

Auerbach M. / Schunder-Tatzber W. Ernährung bei Krebs nach den 5 Elementen der TCM

Leseprobe

[Ernährung bei Krebs nach den 5 Elementen der TCM](#)

von [Auerbach M. / Schunder-Tatzber W.](#)

Herausgeber: Springer Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b13023>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



9. KAPITEL

Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) bei speziellen Tumorformen

Wie schon beschrieben, kennt im Unterschied zur westlichen, modernen wissenschaftlichen Tumorlehre die TCM den Tumor nicht als Krankheitsbegriff. Damit ist auch eine Zuordnung von Tumoren zu Organen und Organsystemen, wie wir sie kennen, eigentlich nicht möglich.

Jedoch können mit bestimmter Ernährung einzelne typische Beschwerdebilder beeinflusst und so die Auswirkungen dieser Erkrankung gemildert werden.

a. Lungenkrebs

Nach der Vorstellung der TCM mag die Lunge Feuchtigkeit und vermeidet Trockenheit, was durch die Ernährung gefördert werden soll.

Durch die Bestrahlung und die Chemotherapie wird das Lungen-Yin geschädigt und das Lungen-Qi beeinträchtigt. Weiters kann es durch Bestrahlung und Operation zu einer Schädigung von Qi und Blut kommen.

Es werden daher folgende Nahrungsmittel empfohlen: Spinat, Wasserkastanien, Mandeln, Birne, Lotuswurzeln, Karpfen, Morchel, getrocknete Pilze, Sonnenblumenkerne, Ginkgo-Kerne, Walnüsse.

Es sollten keine üppigen und kalten Mahlzeiten eingenommen werden.



Hausrezept:

1 Birne, mit 10 g Mandeln und 30 g Lotuswurzeln kleingeschnitten mit 500 ml Wasser ca. 1 Std. lang kochen lassen. Bei Bedarf kann auch mit Honig gesüßt werden.

b. Brustkrebs

Heute ist allgemein bekannt, dass eine fettreiche Kost mit einem hohen Anteil an tierischem Eiweiß die Entstehung von Brustkrebs fördern kann. Weiters stellen ein Mangel an ungesättigten Fettsäuren in der Ernährung, Übergewicht und reichlicher Alkoholgenuß (beide Faktoren fördern einen Anstieg des Östrogenhormonspiegels) zusätzliche Risikofaktoren dar. Um ein Rezidiv zu vermeiden, sollten daher in der Ernährung von Brustkrebspatientinnen diese krankheitsbegünstigenden Faktoren möglichst ausgeschlossen werden.

Die nachfolgenden Nahrungsmittel, Vitamine und Spurenelemente haben sich als günstig erwiesen:
Chinakohl, Blumenkohl, Pilze, Obst und Gemüse, β -Karotin (in Karotten und als Nahrungsergänzungskapseln), Vitamin C, Selen, Meeresfische, Gelee Royal.

c. Magenkrebs

Im Sinne der TCM werden folgende Nahrungsmittel als günstig angesehen - es gibt Hinweise, dass sie die Abwehr steigern können:

Kuhmilch, Ziegen- und Pferdemilch (direkt nach der Operation sollte jedoch keine Milch getrunken werden), frische und getrocknete Pilze, Fisolen, Yamswurzel.

Weiters können roher Knoblauch, Eier, Gemüse, vor allem Kohlgemüse, Ingwer, Obst mit Vitamin A und Vitamin C, Fische und Fischöl, Gelee Royal empfohlen werden.

Während Zyklen von Chemotherapie können besonders bei Magen-Beschwerden Knochenmarksuppe, Gelee Royal, Eier, Magerfleisch empfohlen werden.

Die Patienten sollten vor allem geräucherte, gesalzte und verdorbene Lebensmittel, scharfe Gewürze, zu viel Salz, Alkohol und Nikotin meiden.

Wichtig ist die Aufnahme von kleinen Portionen leicht verdaulicher Speisen in ca. 4-5 Mahlzeiten pro Tag. Es sollen weiters kalte und sehr üppige Speisen vermieden werden.

Sollte es zu Übelkeit und Erbrechen kommen, kann ein Tee aus Ingwer und Orangenschalen, der schluckweise über den Tag verteilt getrunken wird, hilfreich sein.



d. Speiseröhrenkrebs

Häufig wird gerade bei dieser Tumorform neben einer Operation eine Strahlenbehandlung notwendig. Im Sinne der TCM kann es durch die Strahlentherapie zu einer starken Schädigung des Yin und zu einem Flüssigkeitsmangel kommen.

Es sollen im Rahmen der Ernährung deshalb vermehrt Yin-aufbauende, flüssigkeitsergänzende und lungenbefeuchtende Nahrungsmittel zugeführt werden.

Dieser Effekt wird nachfolgenden Nahrungsmitteln zugeschrieben: Lotuswurzel, Wassermelone, Mandel, Spargel, weiße Morchel, Rindfleisch, Birnen-, Lotuswurzel-, Wasserkastaniensaft, Milch, Spargel, Mandelkernen, Honig.

Da bei dieser Tumorform viele Patienten über Schluckbeschwerden klagen, sollten die Patienten harte und raue, aber auch zu heiße und zu kalte Nahrung meiden, damit möglichst kein Reiz auf die angegriffenen Schleimhäute ausgeübt wird.

Beim Essen wäre es gut, auf kleine Bissen, häufiges Kauen und langsames Hinunterschlucken zu achten. Als Folge der Behandlung treten oft Mundtrockenheit und Mundbitterkeit auf- diesen Symptomen soll durch leicht verdauliche und breiige Nahrung Abhilfe geschaffen werden. Weiters sollte auf Nikotin, Alkohol und scharfe Gewürze verzichtet werden.

Empfohlene Rezepte:

- Entensuppe mit Wasserkastanie: 1/2 Ente (ca. 500 g) klein schneiden, mit Oliven, Wasserkastanien (50 g) in Wasser ca. 1 1/2 Std. kochen und zum Schluss würzen.
- * Maisgrieß: 1 Birne schälen, klein schneiden, mit 20 g Walnüssen in Wasser 10 min kochen und dann 50 g Maisgrieß dazugeben, kurz weiterkochen und bei Bedarf mit Honig süßen.



Auerbach M. / Schunder-Tatzber W.

[Ernährung bei Krebs nach den 5 Elementen der TCM](#)

148 Seiten, kart.
erschienen 2005



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de