Maßnahmen gegen Lungenkrebs (s. auch Krebs / Lunge / Bronchien):

das Limonen in der Zitrone:
Das Limonen in der Zitrone beugt Magen-, Brust- und ***Lungenkrebs vor***. Im Labor haben sich unter dem Einfluß von Limonen aus der Zitrone ***Tumore zurückgebildet***.[1]

Sellerie und Petersilie:
Wissenschaftlern der chinesischen Zhejiang University School of Medicine ***gelang dasselbe mit vier verschiedenen Arten von Lungenkrebszellen.***
Durch Apigenin waren die Krebszellen nicht mehr in der Lage, sich zu teilen und konnten sich daher nicht weiter ausbreiten.
Testergebnisse aus Versuchen mit Zellen im Reagenzglas sind jedoch häufig nicht automatisch auf Mensch oder Tier übertragbar. Im Jahr 2012 gelang es dann aber Forschern aus China und den USA erstmalig zu beweisen, dass die orale Einnahme von Apigenin das Wachstum von Krebszellen auch im lebenden Organismus hemmen kann. ***Höchste Apigenin-Gehalte in Sellerie und Petersilie***
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.[2]

Curcumin:
Curcumin wirkt gegen Krebszellinien bei Lungenkrebs.[3]

Skiitake:
Eine Ernährung mit Shiitake hat sich als besonders wirksam erwiesen bei Lungenkrebs.[4]

Maitake:
Der Maitake wird verwendet bei begleitender Lungenkrebstherapie.[5]

Cordyceps:
Eine Ernährung mit Cordyceps ist wirksam als begleitende Krebstherapie bei Lungenkrebs.[6]

Vitamin C:
Diejenigen mit der besseren Vitamin-C-Versorgung erkrankten seltener an Lungenkrebs.[7] Über den Atemwegstrakt werden Luftschadstoffe wie z.B. Stäube, Schwermetalle und auch der Zigarettenrauch aufgenommen. Damit ist dieser Bereich auch den hier entstehenden freien Radikalen ausgesetzt. Lungenkrebs wird mit den aggressiven kleinen Teilchen in Verbindung gebracht. ***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 Lungen-, aber auch Brust-, Magen- und Prostatakrebs erkranken. Leider gab es zwei Studien mit ***Rauchern bzw. asbestbelasteten Risikopersonen***, die 20-30 Milligramm ß-Carotion in Kombination mit hochdosiertem Vitamin A bzw. zusammen mit Vitamin E ein. Im Vergleich zur Placebogruppe nahm bei diesen Personen die Lungenkrebsrate zu. Eine Raucherkarriere von über 20 Jahren hat offensichtlich bereits Schäden in der Lunge hinterlassen und evt. schon zur Entstehung von Krebsvorstadien oder Krebs geführt. Das ß- Carotin kam eventuell viel zu spät zum Einsatz und konnte bei diesem Personenkreis nichts mehr ausrichten. Außerdem sind Carotingemische gegenüber reinem Carotin zu bevorzugen.[8]

---

[1] Bankhofer, Das große Buch vom gesunden Leben, 337
[2] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/sellerie-gegen-krebs-ia.html?et_cid=14&et_lid=14&et_sub=ZDG261014&campaign=ZDG261014
[3] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, S. 135
[4] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 6
[5] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 23
[6] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 32
[7] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 34
[8] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 107f

Bioflavonoide:
In Tierversuchen wurde festgestellt, dass die Bioflavonoide das Wachstum von Krebszellen hemmen können. Auch mit menschlichen Lungenkrebszellen liegen positive Ergebnisse vor, die auf eine schützende Wirkung schließen lassen. In einer Untersuchung mit Lungenkrebspatienten, die an der Universität von Hawaii (USA) durchgeführt wurde, zeigte sich, ***dass das Auftreten der Krankheit (neben dem Einfluss des Rauchens) auch an die Zufuhr der Bioflavonoide gekoppelt war: Wer mehr von diesen hocheffektiven Radikalfängern aufgenommen hat, war seltener von dieser Krebsart betroffen***.[9]

Achtung: Lungenkrebs – Warnsymptome:
Hartnäckiger Husten, anhaltende Heiserkeit, Schmerzen in der Brust, blutiger Auswurf[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:
Der Verzehr von Kreuzblütlern geht mit einer Verringerung des Erkrankungsrisikos für Lungenkrebs einher.[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
- 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]

Ling Zhi, japanisch Reishi, der glänzende Lackporling:
erhöhter Zelltod von ***metastatischen Lungenkrebszellen*** und Sarkomen.[15]

Ling Zhi, japanisch Reishi, der glänzende Lackporling:
Lebensqualitätsverbesserung bei 65 % von Lungenkrebspatienten: Gefordert werden klinische Studien, Ling Zhi sollte nicht unterschätzt werden[16]

Ling Zhi, japanisch Reishi, der glänzende Lackporling:
erhöht mitochondrienabhängigen Zelltrod von metastasierten Lungenkrebszellen[17].

---

[9] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 124
[10] Focus 29/1998
[11] Béliveau: Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 86
[12] Béliveau: Krebszellen mögen keine Himbeeren – Das Kochbuch, 91
[13] Béliveau, Krebszellen mögen keine Himbeeren, 83
[14] Bio, Nr.5/2009
[15] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, 171
[16] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, 171

OPC:
Das natürliche OPC- Extrakt hat etwas gegen Magenkrebs, Brustkrebs, Lungenkrebs, Hautkrebs und Prostatakrebs.[18]

Granatapfel/Granatapfelextrakt:
Im Tierversuch konnte Granatapfel ***die Entstehung und das Wachstum von Lungentumoren reduzieren***.[19]

Karotten:
Das aufregendste an Karotten ist, dass sie so ungeheuer vielversprechend sind ***bei der Eindämmung der schlimmsten, unheilbaren Krebsarten, vor allem von Lungen- und Bauchspeicheldrüsenkrebs.*** Spannende Studien zeigen, dass schon bescheidene Mengen von Karotten, besonders das Betakarotin in Karotten, möglicherweise sowohl das Fortschreiten von Krebs verzögern als auch den Krebsmechanismus zerstören, der die Zellen in bösartige Wucherungen verwandelt.
Mit erstaunlicher Regelmäßigkeit tauchen Karotten in Untersuchungen auf, die bestimmte Nahrungsmittel als krebsbekämpfend ausweisen.[20]

Karotten:
Die Forschungen, die einen Zusammenhang herstellen zwischen Obst und Gemüse mit Betakarotin und weniger ***Lungenkrebs***, sind eindrucksvoll und umfangreich. Zehn von elf internationalen Übersichten über die Ernährung belegen, dass Menschen, die am wenigsten Karotten und andere betakarotinhaltige Nahrung essen, mit größerer Wahrscheinlichkeit Lungenkrebs entwickeln. Dr. Menkes ermittelte, dass Menschen mit dem niedrigsten Betakarotingehalt im Blut im Vergleich mit denjenigen mit dem höchsten Gehalt mit viermal größerer Wahrscheinlichkeit ein Jahrzehnt später Plattenepitelkarzinome in der Lunge entwickelten, die häufigste von Zigarettenrauchern verursachte Krebsart.
Zu einem ähnlichen Ergebnis kam ein Team der State University of New York in Buffalo, das feststellte, dass Männer, die am meisten karotinreiche Nahrung aßen darunter Karotten, mit nur etwa halb so großer Wahrscheinlichkeit Plattenepitelkarzinome in der Lunge bekamen. Ihrer Berechnung nach ist der tägliche Unterschied zwischen den stark gefährdeten und den weniger gefährdeten Krebskandidaten in einer Karotte enthalten. Laut Frau Dr. Menkes könnte das Essen von nur einer zusätzlichen Karotte am Tag 15.000 bis 20.000 der jährlichen Todesfälle durch Lungenkrebs in den Vereinigten Staaten verhindern. Selbst nach jahrelangem Rauchen lindern Karotten möglicherweise die Krebsdrohung, indem sie den Krankheitsprozess verzögern.[21]

Karotten als Rettung für ehemalige Raucher:
In einer bahnbrechenden Studie stellte Dr. Richard Shekelle 1981 eine noch dramatischere Wirkung fest, die das Essen von betakarotinhaltigen Gemüsen, unter denen die Karotte das wichtigste ist, auf Lungenkrebs hat. Er analysierte über einen Zeitraum von neunzehn Jahren hinweg die Eßgewohnheiten und das Lungenkrebsrisiko von etwa zweitausend Männern. Männliche Raucher, sogar diejenigen, die dreißig Jahre geraucht hatten, die am wenigsten betakarotinhaltige Nahrung aßen, hatten im Vergleich zu denjenigen, die am meisten betakarotinhaltige Kost, vor allem Karotten aßen, ein achtmal höheres Risiko, Lungenkrebs zu bekommen. Weil der Krebsprozeß langwierig ist – im allgemeinen vergehen bis zum Auftreten von Krebs drei bis vier Jahrzehnte-, hat es den Anschein, als ob betakarotinhaltige Nahrung die Krebsentwicklung in den späten Stadien hemmt. Deshalb könnten Karotten, wenn jemand mit dem Rauchen aufgehört hat, dazu beitragen, die zu erwartende fortschreitende Zellschädigung zu hemmen.
In einer neuen Studie von Regina G. Ziegler, einer Epidemiologin am National Cancer Institute, über Männer in New Yersey spielte drei Gemüsesorten bei der Vorbeugung von Lungenkrebs die herausragende Rolle – Karotten, Süßkartoffeln und dunkelgelber Winterkürbis. Frau Zieglerstellte fest, dass Männer, die täglich auch nur 60 Gramm Karotten aßen (oder Süßkartoffeln oder Winterkürbis), halb so wahrscheinlich Lungenkrebs entwickelten wie diejenigen, die dieses Gemüse so gut wie gar nicht aßen. Selbst Männer, die zehn Jahre

---

[17] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, 171
[18] Hittich in: Dr. Hittich informiert, Sonder-Exemplar Nr. 2378, S. 17
[19] Meyer, Ralf, Chronisch gesund, S. 151
[20] Carper, Jean, Nahrung ist die beste Medizin, 323
[21] Carper, Jean, Nahrung ist die beste Medizin, 324

zuvor mit dem Rauchen aufgehört hatten, waren mit größerer Wahrscheinlichkeit gegen Lungenkrebs gefeit, wenn sie Karotten aßen. Unter denjenigen, die eine betakarotinarme Kost aßen, waren diejenigen am anfälligsten für Lungenkrebs, die innerhalb der letzten fünf Jahre mit dem Rauchen aufgehört hatten. In einer Anschlussstudie stellte Frau Ziegler außerdem fest, daß nichtrauchende Frauen, die Zigarettenrauch ausgesetzt waren, ihr Risiko, Lungenkrebs zu bekommen, beträchtlich durch das Essen von mehr Karotten reduzieren konnten.
Wenn Sie den bestmöglichen Schutz vor Krebs erreichen wollen, essen Sie einen Teil der Karotten gekocht. Das Kochen setzt die Karotine frei, von denen angenommen wird, dass sie die wirksamen Stoffe beim Schutz des Gewebes vor karzinogenen Angriffen sind. Aus gekochten Karotten bekommen Sie zwei- bis fünfmal soviel Karotin wie aus rohen. Aber kochen Sie die Karotten nicht zu weich; zerkochte Karotten büßen viel von dem kostbaren Betakarotin ein.
Glauben Sie nicht, dass Sie weiterhin rauchen können, weil Sie Karotten essen. Karotten sind kein Ersatz dafür, mit dem Rauchen aufzuhören; sie können die fortgesetzten Angriffe des Zigarettenrauchs nicht abwehren. Während Karotten Ihr Risiko möglicherweise halbieren, wird es durch Rauchen zehnmal höher. Ehemalige Raucher, v.a. diejenigen, die eben erst aufgehört haben, sollten regelmäßig Karotten essen, um möglicherweise mit dem Rauchen zusammenhängende Krebsarten in de Entwicklung abzufangen. Manche Experten haben sogar festgestellt, dass es möglicherweise auch für Nochraucher von Nutzen ist, Karotten und andere karotinhaltige Kost zu essen. Den besten Schutz scheinen aber dadurch aber leichte Nochraucher zu bekommen. Es ist unbekannt, ob es für starke Nochraucher von Nutzen ist, mehr Karotten zu essen.[22]

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.[23]

Kohlarten:
Die Kohlarten gelten ebenfalls als sehr empfehlenswert. In einer Untersuchung mit 1230 Männern (Alter 40 bis 64 Jahre) waren diejenigen am seltensten an Prostatakrebs erkrankt, die vermehrt Weiß-, Grün-, Rot-, Blumen- und Rosenkohl verzehrt hatten. Auch der Brokkoli zählt zu den Hoffnungsträgern. Die Kohlpflanzen enthalten schwefelhaltige Stoffe, welche die Schärfe und den Geruch der Pflanzen ausmachen. Aus diesen Inhaltsstoffen entstehen beim Schneiden und Zerkleinern des Gemüses die sogenannten „Senföle“, die nicht nur Bakterien abtöten, sondern auch das Immunsystem auf „Vordermann“ bringen, den Körper entgiften und eine krebsschützende Wirkung haben sollen. Leider gehen die gesundheitsfördernden schwefelhaltigen Stoffe bei der Erhitzung und Verarbeitung von Lebensmitteln verloren. Im Sauerkraut ist von diesen Pflanzeninhaltsstoffen praktisch nichts mehr vorhanden – trotzdem ist Sauerkraut wegen der dort vorhandenen Milchsäurebakterien ein wertvolles Nahrungsmittel, das die Darmflora verbessert.
In einer chinesischen Untersuchung mit etwa 18240 Männern, die über elf Jahre hinweg beobachtet wurden, zeigte sich, dass ***die Kohl verzehrenden Vertreter ein um etwa 35 Prozent erniedrigtes Risiko für Lungenkrebs*** aufwiesen.[24]

Zitrusfrüchte:
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.[25]

Betacarotin Lycopin:
Besonders Wassermelonen enthalten das Betakarotin Lycopin, welche das Risiko, an Prostatakrebs zu erkranken, deutlich senken kann. Eine Studie am Karmanos Cancer Institute der Wayne State University,

---

[22] Carper, Jean, Nahrung ist die beste Medizin, 324-328.
[23] Döll, Michaela: Die Kraft der Antioxidantien, 2008, S. 257
[24] Döll, Michaela: Die Kraft der Antioxidantien, 2008, S. 255f.
[25] Döll, Michaela: Die Kraft der Antioxidantien, 2008, S. 255

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.[26]

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.[27]

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, 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.[28]

Vorbeugung gegen Lungenkrebs:

Weder aktiv noch passiv rauchen! Der Radongehalt im Wohnraum muss bestimmt werden. Formakldehyddämpfe sind zu vermeiden. Auch das Einatmen von Spraygasen kann bei bestimmten Berufsgruppen zu Lungenkrebs führen (Friseur und chemische Industrie):[29]

Ernährungsempfehlung bei Lungenkrebs:

Kreuzblütler, besonders Karotten, rote Rüben (BIO!!), Marillen, Wasser- und Honigmelonen sowie Lychee und Papayas.[30]

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

---

[26] Simonsohn, Heilkräfte aus den Tropen, 208f.
[27] www.medizinkorrespondenz.de
[28] http://www.pronovabkk.de/Inhalt/liste_probieren_studieren/liste_probieren_studieren_mir/Cranberries_-_Rot_sauer_urgesund.html
[29] Hochenegg: Ernährung die Wunder wirkt, 80
[30] HOchenegg: Ernährung die Wunder wirkt, 80

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.[31]

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.[32]
legt.[33]

Lapacho:

Gleich mehrere Studien zeigen, dass Lapacho in der Onkologie unterstützend eingesetzt werden könnte. So zeigte eine in *Cancer Research* veröffentlichte Studien signifikante Aktivitäten gegen spezielle Krebszellen. Eine andere Studie der Universität in Hawaii zeigte eine höhere Aktivität gegen Lungenmetastasen und in der Lapacho Gruppe überlebten fünf Mal mehr Mäuse als in der Vergleichsgruppe.[34]

Nigella sativa (Echter Schwarzkümmel):

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.[35]

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 Beweiss 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.

---

[31] Gesellschaft für Heilpilze: „Heilpilze“, 2006, S. 36f.
[32] Hirneise: Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe, 2008, S. 700f.
[33] Hirneise: Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe, 2008, S. 700f.
[34] Hirneise, Lothar: Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe, 2008, S. 802f.
[35] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/samantha-davis/nigella-sativa-echter-schwarzkuemmel-ist-ein-wahrer-albtraum-fuer-den-krebs.html

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.[36]

Reishi:
Extrakte des Reishi mit sehr hoher Dosis (mehr als 5g täglich) wirkten sich besonders positiv bei der Nachbehandlung von ***Lungenkrebs***, Gehirntumoren**,** Leberkrebs, Nieren- und Bauchspeicheldrüsenkrebs aus.[37]

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. [38]

Warnung vor Talkum:
Talk ist der Hauptbestandteil von Pestiziden, die in Haus und Garten Verwendung finden, wie von Floh- und Zeckenpuder. In kleineren Mengen wird Talk in Deodorants, Kreide, Buntstiften, Textilien, Seife, Isoliermaterial, Farben, Füllmaterial für Asphalt, Papier und in der Nahrungsmittelverarbeitung verwendet.
Die Gefährlichkeit ist vergleichbar mit Asbest
In den letzten 30 Jahren haben Wissenschaftler diese Talkpartikel sehr genau untersucht und gefährliche Gemeinsamkeiten mit Asbest gefunden , das als karzinogen gilt. Es wurde nachgewiesen, dass Talkpartikel Tumore in den Eierstöcken und in der Lunge verursachen können.
Zwar hat die amerikanische Zulassungsbehörde FDA bereits im Jahr 1973 den Beschluss gefasst, die Menge von asbest-ähnlichen Fasern in Kosmetikpudern zu begrenzen, allerdings wurde dieser nie wirklich umgesetzt, so dass Kosmetikpuder bis heute keiner entsprechenden gesetzlichen Regulierung unterliegt. In Tierversuchen konnte nachgewiesen werden, dass Kosmetikpuder, auch wenn er keine asbest-ähnlichen Fasern enthält, zu Tumoren führt.[39]

OPC bei Krebs
In-Vitro-Studien hatten ergeben, dass OPC aus Traubenkernextrakt ***das Tumorwachstum und eventuell sogar die Entwicklung von Lungenkrebszellen hemmen*** könne.[40]

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.[41]

Warnung Lungenkrebs durch ACE-Hemmer:

---

[36] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/krebs-ernaehrung-ia.html
[37] Broschüre „Heilpilze), hrsg.: Gesellschaf für Heilpilze, S. 15
[38] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/papaya.html
[39] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/talkum-ia.html
[40] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/opc-pi.html
[41] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/kaki.html

Sogenannte ACE-Hemmer sind Medikamente, welche besonders zur Behandlung von Bluthochdruck und chronischer Herzinsuffizienz genutzt werden. Bei der Untersuchung stellte sich jetzt heraus, dass ACE-Hemmer einnehmende Patienten eine um 14 Prozent höhere Wahrscheinlichkeit für die Entstehung von Krebs aufweisen. Das Risiko stieg weiter an, je länger die Patienten diese Medikamente einnahmen. Diejenigen, die ACE-Hemmer fünf Jahre lang einnahmen, hatten ein um 22 Prozent höheres Risiko für Lungenkrebs. Das Risiko stieg nach zehn Jahren sogar auf 31 Prozent an. Die Wissenschaftler vermuten, dass die Medikamente eine Anhäufung von Bradykinin in der Lunge verursachen, was dann zu Krebs führt.
ACE-Hemmer sind weitverbreitet
Ramipril ist der am häufigsten verwendete ACE-Hemmer, welcher im Jahr 2017 alleine in England über 27 Millionen Mal verschrieben wurde. Andere gebräuchliche Bezeichnungen sind Captopril, Cilazapril und Enalapri. Bis zu fünf Millionen Patienten in Großbritannien werden ACE-Hemmer verschrieben. Das Medikament wird normalerweise wegen Bluthochdruck oder nach Herzinfarkten eingesetzt. ACE-Hemmer wirken, indem sie die Aktivität des sogenannten Angiotensin-Converting-Enzyms oder kurz ACE reduzieren. Durch das Blockieren dieses Enzyms entspannen und erweitern sich die Blutgefäße und der Blutdruck wird dadurch gesenkt, erklären die Experten.
Forscher untersuchten 992.000 Probanden
Die aktuell im BMJ veröffentlichte Studie untersuchte 992.000 Erwachsene, denen zwischen dem Jahr 1995 und dem Jahr 2015 in Großbritannien Medikamente zur Regulierung des Blutdrucks verschrieben wurden. Die Patienten bei der Untersuchung nahmen eine von zwei Arten von Tabletten ein, entweder ACE-Hemmer oder Angiotensin-Rezeptor-Blocker, die jeweils auf unterschiedliche Weise wirken.[42]

Thymian:
Es gibt Anzeichen, dass dieses ätherische Öl, Lungen, Mund- und Eierstockkrebs tötet
By Erhöhtes Bewusstsein - March 30, 2015 - In Gesundheit, News 3296
Studien haben gezeigt, dass dieses Super-Kraut Thymian (ätherisches Öl), potenziell Lungen- und Brustkrebszellen tötet.
Das ätherische Öl, des verbreiteten Thymian (Thymus vulgaris), das in der Regel als ”Thymianöl” bekannt ist, enthält 20-54% Thymol. Thymol ist in einer natürlich vorkommenden Klasse von Verbindungen, die als ”Biozide” bekannt sind. Biozide sind Substanzen, die Schadorganismen zerstören. Wenn Thymus neben anderem wie Biozide oder Carvacrol verwendet wird, hat es starke antimikrobakterielle Attribute. Wissenschaftler untersuchen Thymian für ihre antibakterielle Aktivität in vitro- Toxikologie gegen drei menschliche Krebszelllinien. Was sie fanden, ist, ***dass Thymian Lungenkrebszellen***, Krebszellen im Mundbereich und Eierstockkrebs ***tötet***.
Thymian stammt ursprünglich aus dem Mittelmeerraum und der Name ”Thymian” wurde ihm in Griechenland gegeben, so verwenden sie in der Küche noch Heute, Thymian vermischt mit Olivenöl. Öl von der verbreiteten Thymian-Kraut wurde untersucht und man stellte fest, dass es fähig ist bis zu 97% der menschlichen Lungenkrebszellen zu töten. Neuere Forschungen haben gezeigt, wenn man Thymian und Olivenöl mischt, entsteht eine Verfügbarkeit von Hydroxytyrosol. Olivenöl ist das stärkste Mittel, um die Anti-Krebs-Verbindung zu erhöhen. Könnte das der Grund sein, warum die Griechen etwa die Hälfte der Krebsrate haben im Vergleich zum Rest der USA und Europa.
Thymian-ätherisches-Öl wird auch in der ayurvedischen und traditionellen Medizin verwendet durch seine starken antioxidanten, antibakteriellen und Anti-Pilz (tötet Hefe wie Candida) Eigenschaften. Auch haben Onkologe Forscher an der Celal Bayar Univerität in der Türkei eine Studie durchgeführt, um herauszufinden, welche Wirkung wilder Thymian (Thymus serpyllum) auf Brustkrebszellen haben köbbte. Sie sahen sich die Auswirkungen von wildem Thymian auf Zelltod und epigentische Ereignisse in den Brustkrebszellen an. Epigenetik ist die Untersuchung von Veränderungen in der Genexpression durch Mechanismen, die nicht involviert sind in der Veränderung in der DNA-Sequenz. Sie berichteten in der Zeitschrift Ernährung und Krebs, dass Thymian zu Zelltod in den Brustkrebszellen führt. Die Autoren der Studie stellten fest, dass Thymian ”ein vielversprechender Kandidat für die Entwicklung neuer Therapien zur Behandlung von Brustkrebs ist.”[43] Tipp: Reformhaus: Schoeneberger Thymiansaft (=Frischpflanzensaft) /Drogerie (z.B. dm: Thymiankapseln)

---

[42] https://www.heilpraxisnet.de/naturheilpraxis/diese-gaengigen-blutdruck-tabletten-koennen-lungenkrebs-ausloesen-20181025428979
[43] https://www.erhoehtesbewusstsein.de/es-gibt-anzeichen-dass-dieses-atherische-ol-lungen-mund-und-eiserstockkrebs-totet/

Wirksam bei der Behandlung von Krebs sind:

Ätherisches Thymian-Öl:

Eine Studie von 2010 aus der Schweiz, bewertete die Wirkung von ätherischem Thymian-Öl auf Brustkrebszellen, Lungenkrebszellen und Prostatakrebszellen. Ätherisches Thymian-Öl zeigte die stärkste Zytotoxizität gegenüber allen drei Arten von Krebszellen. Thymian hat einen aktiven Wirkstoff, das Thymol, es aktiviert Mechanismen, die Krebszellen zum Absterben bringen.[44]

Thymian-Öl:

Das ätherische Öl des gewöhnlichen Thymians enthält je nach Konzentration 20-54% Thymol. Thymol ist ein natürlicher chemischer Stoff, der auch als Biozid bezeichnet wird. Biozide sind chemische Stoffe oder Verbindungen, die in Pflanzen vorkommen und schädigende Organismen, wie Bakterien, Viren und Pilze zerstören.

Wenn Thymol in Verbindung mit anderen Bioziden, wie z.B, Carvacol benutzt wird, hat es eine starke antimikrobielle Wirkung. Wissenschaftler haben die Wirkung von Thymianöl an verschiedenen Krebszellenarten getestet. Sie haben herausgefunden, dass Thymianöl vor allem Zellen von Lungenkrebs, sowie Mund- und Eierstockkrebs tötet.

In einer weiteren Studie wurde auch festgestellt, dass das Öl des gewöhnlichen Thymians bis zu 97% der menschlichen Lungenkrebszellen killen kann.[45]

Aromaöle bei Lungenkrebs:

folgende Öle wirken nicht sekretolytisch (schleimlösend), sie enthalten keine Monoterpene, die die schwer kranke Lunge reizen könnten, sie beruhigen erfahrungsgemäß den Drang zu hüsteln):

2 Tropfen Ingwer CO2 (diese Herstellungsart bewirkt besonders intensive Naturdüfte, mehr dazu in diesem Artikel, 2-5 Tropfen destillierter Ingwer geht auch)

4 Tropfen Benzoe-Extrakt

2 Tropfen Atlas-Zeder oder Himalaya-Zeder (ich bevorzuge letztere bei schwer kranken und auch bei kleinen Menschen wegen ihres milderen Duftes)[46]

Thymian

Neuere Studien brachten hervor, dass Thymian Erfolg versprechende Effekte bei der Behandlung von Krebs hat, da es die Krebszellen bekämpft.[47]

Löwenzahnwurzel-Pulver:

Ich erzählte auch einem Freund davon. Der sagte mir dann, er habe einen Bekannten, der kurz davor sei, an Lungenkrebs zu sterben. Beide Lungenflügel seien betroffen und der Mann sei ans Bett gefesselt.

Seine Lungen waren punktiert worden, und man hatte ihm noch vier bis sechs Wochen zu leben gegeben.

Nachdem er für rund sechs Wochen das Löwenzahnwurzel-Pulver genommen hatte, war er wieder auf den Beinen, erledigte die Hausarbeit und fuhr Auto.

Seine Ärzte konnten es kaum glauben und unterzogen ihn im Krankenhaus einer Computertomographie. Sie fanden in seiner Lunge keine Krebsläsionen mehr und erklärten das als Wunder.

Daraufhin habe ich im Northwest Herald eine Anzeige geschaltet, in der ich die Rezeptur kostenlos anbot. Vier Menschen meldeten sich darauf, die bereit waren, das Mittel auszuprobieren.

Einer erzählte dem Anderen davon und nach und nach sprach es sich herum. Relativ viele Menschen nahmen das Pulver gegen verschiedene Krebsarten und diverse andere Leiden. [48]

Probiotika:

Es wurden bereits einige probiotische Stämme identifiziert, welche das Wachstum von Lungenkrebs verhindern und zusätzlich tumor- und entzündungshemmende Eigenschaften aufweisen. „Unsere Ergebnisse

---

[44] https://www.epochtimes.de/gesundheit/aetherische-oele-gegen-krebs-a1293766.html
[45] http://gesund-sein-heute.de/thymian-oel-gegen-krebs/
[46] https://aromapraxis.de/2019/08/12/sos-bei-krebs-diagnose/
[47] https://www.rtl.de/cms/gesundheitslexikon-thymian-4046834.html
[48] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/loewenzahn-wurzel.html#toc-das-immunsystem-kontrolliert-die-krebszellen

deuten auf eine mögliche Schutzfunktion von Präbiotika und Probiotika gegen Lungenkarzinogenese hin“, berichten die Forschenden.[49]

Äther. Öle bei Lungenkrebs:
folgende Öle wirken nicht sekretolytisch (schleimlösend), sie enthalten keine Monoterpene, die die schwer kranke Lunge reizen könnten, sie beruhigen erfahrungsgemäß den Drang zu hüsteln):
2 Tropfen Ingwer CO2 (diese Herstellungsart bewirkt besonders intensive Naturdüfte, mehr dazu in diesem Artikel, 2-5 Tropfen destillierter Ingwer geht auch)
4 Tropfen Benzoe-Extrakt
2 Tropfen Atlas-Zeder oder Himalaya-Zeder (ich bevorzuge letztere bei schwer kranken und auch bei kleinen Menschen wegen ihres milderen Duftes)[50]

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.[51]

Knoblauch / grüner Tee 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.[52]

Petersilie schützt die Lungen vor krebserregenden Substanzen

---

[49] https://www.heilpraxisnet.de/naturheilpraxis/joghurt-reduziert-das-risiko-fuer-lungenkrebs-deutlich-20191025470512
[50] https://aromapraxis.de/2019/08/12/sos-bei-krebs-diagnose/
[51] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/baerlauch.html
[52] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/knoblauch.html

Ohne ihre ätherischen Öle wäre die Petersilie geschmacklich nicht annähernd so aromatisch wie wir sie kennen und schätzen. Doch diese ätherischen Öle verleihen der Pflanze nicht nur ihr charakteristisches Aroma, sondern auch eine ganz besondere Fähigkeit:
Gelangen nämlich krebserregende Stoffe über die Atmung in die Lungen (z. B. Substanzen aus Zigarettenqualm oder dem Rauch von Holzkohle), dann werden sie von den ätherischen Ölen der Petersilie neutralisiert und somit unschädlich gemacht. Dieser Effekt könnte der Grund dafür sein, dass Petersilie zur Vorbeugung von Lungenkrebs empfohlen wird.[53]

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.[54]

Heilpflanze Kudzu hilft beim Rauchen-Abgewöhnen:

Kudzu (lateinisch Pueraria lobata) ist eine hervorragende Hilfe beim Rauchen-Abgewöhnen. Die positiven Wirkungen der Heilpflanze sind:
- Sie entgiftet den Organismus in erstaunlicher Schnelligkeit
-S ie senkt den Blutdruck und aktiviert den Blutfluss
-Die Durchblutung von Gehirn und Beinen wird gefördert
Amerikanische und französische Forscher haben nun herausgefunden: die in der Heilpflanze Kudzu erhaltenen Wirkstoffe besetzen sofort die Nikotinrezeptoren, so wie ein Nikotinersatz. Das Verlangen nach Nikotin wird damit entscheidend unterbunden. Ärzte haben deshalb der Pflanze den Beinamen Nicotinfree (frei von Nikotin) gegeben.
Ein Geheimnis des Erfolges ist sicher auch die Tatsache, dass die Blätter der Kudzupflanze fast alle harmlosen, ungefährlichen Inhaltsstoffe der Tabakblätter enthalten, nur nicht die belastenden Substanzen, die zur Rauchersucht führen können und gesundheitliche Schäden anrichten. Es besteht also eine gewisse Ähnlichkeit. Studien am Hospital Bichat in Paris haben ergeben: Mit der Kudzutherapie haben 81 Prozent der Probanden das Rauchen komplett aufgegeben. Der Rest konnte den Zigarettenkonsum entscheidend senken.
Bätter und Wurzeln der Kudzupflanze werden zerrieben, zu einem Instantgetränk verarbeitet und in kleine Säckchen verpackt. Wer sich das Rauchen abgewöhnen will, löst 3-mal täglich 1 Säckchen aus der Apotheke in einem großen Glas warmen oder kaltem Wasser auf und trinkt den Inhalt in kleinen Schlucken.[55]

Je mehr Gemüse, desto weniger Lungenkrebs:

Eine Forschergruppe in Hawai untersuchte den Zusammenhang zwischen dem Gemüseverzehr und dem Lungenkrebsrisiko. Sie teilte 1200 gesunde bzw. lungenkrebskranke Personen nach ihrem Gemüseverzehr in vier Gruppen ein. Wird das Risiko , an Lungenkrebs zu erkranken, bei der ersten Gruppe mit dem höchsten Gemüseverzehr gleich 1 gesetzt, so steigt bei Männern in der vierten Gruppe, also der mit dem niedrigsten Gemüseverzehr, das Risiko auf 3,2 . Bei Frauen stieg das Risiko in der niedrigsten Gruppe sogar auf das 5,6fache.
Lungenkrebsrisiko bei hohem Gemüse- und Obstverzehr um 60 % verringert
C. Galeone und Kollegen vom Pharmakologischen Forschungsinstitut ‚Mario Negri' in Mailand, Italien, untersuchten in einer Fall-Kontrollstudie in der Provinz Heilongjiang in Nordostchina den Zusammenhang zwischen dem Verzehr von Gemüse und Obst und dem Auftreten von Lungenkrebs. Das ausgewählte Gebiet weist eine besonders hohe Rate an Lungenkrebs auf. In die Studie aufgenommen waren 218 Patienten und 436

[53] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/petersilie.html
[54] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/baerlauch.html
[55] Bankhofer, Hademar: Das große Gesundheitsbuch für das ganze Jahr

gesunde „Kontrollpersonen“ aus dem gleichen Gebiet und mit sonst vergleichbaren Bedingungen. Die Auswertung der Daten ergab einen starken Rückgang des Lungenkrebsrisikos bei erhöhtem Gemüseverzehr und zwar sowohl bei Rauchern als auch bei Nichtrauchern: Gegenüber der Gruppe mit dem niedrigsten Gemüseverzehr (unteres Drittel) verringerte sich das Erkrankungsrisiko bei der Gruppe mit erhöhtem Gemüseverzehr (oberes Drittel) um 61 %. Der erhöhte Verzehr von Obst allein war statistisch nur mit einer Risikoverminderung um 27 % verbunden. Wenn Obst und Gemüse insgesamt verrechnet wurden, ging das Risiko wieder um 60 % zurück. Die Auswertung einzelner Gemüsearten ergab insbesondere für Chinakohl, Schnittlauch, Möhren und Sellerie eine Abnahme des Lungenkrebsrisikos bei erhöhtem Verzehr. Die Autoren sehen in ihrem Ergebnis eine Bestätigung früherer Studien, in welchen eine Abnahme des Lungenkrebsrisikos bei erhöhtem Verzehr an Gemüse und Obst gefunden wurde.

Niedrigeres Lungenkrebsrisiko bei häufigem Verzehr von Möhren

In einer sog. Fall-Kontrollstudie der Epidemieabteilung des Onkologischen Zentrums am Slodowska-Curie Memorial Institut in Krakau wurde der Einfluss von Gemüse auf das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken, untersucht. In die Studie waren 594 Frauen einbezogen wovon 242 histologisch nachweisbar an Krebs erkrankt waren. Als Ergebnis wird berichtet, dass der tägliche Verzehr von Gemüse das Lungenkrebsrisiko mindert, dass jedoch ein häufiger Verzehr von Möhren eine statistisch gesichert herausragende Wirkung auf alle Formen von Lungenkrebs hatte. Als „häufig“ wurde „mindestens 5 mal pro Woche“ ermittelt. Die Wirkung von Möhren und anderen Gemüsearten war unabhängig von anderen Risikofaktoren wie Rauchen oder Alkoholkonsum nachweisbar.

Sind besondere Carotinoide für die Abnahme des Lungenkrebsrisikos verantwortlich?

Dieser Frage gingen Dominique S. Michaud vom Institut für Ernährung und Epidemiologie der Harvard School of Public Health, Boston, und Kollegen anderer Institute in einer 10 jährigen Studie mit 46.924 Männern und einer 12 jährigen Studie mit 77.283 Frauen nach. Die Carotinaufnahme wurde über den Verzehr von Gemüse und Obst und die darin enthaltenen durchschnittlichen Gehalte berechnet. Die Auswertung ergab, dass eine erhöhte Aufnahme von α-Carotin und Lycopin mit einer signifikanten Abnahme des Lungenkrebsrisikos einhergeht (die höchste Aufnahmegruppe hatte gegenüber der niedrigsten ein um 32 % verringertes Risiko). Die anderen untersuchten Carotinoide (β-Carotin, Lutein und β-Cryptoxanthin) zeigten ebenfalls mit steigender Aufnahme eine Risikominderung, aber dieser Zusammenhang war nicht statistisch gesichert. Die positive Wirkung von α-Carotin war am stärksten bei Nichtrauchern. In dieser Gruppe führte die höchste Aufnahme zur einer Risikominderung um 63 %.

Möhren sind nicht durch Carotinpillen zu ersetzen

Das Provitamin Beta- Carotin, der gelbe Farbstoff in Karotten und grünen Gemüsen wie Spinat, Feldsalat oder Grünkohl, wird vom Körper in Vitamin A umgewandelt. Dieses benötigt der Organismus unter anderem zur Herstellung des Sehfarbstoffs. Durch epidemiologische Studien ist inzwischen bekannt, daß der Verzehr beta-carotinreicher Nahrung einen gewissen Schutz vor Lungenkrebs bietet. Die Frage, ob dieser Schutz auch durch die Einnahme von synthetischem Beta-Carotin erreichbar ist, war Gegenstand zweier großer Studien unter Rauchern in Finnland und den USA. Die Studien mußten vorzeitig abgebrochen werden, da bei der Gruppe mit Beta-Carotin-Präparaten 16 beziehungsweise 28 Prozent mehr Lungentumoren gefunden wurden.

Raucher sollten viel Gemüse essen - das Risiko für chronisch obstruktive Lungenerkrankung könnte halbiert werden

Wissenschaftler an der Curtin Universität in Perth, Australien, untersuchten gemeinsam mit japanischen Kollegen den Zusammenhang zwischen dem Verzehr von Gemüse und Obst und der sog. chronisch obstruktiven Lungenerkrankung. Unter chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) werden Symptome zusammengefasst wie chronische Bronchitis, dauerhafte Entzündung der Atemwege, Bronchialödeme, chronischer Husten, Atemnot und Lungenemphysem. Hauptursache (90 % der Fälle) für das Auftreten von COPD ist das Zigarettenrauchen. Die Forscher befragten 287 Patienten in Zentraljapan mit nachgewiesener chronischer Lungenerkrankung nach Lebensumständen, Lebensstil und unter anderem auch nach dem Verzehr von Gemüse und Obst und verglichen die Daten mit denen von 340 gesunden Personen, die so ausgewählt waren, dass sie möglichst genau der Patientengruppe glichen. Die Auswertung ergab zum einen, dass die gesunden Personen mehr Gemüse und Obst zu sich nahmen als die erkrankten. Bei Gemüse betrug die durchschnittliche Tagesmenge rund 200 gegen 150 g, bei Obst rund 300 gegen 250 g. Weiter konnte errechnet werden, dass die Atemnot (ermittelt mit spirometrischer Messung der Atemfunktion) bei der Gruppe mit dem höchsten Gemüseverzehr (oberes Viertel) nur halb so hoch war wie bei Personen, die wenig Gemüse aßen (unteres Viertel). Unter den in Gemüse und Obst enthaltenen Wirkstoffen ragte statistisch das Vitamin A

(Beta-Carotin) hervor. Das Erkrankungsrisiko lag bei der hohen Aufnahmegruppe um mehr als 50 % niedriger als bei der unteren Gruppe. Die Autoren betonen als wichtigstes Ergebnis ihrer Studie, dass ein hoher Gemüseverzehr mit einer deutlichen Abnahme des Risikos für die chronische obstruktive Lungenerkrankung verbunden ist, was insbesondere für Raucher von Bedeutung sein kann.

Mehr Möhren, Tomaten und Salbei – weniger Lungenkrebsrisiko

Seit längerem wird beobachtet, dass die sog. Mittelmeerdiät (viel Gemüse ,Obst, Olivenöl, wenig Fleisch u.a.) mit einer Verminderung des Krebsrisikos verbunden ist. C. Fortes und Kollegen von der Abteilung Klinische Epidemiologie des Instituto Dermopatico dell'Immacolata in Rom prüften, welche Einzelkomponenten für die Vorbeugung vor Lungenkrebs bedeutsam sein können. Die Forschergruppe fand heraus, dass insbesondere der hohe Verzehr von Möhren (Risikominderung im Vergleich zu niedrigem Verzehr um 33 %), Tomaten (Risikominderung 41 %) und der regelmäßige Konsum von Salbeiblättern (Risikominderung 58 %) gegen Lungenkrebs wirksam zu sein scheinen. Auch der Verbrauch an Olivenöl war statistisch mit einem verminderten Krebsrisiko in Verbindung zu bringen. In die zwischen 1993 und 1996 als sog. Fall-Kontrollstudie angelegte Untersuchung waren 342 Personen mit Lungenkrebs und 292 gesunde Kontrollpersonen etwa gleichen Alters und Umfeldes einbezogen. Die Wirkung des Rauches wurde statistisch „herausgerechnet", so dass der Zusammenhang zwischen Krebsrisiko und der Ernährung unabhängig erfasst werden konnte. Die Autoren sind der Ansicht, dass einzelne Komponenten der Mittelmeerdiät mehr als andere für ein vermindertes Krebsrisiko verantwortlich sind.

Kreuzblütler-Gemüse kann Lungenkrebs vorbeugen

In einer Gemeinschaftsarbeit von New Yorker Universitäten und Krebsforschungsinstituten wurde erneut der Zusammenhang zwischen dem Verzehr von Obst und Gemüse und dem Auftreten von Lungenkrebs untersucht. Diesmal mit besonderer Beachtung der Menge an Kreuzblütler-Gemüse und der besonders gefährdeten Gruppe der Raucher im Vergleich mit ehemaligen Rauchern und Nichtrauchern. In die Studie wurden 948 Patienten mit Lungenkrebs und 1743 gesunde Kontrollpersonen mit dem gleichen Rauchverhalten einbezogen und hinsichtlich des Ernährungsverhaltens untersucht. Die Auswertung der Daten ergab -wie auf Grund früherer Forschungsergebnisse vermutet - zunächst, dass das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken, insgesamt statistisch gesichert um 30 bis fast 50 % zurückgeht, wenn mehr Obst, mehr Gemüse und auch mehr Cruciferengemüse verzehrt wurde (jeweils im Vergleich zu der Gruppe, die wenig davon zu sich nahm). Bei der weiteren Analyse zeigte sich jedoch, dass bei Rauchern und ehemaligen Rauchern der Rückgang des Erkrankungsrisikos weit stärker mit Kreuzblütlergemüse als mit Gemüse und Obst insgesamt zusammenhängt. Die Forschergruppe um L. Tang schließt aus ihren Ergebnissen, dass vor allem die nur in Cruciferen (Kohlarten Rettich, Radis, Rucola, Kresse u.a.) enthaltenen Isothiocyanate - eine Untergruppe der Glucosinolate - für die besondere Schutzwirkung vor Lungenkrebs verantwortlich sind.

Kreuzblütler-Gemüse können vor Lungenkrebs schützen

Es gibt zahlreiche Untersuchungen, die eine besondere krebsvorbeugende Wirkung von Gemüse aus der Familie der Kreuzblütler (Kohlarten u.a.) belegen. Die Wirkung wird insbesondere den darin enthaltenen Isothiocyanaten zugeschrieben. Allerdings gibt es bei den Aussagen über den Schutz vor Lungenkrebs widersprüchliche Aussagen. Inzwischen ist bekannt, dass einige Menschen Gene haben, die Isothiocyanate inaktivieren bzw. eliminieren können. Um die Bedeutung dieser Besonderheit zu bewerten, hat eine Forschergruppe der Internationalen Agentur für Krebsforschung in Lyon, Frankreich, die Teilnehmer einer Fall-Kontroll-Studie mit 4300 Personen daraufhin untersucht, ob sie das Gen zur Eliminierung von Isothiocyanaten haben und ob diese Eigenschaft Auswirkungen auf das Lungenkrebsrisiko hat. Die Ergebnisse zeigen dass der mindestens einmal wöchentliche Verzehr von Cruciferengemüse bei der Gruppe ohne das Isothiocyanat abbauende Enzym das Lungenkrebsrisiko um bis zu 78 % absenkt gegenüber denen, die weniger davon verzehren. Ähnliche Ergebnisse wie für Cruciferen insgesamt wurden auch erzielt, wenn stattdessen nur der Verzehr von Kohlarten oder eine Kombination von Brokkoli und Rosenkohl in die Berechnungen einbezogen wurden. Der Zusammenhang wird als evident, also als statistisch gesichert, bezeichnet. Im Gegensatz dazu hatten Kreuzblütlergemüse keinen schützenden Effekt, wenn die Gene für den Abbau von Isothiocyanaten vorhanden waren. An diesen Untersuchungen wird u.a. deutlich, warum für die Wirkungen von sekundären Pflanzenstoffen bei der Vorbeugung vor Krankheiten immer wieder auch widersprüchliche Ergebnisse gefunden werden können. Die Autoren betonen trotz dieser Einschränkung: „Die Daten liefern einen deutlichen Beleg für einen stark schützenden Effekt von Kreuzblütlergemüse gegen Lungenkrebs."

Isothiocyanate aus Kohlarten senken das Lungenkrebsrisiko

Dass die vor allem in Brokkoli, Kopfkohl und Pak Choy vorkommenden Isothiocyanate vor Lungenkrebs schützen, ist in Tierversuchen mehrfach nachgewiesen worden. Ob auch beim Menschen ein Zusammenhang zwischen der Isothiocyanataufnahme bzw. der Konzentration im Körper und dem Auftreten von Lungenkrebs besteht, wurde in einer 10-jährigen Studie mit 18000 Männern im Alter von 45 bis 64 Jahren in China untersucht. Die Probanten wurden jährlich einmal untersucht und befragt. Nach Abschluss des Forschungsprogramms konnte festgestellt werden, dass unabhängig vom Rauchen die Teilnehmer mit hoher Isothiocyanatkonzentration im Urin ein um mindestens 36 % geringeres Lungenkrebsrisiko hatten als die Gruppe mit niedriger Konzentration. Bei Personen, die genetisch bedingt Isothiocyanate langsamer abbauen, verminderte sich das Lungenkrebsrisiko sogar um 64 bis 72 %, wenn sie viel Brokkoli und andere Kohlarten verzehrten. Immerhin 60 % der untersuchten Personen hatten diese verringerte Abbaurate und damit die stärkere Schutzwirkung von Kohlarten vor Lungenkrebs.
Zwiebeln und Äpfel gegen Lungenkrebs wirksam - wahrscheinlich durch Quercetin
Loic Le Marchand und seine Kollegen vom Krebsforschungszentrum der Universität von Hawaii fanden heraus, dass ein hoher Verzehr von Zwiebeln und Äpfeln das Risiko an Lungenkrebs zu erkranken statistisch gesichert absenkt. Die Forscher vermuten, dass die vorbeugende Wirkung hauptsächlich dem Quercetin zu verdanken ist. Quercetin ist ein sekundärer Pflanzenstoff aus der Gruppe der Flavonoide, der in Zwiebeln und Äpfeln in besonders hoher Konzentration vorkommt. In der Fall-Kontrollstudie wurden 1164 Personen unter anderem sehr eingehend nach dem Verzehr von Obst und Gemüse befragt und nach den Ergebnissen in 4 Gruppen eingeordnet. Bei dem Viertel mit dem höchsten Verzehr von Zwiebeln ging das Risiko für Lungenkrebs um 50 % zurück gegenüber der Gruppe, die am wenigsten Zwiebeln aß. Ein hoher Apfelverzehr reduzierte das Risiko um 40 %. Die Daten waren selbstverständlich um den Einfluss des Rauchens und anderer Risikoursachen korrigiert. Es wird vermutet, dass Quercetin die Aktivierung bestimmter Karzinogene verhindert oder hemmt.[56]

Knoblauch und grüner Tee:
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.[57]

[56] http://www.hortipendium.de/Obst_und_Gem%C3%BCse_%E2%80%93_Studien_zu_Krebs
[57] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/knoblauch.html