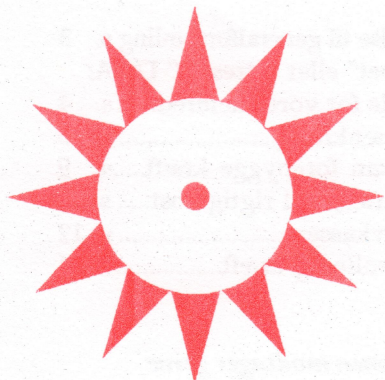


Solbladet



**DIT HELBRED
DIN FREMTID**

April 2014
23. årgang

Indhold

**Indkaldelse til
generalforsamling**

**Afslappet eller stresset:
afgørende for vores
helbred**

Positiv tænkning

**Kosten kan forebygge
kræft**

**Lægebrevkasse
v/Carsten Vagn-Hansen**

**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:
Wanda Andersen
(Adresser og tlf.: Se bagsiden)

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:

Indkaldelse til generalforsamling s.	3
“Afslappet” eller “stresset” DNA; afgørende for vores helbred.....s.	4
Positiv tænkning.....s.	8
Kosten kan forebygge kræft.....s.	9
Undgå kræft ved rigtig kost.....s.	11
Lægebrevkassen.....s.	12
Cannabisolie og kræft.....s.	14

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

Deadline til næste nr.: 1.7.2014.

Husk kontingentet for 2014:
100 kr. bedes gerne betalt snarest.

Giv også gerne en gave, helst på min. 50 kr., da det, hvis der er mindst 100 gavegivere om året, giver os godkendelse til at gavegiverne kan få trukket beløbet fra i skat.

Hvis dette ønskes opgiv da venligst cpr-nr. på indbetalingen.

Annoncepriser:

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

Annoncepriserne gælder for reprojklart materiale.

Nytårshilsen til medlemmerne

Det glæder os alle i bestyrelsen at kunne ønske medlemmerne et godt og lykkebringende år med håbet om, at vi i det kommende år vil kunne opnå forbedrede forhold på natursundhedsområdet.

Godt Nytår og mange tak for det gamle.

Wanda Andersen

Indkaldelse til generalforsamling

Årets generalforsamling afholdes den 11. maj kl. 14 og finder som sædvanlig sted hos Wanda Andersen på Frederiksberg, Johnstrup Alle 9 i kælderen. Dagsorden ifølge vedtægterne.

Forslag til generalforsamlingen bedes indsendt senest 14 dage før.

I anledning af, at vores meget aktive formand Louis Montana er død, har vi brug for, at der kommer mange medlemmer for at definere foreningens virke fremover. Vi har også brug for interesserede til det vigtige arbejde i bestyrelsen.

Er du interesseret i oplysning om forebyggelse af sygdom, sundhed og miljø, så mød frem.

Venlig hilsen fra bestyrelsen

"Afslappet" eller "stresset" DNA; afgørende for vores helbred v/heilpraktiker Arvin Larsen

Forskning fra HeartMath Institutet, har nu dokumenteret at vores følelsesmæssige balance påvirker vores DNA. Harmoniske følelser som f.eks. kærlighed, omsorg og påskønnelse virker afstressende på vores DNA, mens negative følelser som. f.eks. frustration, vrede og bekymring stresser vores DNA. Følelserne griber på denne måde afgørende ind i vores celler, og påvirker proteinsyntesen- herunder immunforsvar, hormoner, enzymer mm..

Ny forskning - vores følelser og bevidsthed ændrer vores DNA og påvirker proteinsyntesen



Gennem de sidste 20 år har jeg fulgt forskningen indenfor psyko-neuro-immunologien, endokrinologien og hvorledes vores bevidsthed/følelser spiller en afgørende rolle i udviklingen af vores folkesygdomme. Altid har jeg haft fornemmelsen af, at vores følelsesliv også spillede en væsentlig rolle for vores arvelige dispositioner, men har ikke turde formidle mine tanker, før jeg også kunne pege på videnskabelige undersøgelser, der understøttede disse vilde tanker. Tidligere har sindets og følelsernes vej til vores DNA kun ladet sig forklare delvist gennem vores køns-hormoner. Eksempelvis er det velkendt, at forhøjet østrogen kan være en kræftudløsende faktor hos kvinder, som har nedarvet en BRCA1/2-mutation. Men nu har Heart Math Institutet endelig dokumenteret, at kvaliteten af

vores følelsesliv har en direkte indflydelse på vores DNA og proteinsyntesen - forhold, som er afgørende for kroppens evne til at danne enzymer, hormoner, immunstoffer m.m.

Undersøgelsen tager udgangspunkt i tidligere studier, som har vist en tilstedeværelse af kvantekohærens i biologiske systemer – studier, som har vist at kvantefelter har indflydelse på neurologiske, immunologiske og cellulære forhold i kroppen. Disse studier støtter teorien om, at vi i kroppen finder tilstedeværelsen af endokrine elektromagnetiske felter, som er kohærente af natur. (hormonkirtler/chakra).

Inden vi kommer til de egentlige nye forskningsresultater, vil jeg lige forklare lidt mere om de tanker og teorier forskerne på HeartMath Instituttet arbejder ud fra. Forskerne mener nemlig, at hjertet fysisk er en elektrisk oscillator, der ligesom en radiosender udsender kohærente frekvenser i kroppen, som genererer sundhed og vitalitet. Forskerne har nemlig gennemført forsøg, som dokumenterer at når mennesket fokuserer på at skabe dybe følelser af kærlighed og påskønnelse, opstod der en sammenhæng mellem hjertets kohærente ECG-mønster og hjernens elektriske aktivitet. Selvom hjertet er kendt for at udstråle et elektromagnetisk felt, tror forskerne at den energetiske udveksling mellem hjertet og resten af kroppen også formidles gennem et kohærent kvantefelt som de har døbt "hjerteenergien". Forskerne mener også, at denne vitaliserende og positive hjerteenergi involverer vores DNA, idet tidligere forskning har dokumenteret, at menneskets DNA spontant udstråler kohærente kvantefotoner.

Netop derfor opsatte forskerne fra HeartMath Instituttet et forsøg, som een gang for alle skulle afklare sammenhængen mellem dybe kohærente følelser som kærlighed, omsorg og påskønnelse og at denne "hjerteenergi" kunne ændre DNA'ets struktur. Forsøget viste med al tydelighed denne emotionelle forbindelse mellem vores følelser og DNA – et resultat, som bør ryste hele den etablerede sundhedssektor!

Et antal forskere fra HeartMath Instituttet, flere dygtige healere og fem frivillige universitetsstuderende, deltog i forsøget. Der blev foretaget Elektrokardiogram (ECG) på alle deltagerne, og den kohærente score blev bestemt ud fra registreringen af de kohærente og non-kohærente udsving, som løbende blev optaget. Identiske DNA eksempler fra en menneskelig moderkage, anbragt i små testglas, blev uddelt til forsøgsdeltagerne. Strukturen på hver af de udleverede DNA eksempler blev målt både før og efter forsøget, for at registrere hvordan forsøgsdeltagerenes følelsesmæssige intentioner havde påvirket DNA'et. Målingen blev udført vha. et UV-absorberingsspektrome-

ter. For valideringens skyld, blev også testglas med kontrol-DNA anbragt på laboratoriebordet for at registrere DNA'ets struktur, ligesom testglassene blev etiketteret efter dobbeltblind-metoden.

Forsøgspersonerne fik udleveret et bæger, indeholdende testglasset med DNA, ca. et minut efter de fysiologiske optagelser blev startet. Deltagerne blev bedt om at fokusere og sende "hjerterenergi" til deres DNA-eksemplar i to minutter, hvorefter forskerne ville måle om "hjerterenergien" fra deltagerne havde påvirket DNA'ets spiralstruktur i en hensigtsmæssig eller uhensigtsmæssig retning.

Forsøget viste at forsøgsdeltagere, som var i stand til at opnå en høj kohærent score i deres ECG-frekvensspektrum, alene gennem deres følelsesmæssige intention var i stand til at ændre spiralstrukturen på DNA'et. Med andre ord kunne deltagerens følelser ændre intensiteten af DNA'ets dobbeltstrengede spiralsammensnøning.

En af forsøgsdeltagerne, som følte sig frustreret over besværligheden i at skulle frembringe "hjerterenergi" fik en usædvanlig lav score i ECG-frekvensspektraet, hvilket førte til, at DNA'et udviste tydelige tegn på en kraftig spiralsammensnøning. Denne kraftige sammensnøning medførte en strukturel forandring af DNA'ets vigtige basepar.

Da forskerne kunne registrere deltagerens intentioner og følelser på test-DNA'et, ønskede de at afklare om deltagerne bevidst kunne påvirke DNA'ets sammensnøning. En deltager fik derfor udleveret 3 identiske DNA. Deltageren skulle herefter forsøge at påvirke de første testglas således at DNA'ets spiralstruktur blev mindre opstrammet, mens han skulle undgå at påvirke det tredje testglas. Også dette lod sig gøre!

Forskerne ville også undersøge om deltagerens kohærente "hjerterenergi" kunne påvirke DNA-testglassene på afstand. Forsøget viste, at deltagerne både kunne øge intensiteten af DNA'et spiralsammensnøning, ligesom de også kunne påvirke DNA'et til at blive mindre opstrammet. Dette på trods af at forsøgsdeltagerne befandt sig næsten en kilometer væk fra selve testglassene!

"Afslappet" eller "stresset" DNA er afgørende for bevarelsen af vores helbred

Dette forhold, at vores følelser indirekte påvirker vores DNA-struktur er en kæmpe opdagelse. Undersøgelsen viser med al tydelighed at dybe tilstande af kærlighed, omsorg og taknemmelighed "afslapper"

vores dobbeltstrengede DNA, mens frustration, vrede og aggressive følelser "stresser" vores DNA.

Hvis DNA'et "stresses" for meget, betyder dette en alt for stram oprulning eller sammensnoning af vores dobbeltstrengede DNA. Dette bevirker, at strukturen mellem de forskellige basepar kan forstyrres, således at DNA-replikationen, reparationen og transcriptionen kan forstyrres. Et "stresset" DNA kan derfor medføre problemer med proteinsyntesen, enzymer, hormoner og immunforsvar. Resultatet af omtalte forsøg indikerer derfor, at vores "hjerteenergi" direkte kan modulere basisfunktionerne i vores celler via den indflydelse energien har på vores DNA. En sådan forbindelse mellem vores følelser og kroppens celler er ikke tidligere beskrevet i historien. Den kohærente "hjerteenergi" er væsentlig forskellig fra den almindeligt kendte elektriske og kemiske information mellem hjerte og hjerne, og meget tyder på at forbindelsen mellem "hjerteenergien" og kroppen er af kvantefysisk karakter.

Kan homøopatiske lægemidler påvirke DNA'et?

- Homøopatien skal tages alvorlig!

Selvom jeg ikke har videnskabeligt belæg for at homøopatiske lægemidler kan påvirke DNA'et struktur, er det en nærliggende tanke. Som nævnt tidligere i dette nyhedsbrev, har ny forskning dokumenteret, at homøopatiske lægemidler og deres potenser grundlæggende fungerer på baggrund af magnetiske fotoner, altså elementære partikler, som har kvantemekaniske egenskaber. Da forskerne fra HeartMath Instituttet også er af den opfattelse, at den kohærente hjerteenergi bl.a. reguleres via DNA'ets udstråling af kohærente kvantefotoner, kunne det tænkes at homøopatiske lægemidler netop virker på samme dybe energetiske niveau. I så fald nærmer vi os en situation, hvor det i fremtiden kan vise sig, at netop homøopatien kan gå hen og få en velfortjent plads i sundhedssystemet. Indtil da er jeg sikker på, at vi behandlere gør klogt i at tage homøopatien MEGET alvorlig, og fortsætte med at anvende homøopatien i behandlingen af de mange folkesygdomme, som skabes af emotionelle frustrationer i det enkelte individ.

BRAHMA KUMARIS -Positiv Tænkning

Bliv din egen bedste ven. Et kursus på 4 lektioner i at skabe en bedre og mere positiv livsstil. Du er, hvad du tænker; et enkelt, men meget sandt udsagn. Alt hvad vi siger, gør og føler har sin oprindelse i sindet. Det er givetvis en af de største, men også mindst forståede energikilder i universet. Dette kursus i Positiv Tænkning bygger på kursusmateriale fra Brahma Kumaris i Amsterdam.

1. Positive tankers indflydelse på sind, krop og relationer. Hvad er tanker? Hvilke slags tanker fremkalder sindet? Hvordan skaber vi tanker, som sætter os i stand til at overvinde negativitet og stress?
2. Det bedste liv er et liv i balance. Naturen, samfundet og den enkelte må fungere sammen i harmoni. Hvordan skabes og opretholdes denne? Balance mellem det maskuline og feminine.
3. Gør sindet til din bedste ven. Hvad er sindet? Hvordan er det betinget af andre, af vaner, af fortiden? Hvordan kan vi forhindre en negativ indflydelse fra disse.
4. Begrænset og ubegrænset tænkning. Vi kan blive succesrige deltagere i livets spil, hvis vi forstår, at frihed altid må opvejes af et personligt ansvar. Hvilke konsekvenser får dette for mig? Hvordan kan jeg på en positiv måde indgå i et fællesskab med andre?

Alle kurser tilbydes gratis, da Brahma Kumaris er en almennyttig organisation. Centrets aktiviteter finansieres gennem frivillige bidrag fra centrets lærere og kursister.

Venteliste til kursus i Positiv Tænkning. Som noget nyt har vi en venteliste (max 5 personer) på de hold som er fuldttegnet. Hvis en anden kursist framelder sig dette hold, er du automatisk tilmeldt. Du vil modtage en mail, og kan derefter bare møde op på centret til kurset den ønskede dato.

Datoer for kursusstart er:

Onsdag den 2. april 2014 og de 3 følgende onsdage kl. 19.30-21.00.

Torsdag den 1. maj 2014 og de 3 følgende torsdage kl. 19.30-21.00.

Brahma Kumaris Åndelige Verdensuniversitet, Vodroffsvej 9B,
1900 Frb. C. Tlf. 33 31 04 21.

Kosten kan forebygge kræft

Fup og fakta om fødevarer. Se hvad din kost skal indeholde, hvis du vil undgå at få kræft senere i livet.

Myterne om mad og kræft er mange

Rødvin, grøn the og mørk chokolade, tror de fleste i dag, er den vel-smagende genvej til et liv uden den dødbringende diagnose. De førende forskere i fødevarer og cancer afviser bare effekten i forhold til kræft, fordi antioxidanterne i fødevarerne aldrig har bevist deres værd i forsøg med mennesker. Vi skal nu ikke kaste håndklædet – eller måske snarere bestikket – i ringen. For kost kan forebygge kræft, der er bare ingen enkelte “vidunder-fødevarer”.

I den såkaldte EPIC-undersøgelse følger forskere fra hele Europa 520.000 mennesker inklusiv 57.000 danskere. Her har det vist sig, at vi kan spise os til et liv uden sygdommen.

“Spiser du mellem fire og seks stykker frugt og grønt om dagen, mindsker du risikoen for at få kræft med omkring 20 procent. EPIC-undersøgelsen er den bedste befolkningsundersøgelse af livsstil og kræft nogensinde, og tendensen er klar: Jo mere frugt og grønt du spiser, jo mindre sandsynlighed er der for at få kræft”, fortæller professor på Institut for Human Ernæring med speciale i ernæring og forebyggelse, Lars Dragsted.

Hver tredje kan undgå kræft

Omkring 33.500 danskere bliver hvert år ramt af kræft. Op mod en tredjedel af dem kunne undgå at få udtalt de fem skæbnesvangre bogstaver hos lægen, hvis de lagde livsstilen om. Rygning er den værste enkeltfaktor, overvægt vejer også tungt, mens manglende motion og forkert kost også er nogle af de værste faktorer i forhold til at skaffe os en kræftdiagnose.

“Det er vigtigt at spise en varieret kost med masser af frugt, grønt og fuldkorn. Vi ved meget lidt om, hvor godt de enkelte fødevarer virker i forhold til at forebygge kræftsygdommene”, siger overlæge i Kræftens Bekæmpelse, Anne Tjønneland.

Rygter om vidunderfødevarer som blåbær, hvidløg og andet er i følge eksperterne aldrig bevist i forsøg med mennesker. Og det kan

være farligt at konkludere og spise løs på baggrund af dyreforsøg og befolkningsundersøgelser.

Omvendt virkning

“For en del år siden viste befolkningsundersøgelser, at betacaroten, som naturligt findes i gulerødder, kunne forebygge lungekræft. Derfor gav amerikanske forskere det som kosttilskud til tusindvis af finner og amerikanere. Desværre viste det sig bare, at det havde den modsatte effekt og øgede forekomsten af kræft”, fortæller Lars Dragsted.

De gode fødevarer som kost med fuldkorn, frugt og grønt virker også bedst i forhold til kræftformer, der ligger i naturlig forlængelse af deres vej gennem systemet: mund', spiserørs-, mave- og tarmkræft.

At holde vægten er godt i forhold til alle typer, men særlig brystkræft. Rygning er den vigtigste enkeltårsag til kræft, så vil man undgå sygdommen, så gælder det om at skodde smøgerne.

Fakta om kræft i Danmark

- Hver tredje dansker rammes af kræft i løbet af livet.
- Cirka 33.500 danskere rammes hvert år af kræft – lidt flere kvinder end mænd.
- Kræft kræver over 15.000 liv om året.
- Omkring 245.000 danskere lever lige nu med en kræftsygdom.

Skyl ikke maden ned!

Drik ikke for meget til måltiderne. Du fortynder fordøjelsessafterne, og så nedbrydes maden ikke godt nok.

Drik i stedet mellem måltiderne. Du undgår også at komme til at skylle maden ned, når du ikke drikker til måltidet – i stedet vil du tygge maden ordentligt, hvilket fremmer både fordøjelsen og mæthedsfølelsen.

Hvis man vil undgå at få kræft, er det vigtigt med den rigtige kost v/Søren Hvidbjerg

Hvis man beslutter, at man vil spise rigtigt resten af sit liv for at undgå at få kræft, skal man vælge en mere eller mindre vegetarisk kost måske med fisk og skaldyr indimellem. Man skal generelt udelade rødt kød og animalske fødevarer og mejeriprodukter med højt indhold af mættede fedtstoffer, som f.eks. ost og sødmælk.

Man kan godt spise ål, det fødemedel, der har det højeste indhold af D-vitamin, som man mener kan bekæmpe brystkræft. Man skal sætte olieholdige fisk, som f.eks. makrel, højere end mere magre fisk, da de er fulde af de omega-3-olier, som anses for at kunne medvirke til at afværge kræft. Man skal gå uden om kraftigt saltede og konserverede produkter. Hvis man overhovedet rører kød, skal det være kalkunbryst uden skind - aldrig røget kød, som eksempelvis bacon og salami. Brødet skal være tungt og fyldt med kerner, og man skal spise det uden smør eller margarine. Man skal spise yoghurt, især den, der er fremstillet af acidophiluskulturer.

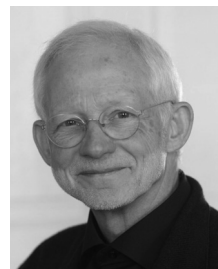
Man skal spise masser af bladgrøntsager og frugt samt klid, især hvedeklid, og tørrede bønner og linser. Man skal være en stor salat-spiser og altid huske sine bladgrøntsager. Man vil elske smagen af hvidløg - rå eller tilberedte. Man vil aldrig kunne få nok af broccoli, gulerødder, tomater, løg, avokado, oliven og citrusfrugter. Man vil have hang til farverige frugter som jordbær, hindbær, vandmelon og appelsiner - og vil spise røde druer, jo flere, jo bedre. Man vil spise nødder af enhver slags på grund af deres beskyttende E-vitamin og deres øvrige kræfthæmmende indhold af stoffer, dvs. paranødder på grund af selenet, valnødder på grund af ellaginsyre og mandler på grund af oleinsyre - dog ikke i så store mængder at man tager unødvendigt på. Hvis man bruger olie, skal det ikke være de traditionelle vegetabiliske olier, som f.eks. majs- eller tidselolie, men man skal holde sig til olivenolie, rapsolie eller den mere eksotiske hørfrøolie, kræftforskernes yngling.

Man skal først og fremmest drikke grøn te og indimellem kaffe, når man har lyst til det. Mælken skal være fedtfattig. Hvis man drikker alkohol, skal det være i yderst små mængder. Slanke personer, som indtager færre kalorier, falder ikke så let i kræftens klør.



LÆGEBREVKASSEN

ved Carsten Vagn-Hansen



Jordstråling, vandårer og sygdom

Kan man blive syg af at ligge på vandårer eller vandkryds? Hvordan forhindre jeg, at jeg bliver påvirket af det?

Den følsomme

Jordstråler er et i den traditionelle danske videnskab meget kontroversielt emne, men der er ingen tvivl om, at der findes elektromagnetisk stråling i jordoverfladen, især punktvist forstærket, og at strømmende vand har en udstråling til overfladen. Det ved enhver blikkenslager og entreprenør, når de skal søge efter vandledninger. De bruger et par pinde med håndtag på og holder pindene løst og parallelle, når de går henover et stykke jord, hvor der skal være en vandledning. Det kræver en vis øvelse, men når pindene krydser, er de over vandledningen.

I landene omkring os er der forsket i jordstråling, og der uddannes på et videnskabeligt plan, så de samme fund kan gentages igen og igen. Der er mange klamphuggere, der kalder sig jordstråleeksperter, og der var i TV engang en udsendelse, hvor man bad flere af dem om at finde jordstråler i et hus, og de fandt dem alle mulige steder uden at finde de samme.

Man kan opmåle strålerne, der ligger i to slags usynlige krydsgitre i jorden – Hartmann-gitre og Curry-gitre, opkaldt efter de to videnskabsmænd, der opdagede dem. Der er også betydelig stråling fra vandårer, især de krydser hinanden nede i jorden. Strålerne kommer op i søjler, der går lodret op.

De symptomer, som tilskrives jordstråling, er fx gigt, hovedpine, kolde ben, søvnforstyrrelser, kræft mm. og immunsystemet påvirkes. Det siges, at hunde ikke vil sove, hvor der er jordstråler, mens katte elsker dem. Men der siges så meget. Jeg har personligt haft adskillige

patienter, der har fået det meget bedre eller er blevet raske, efter at de flyttede deres seng. Og det var ikke kun troen, for de havde prøvet alt muligt andet uden effekt. I Tyskland har man fundet en klar sammenhæng mellem jordstråler og øget risiko for kræft.

Vi mennesker er forskelligt følsomme for elektromagnetisk stråling af alle arter. Der findes mange gode bøger om jordstråling, også kaldet geopatisk stress. Fx den engelske bog "Geopathic Stress. How earth energies affect our lives" af Jane Thurnell-Read, der er kinesio- log, og der findes på biblioteket gode bøger på dansk.

Vil man vide mere om jordstråling og evt. få undersøgt på en troværdig og videnskabelig måde, så kan man for eksempel kontakte elektroingeniør Niels G. Glerup, Blindestræde 5 C, 4300 Holbæk. Tlf. 5944 6010. Mobiltilf. 2227 9190. Han har årelang erfaring. Se på www.jordstraaling.com

Jordstråler kommer op i et begrænset område, og man kan nedsætte påvirkningen fra dem ved at placere sin seng uden for området.



Cannabisolie og kræft v/Carsten Vagn-Hansen

Interessen for brug af cannabisolie i behandlingen af kræft er blusset op Verden over, og flere og flere kræftramte har gjort gode erfaringer med cannabis. Det er ikke så underligt, da man i mindst 3.000 år har brugt cannabis i folkemedicinen, hvilket man næppe ville have gjort, hvis den ikke havde gode virkninger. I 1840-erne blev den indført i vestlig medicin af kirurgen W. B. O'Shaughnessy, der arbejdede i Indien. Cannabis blev anbefalet som et smertestillende, beroligende, anti-inflammatorisk og krampestillende middel. På trods af mangel på beviser på, at cannabis var skadeligt, blev det fjernet fra oversigten over lægemidler i 1942, og i 1951 blev den ved lov (the Boggs Act) i USA indlemmet i gruppen af narkotiske stoffer og i 1970 frakendt værdi i medicinsk behandling.

I 1940-erne fandt man det aktive indholdsstof THC - delta-9- tetrahydrocannabinol, men først sidst i 80-erne fandt man den første cannabinoid receptor (modtagested på cellerne), og kort tid efter påvist det, at vi selv danner cannabinoid-lignende stoffer (endocannabinoider). Der er to slags cannabinoid receptorer. CB1 receptorer, der mest findes i cellerne i nervesystemet, blandt andet i visse dele af hjernen og i nerveender i hele kroppen, og CB2 receptorer, der mest findes i immunsystemets celler. De senere år har forskere fundet ud af, at endocannabinoider og cannabinoid receptorer påvirker en lang række af vores funktioner. De hjælper med at kontrollere aktiviteten i hjernen og nerverne (blandt andet hukommelsen og smerteopfattelsen), energiproduktionen, hjertefunktionen, immunsystemet og frugtbarheden. De er derfor impliceret i en mængde sygdomme, blandt andet kræft og sygdomme, hvor nervesystemet nedbrydes.

Det var først i 1970-erne, at man begyndte at undersøge cannabinoidernes virkning mod kræft, og der foregår nu en udstrakt forskning af disse virkninger og af eventuelle skader af behandling med cannabis. Der findes en organisation ved navn The International Cannabinoid Research Society (<http://cannabinoidsociety.org/>). Næsten al forskning på dette område sker med kræftceller, der er dyrket i laboratorier eller med dyr, men også med virkningen af cannabis mod bivirkninger af kræftbehandling.

Der er efterhånden mange laboratorieundersøgelser, der har påvist en række positive virkninger af både naturlige og syntetiske canna-

binoider. De kan fremme celledød, apoptose, hvor cellerne begår selvmord, og stoppe cellernes evne til at dele sig, så de bliver flere. De kan forebygge, at der vokse nye blodkar ind i svulster med næring til kræftcellerne (angiogenese). De kan nedsætte risikoen for, at kræftceller spredt sig rundt i kroppen (metastaserer) ved at forhindre, at cellerne bevæger sig eller vokser ind i vævet ved side af kræftsvulsten. (læs mere om apoptose og angiogenese på www.radiodoktoren.dk).

De bedste resultater i laboratorier- og dyreforsøg er fremkommet ved at kombinere et højrenset THC og cannabidiol (CBD), som er et cannabinoid i cannabisplanten, der modvirke de psykoaktive virkninger af THC. Men der er også fundet positive virkninger af syntetiske cannabinoider, som fx JWH-133.

Der er imidlertid også forskning, der tyder på, at cannabis kan have uønskede virkninger på kræft. Nogen forskere har fundet, at selvom høje doser af THC kan dræbe kræftceller, kan de også skade vigtige blodårer, selvom det kan forhindre nye blodårer i at vokse ind i kræftsvulster (angiogenese). I nogle tilfælde ser det ud til, at cannabinoider kan fremme væksten af kræftceller. Andre forskere har fundet, at man ved at aktivere CB2 receptorer måske kan hæmme immunsystemets evne til at opspore og ødelægge kræftceller, mens andre forskere har fundet, at visse syntetiske cannabinoider kan øge immunforsvaret mod kræft. Kræftceller kan også udvikle resistens mod cannabinoider og begynde at vokse igen, selvom man kan blokere for dette.

Anden forskning tyder på, at man ved at kombinere cannabinoider med kemoterapi kan opnå en meget bedre virkning. Laboratorieforsøg støtter dette. Det ser ud til, at typen af cannabinoider spiller en rolle, og at de kan have forskellige virkninger ved forskellige kræftformer.

Andre virkninger

Cannabinoider og cannabis har vist sig at modvirke smerter, der oftest skyldes inflammation. Desuden dæmpes opfattelsen af smerter i hjernen via CB1 receptorerne, mens smerter ude i kroppen dæmpes vis både CB1 og CB2 receptorer. To studier med delta-9-THC indtaget gennem munden i doser på 15 og 20 mg har vist betydelig smertestillende virkning, modvirker kvalme og opkastning samt stimulerer appetitten. I et efterfølgende studie med 36 patienter fandt man, at

10 mg doser af delta-9-THC virkede smertestillende gennem en 7 timers observationsperiode med en effekt, der var sammenlignelig med 60 mg codein (der i kroppen bliver omdannet til morfin), og 20 mg delta-9-THC svarede til 120 mg doser af codein. Højere doser af THC virkede mere sløvende end codein. Andre studier har vist, at THC-Cannabidiol ekstrakt var effektivt i behandlingen af smerter ved fremskreden kræft, hvor behandling med stærke opioider (morfin-stoffer) ikke hjalp nok. Et andet studie af virkningen af det syntetiske middel nabilone ved fremskreden kræft viste en forbedring af både smerter og andre symptomer som appetitløshed, depression og angst. Samtidig medførte nabilone mindre brug af morfinstoffer, smertemedicin af gigtmedicintype (NSAID-stoffer), kvalmemedicin og anden medicin. Flere randomiserede og kontrollerede forsøg med cannabis til inhalation har vist smertenedsættende virkning ved nervesmerter af forskellige årsager. En almindelig virkning af cannabis er søvnighed, og forsøg med THC har vist en bedre søvnkvalitet, afslapning, større velbefindende og mindre angst.

Så selvom der fortsat ikke er større videnskabelige studier, af cannabis og dens indholdsstoffer til brug ved behandling af kræft, er der tilstrækkelig mange studier og rigtig mange erfaringer hos kræftramte, klart tyder på, at cannabis er en værdifuld hjælp til at hæmme kræftudvikling og modvirke bivirkninger af medicinsk behandling af kræft.

Man kan læse mere på:

<http://www.cureyourowncancer.org/dosage.html> hvor der er mange værdifulde oplysninger om cannabis i behandlingen af kræft.

Læs også på <http://www.cancer.gov/cancertopics/pdq/cam/cannabis/healthprofessional/page4>

<http://xposethereal.com/health/34-medical-studies-proving-cannabis-cures-cancer.html>

<http://scienceblog.cancerresearchuk.org/2012/07/25/cannabis-cannabinoids-and-cancer-the-evidence-so-far/>

Probiotika kan beskytte mod kemoterapiens virkninger

v/Carsten Vagn-Hansen

Ny forskning fra University of Michigan, publiceret i tidsskriftet Nature, har afsløret, at sunde tarmbakterier og deraf følgende tarm-sundhed er vigtig for at kunne overleve de skadelige bivirkninger af behandling med kemoterapi. Probiotika, sunde tarmbakterier, er vigtige for fordøjelsen, optagelsen af næringsstoffer og for styrkelse af immunforsvaret. De beskytter og understøtter også de stamceller i tarmslimhinden, der beskytter og understøtter samt fremmer genopbygningen af tarmcellerne, som i høj grad tager skade under kemobehandlingen. En sund tarmslimhinde har et lag overfladeceller, der hos raske mennesker fornyer sig hver 4-5 dag.

Forskerne har påvist, at sunde tarmstamceller producerer et stof ved navn R-spondon1, som aktiverer generne til denne produktion, der styrker overfladecellernes evne til at forny sig. Men stamcellernes sundhed er afhængig af, at tarmbakterierne er sunde og i balance. Det kræver, at man spiser sundt, undgår for meget kød og pasteuriseret mælk samt sukker og stivelse. Man skal også helst ikke spise for meget for at kunne fordøje maden ordentligt. Antibiotika ødelægger også de sunde tarmbakterier og vil derfor yderligere skade tarmene og deres evne til at genopbygge slimhinden og immunforsvaret. Det er derfor vigtigt under og efter behandling med antibiotika og før behandling med kemoterapi at sikre sig, at man har en sund tarmbakterieflora.

NB: NYHED – Oplev Bosnien's pyramider

og den healende og kraftfulde energi ved og på Pyramiderne og i tunnelgangene. Et sted hvor videnskab og spiritualitet samarbejder. Vær i centrum af udforskningen af Pyramidernes hemmeligheder. En rejse på mange planer.



4. - 11. maj og 9. - 16. august 2014.

Hurtig tilmelding – Få pladser tilbage!

Rejser til bl.a. Canada august 2015 og Peru forår 2016.

Info og tilmelding: Annalise Stourup de Molade, 57 80 35 02 eller Benny, 60 60 62 08.
annalise.hjertetsvej@paradis.dk – www.hjertetsvej.dk

Louis Montanas testamente er udleveret til alle folketingsmedlemmer

Året 2013 blev meget sørgeligt, da Louis Montana døde 4. juli, 75 år gammel. Han var vores meget aktive formand i mange år, og det er svært at forestille sig, hvordan vi kan undvære ham. Han var vellidt og havde så mange kontakter, at han aldrig var i tvivl om, hvordan et problem skulle løses. Han var med til at oprette FPR i 1990-91 og var sekretær i dennes paraply-forening i alle årene. Han brændte virkelig for et anderledes sundhedssystem.

Hans flid var vældig. Få dage før sin død færdiggjorde han et større skrift, som han kaldte SOS, stående for Sunheds-Opråb til Samfundsansvarlige. Han ønskede, at det blev givet til alle folketingsmedlemmer, og det har vi gjort. Vi har fået det trykt og sendt det til alle medlemmerne og udleveret det til alle folketingsmedlemmer.

Der er flere, der vil udgive dette skrift i bogform. I bogen skal også indgå en række af Louis' andre gode skrifter. De vil kalde bogen "Louis Montanos Testamente". Lars Mikkelsen, formand for FPR har en fortegnelse over 1521 breve, som Louis har skrevet, så der er nok at tage af. Kim Holm har udformet en foreløbig udgave – tak for det.

Der er startet en indsamling til bogens udgivelse. Der er indtil nu indkommet 9.550 kr. Hjertelig tak til de mange givere. Hvis der er nogle, som gerne vil give et bidrag, kan dette ske via en konto i Merkur Bank (reg. nr. 8401 konto 160 1790).



Anette Harbech Olesen har netop udgivet sin nye E-bog: "Mad mod kræft". Særligt tilbud: 99 kr. Såfremt du/I kunne have lyst til at modtage dette tilbud, er her et link til hendes hjemmeside: www.madforlivet.com hvorfra bogen kan downloades.

Har du/I lyst til at blive tilmeldt hendes hjemmeside? Det kan gøres via ovenstående hjemmesideadresse.

Mad Anette Harbech Olesen *mod* kræft



Landsforeningen til Forebyggelse af Kræft

Returadresse: Dennis Sørensen, Tornestykket 12, 2720 Vanløse

Formand:	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:	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:

Wanda Andersen, Steenstrup Alle 9, st.th., 1924 Frb. C, tlf. 35 37 13 30.

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, Vejlbgade 30 A, Vejlb, 8240 Risskov, tlf. 86 21 13 95.

Region Nordjylland:

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