Hilfsmaßnahmen gegen Brustkrebs (s. auch Krebs):

Brustkrebs – Warnsymptome:
Verhärtungen, Knoten, Einziehung der Haut, Absonderung aus der Brustwarze, Schwellungen in der Achselhöhle[1]

Vitamin D:
Wissenschaftler am Georgetown University Medical Center in Washington entdeckten einen Zusammenhang zwischen hoher Vitamin-D-Aufnahme und geringerem Brustkrebsrisiko. Die Erkenntnisse, die bei der American Association for Cancer Research vorgestellt wurden, ergaben, dass höhere Dosen des Sonnenscheinvitamins bei Patienten, ***die bereits an Krebs erkrankt waren, mit einer Senkung des Tumorwachstums um 75 Prozent und einer 50-prozentigen Reduzierung der Tumorhäufigkeit in Verbindung standen.*** Interessant war dabei, dass eine Vitamin-Ergänzung hilfreich war, Entstehung und Wachstum von Brustkrebs einzuschränken, insbesondere bei Östrogen-empfindlichen Tumoren.[2]

Vitamin D:
Die positiven Wirkungen von Vitamin D auf die Gesundheit des Menschen sind derart vielfältig, dass wir sie gar nicht alle aufzählen können. Aber auf eine ganz spezielle Eigenschaft möchten wir an dieser Stelle hinweisen. Es geht um die Funktion des Vitamin D in der Prävention und in der Therapie von Krebserkrankungen. Es wurden in den letzten Jahren viele Studien durchgeführt, die sich mit der Rolle des Vitamin D bei Krebserkrankungen beschäftigt haben. Die Wissenschaftler konnten letztlich nachweisen, dass Vitamin D bei etwa 20 verschiedenen Krebsarten das Krebsgeschehen positiv beeinflusst.
Das Ergebnis einer Studie von 2007, die an der Creighton Universität Omaha/Nebraska unter der Leitung von Professor Joan Lappe durchgeführt wurde, war besonders signifikant , da es sich hier um eine Studie handelte, die sämtliche Kriterien einer klassischen Arzneimittelstudie erfüllte. Sie ergab, dass Probanden, die täglich 1100 IU Vitamin D in Kombination mit 1450 mg Calcium als Nahrungsergänzung einnahmen, ein um 77 Prozent geringeres Krebsrisiko in Bezug auf alle Krebsarten zeigten.
Kanadische Wissenschaftler stellten bei Brustkrebspatientinnen, die bereits operiert waren, während einer Langzeitstudie (1998 bis 2008) fest, dass ein niedriger Vitamin D-Spiegel das Risiko einer Metastasierung um 94 Prozent erhöhte, wodurch die Wahrscheinlichkeit, vorzeitig zu sterben um 73 Prozent stieg.
Vergleichbare Ergebnisse konnten andere Studien in Bezug auf die Vitamin D-Supplementierung bei aggressiven Darmkrebs-Erkrankungen belegen. Auch hier konnte die Sterberate bei Darmkrebs nahezu um die Hälfte reduziert werden.[3]

Karotinoidenreiches Obst und Gemüse:
Diese Nahrungsmittel sind in epidemiologischen Studien mit niedrigeren Raten von Brustkrebs in Verbindung gebracht worden oder haben bei physiologischen Studien gezeigt, dass sie schützende Veränderungen bewirken:

- an Karotinoiden reiches Obst und Gemüse[4]

Maitake:
Der Maitake (= Heilpilz) wird verwendet bei begleitender Brustkrebstherapie.[5]

Agaricus:
Agaricus (=Heilpilz) wird in erster Linie eingesetzt zur Krebsprävention und Krebstherapie. Agaricus blazei murril stoppt bei vielen schweren Krebserkrankungen höchst erfolgreich das Wachstum und wirkt sogar rückbildend. Dies wurde bei Brustkrebs in Studien nachgewiesen. Besonders hilfreich hat er sich **bei *austherapiertem Brustkrebs*** erwiesen. Bei den meisten Patienten wurde nachgewiesen, dass Tumormarker

---

[1] Focus 29/1998
[2] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/aurora-geib/die-zehn-symptome-eines-vitamin-d-mangels-die-sie-kennen-sollten.html
[3] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/krebs-ernaehrung-ia.html
[4] Carper: Nahrung ist die beste Medizin, 489
[5] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 23

nach wenigen Wochen zurückgehen, sie sich wohler fühlen, und dies, obwohl sie von der Schulmedizin kaum noch Chancen eingeräumt bekamen. Insbesondere japanische Krebsforscher haben in zahlreichen klinischen Untersuchungen die wundersame und v.a. rasche Wirkung dieses Pilzes selbst bei Patienten mit Krebs im Endstadium bestätigt. Während in Europa eher noch unbekannt, ist Agaricus blazei murrill in Japan, Brasilien, Mexico, Uruguay und den USA ein anerkannter Krebs hemmender Pilz, in Japan sogar offiziell als Anti-Krebsmedikament zugelassen.[6]

Pestizide meiden:
Man hat bei Brustkrebspatientinnen vermehrt Pestizide nachgewiesen.[7]
Carotinoide:
In einer Reihe von wissenschaftlichen Untersuchungen konnte man feststellen, dass ß-Carotin einen schützenden Effekt auf die Lunge hat und Personen, die sich carotinoidreich ernähren, seltener an ***Brustkrebs*** erkranken.[8]

Alkohol meiden:
Alkohol wird vom weiblichen Körper nicht so gut abgebaut wie bei Männern und begünstigt die Entstehung von Brustkrebs.[9]

Reis enthält tumorbekämpfenden Wirkstoff:
Reis enthält, weil er ein Saatgut ist, hohe Mengen von Proteasehemmstoffen, von denen angenommen wird, dass sie Krebs verzögern. 1981 meldeten japanische Wissenschaftler aus Sapporo drei aus Reiskleie isolierte tumorbekämpfende Substanzen zum Patent an. Ein amerikanischer Professor verglich den Pro-Kopf-Verzehr verschiedener Nahrungsmittel und stellte fest, dass der höchste Reisverbrauch (wie der von Bohnen und Süßmais) in Zusammenhang stand mit den niedrigsten Raten von Dickdarm-, Brust- und Prostatakrebs.[10]

Doldenblütler (Petersilie, Koriander, Kreuzkümmel, Fenchel, Anis, Kerbel)[11]:
Die Doldenblütler sind eine sehr artenreiche Familie, zu der Gewürzkräuter wie Petersilie, Koriander, Kerbel, Fenchel und Kreuzkümmel (Kumin) sowie Gemüse wie Karotten, Pastinaken und Sellerie gehören. Die Doldenblütler sind für die Krebsprävention v.a. aufgrund des hohen Gehalts an Apigenin interessant, einem Polyphenol mit extrem starker Anti-Krebs-Wirkung. Tatsächlich hemmt dieses Molekül im Laborversuch die Vermehrung einer beeindruckenden Zahl von Krebszellen, insbesondere von Zelllinien der am weitesten verbreitetsten Krebsarten unserer westlichen Gesellschaften: **Brustkrebs**, Darmkrebs, Lungenkrebs und Prostatakrebs. Apigenin wirkt einerseits direkt auf Krebszellen und die Angionese, und andererseits indirekt, indem es entzündliche Prozesse reduziert. Seine hohe Wirksamkeit machen es zu einer sehr interessanten Substanz für die Krebsprävention.[12]

Kreuzblütler:
Das Brustkrebsrisiko chinesischer Frauen, die am meisten Kreuzblütler zu sich nehmen, ist um die Hälfte geringer im Vergleich zu den Frauen, die keine oder wenige verzehren, und zwar unabhängig davon, wie viel Soja sie verzehren. Auch aus einer an 5000 schwedischen Frauen durchgeführten Untersuchung geht hervor, dass der Konsum von 1-2 Portionen Kreuzblütlern pro Tag das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, um 40 Prozent senkt.[13]

Mangostan:
Im Frühjahr 2006 veröffentlichten Forscher der Ohio State University eine Studie, wonach Mangostan Krebs verhütende Eigenschaften hat. Folgende Xanthone zeigten die stärkste Wirkung:

- 8-Hydroxycudraxanthon G

---

[6] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 36
[7] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 36
[8] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 107
[9] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 120
[10] Jean Carper, Nahrung ist die beste Medizin, 404
[11] Béliveau: Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 86
[12] Béliveau: Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 91
[13] Béliveau: Krebszellen mögen keine Himbeeren, 82f.

- Gartanin
- Alpha-Mangostin
- Gamma-Mangostin
- Smeathxanthon A.

Im selben Jahr fanden thailändische Forscher heraus, dass die von ihnen in der Mangostan entdeckten Xanthone – die Mangostenone C, D und E – gegen ***Brustkrebs***, Lungenkrebs und Krebs auf der Mundschleimhaut wirken. Alpha-Mangostin wies eine größere Wirkung auf Brustkrebszellen auf als das Antikrebsmittel Ellipticin.[14]

Leinsamen:

Leinsamen sind ein vielfältiges antikarzinogenes Nahrungsmittel: Sie können die Entwicklung von Brustkrebs hemmen, indem sie chronische Entzündungen reduzieren und dadurch die Entstehung eines für Krebszellen günstigen Umfelds verhindern, das ihr Wachstum fördert. Der hohe Lingan-Gehalt von Leinsamen macht dieses Nahrungsmittel zu einem effektiven Bollwerk gegen Brustkrebs.[15]

Vorsicht mit Alkohol!

Alkohol in großen Mengen ist sehr schädlich für die Zellen und erhöht erheblich das Risiko für Mund-, Leber- und Brustkrebs.[16]

Fucoxanthin (Algen):

Fucoxanthin ist ein gelbes Pigment, das Pflanzen je nach seiner Konzentration eine olivgrüne bis rotbraune Farbe verleiht. Fucoxanthin ist eng verwandt mit anderen Carotinoiden (Beta-Carotin, Lycopin etc.) und weit verbreitet in der Natur, am meisten allerdings in Meerespflanzen, wo es durch seine einzigartige Fähigkeit, auch in großer Tiefe noch Sonnenlicht zu absorbieren, an der Fotosynthese beteiligt ist. Fucoxanthin weist unter allen bisher getesteten Carotinoiden in Nahrungsmitteln mit die stärkste krebshemmende Wirkung auf, und das sowohl bei Versuchstieren im Labor als auch bei Krebszellen, die aus menschlichen Tumoren isoliert wurden. Die Gabe von Fucoxanthin führt bei Prostatkrebszellen zu einem deutlichen Wachstumsrückgang dieser Zellen. Dieser Hemmeffekt ist erstaunlicherweise noch weitaus ausgeprägter als der des Lycopins, eines Carotinoids, das v.a. in Tomaten enthalten ist und seit langer Zeit als vielversprechende Substanz bei der Vorbeugung gegen Prostatakrebs gilt. Nur Neoxanthin, ein Carotinoid, das in grünem ***Gemüse*** wie Spinat enthalten ist, besitzt eine vergleichbare Wirkung wie Fucoxanthin: Der Hemmeffekt dieser beiden Moleküle hängt mit ihrer Fähigkeit zusammen, den programmierten Zelltod der Krebszellen durch Apoptose in Gang zu setzen. Da Algen der einzige Lieferant von Fucoxanthin in Nahrungsmitteln sind, sollten sie integrativer Bestandteil jeder Strategie werden, die durch Ernährung gegen Krebs und insbesondere gegen Brust- und Prostatakrebs vorbeugen will.[17] Achtung bei Algenpräparate: recherchieren, ***welche schwermetallarm sind!***

Omega 3-Fettsäuren (Leinsamen):

Das Gleichgewicht von Omega 3 zu Omega-6-Fettsäuren spielt eine zentrale Rolle bei der Krebsprävention. So zeigt eine Studie aus jüngster Zeit, dass ein in etwa ausgeglichenes Verhältnis von Omega 3- und Omega-6-Fettsäuren im Fettgewebe, kombiniert mit einem hohen Spiegel an einfach ungesättigten Fettsäuren (die beispielsweise in Olivenöl in großen Mengen enthalten sind) zu einer deutlichen Senkung des Erkrankungsrisikos für Brustkrebs führt. Offenbar hat das Gleichgewicht zwischen Omega 3- und Omega-6-Fettsäuren auch einen vergleichbaren Einfluss auf die Entwicklung von Prostatakrebs – wir wissen heute, dass ein Überschuss an Omega-6-Fettsäuren seine Entstehung begünstigt – sowie auf sein Streuen in Form von Knochenmetastasen. Zwei Prozesse also, die durch Omega-3-Fettsäuren gehemmt werden.
Es besteht demzufolge kein Zweifel mehr, dass Leinsamen einen erheblichen Beitrag zu einer Ernährungsweise im Sinne der Krebsprävention leisten können. Sie versorgen den Körper mit einer großen Menge an Omega-3-Fettsäuren, die unverzichtbar für die Synthese wirkungsvoller entzündungshemmender

---

[14] Bio, Nr.5/2009
[15] Béliveau: Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 82
[16] Béliveau: Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch,. 116
[17] Béliveau, Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 66

Verbindungen sind. Denn diese verhindern die Entstehung eines Umfeldes, das das Tumorwachstum begünstigt.[18] Achtung: ***Unerhitzt einnehmen!***

Omega-3-Fettsäuren:
Omega-3-Fettsäuren senken das Erkrankungsrisiko für Brust-, Darm- und Prostatakrebs. Omega-3-Fettsäuren hemmen die Fähigkeit zur Metastasenbildung der Krebszellen; dies ist der entscheidende Faktor für das Überleben und die Prognose von Krebspatienten.[19] ***Achtung: Unerhitzt einnehmen!***

Vitamin D:
Die deutliche Reduktion von diversen Krebserkrankungen allein durch Einnahme von 500 mg Vitamin C und 400 I.E. (Internationale Einheiten) Vitamin E hat eine von der US Regierung in Auftrag gegebene Harvard Studie (Practonstudie) bewiesen. Allein durch höher dosierte Einnahme von Vitamin D könne das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken um 50 Prozent gesenkt werden und **das Risiko, ein Mamakarzinom zu entwickeln**, sogar um 400 bis 500 Prozent.[20]

Ling Zhi, japanisch Reishi, der glänzende Lackporling (=Heilpilz):
Ling Zhi : Hemmung metastatischer Brustkrebszellenlinie in Kombination mit Grünkernextrakt (Synergieeffekt)[21]

OPC:
OPC unterdrückt das Enzym Aromatase. Dieses wandelt Androgen in Östrogen um. Bei krebsbefallenen Frauen finden sich erhöhte Werte dieses Enzyms (Kijima I: Cancer Res, 2006)[22]

OPC:
Das natürliche OPC - Extrakt hat etwas gegen Magenkrebs, Brustkrebs, Lungenkrebs, Hautkrebs und Prostatakrebs.[23]

Shiitake:
Shiitake: effektive Unterstützung für Patientinnen mit fortgeschrittenen Brusttumoren[24]

Grünteepulver/Grünteeextrakt:
Studien beschreiben folgende Wirkungen (bei Zelllinienversuchen, Patientenfallstudien und Tierversuchen): Schutz vor Brustkrebs bei Frauen[25]

Curcumin: - am besten mit Pfeffer und z.B. Olivenöl kombinieren:
Curcumin wirkt gegen Krebszelllinien bei Brustkrebs.[26]

Aronia-Beeren / Flavonoide:
Aroniabeeren sind reich an Polyphenolen, speziell Flavonoiden wie z.B. den PACs, Anthocyanen, Flavanolen und Katechinen. Flavanoide zeigen in tierexperimentellen Studien u.a. auch tumorprotektive Wirkungen. Dort erwiesen sich die Flavonoide als protektiv gegen Brust-, Dickdarm- und Hautkrebs. Auch aus Humanstudien liegen mittlerweile Hinweise auf eine mögliche lungenkrebsprotektive Wirkung vor.
Das präventive Potential der Flavonoide ist auf mehrere Effekte zurückzuführen. Zum einen werden durch diese Powerstoffe die Phase-I-Enzyme gehemmt und die Phase-II-Enzyme induziert, was eine Hemmung der „Giftung“ und eine Stimulation der „Entgiftung“ zur Folge hat. Aber auch antiproliferative und die Apoptose-

---

[18] Béliveau, Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 80
[19] Béliveau, Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 80
[20] Raum&Zeit, 163/2010, S.16f.
[21] Ralf Meyer, Chronisch gesund, 173
[22] Hittich in: Dr. Hittich informiert, Sonderexemplar Nr. 2378, S. 17
[23] Hittich in: Dr. Hittich informiert, Sonder-Exemplar Nr. 2378, S. 17
[24] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, 176
[25] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, 144
[26] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, S. 135

beeinflussende Mechanismen spielen u.a. eine Rolle. Ebenso dürften die immunmodulierenden Effekte von Bedeutung sein.[27]

Olivenöl:

Olivenöl kann dazu beitragen, Brustkrebs zu verhindern und möglicherweise sogar zu heilen, heißt es in einer Studie der spanischen Autonomen Universität Barcelona, die in der Fachzeitschrift Carcinogenesis veröffentlicht wurde. Die Wissenschaftler fanden heraus, dass Olivenöl offensichtlich Ratten-DNS vor Schäden, die Krebs auslösen können, schützte. Darüber hinaus schaltete es offenbar Schlüsselproteine ab, die für das dauerhafte Überleben von Brustkrebszellen entscheidend sind. Da diese positiven Wirkungen nur bei Ratten auftraten, die über einen langen Zeitraum hin Olivenöl zu sich genommen hatten, empfiehlt der Wissenschaftler Eduard Escrich, man solle jeden Tag etwa 50 Milliliter (das heißt ungefähr zehn Teelöffel) hochqualitativen Olivenöls zu sich nehmen.

Bereits frühere Untersuchungen hatten Olivenöl zugeschrieben, es könne das Risiko, an bestimmten Krebsarten zu erkranken, verringern. Olivenöl ist zentraler Bestandteil der mediterranen Küche, der man nachsagt, nicht nur das Krebsrisiko, sondern auch das Risiko von Herzproblemen und degenerativen Erkrankungen wie der Alzheimer- oder Parkinson-Erkrankung zu senken.

Aus einer anderen Studie des Institut Municial d‘Investigacion in Barcelona, die in der Fachzeitschrift FASEB veröffentlicht wurde, geht hervor, dass Olivenöl die Aktivität von Genen blockiert, die man mit einer Verschlechterung des Gefäßzustandes bei Herzerkrankungen in Verbindung bringt. »Wenn man weiß, welche Gene durch eine gesunde Ernährungsweise positiv beeinflusst werden können, kann man sich für gesunde Lebensmittel entscheiden«, erklärte die Wissenschaftlerin Maria Isabel Covas. Diese Studie sei bahnbrechend, sagte FASEB-Chefredakteur Gerald Weissmann. »Sie zeigt, dass sich Olivenöl und eine mediterrane Ernährungsweise sehr viel positiver auf den Organismus auswirken, als dies früher angenommen wurde.«

Die mediterrane Küche setzt vor allem auf Obst, Gemüse, Fisch, Vollkorn und Fette aus Nüssen und Olivenöl. Sie verzichtet weitgehend auf rotes Fleisch (Rind- und Kalbfleisch, Schweinefleisch, Lammfleisch, Wildbret etc.) sowie Milchprodukte. Alkohol, vor allem Rotwein, wird nur in Maßen genossen. Wissenschaftler glauben, dass die gesunden Fette und Antioxidantien, die sich in diesen Nahrungsmitteln finden, für die positiven Wirkungen verantwortlich sind. Noch für einen weiteren klassischen Bestandteil mediterraner Küche, dem Knoblauch, wurde nachgewiesen, dass er im Labor Brustkrebszellen zerstört.[28]

Brokkoli:

In den USA allein leiden mehr als 21 Millionen Menschen an der am meisten verbreiteten Form der Arthritis, der Osteoarthritis oder degenerativen Arthritis, bei der es aufgrund mechanischer Überbelastung zu einer Gelenkentzündung kommt. Sie kommt verstärkt im Alter vor, wenn der Knorpel, das dämpfende Stützgewebe zwischen den Gelenkknochen, aufgrund von Verschleißerscheinungen beschädigt ist. Bei einer Verschlimmerung der Osteoarthritis verschwindet der Knorpel zunehmend, sodass die Knochen direkt miteinander in Berührung kommen, was zu Schmerzen und Schwellungen führt.

Die Schulmedizin kann bisher nur die Symptome lindern, aber keine Heilung erreichen. Dabei bedient sie sich unter anderem des Schmerzmittels Paracetamol, das die Leber schädigen kann, oder sogenannter nichtsteroidaler Antirheumatika oder Antiphlogistika (NSAP bzw. NSAID) wie Aspirin, Ibuprofen und Naproxen, bei denen es bei längerer Anwendung allerdings zu Magengeschwüren und Magenblutungen kommen kann. Einige NSIAD erhöhen zudem das Risiko von Herz- und Schlaganfällen.

Entgegen der landläufigen Einstellung, Osteoarthritis gehöre nun einmal zwangsläufig zum Älterwerden, sind Forscher der Londoner Universität von Ostanglien (UEA) überzeugt, sie stünden kurz vor einem Durchbruch, die Entstehung von Arthritis von vornherein verhindern zu können. Wie sieht die mögliche Lösung aus? Sie besteht aus einer natürlichen bioaktiven chemischen Verbindung mit Namen Sulforaphan (auch bekannt als Senföl), die in Kreuzblütlern und dort vor allem in Brokkoli vorkommt.

Die Wissenschaftler der UEA haben bereits entdeckt, dass Sulforaphan die Enzyme blockiert, die für die Schädigung der Gelenke bei Osteoarthritis mitverantwortlich sind. Nun versuchen die Forscher in einem weiteren Schritt herauszufinden, wie Sulforaphan möglicherweise den Verschleiß verlangsamen oder sogar die Entstehung von Arthritis überhaupt verhindern kann. Diese erste Untersuchung könnte den Weg für

---

[27] Döll, Michaela: „Obst und Gemüse: Bioaktive Pflanzeninhaltsstoffe avancieren zu Topinhaltsstoffen, in: „Naturheilkunde. Journal für die Ganzheits-Medizin“, S. 4

[28] David Gutierrez: Olivenöl kann Wachstum von Brustkrebs stoppen:, in: info.kopp-verlag.de, 9.11.2010

zusätzliche Tests an Patienten bereiten, an deren Ende dann eine sichere und natürliche Methode zur Verhinderung und Behandlung dieser schmerzhaften Erkrankung stehen könnte.
In einer Presseerklärung der Wissenschaftler hieß es, Brokkoli sei bisher vor allem mit einer Verringerung des Krebsrisikos in Zusammenhang gebracht worden. Ihre Untersuchung habe sich als erste größere Studie mit den Auswirkungen von Brokkoli auf die Gelenkgesundheit beschäftigt. Ihre neue, auf drei Jahre angelegte Untersuchung wird sich auch mit der Wirksamkeit anderer natürlicher chemischer Verbindungen auf Osteoarthritis befassen; so etwa mit Diallyldisulfid, einem Bestandteil des Knoblauchs, der in Laborversuchen die Knorpelzerstörung verlangsamte.
Wie NaturalNews bereits früher berichtete, erweisen sich sekundäre Pflanzenstoffe in Gemüsen aus der Familie der Kreuzblütengewächse als bemerkenswert wirksam bei der Bekämpfung von Krankheiten einerseits und dem Aufbau einer guten Gesundheit andererseits. Wissenschaftler des Comprehensive Cancer Centers des Arthur-G.-James-Krebskrankenhauses der Staatlichen Universität Ohio und des Richard-J.-Solove-Forschungsinstituts entdeckten, *dass eine Substanz in Brokkoli und Rosenkohl das Wachstum von Brustkrebstumoren eindämmt.* Andere Forschungen kamen zum dem Schluss, dass der Verzehr von Brokkoli vor Asthma schützen kann.[29]

Kerne von Weintrauben -> Traubenkernöl (Bio!)):
Besonders antioxidationsreich sind die Kerne von Weintrauben. In einer amerikanischen Laboruntersuchung hat man menschliche Brust- und Lungenkrebszellen mit Traubenkernextrakt zusammengebracht – mit dem Erfolg, dass die Anzahl der Krebszellen nach mehrstündigem bis tagelangem Kontakt mit dem Extrakt abnahm. Das ist natürlich noch lange keine Beweis für eine vor Krebs schützende Wirkung, aber sicherlich ein guter Hinweis und Grund genug, auch die überflüssigen Fruchtbestandteile näher zu untersuchen.[30]

Übergewicht vermeiden:
Die Ansammlung der Fettpölsterchen, die oft auf einen vermehrten Fett- und Zuckerkonsum beruhen, hat v.a. für Frauen weitreichende Konsequenzen. Das weibliche Geschlecht kann nämlich auch mit männlichen Geschlechtshormonen protzen. Diese werden im Fettgewebe in die weiblichen Hormone (Estrogene) umgewandelt. Damit avancieren die Fettansammlungen - nach den Eierstöcken – zu den zweitwichtigsten Hormonfabriken. Das kann problematisch werden, da zu viele Estrogene krebsfördernd wirken. Wer zu dick ist, hat in der Regel auch einen erhöhten Estrogenspiegel.
Dicke Frauen in den Wechseljahren sind besonders gefährdet. Während die Eierstöcke die Produktion der weiblichen Geschlechtshormone in dieser Zeit einstellen, werden dort (und in der Nebennierenrinde) aber weiterhin die männlichen Hormone gebildet. Damit können nun die Fettpölsterchen – durch entsprechende „Umwandlungsmaßnahmen“ weiterhin Estrogene ausschütten, wodurch sich die Gefahr für Gebärmutter- und Brustkrebs erhöht.[31]

Alkohol meiden:
Alkohol erhöht möglicherweise die Estrogenausschüttung im Körper der Frau und kann auf diese Weise den Brustkrebs begünstigen. Die Auswertung von großen internationalen Studien mit mehr als 300.000 Teilnehmerinnen zeigte, dass Frauen, die sich täglich mehrere „Drinks“ (bis zu fünf) genehmigen, ein um etwa 40 Prozent höheres Brustkrebsrisiko haben als die Abstinenzlerinnen.[32]

Vitamin A:
Frauen, die viel Vitamin A zu sich nehmen, können damit möglicherweise einem Mamakarzinom vorbeugen. Die Vitamine C und E dagegen haben, auch in hoher Dosierung, keinen diesbezüglichen Schutzeffekt. Dies ermittelten amerikanische Wissenschaftler in einer prospektiven Studie an insgesamt 89 494 Krankenschwestern im Alter von 34 bis 59 Jahren. Die Frauen mit dem höchsten Vitamin-A-Konsum zeigten dabei tendenziell ein niedrigeres Brustkrebsrisiko. Für die ausreichende Zufuhr sorgten bei diesen Frauen v.a. Nahrungsmittel wie Spinat, Karotten und Süßkartoffeln. Von Vitamin A-haltigen Präparaten profitierten

---

[29] S. L. Baker: Keine Schmerzen im Alter! Wer Brokkoli isst, vermeidet Arthritis , in: info.kopp-verlag.de, 14.10.2010
[30] Döll, Michaela: Die Kraft der Antioxidantien, 2008, s. 257
[31] Döll, Michaela: Die Kraft der Antioxidantien, 2008, 265
[32] Döll. Michaela: Die Kraft der Antioxidantien, 2008, 263

dagegen nur diejenigen Frauen, die mit ihrer Nahrung sehr wenig von dieser Substanz aufnahmen. Sie hatten ein um 20 % höheres Brustkrebsrisiko als Frauen mit einer höheren täglichen Vitamin –A-Aufnahme.[33]

Betacarotin Lycopin:

Besonders Wassermelonen enthalten das Betakarotin Lycopin, welches das Risiko, an Prostatakrebs zu erkranken, deutlich senken kann. Eine Studie am Karmanos Cancer Institute der Wayne State University, USA, ergab, dass Männer, die vor der Prostata-Operation eine Extra-Portion von 30 Milligramm Lycopin zu sich nahmen, niedrigere Antigenwerte (PSA) aufwiesen und kleinere, weniger aggressive Tumore hatten. Bisher haben mehr als 70 Studien die Zusammenhänge zwischen hohen Lycopin-Werten im Blut und einem generell verminderten Krebsrisiko aufgezeigt. Die Vorteile einer lycopinreichen Kost machen sich besonders bei Prostatakrebs, Lungenkrebs und Magenkrebs bemerkbar. Eine Schutzwirkung war bei folgenden Krebsarten festzustellen: Bauchspeicheldrüsenkrebs, Dickdarmkrebs, Speiseröhrenkrebs, Rektumkrebs, Mundkrebs, Brustkrebs und Gebärmutterhalskrebs. Studien ergaben, dass Lycopin-Nahrungsergänzungsmittel bei weitem nicht so effektiv sind wie lycopinreiche Nahrung. In Früchten werden zahlreiche synergetische, sich verstärkende Effekte beobachtet, wie z.B. Beispiel zwischen Lycopin und Betacarotinen.[34]

Granatapfel:

Die Isoflavone (Phytoöstrogene) im Granatapfel schützen vor hormonabhängigen Krebsarten wie Brust-Gebärmutter- und Prostatakrebs. Die höchste Konzentration von Isoflavonen befindet sich in den Kernen. Eine Studie von Kawaii und Lansky aus dem Jahr 2004 zeigt, dass sich Krebszellen zurückbilden und eine Metastasenbildung verhindert werden kann, wenn die Patienten Granatapfelsaft bekommen. Prostatakrebs-Patienten können ihren PSA-Wert (ein Verlaufsindikator bei Prostatakrebs) wesentlich länger niedrig halten. Während die durchschnittliche Verdopplungszeit des PSA-Werts vor Einnahme des Granatapfelsafts bei etwa 15 Monaten lag, verlängerte der tägliche Konsum von einem Glas Granatapfelsaft die Spanne auf b54 Monate, so Allan Pantuck von der University of California, Los Angelas, in der Zeitschrift *Clinical Cancer Research*, Juli 2006. Der israelische Arzt und Wissenschaftler Dr. Ephraim Lansky hatte die besondere Wirkung des Granatapfels bei Prostatakrebs als Erster erkannt. Er wies nach, dass hier viele Inhaltsstoffe mit antioxidativer, antientzündlicher und antiöstrogener Wirkung zusammenspielen.[35]

Leber-Funktionen stärken, z.B. mit Mariendistel oder Artischocke:

Die Leber hat Hunderte von verschiedenen Funktionen und ist mit jedem Teil unseres Körpers verbunden. Den ganzen Tag produziert, verarbeitet und liefert sie große Mengen an Nährstoffen. Diese Nährstoffe ernähren die 60-100 Trillionen Einwohner (die Zellen) unseres Körpers. Jede Zelle ist wiederum selbst wie eine mikroskopisch kleine und doch unglaublich komplizierte Stadt, in der Milliarden von chemischen Reaktionen pro Sekunde stattfinden. Um die extrem unterschiedlichen Aktivitäten aller Zellen des Körpers ohne Unterbrechung aufrechtzuerhalten, muss die Leber sie mit einem steten Fluss an Nährstoffen und Hormonen versorgen. Mit ihrem komplizierten Labyrinth an Venen, Kanälen und spezialisierten Zellen muss die Leber frei von jeder Behinderung sein, um eine reibungslose Produktion und eine problemlose Verteilung der Nährstoffe und Hormone im ganzen Körper zu gewährleisten.

Die Leber ist das Hauptorgan, das für die Verarbeitung, Umwandlung, Verteilung und Aufrechterhaltung der „Treibstoffversorgung“ des Körpers verantwortlich ist. Einige dieser Abläufe betreffen das Aufspalten komplexer chemischer Stoffe; andere die Synthese, v.a. von Eiweißmolekülen. Die Leber fungiert als Reinigungsstation, indem sie Hormone, Alkohol und Medikamente neutralisiert. Es ist ihre Aufgabe, diese biologisch aktiven Substanzen so zu verändern, dass sie ihre mögliche schädliche Wirkung verlieren – ein Prozess, der als Detoxcifikation (Entgiftung) bekannt ist. Spezialisierte Zellen in den Blutgefäßen der Leber (Kupfer-Zellen) binden schädliche Elemente und infektiöse Organismen, die vom Darm in die Leber gelangen. Die Leber scheidet die Abfallstoffe dieser Vorgänge über ihre Gallengänge aus.

Um sicher zu gehen, dass all dies effizient durchgeführt wird, erhält und filtert die Leber 1,5 Liter Blut pro Minute und produziert täglich 1,1-1,6 Liter Galle. Verstopfende Gallensteine können die Fähigkeit der Leber, diese körperfremden oder vom Körper selbst generierten schädlichen Substanzen zu entgiften, stark einschränken. Sie verhindern auch, dass die Leber die richtige Menge an Nährstoffen zur richtigen Zeit an die

---

[33] Kinadeter, Harald: Gesund mit Vitaminen, 1995, S. 106f.
[34] Simonsohn, Heilkräfte aus den Tropen, 208f.
[35] Simonsohn, Heilkräfte aus den Tropen, 2008, S. 138

Organe des Körpers liefern kann. Dies kann zu Störungen des empfindlichen Gleichgewichts des Körpers, auch Homöostase genannt, führen, wie auch zu Fehlfunktionen der Körpersysteme und –organe.
Ein perfektes Beispiel ***für solch ein gestörtes Gleichgewicht ist die erhöhte Konzentration der endokrinen Hormone Östrogen*** und Aldosteron im Blut. Diese Hormone, welche von Frauen und Männern produziert werden, sind für das richtige Maß an Salz- und Wasserspeicherung verantwortlich. Werden sie nicht entgiftet, weil die Gallengänge verstopft sind, kann die übermäßige Konzentration im Blut Schwellungen und Wasseransammlungen verursachen. ***Erhöhte Östrogenwerte werden als Hauptursache von Brustkrebs bei Frauen betrachtet.*** Bei Männern können hohe Konzentrationen dieses Hormons ein übermäßiges Wachstum des Brustgewebes verursachen.[36]

Achtung: Cadmium:
Forscher von der Georgetown-Universität in Washington berichten, dass z.B. das Schwermetall Cadmium bei Ratten körperliche Veränderungen wie das Sexualhormon Östrogen verursacht. Sie fanden in den Tieren nach Cadmium-Einwirkung vergrößerte Gebärmuttern, verstärktes Wachstum von Brustdrüsen und genetische Reaktionen wie auf Östrogene. Auch setzte bei weiblichem Nachwuchs die Pubertät früher ein. Übertragungen auf den Menschen konnte dies ein erhöhtes Brustkrebsrisiko bedeuten. In dieser Studie wurden bislang als harmlos geltende Konzentrationen des Schwermetalls eingesetzt, die unter der von der Weltgesundheitsorganisation vorgegeben Grenzwerte lagen.[37]

Ernährungsempfehlung bei Brustkrebs:
Eine generell alkohol- und fettarme Ernährung, außerdem Äpfel, Birnen, Bananen und Hülsenfrüchte, die in Joghurt mit lebenden Bifidusbakterien hineingerieben werden.[38]

Agaricus blazei murill:
Der Agaricus blazei ***murrill stoppt bei vielen schweren Krebserkrankungen höchst erfolgreich das Wachstum und wirkt sogar rückbildend***. Dies wurde bei Leukämie, bei Darm-, Lungen-, Unterleibs-, Brust-, Bauchspeicheldrüsen-, Prostata- und Leberkrebs in Studien nachgewiesen. Besonders hilfreich hat er sich bei austherapiertem Leberkrebs, Leberzirrhose, Brustkrebs sowie bei Hepatitis B und C erwiesen.. Bei den meisten Patienten wurde nachgewiesen, dass Tumormarker nach wenigen Wochen zurückgehen, sie sich wohler fühlen, und dies, obwohl sie von der Schulmedizin kaum noch Chancen eingeräumt bekamen! Insbesondere japanische Krebsforscher haben in zahlreichen klinischen Untersuchungen die wundersame und v.a. rasche Wirkung dieses Pilzes selbst bei Patienten im Endstadium bestätigt. Die Blutbildung wird angeregt und das Immunsystem in kurzer Zeit stabilisiert. Während in Europa eher noch immer unbekannt, ist ABH in Japan, Brasilien, Mexiko, Uruguay und den USA ein anerkannter Krebs hemmender Pilz, in Japan sogar offiziell als Anti-Krebsmedikament zugelassen.[39]

CoD Tee
CoD Tee ist eine Mischung chinesischer und südamerikanischer Pflanzen. Der Tee besteht aus den zwei in der Naturmedizin bekannten Substanzen ***Uncaria tomentosa (75%) bzw. Tabebuia avellanedae (5%) und aus Mentha piperita (10%),Sylibum marianum (6%), Taraxacum officinalis (3%), Arctium lappa (1%).***
Begründer der CoD Therapie ist der weit über seine Landesgrenzen hinaus bekannte Prof. Dr. Thomas David aus Ungarn. In Untersuchungen konnte er aufzeigen, dass CoD Tee bei 9 Krebsarten das Wachstum von Krebszellen bremst oder blockiert. Diese waren: nicht-kleinzelliges Adenokarzinom der Lunge, Adenokarzinom der Brust, Magen und Mastdarmkarzinom, Osteosarkom, non-Hodgkin-Lymphoma, Prostatakrebs und Melanom (Literaturangaben unter www.codtea.net). Wichtig ist zu erwähnen, dass der Tee in einem ganzheitlichen Regime gegeben wird, dem TCM CoD TM System, zu dem auch ein Ernährungsplan gehört und oral und intravenös verabreichte Vitamine (z.B. Hochdosis Vitamin C). Zusätzliche Entgiftungsmaßnahmen sorgen für eine Entsäuerung und Verschiebung des Blut-PH-Wertes. Der CoD Tee hat in randomisierten Studien seine Wirkungen aufzeigen können. Prof. David ist in Ungarn übrigens sehr bekannt, weil er eine eigene TV-Show hat in welcher er seit vielen Jahren jede Woche geheilte Fälle vorstellt.

---

[36] Moritz, Andreas: Die wundersame Leber-& Gallenblasenreinigung, 2010, S. 8f.
[37] Runow: Wenn Gifte auf die Nerven gehen, 1996, S. 34f.
[38] Hochenegg: Ernährung die Wunder wirkt, 80
[39] Gesellschaft für Heilpilze: „Heilpilze“, 2006, S. 36f.

Darüber hinaus gibt es einen „Club der Geheilten“ in welchem ebenso unglaubliche Fälle dokumentiert sind. Prof. David sagt auch nicht einfach, dass Krebspatienten den CoD Tee trinken sollen und damit werden sie schon gesund, sondern sieht den Tee als EINEN Teil seines Behandlungsschemas, in dem er viel Wert auf Ernährung, Entgiftung und notwendige Lebensänderungen legt._legt.[40]

Knoblauch:
Die Häufigkeit, an Brustkrebs zu erkranken, ist bei Knoblauchesserinnen deutlich geringer als bei Frauen, die auf Knoblauch verzichten.[41]

Lycopin:
In der Zeitschrift „Gesunde Medizin“ Nr. 8/98 wird über verschiedene Untersuchungen berichtet, die die große Bedeutung der Tomate mit ihrem hohen Lycopingehalt für die Krankheitsvorbeugung belegen. Bei Frauen zeigte sich , dass das Brustkrebsrisiko um bis zu 50% vermindert ist, wenn über einen Zeitraum von 10 Jahren ein hoher Lycopinspiegel aufrecht erhalten wird.[42]

Vitamin D:
Wissenschaftler am Georgetown University Medical Center in Washington entdeckten einen Zusammenhang zwischen hoher Vitamin-D-Aufnahme und geringerem Brustkrebsrisiko. Die Erkenntnisse, die bei der American Association for Cancer Research vorgestellt wurden, ergaben, dass höhere Dosen des Sonnenscheinvitamins bei Patienten, die bereits an Krebs erkrankt waren, mit einer Senkung des Tumorwachstums um 75 Prozent und einer 50-prozentigen Reduzierung der Tumorhäufigkeit in Verbindung standen. Interessant war dabei, dass eine Vitamin-Ergänzung hilfreich war, Entstehung und Wachstum von Brustkrebs einzuschränken, insbesondere bei Östrogen-empfindlichen Tumoren.[43]

Vitamin D:
Ein niedriger D-Spiegel ist ein Risikofaktor für Krebs. Brustkrebs, Darmkrebs, Prostatakrebs und viele mehr treffen Sie wesentlich wahrscheinlicher bei niedrigem als bei hohem Vitamin-D-Spiegel.[44]

Nahrungsmittel gegen Brustkrebs:
Untersuchungen am Krebszentrum City of Hope in der Nähe von Los Angeles haben ergeben, dass fünf Superfoods nachweisbare krebsbekämpfende Wirkung entfalten. Und das Beste daran ist: Die meisten davon sind das ganze Jahr über in jedem Lebensmittelgeschäft erhältlich.

1. Champignons. Wissenschaftler bei City of Hope gehörten zu den ersten, die auf die krebshemmenden Eigenschaften von Champignons hingewiesen haben. Sie hatten entdeckt, dass weiße Zuchtchampignons das Wachstum von Brustkrebstumoren dadurch verlangsamen, dass sie das Enzym Aromatase hemmen, das an der Östrogenbildung im Körper beteiligt ist. Da Aromatase die Bildung von Brustkrebstumoren anregt, kann der Verzehr von Champignons helfen zu verhindern, dass diese Krebszellen wachsen und sich ausbreiten. Eine ähnlich positive Wirkung beobachteten Forscher bei Männern und Prostatakrebs. Wie sich zeigte, senkte Champignonextrakt den Spiegel des prostataspezifischen Antigens (PSA), eines Hormons, das mit der Entwicklung der Krankheit in Verbindung steht. Darüber hinaus wurden auch die natürlichen Abwehrkräfte gegen Lungenkrebs und andere Krebsformen gestärkt.
2. Blaubeeren. Viele Studien haben bestätigt, dass Blaubeeren nicht nur das Wachstum und die Ausbreitung von Krebszellen verhindern, sondern das Überleben der Zellen insgesamt. Substanzen aus der Blaubeere ließen bestehende Tumoren schrumpfen und blockierten die Ausbreitung von triple-negativem Brustkrebs.
3. Granatäpfel. Dieses einzigartige Superfood enthält sechs Substanzen, die, wie auch die Champignons, die Aromatase hemmen, die bei rund 70 Prozent aller Brustkrebserkrankungen für Wachstum und Ausbreitung des Tumors nötig ist. Doch zusätzlich zur Prävention und Bekämpfung von Brustkrebs haben sich Granatäpfel auch als wirksam gegen andere Krebsformen erwiesen, beispielsweise gegen Darmkrebs.

---

[40] Hirneise: Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe, 2008, S. 700f.
[41] Hochenegg, Leonhard: Ernährung, die Wunder wirkt, 39
[42] http://www.provitas.org/InfoTexte/Tomaten-Lycopin.pdf
[43] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/aurora-geib/die-zehn-symptome-eines-vitamin-d-mangels-die-sie-kennen-sollten.html
[44] Worm: Heilkraft D, S. 7

Zu den spezifisch krebshemmenden Substanzen in Granatäpfeln gehören Urolithin A (UA), methyliertes UA, acetyliertes UB, methyliertes UB und UB-Sulfat – alles natürlich auftretende sekundäre Pflanzenstoffe, die verschiedene für das Tumorwachstum erforderliche östrogenbildende Prozesse hemmen.

4. Zimt. Schon lange als Gewürz und auch als Medizin im Gebrauch, zeigt Zimt auch kräftige krebshemmende Eigenschaften, denn er blockiert ein Protein, das Tumoren brauchen, um die eigene Blutversorgung aufzubauen. Die Blockierung des Blutgefäßwachstums, der so genannten Angiogenese, verhindert, dass Tumoren wachsen und überleben.

5. Traubenkernextrakt. Er ist vielleicht etwas schwerer zu finden, denn die meisten der heute im Laden verkauften Weintrauben sind kernlos. Doch die Substanzen in den Traubenkernen lohnen den Aufwand, danach zu suchen, denn auch sie hemmen die Aromatase, und das wiederum blockiert die Entstehung von Brustkrebs. Außerdem hemmt Traubenkernextrakt die Wirkung eines anderen Proteins, das Wachstum und Ausbreitung von Krebszellen anregt.

»City of Hope deckt wichtige Verbindungen zwischen Ernährung und Krebsbekämpfung auf«, heißt es auf der Website der Gruppe über diese faszinierende Forschung. »Wir haben entdeckt, dass Champignons das Wachstum von Brustkrebs hemmen können und Blaubeeren die Ausbreitung von Krebs, während Traubenkernextrakt Tumorzellen aushungern kann.«[45]

Mango:

Dr. Barry Fox betrachtet die Mango als effektive Prävention folgender Krebsarten Dickdarmkrebs, Bauchspeicheldrüsenkrebs, Prostatakrebs, Brustkrebs und Magenkrebs.[46]

Milch meiden:

Prostatakrebs und Brustkrebs sind mit dem Konsum von Milchprodukten verbunden, was vermutlich auf der Erhöhung eines Hormons beruht, welches „Insulin-like growth factor“ (IGF-I) genannt wird. (15) IGF-I ist in Kuhmilch enthalten. Es wird in erhöhten Konzentrationen im Blut von Personen nachgewiesen, die regelmäßig Milchprodukte konsumieren. Auch andere Substanzen, die den IGF-I Spiegel erhöhen, sind in Kuhmilch enthalten.[47]

Schutz vor Prostata- und Brustkrebs:

Die zweite Gruppe der krebshemmenden Substanzen aus Kreuzblütlern bilden Indol-3-Carbinol (I3C) und sein Kondensationsprodukt 3,3’-Diindolyl-Methan (DIM), das im sauren Magenmilieu entsteht. Fütterungsversuche bei Ratten zeigen, dass I3C die Wahrscheinlichkeit für die Entstehung spontaner und karzinogen-induzierter Tumoren erheblich reduziert. Darüber hinaus gibt es bereits klinische Studien wie zum Beispiel am Medical Center der Universität von Lousiana, USA: Von 30 Patientinnen mit Krebsvorstufen in der Zervix (CIN II-III) erhielten 20 Probandinnen 12 Wochen lang täglich 200 bis 400 mg I3C. Zehn Teilnehmerinnen wurden mit einem Placebopräparat behandelt. Bei der Hälfte der mit IC3-Behandelten verschwanden die Läsionen vollständig, nicht hingegen bei der Placebo-Vergleichsgruppe.

Die krebshemmende Wirkung der Indole scheint auf einer Stimulation der Phase-II- und Phase-I-Enzyme zu beruhen. Zwar fördern sie hiermit möglicherweise die Bildung kanzerogener Metaboliten, andererseits schützen sie aber dadurch zum Beispiel nachweislich vor Brustkrebs, da sie der Umwandlung von Estradiol zu genotoxischem 16a-Hydroxyestron vorbeugen. Stattdessen entsteht 2-Hydroxyestron, das antiestrogene und antiproliferierende Eigenschaften aufweist. Diese Befunde sind durch klinische Phase-I-Studien belegt. Darüber hinaus interagieren die Indole auch direkt mit Krebszellen: DIM ist ein starker Antagonist von Dihydrotestosteron (DHT) und verhindert das Wachstum androgenabhängiger Prostatazellen, wie Leonard Bjeldanes von der kalifornischen Universität in Berkeley herausfand. In seiner Wirkstärke gleicht DIM dem synthetischen Antiandrogen Bicalutamid. Strukturuntersuchungen und Molekülberechnungen zeigen zudem, dass sich beide Substanzen auch bezüglich ihrer Konformation und Elektronendichteverteilung stark ähneln. In einem Punkt unterscheidet sich DIM jedoch von Bicalutamid: Es antagonisiert nicht nur DHT, sondern unterdrückt zusätzlich jede Signalweiterleitung, wenn DHT bereits gebunden ist, indem es die Wanderung des

---

[45] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/ethan-a-huff/wissenschaftlich-erwiesen-diese-fuenf-superfoods-hemmen-die-ausbreitung-von-brustkrebs.html

[46] Simonsohn: Heilkraft aus den Tropen, 195

[47] http://www.provegan.info/de/studien/detailseite-studien/kleine-zusammenfassung-der-gesundheitlichen-schaedigungen-durch-milchprodukte/

Ligand-Rezeptor-Komplexes in den Zellkern unterbindet. So hemmt es die Bildung von PSA, einem Wachstumsfaktor für Prostata-Tumoren, der gleichzeitig als Marker zur Diagnose dient. „Bereits 200 g Brokkoli täglich liefern die notwendige Menge für eine effektive Hemmung“, sagte Bjeldanes.[48]

Löwenzahn wirkt gegen Brustkrebszellen

So veröffentlichte das Fachmagazin International Journal of Oncology im Jahr 2008 eine klinische Studie3, welche die positive Wirkung von Löwenzahntee nachwies. Es handelte sich dabei um einen Tee aus Löwenzahnblättern, der die Anzahl von Brustkrebszellen vermindern konnte. Tee aus Löwenzahnwurzeln erzielte jedoch keine solche Wirkung. Die Forscher testeten Prostatakrebszellen auf die gleiche Weise und erhielten ähnliche Ergebnisse. Die Wissenschaftler schlussfolgerten, dass Löwenzahnextrakt als "neues" Anti-Krebs-Mittel zur Unterstützung der Krebstherapie betrachtet werden könne.Die Fachzeitschrift International Journal of Oncology veröffentlichte im Jahr 2011 einen Bericht, dass ein Nahrungsergänzungsmittel, das u. a. Löwenzahn enthielt, das Wachstum von Prostatakrebszellen hemmen könne.[49]

Pestizide meiden, Kurkumin einnehmen:

Dr. Merina Anthony, Ph.D., vom indischen University Centre:
„Eine starke Pestizidbelastung ist heutzutage einer der häufigsten Ursachen für die Entstehung von hormonellbedingten Krebsarten. Kurkuma dämmt die östrogen-ähnliche Wirkung von Pestizidrückständen in Früchten, Gemüse, konventioneller Milch, Wasser und anderen Lebensmitteln ein.“. Kurkuma sollte man am besten mit Pfeffer und Öl (wegen der besseren Aufnahme) einnehmen.[50]

Warnung: Aspartam:

Laut ursprünglichen Studien hat Aspartam Gehirntumor, ***Brustkrebs***, Gebärmutterkrebs, Eierstockkrebs, Hodenkrebs, Schilddrüsenkrebs und Bauchspeicheldrüsenkrebs ausgelöst.[51]

ACE-Hemmer - Bei Brustkrebs alles andere als harmlos

Dr. Patricia Ganz, Direktorin für Krebsvorsorge und -kontrolle am Jonsson Cancer Center und Hauptautorin der Studie, benutzte als Basis für ihre Forschungen Daten der Studie Life After Cancer Epidemiology (LACE), an der Patientinnen teilgenommen hatten, die eine Brustkrebserkrankung hinter sich hatten bzw. sich im Frühstadium der Krankheit befanden. Zwar fordert Dr. Ganz weitere Studien, um ihre Erkenntnisse zu bestätigen, doch ist bereits die von ihr entdeckte negative Wirkung der ACE-Hemmer in Bezug auf die Wahrscheinlichkeit eines Brustkrebs-Rückfalls ein wichtiger Grund, der - besonders bei Personen mit ernsthaften Erkrankungen - zur äußersten Sorgfalt bei der Verordnung und Einnahme von Medikamenten führen sollte.[52]

Elektrosmog fördert das Krebswachstum

Im Jahr 2001 zeigten Dr. Masami Ishido und seine Kollegen an Japans nationalem Institut für Umweltstudien, dass mit Melatonin behandelte Brustkrebszellen wieder anfangen zu wachsen, wenn sie der elektromagnetischen Strahlung des Stromnetzes ausgesetzt sind. Sie fanden heraus, dass magnetische Felder das Nachrichtensystem der Zellen stören – ihr internes Kommunikationsnetzwerk, das darüber entscheidet, wie sie auf ihre Umwelt reagieren[53]

Warnung: Milch

Brustkrebs ist mit dem Konsum von Milchprodukten verbunden, was vermutlich auf der Erhöhung eines Hormons beruht, welches „Insulin-like growth factor“ (IGF-I) genannt wird. (15) IGF-I ist in Kuhmilch enthalten. Es wird in erhöhten Konzentrationen im Blut von Personen nachgewiesen, die regelmässig Milchprodukte konsumieren. (16, 17) Auch andere Substanzen, die den IGF-I Spiegel erhöhen, sind in Kuhmilch enthalten. Die WHO-Zahlen über die Brustkrebshäufigkeit weltweit decken sich mit denen über die

---

[48] http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=pharm5_36_2004 (Anzeige)
[49] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/loewenzahn-krebs-therapie-ia.html
[50] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/krebs-ernaehrung-ia.html
[51] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/ia-anklage-vergiftung-aspartam.html
[52] Htttp:// www.zentrum der gesundheit.de
[53] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/elektrosmog-ia.html

Höhe des Milchkonsums: Die westlichen „Milchländer“ mit dem höchsten Milchkonsum haben die höchsten Brustkrebsraten. (57)
Nach dem zweiten Weltkrieg ist in Japan die Brustkrebshäufigkeit parallel zum Milch- und Milchproduktekonsum gestiegen. (58)
Wissenschaftler der Universität Melbourne untersuchten den Zusammenhang zwischen dem Verzehr von tierlichen Produkten und den Blutkonzentrationen von Hormonen. Die Frauen mit dem höchsten Verzehr von Milchprodukten hatten ca. 15 % höhere Estradiolkonzentrationen. Die Studie zeigt, dass ein höherer Verzehr von Fleisch sowie von Milchprodukten die Konzentration der Steroidhormone erhöht. Steroidhormone sind z. B. eng mit dem Risiko für Brustkrebs und Prostatakrebs assoziiert.[54]

Essiac (= Flor Essence):
1922 erhielt eine kanadische Krankenschwester namens Rene Caisse das Rezept einer Kräutermedizin von einer ***Patientin mit Brustkrebs***, die von einem Medizinmann geheilt wurde. Sie nannte diese Rezeptur Essiac, was nichts anderes heißt als ihr Name rückwärts gelesen. Nachdem sie in den darauf folgenden Jahren erfolgreich Krebskranke mit dieser Kräutermischung behandelte, erhielt sie in den 40er Jahren vom kanadischen Gesundheitsminister die Erlaubnis, Krebskranke zu therapieren. Es gab immer wieder Ärzte, die von phantastischen Erfolgen mit Essiac berichteten. Einer der bekanntesten war sicherlich Dr. Charles Brusch, persönlicher Arzt von John F. Kennedy, der immer wieder betonte, dass er seinen eigenen Darmkrebs mit Essiac geheilt habe.[55]

Keinen BH tragen:
Bei Brustkrebs gibt es ein Risiko, welches leider in den Medien aus verschiedenen Gründen absolut totgeschwiegen wird. Es ist die Studie der Anthropologen Sydney Ross Singer und Soma Grismaijer. Beide untersuchten insgesamt 4.700 Frauen und fanden heraus, dass die Chance, an Brustkrebs zu erkranken, bei Frauen, die 24 Stunden am Tag einen BH tragen, sage und schreibe 125 x höher ist als bei Frauen, die keinen BH tragen. Bei 12 Stunden am Tag ist die Chance immer noch 21 x größer. Der Grund hierfür liegt noch im Dunkeln. Wahrscheinlich spielt die Tatsache, dass BHs permanent lymphatische Gefäße blockieren, eine bedeutende Rolle. Auch die Veränderungen des Magnetfeldes durch die meist künstlichen Fasern des BHs könnten hierfür verantwortlich sein.[56]

Deos mit Aluminium meiden:

Sellerie und Petersilie gegen Brustkrebs
Bei starken Wechseljahresbeschwerden verschreiben Ärzte gern synthetische Hormonpräparate. Diese jedoch können das Brustkrebsrisiko erhöhen.
Prof. Salman Hyder und sein Team von der University of Missouri stellten in einer Studie an Labormäusen fest, dass Apigenin, eines der Flavonoide aus Sellerie, das Fortschreiten von einem derart hormoninduzierten Brustkrebs nicht nur stoppen konnte. Die Tumoren schrumpften sogar bei jenen Mäusen, die eine Nahrungsergänzung mit Apigenin erhalten hatten.
Sellerie wirkt dreifach!
Das vollständige Wirkrepertoire des Apigenins ist noch nicht bekannt.
Bekannt ist jedoch, dass Apigenin gleich drei wunderbare Ziele verfolgt:
Apigenin führt den Tod von Krebszellen herbei. So konnten die Wissenschaftler um Prof. Hyder beobachten, dass die Blutgefässe jener Mäuse, die mit Apigenin behandelt wurden, die Tumore nicht mehr mit Nährstoffen versorgten, so dass der Krebs abstarb. Apigenin verhindert also die Nährstoffversorgung der Tumore.
Apigenin verhindert die Teilung von Krebszellen
Apigenin hemmt die Aktivität eines Gens, das die Ausbreitung von Tumoren steuert.
Höchste Apigenin-Gehalte in Sellerie und Petersilie

---

[54] http://www.provegan.info/de/infothek/detailseite-infothek/kleine-zusammenfassung-der-gesundheitlichen-schaedigungen-durch-milchprodukte-aktualisierte-fassung/
[55] Hirneise: Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe, S. 759f.
[56] Hirneise: Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe, S. 254

Dabei sollte es sich nach Möglichkeit ausschliesslich um Sellerie aus biologischem Anbau handeln. Konventionell angebauter Sellerie gehört nämlich zu den Gemüsesorten mit den höchsten Schadstoffwerten – und die erhöhen wiederum das Krebsrisiko.
Besonders hohe Apigeningehalte finden sich in den Stängeln des Staudenselleries sowie in der Petersilie.[57]

Papaya:
Wissenschaftler amerikanischer und japanischer Universitäten haben die krebshemmenden Eigenschaften der Papaya bei einer Vielzahl von laborgezüchteten Tumoren getestet einschliesslich **Brust**-, Gebärmutterhals-, Bauchspeicheldrüsen-, Leber- und Lungenkrebs. Für ihre Tests verwendeten die Forscher Extrakt von getrockneten Papayablättern. In allen Untersuchungen verlangsamte sich das Wachstum der Krebszellen durch die Einwirkung von Papaya-Extrakt binnen 24 Stunden. [58]

Ingwer:
Ingwer enthält von Natur aus einen Bestandstoff, der bis zu 10 000 Mal effektiver Tumorstammzellen abtötet als die Medikamente, die bei einer Chemotherapie zum Einsatz kommen. Das geht aus einer Studie hervor, die im Fachmagazin PLOS veröffentlicht wurde. Krebs-Stammzellen sind es, die bösartige Tumore so gefährlich machen.
Die als 6-Shogaol bekannte Chemikalie entsteht bei der Trocknung und beim Kochen von Ingwerwurzeln. 6-Shogaol wirke bereits in Konzentrationen, die für gesunde Zellen harmlos sind, aktiv gegen Tumorstammzellen, so die Forscher. Das ist ein gewaltiger Unterschied zur herkömmlichen Chemotherapie, die, weil sie nicht nur Krebszellen abtötet, sondern auch gesunde Zellen, schwere Nebeneffekte verursacht.
Wie andere Stammzellen auch, verfügen Tumorstammzellen über die Fähigkeit, sich in unterschiedliche Zellarten zu verwandeln. Im Fall von Krebs verwandeln sich die Stammzellen in die verschiedenen bösartigen Zellen einer Tumorkolonie. Bei jedem Tumor machen Stammzellen weniger als ein Prozent der Zellmenge aus und sie sind unempfindlich gegenüber nahezu allen bekannten oder experimentellen Chemotherapien. Diese Zellen können sich endlos reproduzieren und sind imstande, sich von ihrer ursprünglichen Kolonie zu lösen, um an anderer Stelle des Körpers neue Tumore zu starten. Sie spielen eine wichtige Rolle bei Metastasen, der Ursache für 90 Prozent der Todesfälle durch Krebs.
Die Wissenschaftler stellten fest, dass 6-Shogaol an mehreren Fronten gegen Brustkrebs-Stammzellen wirkt. So reduziert es die Expression von Oberflächenantigenen, bewirkt durch Veränderung des Zellzyklus einen rascheren Zelltod, verhindert die Neubildung von Tumoren, sorgt direkt für einen programmierten Zelltod und vergiftet Tumorstammzellen (Zytotoxizität).
Die Forscher verglichen die Zytotoxizität von 6-Shogaol gegen menschliche Brustkrebs-Stammzellen mit der des weit verbreiteten Chemomittels Paclitaxel. Sie stellten fest, dass Paclitaxel in einem eindimensionalen Krebs-Labormodell Zytotoxizität verursachte, aber in dem dreidimensionalen Modell, das inzwischen als akkuratere Abbildung echter Krebstumore gilt, blieb es praktisch wirkungslos. 6-Shogaol dagegen war in beiden Modellen effektiv.[59]

Die schwarze Salbe bei Haut- und Brustkrebs[60]
Greg Caton (Alpha omega Labore gegründet – interne Version der schwarzen Salbe)
Dr. rederic Mohs (die Mohs –Operation, Buch geschrieben
Schwarze Salbe regt Killerzellen an (erst Folge: Rötungen, Schwellungen, Schwarze Salbe informiert Körper über Krebszellen an diesem Ort, Immunsystem kann dann Zellen eliminieren)
)
Stachelannone:
Man sagt der Stachelannone nach, sie sei 10.000 Mal wirksamer als starke Chemotherapeutika und 100 Mal effektiver als eine Chemotherapie. Angesichts der zerstörenden Wirkung der Chemotherapie auch auf gesunde Zellen, wäre das eine willkommene Alternative (hier). Aber obwohl der Frucht im Allgemeinen schon

---

[57] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/sellerie-gegen-krebs-ia.html?et_cid=14&et_lid=14&et_sub=ZDG261014&campaign=ZDG261014
[58] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/papaya.html
[59] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/david-gutierrez/studie-natuerlicher-ingwer-bei-der-krebsbekaempfung-bis-zu-1-mal-effektiver-als-chemotherapie.html
[60] Video-Vortrag von Adrian Jones: „Adrian Jones- Schwarze Salbe – Heilung von Brust- und Hautkrebs @ “ https://www.youtube.com/watch?v=YRz1pw5bGb0 im Kanal „Spirit of health 2014 – Offizieller Supprt-Kanal“

effektive Wirksamkeit gegen Erkrankungen nachgesagt wird, fehlen offizielle Studien an Menschen. So schreibt Cancer Research UK:
„In Laborstudien konnten Extrakte der Graviola einige Arten von Leber– und Brustkrebszellen, die gegen bestimmte Chemotherapeutika resistent waren, töten. Aber es hat noch keine groß angelegten Studien mit Menschen gegeben. Insgesamt gibt es keine Beweise dafür, dass Graviola als Heilmittel für Krebs funktioniert.“
10.000 Mal wirksamer als Krebsmedikamente
Eine Studie von 2008 bestätigte ebenfalls, dass Graviola im „Reagenzglas eine Anti-Krebs-Wirkung hat, aber noch nicht an Menschen untersucht worden ist“. Und 1996 merkte eine amerikanische Studie an, dass eine“ isolierte Verbindung, die aus dem Samen der Frucht extrahiert wurde, eine 10.000 Mal höhere Wirksamkeit auf Krebszellen hatte als das Chemotherapeutikum Adriamycin“.
Schon in den 70er Jahren gab es in den USA vom National Cancer Institute (NCI) Untersuchungen diesbezüglich. „Das NCI hat einige Untersuchungen zur krebsheilenden Wirkung der Graviola durchgeführt und hat einige interessante Resultate zutage gefördert“, berichtet US Cancer Centers. „Die Studien zeigten (…), dass die Blätter und Stängel der Pflanze unglaublich erfolgreich darin waren, bestimmte Krebszellen im Körper zu zerstören.“ Die Ergebnisse wurden in einem internen Bericht vorgestellt, jedoch nicht veröffentlicht, so Psychology Today.[61]

Erhöhtes Brustkrebsrisiko durch verstärkten Seifen-Einsatz:
Da Triclosan hormonell wirksam ist, kann der häufige Gebrauch von desinfizierenden Seifen sogar Schilddrüsenprobleme hervorrufen, so dass Betroffene mit Schilddrüsenüber- oder unterfunktion unbedingt ihre Hygieneartikel auf Triclosan überprüfen und besser nur noch Produkte aus dem Naturkosmetiksektor verwenden sollten.
Forscher der American Chemical Society ermittelten zudem in verschiedenen Versuchen, dass Triclosan das Wachstum von Brustkrebszellen sowohl im Reagenzglas als auch bei Mäusen fördert.[62]

Cistus incanus:
Cistus Extrakt zeigt in Zellkulturversuchen auch eine "antikanzerogene" Wirkung: er hemmte das Wachstum von Brustkrebszellen (Studie Universität Osnabrück).[63]

Olivenöl:
Es hilft nicht nur bei der Prävention von Depressionen und bei der Bekämpfung von Entzündungen, sondern erwies sich auch als effektiv im Kampf gegen Brustkrebszellen.[64]

Warnung:
Das Biozid Triclosan steht bereits seit längerer Zeit wegen möglicher Gesundheitsschäden in der Kritik. Die Substanz, die unter anderem in Kosmetika und Zahnpasta enthalten ist, soll Brustkrebs auslösen können sowie Spermien und Organe schädigen.[65]

OPC bei Krebs
In-Vitro-Studien hatten ergeben, dass OPC aus Traubenkernextrakt das Tumorwachstum und eventuell sogar die Entwicklung von Brust-, Magen-, Darm-, Prostata- und Lungenkrebszellen hemmen könne.[66]

Frühes Abendessen:
Menschen, die ihr Abendessen vor 21 Uhr zu sich nehmen, haben ein bis zu 20 Prozent niedrigeres Risiko an Brust- oder Prostatakrebs zu erkranken als diejenigen, die regelmäßig nach 22 Uhr essen. Das haben Wissenschaftler des Barcelona Global Health Institutes herausgefunden.

---

[61] http://www.physiocap.com/fileadmin/user_upload/NEUE_AM_SONNTAG__18._MAI_2008__SEITE_53.pdf
[62] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/seife-macht-krank-ia.html
[63] https://life-in-balance.net/shop/nahrungsergaenzung/cistus-incanus/
[64] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/olivenoel-schuetzt-leber-ia.html
[65] http://www.heilpraxisnet.de/naturheilpraxis/zusatzstoff-triclosan-brustkrebs-ausloeser-in-zahnpasten-oder-kosemtik-enthalten-20170621281630
[66] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/opc-pi.html

In der Studie haben die Experten 621 Prostatakrebs- und 1205 Brustkrebspatienten sowie 2193 gesunde Menschen über einen längeren Zeitraum beobachtet. Dabei lag das Augenmerk der Forscher auf Lebensstil, Ess- und Schlafgewohnheiten der Probanden.
„Die genauen Mechanismen sind uns noch nicht klar", erklärt Dr. Manolis Kogevinas, der die Ergebnisse im International Journal of Cancer veröffentlichte. „Wir wissen, dass wir so konditioniert sind, dass unser Körper verschiedene Funktionen zu verschiedenen Tageszeiten unterschiedlich gut ausführen kann."
Diese Ergebnisse decken sich mit denen einiger anderer Studien. Catherine Marinac vom Dana-Farber-Institut hatte zum Beispiel herausgefunden, dass Brustkrebspatientinnen ihr Rückfallrisiko minimieren können, wenn sie nach ihrem Biorhythmus essen. Denn: „Menschen, die spät essen, haben ein schlechteres metabolisches Profil."[67]

Ätherisches Rosmarin-Öl:
Rosmarin hat antioxidative Eigenschaften, die beim Schutz vor freien Radikalen, welche Zellmembranen beschädigen, die DNA verändern und gesunde Zellen abtöten, mithelfen. Jüngste Studien haben gezeigt, dass Rosmarinextrakt *Anti-Tumor-Eigenschaften hat, die wirksam bei der Behandlung von* Dickdarm, *Brust,* Leber, Magen, Haut und Blut sind. Eine Studie ergab, dass eine 1 prozentige Konzentration von ätherischem Rosmarin-Öl mehr als 90 Prozent von Eierstock-und Leberkrebszellen deaktivieren konnte.[68]

Ätherisches Oregano-Öl:
Forschungen des Long-Island-University-College-of-Pharmacy haben festgestellt, dass Oregano-Verbindungen Signalwege benutzen, die dazu führen, dass Krebszellen absterben. Oregano hat auch entzündungshemmende und antibakterielle Eigenschaften. Ätherisches Oregano-Öl enthält Carnosol, welches Wirkungen, wie das Wachstum von Dickdarmkrebszellen zu stoppen und den Zelltod bei Krebszellen zu verursachen, gezeigt hat. Ätherisches Oregano-Öl hat *vielversprechende Ergebnisse bei der Bekämpfung von* Prostata-, *Brust*- und Haut*krebs* gezeigt.[69]

Ätherisches Kamille-Öl:
Apigenin, eine bioaktive Komponente, die in der Kamille gefunden wurde, hat in Untersuchungen gezeigt, dass sie signifikante Effekte bei der Hemmung vieler menschlicher Krebszelllinien hat. Eine Studie von 2010 ergab, dass ätherisches Kamillen-Öl 93 Prozent der Brustkrebs-Zellen abtötete. Eine separate Studie ergab, dass es in der Lage ist, Zellmutation von 60 bis 75 Prozent zu hemmen.[70]

Zitronenschale:
Durch ihre entgiftende und zellenschützende Wirkung beugt die Zitronenschale Krebserkrankungen vor. Bei regelmäßigem Konsum kann das Brustkrebsrisiko um bis zu 10 Prozent gesenkt werden.[71]
Brustkrebs: je mehr Zitronensaft getrunken wird, desto weniger Brustkrebs – April 2013[72]
Zitronen-Schalen-Bestandteile reichern sich im Brustgewebe gezielt an und hemmen dort Krebszellen Juni 2013[73]

Schärfemolekül bremst Wachstum von Brustkrebszellen
Der Geschmacksstoff Capsaicin macht Peperoni scharf. Ein feuriges Geschmackserlebnis ist aber längst nicht die einzige Wirkung, die er auf den Körper haben kann.
Capsaicin, ein Inhaltsstoff von scharfen Substanzen wie Peperoni oder Pfeffer, hemmt das Wachstum von Brustkrebszellen. Das berichtet ein Team um den Bochumer Duftforscher Prof. Dr. Dr. Dr. habil. Hanns Hatt und Dr. Lea Weber nach Experimenten an kultivierten Zellen. In der Zeitschrift „Breast Cancer – Targets and Therapy" stellen die Wissenschaftler der Ruhr-Universität Bochum ihre Ergebnisse vor, gemeinsam mit Kollegen der Augusta-Kliniken Bochum, des Herz-Jesu-Krankenhauses Dernbach sowie dem Kölner Zentrum für Genomik.

---

[67] https://www.bild.de/ratgeber/gesundheit/brustkrebsportal/fruehes-essen-gegen-krebs-56363790.bild.html
[68] https://www.epochtimes.de/gesundheit/aetherische-oele-gegen-krebs-a1293766.html
[69] https://www.epochtimes.de/gesundheit/aetherische-oele-gegen-krebs-a1293766.html
[70] https://www.epochtimes.de/gesundheit/aetherische-oele-gegen-krebs-a1293766.html
[71] https://gruenersaft.de/zitronenschale-3-gruende-warum-man-sie-mitessen-sollte/
[72] http://www.homeopathy.at/citrusfruechte-als-anti-krebs-mittel
[73] http://www.homeopathy.at/citrusfruechte-als-anti-krebs-mittel

Die Versuche erfolgten mit der Zelllinie SUM149PT, die ein Modellsystem für eine besonders aggressive Brustkrebsform ist, den Triple-negative-Typ. Für diese Krebsart ist die Chemotherapie derzeit die einzige mögliche Behandlung.
Besonders häufiger Rezeptor
In den kultivierten Zellen fand das Team eine Reihe klassischer Riechrezeptoren. Besonders häufig vertreten war aber vor allem ein Rezeptor, der sonst im fünften Hirnnerv, dem Nervus trigeminus, vorkommt. Er gehört zu den sogenannten Transient-Receptor-Potential-Kanälen und trägt den Namen TRPV1. Neben dem Schärfemolekül Capsaicin aktiviert auch Helional – ein Duft nach frischer Meeresbrise – diesen Rezeptor.
In Kooperation mit Privatdozentin Dr. Gabriele Bonatz vom Brustzentrum der Augusta-Kliniken Bochum bestätigte Hatts Team die Existenz von TRPV1 in Tumorzellen in neun verschiedenen Burstkrebsproben.
Krebszellen sterben ab
Die Forscher aktivierten den TRPV1-Rezeptor in Zellkultur mit Capsaicin oder Helional, indem sie die Stoffe für mehrere Stunden oder Tage zu der Kultur hinzugaben. Dadurch vermehrten sich die Krebszellen langsamer. Außerdem starben durch die Behandlung verstärkt Tumorzellen ab. Die überlebenden Zellen waren zudem nicht mehr in der Lage, sich so schnell zu bewegen wie zuvor; das lässt darauf schließen, dass sie im Körper schlechter Metastasen bilden könnten.
„Wenn wir den TRPV1-Rezeptor gezielt durch Medikamente anschalten könnten, könnte sich ein neuer Ansatz für die Behandlung dieser Krebsform ergeben“, sagt Hanns Hatt. Eine Aufnahme über die Nahrung oder durch Einatmen reicht dazu nicht aus.
Wirksam in Mäusen
Die Chemikalie Arvanil – chemisch ähnlich zum Schärfemolekül Capsaicin – hatte sich in früheren Studien anderer Gruppen bereits als wirksam gegen Hirntumoren bei Mäusen erwiesen; sie reduzierte das Tumorwachstum in den Tieren. Aufgrund zu starker Nebenwirkungen ist diese Substanz aber nicht für Menschen zugelassen. Neben Capsaicin und Helional aktivieren auch die körpereigenen Endovanilloide den TRPV1-Rezeptor.[74]

Kurkuma:
Das leuchtend gelbe Gewürz aus Indien gehört zu den wichtigsten Zutaten der Ayurveda-Medizin. Kurkuma enthält den Wirkstoff Curcumin, der Menschen gegen Dickdarmkrebs schützen kann. Auch Brust- und Eierstocktumoren scheint das Curcumin die Energiequellen zu rauben. Empfehlenswerte Dosis zur Vorbeugung: täglich ein Teelöffel in Suppen oder Saucen.[75]

Kohl schützt vor Blasenkrebs
Krebszellen verabscheuen Kohl. Der Verzehr von fünf oder mehr Portionen Kohlgemüse (Brokkoli, Rosenkohl, Grün-, Weiß- oder Rotkohl) pro Woche halbiert das Risiko, an Blasenkrebs zu erkranken. Auch bei Brustkrebs wurden solche Effekte beobachtet. Tipp: Kohlgemüse nur kurz kochen und gut kauen, damit sich die krebshemmende Wirkung voll entfaltet[76]

Warnung: Haarefärben:
Haarfarben: So fördern sie die Entwicklung von Brustkrebs
Haarfarben sorgen schnell für einen neuen Look. Meist färbt man das Haar regelmäßig, etwa einmal monatlich. Regelmäßiges Haarefärben aber erhöht die Wahrscheinlichkeit, an Brustkrebs zu erkranken.
Haarfarben erhöhen Risiko für Blasen- und Brustkrebs
Damit Haarfarben zuverlässig färben und die vorige Haarfarbe vollständig abdecken, enthalten sie eine Vielzahl teilweise bedenklicher Chemikalien. Manche gelten als allergieauslösend, andere als krebserregend. Je öfter man die Haare färbt oder auch mit chemischen Mitteln glättet, umso höher scheint das Risiko für Brustkrebs zu sein, so Forscher von den National Institutes of Health (NIH) im Dezember 2019. Veröffentlicht wurde die entsprechende Studie im International Journal of Cancer (1).
Wer ganz besonders gefährdet ist

[74] https://news.rub.de/presseinformationen/wissenschaft/2016-12-20-medizin-schaerfemolekuel-bremst-wachstum-von-brustkrebszellen
[75] https://www.tz.de/leben/gesundheit/zehn-biowaffen-gegen-krebs-63660.html
[76] https://www.tz.de/leben/gesundheit/zehn-biowaffen-gegen-krebs-63660.html

Dass Haarfärbemittel das Risiko für Blasenkrebs erhöhen können, ist schon seit mindestens 2001 bekannt. Betroffen sind insbesondere Friseure, aber auch Personen, die regelmäßig etwa einmal monatlich ihre Haare färben.
Damals hiess es, die langfristige Anwendung von chemischen Haarfarben sei besonders bedenklich. So steige das Risiko um das 3,3-Fache, wenn man 15 Jahre lang monatlich seine Haare färbt. Und wenn man mindestens 10 Jahre lang als Friseur tätig sei, steige das Risiko um das 5-Fache. Im Jahr 2004 wurde hingegen in einer anderen Studie behauptet, das erhöhte Blasenkrebsrisiko sei nicht belegt.
Stattdessen erschien im Jahr 2017 eine Untersuchung der Rutgers University, derzufolge ein regelmäßiges Haarefärben das Brustkrebsrisiko steigen lassen soll. Wir haben schon im ganz unten verlinkten Artikel über die Details berichtet.
Unregelmässige Anwendung und Tönungen erhöhen das Brustkrebsrisiko nicht
Bestätigt werden die Ergebnisse aus 2017 nun von der oben genannten Studie der National Institutes of Health vom Dezember 2019. Darin hatte man die Daten von 46.709 Frauen aus der sog. Sister Study ausgewertet und festgestellt: Frauen, die im Jahr vor Beginn der Studie regelmäßig ihre Haare färbten, entwickelten mit einer um 9 Prozent höheren Wahrscheinlichkeit einen Brustkrebs als Frauen, die ihre Haare in diesem Zeitraum nicht färbten.
Bei afrikanischstämmigen Frauen, die ihr Haar regelmäßig alle fünf bis acht Wochen oder öfter färbten, stieg das Risiko gar um 60 Prozent. Wer nur ab und zu sein Haar färbte oder Farben verwendete, die nicht dauerhaft halten (Tönungen), hat offenbar kein erhöhtes Risiko.
Haarglättungsmittel erhöhen das Brustkrebsrisiko um 30 Prozent
Zu einem möglichen Zusammenhang zwischen Haarfarben und Krebs werde schon lange geforscht, erklärte Studienautorin Alexandra White, Leiterin der Abteilung für Umwelt und Krebsepidemiologie an den NIH. Die Ergebnisse seien leider nicht einheitlich gewesen. „In unserer Studie konnten wir jedoch erneut ein erhöhtes Brustkrebsrisiko feststellen.“(2)
Auch die regelmäßige Verwendung von Haarglättungsmitteln (mindestens alle fünf bis acht Wochen) zeigte ein höheres Brustkrebsrisiko. Wer lieber glattes Haar statt Locken mochte, erkrankte mit einer um 30 Prozent höheren Wahrscheinlichkeit an Brustkrebs, wobei es hier keinen Unterschied zwischen afrikanischstämmigen Frauen und weißen Frauen gab.
Haarfarben meiden, Brustkrebsrisiko senken
Co-Autor der Studie, Dale Sandler, meint, es sei zu früh, um grundsätzlich vor Haarfarben zu warnen. Schliesslich tragen viele Faktoren zur Entstehung einer Krankheit und somit auch zur Entstehung von Brustkrebs bei. Allein die Anwendung von Haarfarben werde daher eher keinen Krebs verursachen. Allerdings findet er, dass Haarfarben einen Risikofaktor darstellen, den jede Frau beeinflussen kann. Meidet sie Haarfarben, kann sie ihr Risiko für Brustkrebs vermutlich senken.
Welche Chemikalien in Haarfarben bedenklich sind und ob natürliche Haarfarben eine adäquate Alternative bieten können bzw. ob sie tatsächlich so natürlich und unbedenklich sind, haben wir hier erklärt:
Haarfärbemittel erhöhen Risiko für Brust- und Blasenkrebs[77]

Warnung vor Pestiziden:
Bei Brustkrebspatientinnen hat man vermehrt Pestizide nachgewiesen.[78]

Bärlauch gegen Krebs:
So wurde etwa für Diallyl Disulfid (einem Bestandteil vom ätherischen Öl des Bärlauchs) nachgewiesen, dass es verschiedene Krebszellen abtötet. Dies gilt für Brust-, Lungen-, Prostata- und Darmkrebs sowie für Lymphome und Neruroblastome.
Auch für den Stoff Allicin gibt es inzwischen viele Studien, die seine Wirksamkeit im Kampf gegen unterschiedliche Krebszellen, wie etwa Lungen-, Darm- und Brustkrebs bestätigen.
Oft wurde ein Einzelstoff, der sich im Bärlauch findet, auf seine antitumoralen Eigenschaften hin getestet. Man darf allerdings annehmen, dass die Wirkung der gesamten Pflanze den Einzelstoffen überlegen ist, wie es oft der Fall ist, da sich die verschiedenen Pflanzenstoffe untereinander häufig ergänzen und verstärken.
Und tatsächlich zeigte auch eine Studie aus dem Jahr 2013 mit einem Wasserauszug von Bärlauch, dass dieser Darmkrebszellen effektiv abtöten und den Zellzyklus der Krebszellen empfindlich stören konnte.[79]

---

[77] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/news/haarfarben-foerdern-brustkrebs-191205145
[7878] Döll, Michaela: Die Kraft der Antioxidantien, München 2008, S.36

Knoblauch in der Krebsprävention und Krebstherapie:
Die krebshemmenden Eigenschaften von Knoblauch werden ihm nicht mehr nur nachgesagt, sondern sind mittlerweile durch eine Reihe von Studien belegt (z. B. Mirelman, David (2005): Apoptotic killing fo B-chronic lymphocytic leukemia tumor cells bei allicin generated in situ using a rituximab-alliinase conjugate). Auch sollen in erster Linie die Schwefelverbindungen für die krebsfeindlichen Wirkungen des Knoblauchs verantwortlich sein. So entstehen bei der Umwandlung von Allicin zwei fettlösliche Substanzen: Diallylsulfid (DAS) und Diallyldisulfid (DADS).
Nach derzeitigem Kenntnisstand geht man davon aus, dass diese Schwefelverbindungen des Knoblauchs vor allem in zwei der bei der Tumorbildung ablaufenden Prozesse eingreifen:
Zum einen verringern sie die Reaktivität krebserregender Substanzen und beschleunigen deren Eliminierung, so dass die DNA (Erbgut) weniger stark geschädigt wird. Zum anderen sind sie in der Lage, die Krebszellen in ihrem Wachstum zu stören und so deren Zelltod durch Apoptose (Selbstmord) einzuleiten. Sie wirken damit der Ausbreitung von Tumoren entgegen.
Ganz konkret wurden die krebshemmenden Wirkungen des Knoblauchs für Dickdarmkrebs, Magen- und Speiseröhrenkrebs, Lungen- und Brustkrebs nachgewiesen.
So lassen im Hinblick auf Lungenkrebs z. B. mindestens zwei chinesische Studien aufhorchen. Sowohl Knoblauch wie auch grüner Tee konnten demnach als schützende Faktoren bei dieser Krebsart dienen. Die Wissenschaftler gaben bekannt, dass Knoblauch und grüner Tee die negativen Auswirkungen der typischen Lungenkrebsrisikofaktoren (Rauchen, Verzehr von frittiertem Essen etc.) in gewisser Weise zu kompensieren schienen.
Auch in der Behandlung von Prostatakrebs sowie gutartigen Prostatavergrösserungen werden Knoblauchzubereitungen schon seit langem eingesetzt. Man begründet die positiven Einflüsse des Prostatakrebses auch hier mit seiner entzündungshemmenden, antioxidativen und allgemein krebshemmenden Wirkung.[80]

Bärlauch gegen Krebs
So wurde etwa für Diallyl Disulfid (einem Bestandteil vom ätherischen Öl des Bärlauchs) nachgewiesen, dass es verschiedene Krebszellen abtötet. Dies gilt für Brust-, Lungen-, Prostata- und Darmkrebs sowie für Lymphome und Neruroblastome.
Auch für den Stoff Allicin gibt es inzwischen viele Studien, die seine Wirksamkeit im Kampf gegen unterschiedliche Krebszellen, wie etwa Lungen-, Darm- und Brustkrebs bestätigen.
Oft wurde ein Einzelstoff, der sich im Bärlauch findet, auf seine antitumoralen Eigenschaften hin getestet. Man darf allerdings annehmen, dass die Wirkung der gesamten Pflanze den Einzelstoffen überlegen ist, wie es oft der Fall ist, da sich die verschiedenen Pflanzenstoffe untereinander häufig ergänzen und verstärken.
Und tatsächlich zeigte auch eine Studie aus dem Jahr 2013 mit einem Wasserauszug von Bärlauch, dass dieser Darmkrebszellen effektiv abtöten und den Zellzyklus der Krebszellen empfindlich stören konnte.[81]

Capsaicin:
Das Team um Hatt und seine Mitarbeiterin, die promovierten Biologin Lea Weber, konnte zeigen, dass die Aktivierung des Rezeptors mit Capsaicin oder Helional zu einem reduzierten Wachstum und vermehrten Absterben der Brustkrebszellen führte. Zudem waren die überlebenden Zellen nicht mehr in der Lage, sich so schnell zu bewegen wie zuvor.
Die Forscher schließen daraus, dass die so behandelten Zellen im Körper dann schlechter Metastasen bilden könnten. Ihre Ergebnisse veröffentlichte Hatt und Weber jetzt im Fachmagazin „Breast Cancer – Targets an Therapy“.[82]

Warnung vor Kuhmilch:
Eine groß angelegte Studie aus diesem Jahr bestätigt, dass ***der Konsum von Kuhmilch das Brustkrebsrisiko um bis zu 80 Prozent erhöhen kann.*** Höchstwahrscheinlich ist eine hohe Hormonkonzentration in der

---

[79] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/baerlauch.html
[80] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/knoblauch.html
[81] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/baerlauch.html
[82] https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/news/artikel/2017/01/06/capsaicin-gegen-tumore/chapter:2

Kuhmilch der Auslöser für das erhöhte Krebsrisiko; vor allem in der Massentierhaltung ist ein Großteil der Milchkühe trächtig.Keine der aktuell verfügbaren Alternativen für Kuhmilch, wie beispielsweise Mandel- oder Hafermilch, steht in Verdacht, eine krebserregende Wirkung zu zeigen – daher ist es ratsam, umzusteigen. Beobachtungsstudie zeigt eindeutige Zusammenhänge zwischen dem Konsum von Kuhmilch und BrustkrebsIn vielen Ländern ist Brustkrebs die häufigste Krebserkrankung bei Frauen. Der Konsum von Kuhmilch spielt dabei eine entscheidende Rolle.
Professor Dr. Gary E. Fraser und sein Team von der Loma Linda University in Kalifornien veröffentlichten im Februar diesen Jahres eine groß angelegte Studie im International Journal of Epidemiology, welche ein bis zu 80 Prozent erhöhtes Brustkrebsrisiko durch den Konsum von Kuhmilch beobachtete.1 Ganze 8 Jahre wurden knapp 52.800 Frauen beobachtet und befragt. Innerhalb dieser 8 Jahre erhielten 1.057 Frauen die Diagnose Brustkrebs. Der Teil der Frauen, die viel Milch, sprich 2–3 Gläser am Tag tranken, zeigten ein bis zu 80 Prozent erhöhtes Risiko an Brustkrebs zu erkranken. Schon 60–80 Milliliter täglich sollen das Risiko um bis zu 30 Prozent erhöhen, 230 Milliliter um bis zu 50 Prozent.
Dr. Fraser geht noch einen Schritt weiter und hält Kuhmilch nicht nur für risikoerhöhend, sondern ursächlich: »Es gibt ziemlich starke Beweise dafür, dass Kuhmilch eine Ursache für Brustkrebs sein kann.«
Ganz eindeutig geklärt ist es nicht, warum Kuhmilch für ein erhöhtes Brustkrebsrisiko sorgt. Dr. Fraser vermutet jedoch, dass einer der Gründe der Hormongehalt in der Milch sein könnte. In der Massentierhaltung ist ein Großteil der Milchkühe trächtig und die Milch dadurch stark hormonbelastet. Dies wiederum soll krebserregend wirken. Zudem sollte erwähnt werden, dass einige Studien generell die Aufnahme von Milch und anderen tierischen Proteinen mit einem erhöhten Wert des IGF-1 Hormons in Zusammenhang bringen, was ebenfalls die Entstehung von Krebs fördern soll. Auch diese Forschungen sind unter anderem ein Grund für die andauernde Diskussion über den gesundheitlichen Nutzen von Nahrungsmitteln tierischen Ursprungs.
Selbst die Deutsche Krebsgesellschaft warnt:
»Wer viel tierische Fette isst (fette Wurst und fettes Fleisch, Vollmilchprodukte, Butter, Schmalz), hat ebenfalls einen höheren Östrogenspiegel und damit ein etwas höheres Risiko. Das erklärt unter anderem die sehr viel geringere Brustkrebshäufigkeit in asiatischen Ländern, in denen traditionell wenig tierische Fette gegessen werden. Durch die zunehmende Anpassung an westliche Gewohnheiten steigt jedoch mittlerweile auch in Asien das Brustkrebsrisiko.“[83]

VitaminC-Infusion:
Eine Patientin mit Brustkrebs erhielt nach Ausschluss eines Glucose-6-Phosphat-Dehydrogenase-Mangels jeweils vor der Chemotherapie (3x 5-FU-Epirubicin-Cyclophosphamid (FEC) und 3x Docetaxel) eine Infusion von 150 g [!] Vitamin C in 1000 ml Ringer-Lactat-Lösung plus 400 mg Magnesium – der Fall wurde 2007 in der Deutschen Zeitschrift für Onkologie dokumentiert. Die Vitamin-C-Hochdosistherapie, die immer noch weitergeführt wird (150 g i.v., alle 4 bis 6 Wochen) zeigte einen überaus günstigen Effekt auf die Nebenwirkungsrate der Chemotherapie (z.B. Fatigue, Mukositis, Neurotoxizität) und die Lebensqualität der Patientin. Eine Beeinträchtigung der Nierenfunktion ist bis heute nicht nachweisbar.
Vor der Infusion sollte labormedizinisch ein Glucose 6-Phosphat-Dehydrogenase-Mangel ausgeschlossen werden. Cave Hämolyse!
Dosis: 7,5 g bis 60 g Vitamin C pro Infusion (langsam auftitrieren)
Zielwert: Vitamin-C-Plasmaspiegel > 1.000–20.000 µmol/l (17,5–350 mg/dl)
Keine Anwendung während der Strahlentherapie[84].

Kurkuma:
Brust Bei 14 Patientinnen mit metastasierendem Brustkrebs wurden die von 0,5 g pro Tag ansteigend bis zu 6 g pro Tag verabreichten Kurkuma-Dosen gut vertragen, während bei 8 g pro Tag unerwünschte Wirkungen auftraten (Bayet-Robert et al., 2010). Eine Bestrahlungstherapie unter 6 g Kurkumazubereitung pro Tag wurde von den mit Chemotherapeutika behandelten Brustkrebspatientinnen besser vertragen als von Patientinnen, die ein Plazebo erhalten hatten. Dies reflektierte sich in der Abnahme strahlenbedingter Hautentzündungen (Ryan et al., 2013).[85]

---

[83] https://www.naturstoff-medizin.de/artikel/kuhmilch-erhoeht-brustkrebsrisiko-um-bis-zu-80-prozent/
[84] https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2014/daz-13-2014/vitamine-c-und-d-selen-und-carnitin
[85] https://www.uniklinik-freiburg.de/fileadmin/mediapool/08_institute/rechtsmedizin/pdf/Addenda/2016/Kurkuma_-_Wissenschaftliche_Zusammenfassung_2015.pdf

Vitamin D:
Bei Brust- und Prostatakrebs kann Vitamin D-Mangel auch im Gefolge einer AntiHormontherapie auftreten. Folgeerscheinungen von Vitamin-D-Mangel zeigen sich vor allem am Skelettsystem in Form von Osteoporose sowie Gelenk- oder Muskelbeschwerden unterschiedlicher Schweregrade.[86]

Brustkrebs:
Carotinreiches Obst und Gemüse mindert Brustkrebsrisiko
In einer von 1980 bis 1994 dauernden Studie mit über 83.000 Frauen im Alter zwischen 33 und 60 Jahren wurde der Zusammenhang zwischen der Ernährung insbesondere mit karotinreichen Nahrungsmitteln und dem Auftreten von Brustkrebs untersucht. Als Ergebnis teilt die Forschergruppe um Shumin Zang und Walter C. Willet von der Harvard School of Public Health, Boston USA, mit: Frauen, die 5 oder mehr Portionen Obst oder Gemüse pro Tag verzehrten, hatten ein 33 % niedrigeres Risiko an Brustkrebs zu erkranken als die, die nur 2 Portionen pro Tag aßen . Die Risikominderung durch höheren Gemüse- und Obstverzehr war mit ca. 70 % sehr viel stärker ausgeprägt bei den Frauen, in deren Familie schon Brustkrebs vorgekommen war. Bei Frauen, die 15 oder mehr g Alkohol pro Tag tranken, ging das Risiko für Brustkrebs um ca. 50 % zurück, wenn sie 5 statt 2 Portionen Obst und Gemüse pro Tag verzehrten. Die günstige Wirkung des höheren Anteils an Obst und Gemüse in der Nahrung wird von den Forschern vor allem dem Gehalt an □-Carotin, □-Carotin, Lutein, Zeaxanthin und Vitamin C zugeschrieben.
Brustkrebsrisiko bei hohem Gemüseverzehr verringert
Das Risiko an Brustkrebs zu erkranken ist bei einem hohen Gemüseverzehr verringert. Dies ist das Ergebnis einer sogenannten Fall-Kontrollstudie mit 1193 Frauen unter 50 Jahren. Sie wurde vom Deutschen Krebsforschungszentrum, Heidelberg zusammen mit der Arbeitsgruppe Humanernährung und Krebsprävention des Wissenschaftszentrums Weihenstephan für Ernährung, Landnutzung und Umwelt durchgeführt. Die Risikominderung bei der Gruppe mit der höchsten Aufnahme von Gemüse betrug 36 % gegenüber dem Viertel mit der niedrigsten Aufnahme. Wenn nur Frauen vor der Menopause in die Berechnungen einbezogen wurden, war der positive Effekt eines hohen Gemüseverzehrs noch stärker ausgeprägt. Die Autoren betonen, dass ihre Ergebnisse in Übereinstimmung sind mit den internationalen Empfehlungen für eine krebsvorbeugende Ernährung durch hohen Gemüseverzehr.
Höherer Gemüse- und Obstverzehr - deutlich niedrigeres Brustkrebsrisiko
In einer der ersten und größten Bevölkerungsstudien mit Daten von 265.000 Personen in Japan legte Prof. Hirayama schon in den 90er Jahren des letzten Jahrhunderts Ergebnisse vor, nach denen ein hoher Verzehr von „grün-gelbem“ Gemüse das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, stark erniedrigte. Zwischenzeitlich sind diese Aussagen von den Bearbeitern der Europäischen Studie zum Zusammenhang zwischen Ernährung und Krebs (EPIC) in Frage gestellt bzw. nicht bestätigt worden. In anderen Studien war die positive Wirkung von Gemüse und Obst auf Frauen nach der Menopause beschränkt. Nun liegt ein neues Untersuchungsergebnis aus der Universität Hongkong, China, vor. Danach haben Frauen mit einem hohen Verzehr von Gemüse (oberes Viertel der untersuchten Teilnehmerinnen) ein um 72 % geringeres Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, im Vergleich zu denen, die wenig Gemüse aßen (unteres Viertel). Ein hoher Obstverzehr führte ebenfalls zu einer Risikoabnahme - allerdings in dieser Untersuchung nur um 47%. Auch die Verrechnung einzelner Gemüse- und Obstgruppen (dunkelgrünes Blattgemüse, Cruciferengemüse, Möhren und Tomaten, Melonen und Papaya) zeigten eine statistisch gesicherte Risikominderung bei erhöhtem Verzehr. Das gleiche galt für die Verrechnung der Indikatoren für den Verzehr von Gemüse und Obst, nämlich Vitamin A, Carotinoide, Vitamin C, Vitamin E und Ballaststoffe. Die Autoren betonen in ihrer Schlussfolgerung die Bedeutung von Gemüse und Obst für die Vorbeugung vor Brustkrebs.[87]

Zwiebeln:
Die Zwiebeln schalten sich in die Kommunikation zwischen den Krebszellen ein, wodurch es ihnen gelingt, deren Wachstum zu verhindern. Damit ergänzt die Studie eine vorherige, die den Einsatz von Zwiebeln gegen das Wachstum von Brustkrebszellen als Thema hatte. Zwiebel ist aber nicht gleich Zwiebel. Wie eine Studie von der US-amerikanischen Ithaca-Universität gezeigt hatte, wirken Zwiebeln vor allem durch ihren hohen Gehalt an Flavonoiden und Substanzen, die den Wirkstoff Phenol enthalten. So werden freie Radikale

---
[86] https://www.nds-krebsgesellschaft.de/downloads/broschueren/kompl_behandlungsmethoden.pdf
[87] http://www.hortipendium.de/Obst_und_Gem%C3%BCse_%E2%80%93_Studien_zu_Krebs

beschädigt, die zur Entstehung von Krebs beitragen. Je schärfer und kräftiger eine Zwiebel schmeckt, desto effektiver wirkt sie. Grund ist der hohe Anteil an Antioxidantien.[88]

Knoblauch in der Krebsprävention und Krebstherapie:

Die krebshemmenden Eigenschaften von Knoblauch werden ihm nicht mehr nur nachgesagt, sondern sind mittlerweile durch eine Reihe von Studien belegt (z. B. Mirelman, David (2005): Apoptotic killing fo B-chronic lymphocytic leukemia tumor cells bei allicin generated in situ using a rituximab-alliinase conjugate). Auch sollen in erster Linie die Schwefelverbindungen für die krebsfeindlichen Wirkungen des Knoblauchs verantwortlich sein. So entstehen bei der Umwandlung von Allicin zwei fettlösliche Substanzen: Diallylsulfid (DAS) und Diallyldisulfid (DADS).

Nach derzeitigem Kenntnisstand geht man davon aus, dass diese Schwefelverbindungen des Knoblauchs vor allem in zwei der bei der Tumorbildung ablaufenden Prozesse eingreifen:

Zum einen verringern sie die Reaktivität krebserregender Substanzen und beschleunigen deren Eliminierung, so dass die DNA (Erbgut) weniger stark geschädigt wird. Zum anderen sind sie in der Lage, die Krebszellen in ihrem Wachstum zu stören und so deren Zelltod durch Apoptose (Selbstmord) einzuleiten. Sie wirken damit der Ausbreitung von Tumoren entgegen.

Ganz konkret wurden ***die krebshemmenden Wirkungen des Knoblauchs*** für Dickdarmkrebs, Magen- und Speiseröhrenkrebs, Lungen- und ***Brustkrebs*** nachgewiesen..[89]

---

[88] https://www.praktischarzt.de/magazin/rote-zwiebeln-krebs/

[89] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/knoblauch.html