af 9 i de 8 videnskabsetiske komitéer.

Organisationerne støtter SF's lovforslag om biomedicinsk forsøgsvirksomhed samt Det Ethiske Råd og et videnskabsetisk komitésystem, da de ikke mener, at sundhedsministerens lovforslag L 59 i tilstrækkelig grad beskytter mennesker mod risici og bivirkninger i forbindelse med biomedicinsk forskning.

Samme dag har 51 organisationer og landsforeninger anmodet forskningsministeren om en udvidelse af Statens Sundhedsvidenskabelige Forskningsråd (SSVF) med 3 repræsentanter.

Disse vælges blandt kiropraktorer, psykologer og alternative behandlerorganisationer m.fl. Herefter vil SSVF bestå af 18 medlemmer mod tidligere 15.

Den etablerede sundhedsvidenskabelige forskning har hidtil næsten udelukkende været baseret på dobbelte blindforsøg, hvor der benyttes enkeltpræparater (oftest syntetiske), modsat den alternative helsesektor, der har ideer om forskning baseret på naturlig levevis samt metoder, der stimulerer kroppens egne selvhelbredende kræfter.

Forebyggelses- og Patientrådet
Louis Montana, sekretær

Medlemskontingent i Foreningen for
Kræftens Forebyggelse er 50 kr. for et kalenderår.
Ved indmeldelse i sidste kvartal gælder medlem-
skabet for det følgende år.
Livsvarigt medlemskab er 500 kr.
GIRO: 11 00 440

Sundhedskursus gør ældre raskere.

Finansieret af Velux Fonden har Center for Integreret Medicin i Blom-
menslyst ved Odense gennemført et vellykket forsøg med 55 mennesker i
alderen 60-65 år.

Deltagerne blev i 16 måneder undervist i drømmetydning, tai chi-gym-
nastik, meditation og sund kost, brugen af gigt- og mavemedicin blev i
samme periode reduceret markant.

Hensigten var at belyse effekten af længerevarende sundhedspåvirkning,
hvor alternative principper blev integreret.

Laila Launsø fra Danmarks Farmaceutiske Højskole konstaterer, at hver
femte erklærede at have fået det bedre fysisk med mindre hovedpine,
migræne og ledsmerter. Halvdelen anførte, at de psykisk havde fået det
bedre, de følte sig mere rolige og åbne over for andre.

Redaktionen lykønsker initiativtagerne til "NÅR ÆLDRE VÆLGER NYE
VEJE" med resultatet.



Trafikdræbte / Kræfttramte.

Uheldigvis smuttede underskriften i sidste nr. af bladet, men artiklen var forfattet af Harald Svenningsen fra Aalborg Lokalforening.

Sundhedskonsulentuddannelsen.

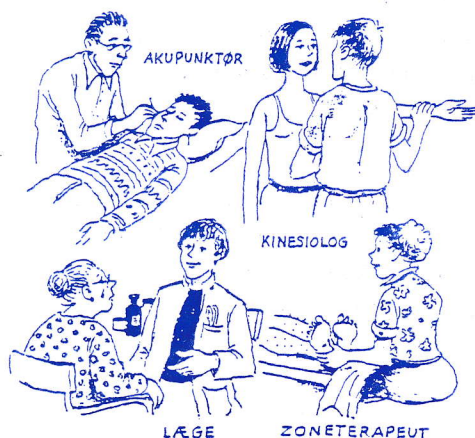
Den nye uddannelse til sundhedskonsulent varer knapt et år. Man tilbringer 4 uger på Den Kommunale Højskole i Grenå, og hertil kommer så projektarbejde i hjemkommunen. Det daglige arbejde som f.eks. sygeplejerske, ergoterapeut, skolelæge eller socialformidler medregnes også som en vigtig del af uddannelsen.

Sundhedskonsulentens arbejde består i forebyggende, tværfaglige projekter "på gadeplan". Der lægges heldigvis mere og mere vægt på at sætte ind med en tidlig, forebyggende indsats.

Ny klinik for integreret medicin på Frederiksberg.

Mogens Pacht, Lone Guldbæk, Winnie Thyregod og de nygifte Helge og Eva Lydeking-Olsen har åbnet klinik på Martensens Alle 8, 1828 Frederiksberg C. Tlf.: 31 80 12 85 (8-9).

Redaktionen ønsker alt muligt held med projektet.



Nyt fra MILJØFRONTEN.

Miljøvenlige overfladebehandlingssystemer.

ABC coating i Rødekro har udviklet et af Europas mest miljøvenlige malesystemer til overfladebehandling.

Den anvendte mængde af opløsningsmidler er reduceret med 80-90% og malerens miljøbelastningsperiode er reduceret til 25-50% af det normale.

Miljøstyrelsen har deltaget i udviklingen af HYBRIDSYSTEMET.

Vi ønsker til lykke med det heldigt gennemførte projekt.

Nordisk Konference om Sundhedsfremme.

Aalborg danner rammen om denne konference fra den 13.-16. sept. 1992, hvor 300 deltagere fra de 5 nordiske lande skal drøfte sundhedsfremmende miljøer og sundhed.

Deltagerprisen er 2000,00 kr. Vi håber, nogle fra de alternative behandlerorganisationer tilmelder sig. Det er allerede bestemt, hvem der skal komme med indlæg. Vi må så håbe på, at nogle af indlæggene går i dybden med problemerne. I øvrigt er det vigtigt at alternative behandlere markerer sig på denne konference med de alternative (holistiske) synspunkter.

Sundhedskonference.

500-700 fagfolk administratorer og politikere mødes den 9. - 12. juni i år i København for at træffe beslutning om de kommende års arbejde for et sundere Europa. Københavns Kommune er vært og konferencen arrangeres i samarbejde med WHO.

Sundere planter med landbrugsredskaber af bronze (90% kobber).

I Biodynamisk Jordbrug nr. 1, 1992 refererer Robert Christensen (RC) til nogle østrigske forsøg fra 1950'erne.

Ved anvendelse af en kobberplov (og ellers ingen andre foranstaltninger) opnåedes en *forøgelse af høstudbyttet på 17-50%* i forhold til parallelparceller, hvor jernplov blev anvendt. Hertil kom en kvalitetsforbedring. Kornets bageevne blev bedre; kartoflerne blev ikke angrebet af

coloradobiller, selv om egnen var hærget af disse. Jordens kvælstof-indhold blev formindsket m.m. Det har endvidere vist sig, at kobberholdige jorde bevarer fugtigheden godt.

En produktion af kobberplove blev iværksat, men blev dog stoppet igen kort tid efter. Efter forlydende var det økonomiske interesser inden for kemi- og gødningsindustrien, der stod bag.

En anden pioner, Viktor Schauburger, har beskæftiget sig meget med jernredskabers nedbrydende og skadelige indflydelse på de biologiske processer og strukturer i jorden.

Med nogen forsigtighed kan følgende konkluderes med baggrund i Schaubergers optegnelser.

De levende kræfter vil ved brug af kobber- eller bronzeredskaber lettere kunne forbinde sig med de organiske stoffer og derved bevirke en forbedret jordstruktur, en bedre næringsstofbalance og en forøget fugtregulerende evne.

Foruden større udbytte vil det give mindre bestand af ukrudtsplanter og ringere tendens til skadedyrs- og svampeangreb.

Søndag den 15.3.92 så BIOTEKNISK FORSØG SVÆRKSTED dagens lys med RC som en af initiativtagerne. Der vil bl.a. blive indledt forsøg med RC's specielle plov, hvor de dele, der bearbejder jorden, er udført i bronze.

Interessererede kan kontakte Robert Christensen, Stationsvej 104, 5792 Årlev. Tlf.: 65 99 18 92.

Gaver til Landsforeningen.

Ester Bruhns fond	30.000 kr.
B. Clausen, Kalundborg	450 kr.
S. Poulsen	900 kr.

Vi takker for bidragene.

Kræft - ydre og indre MILJØ.

Når redaktionen gang på gang fortæller læserne om landvindinger på miljøområdet, skyldes det den viden, vi har, om det eksterne miljø

betydning for sundheden. Jo renere dette er, des sundere har vi og vore efterkommere mulighed for at være.

Af Kræftens Bekæmpelses seneste bog, "Kort om Kræft", fremgår det, at 4 ud af 6 af de mest alvorlige kræftsygdomme forekommer i de menneskelige udskillelsesorganer, lunger, hud, tarm og blære. Det fører naturligvis tanken hen på, at kroppen netop har problemer med at skille sig af med de mængder af "giftstoffer", som findes i moderne fødevarer, hvortil kommer, at meget af det, vi indtager, er syntetisk fremstillet, hvilket ligeledes er uheldigt for sundheden.

På miljøområdet bliver det mere og mere almindeligt at forureneren betaler herfor; det bør også gælde den interne forurening af menneskekroppen. Madens giftstoffer sender os på hospitalet, derfor må der selvfølgelig lægges afgifter på de produkter, som er med til at gøre os syge.

Herefter kan man forestille sig, at den nuværende fede leverpostej kommer til at koste mere end den fedtfattige uden syntetiske tilsætningsstoffer, som sundhedsmæssigt er den anden overlegen.

Ved omlægning til biodynamisk og økologisk drift slipper man af med en del af giftstofferne. Så mangler der imidlertid en mere menneskevenlig indstilling hos fabrikanter af fødevarer.

For dem drejer det sig primært om penge, derfor benytter de ikke naturlige tilsætningsstoffer, da de syntetiske er billigere.

Ved at købe økologiske og biodynamiske varer bevarer man kloden til efterkommerne og gavner samtidig sit eget helbred.

Louis Montana

Ingen lokalforening på Fyn

Helsepraktiker Gustav Johansen holdt et dejligt foredrag om fordelene ved at forebygge i stedet for at helbrede, desværre var der ikke mødt mange frem til at høre guldgrube.

Gustav Johansen understregede flere gange betydningen af at finde sammen i en forening som Kræftens Forebyggelse. Derved kan vi stå stærkere i bestræbelserne på at udbrede kendskabet til betydningen af naturlig

levevis ved hjælp af midler og metoder, der stimulerer kroppens egne selvhelbredende kræfter fx vitaminer, mineraler, antioxidanter, plantemedicin, zoneterapi, akupunktur, samtaleterapi m.m.

Ingen blandt de fremmødte kunne afse tid til at påtage sig arbejdet med at etablere lokalforeningen, hvorfor projektet indtil videre er udsat.

Økologisk Supermarked.

Initiativrige, fremsynede økologer har udset sig en 800 m² stor grund i Vester Ringgade Centeret i Århus, hvor de har planer om at etablere et økologisk supermarked, som i givet fald vil blive Danmarks første økologiske supermarked.

Man håber på at tiltrække kunder fra hele Østjylland, idet priserne vil blive lavere end de priser, der normalt tages for økologiske produkter.

Møde mellem Forebyggelsespolitisk Råd (FP-råd) og den alternative helsesektor.

Kræftens Forebyggelse tog initiativ til dette møde mellem 15 af de mest betydende alternative helseorganisationer og 9 medlemmer af FP-råd.

Mødet blev afholdt i en meget positiv ånd, og det bliver forhåbentlig optakten til et nyttigt samarbejde mellem rådet og den alternative helsesektor.

FP-råd består af 24 medlemmer sammensat af repræsentanter fra de store sygdomsbekæmpende organisationer samt fra andre organisationer og fra amter og kommuner.

FP-råd har anmodet mødedeltagerne om fremsendelse af et oplæg, som fortæller, hvorledes sundheden bedst bevares, hvordan sygdomme forebygges og helbredes. Det må være en lækkerbidsken for os at fremstille netop dette oplæg. Kræftens Forebyggelse fremlagde på mødet et forslag til, at den alternative helsesektor får 8 repræsentanter i FP-råd. Dette forslag vil blive stilet til sundhedsministeriet underskrevet af de organisationer, der berøres af det.

Louis Montana

Boganmeldelser:

Det er en uhyggelig kendsgerning, at flere og flere i dagens Danmark angribes af kræft. Først går man i lang tid og er dødtræt og orker dårligt nok sit arbejde. Man begynder også at få smerter, man ikke forstår, eller man synes måske, man har det rimeligt godt, men opdager så pludselig en knude, fx i brystet. Den forsvinder ikke, vokser snarere, og det ender med, at man opsøger lægen. Og så ved man næsten, hvor det bærer hen, selv om nogle redder livet, men sjældent brystet, og angsten for, at lidelsen skal brede sig, altid ligger og lurar. Man kender jo snart så mange, som ikke klarede det.

Men nu har fysioterapeut og naturterapeut Lis Andersen hos Borgen fået udgivet sit 44. værk, KRÆFT, en bog om alternative behandlinger.

Efter at have læst den er man nær ved at sige, og tro på, at fra nu af behøver ingen, der følger Lis' vejledning, at få kræft!. Og de, der har fået kræft, kan komme sig uden skæmmende og belastende kirurgiske indgreb, kemoterapi, bestråling - når blot de kommer i tide.

Enkelt og let forståeligt forklarer forfatteren, hvordan man går til værks og først og fremmest bliver medlem af LANDSFORENINGEN TIL KRÆFTENS FOREBYGGELSE - den med SOLEN! Og hvorledes man dernæst får huset undersøgt for skadelig jordstråling, som efter manges opfattelse er en helt grundlæggende årsag til kræft. Dernæst hvordan man får undersøgt kroppens syre/base- og plus/minus balance. Det var ved afbalancering af kosten mht. disse to områder, at Julia Vøldan helbredte adskillige kræftpatienter.

Man får også at vide, hvad man skal indtage af kosttilskud for at genopbygge immunforsvaret, som i tilfælde af kræft er nærmest i bund! Den landskendte civiling. Viggo Berthelsen har, især ved hjælp af sine fantastiske mineraltilskud, reddet adskillige menneskeliv.

Endelig hører vi om visualisering, som bl.a. Simonton skriver om i sin verdensberømte bog At blive rask igen. Ikke mindst er det vigtigt at få at vide, hvordan man kan få hjælp til at komme til bunds i lidelsens ofte psykiske årsager.

Lis Andersens bog indeholder faktisk et hav af eksempler på folk, der er blevet helbredt for kræft ved hjælp af naturmetoder, som i øvrigt kan hjælpe en til at overvinde masser af andre lidelser. Og som sagt får man

også meget at vide om forebyggelse.

Som Lis Andersens andre bøger er den skrevet i et sprog, som enhver kan forstå, så det er ikke uden grund, at redaktøren af bladet NATURMEDICIN betegner den som årets bog. Naturmedicin fås gratis hos MATAS og i helsekostforretninger.

Lotte Brefil

Bogen omfatter hele 10 sider om KRÆFTENS FOREBYGGELSE.

Tak til zoneterapeut Lotte Brefil for anmeldelsen og til Lis Andersen, for den herlige bog. Lis Andersen er livsvarigt medlem af Kræftens Forebyggelse.

Den Grønne Forældre Guide af Penny Stanway. 192 s. kr. 169,00.

Forlaget P.Haase og Søn har udgivet denne fine bog skrevet af en engelsk børnelæge. Opfordringen lyder nok så smukt: Lav grønne børn og gør fremtiden lysere. Både miljø og sundhed bliver behandlet i værket. Men selvfølgelig er hovedtemaet, hvordan man præger sit barn, så det får interesse for de nødvendige tiltag, som gør, at kloden har en chance for at overleve. Af hovedemnerne kan nævnes: Planlægningen af en grøn familie, graviditet, fødsel, ernæring, omsorg, et grønt hjem, personlig sundhed, grøn opvækst og sluttelig en grøn forbrugerguide.

Ved fælles hjælp af socialrådgiver Ann Gamst og socialrådgiver Birte Gamst. 112 s. kr. 128,00. Hans Reitzels Forlag.

Bogen giver en masse gode ideer til mennesker, der selv har lyst til at oprette selvhjælpscentre. Hvordan gør man? Hvem henvender man sig til? Selvhjælpsgrupperne breder sig hastigt i disse år, hvor det offentlige skærer ned og privatiserer.

Bogen omfatter 11 sider med navne og adresser på eksisterende selvhjælpscentre og andre relevante adresser - opdelt amtsvis.

Der er mere mellem himmel og jord af Dagmar Andreasen. 149,00 kr.

120 s. Politikens Forlag.

Tidligere politiker, den dejlige Dagmar Andreasen, fortæller åbent og med sund skepsis om de positive erfaringer, hun har haft med alternativ

behandling i de perioder af sit liv, hvor hun har været syg. Dagmar Andreasen fortæller desuden om det nye syn på sundhed og sygdom, der vokser frem i disse år. Sidst men ikke mindst giver hun en fremragende skildring af mennesker, hun har truffet på sin vej. Glæd jer til at læse den!

Helbred og Livsstil af Caroline M. Myss og C. Norman Shealy. 235 s. kr. 249,00. Politikens forlag.

Helbred og livsstil viser vejen til et holistisk syn på sygdom og helbredelse. Traditionelle og alternative opfattelser kan gensidigt berige hinanden. Helbredet hænger sammen med hele ens livssituation, tanker, følelser, holdninger m.m. Hvordan aktiveres kroppens og psykens egne selvhelbredende kræfter? Lægelige diagnoser og energianalyser omtales i relation til specifikke livsstilssygdomme.

En interessant vurdering af det alternative og det traditionelle.

Klinisk Ordbog redigeret af Niels Holm Nielsen. 820 s. kr. 750,00. Munksgaards Forlag i samarbejde med Den Almindelige Danske Lægeforening. Autoriteten vedr. sundhedsmæssig terminologi findes nu i 14. udgave, indeholdende godt 26.000 opslagsord med tilbundsgående forklaring på medicinske terms stavemåde, oprindelse og betydning. Hertil kommer en forklaring af diagnoser, symptomer, sygdomskomplekser, undersøgelsesprocedurer m.m.

Et virkelig nyttigt redskab for både alternative behandlere og andre interesserede.

Positiv tænkning positivt helbred af Serge King. 143 s. kr. 169,00. Politikens Forlag.

Vi skaber selv vore sygdomme, ligesom vi skaber vores sundhed; derfor er det i sidste ende kun os selv, der kan gøre os raske.

Bogen beskriver, hvordan man forbedrer helbredet ved at bearbejde følelser og tankemønstre, idet sygdom ofte hænger sammen med konflikter i ens forestillingsverden. Ligeledes behandles den psykiske baggrund for

mange konkrete problemer, som opstår i forskellige dele af kroppen. Sluttelig indeholder værket effektive øvelser på områderne visualisering, fantasiarbejde og selv suggestion. En dejlig bog om mulighederne for helbredelse ved psykens hjælp.

LÆGEPLANTER af Dieter Podlech. På dansk af Karen Christensen og Per Mølgaard. 256 s. kr. 173,00.

315 fotos i pragtfulde farver. 300 lægeplanter med udseende og udbredelse samt gode råd om indsamling og opbevaring.

Planterne er ordnet efter farve, hvilket letter meget, når navnet på planten skal findes.

Register med danske og latinske navne.

Bogen er i lo Register med danske og latinske navne.

Bogen er i lommeformat med plastikomslag - lige til at stikke i tasken eller inderlommen.

En virkelig lækker og nyttig ting.

Film om kræfthelbredelse: HVOR SIDDER LIVET.

I marts måned havde denne nye film om 4 kvinders kræfthelbredelse premiere først hos Statens Filmcentral, senere i DELTA BIO.

Filmen er produceret af ANGEL FILM og instrueret af Marie Louise Lauridsen og Marie Louise Lefèvre. Grundtanken i filmen er, at sygdom er et symptom på en både kropslig og psykisk ubalance. Det er ikke de to instruktørers intention med filmen at slå hverken de etablerede eller de alternative behandlere oven i hovedet. Filmen fordømmer ikke og slår ikke til lyd for hverken den ene eller den anden behandlingsform. Den er en opfordring til både-og. Et forsøg på at slå bro over de to verdener. Det gøres i filmen ved at lade tre læger repræsentere det alternative gennem deres erfaringer med helbredsbehandling. Patienterne i HVOR SIDDER LIVET er fire kvinder med brystkræft, der fortæller om, hvorfor de tror, der også ligger psykiske årsager til grund for deres sygdom.

Hvor sidder livet varer 40 minutter og udlånes også som video via SFC og bibliotekerne. Den vil senere blive vist i DR/TV.

H U S K !!!

ÅRSMØDE - FOREDRAG !

Landsforeningen indbyder hermed til årsmøde lørdag den 23. maj 1992 kl. 14⁰⁰ i Valby Medborgerhus i teatersalen. Ved samme lejlighed vil Eva Lüdeking, sygeplejerske og ernæringspecialist, holde foredrag om, hvorledes en integreret klinik fungerer.



* HUSK ÅRSMØDE *

Lokalforeningen Vestegnen afholder det årlige
medlemsmøde Vejlebrovej 34 A. 2635 Ishøj
onsdag den 22. april 1992 kl 19³⁰

Forhåndstilmeldelse hos formanden tlf. 42 73 84 92

Find dig ikke i et svækket immunforsvar!

Acerola Naturel er et naturligt C-vitamin med acerola, hyben og citrusfrugt.

Det har vist sig, at **Acerola Naturel** hjælper med til at forebygge mod forkølelse og halsbetændelse i 50% af tilfældene!

To kendte forskere har offentliggjort en klinisk undersøgelse, der viser, at C-vitamin fjerner forkølelssymptomer i 50% af alle tilfælde (T.W. Anderson o.a.: »Vitamin C and the Common Cold, a Doubleblind Trial«, Canadian Medical Association Journal, og C.W.M. Wilson & H.S. Loh: »Common Cold«, Lancet 1.638-641, 1973).

Acerola Naturel (Naturlig C-vitamin) hjælper med til at forebygge mod for højt kolesterolindhold i blodet. (International Journal of Vitamin Nutrition Research 47, 1977).

Acerola Naturel (Naturlig C-vitamin) forebygger mod hærkning af arterierne. (Medical World News, Sept. 13, 1974, Dr. Constance Spittle, General Hospital i Wakefield, England).

Acerola Naturel (Naturlig C-vitamin) medvirker i bekæmpelsen af infektioner. (The Healing Factor, af dr. Irving Stone).

Acerola Naturel (Naturlig C-vitamin) er med til at forebygge mod cancer. (Dr. Cameron, kirurg

ved Vale of Leven Hospital, Loch, Lomonside, Skotland, og leder for kirurgisk afdeling).

Acerola er en af de frugter, der har det højeste indhold af naturligt C-vitamin!

De velsmagende **Acerola Naturel** tabletter er uden tilsætning af syntetisk C-vitamin eller aromastoffer - kan købes i Danmark og Norge i helsebranchens specialforretninger.



Fokus på naturmedicin

DANMARKS NATUR- & LÆGE-
VIDENSKABELIGE BIBL
NØRRE ALLE 49 UNIV-BIBL 2
2200 KØBENHAVN N

Adresser på Lokalforeninger:

Kalundborg Lokalforening, Poul Gyllun, Strandhaven 69, 4400 Kalundborg	Tlf.: 53 51 60 40
Københavns Lokalforening, Louis Montana, Rosenvang 40, 2700 Brønshøj	Tlf.: 31 60 96 80
Vestegnens Lokalforening, Annette Reble, Vejlebrovej 34 A, 2635 Ishøj	Tlf.: 42 73 84 92
Lokalforeningen Nordjyllands Amt, Harald Svenningsen, Kirkevej 1, 9520 Skørping	Tlf.: 98 39 16 14

Adresser på kontaktpersoner:

Hans Gydesen, Vejlegården 12, st.th., 2635 Ishøj	Tlf.: 43 53 82 39
Grete Hinge, Albert Naursvej 15, 8270 Højbjerg	Tlf.: 86 27 38 72
Mary Holmud, Ærtekrogen 7, 2860 Søborg	Tlf.: 31 67 18 76
Vagn Skov, Pilevej 9, 6600 Vejen	Tlf.: 75 36 15 68
Birte Sjelborg, Helenevej 5, 6740 Bramminge	Tlf.: 75 17 33 34

Landsforeningen til KRÆFTENS FOREBYGGELSE

Formand Hans Gydesen Vejlegården 12, st.th. 2635 Ishøj Tlf.: 43 53 82 39	Sekretær og redaktør Louis Montana Rosenvang 40 2700 Brønshøj Tlf.: 31 60 96 80	Kassereren Mølleåparken 11, 3.tv. 2800 Lyngby GIRO: 11 00 440
---	---	--