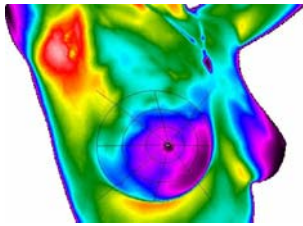


Vorschau: Herbstvortrag

Brustgesundheit: Brustkrebsrisiko wie erkennen und wie behandeln

Ernährung und Krebs: Krebsfördernde und krebshemmende Nahrungsmittel
Neue wissenschaftliche Erkenntnisse

Infrarot-Thermographie – Wärmemessung



In meiner Praxis wende ich - und dies als Schweizer Neuheit - zu diagnostischen Zwecken die medizinische Infrarot-Thermographie an mit Schwerpunkt weibliche Brust: **Erfassen des Krebsrisikos**. Die Infrarot-Thermographie versucht über die Wärmeabstrahlung des Körpers, hier speziell der Brust, Veränderungen frühzeitig zu erfassen. Diese werden hervorgerufen durch eine Veränderung der Durchblutung und des Stoffwechsels, aber auch durch bestimmte Hormone. Die Thermographie ermöglicht es, ein Krebsrisiko frühzeitig - lange vor Krankheitsausbruch -

zu erkennen und Tumore im Frühstadium sicherer zu diagnostizieren, während klassische Verfahren wie die Mammographie nur den bereits bestehenden Strukturschaden (Verkalkungen, Krebs) erkennen lassen. Thermographisch lassen sich also Aussagen machen über das relative Krebsrisiko: Mehr Wärme = vermehrte Stoffwechselaktivität = höheres Krebsrisiko. Je schneller ein Tumor wächst, desto höher ist die Wärmeproduktion. Die berührungsfreie Infrarot-Thermographie bietet den Vorteil, das Wärmeverhalten des gesamten Körpers ganzflächig auf einen Blick zu erfassen und in vielen Fällen auf andere belastende Verfahren zu verzichten.

Die krebsvorbeugende Ernährung



Bereits einige Portionen **Brokkoli** pro Woche schützen Männer vor Prostatakrebs und Frauen vor Brustkrebs. Die Forscher schreiben die krebsschützende Wirkung den Isothiocyanaten zu, die auch im Blumenkohl, Rosenkohl, in anderen Kohlarten, in der Wasserkresse und im Rucola vorkommen.

Omega-3 Fettsäuren (Fischöl) verbessern auf vielfältige Weise das Immunsystem und hemmen so genannte „Zytokine“, die am Krebswachstum massgeblich beteiligt sind. Andererseits fördern Omega-6 Fettsäuren (Arachidonsäure in tierischen Fetten und Linolsäure in pflanzlichen Fetten) eben diese Zytokine und tragen so zum Tumorwachstum bei.

Granatapfelsaft weist einen hohen Stellenwert auf in der Krebsvorbeugung UND Krebstherapie! Er enthält pflanzliche Östrogene (Phytoöstrogene) die an Östrogenrezeptoren binden und so eine antiöstrogene Wirkung entfalten. Hohe Östrogen-Spiegel, man spricht von Östrogendominanz, fördern das Zellwachstum. Gerade bei hormonellen Tumoren (Brust, Prostata) hat der Granatapfel eine deutliche Schutzwirkung gezeigt. Naringin, ein wichtiges Phytoöstrogen im Saft und in der Rinde, blockiert das Enzym Aromatase, ein Schlüsselenzym für die Synthese von Östrogenen = Schutzwirkung auf hormonabhängige Krebsarten wie Brust- oder Prostatakrebs. Granatapfelsaft enthält auch Aromatase. Aromatasen hemmen die Umwandlung von nicht aktivem Testosteron in seine aktive Form und wirken so schützend vor Prostatakrebs.

Übermäßiger Genuss von schnell resorbierbaren Kohlenhydraten (Süssgetränke, Zucker, Weissbrot) führt zu Insulinerhöhung und mit der Zeit zu Insulinresistenz, die ihrerseits Krebsleiden begünstigt.