

Heilpraktiker Andreas Schmidt Eppingen-Richen / Sinsheim

KREBS aus Sicht der **CHINESISCHEN MEDIZIN**



**Entstehung
Behandlung -
Kooperation mit der
westlichen Medizin**

PDF-Texte zum Thema auf <https://www.heilpraxis-schmidt.eu/medien/>

„Um 1900 lag die Erkrankungsrate an Krebs in Österreich und Deutschland bei etwa zwei Prozent. 2020 liegt sie bereits bei über zwanzig Prozent. In den USA sind die Daten noch weit dramatischer: Mehr als 30 % aller Todesfälle sind auf Krebs zurückzuführen! Dabei sind sowohl in Europa als auch in den USA manche Krebsarten in den letzten zehn Jahren um mehr als 100 Prozent gestiegen. Zum Beispiel erkrankte 1940 etwa jede dreißigste Frau an Brustkrebs. Heute ist es bereits jede achte (!).“ (Dr. med. Georg Weidinger, Chinesische Medizin gegen Krebs)

In Asien und den ärmeren Ländern der Erde gibt es zwar auch Krebs, aber deutlich weniger häufig.

Im Westen kommen Brust-, Prostata- Gebärmutter- und Dickdarmkrebs am häufigsten vor, im Osten dagegen Leber-, Magen- und Speiseröhrenkrebs.

Es sind jedoch nicht die Gene, die diesen Unterschied verursachen. Denn, wenn z.B. Asiaten in westliche Länder umsiedeln und sich der dortigen Lebensweise und Ernährung anpassen, so passt sich auch ihre Krebsstatistik an.

Es muss also etwas mit Lebensweise, Kultur und Ernährung zu tun haben.

Risikofaktoren:

- **Überernährung**, hoher **Fleischkonsum**, Fastfood / **einseitige Ernährung**
- **Stress** (beruflicher, sozialer und emotionaler), **Schlafmangel**
- **Bewegungsmangel**, Sauerstoffmangel
- Diabetes, erhöhte Blutfette, Bluthochdruck
- **Giftstoffe** (Rauchen, Alkohol, Strahlung oder Giftstoffe bei der Arbeit, Medikamente, Umweltgifte)
- **Infektionen** (Viren)
- Nach TCM spielt auch **zu kalte und rohe Ernährung** und zu schnelles Essen eine Rolle.
- **Genetische Disposition**
- Im höheren **Alter** steigt des Krebsrisiko an, was aber nicht auf alle Krebsarten zutrifft.
- Bei **Brustkrebs** gibt es zudem einen hormonellen Faktor: **Hormonelle** Medikation („Pille“) **erhöhte das Risiko**, das **Stillen eines Babys vermindert das Risiko deutlich**.
- Bei **Darmkrebs**: **Rotes Fleisch**, **scharf angebraten / gegrillt**, **Gluten**.

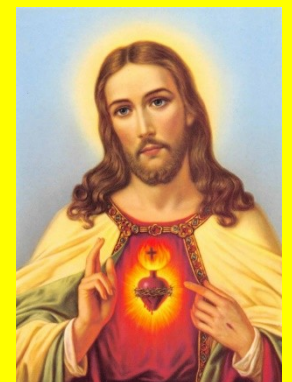
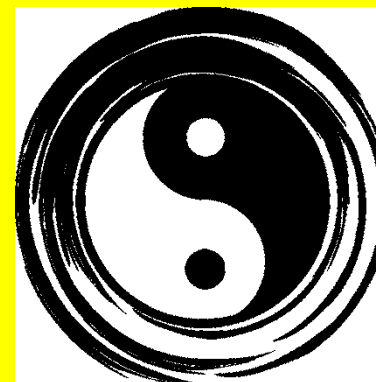
Ist die Zunahme der Krebserkrankungen ein Symptom unserer **Überfluss-Gesellschaft** mit **Leistungsstress**, immer-mehr-wollen, **Bewegungsmangel** und **Überernährung**?



Gesellschaftliche Heilung wäre also ein Weg zu **Natürlichkeit, Einfachheit, Zufriedenheit** und **liebevollem Miteinander**, einschließlich eines **globalen Arm-Reich-Ausgleiches**.

Damit wurde man außerdem viel mehr und sinnvoller etwas für den Frieden tun als durch Waffenzulieferungen.

Das würde als „**rechte Lebensführung**“ den Idealen des Buddhismus, Daoismus, der TCM und des Christentums entsprechen.



Seit den 70er Jahren wird in China TCM auch bei Krebspatienten erfolgreich eingesetzt.

Chirurgie, Bestrahlung und Chemotherapie werden mit chinesischen Kräutern, Diätetik, Qigong und Akupunktur in individuell passender Kombination eingesetzt.

Die Jahrhunderte, teilweise sogar Jahrtausende alten Methoden der TCM müssen dabei an die medizinischen Herausforderungen unserer Zeit angepasst werden.

So entwickelte die selbst von Krebs betroffene Frau Guolin das „Neue Qigong“ gegen Krebs.

In der Kräutertherapie wurden Kräuterrezepturen gegen verschiedene Krebsarten entwickelt, und auch solche, mit denen man Chemotherapie, Bestrahlungen, Hormontherapie und Operationen begleitet

Allerdings gibt es in der TCM *keine „Standartbehandlungen“ nach Krebsarten*, sondern alle Methoden müssen entsprechend der individuellen energetischen und konstitutionellen Situation an den Patienten angepasst werden.

Energetik und Entstehung von Krebs

- **Schwäche der Essenz** / Erbennergie / Niere
- **Ernährung** zu viel / zu spät / zu schnell / zu kalt / rotes Fleisch, Milch > **Erschöpfung der Nähenergie** / Milz > Feuchtigkeit > **Schleim** > **Energie-Blut-Stagnation**
- **Bewegungsmangel** > **Kälte** innen, auch emotional > **Energie-Blut-Stagnation**
 - > reduziert die Atmung > Sauerstoffmangel (Lungen-Schwäche) > **Abwehrschwäche**
 - > **reduziertes Shen** (Geist, **Lebensfreude**) > **Abwehrschwäche**
 - > **reduzierter Stressabbau**
- **Stress** > **Leber Qi Stagnation**, „innerer Wind“ > Qi, Blut und Saft werden schlecht bewegt / Entgiftung unzureichend
 - > **Stagnation** und **Hitze-Toxine**
 - > **gespannte Leber greift Milz an**
- **Vergiftungen** > **Hitze-Toxine**

- **Energie-Blut-Stagnation** > **sekundäre Hitze / Hitze-Toxine**
 - > **Stase / Gewebsveränderung / -untergang**
 - > **Hitze trocknet aus** > **Yin-Mangel** > **Essenz-Mangel**
- **Erschöpfung der Nähenergie** > **Gewichtabnahme**
- **Abwehrschwäche**
 - > **Wind-Kälte von außen** > **sekundäre Hitze**
 - > **chronische Virusinfektionen** (HPV, HSV, EBV...) > **Hitze-Toxine**
- **Kampf zwischen Abwehrkraft und Krebs** > **Blut- und Energie-Mangel** > **Fülle und Leere gleichzeitig**
 - > **Hitze Toxine / Abwehrschwäche / Blutarmut**
 - > **Schwäche / Blutarmut**

Psychosomatik

Häufige Themen bei Krebs:

- **Gesunder Egoismus**
- **Lebensziele und -sinn**
- **verdrängte Wut**
- **Spiritualität leben.**

In welchem Organ tritt der Krebs auf?

- **Angeborene Schwachstellen**
- **Emotionales Ungleichgewicht > organspezifisch nach TCM**
- **ANALOGIE / Wechselwirkung**

KINDER:

- **In der TCM behandelt man immer zuerst die Eltern**
- **Auch in Bezug auf die Psychosomatik**
- **Das hat nichts mit „Schuld“ zu tun.**
- **Kinder drücken oft Themen der Eltern aus.**
- **Manchmal „bringen Kinder auch eigene Themen mit“**

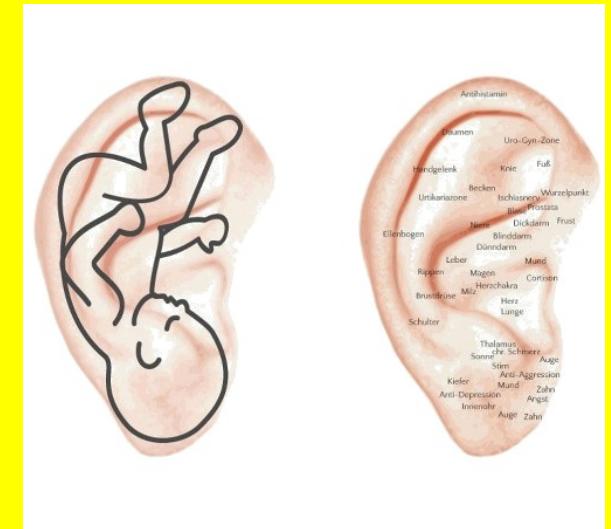
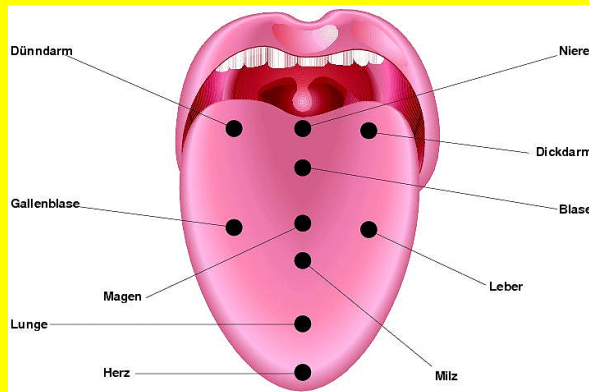
Element	HOLZ	FEUER	ERDE	METAL	WASSER
Emotion	Wut, Ärger	Ungeduld, Härte	Sorge	Trauer	Angst Sexuelle Probleme
Tugend	Sanftheit, Freundlichkeit	Liebe, Freude, Glück	Mitgefühl, Vertrauen	Zuversicht, Rechtschaffenheit, Loslassen	innere Ruhe, Frieden, Sexualität als Ausdruck von Liebe (Herz + Niere)
Spirit	HUN Wanderseele Vision, Traum	SHEN Spirit, Denken, Fühlen	YI Intention, Geist	PO Körperseele, Instinkt, Intuition	ZHI Willenskraft
Yin-Organ	Leber	Herz, Kreislauf	Milz	Lunge	Niere
Yang-Organ	Galle	Dünndarm, „3 Erwärmer“	Magen	Dickdarm	Blase
Weitere Organe	Uterus (Wasser) Brust (Erde)		Pankreas, Verdauungstrakt, Brust (Holz), Ovarien	Atemtrakt	Gehirn, Rückenmark, Uterus (Holz)
Gewebe	Muskeln, Sehnen, periphere Nerven	Blutgefäße	Bindegewebe, Lymphgefäße	Haut	Knochen, Knochenmark

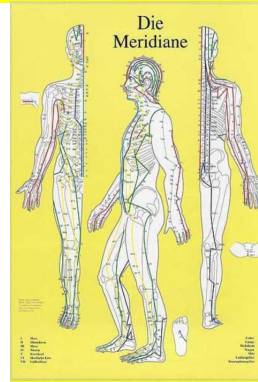
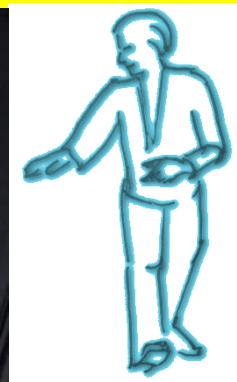
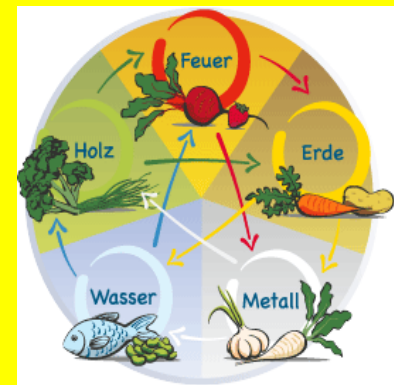
Diagnostik

➤ schulmedizinischen Diagnose

➤ energetische Befundung:

Anamnese, Betrachtung (Gesicht, Haltung), Puls- und Zungendiagnostik, Ohrreflexzonen





Behandlungsstrategien

- ❖ **Westliche Medizin: Entfernung des Tumors** und der entarteten Zellen
- ❖ **TCM unterstützt die westliche Medizin.** Stärken vor der Operationen vor, Heilungsverbesserung danach, reduzieren der Nebenwirkungen und verbessern der Wirkung von Medikamenten, Chemotherapie und Bestrahlung.
- ❖ **TCM ändert das innere Milieus, in dem der Krebs entstanden ist.** Wahrscheinlichkeit eines Rückfalls reduzieren. „Natürliche Ordnung“ wiederherstellen. **Das ist nicht nur ein Behandlungs- sondern auch ein Lernprozess.**
 - Lebens- und Denkgewohnheiten korrigieren.
 - Ernährung
 - Kräutertherapie
 - Guolin Qigong
 - Akupunktmassage
 - Akupunktur
 - Reiki und Cosmic Healing (spirituelle Energiearbeit von außen)
 - Ergänzend: (Körperorientierte) Psychotherapie / Psychoonkologie

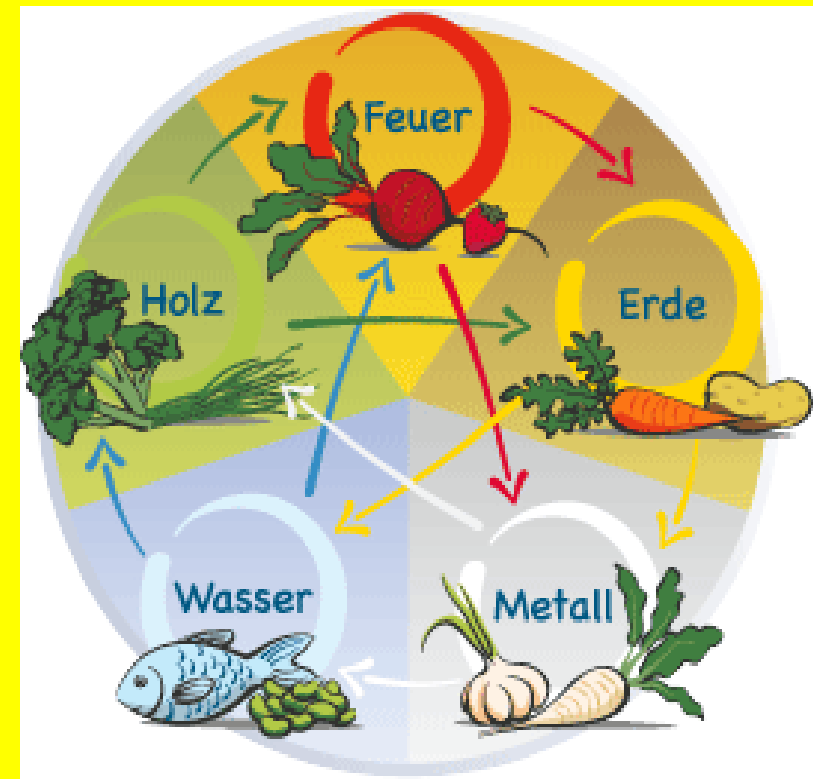
Lebens- und - und Denkgewohnheiten korrigieren.

- **Entlastung und Entspannung / Stressreduzierung:**
 - Beruflich: Gesundheit vor Karriere
 - Emotional: Inneren Frieden finden
 - Sozial: Frieden und Entspannung in Beziehungen
 - Körperlich: Stressabbau durch Bewegung, nicht überlasten
 - Viel Zeit in der Natur
 - ausreichend Schlaf
- **Gifte vermeiden:** Nicht Rauchen, wenig Alkohol, Drogen, Medikamente, Strahlung
- **Sinnfindung, Lebensvision** verwirklichen
- **Durchsetzung**, Veränderungen im beruflichen und familiären Leben
- **Gefühle** erkennen und zeigen
- **Spiritualität**, Sinn, Einheit



GESUNDE ERNÄHRUNG

- **schmackhaft**, erfreuend
- **vielseitig**: Alle Farben und Geschmacksrichtungen sollten täglich dabei sein.
- viel **Gemüse** und **Obst**, sowie **Hülsenfrüchte** und **Nüsse**
- **2/3 gekocht und warm (täglich!)**, im Winter mehr
- **lokal, saisonal, bio**,
- **frisch**, evtl. eingekocht / getrocknet, möglichst nicht tiefgefroren.
- **wenig / kein Fleisch, Milch** (verschleimt), **Zucker, Weißmehl, Gluten** (Weizen, Dinkel, Roggen und Gerste), Kaffee, Schwarztee, Alkohol, Nikotin, gekühlte Getränke und Eis, verarbeitete, konservierte Fertig-Essen mit diversen Zusatzstoffen. Kohlehydrate reduzieren.
- **Glutenfreie Vollkorngetreide** (Mais, Reis, Hafer, Amaranth, Quinoa, Chia, Hafer, Hirse, Buchweizen, Sorghum, Teff)
- **basisch** betont (viel Gemüse / wenig Fleisch)
- **Gute Fette**: Fisch (Omega-3-Fettsäuren s.o.), Leinsamen-, Soja-, Nuss-, Oliven- und Rapsöl, **NICHT**: Trans-Fette (gehärtete, behandelte Öle wie Margarine, Backfett), gesättigte Fette (tierische Fette, Speck, Butter)
- **„Frühstücke wie ein Kaiser, esse zu Mittag wie ein König und zu Abend wie ein Bettelmann.“** Frühstücke warm sein, z.B. Porridge. Das Abendessen darf auch mal ausfallen.
- Wasser
- **„Nahrungsergänzungsmittel“ sind KEIN guter Ersatz**
- **Keine einseitigen „Diäten“.**
- **Intuitiv**. Der Körper weiß, was er gerade braucht.



- **nicht zu viel** (ca. 1/3 des Magens sollte leer bleiben)
- **langsam essen, gut kauen** „Alles was im Magen ankommt, sollte eine körperwarme Suppe sein.“ (Dr. Georg Weidinger), „Trinke dein Essen, esse (kaue) deine Getränke.“ (Mantak Chia)
- entspannt und in guter Stimmung essen. Kerzenlicht, Musik
- Nach dem Essen ruhen.
- Gute Gedanken: Dankbarkeit / Tischgebet
- **Ausnahmen** machen
- **Fairtrade** hilft dem Weltfrieden und damit auch uns selber.

Nahrungsmittel gegen Krebs (aus „Krebszellen mögen keine Himbeeren“)

Mengenangabe = empfohlene Tagesdosis

Kohl, Rosenkohl, Brokkoli und andere Kohlgewächse ½ Tasse, kurz kochen, gut kauen

Spinat, Kresse, Zwiebel, Lauch ½ Tasse

Tomate, gekocht mit Öl, z.B. Tomatensoße, 1EL Mark

Artischocken, Auberginen, Avocado, Kopfsalat, Sellerie, Spinat

Knoblauch 2 Zehen, frisch zerdrückt

Kurkuma 1 TL (Zugabe von etwas Pfeffer vervielfacht die Wirksamkeit!)

Basilikum, Rosmarin, Chili, Anis, Fenchel, Koriander, Ingwer, Kapern, Nelken, Petersilie, Thymian

Soja Bohnen (Edamame), Keimlinge, Mehl, Tofu, Miso (nicht Sojamilch, verarbeitete Fleisch- / Wurstersatzprodukte, Protein-Shakes, Soße, Öl) ½ Tasse. *Kurativ bei hormonbedingtem Brustkrebs umstritten, präventiv dagegen durch Studien belegt.*

Linsen

Leinsamen Weizenkleie, Alfalfa, Gerste 1TL

Nüsse 1TL

Him-, Erd-, Heidel-, Moosbeeren (=Cranberry) frisch, getrocknet oder als Saft, 1/2 Tasse

Zitrusfrüchte, Weintrauben ½ Tasse Saft oder Frucht

Apfel, Birnen, Kirschen, Mango

Pilze: Shitake, Lingzhi, Reishi

Algen: Wakame, Hijiki, Arame

Lachs (wild), Makrele, Sardellen, Hering, Forelle 1-2x/Woche

Grüntee, frisch gebrüht, 8-10 min. ziehen lassen, am besten japanischer, 0,75 l

Jiaguolan-Tee (Ganostema, Kraut der Unsterblichkeit)

Schokolade mind. 70% Kakaoanteil, wenig Zucker, 25g, Inka-Getränk **Xocoatl** OHNE MILCH

Rotwein 0,1l

Fette / Ole: Fisch (Omega-3-Fettsäuren s.o.), Leinsamen-, Soja-, Nuss-, Oliven- und Rapsöl, Avocado Mandeln und Nüsse

krebsfordernde Nahrungsmittel - *zu vermeiden* -

Rauchen, Alkohol

**rotes Fleisch (z.B. Rind, Lamm Schwein), Schinken, Salami, Wurst
(Nitrit)**

**Trans-Fette (gehartete, behandelte Ole wie Margarine, Backfett),
gesättigte Fette (tierische Fette, Speck, Butter -außer Fisch)**

mariniert, gerauchert, gegrillt, frittiert

Fertigprodukte

**Konservierungs-, Farb-, Geschmacks- und andere Zusatzstoffe (die
„E-Nummern“) zu viel / Übergewicht**

Heilfasten

Fasten ist zur Krebs-Vorbeugung geeignet, da es Stagnationen abbaut, von Giftstoffen reinigt und gegen Übergewicht hilft. Auch kurativ kann es, z.B. zur Unterstützung einer Chemotherapie, sinnvoll sein.

Wenn Kräfte und Körpergewicht bereits stark reduziert sind ist Fasten natürlich nicht sinnvoll.

Wöchentliche Fastentage mit Wasser, Tee, Saft oder Suppe. Auch magenschonende Reistage.

Fastenkuren: Im Frühjahr und Herbst, 1 - 2 Wochen, Klären Sie aber bitte vorher mit Ihrem Heilpraktiker oder Arzt ab, ob das zu Ihrem Gesundheitszustand passt. Viel **Ruhe und Entspannung**. Taijiquan / Qigong / Meditation. **Selbstreflexion** / Tagebuch, Malen

Wichtig: Darmreinigung, Einlauf jeden 2. Tag

Viel trinken (Wasser, Tee), Giftstoffe ausschwemmen

Beginnen Sie die Fastenkur mit einem vegetarischem **Entlastungstag**, in der Menge schon reduziert.

Beenden Sie das Fasten mit 1 bis 3 **Aufbautagen**: Gedünstetes Obst / Gemüsesuppe / mit Knoblauch und Petersilie gedünsteter Spargel (chinesische Variante). Kein Kohl.

BIGU (Pi Gu) „ohne Getreide“, sanftes chinesisches Fasten

Ein- oder mehrwöchige reduzierte vegetarische Kost
mit bewusstem, langsamem Essen mit gründlichem Kauen
begleitet von Qigong und Meditation.

Daoistische Einsiedler benutzen es während intensiver Retreats

Ruhe: Sie sollten sich entspannen, emotionalen und physischen Stress vermeiden und viel Qigong üben.

BIGU-Menu-Plan (Beispiel):

ganztägig

- Unsterblichkeits-Tee (Jiaogulan = *Gynostemma pentaphyllum*)
- Ingwer-Tee (frischen Ingwer 10 min. auskochen)

Frühstück

- 1 „Pi Gu Elixier Pille“ (aus Trockenfruchten, Kräutern, Samen und Bohnen) oder „Energiekugeln“ aus dem Bioladen
- gekochtes Hühnereiweiß
- gedampfte Erdnüsse oder Walnüsse (ca. 20)
- 1 Frucht Apfel, Birne, Tomate oder Goji-Beeren

Mittags

- Maulbeerblätter- / Ingwer-Tee
- Sesam-Drink oder gedampfte Edamame-Bohnen
- Wassermelone

Abends

- 1 „Pi Gu Elixier Pille“ (s.o.)
- 1 Frucht Apfel, Birne, Jujube (chines. Datteln) oder Goji-Beeren



5-ELEMENTE-Ernährung

Grundlage der TCM: **Yin und Yang** und **5 Elemente** (Wandlungsphasen).

In der Diätetik Yin: kühlend, Yang wärmend.

5 Elemente: Geschmack, Farbe, Herkunft, Gestalt und Wirkung

spezifische Wirkung jedes Lebensmittels

Ein Beispiel: Ingwer und Pfefferminze sind beide scharf (Element Metall, Organ Lunge), sie können beide bei einer Erkältung mit Atemwegsinfekt gegeben werden. Aber Ingwer wärmt und Minze kühlt: Also gibt man Ingwer, solange der Patient friert, Minze wenn ihm bereits heiß ist.



Das Kochen: Grundsätzlich kommen immer alle 5 Geschmacksrichtungen / Elemente (und möglichst auch Farben) im Kochtopf zusammen. Und zwar in der Reihenfolge des „Erschaffungszyklus“, der dem Ablauf der Jahreszeiten entspricht. Mochte man ein Element betonen, um dessen Wirkung zu nutzen, kann man zum einen die Menge des zugeordneten Lebensmittels erhöhen, zum anderen beginnt und endet man den Kochvorgang mit diesem Element. So wird der Kochtopf zum Alchemisten-Kessel.

In der chinesischen Küche wird **fast alles gegart**.

„Kraftsuppen“ werden sogar viele Stunden lang gekocht, um ihren stärkenden Gehalt an Qi zu vermehren.

Element	HOLZ	FEUER	ERDE	METAL	WASSER
Geschmack	sauer	bitter	süß	scharf	salzig
Farbe	grün	rot	gelb	weiß	blau / schwarz
Yin-Organ	Leber	Herz, Kreislauf	Milz Pankreas	Lunge	Niere
Yang-Organ	Galle	Dünndarm, „3 Erwärmer“	Magen	Dickdarm	Blase
Weitere Organe	Uterus		Verdauungs- trakt, Brust, Ovarien	Atemtrakt	Gehirn, Rückenmark, Uterus
Gewebe	Muskeln, Sehnen, Nerven	Blutgefäße	Bindegewebe, Lymphgefäße	Haut	Knochen, Knochenmark
Jahreszeit	Fruhling	Sommer	Erntezeit	Herbst	Winter
Richtung	Ausbreitung	Aufstieg	Ruhe	Abstieg	Zentrierung
Ausgleichende Wirkung d. Lebensmittel u. Kräuter	Zusammenziehen	Beruhigen, abführen	Nähren harmonisieren	Bewegen, nach oben Ausleiten (Schweiß, Nase, Tränen)	Aufweichen, auflösen
Emotion	Wut, Arger	Ungeduld, Härte	Sorge	Trauer	Angst Sexuelle Probleme

Die 5-Elemente-Tabelle Thermik und Geschmack von Lebensmitteln

ELEMENT	HEISS	WARM	NEUTRAL	KÜHLEND	KALT
HOLZ sauer bewahrt die Säfte zieht zusammen	Fleisch: Huhn Getränke: Kirschsäfte Getriebe: Grünkern Gewürze: Essig Himbeere Petersilie Nili Obst: Granatapfel Kumquat Zwetschge	Fleisch: Huhn Getränke: Kirschsäfte Getriebe: Grünkern Gewürze: Essig Himbeere Petersilie Nili Obst: Granatapfel Kumquat Zwetschge	Getränke: Hagebuttentee Getriebe: Bulgur Couscous Dinkel Obst: Brombeere Himbeere Aprikose Litschi Sonstiges: Gem/Hefe Backpulver Semmelbrösel	Fleisch: Ente Milchprodukte: Dickmilch Frischkäse Kefir Buttermilch Quark Sauermilch Sauerrahm Obst: Apfel, sauer Clementine Mandarine Erdbeere Heidelbeere Johannisbeere Kirsche, sauer Orange Preissebeere Stachelbeere Mango Karambole Pflaume Sanddorn Schlehe Sauerkirsche Mirabelle	Gemüse: Mungbohnenprossen Tomate Getriebe: Weizenkleie Weizen gekörnt Milchprodukte: Joghurt Obst: Ananas Kiwi Rhabarber Zitrone
FEUER bitter trocknet aus leitet nach unten regt die Transformation an	Fleisch: Hammer Lamm Schaf Ziege Fleisch, alle Sorten gegrillt Getränke: Bitterlikör Cognac Olivier	Gemüse: Tomatenmark Oregano f Paprikapulver Rosmarin f Thymian f Wacholderbeere Ysop Milchprodukte: Schafkäse Ziegenkäse Ziegenmilch Schafmilch Sonstiges: Mohr Kakao	Gemüse: Ehrennessel Eisbergsalat Feldsalat Rote Rüben Olive Kapern Sonstiges: Zitronenschale Orangenschale Kamille Getränke: Baron-Tea Pu-Erh-Tea Schwarzer Tea	Getriebe: Quinoa Roggen Buchweizen Löwenzahn Pastinake Radicchio Rucola Kräuter: Salbei f Kerbel Löwenzahn Hopfen Obst: Holunderbeere Querschnitt Quitte Wasser, heiß	Getränke: Erdnüsse Frühermanteltee Ingwer g Knoblauch Pfeffer Piment Milchprodukte: Schimmelkäse
ERDE süß nährt befeuchtet entspannt baut Qi auf verteilt	Gewürze/Kräuter: Zimtrinde Zimtpulver	Gemüse: Fenchel Kürbis Süßkartoffel Zwiebel, gebraten Kastanie Pflaume Marroni Petersilienwurzel Lotuswurzel Obst: Aprikose g Korinthe Rosa Süßholzwurzel Litschi Kürbiskernöl Rapsöl Soyaöl Walnussöl Sonstiges: Pesto Orangensaft Boretsch Weißdorn Marzipan Getriebe: Süßreis Sago Tapioka	Fleisch: Kalb Rind Leder Gemüse: Süßholz Hirtentäschel Nüsse: Haselnuss Kardeln Mandel Sesam Sonnenblumenkerne Obst: Datteln g Feigen f/g Zwetschge g Dörpfleume	Gemüse: Aubergine Blumenkohl Fenchel Koriander Kürbis Mangold Pflaume Schwarzwurzel Sellerie Stangensellerie Spargel Spinat Champignon Zucchini Kräuter: Estragon f Kamille Orangenblüten Lindenblüten Kaki Pflaume Mango Papaya Wassermelone Avocado Süßholzwurzel: Zucker, weiß Speiseöle: Lentil Olivenöl Sesamöl Sonnenblumenöl Walnussöl Distelöl	Gemüse: Gurke Obst: Hönigmelone Kaki Mango Papaya Wassermelone Avocado Süßholzwurzel: Zucker, weiß

g - getrocknet, **f** - frisch

Die 5-Elemente-Tabelle Thermik und Geschmack von Lebensmitteln

ELEMENT	HEISS	WARM	NEUTRAL	KÜHLEND	KALT
ERDE	Nüsse: Erdnuss Kokosraspeln Pistazien Walnuss Pistazie Gewürze: Fenchelsamen Anisamen	Getriebe: Polenta Cornflakes Getränke: Süßholzwasser rot/weiß Mashaarthee Malzbier Kühnlich Sonstiges: Butter/Ghee Käse Kokosmilch Erdnussöl Schlagsahne	Getriebe: Gerste Hirse Nüsse/Samen: Cashew Sonnenblumenkerne Kürbiskerne Sesam Süßholzwurzel: Sirup (alle Sorten) Tofu Pfeilwurzel mehl Seitan	Getriebe: Gerste Hirse Nüsse/Samen: Cashew Sonnenblumenkerne Kürbiskerne Sesam Süßholzwurzel: Sirup (alle Sorten) Tofu Pfeilwurzel mehl Seitan	Getriebe: Gerste Hirse Nüsse/Samen: Cashew Sonnenblumenkerne Kürbiskerne Sesam Süßholzwurzel: Sirup (alle Sorten) Tofu Pfeilwurzel mehl Seitan
METALL scharf löst Stagnation leitet nach oben bewegt	Fleisch: Hirsch Getränke: Alkohol hochprozentig Yogi-Tea Korn Whiskey Wodka Rum Gewürze: Cayennepeffer Ingwer g Knoblauch Pfeffer Piment Milchprodukte: Schimmelkäse	Fleisch: Fasan Rebhuhn Wildhase Wildschwein Gewürze: Estragon g Ingwer f Kardamom Koriander f Koriandersamen Kümmel Liebstöckel f/g Lorbeer Majoran f/g Masala Muskat Nelke Oregano g Rosmarin g Rosa Pfefferbeeren Schmittlauch f/g Santol Sternanis Thymian g Szechuanpfeffer Zitronengras	Fleisch: Gans Kannchen, wild Pute/Turhahn Wachtel Tauben Gemüse: Rettich, schwarz Bärlauch Getriebe: Reis	Fleisch: Kannchen, Zucht Gemüse: Kresse Radieschen Radieschensprosser Rettich, weiß Getränke: Pfefferminztee Gewürze: Salbei g Minze f	Fleisch: Gans Kannchen, wild Pute/Turhahn Wachtel Tauben Gemüse: Rettich, schwarz Bärlauch Getriebe: Reis
WASSER salzig weicht auf festigt die Knochen leitet nach unten	Fisch: Aal Garnelle (Shrimps, Crevettes) Hummer Kabeljau Languste Sardelle Scholle Thunfisch Fisch, geräuchert Sardine Hering Fleisch/Wurst: Salami Schinken rot/gekocht Fleisch, gepökelt Fleisch, geräuchert Fleisch, gesalzen und luftgetrocknet Milchprodukte: Parmesankäse	Fisch: Barsch Forelle Heilbutt Karpfen Lachs Fleisch/Wurst: Schwein Hülsenfrüchte: Adzukibohne Erbsen g Linse Saubohne Soyabohne gelb/schwarz Sonstiges: Miso	Hülsenfrüchte: Kichererbsen Mungbohne Meeresfrüchte: Auster Tintenfisch (Calamari) Meerzungen Sonstiges: Miso Umeshoshi-Pflaume Meeresfrüchte: Kaviar Krabbe Krabbe Sonstiges: Agar-Agar	Getriebe: Mineralwasser Wasser, kalt Gewürze: Soyasauce (Tamar, Shoyu) Meer/Salz Meeresalgen: Hijiki, Kombu Wakame, Nori Seetang Meeresfrüchte: Kaviar Krabbe Krabbe Sonstiges: Agar-Agar	Getriebe: Mineralwasser Wasser, kalt Gewürze: Soyasauce (Tamar, Shoyu) Meer/Salz Meeresalgen: Hijiki, Kombu Wakame, Nori Seetang Meeresfrüchte: Kaviar Krabbe Krabbe Sonstiges: Agar-Agar

g - getrocknet, **f** - frisch

Kräutertherapie

- Nicht nur **Wirkstoffe**, sondern **energetische Wirkung** : Geschmack, Farbe und Erscheinungsbild (Signatur), sowie die erfahrungsgemäße Wirkung
- **Ein natürliches „Kraut“ wirkt ganzheitlicher**, als ein isolierter Inhaltsstoff.
- Pflanzen, mineralische und tierische Bestandteile.
- **Rezepturen** mit ca. 5-15 Kräutern. Dabei werden Kräuter mit der gewünschten Hauptwirkung mit anderen kombiniert, die sie z.B. vertraglicher machen, die Aufnahme verbessern oder einseitige Eigenschaften ausgleichen.
- In der modernen Krebsbehandlung werden häufig 2 oder 3 klassische und moderne **Rezepte modulartig kombiniert**.
- Die **Dosierung ist bei Krebs deutlich höher**, als bei den meisten anderen Erkrankungen.

Typische Module :










- Rezepturen gegen bestimmte **Krebsarten**
- **konstitutionell energetische** Rezepte
- **symptomatische** Rezepte
- unterstützende Kräuter während der **Chemotherapie**
- Unterstützung während der **Bestrahlung**
- **Operationsvorbereitung**
- **Nachsorge**
- „Ecdyson“-Module (Basis + I-V nach Diagnostik)

Klassische TCM Strategien:

- stärke die Abwehr und behandle die Wurzel / Ursache
- stärke die Abwehr und eliminiere böses Qi
- aktiviere das Blut und behebe den Stau
- Kühle die Hitze und eliminiere Toxine
- Löse Tumore auf
- vergifte den Krebs
- die Abwehrkräfte, Essenz (Erbenergie, Niere) stärken
- Verdauungsenergie (Milz) stärken
- Krebszellen versorgende Gefäßneubildungen bekämpfen



Beispiel: W50 «Darmkrebs» (Aufbau der Mitte) nach Dr. med. Georg Weidinger

	<p>18 % HUANG QI Radix Astragali Membranacei Tragantwurzel</p>	<p>↑MP-Qi, ↑Zheng-Qi, ↑BB</p>		<p>8 % DAN SHEN Radix Salviae Miltiorrhizae Rotwurzsalbeiwurzel</p>	<p>↔Blut, ↓Schmerz, ↓Sek.</p>
	<p>12 % DANG SHEN Radix Codonopsis Glockenwindenwurzel</p>	<p>↑MP-Qi, ↑Zheng-Qi, ↑BB</p>		<p>8 % HONG TENG Caulis Sargentodoxae</p>	<p>↓Hitze, ↔Blut, antibiot., ↓CA</p>
	<p>12 % SHAN YAO Rhizoma Dioscoreae oppositae Yamswurzel</p>	<p>↑MP-Qi, ↑Ni-Qi, ↓Durchfall</p>		<p>10 % BAI HUA SHE SHE CAO Herba Hedyotis diffusae (= Herba Oldenlandiae) Streukraut</p>	<p>↓Hitze, ↓CA, +Le</p>
	<p>10 % DANG GUI Radix Angelicae Sinensis Engelwurz</p>	<p>↑Blut, befeuchtet, ↑Darm</p>		<p>6 % GUA LOU REN Semen Trichosanthis Schlangenkürbissamen</p>	<p>↔Lu-Qi, ↓heißer Schleim, antibiot., ↓CA</p>
	<p>10 % BAI SHAO YAO Radix Paeoniae Lactiflorae Rote Pfingstrosenwurzel</p>	<p>↑Blut, ↓Schmerz + Krämpfe, ↓Spannung</p>		<p>6 % ZAO XIU Herba Paris Polyphylla Einbeerenkraut</p>	<p>↓Hitze, ↓CA, antibiot.</p>

Guolin Qigong

Frau Guolin (1909-1983), eine chinesische Malerin, erkrankte mit 35 Jahren schwer an Krebs.

schulmedizinische Behandlung erfolglos

Hatte als Kind mit ihrem Großvater daoistisches Qigong geübt

Sie modifizierte in den 70er Jahren die Übungen speziell für die Heilung von Krebs

Damit gelang es ihr, ihr Leben zu retten. Ihr Krebs kam nie zurück.

Vom chinesischen Gesundheitsministerium als Heilmethode bei Krebs anerkannt.

Heute weltweit verbreitet und wird parallel zu schulmedizinischen Maßnahmen eingesetzt.

Auch bei anderen Krankheiten, wie Diabetes Melitus, Multipler Sklerose, Asthma bronchiale, Epilepsie und Bluthochdruck hilfreich

Die meisten Übungen werden wie ein Wald-Spaziergang mit besonderen Bewegungen und spezieller Atmung ausgeführt.

Natur, im Wald oder im Park geübt.

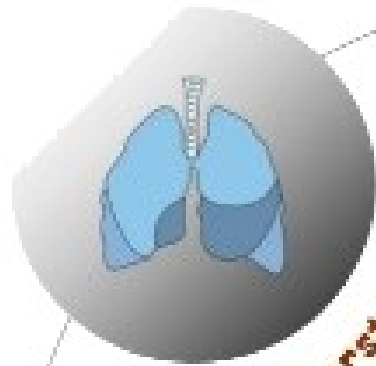
Wind-Atmung: Damit wird die Energie- (Qi) Zirkulation und die Sauerstoffaufnahme stark angeregt.

Stark ableitende Wirkung. Die gestaute Energie mit Hitze-Toxinen wird in die Erde ausgeleitet und durch frische ersetzt.

Niere (Essenz / Erbennergie) und Leber (Bewegung von Qi, Blut und Saften, Entgiftung) werden stimuliert.



Guo Lin Qi Gong



Sauerstoff-
Therapie



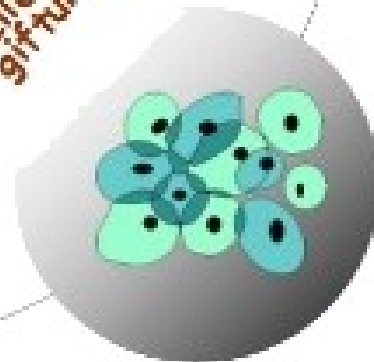
Bewegung



Hyper-
thermie



Kreislauf-
Funktion



Zellent-
giftung



Ent-
spannung



Aku-
punktur

Akupunktur

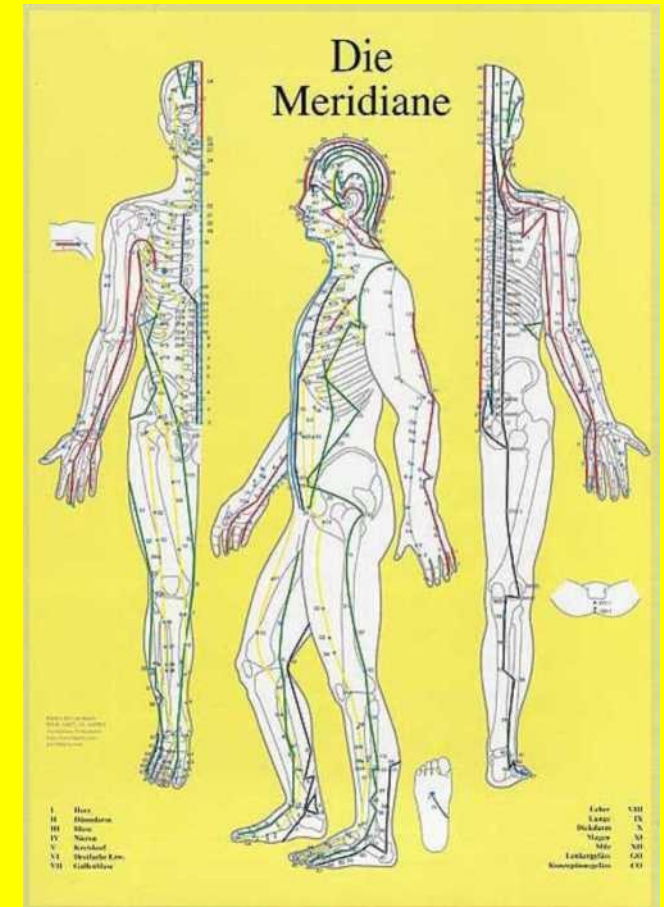
Durch Nadelstiche, Moxibustion (Hitze), Schröpfen u.a. Reize wird der **Energiefluss** im Körper **reguliert**.

symptomatisch: Schmerzlindernd, gegen Übelkeit, Appetitstörung
konstitutionell energetisch ausgleichend. Dieser Aspekt muss bei der Akupunktur zwar immer beachtet werden, jedoch ist die Kräutertherapie bei „tiefen“ Erkrankungen, wie Krebs, wirksamer, da sie die Energetik von „innen“ her verändert.

Akupunktmassage



Abwehrkräfte und Energieumlauf werden gefördert
Durchgängigkeit der Energiegefäße wird verbessert, so dass Stauungen sich besser auflösen lassen.
Kleine Blockaden an der Wirbelsäule werden auf vorsichtige Weise gelöst, und so die Reizleitung über das Rückenmark verbessert.



HINWEIS ZU „NORMALEN“ MASSAGEN

BEI KREBS KONTRAINDIZIERT SIND **MASSAGEN**, DA IN BEREITS BEFALLENEM GEWEBE VERLETZUNGEN ERZEUGT WERDEN KONNTEN, UND DIE VERTEILUNG VON EVTL. METASTASEN GEFORDERT WERRDEN KONNTE. ENERGIEARBEIT wie Akupunktmassage, REIKI o.a. ist unbedenklich.

Reiki und Cosmic Healing (spirituelle Energearbeit / Qigong von außen)



frische heilende kosmische Naturkräfte in den Körper leiten
entgiften, kranke Energie ableiten oder „herausschneiden“
Energiezentren und Aura harmonisieren mit Energien der
Elemente, Planeten etc. verbinden
Wirbelsäule / Rückenmark reinigen und aufladen
Arbeit an Gedankenmustern ...
Kontakt mit dem höheren Selbst, der Seele, den „5 Spirits“



NICHT-CHINESISCHE ERGANZUNGEN

Psychotherapie: Körperorientierte PT, Hypnose, Kunsttherapie...

Entspannung fördern und Emotionen ausgleichen (Leber entspannen)
über den Körper die Seele heilen
Traumata aufdecken und verarbeiten
Grenzen spüren und setzen
Lebensziele und Lebensfreude entdecken
u. U. Auseinandersetzung mit dem Tod, Begleitung



Anthroposophische Medizin (z.B. Klinik Öschelbronn)

- Injektionen mit verschiedenen Mistelpräparaten
- Überwärmung / Hyperthermie
- Kunsttherapie
- Musiktherapie
- Heil-Eurythmie
- Biographiearbeit...



Literatur

- meine Skripten zu Krebs, Ernährung, Qigong auf www.heilpraxis-schmidt.eu/medien/

Ernährung

- **Prof. Dr. med. Richard Beliveau & Dr. med. Denis Gingras: Krebszellen mögen keine Himbeeren**
- Prof. Dr. med. Richard Beliveau & Dr. med. Denis Gingras: Krebszellen mögen keine Himbeeren - Das Kochbuch
- Prof. Dr. med. Richard Beliveau & Dr. med. Denis Gingras: Krebszellen mögen keine Himbeeren - Das große Buch c
- **Barbara Temelie: Ernährung nach den Fünf Elementen**
- Barbara Temelie: Das Fünf Elemente Kochbuch
- Mantak Chia & Christine Harkness-Giles: Taoist Secrets of Eating for Balance
- Mantak Chia: Kosmische Entgiftung
- Mantak Chia: Pi Gu Chi Kung, Inner Alchemy Energy Fasting
- Dr. Guido Fisch: Chinesische Heilkunde in unserer Ernährung
- Vera Galindo & Michael Daemisch: Menschliche Genüsse zwischen Himmel und Erde
- Dr. med. Bob Flows & H. Lee Wolfe: Das Yin und Yang der Ernährung
- Zhao Muying: Chinese Diet Therapy

Kräuter

- **Dr. med. Georg Weidinger: Chinesische Medizin gegen Krebs**
- Dr. med. Georg Weidinger: Die chinesische Hausapotheke
- Dr. med. Georg Weidinger: Der Goldene Weg der Mitte

Qigong

- **Lutz-Michael Weiß: Atmende Schritte, Guolin Qigong bei Krebs**
- Bernadett Gera: Guolin Qigong
- Wang Li: Guolin Neues Qigong Basisstufe
- Josephine Zoller: Das Tao der Selbstheilung

Akupunktur Studien

- W. C. S. Cho: Acupuncture and Moxibustion as an Evidencebased Therapy for Cancer

Psyche / Selbsthilfe

- **Ruediger Dahlke Krebs. Aktivierung der Selbstheilungskräfte -Audio CD-**
- Elana Rosenbaum: Jetzt spüre ich das Leben wieder - mit CD -
- Silvia Maute: Mental gegen Krebs: Mit Mentaltechniken die Heilung unterstützen und die Psyche stärken
- Dr. med. Servan-Schreiber, David: Das Antikrebs-Buch: Was uns schützt: Vorbeugen und Nachsorgen mit natürlichen Mitteln
- Heinz Grill: Erklärung, Prävention, Therapie der Krebskrankheit
- Agnes Kaiser-Rekkas: Ich lebe mich gesund - 8 Hypnoseanleitungen zur Förderung der Selbstwirksamkeit in der Psychoonkologie

