

Bessere Heilungschancen durch gesunde Ernährung

GESUNDHEITSFORUM Krebspatienten sollten Kohlenhydrate und Zucker weitgehend meiden

WMZ
24.1.2012

Das Butjadinger Forum Naturheilkunde und Medizin eröffnete seinen Vortragsreigen. Erster Gast war Ralph Reck.

BURHAVE/WMZ/BN – Krebspatienten könnten durch eine gesunde Ernährung ihre Heilungschancen maßgeblich verbessern. Kohlenhydrate und Zucker sollten weitgehend vermieden werden, weil sie den Blutzuckerspiegel nach dem Essen rasch ansteigen ließen und damit den Krebs ernähren, machte Ralph Reck deutlich.

Mit seinem Vortrag „Krebs und Ernährung“ eröffnete der Mediziner aus Oldenburg, der auch mit Naturheilverfahren und chinesischen Behandlungsmethoden arbeitet, vor 75 Zuhörern im Burhaver Atrium den Veranstaltungstagen 2012 des Butjadinger Forums Naturheilkunde und Medizin.



Die Forums-Initiatoren Gerhard Bruns und Dr. Marlene Laturus begrüßten den Referenten Ralph Reck (Mitte). BILD: BRUNS

Ralph Reck bezog sich im Wesentlichen auf Krebsforschungen von Dr. Johannes Coy. Nach dessen Erkenntnissen benötigen sogenannte TKTL1-positiven Krebszellen Glucose, die sie nicht verbrennen, sondern zu Milchsäure vergären. Mit deren Hilfe seien Krebszellen in der Lage, einen Schutzschild gegen das Immunsystem zu bilden und auch Resistenzen gegen Chemo- und Bestrahlungstherapien zu entwickeln, was die

volle Wirkung dieser Therapien sehr behindere.

Folgerichtig müsse eine Antikrebs-Ernährung auf einen größeren Anteil an Eiweiß, Ölen und Fetten ausgerichtet sein. Denn, je mehr Zucker im Blut gelöst ist, desto leichter falle es der Krebszelle, damit die fatale Milchsäureproduktion in Gang zu setzen, sich gegen das Immunsystem zu schützen und die für seine Metastasierung erforderlichen neuen Blutge-

fäße zu bilden, so Ralph Reck.

Vor allem sei auf eine starke Reduktion von Kohlenhydraten zu achten, besonders die raffinierten Kohlenhydrate wie Feinmehle und Zucker seien zu meiden. Hochwertige Öle, die einen großen Anteil von Omega-3-Fettsäuren enthalten, wie das Leinöl, sollten täglich auf dem Speiseplan stehen, aber nicht erhitzt oder zum Kochen genommen werden.

Ausreichende Bewegung, aber keine Extremsport, sei besonders wichtig. 30 Minuten sanfter Ausdauersport am Tag entleere die körpereigenen Zuckerspeicher und verbessere die Sauerstoffversorgung, was das Umschalten der Krebszelle von Vergärung auf Verbrennung zur Energiegewinnung erleichtert. Auf diese Weise könne die Krebszelle wieder besser vom Immunsystem angegriffen werden, und auch von therapeutischen Maßnahmen einer Krebsbekämpfung.

Ralph Reck ging auf die vielfältigen krebszerregenden Stoffe ein, die einen hohen Anteil von sogenannten „freien Radikalen“ enthalten oder entwickeln. Solche Stoffe seien besonders in der zivilisierten Welt anzutreffen, die auch zu einer größeren Häufigkeit an Krebserkrankung beitragen als in den Ländern Südostasiens. Statt industrielle Nahrungsmittel oder Fast-food sollten Lebensmittel bevorzugt werden, die frisch, vollwertig, ungespritzt aus biologischem Anbau kommen. Diese enthielten nicht nur Vitamine und Mineralstoffe, sondern eine Vielzahl von sogenannten sekundären Pflanzenstoffen, die hochwirksame krebshemmende Eigenschaften hätten.

Ralph Reck ist am 16. Februar ab 19.30 Uhr im Burhaver Atrium ein zweites Mal beim Butjadinger Forum, dann mit dem Thema „Gegen das Vergessen – Gehirngerechte Lebensmittel“ zu Gast.