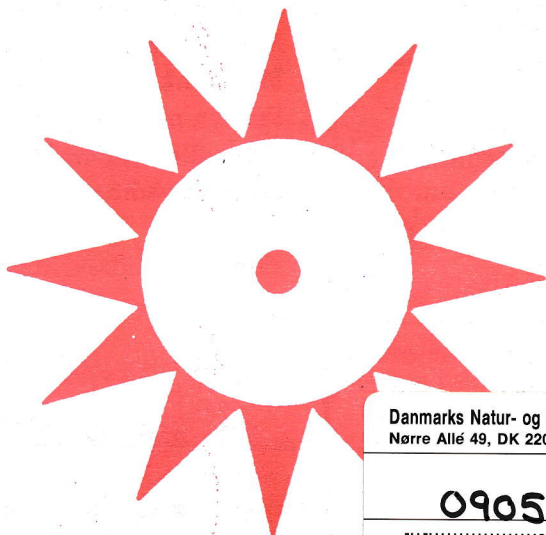


DIT HELBRED DIN FREMTID



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

0905 - 5673



200007491645

Landsforeningen til
KRÆFTENS FOREBYGGELSE
- den med solen

6. Årgang - Nr. 2 - April 1995

INDHOLD

side

En gammel nyhed	3
In Memoriam	
Viggo Berthelsen	5
Generalforsamling	6
Økologi-Økonomi.....	7
Forskning i ukonventionel kræftsbehandling	8
Hvedegræs, en Guds velsignelse.....	9-12
Hjælper mammografi med til at frelse kvinders liv?.....	13
En livsdag - et symposium.....	14
Foreningsnyt	16
Nye bøger.....	17
Homøopati hjælper at helbrede.	18

ISBN 0905-5673

Bladets oplag 1800 stk.

Fordeling:

Medlemmer.....	750
Landsforen. organisationer	58
Kursteder, centre	* 19
Biblioteker	*249
Højskoler	*100
Medborgerhuse, socialcentre....	* 40
Media inkl. tidsskrifter	158
Partier, ministre, styrelser	41
Behandlere, andre	213
Møder, foredrag, etc.	372

* findes på tidsskriftshylden

Midlertidig redaktion:

Annette Tyoko

Peblinge Dossering 22. 2 th

Annoncepriser:

1/1 side kr. 800,-

1/2 side kr. 500,-

1/4 side kr. 275,-

1/8 side kr. 150,-

1/16 side kr. 80,-

Annoncepriserne er excl.
moms og gælder
reproklart materiale.

En gammel nyhed ...

Rudolf Breuss' teori om udsultningsprincippet i forbindelse med kræftsvulster er nu bevist på højest plan.

Artikel af kiropraktor Christian Thorsen, Roskilde.

I avisen den 18. januar var en metode til bekæmpelse af kræftceller slået op som en ny landvinding.

Amerikanske forskere havde ved dyreforsøg, bl.a. på mus, formået at få kræftceller til at gå til grunde ved at hæmme blodtilførslen til kræftsvulsten og derved berøve cellerne næring. For at få denne proces iværksat er man nødt til at bruge nogle specielle proteinforbindelser, som disse forskere selv har udviklet - ja, selvfølgelig, der er penge i det.

Hvorfor vente

Der er endnu tvivlsspørgsmål, som skal besvares ved hjælp af yderligere forsøg, inden metoden evt. kan godkendes til brug på mennesker, så dette vil i hvert fald tidligst kunne ske i 1996.

Men - hvorfor afvente reaktionerne hos nogle amerikanske mus, når princippet i flere år har været godkendt og anvendt i England - også på mennesker.

Ved den „Europæiske Kiropraktor Unions“ kongres i Avignon i 1990 holdt den engelske læge, professor D. J. Allison, „Director of the Department of Diagnostic Radiology at the Royal Postgraduate Medical School, London“, en forelæsning, hvori han redegjorde for udsultningsmetoden og de teorier, der begrundes dens anvendelse. Kræft, uanset hvor den forekommer, er karakteriseret ved en voldsom, ukontrolleret celledeling, som forårsager svulstdannelsen. Nu er det således, at til al cellevækst, også af abnorme celler, bruges der protein som opbygningsmateriale, og da kræftceller har en mange gange større delingshastighed end normale celler, er de særligt afhængige af, at der er nok protein til stede. En celle i deling skal fordoble sin vægt for at blive til to nye celler. Når man så afbryder blodtilførslen til kræftområdet, vil man samtidig stoppe for tilførslen af protein, og kræftcellerne vil følgelig udsultes, de vokser sig faktisk ihjel. Jo voldsommere kræftprocessen er, jo hurtigere

går kræftcellerne til grunde. De normale celler får selvfølgelig heller ikke protein, men da de ikke formerer sig så hurtigt og nogle slet ikke, og de i øvrigt er undergivet normal vækstregulering, lider de ikke varig skade.

En række tilfælde

Professoren gennemgik en række tilfælde med bemærkelsesværdige resultater, bl.a. havde man erfaret, at samtidig med at den oprindelige kræftsvulst svandt, blev også metastaser, døtreceller, andre steder i kroppen nedbrudt.

De engelske læger blokerer for blodtilførslen ved at etablere kunstige „blodpropper“, og disse laves af forskellige, almindelige anvendte materialer bl.a. visse former for kontrastof. Metoden har imidlertid sin begrænsning, dels er det et kompliceret indgreb, det er jo en operation, dels er det ikke alle vævsområder, der tåler, at blodtilførslen afbrydes.

Udsulningsprincippet er altså bevist på højeste plan - kunne man så blot finde frem til en mere ukompliceret og smertefri metode uden bivirkninger, som var lige så effektiv eller måske endda bedre?

En dansk vinkel

Noget tyder på, at den allerede findes og har været anvendt i forskellige former! I 1979 skrev en dansk læge, Erik Munk, en længere artikel benævnt „Proteinfattig kost mod kræft“, hvori han refererer læger, som har været inde på samme spor, bl.a. den tyske læge Max Gerson, vor egen tidligere meget omtalte Mikkil Hindhede, og hvidløgsktoren Kirstine Nolfi.

Gerson-kuren f.eks. indledtes med en diæt, bestående af ren plantekost, dog således at proteinrige planter som bønner, ærter, nødder m.fl. udelades. Han dokumenterede effekten bl.a. ved hjælp af røntgenoptagelser før og efter behandlingen.

Andre, både læger og alternative behandlere, har brugt lignende kure, men det er, som om man i mange tilfælde har manglet konsekvens. Man blev betænkelig, når man så, hvor udmagrede og skæmmede patienterne kunne være, og så forfaldt man til at give tilskud af bl.a. planteprotein, idet man mente, at det måske specielt var animalske produkter, man skulle undgå. Metoden kom derved i miskredit hos de læger, der forsøgte sig med den. I forvejen var både læger og patienter i almindelighed skeptiske: Hvordan kunne nogen dog tro, at rødbeder og andre grøntsager kunne helbrede kræft?

Diæt-fokusering

Man fokuserer på de ting, der indgik i diæten, mens det i virkeligheden er det, der udelades, som bevirker effekten.

Dog er det vigtigt, at diætens bestanddele er af god kvalitet til ernæring af de normale celler, så disse bevares sunde og intakte. Det pointeres et par steder, at kuren er så enkel, at lægelig medvirken er overflødig, patienten

kan selv gennemføre den ved hjælp af en diætseddel og lidt vejledning. I dag ville man nok foretrække at danne en „selv-hjælps-gruppe“, hvor deltagerne kunne hjælpe og støtte hinanden under sådan en kur.

I en finsk bog: „Nitrolocid B 17, Bot for kræft og leukemi“ refereres et tilfælde, der kan stå som eksempel:

En 31-årig svensk kvinde, mor til to børn var døende af kræft, opgivet af lægerne. Tolv år senere betegnes hun „en supersund sportspige på 43 år med fine kondital“.

Da lægerne havde opgivet hende, tog hun sagen i egen hånd og startede en fastekur bestående af plantesaft og grøntsagsbouillon. Kuren holdt hun i 30 dage, og den resulterede i, at hun ikke alene blev helbredt for kræftlidelser, men også slap af med en „smertefuld gigtsygdom i rygsøjlen“. (Det her står for egen regning, men denne „gigt“ kunne måske have været metastaser i knoglevævet, jvf. de engelske observationer, sådanne kan jo ikke erkendes ved røntgenoptagelser før sent i processen).

Selvfølge kan andre faktorer have medvirket til helbredelsen: Patienten kan psykisk have koncentreret sig om at blive rask, og hun har i hvert fald mobiliseret kampvilje, men sådanne faktorer vil sikkert forekomme hos alle mennesker, der beslutter sig for selv at gøre en indsats.

„Kemoterapien kan forkorte livet“, stod der forleden i avisen.

IN MEMORIAM

Æresmedlem Viggo Berthelsen

er afgang ved døden 96 år gammel.

Viggo Berthelsen var forkæmperen for at opretholde danskerne mineralbalance og dermed grundlæggende sundhed.

Hans minalka, scanalka og mikromin vil for altid have en afgørende plads i vor forebyggelses-bevidsthed. Vi bør alle være ham dybt taknemmelige for det store, uselviske arbejde, han har ydet.

Vi afholder

GENERALFORSAMLING

Torsdag den 25. maj 1995 kl. 14.00

i Taastrup Medborgerhus

Køgevej 71, 2630 Taastrup

- det hvide hus over for Taastrup S-tog Station

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Regnskabet
4. Fastsættelse af årskontingent og livsvarigt kontingent
5. Indkomne forslag
6. Valg af formand
7. Valg af den øvrige hovedbestyrelse
8. Valg af intern revisor og revisorsuppleant
9. Eventuelt

Bestyrelsen vil under punkt 5 fremsætte forslag til

- a) at foreningen ændrer navnet til en anden rækkefølge, således at der lægges vægt på det positive ord forebyggelse. Forslaget vil lyde på en ændring til Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft. På denne måde vil vi bibeholde foreningens overordnede målsætning og samtidig forhindre, at folk umiddelbart forveksler os med den ortodokse forening.
- b) En halvårlig kontingentydelse på 30 kr. for nye medlemmer, der slutter sig til os efter den 1. juli i et kalenderår.

Forslag skal være formanden i hænde skriftligt, senest 14 dage før generalforsamlingen afholdes.

Afstemninger skal ske skriftligt, hvis blot ét medlem ønsker det. Der kan ikke stemmes ved fuldmagt. Hvert medlem har kun én stemme.

Medlemmernes egen side

Økologi - Økonomi

Nok har den økologiske tanke og levemåde for tiden vind i sejlene, går det for hurtigt? Har Danmark renvasket og giftfrit jord og avlere nok til med omhu og fagmæssig indstilling at kunne klare forespørgslen og forbruget i enhver retning, så det ikke bliver en fiasko i starten?

De nuværende avlere præsterer vel kun en brøkdel, og der er nye avlere, som gerne vil ind på ideen med sunde afgrøder. Vær derfor varsom og effektiv med kontrollen med selve avlen. Må ikke havne i et dilemma med kvotaliggende tilstande, som er fremkommet til havs, på Bornholm og på Færøerne, til stor skade og finansieringen af de ideologiske produkter?

Hvor længe varer det, at jorden er renvasket til formålet? Daglig tudes vi ørerne fulde om urent jord, som bør fjernes, og at grundvandet er urent nedefra. Hvordan vil man sikre sig med effektiv kontrol af indført frugt og grønt? Og hvornår spænder landbruget „ormene for ploven“ frem for giftsprøjtning?

Huskede husmødrene, da de overlod de små til børnehaverne, og nedlagde de store urte- og køkkenhaver til fordel for måske giftsprøjtede plæner og arealer, og de plejede kompostbunker, som før spredte liv i muld blandt orme og avl. Måske glemte mødre at forklare, at det stærkeste og mest udholdende større dyr bl.a. er hesten og elefanten, som udelukkende lever af græs, ukrudt, korn og trævækster.

Bør skarven fredes på andres bekostning er vel en privat sag, f.eks. med en egen lukket koloni med privat betalt lukket fodringsplan. Brevdueejerne betaler selv foderet til de også fritflyvende duer og vel også selve opdrættet. Kommunen begrænser rotternes hærgen, men føler sig ikke forpligtet imod husmårens og vandrottens tilstedeværelse. Mange vil nok betragte dette indlæg som barnligt og ensrettet propaganda, men kom så frem med bedre forslag til helhedens vel.

Efter at have hørt Poul Thomsens indlæg den 21. juni „En naturlig forklaring“ vedrørende den alvorlige trussel, som lurar på regnormen ved vore grænser, og som truer med regnormens udslettelse.

Det vil sige den ypperste skabning for økologiens beståen og for den indtil nu vigtigste skabning og medarbejder - derfor gå stille med dørene.

Hvem kan give en fyldestgørende redningsplan?

Sten Jacobsen
Nykøbing Mors

Medlemmernes egen side

Forskning i ukonventionel kræftbehandling

Af Merete Birkelund

Et forskningsprojekt er nu i fuld gang!

En tværfaglig, uafhængig gruppe af læger, forskere og alternative behandlere har stiftet „Forsknings- og videnscenter for ukonventionel kræftbehandling“. Projektet har fået tildelt 290.000 kr. fra Fondation Idella til første fase, som er startet 1. januar 1995.

Hensigten er i første fase at kortlægge og analysere de behandlingsformer, der anvendes over for mennesker med kræft. I senere faser er det tanken at undersøge udvalgte behandlingsformer nærmere for at afgøre, om der kan dokumenteres en virkning på kræftsygdomme.

Daglig leder af projektet er læge Lennart Pasborg. Projektets adresse er St. Strandstræde 19, 2. th., 1255 København K, tlf. 3332 2600.

Jeg er selv formand for bestyrelsen, og lektor mag. soc. Laila Launsø er næstformand.

Bedre klagemuligheder for patienter

Rigshospitalet har fået en patientombudsmand, og Århus Amt har fået et patientklagekontor, der har til huse på Amtsgården.

Det er vigtigt, at patientklager fra starten kanaliseres til de rigtige steder. Klager over lægefejl skal til patientklagenævnet, krav om erstatning skal til Patientforsikringen, mens klager over ventetid og service skal til hospitalets administration eller de politisk ansvarlige.

Kræftpatienter har sjældent overskud til at klage, selvom vi er en patientgruppe, som er udsat for ofte livstruende bivirkninger, som vi ingen information har fået om på forhånd. Der er grundlag for en lang række klagesager inden for kræftområdet, men patienterne er så syge, og de pårørende er så belastede, at der sjældent bliver rejst nogen klagesag. Jeg har fornylig hørt om to kvinder, som er ved at rejse en sag, fordi de fik fjernet et bryst uden at have kræft.

Måske kan det nystartede „Institut for patientrettigheder“ hjælpe til, at der bliver rejst flere sager på kræftområdet.

Institut for Patientrettigheder

Det nystiftede institut har til formål at varetage patienternes interesse i forhold til det danske sundhedssystem, bl.a. ved at bistå de enkelte medlemmer i sager i forhold til sundhedssektoren.

Hvedegræs, en Guds Velsignelse

Skrevet af: Livsvarigt medlem Kit Salling, nr. 1169

Fortsat fra sidste nr.

Flydende føde

For en sengeliggende person er flydende føde det bedste.

Uanset hvor god maden er, hvis den ikke kan fordøjes, forårsager den gasudvikling med smerter og andet ubehag. Levende næring vil sulte ud sygdomsorganismerne og styrke Helsen. Man bør ikke spise syrlig frugt, når organismen fra før er oversyret. Stegt mad og brød må undgås. Hvedegræssaft drikkes eller indføres direkte i tyktarmen, Saft presset af vandmelon (bør sies) er alkalisk og let fordøjeligt. Frisk kokosmælk kan bruges og når findelte bidder af frisk kokosnød knuses i en hurtigmixer med lige så meget vand, sies og smagsættes med lidt lønnesirup, har dette i mange tilfælde vist sig at være et godt diæt-tillæg. En drik af sesamfrø, behandlet på samme måde og siet, er en god proteinkilde, hvis den syge kan tåle det. Hvedemælk er også gavnlig, ligeså levende safter af ukogte grøntsager og mild frugt.

Opskrift på hvedemælk

1 kop spiret hvedekorn

1 - 1/2 kop vand

Brug hurtigmixer og si af. Brug massen, som bliver tilbage, til kompost. Sød mælken med sirup eller honning eller med hakkede dadler, efter at den er afsiet.

Sesammælk

1 kop afskallede sesamfrø

1 - 3/8 kop vand

Honning, råsukkersirup eller lønnesirup til smag.

Mal sesamfrøene på nøddekværn. Mix eller ryst sammen i en lukket beholder til „mælk“. Mixmaster kan bruges. Denne „mælk“ bliver ikke sur, men bør bruges straks for at få fuldt udbytte.

Sesam frø

I henhold til M. L. og D. K. Watt i en hjem-økonomisk rapport, så han i

sesamfrøet alle de essentielle aminosyrer med dets 20% proteinindhold, og den har en meget højere koncentration af kalsium end mælk. Sesamfrø har et stort indhold af Lecithin (nerve- og hjerneføde), umættede fedtsyrer, vitamin E og flere af B-komplekse vitaminer, for ikke at nævne alle de andre levende næringsstoffer.

Tang - Tare

Prevention Magasinet for Jan. 57 anerkender Tang som den vigtigste kilde af sporelementer og organiske mineraler.

Jodindholdet i Tare er flere tusinde gange højere end i skjell, kalsiumindholdet er 1000 gange højere end i mælk. Jernindholdet er 12 gange højere end i æg, kobberindholdet 35 gange højere end i æg og kali dobbelt så højt indhold som i mandler. Tang Tare skal blot blive brugt i små mængder som et krydderi.

Hvorledes vokser Hvedegræs?

Hvedegræs kan vokse på et hvilket som helst lunt sted, hvor solstrålerne ikke skinner lige på, imellem 11-15, på et område med mild temperatur. For meget sol har om sommeren en tendens til at skade hvedegræsset. Klorofyllet synes da at mangle den kraft, som klorofyl har, som er taget fra græs, der er beskyttet fra direkte solstråling.

Hvedegræs vil gro under elektrisk eller andet kunstigt lys eller i rent vand uden jord. Men saften af dette græs er dårligere end saften fra græs, som vokser i jord med sol.

Når hvedegræs skal vokse inde, bør der vælges et sted nær et vindue for at få så meget sol som muligt. Passende kasser til at plante hvedegræs i skal være 70-80 cm lange, ca. 40 cm brede og 3-4 cm høje og vandtætte. Kasserne sættes på hylderne i en reol, nær vinduet mod syd op til 2 meter høje.

Jorden

Det er bedst at få fat i den mest frugtbare jord, som findes, men begynd, selv om du ikke kan få den bedste jord. Den bedste jord findes i skoven, i tæt løvskov eller nær gamle, store grantræer eller i en eng, hvor græsset ikke har været slået i mange år.

Når blade og græs i løbet af mange år rådner, skaber det den bedste slags jord. Sandjord bør ikke bruges. Grov ubearbejdet jord er bedst. Fin pulveriseret jord har en tendens til at lukke porene i jorden og således hindre atmosfæren med sit dyrebare kvælstof fra at komme ned til rødderne af hvedegræsset.

Læg et tyndt lag med den grove mos, som vokser i skyggen i skoven på fugtige steder, i bunden og siderne af kassen for at gøre jorden porøs og holde planterødderne fugtige. Fugt mossen og dæk med jord, et par cm jord giver et godt resultat. Vand jorden godt, stik med fingeren hul på 2-3 sider af kassen for at se dybden af vandet i kassen. Vandet skal stå så højt som 1 cm fra overfladen.

Så-hvede kan købes i helseforretninger, men brug endelig ikke det giftige bejsede korn. Prøv kornet først. Dersom 9 af 10 korn spirer, er det godt. Før såning lægges kornet i vand om morgenen i stuetemperatur. Ved sengetid slås vandet fra og en tallerken lægges over for at holde kornet fugtigt til næste morgen. Da kan det sås. Ved at spire kornet videre til det bliver 1-2 mm for at spise, skylles det 3 gange dagligt.

Såning

Læg kornet tæt. Det har vist sig, at et tyndt lag sand over kornet, men uden at dække dette, giver et godt resultat.

Dæk kornet med sort plastic, som ligger ca. 10 cm udenfor kassen, så kornet holdes godt fugtigt i tre-fire dage. Da er kornet blevet ca. 4 cm højt, har løftet plastikken, som da kan fjernes.

Når dækket er fjernet, er spirerne hvidgule, men lys og sol vil snart give klorofyllet en grøn farve. Kornet tager fra 6 til 14 dage for at opnå en højde på ca. 15 cm, hvor det kan afskæres for saftpresning, afhængig af rummets temperatur. Væksten kan nedsættes ved at flytte hvedegræsset til et køligere rum.

Orm i jorden

For at opnå et godt og helsebyggende resultat, må man begynde med en sund og god jord. Charles Daewin gør det meget klart, at den alt for ofte upåagtede orm har en vældig indflydelse på vor helse. Disse små kryb er naturens hjælp til fornyelse af mulden. De dyrker i virkeligheden jorden rundt om planterødderne. Deres gravehuller danner kanaler, som tillader planterødderne at udvide sig og nå dybt ned i jorden til fugtighed og mineraler.

Ormen spiser og producerer sin egen vægt i affaldsprodukter hver dag. De kaster fra sig den samme vægt i gødning, som er rig på fosfor, kalium, kalk, magnesium og kvælstof. Alle disse mineral-elementer er vandopløsende og kan straks bruges som planteføde.

Når der er orm i jorden, viser dette, at der ikke bruges synderlig kunstgødning. Jord, som er blevet gødet med kunstgødning, er ubrugelig til helsekost, til trods for falsk propaganda fra kunstgødningsproducenterne. Grøntsager, som derimod er dyrket i jord med tilstrækkelig mange orme, vil være fyldte med vitaminer og mineraler, som er så nødvendige for god helse. Jord, som er blevet dyrket med kunstgødning, kan omdannes ved at dyrke hvedegræs

nogen gange i løbet af sommeren og så pløje eller spæde den ned, når det er nået en højde på ca. 20 cm. Orm kan opbevares i en kande eller beholder med kompost i. Du kan finde dem efter et godt regnvejr i pløje og jord. Husk at bruge orme i den hvedegræs, du dyrker indendørs.

Har du ingen trækasser til dyrkning, da gå til grønthandleren og bed om tomme appelsinkasser, tætn dem med plastic indvendigt eller udvendigt.

Høst af hvedegræs

Hvedegræsset skæres ved at gribe en god håndfuld græs og klippe eller skære det med en skarp kniv nær rødderne. Viser der sig meldug nede på græsset, må det skæres højere oppe. Foretrækker du at trække græsset op med rødderne, kan du gøre dette og så vaske rødderne rene for jord og male både græsset og rødderne. Rødderne giver græsset en lidt anden smag og for nogle, syntes saften da at smage bedre. Anden gangs groning kan også bruges, om du ikke har mere græs for hånden, men den helbredende virkning er ikke så stor, som første høst, dog bedre end intet.

Når første gangs høst er færdighøstet, er jorden blevet en fast masse. Løft den op uden at bryde den i stykker. Læg den brugte masse med rødderne ned på toppen af hverandre, seks til otte i lag. Det vil være en fordel at lægge orme imellem lagene. Hold massen fugtig ved at lægge massen i store plastiksække uden huller eller ved at lægge plastikdække over. Det tager 3 uger eller mere, før laget er forvitret og klar til ny plantning afhængig af temperaturen i rummet. Mulden bliver rigere og rigere, da rodstubbene bliver en udmærket gødning. Af og til blander jeg lidt mos eller ny muld i kasserne med kompost fra køkkenaffaldet.

Når du arbejder med plantningen, prøv da forskellige måder at gøre det på. Eksperimentér, og hvis én måde ikke synes at virke tilfredsstillende, prøv da en anden.

Presning og lagring af hvedegræs

Hvedegræspressere kan bruges til presning, men almindelige kødmaskiner kan til nøds bruges. (Når græsset kommer ud af kødmaskinen, anbring det da i et rent klæde og pres kraftigt i hånden, for at få al saft med). Brug ikke hurtigmixere, da disse oxiderer klorofyllet.

Hvedegræs kan lagres i køleskab lige efter, det er afskåret og kan være brugeligt i op til en uge, når det opbevares i plastikposer.

Dersom hvedegræsset ikke straks er lagt i køleskab, kan det blive ubrugeligt inden en times tid.

Fortsættes i næste nr.

Uddrag af artikel i Health Freedom News - Januar 1995, hvor dr. med. Julian Whitaker skriver:

Hjælper mammografi med til at frelse kvinders liv?

Kvinder er mere bange for brystkræft end for nogen anden sygdom, og for mange er årlige mammografier blevet en rutine. Fortalere for denne screening forsikrer kvinder om, at tidlige og hyppige mammografier redder liv. Det er en påstand, mange hopper på.

Jeg plejede rutinemæssigt at anbefale mammografi til mine kvindelige patienter over 50 - men heller ikke til flere. Nu synes jeg, at rutine-mammografier er spild af tid og penge, og i stedet for at redde liv indbyder de blot til en masse unødvendige operative indgreb, det giver fysiske og psykiske ar. Og hvad der er endnu mere alvorligt, vi lader de centre for mammografi, der dukker op, være med til fortsat at forsinke seriøse studier og uddannelse i, hvordan man skal forhindre brystkræft.

Dette er slemt, især fordi der er så meget, kvinder selv kan gøre for at beskytte sig selv mod brystkræft. Forebyggende foranstaltninger så som kostregulering, undgåelse af pesticider og andre industrielle affaldsprodukter, anvendelse af vitaminer og mineraler, især A vitaminer og selén, og måske bare spise en rå buket broccoli hver dag, ville efter min mening redde langt flere liv end den årlige mammografi, der gives til et utal af kvinder.

The American Cancer Society (ACS) udgiver med vilje misvisende statistikker, der gør kvinder rædselsslagne. I januar 1991 offentliggjorde ACS, at kvinders risiko for at få brystkræft er steget til én ud af ni - en statistik, som tit refereres i pressen.

Den er simpelthen ikke rigtig!

En kvinde skulle være 110 år gammel for at opfylde den statistik. Ligesom alle andre former for kræft afhænger en kvindes „chance“ for at få brystkræft af hendes alder. For kvinder mellem 40 og 49 år er risikoen 1 til 1000, og for kvinder mellem 50 og 59 år er den ca. 1 til 500. Men ca. en håndfuld kvinder, hvis det virkelig er det, har en risiko på 1 til 10. På baggrund af ACSs statistik konkluderer dr. I. Craig Henderson, prof. med. ved universitetet California-San Francisco, at det kun er kvinder, som er 110 år gamle, der har en „chance“ på 1 til 10 for at få brystkræft!

Efter en del statistisk materiale gennemgang, hvor forfatteren konkluderer,

at biopsier, andre operative indgreb og ortodokse behandlinger ikke er den nytte til, der reklameres med, fortsætter han:

- Vi er så forblindet i vores jagt på kræft, at vi ikke engang lægger mærke til, at selve jagten skader de personer, vi prøver at hjælpe.

Husk at tidlig opdagelse ikke er det samme som forebyggelse.

Jeg er især bekymret over, at kræft-"institutionerne" ja, selv vores Præsident betegner mammografi og andre screeningsforanstaltninger som "forebyggende medicin". Disse teknikker er tidlig-diagnose-metoder og ikke mere effektive med hensyn til at forebygge kræft, end det er at vande sin have for at forebygge en trafikulykke.

Forfatteren afslutter sit lange indlæg med et godt råd:

Husk at have for øje, hvad du i henhold til kost og kosttilskud virkelig kan gøre for at forebygge kræft.

En livsdag - et symposium

LNF afholder et symposium om det mysterium, som "livet" er. Sagt på en anden måde: Hvad er det okkulte (skjulte) ved livet? Hvad er mon forskellen på en død eller vissen plante eller på et levende menneske og et lig?

Skal vi alle have oversanselige evner, før vi vil kunne "se" og forstå det? Eller er det muligt ved særlige teknikker og logiske indsigter at forstå og synliggøre i hvert fald noget af den hidtil skjulte del af verden?

Det er der et stigende antal naturvidenskabeligt og humanistisk uddannede mennesker, der mener. 19 af disse har sammen skrevet bogen "Livskraft og mennesker". Akademisk Forlag, marts 1995.

Fire af disse mennesker vil dele noget af deres indsigt med os: Laila Launsø er sociolog og med næsten "overalt", når det handler om det naturterapeutiske. Hun har været koordinator for bogens tilblivelse. Laila vil indlede symposiet med nogle overordnede anskuelser.

Peter Højlund er universitetslektor, cand. jur. og seniorforsker ved Center for Etik og Ret.

Efter denne formentlig mere teoretiske halvdel af symposiet, går vi over til de mere praktiske folk:

Annette Tingsted er farmaceut og medredaktør af bogen. Hun arbejder p.t. som Ph. D. studerende på Danmarks Farmaceutiske Højskole på et projekt

om stigbilledmetoden og kvalitet i økologisk jordbrug.

Jens-Otto Andersen, der er uddannet på Landbohøjskolen, arbejder lidt for Demeterforbundet (Det biodynamiske inspirations- og kontrolorgan) og forsker ellers på Landbohøjskolen med krystallisationsbilleder. Det er billeder, som kan sige noget om f.eks. de planter, som metoden anvendes på.

I skrivende stund er Jens-Otto i gang med sammenlignende forsøg med gulerødder tilberedt i mikrobølgeovn og på anden måde. Vi lover ingen sensation, men det bliver spændende at høre nærmere om evt. foreliggende resultater.

I det hele taget er vi overbevist om, at det vil blive en rigtig dejlig og udbytterig dag. Det vil være godt, om vi kunne fylde den store sal op!

Lørdag den 8. april 1995 kl. 12.00

i Valby Medborgerhus, Toftegårds Plads (tæt ved stationen), Valby, København:

Kl. 12.00	Velkomst ved Lars Mikkelsen
Kl. 12.15	Laila Launsø: Livskraft - en trold i æske!
Kl. 13.00	Peter Højlund: Det levendes ret
Kl. 13.40	Pause i 20 minutter
Kl. 14.00	Annette Tingstad: Stigbilledmetoden til bedømmelse af planterers kvalitet
Kl. 14.40	Pause i 10 minutter
Kl. 14.50	Jens-Otto Andersen: En præsentation af krystallisationsmetoden
Kl. 15.30	Spørgsmål og opsamling
Ca. 16.00	Symposiet afsluttes

Alle er velkomne. Entré 40 kr.

Mentaltræningsbånd og bøger med Carsten Pedersen, der har 12 års erfaring med mentaltræningsmetoden.

Du kan gøre noget ved smerter. Bog og bånd om hvordan man kan mindske eller fjerne smerter 99,00 pr. stk.

Du kan gøre noget selv - en bog om kræft; skrevet til dig, der har kræft eller er i familie med en kræftsyg. Giver anvisninger på, hvad du selv kan gøre for at fremme din helbredelse og gennemgår de psykologiske aspekter ved kræft. 99,00 kr.

Andre bøger og bånd.

Ring/fax din bestilling eller forespørgsel på tlf/fax 4264 1452

VALENTINA CH. BRAVO

Foreningsnyt

Landsforeningen siger hjertelig tak til...

Hansen, København, for 500 kr.

Pedersen, Rødovre, for 1.000 kr.

Jespersen, Skanderborg, for 3.000 kr.

Johansen, Viby, for 4.000 kr.

Vi efterlyser ...

en PC-medarbejder til at lave lay-out på medlemsblad, så vi bliver i stand til at levere reprojekteret materiale til vores trykker. Arbejdet vil være på de eksisterende præmier: Frivilligt og ulønnet.

En tegnebegavet person med en glad og humoristisk streg til at illustrere vore artikler og indlæg. Arbejdsbetingelser som ovenfor nævnt.

Henvendelse til formanden, tlf: 35 36 28 60.

Det vil lette vores bogføring betydeligt

og misforståelser vil undgås, hvis De vil være elskværdig på girokortet tydeligt at markere, om Deres 50 kr. er årets kontingent eller en gave.

På forhånd tak.

LOKALFORENINGSNYT

Syd- & Sønderjyllands Lokalforening

afholder **generalforsamling**

den 6. maj 1995 kl. 13.30 i Bikubens Kantine, Ystergade 1, Vojens

Er der forslag, som ønskes behandlet på medlemsmødet, skal de være formanden i hænde senest den 29. april. Mød talrigt op. Der er kaffe bagefter.

HUSK - GENERALFORSAMLINGEN

**torsdag den 25. maj
se side 6**

NYE BØGER



Det rigtige indiske Køkken - kødretter

Charlotte Kirchheiner har begået endnu en indisk kogebog. Den er på 112 sider, udkommet hos forlaget KLITROSE i februar 1995 og koster 98 kr.

Det er ikke noget for vegetarianer! For denne gang omhandler Charlottes bog også kødretter. Denne overdådighed af rigdom i variationer stammer fra de gamle muslimske fyrstehuse, der kappedes om at lave de bedste og fleste lækre retter. Hertil lod de sig inspirere af både indere, persere og tyrker. Dette blev til det klassiske, stormogulske køkken, der er blevet højdepunktet af Indiens kulinariske kunst. Charlotte giver de opskrifter på såvel stærke som milde retter.

Informationshæfte

I øjeblikket arbejder Merete Birkelund med et informationshæfte. Hæftet skal indeholde oplysninger om behandlingsbivirkninger, som lægerne undlader at oplyse om. Merete har fundet mange interessante oplysninger i databaser over lægevidenskabelig litteratur. Det er i sandhed ikke småting, der forties over for patienterne. Merete håber, at hæftet kan udkomme ca. juni 1995. Foruden oplysninger om bivirkninger skal hæftet også indeholde oplysninger om, hvad man selv kan gøre.

Kræft og jagten på mirakler

af Stig Bruset. 400 sider, 348 kr. Forlaget Modtryk.

Hvert år får godt 25.000 danskere konstateret kræft. Op imod halvdelen bruger én eller anden form for alternativ behandling. Den norske læge Stig Bruset gennemgår kritisk, loyalt og udførligt de alternative behandlingsformer, der findes i kampen mod kræften.

Bogen er skrevet for kritiske brugere af alternativ behandling, og den er en guldgrube for kræftpatienter. Alle nødvendige oplysninger findes i værket.

Louis Montana

Medicinforgiftning - fremtidens arv, den homøopatiske løsning
af Lars Wentzel Bærholm. 191 sider, 198 kr. Forlaget Klitrose.

I de sidste årtier har forbruget af syntetisk medicin nået skyerne. Eftervirkningerne truer folkesundheden og omfatter forskellige grader af forgiftning, som påvirker hele organismen.

Den syntetiske medicin gør ikke folk raske, idet organismen forgiftes. Forgiftninger med penicillin, narkose, psykofarmaka og mange andre produkter gennemgås.

Bogen anviser også homøopatisk behandling af langtidsvirkningerne af forurening, radioaktivitet, sprøjtemidler og kemiske gifte.

Louis Montana

Kærlighedens Mirakel. En spirituel Guide

af Marianne Williamson. 262 sider, 198 kr. Forlaget Borgen.

Kærlighedens Mirakel er baseret på læren i „A Course in Miracles“, et selvstudium i spirituel psykoterapi. Den viser os, hvordan vi kan praktisere kærlighed som svar på de problemer, der møder os i hverdagen, hvadenten det drejer sig om forhold til vore nærmeste, vores arbejde eller vores helbred - og derigennem få et rigt og fuldkomment liv.

Bogen har i lange tider været nr. 1 på bestsellerlisterne i USA. Yderligere information hos foreningen for „Et kursus i Mirakler“, Rothesgade 10, 3. tv., 2100 København V. Tlf. 3138 8003, kl. 12-16.

Louis Montana

Homøopati hjælper at helbrede

Af Rolf Kayser

Der finder en langsom, men tydelig forandring sted i menneskets bevidsthed. Det bliver tydeligere og tydeligere, at vi selv skal tage ansvaret for vort liv. Vi begynder at føle, at det ikke er fremmede autoriteter, der bestemmer over vort velbefindende eller vore lidelser. Præsten kan ikke helbrede vores sjæl, og lægen kan ikke helbrede vores krop - selv om man ofte forsøger at give indtryk af det modsatte. Det, der lader et sygt menneske blive rask, er de selvhelbredelseskræfter, vedkommende har i sig selv. Hvis det ikke var sådan, ville der ikke være noget liv på denne planet ...

Den, der for bare få år siden skulle have holdt tale om homøopati i en lægeforsamling, have mødt med et medlidende smil - i bedste fald! I reglen ville

den ortodokse lægevidenskab have hånet denne helbredelsesmetode som scharlataneri. Men trods alle fjendtligheder er der stadig større tilstrømning til den homøopati, lægen dr. med Samuel Hahnemann fra Meissen grundlagde for 200 år siden.

Det er jo ikke noget under, thi alene i Vesteuropa befrier denne blide helbredelseskunst år for år 100.000'er af mennesker for deres reumatisme, migræne, astma, neurodermitis, angina pectoris og andre alvorlige sygdomme. Desværre bliver denne metode stadig ikke taget til efterretning af de ortodokse medicinere, ofte bliver den sågar aggressivt bekæmpet.

Det er intet under, for opdageren af denne „anden helbredelsesmåde“ gjorde i sin tid også alt for at bagtale sine kolleger. Han tordnede adskillige gange mod lægernes brutale behandlingsmetoder, hvor patienten fik trukket sine sidste kræfter ud af kroppen. Desforuden frygtede den i 1755 fødte Medicus udviklingen af helbredelsesmetoden, der ville degraderes „til elendig pengegriskhed, overdækning af symptomer og til nedværdigende receptskrivi“.

„Similia similibus curentur“. Lignende burde behandles med lignende, var Hahnemanns motto. Det er stadig Homøopatiens Credo i hele verden.

I 1790 stødte Hahnemann ved en oversættelse på en beskrivelse af malaria-midlet kinabarkens virkning. Stedet i teksten forekom ham uforståeligt og derfor tog han selv en dosis af det beskrevne middel for at skaffe sig klarhed. Til sin forbavselse konstaterede han, at der hos ham, den raske, optrådte helt lignende symptomer som hos en malariapatient - en slags vekselfeber.

Efter dette kom han til den forbløffende omvendte slutning, at substanser, der gør raske folk syge, kunne fordrive lidelsen hos syge personer. Efter yderligere mange forsøg formulerede Hahnemann i 1796 sin „ligheds-lov“ og forklarede den således: „Vælg for at helbrede blidt, hurtigt, sikkert og varigt et lægemiddel, der kan frembringe en lidelse, der ligner én, som det kan helbrede“.

I løbet af sit studium noterede Hahnemann sig ganske vist, at han gav for høje doseringer af sine „lignende“ midler. Patienterne fik ofte en forværring til at begynde med, dvs. lidelserne tog kraftigt til i begyndelsen, før de så forsvandt. Derfor formindskede han doserne så længe, til de kun indeholdt en anelse af de virksomme substanser. Til denne „fortynding“ anvendte han en særlig proces: Han rystede 1 del af lægemidlet med 9 dele af „fortyndingsmidlet“ (bedre kaldet Bærersubstansen), og han fik således den første decimal eller D1. D2 fik han ved at ryste D1 med 9 dele bærersubstans, således at indholdet af lægemiddel nu var 1:100. (På denne måde viderefortyndes endnu den dag i dag „fortyndede“ homøopatiske midler, og hver gang bliver midlet fortyndet præcis ti gange).

Fortsættes i næste nr.

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
København Nord Gunnar Johansen, Mølleåparken 11, 3, 2800 Lyngby	tlf. 45 87 97 75
Lokalforeningen Nordjyllands Amt, Harald Svenningsen, Kirkevej 1, 9520 Skørping	tlf.: 98 39 16 14
Den Syd- & Sønderjyske Lokalforening, Lilly Nielsen, Flensborgvej 2, 6340 Kruså	tlf. 74 67 53 30
Vestegnens Lokalforening, Annette Tyoko, Peblinge Dosering 22, 2, th., 2200 København N.	tlf.: 35 36 28 60

Adresser på kontaktpersoner:

Hans Gydesen, Østergården 45, st.th., 2635 Ishøj,	tlf.: 43 73 79 63
Mary Holmud, Ærtækrogen 7, 2860 Søborg,	tlf.: 31 67 18 76
Erik Hyllested, Hindsholmvej 266, 5370 Mesinge,	tlf.: 65 32 19 65
Louis Montana, Rosenvang 40, 2700 Brønshøj,	tlf.: 31 60 96 80
Vagn Skov, Pilevej 9, 6600 Vejen,	tlf.: 75 36 15 68
Birte Sjelborg, Helenevej 5, 6740 Bramming,	tlf.: 75 17 33 34

Landsforeningen til Kræftens Forebyggelse

- Formand **Annette Tyoko**, Peblinge Dosering 22, 2. th., 2200 København N, Tlf.: 35 36 28 60.
Næstformand **Elmer Hansen**, Grønningen 15, 6340 Kruså. Tlf 74 67 16 17.
Sekretær **Tage Jessen**, Ellundvej 17, 6330 Padborg. Tlf. 74 67 46 54.
Kasserer **Gunnar Johansen**, Mølleåparken 11, 3. t.v., 2800 Lyngby, Giro: 11 00 440.
Bestyrelsesmedlemmer **Jørgen Elmklint**, Pilgårdsvænge 31, 2635 Ishøj. Tlf. 43 54 26 23.
- **Erland Hyllested**, Mellemgade 6, Over Jerstal, 6500 Vojens. Tlf. 74 54 78 19.