

Patienten-Treffen vom 10. Juli 2018 in Linz

„Integrative Medizin beim Multiplen Myelom“

Dr. Alois Riedler

Allg. Mediziner in Steyr; Taiji & Qigong Lehrer (IQTÖ)

Mit seinem sehr kurzweiligen Vortrag und der integrierten Fragenbeantwortung von mehr als 2,5 Stunden hat Dr. Riedler bei allen Teilnehmern bis zum Schluss großes Interesse für komplementäre Lebensmaßnahmen geweckt. Durch die umfangreichen Informationen bestand am Ende unter den TN der Wunsch diese Veranstaltung eingeschränkt auf ein abgegrenztes Thema in absehbarer Zeit zu wiederholen.

Einführung in die „Integrative Medizin“

Im Unterschied zur „klinischen“ Medizin umfasst die „integrative“ Medizin die Themen: Homöopathie, Akupunktur, Kneipp, Psychosomatik uam. Den Ursprung haben die meisten diesbezüglichen Themen in der indo-arabischen, chinesischen oder europäischen Medizintradition. Heute finden Wissenschaftler mit den Methoden moderner Forschung zunehmend Erklärungen für die durch Beobachtung der Vorgänge in der Natur entwickelten Methoden und Erkenntnisse der Erfahrungsheilkunde.

Der menschliche Körper besitzt in jedem Lebensabschnitt unterschiedlich entsprechende Eigenheilungskräfte und bis ans Ende seines Lebens die Fähigkeit zur Selbstregeneration.

Es stellt sich die Frage „Was kann der Mensch eigenverantwortlich tun und wo ist es auf Experten angewiesen?“

Essen, allgemein

Vorsicht auch natürliche Substanzen können gefährlich sein!

Andererseits gibt es keine „Diät gegen Krebs“. Dagegen ist ein Heilmittel dann ein solches, wenn eine positive Veränderung auf Dauer bewirkt wird. Daher muss eine Bestandsaufnahme des bestehenden Essverhaltens (was, wieviel, woher, etc.) gegessen wird notwendig sein um eine Veränderung auf Dauer herbeizuführen.

Ein zentrales Thema ist das Mikrobiom, welches mit Millionen verschiedener Bakterien (mehr als unser Körper lebende Zellen hat) den Stoffwechsel ganz entscheidend beeinflusst. Die regelrechte Funktion des Verdauungstraktes ist eine Grundvoraussetzung für ein gesundes Leben!

Eine langsame Änderung der Verwendung von Lebensmittel unter folgenden Grundsätzen ist zu empfehlen:

- ✓ Hervorragende/erstklassige Qualität der Lebensmittel
- ✓ Absolute Frische und biologische Herkunft der Lebensmittel
- ✓ Möglichst geringe Veränderung der Nahrungsmittel
- ✓ Nichts wegwerfen, außer verdorbene Waren

Das bedeutet konkret:

- Verzicht auf industriell hergestellte Lebensmittel
- Soweit feststellbar, keine Hormon- oder Arzneimittel-haltigen Lebensmittel
- Weitgehender Verzicht von Zucker, Margarine, Frittieröl, Sonnenblumen, uam.
- Geräuchertes sollte eine Ausnahme bilden.
- Lebensmittel nicht „zerkochen“ und nicht aufwärmen.
- Fleisch zwei Mal pro Woche genügt.
- 1,5 Gramm Kochsalz pro Tag sind ausreichend

Gemüse

Diese besitzen wichtige „Lebensmittel“ wie Farbstoffe, wichtige Geschmacksstoffe, Vitamine, Mineralien, und viele andere mehr. Besonders zu empfehlen sind: Kraut, Kohl, Kohlrüben, Brokkoli, Wasabi, Rucola, Knoblauch Bärlauch Zwiebel uäm. Sie gehören zur Pflanzenfamilie der Kreuzblütler und werden seit mehreren tausend Jahren durch Milchsäurebakterien fermentiert und so haltbar und leichter verdaulich gemacht.

Komplexe Kohlenhydrate

Erdäpfel, Hülsenfrüchte, Buchweizen, Hirse, Hafer, Trockenreis (auch aus Ö erhältlich), Gerste Quinoa, Teff (Zwerghirse aus Äthiopien). Die Samen sind glutenfrei und reich an essenziellen Fettsäuren), Roggen, uäm.

Fette und Öle

Fett (z.B. Butter, etc.) ist eine sehr hochwertige Energiequelle und sollte in größerer Menge nur bei entsprechender muskulärer Arbeit zu sich genommen werden.

Folgende gesunde Öle sollten nicht oder nur in geringen Mengen erhitzt werden: Olivenöl, Leinöl, Kürbiskernöl, Rapsöl (toleriert Erhitzen noch ganz gut), uam. Erhitzbar ist z.B. Butterschmalz. Dampfaren ist sehr empfehlenswert.

Samen, Keimlinge und Brot

Vorsicht Schimmelpilze sind sehr gefährlich!!

Leinsamen (möglichst frisch schroten oder kauen wegen der Bitterstoffe), Kürbiskerne, Walnüsse, (Haselnüsse), Mandeln (und Mandelmilch), Bittermandeln sind in größerer Menge eher gefährlich, Mohn, Pistazien, Pinien-Kerne, Cashewkerne, Mandelbutter und Sesam-Mus (Tahin) sind eine besondere Kraftnahrung. Sesamkerne sind außerdem eine „Mineralstoffbombe“.

Linsen-, Weizen-, Mungobohnen und Kichererbsen-Keimlinge sind zu empfehlen.

Als Brot wird Sauerteigbrot, insbesondere Roggenbrot (2-3 Tage alt) empfohlen.

Schleimhautprobleme (Mukositis) durch eine Chemotherapie:

- Kurkuma-Lösung
- Produkte der Fa. Bendalis

Schluckschwierigkeiten bewältigen mit Suppen, Brei aus:

- + Hafer, Buchweizen, Hirse
- + Gekochtes Obst (Pektin als Ballaststoff bindet Giftstoffe)
- + Soja-Dessert, Carob (Bockshörndlkern-, Johannisbrotkernmehl)
- + Kurkuma-Pulver aus der Wurzel
- + Topfen-Leinöl-Creme von Fr. Dr. Johanna Budwig:
100gr Magertopfen + 2-3 EL Biomilch +3-4 EL wertvolles Leinöl
>> Mixen. Süß oder salzig ausbaubar.

Flüssigkeiten

Flüssigkeit ist fundamental! Mehr als 1,5 Liter Wasser/Tg., Tee (Minze, Wermut, Schafgarbe, biologischer Grüner Tee – Vorsicht Wechselwirkung mit Zytostatika), Molke oder Brottrunk (fermentiertes Sauerteigbrot)

Wenn diese nicht normal aufgenommen werden kann, sind Einläufe (Der Dickdarm entzieht dem Stuhl das restliche Wasser und führte es dem normalen Flüssigkeitskreislauf zu) mit Kamillentee vorzunehmen. Einläufe mit Kaffee öffnen die Gallengänge zur Entgiftung.

Milch von der Ziege, dem Schaf oder der Stute (sehr ähnlich der Menschenmilch). Natur-Molke enthält Eiweiß, Magnesium uäm (siehe Parmaschinken der von Molke gefütterten Tieren produziert wird). Lattella sollte man strecken (Zuckerhalt!!)

Miso-Suppe: Miso besteht entweder aus Weizen, Gerste oder Reis, plus Reispilzkulturen, Sojabohnen und Salz. In einem Fermentationsprozess entsteht eine Paste, die in der Küche weiterverarbeitet wird und eine besonders hochwertige Substanz darstellt.

Bewegung

Neben dem Krafttraining, dem Geschicklichkeits-/Koordinationstraining ist insbesondere das Ausdauertraining (Bewegung rein um der Bewegung willen) sehr wertvoll. Mischformen sind Tanzen, Taiji, Qigong uam.

Stärkung des Immunsystems und der psychischen Stabilität erfordert neben der Ernährung ganz besonders die Bewegung. Diese muss immer an die Person angepasst sein (Gebrechen, etc.) und ist auch bei geschwächten und beeinträchtigten Personen besonders wertvoll. Dabei muss allerdings sehr vorsichtig vorgegangen werden (langames Steigern bis auf 30` pro Tag).

Qigong ist zwar nur über Monate zu erlernen, aber durch die dabei wichtige Atmung kommt auch der Geist zur Ruhe (innere Sammlung).

Keinen Tag zögern um die körperlich geistige Heilkraft zu aktivieren und zu nützen!

„Was stört muss raus und was fehlt muss ergänzt werden“.

Nach diesem Grundsatz der Naturheilkunde kann z.B. der Tumorabbau anlässlich einer Chemotherapie mit folgenden Mitteln vor-/nachbereitet werden:

- Enzyymbildung aus Ananas, Feige, Papaya (schlucken oder über einen Einlauf mit wenig Wasser)
- Säfte zur Entgiftung: Rote Rüben, schw. Johannisbeere, Holunder, Acerola, gekochtes Obst (Pektin), Agar Agar (bildet Gallerte), Heilerde
- Heilfasten, 36 vor und 24 Stunden und nach der Chemotherapie. Gesunde Zellen reduzieren in dieser Zeit den Stoffwechsel, Tumorzellen können das nicht. Dazu 2x100ml Gemüsesaft und dazu 2,5 bis 3 Liter Wurzelgemüse-Sud trinken.
- Bei Übelkeit: Bitterstoffe kauen, Ingwer, Iberogast uam.

Wenn etwas zugeführt werden muss, so sollte das immer durch konsequentes abwechselndes Messen (von Blutwerten) dokumentiert und überprüft werden und daraus folgernd entsprechende Maßnahmen ergriffen werden. Übertreiben ist nicht angebracht. Zufuhrbedarf besteht sehr häufig bei Vit. C, Zink, Magnesium, Kalzium, Vit. B, Selen und bei Fettsäuren und Aminosäuren. Der „Mythos“ das ginge durch Empfehlungen wie: „Essen Sie was Sie möchten, Ihnen schmeckt, oder was Sie immer gegessen haben“, ist nicht auszurotten!

Als Immunmodulatoren sind zu nennen: Heilpilze (Agaricus=Mandelpilz (brasilianischer Champignon)), Baumpilze (z.B. Igelstachelbart), Coriolus-, Polyporus- und Raupenpilz (bei Erschöpfung und Müdigkeit), des Weiteren: Kurkuma (gegen Entzündungen und Fatigue, auch als Infusion gegen die Nebenwirkungen der Chemotherapie). Und aus der Hand des Experten oder Expertin andere mehr.

PNP und sonstige Schmerzen

- L-Carnitin (essentiell beim Energiestoffwechsel): 1-3 Gr./Tag
- Alpha-Linol-Säure (Vit. B-Spiegel messen!!): 600 mg pro Tag
- L-Glutamin (nach Operationen, schweren Verletzungen, Verbrennungen und Infektionen ist stets eine ausgeprägte Glutaminverarmung zu beobachten): 0,5 bis 2 Gr /Tag
- L-Glutathion (als Antioxidans wirkender Stoff): 0,5 bis 5gr pro Tag
- Hericium Pilz (TCM: auch bei geschwächtem Immunsystem)

Diese Mittel haben keinen hemmenden Einfluss auf die Chemotherapie

Cannabis und Cannabinoide als Arzneimittel:

Tetrahydrocannabinol (THC, ist eine psychoaktive Substanz)

Eine Suchtgiftverschreibung ist nötig!

Cannabidiol (CBD, nicht psychoaktiv).

Auf Qualitätsproduktion (Bioanbau, CO2 Extraktionsverfahren) achten.

NABIXIMOLS (pfl. THC und Cannabidiol) zur Behandlung neuropathischer Schmerzen und Krebspatienten, bei denen eine Therapie mit Opioiden nicht anschlägt)

DRONABINOL (Teilsynth. hergestelltes THC) zur Behandlung von Übelkeit und Erbrechen, verursacht durch Zytostatika, von FDA zugelassen.

„Ständige“ Infekte

Dagegen helfen vorbeugend:

- CYSTUS 052 Bio Halspastillen (Zistrose) zur „Versiegelung“ der Schleimhäute
- ANGOCIN Drg. (Kren und Kapuzinerkresse) zur Desinfektion der Schleimhäute und der Nieren.

Fieberausbrüche in großen Abständen können gut sein für den Körper.

Weiterführende Links:

<https://www.biokrebs.de> biologische Ernährung

<https://www.biogena.com> Mikronährstoffpräparaten & Nahrungsergänzungsmittel aus Vitaminen, Mineralstoffe und Spurenelementen

<https://www.bendalis.com> (RaLife, OraLife, TraLife) nach Strahlentherapie oder Chemotherapie

Diese Zusammenfassung wurde aufgrund nur einer Mitschrift erstellt und ist hoffentlich weitgehend vollständig. Herr Dr. Riedler war so freundlich und hat diese korrekturgelesen. Dafür und für den Vortrag selbst bedanken wir uns nochmals sehr herzlich bei Dr. Riedler und hoffen ihn bald wieder zu einem Vortrag begrüßen zu können.