Hilfsmittel gegen Magenkrebs (s. auch Krebs):

Magenkrebs – Warnsymptome:
Druck- und Völlegefühl, Appetitlosigkeit, häufiges Aufstoßen oder Erbrechen[1]

Skiitake:
Eine Ernährung mit Shiitake hat sich als besonders wirksam erwiesen bei Tumorerkrankungen der Verdauungsorgane.[2]

Reishi:
Der Reishi wird erfolgreich eingesetzt als begleitende Therapie des Magenkrebses.[3]

Maitake:
Der Maitake wird verwendet bei begleitender Magenkrebstherapie.[4]

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

Agaricus blazei murrill:
Agaricus blazei murrill wird in erster Linie eingesetzt zur Krebsprävention. Der Agaricus blazei murrill enthält neben wertvollen Vitaminen und Mineralstoffen den höchsten Polysaccharidanteil aller bekannten Heilpilze, allen voran das beta-Glucan. Im Extrakt sind diese Wirkstoffe hoch konzentriert enthalten. Wie aus der wissenschaftlichen Literatur zu entnehmen ist, bewirken sie eine Anregung des Immunsystems. Es kommt zu einer Anzahlerhöhung und Aktivierung der Natürlichen Killerzellen und der körpereigenen Fresszellen (Makrophagen), von Zellen also, die für die Zerstörung von Bakterien und Viren und für den Abtransport von Fremdstoffen zuständig sind, sowie zur Bildung chemischer Botenstoffe (Interferon, Interleukin), die ebenfalls steuernd in Abwehrprozesse eingreifen. Dadurch wird auf die Entstehung vieler Krebsarten sowie auf das Tumorwachstum Einfluss genommen.[6] Agaricus wird u.a. eingesetzt bei Magenkrebs.[7]

Achtung: Warnhinweis:
Roséfarbene oder rötliche Fleisch- oder Wurstwaren erhitzt im Zusammenhang mit Eiweiß meiden, Verzehr nitrathaltiger Salat- und Gemüsesorten meiden, Vitamin C zuführen:
Damit diese Produkte diese Farbe aufweisen können, werden zur Herstellung Pökelsalze, wie z.B. Nitrate oder Nitrite, verwendet. Wird nun das pökelsalzhaltige Fleisch oder die Wurst erhitzt, kann es zu einer Reaktion mit den ebenfalls im Fleisch vorkommenden Eiweißen kommen: Es entstehen die sog. Nitrosamine. Diese gelten als Krebserregend und stehen in Verdacht, ***Magenkrebs*** zu erzeugen. Diese giftigen Substanzen können ich auch bilden, wenn gepökelte Produkte mit eiweißreichen Lebensmitteln zusammen erhitzt werden (z.B. Toast Hawai, Pizza Salami). Im sauren Milieu des Magens können solche Nitrosamine aber ach beim Verzehr nitratreicher Salat- und Gemüsesorten (z.B. Winterkopfsalat, Rettich, Rukola, Grünkohl) gebildet werden. Vitamin C hat die Eigenschaft, die Bildung der Krebs erregenden Nitrosamine zu unterbinden. Damit kann Vitamin C der Entstehung von Magenkrebs vorbeugen.
Verschiedene Untersuchungen weisen auf den Zusammenhang zwischen ***Vitamin C-Zufuhr und der Häufigkeit diverser Krebserkrankungen hin.***[8]

Carotinoide:

---

[1] Focus 29/1998
[2] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 6
[3] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 14
[4] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 23
[5] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 27
[6] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 36
[7] Gesellschaft für Heilpilze: Heilpilze, 36
[8] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 82

In einer Reihe von wissenschaftlichen Untersuchungen konnte man feststellen, dass ß-Carotin einen schützenden Effekt auf die Lunge hat und Personen, die ich carotinoidreich ernähren seltener an Magenkrebs erkranken.[9]

Zwiebel:
In den Niederlanden hat man bei einer Untersuchung mit 120.000 Erwachsenen ein erstaunliches Ergebnis erzielt. Wer täglich mehr als eine halbe Zwiebel isst, hat ein um 50 Prozent niedrigeres Risiko, an Magenkrebs zu erkranken. Diese Beobachtung wird auf die in den Zwiebeln enthaltenen Bioflavonoide (Quercetin) zurück.[10]

grüner Tee:
Die Catechine, besonders wirkungsvolle, radikalfangende Vertreter der Bioflavonoide, sind im grünen Tee fünffach mehr konzentriert als im schwarzen Tee. ***Achten Sie bei der Zubereitung von Grüntee darauf, dass das Wasser nicht zu heiß (nicht über 70 Grad ist, sonst werden die hitzeempfindlichen Schutzstoffe zerstört!*** Die Antioxidantien aus grünem Teehaben es in sich. Sie verringern das Risiko für Haut-, Magen-, Brust- und Prostatakrebs, stärken das Abwehrsystem und hemmen die Ausbreitung von Bakterien und Viren. Zudem normalisieren sie erhöhte Blutfett- und Leberwerte. Allerdings sollten, um positive Wirkungen zu erzielen, täglich mindestens sechs bis acht Tassen Grüntee konsumiert werden. ***Die im Grüntee enthaltenen Radikalfänger sind um ein Vielfaches (Faktor 50) effizienter als die bekannten Radikalfänger (z.B. Vitamin C und E).***[11]

Grüne Papayas/ Papain gegen Magengeschwüre:
Grüne Papayas oder papainhaltige Mittel helfen das Entstehen von Magengeschwüren zu verhindern. In Indien ißt man seit langer Zeit die Kerne, die antibakterielle Stoffe enthalten, bei Magenschleimhautentzündung. Bei uns bieten sich Enzympräparate an, zum Ersatz von Pepsin und Heilung der Entzündung, die zu krebsartiger Entartung neigt.[12]

OPC:
Das natürliche OPC-Extrakt hat etwas gegen Magenkrebs, Brustkrebs, Lungenkrebs, Hautkrebs und Prostatakrebs.[13]

Curcumin:
Curcumin wirkt gegen Krebszelllinien bei Magenkrebs.[14]

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.[15]

Betacarotin Lycopin:
Besonders Wassermelonen enthalten das Betakarotin Lycopin, welches das Risiko, an Prostatakrebs zu erkranken, deutlich senken kann. Eine Studie am Karmanos Cancer Institute der Wayne State University, USA, ergab, dass Männer, die vor der Prostata-Operation eine Extra-Portion von 30 Milligramm Lycopin zu sich nahmen, niedrigere Antigenwerte (PSA) aufwiesen und kleinere, weniger aggressive Tumore hatten. Bisher haben mehr als 70 Studien die Zusammenhänge zwischen hohen Lycopin-Werten im Blut und einem generell verminderten Krebsrisiko aufgezeigt. Die Vorteile einer lycopinreichen Kost machen sich besonders bei Prostatakrebs, Lungenkrebs und Magenkrebs bemerkbar. Eine Schutzwirkung war bei folgenden Krebsarten festzustellen: Bauchspeicheldrüsenkrebs, Dickdarmkrebs, Speiseröhrenkrebs, Rektumkrebs,

---

[9] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 108
[10] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 124
[11] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 126
[12] Simonsohn, Papaya, 177
[13] Hittich in: Dr. Hittich informiert, Sonder-Exemplar Nr. 2378, S. 17
[14] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, S. 135
[15] Döll, Michaela: Die Kraft der Antioxidantien, 2008, S. 255

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.[16]

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.[17]

Cranberries (=Moosbeeren):
Diverse internationale Untersuchungen belegen auch eine Wirkung von Cranberries gegen schädliche Bakterien im Mundraum, sodass es bei regelmäßigem Konsum zu einer Verhinderung schädlicher Zahnbeläge sowie der Ausbreitung der Paradontose kommen kann. Jüngste Studien haben außerdem nachgewiesen, dass Cranberries das Einnisten von Helicobakter-pylori-Bakterien in Magen und Darm verhindern und Entzündungen der Magenschleimhäute vorbeugen können.[18]

Ernährungsempfehlung bei Magenkrebs:
Geriebene gelbe Rüben, Krautsalat, Mais, Zwiebeln und Blumenkohl.[19]

Kalmus:
Die Kalmuswurzel soll jede Magen- und Darmstörung heilen. Kalmuswurzeltee: Zubereitung: Man nimmt eine Tasse kalten Wassers, gibt einen gestrichenen Teelöffel Kalmuswurzel hinein, läßt es über Nacht stehen, wärmt morgens leicht an, seiht ab und trinkt vor und nach jeder Mahlzeit einen Schluck. Das sind am Tag sechs Schluck, mehr darf nicht getrunken werden. Der Tee soll jeweils vorher im Wasserbad angewärmt werden. Diese Behandlung bezieht sich auf den gesamten Magen- und Darmtrakt, einschließlich Leber, Galle, Milz und Bauchspeicheldrüse.).[20]

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

---

[16] Simonsohn, Heilkräfte aus den Tropen, 208f.
[17] http://www.gesundheit.de/ernaehrung/lebensmittel/gemuese/zwiebeln-und-knoblauch
[18] http://www.pronovabkk.de/Inhalt/liste_probieren_studieren/liste_probieren_studieren_mir/Cranberries_-_Rot_sauer_urgesund.html
[19] Hochenegg: Ernährung die Wunder wirkt, 80
[20] Treben, Maria: Gesundheit aus der Apotheke Gottes, 1995, 28.

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 vuel Wert auf Ernährung, Entgiftung und notwendige Lebensänderungen legt. legt.[21]

Knoblauch/Zwiebeln:
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.[22]

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- und Darmschleimhaut schützen kann. Nach neueren Untersuchungen muss wöchentlich mindestens dreimal Kohl gegessen werden, um bestimmte Tumorarten am Auftreten zu hindern.[23]

Zitronen:
Zitrusfrüchte bieten wie Karotten und Äpfel Schutz vor krebsartigen Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse. Zitrusfrüchte können aber auch allen anderen bösartigen Erkrankungen des Verdauungstrakts vorbeugen helfen.[24]

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..[25]

Gekochte Tomate:
Das Carotinoid Lykopen in der Tomate mindert das Krebsrisiko im Verdauungstrakt um 50 Prozent.[26]

Mango:
Dr. Barry Fox betrachtet die Mango als effektive Prävention folgender Krebsarten Dickdarmkrebs, Bauchspeicheldrüsenkrebs, Prostatakrebs, Brustkrebs und Magenkrebs.[27]

Brokkoli gegen Bakterien:
Eine Studie an einer US-amerikanischen Universität hat ergeben, dass der Verzehr von Brokkolisprossen die Menge der H. pylori-Bakterien im Magen reduziert. Bei den Untersuchungen nahmen die Testpersonen täglich rund 70 g Brokkoli (Broccoli) zu sich, worauf die Infektionswerte rückläufig waren.[28]

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*

---

[21] Hirneise, Lothar: Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe, 2008, S. 700f.
[22] http://www.gesundheit.de/ernaehrung/lebensmittel/gemuese/zwiebeln-und-knoblauch
[23] Hochenegg, Leonhard: Ernährung, die Wunder wirkt, 40
[24] Hochenegg, Leonhard: Ernährung, die Wunder wirkt, 52
[25] http://www.provitas.org/InfoTexte/Tomaten-Lycopin.pdf
[26] Strunz, Ulrich: forever young, 2000, . 46
[27] Simonsohn: Heilkraft aus den Tropen, 195
[28] http://www.issgesund.at/gesundessen/gemuese/brokkolihelicobacter.html

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***.[29]

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.[30]

OPC bei Krebs
In-Vitro-Studien hatten ergeben, dass OPC aus Traubenkernextrakt das Tumorwachstum und eventuell sogar die Entwicklung von Magenkrebszellen hemmen könne.[31]

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.[32]

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.[33]

Zwiebel:
Mittlerweile haben etliche Studien gezeigt, dass Menschen, die regelmässig Zwiebeln essen, seltener an Krebs erkranken. Niederländische Forscher von der University of Limburg haben bereits im Jahr 1996 aufgezeigt, dass schon eine halbe Zwiebel pro Tag das Magenkrebs-Risiko um 50 Prozent reduzieren kann.[34]

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).

---

[29] http://www.zentrum-der-gesundheit.de/krebs-ernaehrung-ia.html
[30] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/kali-sinclair/kurkuma-der-natuerliche-krebshemmer.html
[31] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/opc-pi.html
[32] https://www.epochtimes.de/gesundheit/aetherische-oele-gegen-krebs-a1293766.html
[33] https://www.tz.de/leben/gesundheit/zehn-biowaffen-gegen-krebs-63660.html
[34] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/zwiebeln.html

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.[35]

Zwiebel:
Niederländische Forscher von der University of Limburg haben bereits im Jahr 1996 aufgezeigt, dass schon eine halbe Zwiebel pro Tag das Magenkrebs-Risiko um 50 Prozent reduzieren kann.[36]

Allium - Gemüsearten verringern Magenkrebsrisiko
Der reichliche Verzehr von Gemüse der Gattung Allium, also Zwiebeln, Schalotten, Lauchzwiebeln, Knoblauch und Schnittlauch, mindert offenbar das Risiko, an Magenkrebs zu erkranken. Dies ist das Ergebnis einer Studie von Wei-Cheng You und anderen, die 1989 im Journal of the National Cancer Institute veröffentlicht wurde. Setzt man das Krebsrisiko bei dem Bevölkerungsteil, der weniger als 11,6 kg Alliumgemüse pro Person und Jahr verzehrte gleich 1, so verringerte sich dieses bei einem Verzehr zwischen 11.6 und 16,5 kg pro Jahr auf 0,6, zwischen 16,6 und 24 kg auf 0,5. Die Gruppe mit dem höchsten Verzehr, also über 24 kg pro Person und Jahr , hatte nur noch ein Risiko von 0,4, also nur 40 % von dem, das bei Personen vorhanden ist, die wenig Gemüse der Gattung Allium zu sich nehmen.
Höherer Gemüseverzehr mit deutlich reduziertem Magenkrebsrisiko verbunden
In einer großen schwedischen Studie mit insgesamt 82.000 Frauen und Männern wurde festgestellt, dass das Auftreten von Magenkrebs bei Personen mit höherem Gemüseverzehr deutlich verringert war. Die prospektive Untersuchung (Beginn mit Gesunden) wurde 1997 begonnen und dauerte bis 2005. Personen, die pro Tag 2,5 oder mehr Portionen Gemüse aßen, hatten gegenüber denen, die weniger als eine Portion zu sich nahmen, ein um 44% reduziertes Risiko an Magenkrebs zu erkranken. Bei erhöhtem Verzehr an Wurzelgemüse war der risikomindernde Effekt mit 57% noch stärker als bei Berechnung des Gemüseverzehrs insgesamt. Um Fehldeutungen auszuschließen wurden andere bekannte krankheitsfördernde Faktoren erfasst und statistisch herausgerechnet, so dass die Risikominderung mit hoher Wahrscheinlichkeit dem häufigeren Gemüseverzehr zugeschrieben werden kann. Die Autoren S. C. Larsson und Kollegen von der Abteilung Ernährungsepidemiologie des Nationalen Institutes für Umweltmedizin am Karolinka Institut in Stockholm kommen nach ihren Ergebnissen zu der Schlussfolgerung, dass das Risiko, an Magenkrebs zu erkranken, durch einen häufigen Verzehr von Gemüse reduziert werden könnte.[37]

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).

---

[35] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/knoblauch.html
[36] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/artikel/gemuese/zwiebeln
[37] http://www.hortipendium.de/Obst_und_Gem%C3%BCse_%E2%80%93_Studien_zu_Krebs

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 Speiseröhren***krebs***, Lungen- und Brustkrebs nachgewiesen..[38]

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