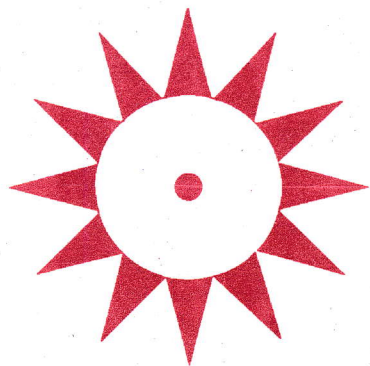


Solbladet



**DIT HELBRED
DIN FREMTID**

**September 2010
19. Årgang**

Indhold

Prostatakræft

**Alternative
behandlingsmuligheder
mod kræft**

**Landsforeningen til
Forebyggelse af Kræft**

Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft

Formål:

At forebygge og bekæmpe 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.

Solbladets 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:

Leder.....	s. 3
Prostatakræft	s. 7
Alternative behandlingsmulig- heder mod kræft.....	s. 11
Korte nyheder	s. 17
Boganmeldelser.....	s. 18

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

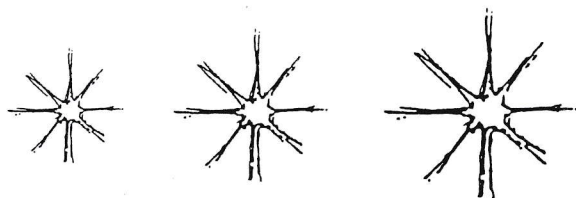
Deadline til næste nr.: 15.10.2010

Husk kontingentet for 2010: 100 kr. Med bladets forrige nr. fulgte et girokort til indbetaling. Giv også gerne en gave, helst på min. 50,- kr., da det giver os ret til godkendelse som gave modtaget med fradragsret. Ved gaver over 500,- kr. er der skattefradrag efter gældende regler.

Annoncepriser:

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

Annoncepriserne gælder for reprojekteret materiale.



Om fordomme og fordummelse

"Folk vil have læger, der giver sig tid. Som ikke anbefaler medicin og kirurgi som eneste løsning. Som ikke griner ad dem, hvis de foreslår urtemedicin. Som kan hjælpe dem med at finde vej i det kæmpemæssige og forvirrende udbud i helsekostforretningerne, og som kan se på folk som andet end bare fysiske kroppe".

Andrew Weil, læge. Leder af lægers efteruddannelse i sundhed og naturmedicin på Universitetet i Tucson, Arizona.

1. fordom: En patients fordom

"Lyt til lægerne i ét og alt. Pas på naturmedicin. Store doser C-vitamin kan ligefrem være farlige. Sørg for at få nok proteiner".

Således siger Suzanne Bjerrehuus til BT, 14. juli 2008.

Dette er et eksempel på en fordom, og en sådan kræver ofte masser af kvalificerede modbeviser. Sådanne kom da også, både før og efter udtalelsen var faldet. Allerede 18. maj 2008 i samme avis havde cand. scient. i human ernæring, Per Brændgaard Mikkelsen, nævnt C-vitamin blandt 12 anbefalelsesværdige vitaminer og mineraler, hvis man vil bevare sin sundhed. Han omtaler C-vitaminet som vigtig for dannelsen af kollagen, som er grundsubstansen i hud, hår og negle.

I sidste nr. af Solbladet, marts 2010, blev C-vitaminet omtalt flere gange af læge Carsten Vagn-Hansen. I artiklen om antioxidanter ved kræftbehandling nævner han direkte, at nogle kræftlæger fraråder deres patienter at tage antioxidanter sammen med kemoterapi. Herimod omtaler CV-H flere studier, f. ex. fra Johns Hopkins Medical Institutions, publiceret i Science, 14.3.1997, der peger på, at frie radi-

kaler spiller en vigtig rolle for fremkomsten af cancer, og at antioxidanter ved at ødelægge disse frie radikaler hermed hjælper med til at undertrykke canceren. Cancerceller kan lave en overproduktion af frie radikaler, der kan udsende signaler, der fremmer yderligere ukontrolleret cellevækst.

Ingen studier har bevist, at antioxidanter kan gribe forstyrrende ind i kræftbehandling. Det er en ren hypotese, der alene er støttet af få studier ved reagensglasforsøg. Tværtimod har C-vitamin vist sig at forbedre effektiviteten af kemoterapi hos dyr og i forsøg med menneskelige brystkræftceller uden for kroppen. Man behøver ikke at undgå antioxidanter af angst for, at virkningen af kemoterapi forstyrres. Se herom Cancer Treatment Review 1997, 23: 209-40 samt Alt. Med. Rev. 1999, 4(5): 304-29.

2. fordom: De etablerede lægers fordomme

På Arizona Universitet er med stor succes oprettet en toårig efteruddannelse for læger. Lederen er læge Andrew Weil, som er pioner indenfor integreret medicin, der er en kombination af vestlig lægepraksis, naturmedicin og alternative behandlingsformer. Siden 1997 er her uddannet flere hundrede læger fra en række lande, dog primært USA. I 2003 besøgte medarbejdere fra Vifab, Videns- og Forskningscenter for Alternativ behandling i Århus, Andrew Weils uddannelsesklinik i Arizona. Efterfølgende skrev Vifab ind i sin vision, at der i Danmark inden for 5 - 7 år burde oprettes en tilsvarende institution til efteruddannelse i alternativ behandling for sundhedsfagligt personale.

Her i 2010 er der forløbet de 7 år, siden ønsket blev fremsat. Absolut intet er sket - bortset fra at betonen er yderligere storknet hos modstanderne. Disse findes bl.a. indenfor den etablerede lægeverden. I 2003 udtalte den daværende formand for Den alm. Danske Lægeforening, Jesper Poulsen, bl.a., at oplysning om alternativ behandling "kun vil være relevant for læger i den udstrækning, at de kan få kendskab til, at de alternative behandlingsformer findes". Hans holdning var, at metoder til vedligeholdelse af helbredet er irrelevante for læger at beskæftige sig med: "Det er for sent, når folk er blevet syge". Lægeforeningen vil gerne forbedre grund- og efteruddannelserne. Men den daværende formand afviste, at homøopati og

naturmedicin hører hjemme i pensummet: "Undervisningen skal være bygget på beviser. Jeg har ingen fordom mod planter. **Hvis noget har en dokumenteret virkning, så er det ikke længere alternativt - og så skal det bruges.** Generelt mangler der overbevisende dokumentation af alternativ behandling".

Heroverfor siger læge Carsten Vagn-Hansen: "Det er det, lægerne hele tiden gemmer sig bagved. At det hele skal dokumenteres. Men de glemmer, at det faktisk er deres egen akilleshæl, fordi de heller ikke har dokumenteret ret meget af det, de laver". CV-H henviser til, at tidsskriftet British Medical Journal har sandsynliggjort, at maksimalt 10 pct. af den samlede mængde dokumentation af lægemidlers virkning holder til en objektiv efterprøvning. "Men det kan jo ikke nytte, at vi bare sidder og skyder på hinanden. Vi må prøve at få bygget broer imellem os. Og der mener jeg, at dokumentationen er vigtig. Den alternative side må stramme op og vise velbeskrevne tilfælde, hvor man kan se, at den lægelige indsats ikke har virket, og den alternative indsats virkelig har virket", siger Carsten Vagn-Hansen (Samvirke, nov. 2003).

3. fordom: Sundhedsstyrelsens og politikernes fordomme

De fleste har hørt om kræftpakkerne. Pakkeforløbene gælder hovedparten af alle kræftformer og blev iværksat som et landsdækkende tilbud fra 1. januar 2009. Sundhedsstyrelsens formål med pakke 1 og 2 var, at behandlingen skulle effektiviseres, således at patienter, hvor der er mistanke om kræft, kan udredes på få dage og komme i behandling.

Naturligvis er det for tidligt nu at måle effekten af de strukturerede pakkeforløb. Men der skal meget til, og en væsentlig reduktion af dødeligheden har endnu ikke kunnet spores. Danmark indtager 18./19. pladsen blandt de 20 OECD-lande, når det gælder kræftdødelighed. Hvis denne placering for alvor skal ændres, er en strukturændring slet ikke nok. Man må tænke radikalt anderledes med hensyn til at finde nye behandlingsformer. Det har man ikke gjort. Tværtimod! Den splinternye kræftpakke 3 sætter sit hovedfokus på den palliative behandling. Sagt på almindeligt dansk, at man vil sikre de patienter, hvor yderligere behandling er udsigtsløs, en god måde at dø på: flere hospicer m.m.

Det er typisk for Sundhedsstyrelsens superkonservative læge- og sygdomssyn: Man skal ikke lukke op for nye alternative behandlingsformer, til trods for, at de har vist god effekt i udlandet. Man skal selv lave sine forsøg for at dokumentere behandlingens virkning. Og det er der ikke penge til. Pengene til forsøg kommer hovedsagelig fra medicinalindustrien, og den vil alene støtte de traditionelle behandlingsopgaver.

Det er ganske uansvarligt, at den danske regering trods mange års pres fra patientorganisationer m.m. ikke vil give bevillinger til forsøg på naturmedicinsk basis, i hvert fald i de tilfælde, hvor mange menneskeliv allerede i dag kan reddes ude i den store verden.

Meget kan siges om globalisering. Den, der skriver disse linjer, føler at globaliseringen også har sin bagside. Men at Sundhedsstyrelsen alene vil bevare den forskningsstruktur, vi altid har haft her i landet, og som ikke har kunnet slå til, men ikke vil vide af de succesfulde udenlandske behandlingsresultater, er en dødssynd, som vi ikke har set siden tiden før den store danske læge Niels R. Finsen.

Vi må gå til kamp mod fordomme, der går ud på at bevare uansvarlige behandlingsformer, der har anbragt os på en af de dårligste placeringer på OECD's dødsliste. I stedet bør man åbne for nytænkning og anvende behandlingsformer, der har vist sin effekt andre steder i verden.

Når man så har set de gunstige resultater af den nye forskningslinje, vil tiden være inde til at rejse rigsretssag for embedsforsømmelse mod de sundhedsministre, der i tidens løb har sovet i timen.

P.t. kan vi sætte vor lid til Bertel Haarder, der på andre områder har vist, at han ikke blot ser på, hvad embedsmændene siger, men på hvad der er almindelig sund fornuft.

Guds fred være med ham og med alle fremtidige kræftpatienter!

N.M.U.

Uddrag fra bogen "Kræft er ikke nogen sygdom" af Andreas Moritz:

Se boganmeldelser i dette nr.

Prostatakræft og de risikable måder at behandle den på

Der findes i virkeligheden tilstrækkelig mange videnskabelige beviser, som tyder på, at de fleste former for kræft forsvinder af sig selv, hvis man lader dem være. En svensk undersøgelse i 1992 viste, at ud af 223 mænd, som havde tidlig prostatakræft, men ikke fik nogen form for lægebehandling, var kun 19 døde ti år efter, at de fik stillet diagnosen. I betragtning af at en tredjedel af alle mænd i EU har prostatakræft, men kun en procent af dem dør (ikke nødvendigvis af kræften), er det meget tvivlsomt, om man overhovedet bør behandle denne kræftform. Det gælder især, fordi forskning har vist, at behandlingen af sygdommen overhovedet ikke har nedsat dødeligheden. Chancerne for at overleve er tværtimod større i grupper af mænd, hvis "behandling" blot består af at vente og holde øje med udviklingen, end i grupper, der bliver opereret. Ved transuretal resektion (TURP) bliver et 0,6 centimeters rør stukket ind i penis lige neden for blæren, hvorpå prostataen bliver skrællet ned og derpå brændt for at standse blødningen. Dette er langt fra nogen sikker fremgangsmåde, idet en undersøgelse viser, at 41 procent af mændene et år efter dette indgreb var nødt til at gå med ble på grund af kronisk inkontinens, og 88 procent var impotente.

Selv screeningsproceduren for prostatakræft kan have alvorlige følger. Ifølge en række undersøgelser er der flere mænd, som dør af prostatakræft, efter de er blevet screenet med PSA (prostata-specifikt antigen), end blandt dem, der ikke har gennemgået denne undersøgelse. En redaktionel artikel i The British Medical Journal opgjorde for nylig værdien af PSA-testen med denne kommentar: "*I øjeblikket er det eneste, man med sikkerhed kan vide om PSA-testen, at den gør skade*". Hvis en PSA-test er tilstrækkelig positiv, efterfølges den typisk af en biopsi - en smertefuld procedure, som kan føre til blødninger og infektion. Nyere dokumentationsmateriale tyder på, at en stor del af disse biopsier er fuldkommen unødvendige. De kan rent faktisk være livsfar-

lige. Hvert år dør 98.000 mennesker i USA på grund af fejl i forbindelse med hospitalsundersøgelser, herunder PSA.

Et andet alvorligt problem med PSA-testen er, at den er kendt for at være upålidelig. I en undersøgelse foretaget i 2003 på Memorial Sloan-Kettering Kræftcenter i New York opdagede forskerne, at halvdelen af alle mænd med PSA-niveauer, der var høje nok til, at de blev indstillet til biopsi, i efterfølgende undersøgelser viste et normalt PSA-niveau. Faktisk anslog lægerne ved Fred HUTchinson Kræftforskningscenter (FHCRC) Seattle, at PSA-screening kan medføre en overdiagnostiseringsrate på over 40 procent. For at gøre det hele værre endnu er der en foruroligende ny undersøgelse, som viser, at hele 25 procent af en gruppe ældre mænd, hvis PSA-tal kunne betragtes som fuldkommen normale, havde prostatakræft – nogle med relativt fremskredne tumorer.

Der findes en langt mere pålidelig test end PSA-testen. Den mindre kendte blodprøve AMAS (Anti-malign antistofscreening) er meget sikker, billig og mere end 95 procent nøjagtig, når det gælder om at opdage kræft af enhver slags. Niveauet af anti-maligne antistoffer forhøjes, når der er kræftceller til stede i kroppen, og man kan opdage dem flere måneder før, andre kliniske undersøgelser kan finde frem til dem. (Få mere at vide om AMAS-testen på hjemmesiden Amascancertest.com).

Hvis mænd lærte, hvordan de skal undgå at hobe toksiner op i kroppen, kunne prostatakræft måske blive den mindst udbredte og mindst skadelige af alle former for kræft. Aggressiv behandling af tidlig prostatakræft er nu et kontroversielt spørgsmål, men det burde være kontroversielt i forbindelse med alle former for kræft uden hensyn til kræftens udviklingsstadium, især når enkle fremgangsmåder som at rense udskillelsesorganerne, at spise en balanceret, udrensende kost og regelmæssigt opholde sig i solen kan give kroppen det, den har brug for til at afværge kræft.

Undgå mejeriprodukter (bortset fra usaltet smør)

I en undersøgelse foretaget på Harvard, der blev offentliggjort i 1998, konstateredes en 50 procent forøgelse af risikoen for prostatakræft og næsten fordobling af risikoen for metastaserende prostatakræft blandt mænd, der spiste store mængder mejeriprodukter. Forskerne satte den øgede kræft risiko ved indtagelse af mejeriprodukter i for-

bindelse med en høj samlet calciumindtagelse. *Høje niveauer af kalk i kroppen vides at øge risikoen for kræft.*

En anden Harvardundersøgelse, der blev offentliggjort i oktober 2001, så på indtagelsen af mejeriprodukter hos 20.885 mænd og konstaterede, at af de mænd, der spiste flest mejeriprodukter, havde cirka 32 procent højere risiko for at udvikle prostatakæft end dem, der spiste færrest.

Indtagelse af for meget calcium kan føre til følgende komplikationer:

- Nyregrus
- Nedbrydning af led og kar på grund af arthritis
- Forkalkning af blødt væv
- Forhøjet blodtryk og slagtilfælde
- Forhøjet VLDL-kolesterol
- Gastrointestinale forstyrrelser
- Bipolar sygdom og depression
- Kronisk træthed
- Mineralmangel, blandt andet på magnesium, zink, jern og fosfor
- Påvirkning af D-vitaminets evne til at beskytte mod kræft

Om forstørrelse af prostata

Lægeordineret medicin mod en forstørret prostata fremmer dannelsen af testosteron til østrogen. Dette kan i høj grad øge kræft risikoen. Mænd, der tager den slags medicin, har ligefrem udviklet kvindelige bryster. Vær også opmærksom på fødemidler, der efterligner østrogen, for eksempel sojaprodukter og andet, som både mænd og kvinder rådes til at spise. Der er bedre måder at undgå en forstørret prostata på. I en undersøgelse offentliggjort for nylig i British Journal of Urology International gennemgik forskere fra Chicago Universitet resultaterne af næsten 20 forsøg, hvor man afprøvede Permixon, et savpalmeekstrakt, som fås i handelen. Resultaterne var overvældende positive, blandt andet forbedret vandladning, reduktion af stærk vandladningstrang, forbedret tømning af blæren, reduktion i størrelsen af prostata efter to år og en signifikant forbedring af livskvalitet. I et af forsøgene førte savpalmeekstrakt til resultater, der var lige så positive som ved lægeordineret medicin, men uden den seksuelle dysfunktion, som ledsagede brugen af medicin. Permixon fremstilles i Europa og kan endnu ikke fås i USA, men der er andre kosttilskud, som kan købes her, som er lige så effektive. Led efter prostataproduk-

ter, som indeholder beta-sitosterol, for eksempel "Prostate Care" fra Healthy Choice Nutritionals, der virker endnu bedre end savpalme.

En kinesisk undersøgelse viser, at det kan forsinke væksten i en prostatakraft at drikke fem kopper grøn te om dagen. Undersøgelsen blev offentliggjort den 7. oktober 2003 i International Journal of Cancer (bind 8 nummer 1, s. 130-135). Flere nyere undersøgelser (Japan, prospektiv undersøgelse udgået fra de offentlige sundhedscentre, 2007) viste, at mænd kunne halvere deres risiko for at få prostatakraft. Nyere forskning viser, at også sort te er yderst gavnlig, idet den reducerer forstørrelsen af prostata hos mænd, som drikker blot fem kopper om dagen. Sort te forebygger muligvis også prostatakraft.

Et virkningsfuldt middel er at drikke saften af broccoli, som er blevet kogt i 4,5 til 5 liter vand. Drik halvdelen af saften på tom mave om morgenen og den anden halvdel først på aftenen. Gentag dette hver dag, indtil kræften eller prostataforstørrelsen er væk. Der bør være resultater inden for en uge.

Produktet "Healthy Prostate & Ovary" er en blanding af kinesiske og vietnamesiske urter, som fra gammel tid er kendt for at fremme sundhedstilstanden i æggestokke, prostata, bryst og andre organer og væv. Det understøtter også afgiftning og energiproduktion og styrker kroppens immunforsvar. Det indeholder astragalusekstrakt (rod), lancet-skeblad (*Alisma lanceolatum*, water plantain - rod), *Crinum latifolium* (blade), bitter melon (frugt), papaya (blade) og soursop (blade). Det ser ud til, at vietnamesiske mænd og kvinder, som tager *Crinum latifolium*-blade, sjældent lider af sygdomme i forplantningsorganerne. I USA sælges dette produkt af NutriCology.com.

Hvis der kommer røde pletter på penis, så masser den med ren aloe vera-gele to gange om dagen. Mange prostataproblemer skyldes, at der sidder urinaflejringer eller urinkrystaller i penis, og geleen får dem til at forsvinde. Der bør ske en opklaring af hudirritationen i løbet af nogle dage.

Ved forstørret prostata kan jeg varmt anbefale en række leverrensninger (liver-flush) og en eller flere nyrerensninger.

Alternative behandlingsmuligheder mod kræft

Af Carsten Vagn-Hansen, læge, sundhedskonsulent

Der er mange forskellige kræftformer, men fælles for dem er, at en eller flere celler har ændret sit DNA - de styrende æggehvidestoffer i cellerne - arvemassen - så man ikke længere har styr på væksten og delingen af de ramte celler, der også i modsætning til andre celler kan rive sig løs og sprede sig til andre steder i kroppen. Årsagen til, at netop dine celler har ændret sig og "gjort sig selvstændige", er ikke let at finde frem til, men vi ved, at unaturlige kemiske stoffer øger angrebene fra de frie iltradikaler, der dannes under iltens omsætning i kroppen og angriber DNA, som kan blive ligesom mølædt. Normalt vil enzymer i dine celler klare at reparere DNA, godt hjulpet af anti-oxidanter, fx fra kosten.

Hvis du er blevet udsat for alt for mange kemiske stoffer, fx fra tobaksrygning eller giftige stoffer på arbejdspladsen, og dine "håndværker-enzymmer" har manglet hjælp fra tilstrækkelig mange antioxidanter, kan dit DNA være blevet så skadet, at en eller flere celler er løbet løbsk og blevet til kræftceller.

En engelsk professor, Jane Plant, har kureret sig selv for brystkræft, der havde spredt sig, ved helt at undgå mælkeprodukter. Hun peger blandt andet på, at kinesere meget sjældent får brystkræft (kun 1 ud af 10.000 i forhold til 1 ud af 12 i vestlige lande) og kræft i det hele taget, og at kinesere så godt som aldrig bruger mælk, der indeholder en række kemiske stoffer, blandt andet IGF-1 (insulin growth factor), prolaktin og østrogen. IGF-1 nedbrydes ikke ved pasteurisering. På baggrund af Jane Plant's oplysninger vil jeg råde til helt at undgå mælkeprodukter. Det gælder også for andre hormonafhængige kræftformer som fx æggestokskræft (ovariecancer) og prostatacancer.

IGF-1 har også vist sig at øge risikoen for kræft i prostata og spredning af denne kræfttype.

Jane Plant har skrevet bogen "Your life in your Hands" om hvad man kan gøre mod brystkræft. Virgin Books kan købes over www.amazon.uk eller www.amazon.de. Bogen er udkommet på dansk den 29-1-2008 med titlen: "Dit liv i dine hænder".

Det gælder om at nedsætte belastningen fra de frie iltradikaler ved så vidt muligt at undgå unaturlige kemiske stoffer, og om at få så mange antioxidanter som muligt fra en sund og varieret kost samt tilskud af nødvendige vitaminer og mineraler. Vi ved, at kræftramte ofte har for lidt af forskellige mineraler og næringsstoffer samt antioxidanter i kroppen. Fx ligger Q10 ofte meget lavt.

Herhjemme har overlæge Knud Lockwood m.fl. i en omdiskuteret undersøgelse vist, at ud af 32 kvinder med brystkræft, der havde spredt sig, var der ingen, der døde i studieperioden (forventet 4), ingen viste tegn på yderligere spredning, der var forbedret livskvalitet, og seks patienter viste delvis remission (tilbagegang af kræften). Behandlingen var med store doser af en række antioxidanter, blandt andet 300 mg Q10 dagligt sammen med et tilskud af zink, selen og mangan.

Samtidig har forsøg med antioxidanter vist, at de kan hæmme kræftcellers vækst, samtidig med, at de normale celler bliver sunder og styrket i deres vækst. Det er fx vist i forsøg med dyrkede kræftceller, hvor man ved tilsætning af ekstrakt fra kerner af røde vindruer (fx ActiVin R) med det kraftige antioxidant resveratrol har set, at 34 procent af mavekræftceller blev hæmmet i deres vækst, mens 9 procent af de normale celler havde en positiv vækst. Tilsatte man dobbelt så meget ActiVin, blev 41% af kræftcellerne hæmmet og 18 procent af de sunde maveceller styrket. *ActiVin har også vist sig at kunne beskytte normale celler mod kemoterapeutiske stoffer, der virker dræbende på kræftceller.*

Undersøgelser viser, at D3-vitamin ikke bare hindrer opståen af kræft, men hæmmer væksten, når den er en realitet. Det stemmer med dyreforsøg og laboratorieforsøg, hvor man navnlig har påvist, at D-vitamin fremmer unormale cellers død ved den proces, der kaldes apoptose, foruden at vitaminet har en generelt dæmpende indflydelse på cellers vækst. Det er det samme, man udnytter i en psoriasissalve, der virker ved et D-vitaminlignende stof og hæmmer den overdrevne vækst og manglende cellemodning, der er karakteristisk ved denne hudsygdom.

Den daglige anbefalede dosis er 50-60 mikrogram D3-vitamin dagligt (2.000 enheder). Man kan imidlertid roligt tage 100 mikrogram dagligt, da det naturlige D3-vitamin er uskadeligt, i hvert fald i mængder under 250 mikrogram (10.000 enheder). *En af de nyeste*

undersøgelser har vist, at et dagligt tilskud af D3-vitamin kan nedsætte risikoen for kræft med 77 procent.

Også K-vitamin modvirker kræft. Vitaminet hæmmer væksten af kræftceller og øger kræftcellers selvmord ved det, der kaldes apoptose. Naturligt K-vitamin findes især i grønne bladgrønsager, men det vil være klogt at supplere med K-vitamin som kosttilskud.

Nye undersøgelser har vist, at lavt jernindhold i kroppen modvirker væksten af kræftceller. Forklaringen er den, at de hurtigtvoksende kræftceller behøver mere jern end normale celler. ved at fjerne jern fra kroppen ved for eksempel af give det jern-fjernende afgiftningsstof Desferal eller ved at give et andet afgiftende stof, EDTA, direkte i blodet. Desferal sulter kræftcellerne for jern. Det er det, der standser deres vækst. Denne behandling kan blandt andet fås hos ortomolekylære læger. Se ovenfor.

Midlet *kinesisk malurt* - *Artemisia annua* - er meget giftigt for kræftceller (og malaria-parasitter), med ingen eller meget milde bivirkninger. Der er endnu bedre resultater ved leukæmi (artikel i "Liv & Sjæl" februar 2002). Forhandles af Matas og helsekostforretninger samt nogle apoteker. På kinesisk hedder *artemisia annua* Quing-hao. Kan den ikke skaffes på anden måde, kan man måske købe den gennem en kinesisk akupunkturlæge.

Krydderiet gurkemeje, der blandt andet findes i karry, kan beskytte huden mod forbrænding under strålebehandling af kræft. Gurkemeje modvirker også nydannelse af blodkar i svulster, hvilket hæmmer væksten af dem. Det vigtige stof i gurkemejerod er curcumin.

Næsten alle, der får strålebehandling mod kræft, får skader på huden som ved solforbrænding. Kræftforskere ved University of Rochester, Medical Center, har vist, at stoffet curcumin, der er det, der giver gurkemeje og karry den gule farve, modvirker den betændelsesagtige reaktion, som forbrændingen af huden giver. I et studie af mus, der blev udsat for bestråling, konstaterede man, at de mus, som havde fået curcumin, havde væsentligt færre hudskader efter bestrålingen. Forskerne peger på nødvendigheden af flere undersøgelser, men anbefaler patienter, der skal have strålebehandling, at spise mad med karry under behandlingen.

Svenske forskere arbejder med at undersøge den kræftcelledræbende og hæmmende virkning af organisk selen (Seleno Precise, selenomethionin) og og curcumin (gurkemejerod pulver ekstrakt) i større

mængder. Det ser ud til, at selenomethionin i en dosis på 1.000 mikrogram hæmmer og dræber kræftceller, og kombineret med curcumin, for eksempel 2-3 gram to gange dagligt til maden, skulle der være gode chancer for at modvirke kræften. Der er dog endnu ikke endelige videnskabelige beviser for dette, men meget tyder på det.

I et studie af behandling af blodkræften myelomatose har man på University of Texas MD Anderson Cancer Center i Houston kunnet vise, at tilsætning af curcumin til myelomceller har kunnet standse celledelingen, og at de tilbageværende celler døde. Der er tale om en undersøgelse af kræftceller uden for kroppen, men forskeren anbefaler, at folk med kræft spiser mere curcumin, enten som karry eller i ren form. Tidligere forskning har vist, at curcumin også kan modvirke andre former for kræft.

Det ser ud til, at curcumin har evnen til at modvirke, at kræftfremkaldende gener bliver "slået til". Et stort problem i den videre forskning med curcumins virkning på mennesker er, at stoffet er naturligt og ikke kan patenteres. Derfor er der ikke nogen medicinalfirmaer, der vil ofre penge på en sådan forskning. (Kilde: Blood 2003; 101: 1053-62).

Curcumin kan købes hos Matas og i helsekostforretninger som Curcumin Forte, det flydende Curcur eller som Curcuma kapsler. Eller som Turmeric (Solaray), eller som Fortodol. Der er ingen erfaringer om dosis, men man kan roligt fordoble dosis i forhold til det, der er anført på dåsen. 2-3 gram dagligt er passende.

En række undersøgelser har siden 1992 også vist, at *curcumin hæmmer udviklingen af brystkræft af alle arter* og slår kræftcellerne ihjel, beskytter nyrerne, modvirker kræft i tyktarmen, beskytter mod grå stær, nedsætter kolesterol og modvirker oxidation (forharskning) af fedtet i blodet, modvirker gigtsmerter og kemoterapis giftige virkning på hjertets muskler. Curcumin har også en meget positiv virkning på følgerne af diabetes, formentlig på grund af dets antioxidative virkning og den gode virkning på kolesterol.

Selen er et vigtigt antioxidant, der hæmmer udviklingen af kræft, især brystkræft og prostatakæft, men også andre kræftformer. Desuden forhindrer selen, at kræftceller udvikler resistens (modstandskraft) mod kemo-midler. Behovet er 200 mikrogram organisk selen. De fleste danskere mangler selen, da indholdet i dansk jord er meget lavt, og vi ikke spiser ret meget fisk og skaldyr m.m. fra havet.

Andre ting tyder på, at sammensatte naturmidler har en gunstig virkning ved kræftlidelser.

Her kan fx nævnes Life Spice Vital og Padma 28. Ved at sammensætte flere ting med antioxidant effekt, opstår der en synergi, hvor de enkelte stoffer forstærker hinandens virkning. Man kan tale om et antioxidant orkester eller netværk. Det, man iøvrigt kalder "antioxidant-netværket", består af Liponsyre, C-vitamin, E-vitamin, Q10 og glutathion. Desuden selen og bioflavonoider (farverne i grønt og frugt). Liponsyre kan købes fra Altstadt Apotheke i Flensborg. tlf. 0049 461 26004. Life Spice Vital findes også i flydende form.

Noget tyder også på, at kræftceller under særlige gunstige omstændigheder kan ændre deres DNA og blive normale igen, men det er foreløbig også kun på forsøgsplan, at man har kunnet vise dette.

Andre naturlige antioxidant kan sandsynligvis gøre samme gavn, fx Andante, Q10 og stoffet resveratrol, der findes i skallerne af røde druer samt i rødvin, men også kan købes som tabletter eller kapsler.

Et meget kraftigt antioxidant har læge Even Marstrand fundet frem til. Det er et Titanium-kobber-C-vitaminkomplex, der kun fremstilles på Glostrup Apotek og kun mod recept fra en læge. Dosis er 2 tabletter 3 gange dagligt. Det skal kombineres med et tilskud af zink, fx 60 milligram dagligt, mangan, fx 10 milligram dagligt, og selen 200 mikrogram dagligt, fx Seleno Precise.

De kemiske stoffer nitrolosider, også kaldet B17-vitamin, amygdalin eller Laetrile, nedbrydes i kræftceller af enzymet beta-glucosidase, der i kræftceller findes i en 3.000 gange større mængde end i normale celler. Når Laetrile nedbrydes, dannes der hydrogen cyanid, der øjeblikkeligt dræber kræftcellen. Normale celler indeholder meget af et enzym ved navn rhodanese, som afgifter cyanid og derved beskytter cellerne mod den smule cyanid, som eventuelt kan dannes fra nitrolosider i de normale celler. Dette medfører, at Laetrile er fuldstændig uskadeligt for de normale celler.

Ved behandling med Laetrile er det vigtigt at få tilskud af zink, C-vitaminer, E-vitaminer, B-vitaminer, andre antioxidant samt af bugspytkirtelenzymer.

Nitrolosider findes i stor mængde i abrikoskerner, i rensdyrkød, lakserogn, mandler, australnødder, boghvede og hirse. Mange kerner

indeholder Laetrile, for eksempel vindruekerner, ferskenkerner, pærekerne, blommekerner, nektariner, jordbær, hindbær mm. I lande, hvor kosten indeholder meget Laetrile, og man i øvrigt spiser en naturlig kost, er kræft en meget sjælden lidelse, og folk har en lang levetid. Det gælder for eksempel Hunza-folket.

At B-17 vitamin, Laetrile, nitrolosider ikke anvendes i kræft-behandlingen skyldes en bevidst undertrykkelse af viden om virkningen, da det ville ødelægge hele kræftindustrien.

Laetrile har også en smertestillende virkning på grund af stoffet benzaldehyd, der frigøres ved nedbrydning af Laetrile.

Abrikoskerner og amygdaline-kapsler kan købes i USA, men ikke importeres lovligt.

Hajbrusk er en anden, men hidtil ikke sikkert videnskabeligt bevist mulighed, men meget tyder på, at stoffer i hajbrusk modvirker nydannelse af blodkar i svulster og dermed væksten af dem. Hajbrusk indeholder også kraftige antioxidanter.

Hajleverolie, fx Ecomer, indeholder blandt andet alkylglyceroler, som er stærke antioxidanter og kræfthæmmende. 1-2 kapsler 3 gange dagligt.

En anden mulighed er visualisering, hvor man for sit indre ser sine egne dræberceller angribe kræftcellerne en efter en og æde dem. *Disse dræberceller har vi alle, men blot ved at fortælle kræftramte, at de har sådan nogen i sig, kan man måle, at de mere end fordobler antallet i løbet af få timer.* Det siger noget om, at information er et kraftigt lægemiddel.

Moderat motion styrker også immunforsvaret mod bl.a. kræft, så det er vigtigt at holde sig i gang, men ikke at overdrive, da immunsystemet så bliver svækket.

Et forskningsprojekt på Rigshospitalet har vist, at motion kan lette livet for kræftramte. Ni timers træning om ugen hjalp sammen med afspænding og massage til at modvirke den træthed, der følger med kemo-behandlingen.

Fortsættelse følger i næste nr.

Korte nyheder

Vegetarer får ikke så ofte kræft

Konklusionen på en engelsk undersøgelse af 60.000 personer var, at vegetarer og pescotarer (spiser fisk) har meget lavere risiko for at udvikle visse kræftformer.

Lymfe- og blodkræft ÷ 50 %, mavekræft ÷ 67 %.

Ingen forskelle på tarmkræftområdet.

(Vegetaren 3/09)

Kræftbehandlingen kan medføre fatale senfølger

Ulla Hjortebjerg, Kræftens Bekæmpelses Rehabiliteringscenter Dallund, har erfaret, at senfølger fra kræftbehandling kan være invaliderende grænsende til det utålelige. Uheldigvis nævnes dette ikke på hospitalerne for patienterne inden behandlingerne.

De kræftramte efterlyser bedre information om komplikationer og senfølger. Læs evt. mere herom i Femina nr. 2 fra 2005.

Kæledyr og passiv rygning

Henry Ford Health Systems i USA står bag en undersøgelse om passiv rygning og kæledyr. Konklusionen er, at 28 % af rygerne vil kvitte tobakken efter at de har erfaret, at passiv rygning skader kæledyret. Katte kan få kræft i lymfesystemet og hunde i lungerne af passiv rygning.

Håret afslører brystkræft

Australske forskere har røntgenfotograferet håret hos kræftramte kvinder, og der viser sig et særligt mønster i håret hos disse. Metoden kan evt. anvendes til tidlig diagnose!

Museum for naturmedicin på Østerbro i København

I Østerbro Avis for den 7. okt. 2009 omtales det lille naturmedicinske museum indrettet på 3. sal i universitetstårnet på Farmakologisk Fakultet. Alle planterne har et nummer, som vil kunne slås op på Wikipedia. Her er også stumper af en ægyptisk mumie, spansk flue og drageblod. Kig ind på Jagtvejen 160, 3 sal om torsdagen kl 13 - 17, eller på den Københavnske kulturnat.

Boganmeldelser *ved Louis Montana*

Kræft er ikke nogen sygdom - det er en overlevelsesmekanisme

Af Andreas Moritz med forord af Carsten Vagn-Hansen.

Hovedland, 290 sider, 269,- kr.

Forfatteren er med sine 10 bogudgivelser en af verdens førende inden for alternativ medicinsk forskning. Han er tysker, bosiddende i USA. Kræft gør ikke er menneske syg; det er det pågældende menneskes sygdom, der er årsag til kræften.

Kræften er kroppens eget forsvar. At fjerne kræftknuder kirurgisk eller medicinsk fjerner selvsagt ikke de bagvedliggende ubalancer og de egentlige årsager til kræften. Virkelig vigtigt værk.

Nødvendighedens økonomi - Om økologi og økonomi, omstilling og bæredygtig udvikling

Af Herman E. Daly, Hovedland, 333 sider, 299,- kr.

Vi har nu levet 200 år i en vækstøkonomi. Derfor er det svært at forestille sig, hvordan det ville være at leve i en bæredygtig ligevægtsøkonomi. Men uanset om det bliver svært eller ej, så er vi nødt til at acceptere ligevægtsøkonomien, ligesom vi accepterer tyngdeloven. Daly er rådgiver for Verdensbanken, WTO, MIT, OPEC, Duma'en m.m. Naturmedicinen indgår som en vigtig del i en bæredygtig ligevægtsøkonomi.

De trådløse samfund

Myter & Fakta af Bente-Ingrid Bruun.

Forlag: Books on Demand GmbH, Købmagergade 2, 1150 K. Tlf.: 80 88 57 62. 333 sider, 298,- kr.

Menneskene udsættes for massiv, passiv og usynlig elektromagnetisk stråling døgnet rundt.

Der er frit valg på alle hylder på det trådløse marked, og der er ingen aldersgrænse for køb af produkter med mikrobølgeteknik. Med smart-telefoner kan der tales og surfes på internettet, hvor som helst

og når som helst, og unge er storforbrugere. De føler sig usårlige, selv om mange af dem har forskellige sundhedsproblemer. Flere og flere rammes af el-overfølsomhed, og flere og flere børn fødes for tidligt eller får kræft og andre sygdomme.

Læs den og øg dine chancer for at overleve.

Impotens madrassen

Af Monica Kauppi, 328 sider, 2009 ÷ prisinfo, Scandbook AB, P.O. Box 734, 70129 Falun, Sverige.

Tillægstitlen på svensk er Kemikaliedetektivens giftiga Upptäcker. En helt igennem fantastisk afslørende bog med gennemgang af mange giftstoffer, som vi omgiver os med i dagligdagen, som langsomt men sikkert er med til at slå os ihjel. Læser man svensk, er det en vigtig bog at stifte bekendtskab med, det er rystende læsning. Delvis historisk gennemgang, undersøgelser, statistik, andre bogtitler m.m. God hjemmebiblioteksbog.

Healing på mange planer

Med Healing the Light Body (en kombination af indiansk healing, vejtrækningsterapi m.v.) aktiveres den indre selvhealbredende kraft så blokeringer, sygdom og begrænsninger opløses - og livskraften kan strømme frit.



Hjertets Vej v/Annalise Stourup de Molade

Information: Tlf. 57 80 35 02 eller

annalise.hjertetsvej@paradis.dk

Nyrup & København – www.hjertetsvej.dk



En rejse for livet med Hjertets Vej

Spirituel udviklingsrejse i Peru fra 13. april - 4. maj 2011

Healing og kraft for dig og Jorden – med energiarbejde, meditation, ceremonier med Qero-indianere, drømme- og proces-arbejde m.v.

Se hele rejsen på www.hjertetsvej.dk **NB! Hurtig tilmelding.**

*Gratis informationsmøde torsdag den 18. november kl. 19.00,
Huset Innanna, Ndr. Frihavnsgade 17 D, 2100 København Ø*



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

Bestyrelsesmedl.: Niels M. Uldall
Tlf. 38 60 38 19

Ringholmvej 4, 1.th., 2700 Brønshøj
E-mail: uldalljur@yahoo.dk

Jytte Espersen
Tlf. 56 14 48 57

Grønnevej 14 C, Lellinge, 4600 Køge

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, Vejlbegade 30 A, Vejlbj, 8240 Risskov, tlf. 86 21 13 95.

Region Nordjylland:

Vibeke Børresen, Volstruphedevej 9, 9300 Sæby, tlf. 62 21 91 36.