Hilfsmittel gegen Kehlkopfkrebs (s. auch Krebs):

Betakarotinreiches Gemüse, darunter Karotten:

Achtung: Karotten kochen (Kochen setzt die Karotine frei)

Betakarotinreiche Gemüse, darunter Karotten sind in epidemiologischen Studien in Verbindung gebracht worden mit niedrigeren Risiken auf Krebs des Kehlkopfes.¹

Zitrusfrüchte bekämpfen Krebs:

Mit Zitronen, Orangen oder anderen Zitrusfrüchten lassen sich viele Krebsarten des Verdauungssystems wie Mund-, Speiseröhren-, Kehlkopf- und Magenkrebs bekämpfen. Zitrusfrüchte beugen vor, weil sie direkt auf Krebszellen wirken können. Außerdem verstärken sie die krebshemmende Wirkung anderer sekundärer Pflanzenstoffe in unserer Nahrung.²

Saft mit Brokkolisprossenextrakt schützt Zellen vor Krebs:

Die Teilnehmer tranken einige Tage lang Fruchtsaft, der mit Brokkolisprossenextrakt angereichert wurde. Der Saft wurde sehr gut vertragen und die Zellen im Mund der Versuchsmenschen zeigten denselben Schutzeffekt wie man im oben beschriebenen Laborversuch hatte beobachten können.

Auch hier wurden besagte Entgiftungsgene aktiviert – und zwar besonders in Gewebe, für das ein höheres Risiko bestand, Krebs zu entwickeln.

Mäusestudien ergaben überdies, dass jene Mäuse, die den Brokkoliextrakt erhalten hatten, weniger Krebs bekamen als Mäuse, die keinen Brokkoliextrakt zu sich nahmen.

Die beschriebenen Labor-, Tier- und Menschenstudien verliefen insgesamt derart erfolgreich, dass Dr. Bauman nun eine klinische Studie mit einer größeren Zahl Freiwilliger begonnen hat:

Erste klinische Studie läuft. Die Teilnehmer hatten alle bereits einen Kopf- oder Halskrebs, gelten derzeit als geheilt und nehmen nun im Rahmen von Dr. Baumans Studie Kapseln mit Brokkolisamenpulver ein. Das Pulver sei einfacher zu nehmen als ein Extrakt gemischt mit Saft. Man will sehen, ob man mit dieser Maßnahme die Rückkehr des Krebses tatsächlich verhindern kann. "Kopf- und Hals-Krebsarten machen zwar nur etwa 3 Prozent aller Krebsarten in den USA aus, in anderen Ländern jedoch, insbesondere in Entwicklungsländern ist die Zahl deutlich höher", erklärt Dr. Bauman. "Ein vorbeugend wirksames Mittel aus Pflanzen oder Pflanzenextrakten würde die hohen Kosten der üblichen Krebsbehandlung senken, die Sterblichkeit durch die genannten Krebsarten reduzieren und natürlich insgesamt die Lebensqualität aller Menschen weltweit verbessern können.

Die Bezeichnung "Kopf- und Hals-Krebs" umfasst eine ganze Reihe von Krebserkrankungen, die im Kopf-Hals-Bereich auftreten, darunter der Kehlkopfkrebs, der Luftröhrenkrebs oder auch der Mundrachenkrebs.³

Hoher Gemüseverzehr mindert Risiko, an Kehlkopfkrebs zu erkranken:

In ihrer Untersuchung zum Zusammenhang zwischen Ernährung und dem Auftreten von Kehlkopfkrebs stellten C. Bosetti und Kollegen vom Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri in Mailand fest, dass insbesondere der hohe Verzehr von Gemüse zu einer Verminderung des Erkrankungsrisikos beiträgt. Die Studie wurde von 1992 bis zum Jahr 2000 in Norditalien und im Schweizer Kanton Waadt durchgeführt. In die Befragung wurden 527 Erkrankte und als Kontrolle 1297 Gesunde aus dem gleichen Umfeld einbezogen. Bei der statistischen Auswertung der Wirkung des Ernährungsverhaltens wurden jeweils fünf Verzehrgruppen gebildet. Als Ergebnis zeigte sich unter anderem, dass bei steigendem Verzehr von rohem Gemüse das Risiko, an Kehlkopfkrebs zu erkranken, von 100 auf 20% zurückgeht. Bei gekochtem Gemüse hatte die Gruppe mit der höchsten Aufnahme nur noch ein Risiko von 30 % gegenüber dem Fünftel mit dem niedrigsten Verzehr. Wenn allein Hülsenfrüchte betrachtet wurden, errechnete sich eine Risikominderung um 30 % durch die höchste gegenüber der niedrigsten Aufnahme.

Risiko für Kehlkopfkrebs durch pflanzliche Nahrung vermindert – besonders stark: Tomaten Eine Forschergruppe um E. De Stefani, Montevideo, Uruguay, untersuchte in einer sog. Fall-Kontroll-Studie die Wirkung einer erhöhten Aufnahme pflanzlicher Nahrung auf das Risiko, an Kehlkopfkrebs zu erkranken. Der Verzehr an pflanzlicher Nahrung – erfaßt wurden Gemüse, Obst, Knollen und Leguminosen - wurde in

¹ Carper, Jean, Nahrung ist die beste Medizin, 326

² https://www.tz.de/leben/gesundheit/zehn-biowaffen-gegen-krebs-63660.html

³ https://www.zentrum-der-gesundheit.de/news/brokkolisprossen-bekaempfen-krebs-15000037.html

vier Mengengruppen unterteilt. Als Ergebnis teilen die Bearbeiter im International Journal of Cancer vom 1. Juli 2000 (87, 1: 129-132) mit, dass das Risiko, an Kehlkopfkrebs zu erkranken, bei der Gruppe mit dem höchsten Verzehr an pflanzlicher Nahrung gegenüber dem niedrigsten Aufnahmeviertel um 58 % zurückgeht. Nimmt man nur den Verzehr an rohem Gemüse, so sank das Risiko beim höchsten Verzehr gegenüber dem niedrigsten um 71 %. Unter den einzelnen Gemüsearten hatten Tomaten die stärkste risikomindernde Wirkung. In der höchsten Verzehrgruppe lag das Risiko um 68 % niedriger als beim niedrigsten Aufnahmeviertel. Bei der Auswertung wurden die Ergebnisse um andere bekannte Risikofaktoren wie Rauchen, Alkoholkonsum oder Gesamtenergieaufnahme rechnerisch korrigiert.

Höhere Flavonoidaufnahme mit niedrigerem Risiko für Mund- und Rachenkrebs verbunden Die Auswertung einer von 1992 bis 2005 in Italien durchgeführten epidemiologischen Studie ergab, dass Personen, die viel Flavonoide zu sich nahmen, ein stark vermindertes Risiko hatten, an Mund- und Rachenkrebs zu erkranken. In dieser Fall-Kontroll-Studie wurden 805 Patienten mit 2081 gesunden Kontrollpersonen hinsichtlich der Nahrungsauswahl verglichen. Unter den Nahrungskomponenten erfasste man insbesondere die Flavonoide. Es handelt sich dabei um meist blaue, violette oder rote und orangerote Farbstoffe in Gemüse und Obst (z.B. in Rotkohl, Auberginen, Radies, roten Salaten, Zwiebeln, Brokkoli, Heidelbeeren, Kirschen, Pflaumen, Äpfeln u.a.). Die statistischen Berechnungen zeigten, dass Personen mit einer hohen Aufnahme von Nahrungsmitteln mit Flavonoide ein um 44 % geringeres Erkrankungsrisiko hatten im Vergleich zu der Gruppe mit der niedrigsten Aufnahme. Rechnerisch sind die Ergebnisse korrigiert um die bekannten Risikofaktoren wie Rauchen, Alkohol, Körpergewicht, Gesamtkalorienaufnahme, Bildungsniveau, Alter und Geschlecht, so dass die Effekte mit hoher Sicherheit den Flavonoide zugeschrieben werden können. Unter den einzelnen Gruppen der Flavonoide traten Flavone als besonders risikosenkend hervor. Die Studie wurde vom pharmakologischen Forschungsinstitut "Mario Negri" in Mailand durchgeführt und von Marta Rossi und Kollegen im August 2007 unter dem Titel "Flavonoids and the Risk of Oral and Pharyngeal Cancer: A Case-Control-Study from Italy" veröffentlicht.⁴

_

⁴ http://www.hortipendium.de/Obst_und_Gem%C3%BCse_%E2%80%93_Studien_zu_Krebs