

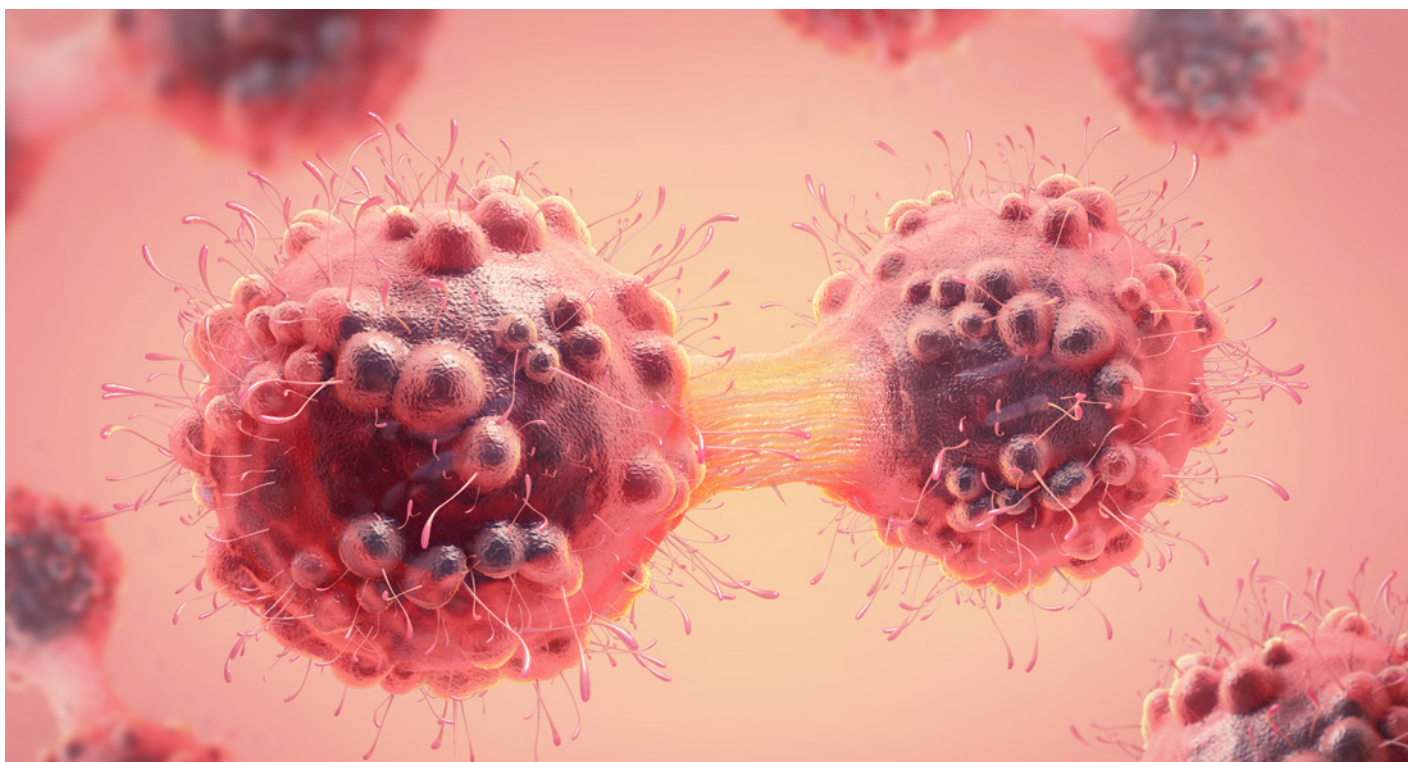
# Vitalstoffe gegen Krebs?

Nahrungsergänzungsmittel können für **Krebspatienten** sinnvoll sein. Aber nur, wenn es die richtigen Vitalstoffe in der richtigen Dosierung sind. Zur Vorbeugung gegen Krebs sind sie jedoch nicht geeignet.

**A**ls Schutz vor Krebs werden immer wieder Antioxidanzien gehandelt – vor allem Vitamin C, E, das Provitamin A (Beta-Carotin) und Selen. Diese Substanzen können das Risiko, an Krebs zu erkranken, senken – aber nur, wenn sie in der empfohlenen Tagesdosis über die Nahrung aufgenommen werden.

Nimmt man sie hochdosiert und in ihrer synthetischen Form zu sich, können sie Krebs sogar fördern. Zum Beispiel Beta-Carotin: Lange glaubte man, dass es den gesundheitsschädlichen Folgen des Rauchens entgegenwirken könne. Studien mit hochdosierter Gabe des Vitamins zeigten aber einen Anstieg der Lungenkrebsfälle. Später fand

man heraus, dass hochdosiertes Beta-Carotin bei Rauchern zudem das Darmkrebsrisiko fördert. Ein Risiko, das auch für Alkoholabusus gilt. Sie sollten daher Kunden, die rauchen oder regelmäßig viel Alkohol trinken, von Beta-Carotin-Präparaten abraten, zumal das Provitamin A in vielen Lebensmitteln vorhanden ist. Zur Vorbeugung gegen Krebs gilt ►



© Christoph Burgstedt / iStock / Getty Images

# Stark kombiniert für starke Knochen!

NEU



## Knochengesundheit mal 3: Doppelherz system CALCIUM 1000 + D<sub>3</sub> + K<sub>2</sub>

- Mit 1.000 mg **Calcium**<sup>1</sup>, **Vitamin D** und **Vitamin K** als Beitrag für den **Erhalt normaler Knochen**
- **Vitamin D** trägt zusätzlich zu einer normalen **Calcium-Verwertung** bei
- Als **Kau-** oder **Brausetablette**



PZN: 15611577 (60 Kautabletten)  
PZN: 15302043 (26 Brausetabletten)

<sup>1</sup> Gehalt pro Tagesdosis (1 Brausetablette bzw. 2 Kautabletten)



system



► heute: Gesund und ausgewogen ernähren ja, Vitamin-Supplementierung nein!

### **Krebspatienten oft Mangelpatienten**

Anders sieht es bei Menschen aus, die bereits Krebs haben, denn die Erkrankung zehrt den Körper aus. Systemische Entzündungen wirken sich auf den Metabolismus aus, vor allem auf den Protein-, Kohlenhydrat- und Lipidstoffwechsel der Leber. Die Nahrungsaufnahme kann besonders während einer Chemotherapie schwierig sein, wenn Nebenwirkungen wie Übelkeit, Erbrechen oder Verdauungsstörungen auftreten. Chemo- oder Strahlentherapie können auch zu Veränderungen im Geschmacks- oder Geruchssinn führen, sodass Lebensmittel nicht mehr schmecken oder seltsam riechen. Oft werden auch die Schleimhäute in Mund und Rachen angegriffen, wodurch Kauen und Schlucken schwer-

gänglich. Möglicherweise liegt auch ein Vitamin-D-Mangel vor, weil die Patienten sich nicht mehr so häufig draußen aufhalten. Auch dieser muss ausgeglichen werden. Wichtig ist dabei jedoch, die Präparate nicht in Eigenregie einzunehmen. Denn es gilt zwar, einen Mangel auszugleichen, genauso wichtig ist es jedoch, eine Überversorgung zu verhindern.

### **Auch Krebszellen profitieren**

Antioxidanzien schützen nicht nur gesunde Zellen, sondern natürlich auch Krebszellen, sodass sie noch schwerer zu bekämpfen sind. Eine Überversorgung mit Vitamin C oder E kann deswegen auch eine Chemo- oder Strahlentherapie in ihrer Wirkung stark einschränken. Weil sich die Vitamine im Körper anreichern, sollten hoch dosierte Nahrungsergänzungsmittel für Krebspatienten in jedem Stadium tabu sein.

supplement mit Omega-3-Fettsäuren in einer Dosierung von zwei bis sechs Gramm pro Tag die negativen Krankheits- und Behandlungsfolgen mildern konnte. Entzündungsmarker, Neuropathien und Fatiguesymptome nahmen ab, der Appetit und damit auch Energieaufnahme und Muskelmasse nahmen zu. Weitere Studien belegten eine verstärkte körperliche Aktivität, ein besseres Ansprechen auf die Chemotherapie und sogar eine Verlängerung der Lebenszeit. Andere Studien wiederum konnten solche Ergebnisse hingegen nicht bestätigen. Im Zweifelsfall sollte die Anwendung von Trinknahrungen mit dem Arzt besprochen werden – dieser kann die Präparate auch zulassen der Krankenkasse rezeptieren.

### **Finger weg von vollmundigen Werbeversprechen!**

Wer eine potenziell tödliche Krankheit hat, wird nach jedem Strohhalm greifen. Krebspatienten sind daher besonders anfällig für Werbeversprechen. Pflanzenstoffe, die die „Krebszellen auffressen“, Substanzen, die den Krebs „aushungern“ – all das ist Augenwischerei. Machen Sie Ihren Kunden klar, dass sie sich vor allzu blumigen Werbeversprechen hüten sollen. Viel hilft nicht viel, und Nahrungsergänzungsmittel sind keine Arzneistoffe. Wichtig ist vielmehr, die bestehenden Vitalstoffmängel zu erkennen und zu beseitigen, und zwar immer unter engmaschiger ärztlicher Kontrolle. So vermeidet man gefährliche Wechselwirkungen und das Risiko, den Krebs noch zu fördern. ■

*Dr. Holger Stumpf,  
Medizinjournalist*

## **Bei einer Krebserkrankung sollte nicht in Eigenregie supplementiert werden.**

fallen. All das trägt dazu bei, dass Krebspatienten häufig Mangelerscheinungen ausbilden. Besonders betroffen sind Menschen mit Leukämie oder anderen hämatologischen Tumoren.

Ein an Krebs erkrankter Körper braucht jedoch alle Vitalstoffe und Eiweiß in ausreichender Menge, damit das Immunsystem bestmöglich arbeiten kann. Dies wirkt auch dem Abbau der Muskeln entgegen, der sich nachweislich negativ auf die Prognose auswirkt. Ist eine ausreichende Versorgung über Lebensmittel nicht mehr möglich, sind Nahrungsergänzungsmittel unum-

### **Astronautennahrung sinnvoll?**

Die anhaltende Appetitlosigkeit, die viele Krebspatienten quält, lässt Trinknahrung verlockend erscheinen. Kein Kauen mehr und trotzdem ist man mit allem Notwendigen versorgt. Übergangsweise können Sie Ihren Kunden eine orale Nahrungsmittelsupplementation empfehlen, etwa wenn Schleimhautentzündungen in der Mundhöhle das Essen zur Qual machen, oder wenn infolge einer Fatigue, die nach einer Therapie noch jahrelang anhalten kann, das Essen verweigert wird. In mehreren relativ kleinen Studien mit Krebspatienten zeigte sich, dass ein Trink-