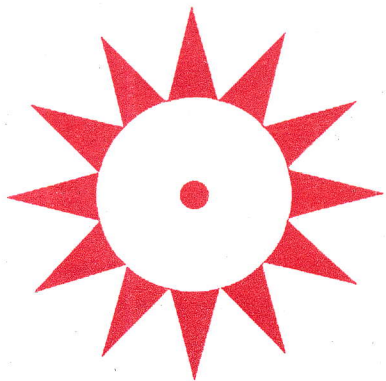


Solbladet



**DIT HELBRED
DIN FREMTID**

Oktober 2012
21. årgang

Indhold

**Opråb til
danske politikere**

**Lægebrevkasse
v/Carsten Vagn-Hansen**

Boganmeldelser

**Landsforeningen til
Forebyggelse af Kræft**

Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft

Formål:

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

Årskontingent: Kr. 100.

Kontingentet kan indbetales på GIRO 110 0440 eller som bankoverførsel til Reg.nr. 9570 Konto nr. 110 0440.

Solbladet's redaktion:
(Adresser og tlf.: Se bagsiden)

Louis Montana (ansv.)
Wanda Andersen
Niels M. Uldall

Bladets artikler udtrykker forfatterens personlige mening og afspejler ikke nødvendigvis Foreningens synspunkter.

Artikler fra Solbladet må gengives under forudsætning af kildeangivelse samt forfatterens tilladelse.

Tryk:
Eget tryk

Indhold:

Opråb til danske politikere.....s.	3
Ernæring.....s.	5
At læse medicin med orthomolekylære briller.....s.	8
Lægebrevkassen.....s.	10
Korte nyheder.....s.	14
Boganmeldelser.....s.	18

Redaktionen modtager gerne læserbreve, artikler samt spørgsmål til lægebrevkassen v. Carsten Vagn-Hansen.

Deadline til næste nr.: 15.12.2012.

Husk kontingentet for 2012: 100 kr. som helst bedes betalt nu.

Giv også gerne en gave. Der kan fra 2012 søges Skat om fradrag for alle gavestørrelser.

Annoncepriser:

1/1 side	kr. 800,-
1/2 side	kr. 500,-
1/4 side	kr. 275,-
1/8 side	kr. 150,-

Annoncepriserne gælder for reproklart materiale.

Demokratisk - økonomisk - bæredygtigt opråb til danske politikere

John Maynard Keynes (1883 - 1946) påpegede allerede ved fredsforhandlingerne efter 1. verdenskrig i 1919 det risikable i at påtvinge et land eller en samfundsgruppe urimelige betingelser. Fredsforhandlingerne ønskede, at Tyskland skulle betale en erstatning, som ville have belastet landet i mange år efter fredsslutningen. Det vil helt sikkert medføre utilfredshed og skabe grobund for voldelige uroligheder evt. førende til krig.

Trækker man en parallel til nutidens sundhedssystem, hvor den halvdel af befolkningen, som lejlighedsvis har benyttet naturbehandling, selv skal betale alt af egen lomme, så vil det sandsynligvis også ende galt på et eller andet tidspunkt.

Politikerne kan enten lytte til medicinalindustrien og herved tilsi-
kre denne fyrstelige indkomster eller til befolkningen og foranledige, at pengene bliver i borgernes og regionernes lommer.

At medicinudgifterne er løbet helt løbsk med det offentliges andel stigende fra 7,5 mia. i 2001 til 13,2 mia. i 2011, har fået Enhedslisten til at søsætte et ønske om oprettelse af et "uafhængigt" lægemiddelinsti-
tut som indledningsvis tilføres 50 mio. kr. - penge der primært tænkes tilvejebragt af medicinalindustrien.

Instituttet skal bl.a. varetage vigtige prioriteringer, således at de nye, vanvittigt kostbare medicinalprodukter i den udstrækning, det er muligt, substitueres af billigere og lige så potente panderter.

Skæver vi et øjeblik til nationaløkonomien, så står Novo Nordisk for 40 % af stigningerne i OMXC-20 indekset siden krisen for alvor satte ind i 2008. Det vil sige, at medicinalindustrien har stor betydning for Danmarks handelsbalance og BNP, idet også andre danske medicinal-firmaer eksporterer for betydelige summer.

På naturmedicinområdet gør det ganske modsatte sig gældende, idet politikerne både nationalt og i EU-regi udelukkende har lyttet til medicinalindustriens lobbyister, når talen falder på naturmedicin og tålelige forhold for denne.

Skal man fx i tilfælde af brystcancer købe det effektive B-17 vitamin i USA, tager det 3 måneder at skaffe produktet, idet Lægemiddelstyrelsen i samarbejde med Skat roder rundt og forsinker forsendelsen så længe (hændelse fra 2011).

Det synes at være halsløs gerning, at EU og Danmark på sundhedsområdet udelukkende satser al energi og alle pengene på syntetiske lægemiddelfirmaer. Ved også at tillade produktion og anvendelse af naturmedicin vil både Danmark og EU kunne opnå væsentlige fortjenester på naturmedicin-området, penge som vil gavne godt i den slunkne kasse. Arbejdspladser skabes i rig målestok oven i købet, hvilket er virkelig tiltrængt.

Situationen kan betragtes som en win win situation, idet der skabes arbejdspladser, forbedret økonomi samt sundere og glattere mennesker. På miljøområdet kan der forventes betydelige gevinster, idet naturmedicin ikke forurener som produktion, forbrug og spild af syntetisk medicin gør.

Alene på Herlev Hospital påtænker man fra primo 2013 at investere 42,5 mio.kr. i et anlæg til at fjerne medicinrester fra hospitalets spildevand. Der er mange hospitaler i Danmark, og det vil være dyrt at rense alt spildevandet.

Ideen med et uafhængigt lægemiddelinstitut er fantastisk. Lad der til befolkningen få tilskud til naturmedicin, opret en naturmedicin-kyndig Natursundhedsstyrelse, og lad der blive organiseret tilskud til naturbehandlere, der kan bevise gennem sunde klienter, at de kan gøre folk raske.

RAB-ordningen (Registreret alternativ behandler) er et skridt på vejen, men lad fx hver behandler fremskaffe 30 helbredte eller delvist helbredte klienter, hvorefter befolkningen kan få tilskud til behandling hos vedkommende. En egenbetaling på 75.- kr. for behandling vil måske være passende.

Det kunne være interessant for mindst en af regionerne at initiere et pilotforsøg baseret på ovennævnte idegrundlag. Resultaterne fra Förlingeforsøget i Sverige og naturmedicinforsøget i Nordkarelen Amt i Finland viser tydeligt, at der ingen tid er at spille, da besparelserne er betydelige ved naturlige tiltag på sundhedsområdet.

Resultat af ændringer: Øget eksport, flere i arbejde, bedre sundhedstilstand, mindre forurening og glattere befolkning.

Med venlig hilsen, Louis Montana

Ernæring

Berit Strøm Grevstad, reg. Naturterapeut MNNH

Forskning ved verdens største database for adfærdsforstyrrelser viser, at passende kost og kosttilskud kan forbedre psykisk syge mennesker fra bedre til helt raske. *Health Research Institute ved Pfeiffer Treatment Center i Illinois, USA, har testet og behandlet følgende patienter: 10.000 med diagnosen ADHD, 5.500 med diagnosen Autisme, 3.200 personer med diagnosen Depression, 3.500 personer med diagnosen Schizofreni eller Bipolar disorder.*

Kostændringer og kosttilskud

Psykisk syge kan få det bedre eller blive helt raske.

Som en af de indbudte og betalende deltagere på Bio Medisinsk Laboratorium/Bio Natures konference på Ullevål sygehus i fjor, var jeg så heldig at høre Dr. William J. Walsh's meget interessante foredrag. Walsh er en af ildsjælene bag Pfeiffer Treatment Center, som har testet flere tusind patienter med forskellige former for adfærdsforstyrrelser og sindslidelser for 90 - 150 forskellige kemiske komponenter i blod, urin og hår. *Mere end 3 millioner separate kemiske analyser er foretaget i instituttets regi.* Det er verdens mest omfattende kemiske database for ADHD, schizofreni, adfærdsforstyrrelser og autisme.

Fundene peger i samme retning: Der er betydelige kemiske forskelle på Pfeiffer Treatment Centers patienter og resten af den amerikanske befolkning. Flere af de observerede ubalancer har direkte tilknytning til forstyrrelser i hjernens neurotransmission. Hjernen er som en kemisk fabrik, siger dr. Walsh, hvor råmaterialerne for neurotransmitter som dopamin, serotonin osv. er mikronæringsstoffer; vitaminer, mineraler, aminosyrer og fedtsyrer.

Gennem et tæt og nøgternt foredrag førte William J. Walsh os gennem en række eksempler på, hvorledes forskellige former for mangler medfører tilknyttede sygdomme. Jo større og jo mere sammensatte mangler, desto sværere lidelser: Zink-mangel for eksempel associerer til irritabilitet, ængstelse og voldelig adfærd, men mangel på B6 fører til problemer med serotonin-syntesen.

Omtrent 25 % af patienterne viser sig at have en methyl-forstyrrelse, noget som bl.a. kan give negative effekter på dopamin-, norendalin- og serotonin-syntesen.

Og det vil ikke overraske læseren at få at vide, at blodsukkerforstyrrelser og/eller forskellige mave/tarmlidelser er meget udbredte blandt disse patienter.

For at afbalancere mangler som ofte har manifesteret sig i flere år, eller måske hele livet, *er der behov for store doser med mikronæringsstoffer - det er sjældent tilstrækkeligt med multivitaminer! Og det er altid nødvendigt med individuel terapi, fastslår Walsh*, både fordi vi er genetisk forskellige og fordi to personer aldrig har fælles medicinsk eller diætisk historie. Der er som regel tale om en meget sammensat individuel ubalance: Toksisitet, mangel på vitale næringsstoffer og til dels store skævheder mellem forskellige mikronæringsstoffer kræver langvarig ændring og opfølgning på den enkelte patient.

Ved at gennemgå studier og cases viste dr. Walsh os, hvorledes en række "uhelbredelige" psykiske lidelser har positiv gavn af denne test og behandling: *Forskellige former for adfærdsforstyrrelser, ADHD, autisme, depression, bipolare forstyrrelser, schizofreni og Alzheimer's syndrom er alle lidelser med helt eller delvis udspring i fejlnæring*. Når det gælder Alzheimer's, kan ikke ødelagte hjerneceller regenereres, men hjernen hos disse patienter lider ofte under tungt oxidativt stress og forhøjede tungmetal-mængder. Når sådanne tilstande korrigeres, oplever patienterne oftest en betydelig funktionsforbedring, fortalte Walsh.

Pfeiffer Treatment Center benytter sig af tests og analyser, der foretages af biokemiske laboratorier, samt i udstrakt grad af hårmineralanalyser. Finansieringen foregår for en stor del gennem fonds, legater og gaver, hvilket sikrer at ubemidlede patienter får lige så god behandling, som de med råd til at betale behandlingen selv.

Af alle disse 22.300 patienter, som er blevet testet og behandlet - hvor mange blev da fri for plager eller fik tilstanden betydeligt forbedret?

Af alle testede og diagnosticerede undlod 12 % at deltage i et behandlingsforslag. Dertil kommer at 11 % af forskellige årsager holdt op med behandlingen. 77 % fuldførte behandlingen. *Af disse er 58 % blevet fuldstændig symptomfri. 33 % oplevede en forbedring. 8% oplevede ingen forbedring og 1 % fik det værre.*

Bedre statistik lader det sig næppe gøre at finde i medicinsk historie. Hvad siger så andre amerikanske læger og forskere til denne enestående forskningsstatistik?

Ifølge Walsh, som altså selv er læge og forsker, siger de fleste

ingenting. De vælger stort set at trække på skuldre og smilebånd og overse den.

Jeg er nødt til at tage en sætning med som Dr. William J. Walsh sagde, og som jeg noterede med store bogstaver: Genetic means chemistry. Which means something can be done - it's treatable!

Noget at have i tankerne i denne tid!

Tak til Bio Nature og Bio Medisink Laboratorium som arrangerede Biokonferencen!

grevstadhelse@online.no Naturterapeuten på nettet: www.nnh.no
NNH Postboks 0135 Oslo, tlf. 21 01 37 00 - Fax: 21 01 37 05. Ti-ons-to 11 - 16.

MSM og brystkræft

Et nyt studie har vist, at det naturlige svovlprodukt methylsulfonylmethan, der stammer fra planter og træer, hæmmer væksten af brystkræftceller betydeligt.

Svovl er det mest oversete mineral, formentlig fordi op til en fjerdedel af kroppens vægt består af svovl. Men for at kroppen skal fungere, har vi brug for daglig tilførsel af svovl. Overskud af svovl bliver udskilt med urinen. Mangel kan vise sig ved smerter, ledproblemer med nedbrydning af brusken, træthed og øget psykisk og legemlig stress. Desuden ved utæt tarmslimhinde, medførende allergi og dårlig fordøjelse.

Der er svovl i meget af vores mad, men i tilberedt og kogt mad er der ikke nok. Der kan derfor være god grund til at tage MSM som tilskud. Det er et kraftigt antioxidant, der afgifter og hjælper med udskillelse af tungmetaller. Det er totalt ugiftigt. Som tilskud er en dosis på 1.000 mg (et gram) 1-2 gange dagligt rimeligt. Har man symptomer på mangel, vil det være godt med 2 gram to gange dagligt.

Carsten Vagn-Hansen

At læse medicin med orthomolekylære briller *af Søren Flytlie*

Nogle læger bliver så kloge igennem deres virke, at de ender som orthomolekylære læger. Så heldig var jeg ikke – da jeg fik åbenbaringen havde jeg en bachelor i HA og vidste ikke engang, at lægeuddannelsen hed "medicinstudiet". Nå, men første del af studiet gik fint; vi er jo ikke mange, der er uenige indenfor anatomi, fysiologi og biokemi. Skæbnen ville, at jeg havde en biokemi-forelæser, som fandt mine kontroversielle spørgsmål så interessante, at han fik mig til at afholde alle vitamin- og mineral-forelæsninger for årgangen. Folk var så interesseret, at de efterfølgende stod i kø for at få råd til løsning af egne og familiens helbredsproblemer.

For mig startede de studiemæssige udfordringer først rigtigt, da farmakologi, kirurgi og selve klinikken kom på banen. Puha, det har været svært ikke lige at prikke de afviste og modløse patienter på skulderen, og sige: "Bare rolig, du skal ikke miste håbet. Jeg ved, hvordan du får hjælp." Dybt frustrerende, og for et følsomt og konsensus-søgende menneske som mig, nærmest deprimerende.

I selv-terapiens navn har jeg nedfældet en del ord igennem studiet for at bevare fokus og troen – jeg har endda publiceret en lang artikel om C-vitaminets glemte potentiale i vores studenterblad.

Nå, jeg sad på en våd efterårsdag til en ufattelig kedelig radiologi-forelæsning, hvor PET-skanneren blev gennemgået. Her fandt jeg kimen til den forskningsopgave, jeg skriver på i øjeblikket. Forelæseren var småirriteret på lokale infektioner hos patienter med obs. cancer, da de var falsk-positive fund. Hvorfor, jo, ved PET-skanning indgives radioaktivt glucose, som så lader op, hvor glucoseomsætningen i kroppen er størst. Wow, infektioner og tumorer er lige sultne efter glucose; og da glucose og C-vitamin er ligestillet pga. vores oprindelige egenproduktion af C-vitamin ud fra glucose, så kunne jeg med afsæt i skolemedicinen skrive min opgave – "Intravenøst administreret C-vitamin i kræftbehandlingen".

Intravenøst C-vitamin i kræftbehandlingen

I 100 år har vi kendt til vitaminet og i over 50 år har mange pionerer forsøgt at bevise stoffets potentiale hos mennesket. Starten var dog

træg med kun minimale landvindinger, indtil C-vitaminsdoserne blev gradvist højere. Det store paradoks er, at der i naturen findes små mængder C-vitamin. Positivt, da det er grundlaget for menneskehedens overlevelse, på trods af at det defekte enzym er ansvarligt for egenproduktionen. Negativt, da det umiddelbart angiver et niveau, som skal tilstræbes gennem kosten, men som vi i dag ved, ligger meget langt fra det terapeutiske niveau. De seneste 30 år er det gået op for os, at vi skal kopiere dyrene i bestræbelsen på at vinde kampen over sygdom. Da dyrene mangedobler deres egenproduktion ved sygdom og stress, kan samme niveau hos mennesket kun opnås ved intravenøs indgift. Dette faktum har genoplivet forskningen, og forkortet udsigten til at alle kan få glæde af behandlingen.

Mange kræftpatienter er blevet behandlet med intravenøst C-vitamin, og fælles for dem alle er fuldstændig eller delvis helbredelse, samt en enorm forbedring i helbred og livskvalitet sammenlignet med konventionelt behandlede.

Hvorfor er anerkendelse af C-vitaminet så længe undervejs?

Rationalet ligger ligefor: Udover overlegen hjerneaktivitet er C-vitaminproduktion den største forskel på mennesker og dyr. Men som så megen anden orthomolekylær lærdom, er der enorme interessekonflikter, hvorved enhver empirisk (erfaringsbaseret) tilgang afvises. Derfor har nutidens C-vitamin-forskning fokus på den farmakokinetiske virkning, hvilket har sat mig i stand til at remse ovenstående positive egenskaber op. Det er absolut spændende at få klarhed over, hvorfor det redder liv, men hvor meget mere klarhed kræves, før vi må redde videre?

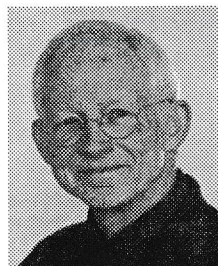
Vi lever i en tidsalder, hvor videnskabens spilleregler skal følges. Ad denne vej ses typiske forsinkelser på omkring 15 år før noget vinder almen anerkendelse. Aldrig har noget været så lang tid undervejs som C-vitamin, og aldrig har noget levet så længe uden videnskabelig afvisning... og aldrig har vi stået med et så potent og ikke-patentérbart stof. Måske er sidstnævnte et kardinalpunkt. Døm selv.

Indlægget er forkortet af redaktionen



LÆGEBREVKASSEN

ved Carsten Vagn-Hansen



Kinesisk malurt og kræft

Jeg har læst et sted, at stoffet artemisinin fra kinesisk malurt kan dræbe kræftceller uden at skade de sunde celler. Er der forskning, som kan bekræfte dette, og hvorfor bruger man det ikke?

Den nysgerrige

Artemisinin fra planten Kinesisk malurt, på kinesisk qing hao, har været kendt i kinesisk medicin i flere tusinde år, blandt andet mod forkølelse og feber. I 1971 fandt kinesiske forskere igen frem til, at artemisinin er meget effektivt mod malaria, der skyldes en parasit.

Artemisinin er et sequiterpen lakton peroxid i stil med brintoverilte, der efter optagelse i malariaparasitten ved hjælp af jern oxiderer parasitten, som derved dræbes. Malariaparasitter indeholder ekstra meget jern. Det gør kræftceller også, så hvis der kommer artemisinin ind i en kræftcelle, vil den ikke kunne overleve. Celler og væv, der ikke indeholder jern, vil derimod ikke blive skadet. Når mange kræftceller dør på en gang, kan kroppen blive forgiftet, men det kan modvirkes ved at styrke leveren med fx Marietidsel. Leveren er vores vigtigste afgiftningsorgan.

Vil man bruge kinesisk malurt, er det vigtigt ikke at tage jerntilskud eller at spise jernrige fødevarer som fx rødt kød, frø og kerner. Vil man gøre livet svært for kræftceller, er det i det hele taget bedst at undgå jern, da det fremmer væksten af kræft. Blandt andet ved at fremme inflammation, der også er en medvirkende grundårsag til kræft.

På University of Washington i Seattle forskes der på fuldt tryk i artemisinins virkning på kræftceller, og man har foreløbig konstateret, at artemisinin har en destruktiv virkning på 55 forskellige kræfttyper, også nogen hvor traditionel kemoterapi ikke virker.

En væsentlig årsag til, at artemisinin ikke bruges, skyldes det bas- tante krav om dobbeltblinde undersøgelser, der er svære at gennem- føre med plantestoffer. Desuden at stoffet ikke kan patenteres, så der kan ikke tjenes mange penge på det. Forskning er imidlertid ikke alt, og mange læger har set positive virkninger af artemisinin, især mod brystkræft. Man kan kun håbe på, at der vil komme en tid, hvor offentlige tilskud vil kunne fremme forskningen i naturmidler mod kræft.

Udtæretthed - fedt og protein samt omega-3

Mennesker med kræft og alvorlige kroniske sygdomme vil oftest opleve at tabe sig meget i vægt, have dårlig appetit, dårlig vitalitet, musklerne vil svinde ind, og de vil blive deprimerede. Det vil også gå ud over immunsystemet, så de lettere vil få betændelse og andre syg- domme. Der opstår det, som man på latin kalder kakexi.

En undersøgelse fra Skotland viser, at en kost med to gram omega- 3 fedtsyrer samt ekstra C-vitamin og E-vitamin i høj grad kan modvir- ke vægttab og forbedre livskvaliteten.

I undersøgelsen deltog der 200 patienter, som gennemsnitligt tabte over 3 kg om måneden. De blev delt i to grupper, og de 95 blev sat på en kost med et højt kalorieindhold og proteinindhold, beriget med C- og E-vitaminer samt 2 gram omega-3 fedtsyrer. Den anden gruppe på 105 deltagere fik også en kost med højt kalorie- og proteinindhold, men uden omega-3 fedtsyrer og ekstra vitaminer. I løbet af de følgen- de otte uger holdt deltagerne i begge grupper op med at tabe sig. Men ved en særlig analyse af forholdet mellem mængden af mad og bedringen, fandt forskerne, at de deltagere, som fik ekstra Omega-3 fedtsyrer, steg hurtigere i vægt og øgede deres muskelmasse mere end de deltagere, som ikke fik omega-3 og vitaminer. Det viste sig også, at livskvaliteten i omega-3 gruppen bedredes væsentligt.

En del af forklaringen på bedringen af livskvaliteten ved at give til- skud af omega-3 fedtsyrer skyldes sandsynligvis, at *man ved, at omega-3 fedtsyrer modvirker depression.*

Det er altså ikke nok at give svækkede mennesker med stort vægt- tab mange kalorier og meget protein. Der skal også suppleres med omega-3 fedtsyrer. Gode kilder er rensset fiskeolie, avocado, mandler, nødder samt olier med stort indhold af omega-3 fedtsyrer.

På Aabybro Mejeri fremstilles en energitæt flødeis med ekstra pro-

teiner. Den er velsmagende og meget egnet til mennesker med lille appetit. Tlf. 9824 1004. Hjemmesiden er www.ryaais.dk

Klor og blærekræft

Jeg er så uheldig at bo et sted, hvor der er klor i vandet. Vi har lært at leve med det, men har hørt, at klore øger risikoen for at få kræft. Er det rigtigt, og hvad kan vi gøre for at nedsætte vores risiko? Vi går også ofte i svømmebade, hvor der er klor i vandet.

Familien Hansen

Det er rigtigt, at klor har vist sig at øge risikoen for kræft, især blærekræft. Det er ikke klor i sig selv, der øger risikoen, men stofferne trihalometaner - THM, der dannes, når klor kommer i forbindelse med organiske materialer. Det sker blandt andet i svømmehaller, hvor der også er THM'er i luften. Risikoen er dog ikke stor, hvis man undgår lange bade.

Drikkevandet i Danmark indeholder ikke THM, og man kan i øvrigt dels lade klore dampe væk fra vandet ved at lade det stå i en kande i køleskabet, og dels neutralisere klore ved at tilsætte ganske lidt askorbinsyre (C-vitamin) til vandet.



Hvordan undgår man at dø efter en galdestensoperation?

Hvert år dør mange mennesker af de fejl, lægerne begår i forbindelse med udførte operationer. Det gælder ikke kun galdestensoperationer. Allersidst er det gået ud over en ung kvinde fra Rødby. Hun blev opereret for galdesten på Nykøbing Falster sygehus. Hendes tarme blev perforeret under operationen, og hun døde under voldsomme smerter kort tid efter.

Lægerne gør deres bedste, alligevel går det alt for ofte galt med døden som resultat. Drejer det sig fx om galdesten, så findes der en fuldstændig sikker og smertefri metode, som man kan benytte bag hjemmets fire vægge. Den er oven i købet billig og kan gennemføres på en uge, hvor det kun er den sidste dag, at selve kuren gennemføres. De andre dage drikkes blot 1 liter grapesaft ekstra.

Har man lyst til at prøve kuren, der også renses lever og galde, inden stenene forårsager smerte og ubehag, kan man købe bogen: "Elsk din lever og lev længere" af Andreas Moritz udgivet af forlaget Hovedland.

Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft, LFK, har med forlagets tilladelse fremstillet et 32 sideres uddrag af bogen. Vi har forgæves søgt et antal fonde om kr. 18.000,- til fremstilling af uddraget i 4.000 eksemplarer.

Mange mennesker kunne spares for smerter, og mange penge kunne spares i sundhedssystemet, hvis galdestensoperationer kunne undgås.

Sagen er den, at den internationale medicinalindustri behersker hele sygdomsmarkedet og med hjælp fra politikere og presse træder alt naturligt under fode. Blandt andet publiceres et utal af falske, fejlagtige undersøgelser om faren ved at indtage naturmedicin og anvende naturbehandling.

Louis Montana, Formand for LFK

Korte nyheder

Fedme og tandsundhed

47 % af danskerne er overvægtige og heraf er 15 % svært overvægtige. Ifølge cand.med. Julie Volk, Københavns Universitet, eksisterer der en uheldig sammenhæng mellem fedme og paradentose, hvad der er årsag, og hvad der er virkning, er ikke helt klart.

Der er behov for et tværfagligt studie for at få klarlagt de nærmere sammenhænge mellem kost, motion og tandsundhed. Kandidatspecialet er omtalt i Tandlægebladet.

Patientombuddet under Sundhedsministeriet udtaler:

Syge og svækkede danskere udsættes for mellem én og to mio. fejl og utilsigtede hændelser årligt. Størst er problemerne med tildeling af korrekt medicin i rette doser på det rigtige tidspunkt.

Allerværst ser det ud på de institutioner, hvor psykiske patienter opholder sig. Politikere og fagfolk i regionerne udtaler, at antallet af alvorlige hændelser har ligget på samme høje niveau i en årrække.

Center for Kræft og Sundhed i Nørre Alle 45 i København

Centeret er åbent for telefonkontakt ma. til to. kl. 9.30 - 15 og fredag 9.30 - 13. Personlig henvendelse ma. til ons. 10 - 16, to. 10 - 18 og fredag 10 - 13. Centeret erstatter det tidligere Sundhedscenter for Kræftframte. Telefon 82 20 58 00 samt fax: 28 17 62 52. Mail: rehabilitering@kraeftcenter-kbh.dk

Der er mulighed for årligt at hjælpe 1500 mennesker.

Rødvin er ikke kun godt mod blodpropper men også virksomt ved kræft

Resveratrolen i vindrueskallen kan standse udviklingen af brystkræft, påstår dr. Sebastian Ando fra Calabrias Universitet i en udtalelse i Daily Mail. Nærmere beskrivelse findes i The FASEB Journal hvor det er konstateret, at resveratrolen især er gavnlig, når kræftcellerne bliver resistente over for hormonbehandling.

Udviklingen af kræftcellerne blev reduceret betydeligt af resveratrolen i forhold til kontrolgruppen, som ikke fik produktet.

Nyt fra Europarådet om faren ved elektromagnetiske felter

Europarådet gør det krystalklart, at elektromagnetiske felter/stråling har potentielt skadelige biologiske effekter for sundheden hos dyr, mennesker og planter også langt under de tilladte grænseværdier. Der advares mod stråling fra mobiltelefoner, mobilmaster, trådløse DECT telefoner, trådløse netværk (WiFi, WiMAX etc.), babyalarmer og andre trådløse apparater samt lavfrekvent elektricitet.

Det pointeres særligt, at medlemslandene bør beskytte børn, teenagere og unge i den fødedygtige alder. Herunder bør mobiltelefoner og trådløse netværk (WiFi, WLAN) i klasseværelser og skoler forbydes. Elever, forældre og lærere bør rådgives derom.

Europarådets alvorlige advarsler blev forstærket den 31. maj 2011, da WHO's kræftforskningsinstans IARC (International Agency for Research on Cancer) også opgraderede kræfttrisikoen fra radiofrekvent baserede elektromagnetiske felter.

Trådløs telekommunikation på arbejdspladser, i miljøet og personligt med transmission af signaler fra radio, fjernsyn, mobiltelefoner, sendermaster, trådløse netværk (WiFi WLAN, WiMAX etc.), trådløse DECT telefoner, radar og mikrobølger kategoriseres nu i gruppe 2B: "Muligvis kræftfremkaldende for mennesker" og er hermed placeret i samme kræftfremkaldende gruppe som DDT, bly og dioxin.

De danske myndigheder, som skal beskytte befolkningen, nægter imidlertid at tage problemet alvorligt ifølge brev fra IT- og Telestyrelsen. 8.6.2011 www.ehsf.dk

Naturbehandling som mindfulness, yoga og kognitiv terapi hjælper syge

Et forskningsprojekt ved Aarhus Universitetshospital udført af speciallæge i psykiatri Lone Fjorback på Forskningsklinikken for Funktionelle Lidelser, viser tydeligt, at ovennævnte terapier har en virkning på funktionelle lidelser som forpæster tilværelsen for ca. 300.000 danskere. Det drejer sig om sygdomme, som giver alvorlige fysiske symptomer, uden at lægerne kan stille en diagnose. Det kan fx dreje sig om kronisk diarre, kemikalieoverfølsomhed eller fibromyalgi.

Det nye behandlingstilbud vil kunne spare samfundet for mange penge til førtidspension og nytteløse undersøgelser siger L.F. Efter 1 år var 25 % af deltagerne i terapigruppen kommet på førtidspension mod 45 % i kontrolgruppen.

Syntetiske farmaceutika fordobler risiko for blodpropper

Forskning fra Aarhus Universitetshospital og Aarhus Universitet viser, at helt almindelige piller som fx Ibuprofen, Bonyl og Voltaren som danskerne lystigt fylder sig med mod gigt, feber, betændelsestilstande og muskelsmerter mere end fordobler risikoen for at få blodpropper i benene og lungerne. Midlerne forhandles uden recept i svage doser samt på recept i højere doser.

Kræftens Bekæmpelse (K.B.) roser det nordiske køkken

Forskere hos K.B. har i 13 år fulgt 53.000 personer, som ved forsøgets start var raske. Fødevarer fra det nordiske køkken medførte en 35 % mindre risiko for tyktarmskræft hos kvinderne og en lidt mindre markant tendens hos mændene. Ifølge ph.d. Cecilie Kyrø (K.B.) består den nordiske kost af rodfrugter, fisk, kål, danske frugter som æbler, pærer tilligemed havregryn og rugbrød. Tyktarmskræft er en af de mest udbredte kræftformer.

Lægemidler kan gøre huden overfølsom over for sollys

Professor og speciallæge i hudsygdomme ved Mølholm Privathospital Peter Bjerring hævder, at der er over 250 forskellige lægemidler, som kan gøre huden overfølsom over for sollys medførende svie og smerte samt i værre tilfælde permanent allergi og uoprettelige skader på huden. Piller imod akne, vanddrivende midler, hjertemedicin, gigtmidler og p-piller er især under anklage.

Husk ved ophør med indtagelse, at lægemidler kan være flere uger om at være ude af kroppen. Professoren udtaler endvidere, at man, hvis sollys blandes med hormonpiller, kan risikere pigmentskader, som det kan tage årevis at blive kvit.

Kroniske smerter og arvelighed

Nature Neuroscience har barslet med en rapport gående ud på, at det kan forklares, hvorfor mennesker, der udsættes for samme form for smerte, i nogle tilfælde kommer sig uden men, mens andre udvikler kroniske smerter. Professor Ania Apkarian fra Northwestern University i Chicago står bag undersøgelsen. Tidligere undersøgelser har vist, at folk med tendens til såkaldte katastrofetanker, sortsyn og pessimisme har øget risiko for kroniske smerter.

Nyt fra MCSinfo, juni 2012

MCS Foreningen bringer en masse herlige nyheder til torvs, hvoraf vi her anfører nogle stykker:

Journalist Karin Svennevig Hyldig skriver i Fagbladet FOA maj 2012 *at hvert tredje medlem af FOA bliver fysisk utilpas af dufte på arbejdet*. Af 1825 adspurgte medlemmer har 657 udtalt, at de bliver utilpasse af dufte på arbejdspladsen, og 367 har symptomer en eller flere gange om måneden.

Biocamper til MCS'ere og el-overfølsomme

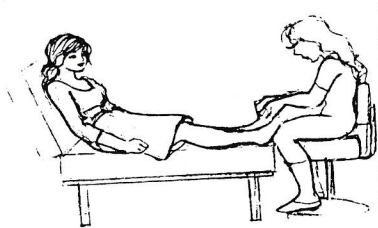
Et køretøj fremstillet uden brug af giftige kemikalier er skabt af det italienske ambulancefremstillingsfirma CVS i Rom. Se nærmere på: www.biocampert.com eller mail: info@biocamper.com. Sine Skovbjerg, leder af Videntcenter for Duft- og Kemikalie Overfølsomhed på Gentofte Sygehus udtaler: Vi ved hverken hvorfor nogle mennesker bliver syge af luftbårne kemiske stoffer eller hvor mange danskere, der i dag er på førtidspension på grund af MCS.

Andetsteds udtaler Sine Skovbjerg at midaldrende kvinder er i overtal blandt de omkring 17.000, der bliver syge af selv små mængder parfume og kemi i luften. Mange fortæller, at overfølsomheden er opstået i forlængelse af et byggeprojekt eller et uheld med skrappe kemikalier.

Souschef Rikke Bille fra Informationscenter for Miljø og Sundhed nævner, at jo oftere man bliver udsat for parfume, jo højere er risikoen for at udvikle allergi.

Grøn kropspleje kan give allergi

Naturlige cremer er fulde af parfume, viser ny test. Kun 7 ud af 36 testede bodylotions var uden problematiske stoffer. Læs evt. http://forbruger kemi.dk/nyheder/din_personlige_pleje/gronkropspleje-kan_give-allergi, 27. januar 2012.



Boganmeldelser *ved Louis Montana*

FOREBYG STRESS i en fælles proces

Af Christine Ipsen & Vibeke Andersen. Jurist og Økonomforbundets Forlag, 96 sider, 220,- kr.

I en tid, hvor individualiseringen fylder mere og mere, får forfatterne på glimrende vis sat fokus på, at et godt og sundt arbejdsmiljø for den enkelte medarbejders trivsel, ikke blot er et individuelt anliggende, men skabes i en fælles proces og ved en kollektiv indsats. Sammen ser forfatterne på forebyggelsesmulighederne på stressområdet, for gennem processtyring at finde frem til, hvad der motiverer medarbejderne, og hvad der trækker i den modsatte retning.

Værket indeholder en konkret procesplan fra A-Z for organisationer, der ønsker at forebygge arbejdsrelaterede belastninger.

Danmarks flora efter voksested

Af Ina Giversen, Jørgen Jensen, Birgit Kristiansen og Lars Norman. Gyldendal, 362 sider, 350,- kr.

Et fantastisk flot, fotografisk gennemillustreret værk med udgangspunkt i de vilde planters naturlige voksesteder. 485 arter illustreres opdelt i 11 plantesamfund. For hver plante beskrives anvendelsesmulighederne samt ofte også tidligere tiders brug af planterne. Især under de 169 sider med urter findes beskrivelser af anvendelsesmulighederne på naturmedicinområdet.

De smukke farveillustrationer gør bogen til et yderst værdigt medlem af hjemmebiblioteket. Stift bind.

SUND BABY UDEN KEMI - Giv dit barn en god begyndelse uden skadelige stoffer

Af Lene Midtgaard Hoedeman. Lindhardt og Ringhof, 185 sider, 249,95 kr.

Bogen er en fin guide til gravide og småbørnsforældre, der gerne vil nedsætte mængden af tilsætningsstoffer og kemikalier i hverdagen.

Der er viden om de hormonforstyrrende stoffer samt problematiske stoffer i plejeprodukter, babyudstyr og legetøj m.m.

Et omfattende værk, som burde være tvangslæsning for alle vordende mødre. Forfatteren er centerleder for MiljøPunkt Østerbro og har i mange år arbejdet intenst med miljø og sundhed. Stift bind. Endvidere overskuelig indkøbslister.

KØD - En antologi

Redigeret af Mickey Gjerris, Rune Klingenberg, Gitte Meyer og Geir Tveit. Tiderne skifter, 316 sider, 249,- kr.

En række anerkendte fagfolk præsenterer deres syn på kød og inddrager samtidig biologiske, historiske, kulturelle, filosofiske, etiske og økonomiske aspekter af kødspiseriet. Hvad der vejer mest i debatten må være op til den enkelte, men sikkert er det, at vegetarianer får et sundere livsforløb end kødspisere. Hertil kommer, at der lettere bliver ressourcer nok til alle klodens beboere, hvis vi ikke ukritisk lader en forholdsvis stor del af vegetabilerne gå gennem dyrene.

Spirituelle og udviklende rejser

Træd tilbage og tank op!

Peru: Den Nye Tids kraft og balance efter 2012

Energiarbejde, meditation, ceremonier m. Qero-

indianere. Oplev Machu Picchu, lysets by, Den Hellige Dal m.m.

(Har du læst "Ørnen og Kondoren", "Den 9. indsigt" eller "Inkamestrenes Arv"?) – **Over påsken 2013**



Styrken indefra – Retreat i Katharlandet i Sydfrankrig

Få kontakt med dine indre ressourcer af visdom, ro, kærlighed, kreativitet, styrke og glæde på stærke kraftsteder – **August 2013**

Hjertets Vej – Center for Intuition, Selvudvikling & Livskunst
v/Annalise Stourup de Molade, Nyrupvej 15, 4296 Nyrup.
Brochure, info og tilmelding: Tlf. 57 80 35 02,
annalise.hjertetsvej@paradis.dk – www.hjertetsvej.dk



Intuitiv Life-Coaching, Psykoterapi, Regression og Healing.
Foredrag og kurser. Uddannelse til Intuitiv Life-Coach og Healer.
Individuelt og par, Nyrup og København og pr. telefon.

Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft

Sekretariat: Formanden, Rosenvang 40, 2700 Brønshøj, tlf. 38 60 96 80

Formand:	Louis Montana Tlf. 38 60 96 80	Rosenvang 40, 2700 Brønshøj
Næstformand:	Wanda Andersen Tlf. 35 37 13 30	Steenstrup Alle 9, st.th., 1924 Frb. C E-mail: wan3and@live.dk
Kasserer:	Dennis Sørensen Tlf. 46 93 33 98	Tornestykket 12, 2720 Vanløse E-mail: dennis@hvidbjerg.info
Medlem:	Niels M. Uldall Tlf. 38 60 38 19	Ringholmvej 4, 1.th., 2700 Brønshøj E-mail: uldalljur@yahoo.dk
Medlem:	Jytte Espersen Tlf. 56 14 48 57	Grønnevej 14 C, Lellinge, 4600 Køge
Medlem:	Hanne Pihl Tlf. 39 69 21 54	Skjoldborg Alle 33, 2860 Søborg

Lokalforeninger

Region Hovedstaden:

Louis Montana, Rosenvang 40, 2700 Brønshøj, tlf. 38 60 96 80.

Region Sjælland:

Jytte Espersen, Grønnevej 14 C, Lellinge, 4600 Køge, tlf. 56 14 48 57.

Region Syddanmark:

Vagn Andersen Skov, Torvet 14, Askov, 6600 Vejen, tlf. 75 36 77 16.

E-mail: vagn@skov.mail.dk

Region Midtjylland:

Kirsten Kehlet, Vejlbygade 30 A, Vejlby, 8240 Risskov, tlf. 86 21 13 95.

Region Nordjylland:

Vibeke Børresen, Enghavevej 2, 9750 Østervrå, tlf. 62 21 91 36.