Hilfsmaßnahmen gegen Darmkrebs (s. auch Krebs):

Dickdarm- und Mastdarmkrebs – Warnsymptome:
Änderung der Stuhlgewohnheiten, Blut im Stuhl[1]

Achtung: Folgende Krankheitszeichen können auf Darmkrebs hinweisen und gelten bereits als Spätsymptome:

- länger andauernde unklare Bauchschmerzen und Bauchkrämpfe
- Blut- und Schleimabgang bzw. entsprechende Auflagerungen auf dem Stuhl ebenso wie ein Wechsel der Stuhlgewohnheiten
- Ein unbemerkter Blutverlust führt zu einer Blutarmut (Anämie), die sich mit Leistungsabfall, Müdigkeit, Atemnot in Ruhe und bei Belastung sowie einem schnellen Pulsschlag äußern kann
- Auch ein ungewollter Gewichtsverlust kann auf eine chronisch zehrende Krebserkrankung hinweisen

Selbstverständlich können die genannten Symptome auch bei anderen Krankheiten auftreten. Dennoch sollte man eine bösartige Erkrankung durch ärztliche Untersuchungen ausschließen.[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]

Skiitake:
Eine Ernährung mit Shiitake hat sich *als besonders wirksam erwiesen bei Tumorerkrankungen der Verdauungsorgane.*[4]

Igelstachelbart:
Der Igelstachelbart wird verwendet bei Darmkrebs.[5]

Agaricus blazei murrill:
Agaricus 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 Darmkrebs in Studien nachgewiesen.***[6]

Ballaststoffzufuhr:

---

[1] Focus 29/1998
[2] Arbeit und Gesundheit, Mai 2009, S. 15
[3] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/krebs-ernaehrung-ia.html
[4] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 6
[5] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 27
[6] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 36

u.a. spielt die Ballaststoffzufuhr eine wichtige Rolle (z.B. Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 25)

Vitamin C:
Diejenigen mit der besseren Vitamin-C-Versorgung erkrankten seltener an Darmkrebs.[7]

Kresse:
Es lohnt sich, Gartenkresse als Salatwürze zu verwenden, denn in jüngster Zeit hat man herausgefunden, dass ***sie Stoffe enthält, die gegen Dickdarmkrebs wirken***.[8]

Reis enthält tumorbekämpfenden Wirkstoff:
Reis enthält, weil er ein Saatgut ist, hohe Mengen von Proteasehemmstoffen, von denen angenommen wird, dass sie Krebs verzögern. Darüber hinaus hat Reiskleie in Tierversuchen das Risiko auf Darmkrebs verringert (aber nicht annähernd so wirkungsvoll wie Weizenkleie). 1981 meldeten japanische Wissenschaftler aus Sapporo dennoch 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.[9]

Goji-Beere:
Die in der Goji-Beere enthaltenen Polysaccharide ***schützen den Darm vor Krebs***, binden Toxine und Krankheitserreger und beugen Darmentzündungen vor.[10]

Doldenblütler (Petersilie, Koriander, Kreuzkümmel, Fenchel, Anis:,
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 verbreitesten 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.[11]

Lactobacillus acidophilus:
Interessanterweise haben bestimmte Untersuchungen über die bakterielle Zusammensetzung des menschlichen Stuhls gezeigt, dass die Präsenz von Bakterien wie Bacteroides vulgatus und Bacteroides stercoris ein erhöhtes Dickdarmrisiko einhergeht, während die ***Präsenz bestimmter anderer Arten, darunter Lactobacillus acidophilus, mit dem geringeren Risiko verbunden ist***.[12]

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.[13]

Knoblauch:
Zahlreiche Studien bewiesen, dass Menschen, die ***regelmäßig Gemüse aus der Knoblauchfamilie*** verzehren, ein geringeres Risiko haben, an bestimmten Krebsarten zu erkranken, insbesondere an Karzinomen des Verdauungssystems (Speiseröhre, Magen- und Dickdarm). Der Wirkmechanismus beruht vermutlich darauf,

---

[7] Döll, Antioxidantien, 34
[8] Sillner, Wunderwerk Immunsystem, 156
[9] Jean Carper,' Nahrung ist die beste Medizin, 404
[10] Simonsohn, Heilkraft aus den Tropen, 130
[11] Béliveau: Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 91
[12] Béliveau: Krebszellen mögen keine Himbeeren, 100
[13] Béliveau, Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 80

dass die beim Zerdrücken des Knoblauchs freigesetzten Geruchsmoleküle nach der Aufnahme im Körper die Fähigkeit besitzen, die Ausscheidung krebserregender toxischer Substanzen aus unserem Organismus zu beschleunigen. Dadurch verringert sich das Risiko, dass diese Substanzen unser genetisches Material angreifen und Mutationen auslösen, die zur Entstehung von Krebs führen können.[14]
Die krebshemmenden Verbindungen des Knoblauchs sind indes nicht nur ein Schutzschild nach außen, sie haben außerdem die Fähigkeit, in uns schlummernde Mikrotumoren anzugreifen. Tatsächlich sind bestimmte Verbindungen, die beim Zerdrücken von Gemüse der Knoblauchfamilie entstehen, geeignet, die Vermehrung von Krebszellen zu stoppen und sie in manchen Fällen sogar in den Selbstmord (programmierten Selbstmord) zu treiben .[15]

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 Mammakarzinom zu entwickeln, sogar um 400 bis 500 Prozent.[16]

Ling Zhi, japanisch Reishi, der glänzende Lackporling:
Hemmung von ***Dickdarmkrebszellenlinien***[17]

OPC:
Durch OPC kann ein Rückgang der Tumorgeschehens im Darm um 44% erzielt werden (Knaur M et al 2006 in einer tierexperimentellen Untersuchung). [18]

Shiitake:
Shiitake: signifikante Rückentwicklung von Dickdarmkrebszelllinien[19]

Ling Zhi, japanisch Reishi, der Glänzende Lackporling:
Bei Reishi werden folgende Wirkungen beschrieben: Tumorzellzerstörende, antientzündliche Funktion sowie Hemmung von Immunsystembotenstoffen in der Frühphase bei Colon- Krebszellen, was in der alternativen Therapie von Krebs von Bedeutung sein könnte.[20]

Curcumin:
Curcumin wirkt gegen Krebszelllinien bei Darmkrebs.[21]

Curcumin und Quercetin:
Curcumin und Quercetin konnten eine 50%ige Größenabnahme und 60% ige Abnahme der Gesamtzahl von Darmpolypen bewirken, welche sich zu Krebs entwickeln können.[22]

Cucumin und Piperin:
Curcumin hat in präklinischen Studien eine Fähigkeit unter Beweis gestellt, die Tumorentstehung bei verschiedenen Typen von Krebs zu hemmen, inklusive Dickdarmkrebs. Zudem kann Curcumin denn ***Zellteilungszyklus stoppen***, Entzündungsprozesse reduzieren, oxidativen Stress reduzieren und bei. Es hemmt ***die Tumorgefäßneubildung und Metastasierung und potenziert Tumor wachstumshemmende Krebszellen***

---

[14] Béliveau, Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 104f.
[15] Béliveau, Krebszellen mögen keine Himbeeren . das Kochbuch, 105
[16] Kersten in: Raum&Zeit, 163/2010, S.16f.
[17] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, 171
[18] Hittich in: Dr. Hittich informiert, Sonderexemplar Nr. 2378, S. 17
[19] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, S. 175
[20] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, 174
[21] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, S. 135
[22] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, S. 136

den Krebstod auslösen Faktoren. Kritisiert werden seine kurze Halbwertzeit und geringe Bioverfügbarkeit bei oraler Einnahme, weswegen es in der CST mit Piperin verabreicht wird.[23]

OPC:

Auf ***Dickdarmkrebszelllinien zeigt OPC eine hemmende Wirkung, indem deren Zelltod vermehrt ausgelöst wird.***[24]

Aronis / 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 chemopräventive 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- beeinflussende Mechanismen spielen u.a. eine Rolle. Ebenso dürften die immunmodulierenden Effekte von Bedeutung sein.[25]

Aloe Vera:

Dr. Albert Scheller stellte fest, ***dass der BioUrsaft dazu beiträgt, die körpereigene Abwehrpolizei in der Dünndarmschleimhaut zu stärken, indem er die inneren Schleimhäute auskleidet und phasenweise sogar ersetzen kann. Dadurch fühlen sich die Menschen vitaler und bekommen mehr Kraft.***
Dies zeigen ebenso die Anwendungsbeobachtungen des Zentrums für Kinderheilkunde am Universitätsklinikum Bonn. Dort setzte das Ärzteteam von Prof. Dr. Udo Bode den Aloe Vera BioUrsaft bei Kindern vor, während und nach einer Chemotherapie ein. Das Ergebnis: Die durch die Chemotherapie angegriffenen Schleimhäute konnten sich besser regenerieren. Durch die Anwendung von Körperlotion, Revital Gel und dem Aloe Vera Frischpflanzensaft von Pharmos Natur fühlten sich die Kinder wieder wohl in ihrer Haut. Ihre Immunabwehr wurde gestärkt.[26]

Vitamin D:

In einer Untersuchung, die in der Fachzeitschrift Genom Research veröffentlicht wurde, befassten sich Wissenschaftler der Universität Oxford damit, das menschliche Genom auf Häufungen von Vitamin-D-Rezeptoren hin zu untersuchen. An diese Rezeptoren kann Vitamin D »andocken« und damit auch die Struktur des Genabschnitts sowie dessen Wirkung beeinflussen. Die Forscher fanden heraus, dass sich diese Rezeptoren vor allem in Genabschnitten befanden, die bereits früher mit bestimmten Autoimmunkrankheiten wie Diabetes Typ 1, Multipler Sklerose und Morbus Crohn in Verbindung gebracht wurden. Darüber hinaus konnten sie eine Häufung von Vitamin-D-Rezeptoren auch in Genabschnitten feststellen, die mit Kolorektalkrebs und Leukämie zu tun haben.
Die Studie belegt die schwerwiegenden Folgen eines Vitamin-D-Mangels, bemerken die Wissenschaftler. Seit Langem ist bekannt, dass Vitamin D eine wesentliche Rolle beim Erhalt der Gesundheit der Zähne und der Knochen spielt, vor Kurzem wurde aber auch die Bedeutung des Vitamins bei der Regulierung des Immunsystems belegt. »Vitamin D verringert das Risiko von Dickdarmpolypen und Prostatakrebs. Gefäßerkrankungen treten weniger auf, und man entwickelt weniger häufig eine Diabetes Typ 1. Die Festigkeit und die Koordination der Muskeln verbessern sich ebenso wie die der Knochen«, schreibt Phyllis Balch in ihrem Buch Rezept für eine ernährungsbezogene Heilung (Prescription for Nutritional Healing, 4th Edition).

Zitrusfrüchte:

---

[23] Meyer, Ralf, Chronisch gesund, S. 135
[24] Meyer, Ralf, Chronisch gesund, 152
[25] Döll, Michaela: „Obst und Gemüse: Bioaktive Pflanzeninhaltsstoffe avancieren zu Topinhaltsstoffen, in: „Naturheilkunde. Journal für die Ganzheits-Medizin", S. 4
[26] Esser, Margot: „Heilkraft aus dem Dschungel", in: Raum und Zeit Januar/Februar 2009, S: 39

Zitrusfrüchte sind reich an antioxidativ wirksamen Bioflavonoiden und an radikalfangenden Vitaminen (z.B. Vitamin C). Sie enthalten aber auch die sogenannten ***Terpene***, die für das feine Aroma sorgen und ***der Entstehung von*** Lungen-, Magen- und ***Darmkrebs entgegenwirken sollen***.[27]

Betacarotin Lycopin:
Besonders Wassermelonen enthalten das Betakarotin Lycopin, welchesdas 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.[28]

Brokkoli:
Wahrscheinlich sind schwefelhaltige Fermente, die im Brokkoli enthalten sind, der Hauptwirkstoff gegen die verschiedenen Krebsarten. ***120 Gramm Brokkoli schützen v.a. vor Dickdarmkrebs***.[29]

Preiselbeeren:
Preiselbeeren sind gesund – besonders positiv für unsere Gesundheit scheint ein Extrakt aus den Früchten. Eine erste Studie belegt jetzt, warum: Es ist die ***Substanz Proanthocyanidin, die – und das ist ganz neu – das Wachstum*** von Lungen--, ***Darmtumoren*** und Leukämiezellen ***hemmt.*** Diese Anti-Krebs-Wirkung wird auf die einzigartige A-förmige-Struktur zurückgeführt, denn die meisten Fruchtarten haben eine B-förmige Struktur. Das ergaben Laboruntersuchungen der Universität von Massachusetts-Darthmouth/ USA. Bekannt ist bisher auch, dass gerade diese Struktur das Festsetzen von Bakterien im Magen und in der Mundhöhle verhindert und somit Magengeschwüren und Zahnfleischentzündungen vorbeugt. Weitere Studien sollen jetzt noch genauer den Wirkmechanismus der pflanzlichen Inhaltsstoffe des Preiselbeer-Extrakts untersuchen.[30]

Zwiebeln und Knoblauch:
Zwiebeln und andere Liliengewächse wie Knoblauch, Schalotten und Schnittlauch enthalten Schwefel- und sulfidhaltige Substanzen, die vor Krebs sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen schützen. Magenkrebs ist eine häufige Krebsart, deren Auftreten eng mit der aufgenommenen Nahrung im Zusammenhang steht. In Anbaugebieten für Zwiebeln und Knoblauch, in denen der Verzehr dieser Liliengewächse überdurchschnittlich hoch liegt, war die Mortalitätsrate bei Magenkrebs jeweils signifikant niedriger. In einer kontrollierten, prospektiven Kohortenstudie wurde bei dem Verzehr von mehr als einer halben Zwiebel pro Tag eine ***deutliche Verringerung des Magenkrebsrisikos nachgewiesen. Auch ein verringertes Risiko für Dickdarmkrebs*** wird bei einem hohen Verzehr von Knoblauch und Zwiebeln beobachtet.
Für diese schützende Wirkung sind wahrscheinlich vor allem die schwefelhaltigen Inhaltsstoffe der Zwiebeln und des Knoblauchs verantwortlich. Allerdings ist die Frage, ob die Liliengewächse nur in rohem Zustand diesen Effekt haben oder auch gekocht oder gebraten, bisher nicht ausreichend geklärt.[31]

Cranberry (Moosbeere):
Die in der Cranberry enthaltenen Proanthocyanidine (PAC) hemmen ***offenbar das Wachstum von*** Lungen- und ***Darmtumoren*** sowie von Leukämiezellen. Eine entsprechende Studie wurde 2006 im amerikanischen Journal for Science of Food and Agriculture veröffentlicht. Die Untersuchung ist eine der ersten, die eine krebshemmende Wirkung der in der Cranberry enthaltenen PAC auf deren einzigartige Struktur zurückführt,

---

[27] Döll, Michaela: Die Kraft der Antioxidantien, 2008, S. 255
[28] Simonsohn, Heilkräfte aus den Tropen, 208f.
[29] Hochenegg, Ernährung, die Wunder wirkt, 1995, S. 27
[30] www.medizinkorrespondenz.de
[31] http://www.gesundheit.de/ernaehrung/lebensmittel/gemuese/zwiebeln-und-knoblauch

die sich von der PAC-Struktur der meisten anderen Fruchtarten unterscheidet. Man testete die Cranberry-PAC bei Tumorzellgeweben und beobachtete eine Behinderung der Ausbreitung des Tumorzellgewebes, ohne dass das Wachstum gesunder Zellen beeinträchtigt wurde. Die speziellen PAC der Cranberry sind es auch, die den Körper vor schädlichen, Harnwegsinfektionen verursachenden Bakterien schützen. Bei bereits bestehenden Harnwegsinfektionen hingegen konnte eine Wirksamkeit bislang nicht nachgewiesen werden.[32]

Achtung:
Wenn viel geraucht oder getrunken wird, wird die Schleimhaut des Mundes anfällig, genauso wie die Schleimhaut des Magens und Darms degenerieren kann. Und eine Schädigung ist die Vorstufe für eine Krebserkrankung.[33]

Ernährungsempfehlung bei Dickdarmkrebs:
Eine ballaststoffreiche, mineralstoffreiche und fettarme Diät. Kohl, Brokkoli, Kefir und Magermilchprodukte.[34]

Agaricus blazei murill:
Der Agaricus blazei ***murrill stoppt bei vielen schweren Krebserkrankungen höchst erfolgreich das Wachstum und wirkt sogar rückbilden****d*. 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.[35]

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. 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.[36]

Knoblauch/Zwiebeln:

---

[32] http://www.pronovabkk.de/Inhalt/liste_probieren_studieren/liste_probieren_studieren_mir/Cranberries_-_Rot_sauer_urgesund.html
[33] Hochenegg: Ernährung, die Wunder wirkt, S.73
[34] Hochenegg: Ernährung die Wunder wirkt, 80
[35] Gesellschaft für Heilpilze: „Heilpilze“, 2006, S. 36f.
[36] Hirneise: Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe, 2008, S. 700f.

In einer kontrollierten, prospektiven Kohortenstudie wurde bei dem Verzehr von mehr als einer halben Zwiebel pro Tag eine deutliche Verringerung des Magenkrebsrisikos nachgewiesen. Auch ein verringertes Risiko für Dickdarmkrebs wird bei einem hohen Verzehr von Knoblauch und Zwiebeln beobachtet. Für diese schützende Wirkung sind wahrscheinlich vor allem die schwefelhaltigen Inhaltsstoffe der Zwiebeln und des Knoblauchs verantwortlich. Allerdings ist die Frage, ob die Liliengewächse nur in rohem Zustand diesen Effekt haben oder auch gekocht oder gebraten, bisher nicht ausreichend geklärt.[37]

Ingwer lindert Darmentzündungen, und wirkt darmkrebspräventiv:
Darmentzündungen werden oft im Vorfeld von Darmkrebs beobachtet. Wissenschaftlern der University of Michigan Medical School in Ann Arbor, USA, haben nun eine interessante Entdeckung gemacht: In einer kleinen Studie senkte Ingwer die Entzündungszeichen des Darms und könnte daher ein Mittel sein, sich vor Darmkrebs zu schützen.
Für die Studie untersuchten die Forscher 30 Patienten, denen sie über vier Wochen entweder Tabletten, die zwei Gramm Ingwer enthielten oder aber ein Placebo, also eine wirkstofflose Tablette, gaben. Nach 28 Tagen untersuchten sie die Entzündungsparameter der Patienten. Dabei stellten sie fest, dass diejenigen, die Ingwer zu sich nahmen, im Durchschnitt um 28 Prozent niedrigere Entzündungswerte hatten als diejenigen, die ein Placebo einnahmen.
Noch ist nicht geklärt, auf welchem Weg der Ingwer die Entzündungszeichen mindert. Zudem sei noch nicht klar, ob die verringerten Entzündungszeichen wirklich mit einer Verringerung des Darmkrebsrisikos einhergehen. Außerdem bleibt ein weiteres Problem: Die Menge an Ingwer in den Tabletten entspricht etwa 20 Gramm natürlichem Ingwer. Das dürfte weit über dem liegen, was Menschen im täglichen Leben an Ingwer zu sich nehmen. Normalerweise wird die scharfe Wurzel eher zum Würzen genutzt.[38]

Ingwer:
Asien ist die ursprüngliche Heimat des altbewährten Ingwers. In der Traditionellen Chinesischen Medizinspielt Ingwer auch zur Behandlung von Darmproblemen eine große Rolle. Er wirkt antibakteriell und entzündungshemmend, hilft gegen Übelkeit und stärkt das Immunsystem. Besonders wichtig ist seine Eigenschaft als Radikalen-Fänger. "Dadurch kann man mit Ingwer Darmkrebs vorbeugen, vor allem dann, wenn der Darm schon geschädigt ist", erläutert Lu Liren, Ärztin für Traditionelle Chinesische Medizin.[39]

Rote Bete schützen vor Krebs:
Rote Bete gehören außerdem zur sog. "Rübentherapie". Naturheilkundlich bewanderte Ärzte setzen diese (u. a.) in der Tumortherapie, als präventive Maßnahme gegen Darmkrebs, bei Blutkrankheiten und auch bei Leukämie ein. Dabei werden nicht nur die Rüben selbst, sondern auch deren rohe Blätter verwendet (als Saft oder in grünen Smoothies).[40]

Karotten:
Durch Karotten kann – längere Einnahme vorausgesetzt – ein bestehendes Karzinom des Dickdarms, des Dünndarms oder der Bauchspeicheldrüse am Weiterwachstum behindert werden.[41]

Knoblauch:
In Knoblauch scheint ein pharmakologisch wirksames Mittel enthalten zu sein, das die Bildung von Darmkrebs verhindern kann.[42]

Kohl:
Das Risiko, an Dickdarmkrebs zu erkranken, kann verringert werden, wenn mindestens dreimal wöchentlich Kohl gegessen wird. In den Kohlblättern ist ein Alkaloid enthalten, das die oberflächliche Schicht der Magen-

---

[37] http://www.gesundheit.de/ernaehrung/lebensmittel/gemuese/zwiebeln-und-knoblauch
[38] http://www.aponet.de/aktuelles/ihr-apotheker-informiert/ingwer-koennte-vor-darmkrebs-schuetzen.html
[39] http://www.croehnchen-klub.de/crohn-forum/index.php?page=Thread&postID=283364
[40] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/rote-bete.html
[41] Hochenegg, Leonhard: Ernährung die Wunder wirkt, 37
[42] Hochenegg, Leonhard: Ernährung, die Wunder wirkt, 39

und Darmschleimhaut schützen kann. Nach neueren Untersuchungen muss wöchentlich mindestens dreimal Kohl gegessen werden, um bestimmte Tumorarten am Auftreten zu hindern.[43]

Zitronen:
Zitrusfrüchte bieten wie Karotten und Äpfel Schutz vor krebsartigen Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse. Zitrusfrüchte können aber auch allen anderen bösartigen Erkrankungen des Verdauungstrakts vorbeugen .

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. So wurde anhand einer Fallkontrollstudie in Italien festgestellt, dass der Verzehr von Tomaten mit einem um bis zu 60%reduzierten Risiko für Krebs im Magen-Darm-Trakt einhergeht.[44]

Gekochte Tomate:
Das Carotinoid Lykopen in der Tomate mindert das Krebsrisiko im Verdauungstrakt um 50 Prozent.[45]

Vorbeugungsmaßnahmen gegen Dickdarmkrebs nach Hochenegg:
Vorbeugend können ***Wobe-Mugos-Tabletten*** eingenommen werden – dreimal täglich über einen Zeitraum von ein bis zwei Jahren.
Tee zur Vorbeugung:
50 g Fenchel
60 g Kamille
30 g Silbermantel
40 g Teufelskralle
Den Tee kurz aufkochen, über den Tag verteilt drei Tassen trinken.
Es empfehlen sich außerdem ein ***Taigawurzelextrakt,*** von dem täglich zwanzig Tropfen genommen werden können, und dreimal täglich ein ***Esslöffel Weizenkleie***.[46]

Chlorophyll:
Chlorophyll tötet Darmkrebs nachhaltiger als Chemotherapie
Eine Studie – veröffentlicht im International Journal of Cancer – untersuchte die Aktivität von Chlorophyllin, einem Chlorophyll -Derivat. Dabei fanden die Wissenschaftler heraus, dass es im Vernichten von Darmkrebszellen zehnmal wirksamer war als das chemotherapeutische Medikament Hydroxyurea, das normalerweise während der Krebsbehandlung eingesetzt wird.
Beide Substanzen – die chemische und die natürliche – töteten die Krebszellen, indem sie ein und dieselbe Zellteilungsphase blockierten, und zwar durch die Reduzierung des für die Zellteilung unverzichtbaren Enzyms Ribonukleotidreduktase (RNR). Professor Rod Dashwood, Direktor des Cancer Chemoprotection Program am Linus-Pauling-Insitut sagt:
„Mit den Chlorophyllin-Dosen, die wir in unseren Versuchen benutzten, war das Chlorophyllin in der Lage, die Aktivität dieser Enzyme nahezu vollständig zu stoppen.“[47]

Selen aus Knoblauch und Paranüssen gegen Prostata- und Darmkrebs:
Wer in seine Ernährung nicht nur grüne Gemüse, grüne Säfte und grüne Smoothies einbaut, sondern auch Knoblauch und Paranüsse, erreicht eine noch größere Heil- und Schutzwirkung.
Eine weitere neue Studie des Linus Pauling Instituts – veröffentlicht in den Zeitschriften Carcinogenesis und Cancer Prevention Research – untersuchte die Wirkung von organischen Selenverbindungen aus Knoblauch und Paranüssen im Kampf gegen menschliche Prostata- und Darmkrebszellen. Das Selen reaktivierte offenbar stillgelegte Tumor-Unterdrückungs-Gene, was das Absterben von Krebszellen verursachte.[48]

---

[43] Hochenegg, Leonhard: Ernährung, die Wunder wirkt, 40
[44] http://www.provitas.org/InfoTexte/Tomaten-Lycopin.pdf
[45] Strunz, Ulrich: forever young, 2000, . 46
[46]Hocheneggm, die Kunst, nicht krank zu werden, 1997, 137
[47] www.zentrum-der-gesundheit.de/chlorophyllin-ia.html#ixzz2LQFbDRV7
[48] www.zentrum-der-gesundheit.de/chlorophyllin-ia.html#ixzz2LQFbDRV7

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.[49]

Mango:
Dr. Barry Fox betrachtet die Mango als effektive Prävention folgender Krebsarten Dickdarmkrebs, Bauchspeicheldrüsenkrebs, Prostatakrebs, Brustkrebs und Magenkrebs.[50]

Magnesium und Vitamin D:
Neue Untersuchungen haben ergeben, dass Magnesium für die optimale Nutzung von Vitamin D im Körper äußerst wichtig ist. Es kann die Schutzwirkung des Vitamins vor einem tödlichen Herzinfarkt oder einer Darmkrebserkrankung um das Fünffache und vor dem Tod aus anderen Ursachen um das Doppelte erhöhen. Wichtig ist, dass Menschen, die nur unzureichend mit Magnesium versorgt sind, durch ihr Vitamin D nicht in dem Maße geschützt sind, wie sie es sich erhoffen.[51]

Heidelbeeren:
Ergebnisse von Laborstudien weisen darauf hin, dass Inhaltsstoffe der Heidelbeere gegen Darmkrebszellen wirksam sind. Insbesondere die Anthocyane hemmen die Blutgefäßneubildung (Angiogenese) und können so Tumorwachstum verlangsamen.[52]

Aronia::
So zeigte sich beispielsweise im Laborversuch, dass unter der Einwirkung von Aronia das Wachstum von Darmkrebszellen schon nach zwei Tagen um 50 Prozent reduziert werden kann – während die gesunden Zellen nicht beeinflusst wurden. Die Anti-Krebs-Wirkung der Aroniabeere soll dadurch zustande kommen, dass sie ein bestimmtes Enzym hemmt, das die Tumorbildung verstärken würde und gleichzeitig ein Protein aktiviert, das die Tumorbildung unterdrück.[53]

Nigella sativa:
Darmkrebs: 2010 wurde in Tanta in Ägypten ein Forschungsprojekt über die Anwendung von Nigella sativa gegen Darmkrebs bei Ratten durchgeführt. Nigella sativa ließ die Tumoren deutlich schrumpfen und reduzierte auch die Tumoren in Lungen und Verdauungstrakt.[54]

Folsäure
Avocados, Aprikosen, grünes Blattgemüse und Kürbis sind reich an Folsäure. Studien mit Folsäure, auch in ihrer synthetischen Form, zeigen ein deutlich reduziertes Darmkrebsrisiko. Der Körper braucht Folsäure, um die DNA korrekt reproduzieren zu können.[55]

Gesunder Lebensstil:
Menschen über 50, Diabetiker, Raucher und Menschen, die kein Obst und Gemüse zu sich nehmen, haben ein hohes Risiko an Dickdarmkrebs zu erkranken.
Was man tun kann, um Dickdarmkrebs vorzubeugen:

- Reichlich Obst, Gemüse und damit gesunde Lebensmittel essen
- stärkehaltige Nahrungsmittel vermeiden
- hochwertige, gesunde Fette und Öle zu sich nehmen

---

[49] Worm: Heilkraft D, S. 7
[50] Simonsohn: Heilkraft aus den Tropen, 195
[51] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/ethan-evers/magnesium-erhoeht-die-schutzwirkung-von-vitamin-d.html
[52] Wormer, J: Gesundheit geht durch den Magen, 49
[53] www.zentrum-der-gesundheit.de/anti-krebs-lebensmittel-ia.html#ixzz3EpDYVxVM
[54] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/samantha-davis/nigella-sativa-echter-schwarzkuemmel-ist-ein-wahrer-albtraum-fuer-den-krebs.html
[55] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/michael-edwards/nahrungsmittel-mit-wissenschaftlich-erwiesener-krebshemmender-wirkung.html

- den Verzehr tierischer Produkte auf eine Minimum reduzieren, vermehrt Lycopen-haltige Lebensmittel essen, da sie den Körper unterstützen, das Krebswachstum einzuschränken
- regelmäßige Bewegung
- Rote Früchte bei Dickdarmkrebs empfehlenswert
- Lycopen gehört zu den Carotinoiden und ist ein roter Farbstoff, der in Tomaten und anderen roten Früchten, wie roten Grapefruits oder Wassermelonen, vorkommt. Grundsätzlich enthält jedes Obst oder Gemüse, das einen rötlichen oder rosa Farbton aufweist, Lycopen. Lycopen ist eine Vorstufe von Vitamin A im Körper und zeigt weitreichende Einsatzmöglichkeiten in der Krebsprävention und bei der Prävention von degenerativen Erkrankungen, wie z.B. Herzkrankheiten.[56]

Broccoli, Kohl und andere Gewächse aus der Familie der Kreuzblütler:
Zur Familie der Kreuzblütengewächse zählen Brokkoli, Rosenkohl, Grünkohl, Weißkohl, Chinakohl, Kohlrabi ebenso wie Steckrüben, Weißrüben, Radieschen, Rettich, Senf und Brunnenkresse. All diese Gewächse sind reich an wertvollen Senfölen (Glucosinolaten), deren schwefelhaltige und antioxidativ* wirkenden Inhaltsstoffe ihre antikarzinogene Wirkung in vielen wissenschaftlichen Studien unter Beweis stellen konnten. Antioxidantien sind körpereigene Substanzen, die die gesundheitsschädigenden oxidativen Prozesse freier Radikale unterbinden. Auf diese Weise schützen sie den Körper vor Zellschäden (z.B. Krebs). Detaillierte Studien, die am Linus Pauling Institut (LPI) in Oregon und an anderen Orten der USA durchgeführt wurden zeigen darüber hinaus, dass Kreuzblütengewächse voller einzigartiger, biologisch aktiver Inhaltsstoffe stecken, die in ihrer synergetischen Wirkweise in der Lage sind, krebserzeugende Substanzen aus dem Körper zu leiten, noch bevor diese überhaupt die Chance haben, Zellschäden herbeizuführen.
Die einzigartigen metabolischen Prozesse, die durch die Senföle ausgelöst werden, verhindern sogar die Entwicklung einiger hormonabhängiger Krebsarten. Das LPI gab an, dass die grosse Mehrheit der insgesamt 87 kontrollierten Studien, die vor 1996 veröffentlicht wurden zeigte, dass der erhöhte Verzehr von Kreuzblütengewächsen mit einem proportional sinkenden allgemeinen Krebsrisiko im Zusammenhang steht. Insbesondere gelte ***dies für*** Lungenkrebs sowie für ***Krebserkrankungen des Verdauungstrakts***.[57]

Beeren:
Beeren sind generell großartige Früchte, die nicht nur ihres einzigartig verlockenden Aussehens und ihres himmlischen Geschmacks wegen äußerst beliebt sind. Über diese Vorzüge hinaus zeigen die Beeren vor allem eine besonders gesundheitsfördernde Wirkung, denn sie verfügen über einen sehr hohen Anteil schützender Bioflavonoide (sekundäre Pflanzenstoffe). In unserem Körper sind diese Schutzsubstanzen auf unterschiedlicher Weise unserer Gesundheit dienlich.
Beeren sind ausgesprochen reich an Antioxidatien, die den Körper bei der Vernichtung schädlicher freier Radikale effektiv unterstützen. Dies trägt natürlich wieder zur positiven Veränderung des Körpermilieus sowie zur Stärkung des Immunsystems bei. Welche Auswirkungen ein starkes Immunsystem in der Prävention und bei bereits entarteten Zellen hat, wissen Sie längst. Die sogenannten Anthocyane (Pflanzenfarbstoffe), die sich in hohen Mengen in blauen und violetten Beeren befinden, zeigen eine besonders starke antioxidative Wirkung.
Himbeeren, Brombeeren und Erdbeeren enthalten große Mengen eines weiteren starken Antioxidans, der Ellagsäure. Sie ist in der Lage, krebserregende Stoffe im Körper unschädlich zu machen, die Entstehung neuer Krebszellen zu hemmen und sogar den Zelltod von Krebszellen zu beschleunigen. Zudem dient sie währen einer Chemo-Therapie dem Schutz gesunder Zellen.
Die deutschen Forscher Prof. Leitzmann und Dr. Watzl fanden in ihren Untersuchungen zudem heraus, dass Ellagsäure antimikrobiell und antibakteriell wirkt und darüber hinaus Zellgifte wie Aflatoxin oder Acrylamid unschädlich macht.
Studien am Hollings Cancer-Center an der Universität von Süd Carolina haben sich ebenfalls mit der Ellagsäure befasst. Die Forscher bestätigten die ***präventive Wirkung gegen Darmkrebs***, sowie gegen das Papilloma Virus, der Auslöser des Gebärmutterhalskrebs.[58]

---

[56] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/dickdarmkrebs.html
[57] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/krebs-ernaehrung-ia.html
[58] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/krebs-ernaehrung-ia.html

Milchkonsum bei Kindern und Darmkrebs:
Eine Untersuchung zum Krebsrisiko durch Milch und Milchprodukte zeigte, dass bei den Kindern, die Milch und Milchprodukte konsumierten, später die Darmkrebsrate um fast das Dreifache erhöht war, unabhängig davon, ob Fleisch, Früchte, Gemüse konsumiert wurden und auch unabhängig von den sozioökonomischen Indikatoren.[59]

Essiac (= Flor Essence):
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.[60]

Papaya:
Einer Ausgabe der Fachzeitschrift Journal of Oncology (Oktober 2008) zufolge bestätigten Tierversuche die Effektivität der sogenannten Isothiocyanate sowohl gegen die oben genannten Krebsformen als auch gegen Darmkrebs und Leukämie.[61]

Kurkuma und Zwiebeln:
Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass die Kombination von Zwiebeln und Kurkuma (Quercetin und Curcumin) Größe und Zahl präkanzeröser Läsionen im Magen-Darm-Trakt reduziert.[62]

Zwiebel:
Zwiebel-Flavonoide verlangsamen in vivo das Wachstum von Darmtumoren um 67 Prozent
Bei dieser Studie fütterten die Forscher Mäuse mit Flavonoiden aus Zwiebeln in drei verschiedenen Dosierungen, einem Chemo-Medikament oder einer Salzlösung (als Kontrolle). Ansonsten erhielten die Tiere ein fettreiches Futter. Durch das Fettfutter sollten hohe Blutfett- und Cholesterinwerte (Hyperlipidämie) induziert werden. Sie gelten als wichtiger Risikofaktor für Darmkrebs, bei vielen Darmkrebspatienten sind diese Werte erhöht. Nach drei Wochen hatte die höchste Zwiebeldosis das Wachstum von Darmtumoren gegenüber der Kontrollgruppe um 67 Prozent verlangsamt.
Das Tumorwachstum bei den Mäusen in der Chemo-Gruppe war etwas stärker verlangsamt, der Unterschied zum hochdosierten Zwiebelextrakt war jedoch nicht statistisch signifikant. Bei den Nebenwirkungen, die bei den Mäusen auftraten, zeigte sich dagegen ein erheblicher Unterschied.[63]

Neue Studie: Wachstum von Darmkrebs lässt sich mit bestimmtem Duftstoff bremsen:
Wie es in einer Mitteilung der Hochschule heißt, wurden Riechrezeptoren bereits in verschiedenen gesunden Geweben und Krebsgeweben nachgewiesen.
Die Bochumer Forscher fanden nun den Rezeptor OR51B4 in großen Mengen in Darmkrebszellen. Sie identifizierten das Molekül Troenan als Aktivator für OR51B4. Es duftet nach Liguster, einer Strauchpflanze, die häufig als Hecke genutzt wird.
Die Wissenschaftler behandelten Krebszellen der Zelllinie HCT116 und Tumorgewebeproben von Patienten mit Troenan. Dabei zeigte sich, dass die Zellen nicht mehr so schnell wuchsen und sich langsamer bewegten als zuvor – ein Hindernis für die Bildung von Metastasen.
Außerdem starben durch die Troenan-Behandlung vermehrt Krebszellen ab. In weiterführenden Experimenten mit Mäusen, die den menschlichen Tumor ausbildeten, konnten die Duftwirkungen inzwischen bestätigt werden.[64]

Blütenduft Liguster:

---

[59] http://www.provegan.info/de/infothek/detailseite-infothek/kleine-zusammenfassung-der-gesundheitlichen-schaedigungen-durch-milchprodukte-aktualisierte-fassung/
[60] Hirneise: Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe, S. 760
[61] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/papaya.html
[62] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/kali-sinclair/kurkuma-der-natuerliche-krebshemmer.html
[63] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/ethan-evers/zwiebelextrakt-verzoegert-das-wachstum-von-dickdarmkrebs-genauso-wirksam-wie-chemo-medikamente.html
[64] http://www.heilpraxisnet.de/naturheilpraxis/neue-studie-wachstum-von-darmkrebs-laesst-sich-mit-bestimmtem-duftstoff-bremsen-20170320222865

Neue Erkenntnisse von Bochumer Riechforschern können zu neuen Therapien gegen Darmkrebs führen. Blütenduft der Heckenpflanze Liguster erwies sich im Tierversuch als wirksam gegen Tumorzellen im Darm. Die Tumoren im Darm sind jedenfalls in den meisten Fällen mit einer Koloskopie zu erreichen, sodass der Duftstoff an den Ort der Erkrankung gebracht werden kann. „Es ist denkbar, dass eine rektale oder auch orale Aufnahme den Duftstoff Troenan in den wirksamen Konzentrationen direkt an den Tumor bringen würde. Hierzu sind allerdings noch klinische Studien mit Patienten notwendig.[65]

OPC bei Krebs

In-Vitro-Studien hatten ergeben, dass OPC aus Traubenkernextrakt das Tumorwachstum und eventuell sogar die Entwicklung von Darmkrebszellen hemmen könne.[66]

Vitamin D, Bewegung:

Nach den Resultaten der Datenanalyse haben körperlich aktive Menschen mit einem wöchentlichen Energieverbrauch von mehr als 90 metabolischen Äquivalenten** im Vergleich zu weniger aktiven Personen ein um etwa 25 Prozent vermindertes Risiko, an Dickdarmkrebs zu erkranken. Zudem zeigen die Ergebnisse, dass die drei biologischen Marker Taillenumfang, Vitamin-D-Spiegel und der Blutwert des löslichen Leptinrezeptors*** die Risikobeziehung zwischen körperlicher Aktivität und Darmkrebs insgesamt zu 45 Prozent beeinflussen. Der Taillenumfang ist ein Marker für die Körperfettverteilung, wobei ein großer Umfang auf eine große Menge Bauchfett schließen lässt. Nach Aussage der Wissenschaftler spricht daher vieles dafür, dass der positive Effekt der körperlichen Aktivität auf eine Reduktion des Bauchfetts und damit auch auf einen verbesserten Körperstoffwechsel zurückzuführen ist. Hierfür spräche auch der beobachtete Einfluss des löslichen Leptinrezeptors auf die Risikobeziehung, da er ein Indikator für die Stoffwechsellage ist. Der beobachtete Einfluss des Vitamin-D-Spiegels lässt dagegen annehmen, dass besonders Bewegung im Freien dazu beitragen kann, das Erkrankungsrisiko zu senken. Denn eine ausreichende Vitamin-D-Versorgung ist in der Regel nur zu erreichen, wenn wenigstens Gesicht, Arme und Hände regelmäßig dem Sonnenlicht ausgesetzt sind. Zwar trägt die Ernährung auch zur Vitamin-D-Aufnahme bei, einen Teil produziert der Körper aber mit Hilfe des Sonnenlichts über die Haut.
„Unsere Studie zeigt erneut, wie wichtig es ist, körperlich aktiv zu sein, um den Stoffwechsel gesund zu erhalten und so Erkrankungen wie beispielsweise Darmkrebs vorzubeugen“, sagt Aleksandrova, Erstautorin der Studie. „Das Umsetzen dieses Wissens in gesellschaftlich aktiv unterstützte Präventionsstrategien könnte wesentlich dazu beitragen, ein frühes und häufiges Auftreten dieser Krebsform zu vermeiden und damit viel persönliches Leid zu verhindern“, ergänzt Heiner Boeing, Leiter der Potsdamer EPIC-Studie und Abteilung Epidemiologie am DIfE.[67]

Kaki:‘

Doch damit nicht genug, denn Kakis sind auch noch sehr reich an diversen Polyphenolen. Diese sekundären Pflanzenstoffe gelten als gesundheitsfördernd, da sie eine starke antioxidative und entzündungshemmende Wirkung haben und das Risiko für viele Krankheiten mindern. Das in der Kaki enthaltene Fisetin – ein Flavonoid – hat in Forscherkreisen in den vergangenen Jahren viel Aufmerksamkeit erregt.
Forscher von der University of Wisconsin haben in einer breit angelegten Übersichtsstudie u. a. festgehalten, dass Fisetin verschieden Enzyme hemmt, die an der Entstehung von Tumoren beteiligt sind. Bei diversen Krebsarten wie Lungen-, Darm-, Haut- und Prostatakrebs liegt die Risikosenkung bei rund 20 Prozent, wenn regelmäßig Lebensmittel mit einem hohen Gehalt an Fisetin und weiteren Flavonoiden gegessen werden.[68]

Walnüsse, Haselmüsse, Cashews und Mandeln:

Die gesunde Wirkung von Nüssen ist allgemein bekannt. Jetzt hat eine US-Studie den speziellen Einfluss von Baumnüssen auf die Gesundheit von Krebspatienten unter die Lupe genommen. Das Ergebnis: Die Überlebenschancen der Erkrankten verbesserten sich durch Nüsse signifikant.

---

[65] Quelle nicht mehr bekannt
[66] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/opc-pi.html
[67] https://medizin-aspekte.de/97336-mit-viel-bewegung-darmkrebs-vorbeugen/
[68] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/kaki.html

Nüsse gelten als besonders gesund, denn sie enthalten Ballaststoffe, ungesättigte Fettsäuren, Vitamine und Mineralstoffe. Unter anderem wird ihnen zugeschrieben, Menschen vor Krankheiten zu schützen. Anlass genug für Forscher aus Boston, die Wirkung von Nüssen auf Krebspatienten zu untersuchen.
Die 826 Teilnehmer, alle *mit fortgeschrittenem Darmkrebs*, füllten einen Fragebogen zu ihrer Ernährung aus. Und in der Tat: Betroffene, die pro Woche mehr als 55 Gramm Nüsse gegessen hatten, überlebten die Krankheit länger als jene, die keine Nüsse verzehrten. Jedoch galt dieser Effekt nur für Walnüsse, Haselnüsse, Cashews und Mandeln - nicht für den Verzehr von Erdnüssen.
Auch wenn die Ergebnisse ein deutlicher Hinweis auf die positive Wirkung sind, ist es natürlich kein eindeutiger Beweis. Bei Fragebögen besteht das Risiko, dass ein gewisser Prozentsatz nicht aussagekräftig ist. Zudem lässt sich nicht ausschließen, dass es noch andere Faktoren gab, die eine Verbesserung der Krankheit begünstigt haben.[69]

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.[70]

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 Hautkrebs gezeigt.[71]

Curcumin – oral und als Infusion:
In den letzten Jahren ist die Pflanze in den Fokus der onkologischen Forschung geraten. Über 3000 Studien belegen eine krebshemmende Wirkung. Untersuchungen im Labor zeigen eine außerordentlich starke und breite Wirkung auf Tumorzellen. So werden nicht nur Zellen von Dickdarm-, Brust-, Eierstockkrebs gehemmt, sondern auch Leukämiezellen. Auch im Tierversuch wurden deutliche Effekte auf Magen-, Darm-, Haut- und Dickdarmkrebs beobachtet.
Das Problem der oralen Verabreichung von Curcumin ist, dass die Wirkstoffe schlecht resorbiert werden und von der Leber auch schnell wieder ausgeschieden werden. Es ist deshalb nicht verwunderlich, dass die orale Einnahme ***vor allem bei Tumorarten wirkt, die beim Schlucken unmittelbarer erreichbar sind, wie Darm-*** oder Pankreastumoren**.** Da also die Resorption über den Darm eingeschränkt ist, ist es naheliegend, Curcumin-Extrakte über Infusionen zu verabreichen.[72]

Zusammenhang von Insulinresistenz und Darmkrebs:
Übergewicht fördert die Entstehung von Insulinresistenz und die Häufigkeit an Darmkrebs zu erkranken. Kölner Wissenschaftler vom Max-Planck-Institut für Stoffwechselforschung identifizieren nun eine neue Wirkungsweise des Insulinsignalweges in der Darmschleimhaut, der für die Aufrechterhaltung der Darmbarriere verantwortlich ist und den Zusammenhang von Insulinresistenz und Darmkrebs erklärt.
Über die Darmschleimhaut werden nicht nur Nährstoffe aufgenommen, sondern auch Krankheitserreger und Keime gelangen über das Essen in den Darm. Daher wirkt die äußerste Zellschicht der Darmschleimhaut, das Darmepithel, wie eine Barriere um das Eindringen von Krankheitserregern zu verhindern. Die Zellen sind unter anderem über sogenannte Desmosomen miteinander verknüpft, die wie Klettverschlüsse die Zellen eng verbinden.

---

[69] https://www.focus.de/schlagwoerter/themen/n/nuesse/
[70] https://www.epochtimes.de/gesundheit/aetherische-oele-gegen-krebs-a1293766.html
[71] https://www.epochtimes.de/gesundheit/aetherische-oele-gegen-krebs-a1293766.html
[72] https://www.praxisprobst.de/Naturheilverfahren/Biologische-Krebstherapie/Curcuma.html

Eine Zerstörung der Darmbarriere führt zum Eindringen von Bakterien, die zu starken Entzündungen und damit zu einer Begünstigung von Darmkrebs führen. „Bei Mäusen, die eine Fettdiät erhalten und übergewichtig sind, können wir den sogenannten ‚undichten Darm' beobachten", erzählt Anna Lena Ostermann, die als Doktorandin in der Arbeitsgruppe von Thomas Wunderlich am Max-Planck-Institut für Stoffwechselforschung die Hauptarbeit an dieser Studie geleistet hat. Sie fügt hinzu: „Diese Mäuse entwickeln häufiger Darmkrebs als ihre dünnen Artgenossen."
Eine Folge von Übergewicht ist die Insulinresistenz, bei der die Insulinrezeptoren nicht mehr auf Insulin reagieren. Das Hormon Insulin wird von der Bauchspeicheldrüse ausgeschüttet, wenn in Folge von Nahrungsaufnahme der Blutzucker steigt, um den Zellen zu signalisieren diesen aufzunehmen. Auch das Darmepithel besitzt Insulinrezeptoren, obwohl diese für die Aufnahme von Nahrung nicht großartig relevant sind.
Ostermann und Kollegen konnten nun zeigen, dass der Insulinsignalweg im Darmepithel die Aufrechterhaltung der Darmbarriere gewährleistet. Die Wirkung von Insulin in dieser Zellschicht aktiviert die Gene, die für die Bildung der Desmosomen verantwortlich sind. Ein Wiederaufbau der Desmosomen als Folge einer Verletzung der Darmbarriere kann somit bei Patienten mit Insulinresistenz schlechter erfolgen und das Risiko für Darmkrebs steigt.[73]

Immunsystem als Sensor für erbgutschädigende Bestandteile der Nahrung:
Gemeinsam mit weiteren Forschungsgruppen konnte das Team um Prof. Diefenbach im Mausmodell zeigen, dass Zellen des angeborenen Immunsystems in der Lage sind, erbgutschädigende Umweltfaktoren wie bestimmte Glukosinolate im Darm zu erkennen. Glukosinolate sind Bestandteile von Pflanzen, die u.a. in zahlreichen Kohl-Arten zu finden sind. Nehmen die Immunzellen nun schädigende Glukosinolate wahr, senden sie den Botenstoff Interleukin 22 aus. Dieser bewirkt wiederum, dass die Stammzellen in der Darmwand etwaige Schäden ihrer DNA frühzeitiger entdecken und schneller reparieren können. „Das Immunsystem agiert also wie ein Sensor für erbgutschädigende Bestandteile der Nahrung", erklärt Prof. Diefenbach. „Schalten wir diesen Sensor aus, beobachten wir eine deutlich erhöhte Zahl an Darmkrebsfällen.[74]

Gegen Darmkrebs: Zitrusfrüchte synergetisch mit Curcumin

Blütenduft lässt Tumorzellen absterben
Neue Erkenntnisse von Bochumer Riechforschern können zu neuen Therapien gegen Darmkrebs führen. Blütenduft der Heckenpflanze Liguster erwies sich im Tierversuch als wirksam gegen Tumorzellen im Darm. Darmkrebs ist zwar eine Erkrankung, die sich durch rechtzeitige Vorsorgeuntersuchungen praktisch ganz vermeiden lässt. Doch wenn es eben doch zu einer Erkrankung gekommen ist, immerhin trifft dieses Schicksal in Deutschland täglich ungefähr 170 Menschen, gilt es bestmögliche Therapien anzuwenden. Neue Erkenntnisse von Riechforschern könnten jetzt eine neuartige Therapie gegen Darmkrebs ermöglichen. Wissenschaftler um Professor Hanns Hatt und Lea Weber von der Ruhr-Universität Bochum berichten in der Fachzeitschrift „Plos One", dass sich das Wachstum von Darmkrebszellen mit dem Duftstoff Troenan bremsen lässt.
Die Forscher hatten in Tumorzellen aus dem Enddarm den Riechrezeptor OR51B4 entdeckt. Er kommt dort in großen Mengen vor. Sie analysierten daraufhin, welcher Duftstoff diesen Rezeptor aktiviert und wie sich die Aktivierung auf die Zellen auswirkt.
Darmkrebszellen können Ligusterblüten riechen
Die Forscher identifizierten das Molekül Troenan als Aktivator für den Rezeptor OR51B4. Diese Substanz duftet nach Ligusterblüten. Liguster (Ligustrum vulgare) ist eine Strauchpflanze, die häufig als Hecke genutzt wird. Sie wird auch Rainweide, Beinholz, Tintenbeerstrauch, Tintenbeertraube, Zaunriegel oder Hartriegel genannt.
Die Duftforscher vom Bochumer Lehrstuhl für Zellphysiologie kooperierte mit Wissenschaftlern der Abteilung für Molekulare Gastroenterologische Onkologie der Ruhr-Universität, die von Professor Stephan Hahn geleitet wird. Die für die Studie erforderlichen Gensequenzierungen wurden von Forschern am Cologne Center for Genomics durchgeführt.

---

[73] https://www.laborpraxis.vogel.de/undichter-darm-insulin-schuetzt-vor-darmkrebs-a-807609/
[74] https://www.laborpraxis.vogel.de/darmkrebs-schutz-vor-schaedlichen-nahrungsbestandteilen-a-796616/

Um zu untersuchen, wie der Duftstoff Troenan auf Tumorzellen wirkt, entnahmen die Forscher Gewebeproben von Tumorpatienten. Bei den Krebszellen handelte es sich um die Zelllinie HCT116. Nachdem die Krebszellen mit Troenan in Kontakt gekommen sind, wuchsen nicht mehr so schnell und bewegten sich zudem langsamer als zuvor. Das könnte nach Einschätzung der Forscher die Bildung von Metastasen erschweren. Durch die Troenan-Behandlung starben zudem Krebszellen in erheblichen Umfang ab.
Duftstoff Troenan als Therapie bei Darmkrebs
Um diese Laborbefunde zu bestätigen, führten die Wissenschaftler Experimente mit gentechnisch veränderten Mäusen durch, die menschliche Darmkrebszellen ausgebildet hatten. Auch hier konnten die Krebszellen erfolgreich mit dem Duft bekämpft werden.
Bislang liegen die Heilungschancen bei einer chirurgischen Entfernung eines Darmkrebses nur bei etwa 50 Prozent. Sie hängen stark vom Krankheitsstadium ab, in dem der Darmkrebs entdeckt wird. Eine gezielte pharmakologische Behandlung gibt es bisher nicht, nur die allgemeine Chemotherapie. Troenan könnte mithin erstmals zu einer zielgerichteten Therapie führen.[75]

Kurkuma:
Kurkuma schützt vor Darmkrebs. 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.[76]

Alzheimer, Herzinfarkt, Diabetes, Darmkrebs: Dieser Keim soll an fast jeder Krankheit schuld sein:
Ist ein Keim, der Paradontitis auslöst, schuld ? Jüngste Forschungsergebnisse deuten darauf hin. Die Erkenntnis eröffnet den Wissenschaftlern ganz neue Möglichkeiten in der Bekämpfung der Volkskrankheiten. Wie "Bild am Sonntag" berichtet, ist es den Forschern jetzt gelungen, mit neuen DNA-Methoden den Keim an unterschiedlichen Krankheitsherden im Körper aufzuspüren. Etwa in verengten Herzkranzgefäßen, im Gehirn von Alzheimer-Patienten, in chronisch entzündeten Gelegen, bei Diabetes-Patienten, ***bei Darmkrebs*** und bei Müttern mit Frühgeburten. Das stäbchenförmige Bakterium ist dabei hundertmal kleiner als der Durchmesser eines Haares.
Paradontitis-Keim in Gehirnen von Alzheimer-Patienten: Eine Studie aus dem Frühjahr belegt diese Beobachtung. So fanden Forscher aus den USA, Polen und Australien in über 90 Prozent der Gehirne verstorbener Alzheimer-Patienten und im Gehirnwasser lebender Kranker Spuren des Keims. Mikrobiologie und Studien-Autor Jan Potemka sagte: Porphyromonas gingivalis tritt bei einer Vielzahl von chronischen entzündlichen Krankheiten auf. Bei Alzheimer aber sind wir am nächsten dran zu belegen, dass das Bakterium die Krankheit verursachen kann. Keim gelangt über die Mundhöhle ins Blut: Dafür spricht auch ein Test an Mäusen, deren Mundhöhlen mit dem Bakterium infiziert wurden. Der Keim wanderte in die Gehirne und führte zu Alzheimer-ähnlichen Schäden. Beim Menschen gelangt die Mikrobe aus der Mundhöhle durch kleine Verletzungen beim Essen, beim Zähneputzen oder beim Verwenden von Zahnseide ins Blut und breitet sich von dort weiter aus. In Deutschland leiden laut Professor Thomas Kocher, Direktor der Poliklinik für Zahnerhaltung, Parodontologie, Endodontologie, an der Uni Greifswald rund 14 Prozent der 40-Jährigen und 40 Prozent der 70-Jährigen an Paradontitis, die durch das Bakterium ausgelöst wird.
Gute Mundhygiene reduziert Risiko
Um den Porphyromonas zu bekämpfen, ist gute Mundhygiene unumgänglich. "Vor allem die Reinigung der Zahnzwischenräume vermindert die Keimzahl erheblich", so Kocher. Diese würde sich auch positiv auf andere chronische Erkrankungen im Körper auswirken.[77]

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 Neururoblastome.

---

[75] https://www.welt.de/gesundheit/article163001098/Bluetenduft-laesst-Tumorzellen-absterben.html
[76] https://www.tz.de/leben/gesundheit/zehn-biowaffen-gegen-krebs-63660.html
[77] https://wize.life/news/gesundheit/105735/alzheimer-herzinfarkt-diabetes-darmkrebs-dieser-keim-soll-an-fast-jeder-krankheit-schuld-sein

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.[78]

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.[79]

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.[80]

Darmkrebs . Kurkuma:
Zwölf Patienten mit einem Coloncarcinom erhielten präoperativ über 7 Tage einen Kurkumaextrakt standardisiert auf 0,45 bis 3,6 g Curcurmin pro Tag. Im Blut wurden nur Spuren des Wirkstoffs entdeckt, im normalen Darmgewebe wie im Tumorgewebe konnte sowohl der Wirkstoff wie auch seine Abbauprodukte nachgewiesen werden. Die molekularen Veränderungen im Gewebe wiesen auf eine antikanzerogene

[78] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/baerlauch.html
[79] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/knoblauch.html
[80] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/baerlauch.html

Wirkung des Kurkuma-Wirkstoffs hin (Garcea et al., 2005). Von 28 Patienten mit einem Coloncarcinom haben 26 mit der Einnahme von 2,35 g Kurkumin pro Tag (Kurkumin C3-Komplex mit 5 mg Piperin) begonnen
und 24 Patienten die 14-tägige Einnahme beendet. Bei 23 Patienten konnten endoskopisch Darmbiopsien sowie Blutproben entnommen werden. Auch diese Untersuchung bestätigte, dass sich pharmakologisch wirksame Mengen des Wirkstoffs in der Darmschleimhaut anreichern und dass das Kurkumapräparat gut vertragen wurde. Nur bei 6 Patienten traten geringe gastrointestinale Beschwerden auf (Irving et al. 2013).
Je 15 Patienten mit therapieresistentem Darmkrebs erhielten bis zu 3 (5 Patienten) bzw. 4 (2 Patienten) Monate Kurkumaextrakt (440 mg = 2 Kapseln pro Tag), dann ansteigend bis zur Maximaldosis von 2200 mg (10 Kapseln pro Tag) entsprechend 36–180 mg Kurkuminoiden pro Tag (pro Kapsel: 18 mg Kurkumin und 2 mg Desmethoxykurkumin in 200 mg ätherischem Kurkumaöl (hauptsächliche Bestandteile Tumeron, Atlanton, und Zingiberen)). Der Extrakt wurde gut vertragen und nahezu unverändert ausgeschieden (Sharma et al., 2001). In einer weiteren Studie verabreichten die Autoren bis zu 8 Kapseln a 500 mg einer Kurkumazubereitung mit 450 mg Kurkumin, 40 mg Desmethoxykurkumin und 10 mg Bisdesmethoxykurkumin
(maximal 3,6 g Kurkurmin pro Tag) über 4 Monate und empfahlen diese Dosis zur Karzinombehandlung bei einer Krebslokalisation ausserhalb des Magen-Darmtrakts. Unter der Einnahme dieser Kurkumazubereitung kam es lediglich gelegentlich zu Durchfällen. Die Wirksamkeit der Behandlung zeigte sich an der
verringerten Produktion des Entzündungsparameters Prostaglandin E2 in den Leukozyten der Patienten ex vivo in vitro (Sharma et al., 2004). Auf eine Antikrebswirkung der Kurkumabehandlung wies auch eine Studie hin, die 126 Patienten einbezogen hatte (He et al., 2011). Unter der Behandlung mit 1,08 g Kurkumin pro Tag kam es ausserdem zur Gewichtszunahme der Patienten. Bei Patienten mit Colonpolypen nahmen unter einer 6-monatigen Einnahme von 0,48 g Kurkumin pro Tag (zusammen mit 20 mg Quercetin als DrugEnhancer) die Anzahl und die Grösse der Polypen ab (Cruz-Correa et al., 2006). Bei 44 Rauchern mit acht
und mehr aberrierenden Kryptenherden wurde nach Einnahme von 4 g Kurkumin pro Tag (nicht aber 2 g pro Tag) über 30 Tage eine Reduktion der aberrierenden Krypten beobachtet (Carroll et al., 2011).[81]

Vitamin D:
Optimale Vitamin-D-Blutspiegel können die Wahrscheinlichkeit, an Dickdarmkrebs zu erkranken, signifikant reduzieren.[82]

Gemüse gegen Darmkrebs:
Kohlarten verringern Darmkrebsrisiko
In einer sogenannten Fall-Kontroll-Studie am Institut für Biostatistik und Epidemiologie des Tata Memorial Hospitals in Mubai, Indien, wurde festgestellt, dass das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken, durch Ernährung mit Kohlarten sowohl bei Frauen als auch bei Männern um bis zu 50 % gesenkt werden kann. In der Untersuchung wurden 203 Krebspatienten und 1628 nicht erkrankte Kontrollpersonen eingehend nach ihrem Ernährungsverhalten, Rauchen, Alkoholkonsum u.a. befragt. Der risikomindernde Effekt bei Darmkrebs scheint spezifisch mit Kohlgemüsearten zusammenzuhängen, denn in der vorliegenden Studie war er weder bei der Verrechnung mit „dunkelgrünem Blattgemüse“ noch bei „sonstige Gemüsearten“ festzustellen.
Das Ergebnis stimmt allerdings mit älteren amerikanischen Untersuchungen überein, bei welchen ebenfalls eine spezifische vorbeugende Wirkung von Kohlarten bei Darmkrebs festgestellt wurde.
Meistens werden die positiven Wirkungen von Kohl und anderen Gemüsearten der Kreuzblütlerfamilie den darin enthaltenen Glucosinolaten, insbesondere den Isothiocyanaten, zugeschrieben.
Ballaststoffe aus Gemüse, Obst und Getreide vermindern Darmkrebsrisiko
In einer 7,6 Jahre dauernden sog. prospektiven Studie mit über 43000 anfänglich gesunden Teilnehmern im Alter zwischen 40 und 79 konnte festgestellt werden, dass das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken, deutlich abnimmt, wenn mehr Ballaststoffe verzehrt werden. Ballaststoffe (dietary fiber) sind die unverdaulichen

[81] https://www.uniklinik-freiburg.de/fileadmin/mediapool/08_institute/rechtsmedizin/pdf/Addenda/2016/Kurkuma_-_Wissenschaftliche_Zusammenfassung_2015.pdf
[82] https://www.nds-krebsgesellschaft.de/downloads/broschueren/kompl_behandlungsmethoden.pdf

Anteile aus pflanzlicher Nahrung wie z. B. Zellulose, Lignin, Pektin, Inulin, Dextrin, Oligosaccharide u.a. In der durchgeführten Studie traten innerhalb des Untersuchungszeitraums 443 Fälle von kolorektalen Tumoren auf. Wenn die Teilnehmer hinsichtlich der Aufnahme von Ballaststoffen in vier Gruppen eingeteilt wurden, so zeigte sich für alle kolorektalen Krebsformen bei den oberen beiden Aufnahmegruppen eine Risikominderung um 28 % gegenüber der Gruppe mit der niedrigsten Aufnahme an Ballaststoffen. Für Darmkrebs allein zeigte sich bei der Personengruppe mit hohem Ballaststoffanteil ein um 44 % geringeres Erkrankungsrisiko. Bei der Suche nach der Wirkung einzelner Ballaststoffquellen war nur für Bohnen ein solcher Zusammenhang errechenbar. Die Untersuchung wurde in Japan als Gemeinschaftsprojekt mehrerer Forschungsinstitute in Nagoya, Nara, Osaka, Kyoto, Hiroshima und Toyoake durchgeführt.

„Resistente Stärke“ in Gemüse beugt Darmkrebs vor

Die sogenannte resistente Stärke, die von der Ernährungswissenschaft jahrzehntelang als eher nutzlos betrachtet wurde, hat nach Erkenntnissen einer australischen Forschergruppe unter Leitung von Dr. Topping erhebliche Bedeutung bei der Vorbeugung vor Darmkrebs. Resistente Stärke kommt reichlich in rohem und nicht ganz durchgegartem Gemüse, in Brot und Vollkornreis vor. Sie kann den Dünndarm zum großen Teil unverdaut passieren und so in den Dickdarm gelangen. Dort gibt sie Stoffe ab, die gegen Krebs schützen. Die Forscher der Wissenschaftsorganisation CSIRO sind der Wirkung der Stärke auf die Spur gekommen, weil bestimmte Bevölkerungsgruppen in Afrika, Japan und China, die wenig Ballaststoffe, aber viel Stärkeprodukte essen, nur selten an Dickdarmkrebs erkranken. Australien hat weltweit die höchsten Raten an Dickdarmkrebs und gleichzeitig den niedrigsten Verzehr stärkereicher Produkte.

Lutein mindert Risiko für Dickdarmkrebs

Gibt es einen Zusammenhang zwischen der Aufnahme von Carotinoiden und dem Auftreten von Dickdarmkrebs? Diese Frage stellte sich eine Forschergruppe um Martha L. Slattery von der Universität Utah. Zur Klärung wurden in einer sog. Fall-Kontroll-Studie, d.h. einem Vergleich zwischen Kranken und Gesunden jeweils ca. 2000 Personen eingehend nach ihrer Ernährung befragt. Als Ergebnis wird im American Journal of Clinical Nutrition , Vol. 71 Nr. 2 vom Februar 2000 festgestellt, dass eine erhöhte Aufnahme des Carotinoids Lutein sowohl bei Männern als auch bei Frauen mit einem reduzierten Risiko für Dickdarmkrebs verbunden war. Die übrigen Nahrungscarotinoide (α-Carotin, β-Carotin, Lycopin, Zeaxanthin und β-Cryptoxanthin) zeigten keinen Zusammenhang mit dieser Krebsart. Die wichtigsten Quellen für Lutein waren in dieser Untersuchung Spinat, Brokkoli, Kopfsalat, Tomaten, Orangen , Karotten, Sellerie und „greens“ also grüne Salate.

Quercetin hemmt Tumorbildung im Darm

Quercetin gehört zu den Flavonoide, einer Gruppe von sekundären Pflanzenstoffen mit gesundheitlicher Bedeutung für den Menschen. Quercetinreiche Lebensmittel sind insbesondere Zwiebeln, Grünkohl, grüne Bohnen, Brokkoli, Äpfel und Kirschen (Quelle: Watzl und Leitzmann 1995). In ihrem Vortrag anläßlich des Kolloquiums“ Bioaktive Substanzen“ am Institut für Gemüse und Zierpflanzen in Großbeeren vom 15. April 1999 berichtete Frau Prof. Dr. med. Dr. sc. nat. Gisela Jacobasch aus ihren Versuchen, bei denen sie Qercetin dem Futter von Versuchstieren beigemischt hat. Mit dieser Zugabe konnte die Krebshäufigkeit im Darm von 72 auf 8 vermindert werden. Die Gene, die bei den von ihr gewählten Tieren die Entwicklung zu Darmkrebs in Gang setzen können, sind mit denen identisch, die beim Menschen für diese Erkrankung verantwortlich sind. Auch wenn bei Quercetin der Satz „viel hilft viel“ nicht gelte, weil es in hohen Konzentrationen toxisch sei, ist nach ihrer Ansicht unsere durchschnittliche Ernährung zu arm an Flavonoide also zu arm an Gemüse und Obst. Frau Prof. Jacobasch ist Leiterin der Abteilung Präventivmedizinische Lebensmittelforschung am Deutschen Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke.

Mehr Flavonoide aus Obst und Gemüse - vermindertes Darmkrebsrisiko

In einer groß angelegten schottischen Fall-Kontrollstudie wurde nach dem Zusammenhang zwischen dem Risiko, an Darmkrebs zu erkranken, und der Aufnahme von Flavonoide gesucht. Hintergrund für diese Forschungsfrage sind Ergebnisse aus Laborversuchen, die einen schützenden Effekt von Flavonoide gezeigt haben (Flavonoide sind die hauptsächlich roten, violetten und blauen Farbstoffe in vielen Baum- und Beerenobstarten und in Gemüsearten wie Rotkohl, Radies, Rettich, Rote Bete, Aubergine u.a.). In die Studie waren 1465 erkrankte Personen und ebenso viele gesunde einbezogen, die hinsichtlich Alter, Geschlecht und Wohnregion den Patienten vergleichbar waren. Die Auswertung ergab einen negativen Zusammenhang zwischen der Aufnahme bestimmter Flavonoide und dem Auftreten von Darmkrebs, d.h. je mehr Flavonoide mit der Nahrung aufgenommen wurden, desto geringer war das Erkrankungsrisiko. Unter den einzelnen Flavonoide zeigte Quercetin eine Risikominderung um 32 % bei Steigerung der Aufnahme (oberes Viertel im

Vergleich zu unterem Viertel). Bei Katechin nahm das Risiko ebenfalls um 32 % ab, bei Epikatechin um 26 %, bei Flavonolen um 27 % und bei Procyanidin um 22 %. Die Studienergebnisse wurden rechnerisch um den Einfluss von Geschlecht, Rauchen und weiteren bekannten und vermuteten Risikofaktoren bereinigt, so dass die Ergebnisse mit statistischer Sicherheit als Wirkung der Flavonoide zu betrachten sind. Durchgeführt haben die Untersuchung Evropi Theodoratou und Kollegen vn den Universitäten Edinburg und Aberdeen sowie dem Südostschottischen Genetikdienst in Edinburg.
Chlorophyll in Gemüse hemmt Mutationen:
Die Beobachtung, dass der erhöhte Verzehr von rohem Gemüse zu einer Verminderung des Risikos für Darmkrebs führt, regte die Wissenschaftlergruppe Lai, Butler und Matney in Houston, Texas, an, zu prüfen, ob an dieser Wirkung auch das Blattgrün beteiligt ist. Als Indikatoren für eine krebsvorbeugende Wirkung wurden Bakterien benutzt, welchen krebserzeugende Stoffe zugesetzt wurden. Zusätzlich erhielten die Testorganismen Extrakte verschiedener Gemüse, die sich im Chlorophyllgehalt unterschieden. Bei diesem Test wird erfasst, wie schnell und wie stark Erbveränderungen an den Bakterien auftreten. Veränderungen in der Erbsubstanz sind eine Voraussetzung für die Entstehung von Krebs. ***Die Ergebnisse zeigen einen engen Zusammenhang zwischen dem Chlorophyllgehalt der Gemüsearten und der Verhinderung von Mutationen***. Die antimutagene Wirkung war in diesem Versuch am höchsten bei Brokkoli, Kohl, Spinat, Petersilie, Senfblätter, und Blattsalat.[83]

Rote Zwiebeln:
Rote Zwiebeln können gegen Krebs helfen. Zu diesem sensationellen Ergebnis ist eine aktuelle Studie aus Kanada gekommen. Extrakte aus diesem Gemüse sorgten bei Darmkrebszellen für den sicheren Zelltod. Verantwortlich dafür ist ein Stoff namens Quercetin, der auch in Heidelbeeren oder dem Gewürz Liebstöckel enthalten ist.[84]

Milchkonsum der Kinder und Darmkrebs:
Eine Untersuchung zum Krebsrisiko durch Milch und Milchprodukte zeigte, dass bei den Kindern, die Milch und Milchprodukte konsumierten, später die Darmkrebsrate um fast das Dreifache erhöht war, unabhängig davon, ob Fleisch, Früchte, Gemüse konsumiert wurden und auch unabhängig von den sozioökonomischen Indikatoren.[85]

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..[86]

---

[83] http://www.hortipendium.de/Obst_und_Gem%C3%BCse_%E2%80%93_Studien_zu_Krebs
[84] https://www.praktischarzt.de/magazin/rote-zwiebeln-krebs/
[85] http://www.provegan.info/de/infothek/detailseite-infothek/kleine-zusammenfassung-der-gesundheitlichen-schaedigungen-durch-milchprodukte-aktualisierte-fassung/
[86] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/knoblauch.html