

# Friedrich P. Graf

## Konzept der Gesunderhaltung - oder wie reduzieren Sie das Risiko Krebs ?

Leseprobe

[Konzept der Gesunderhaltung - oder wie reduzieren Sie das Risiko Krebs ?](#)

von [Friedrich P. Graf](#)

Herausgeber: Sprangrade Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b2263>

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](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>



## **2. Gesundheitliche Gegenwart = kranke Normalität**

### **2.1. Risiko Krebs**

Die Lebenserwartung ist allgemein eng gekoppelt an die wirtschaftliche Versorgungslage der Menschen sowie an die Abwesenheit von Kriegen. Mit der Versorgungslage ist zuerst die Ernährung gemeint, dann die von Wohnen, Hygiene, Bekleidung und die medizinische.

Die durchschnittliche Lebenserwartung in den deutschsprachigen Ländern liegt heute um die 80 Lebensjahre, für Frauen höher als für Männer. Eindeutig mehr beanspruchen die älteren Jahrgänge, ansteigend mit dem Lebensalter, die medizinische Versorgung. Alt werden heißt heute zunehmend „krank werden“: mit Arteriosklerose, mit Gehirndegeneration und Demenz (Altersschwachsinn), mit Bluthochdruck und den Folgen (Hirnschlag, Herzinfarkt und Herzinsuffizienz), mit Diabetes mellitus (der Zuckerkrankheit), mit Rheuma, Autoimmunkrankheiten und in dramatisch ansteigender und jetzt wieder lebensverkürzender Bedrohung mit der Krebserkrankung. Heute, im Jahr 2006, wird immer noch am häufigsten am Herzinfarkt gestorben. Die WHO (World Health Organisation, Weltgesundheitsorganisation) prognostizierte im Jahr 2000, dass ab 2030 die häufigste Todesursache weltweit nicht mehr der Herzkreislauftod, sondern der Krebstod sein wird. Dieser kann in jedem Lebensalter auftreten. Erschreckend sind die Zunahmen bereits im Kindesalter: 2005 erkrankten in Deutschland von 13 Millionen Kindern unter 15 Lebensjahren etwa 600 jährlich neu an einer Leukämie, ein Blutkrebs, die häufigste Krebserkrankung bei Kindern. In Deutschland sterben jährlich 240.000 Menschen am Krebs, und 400.000 werden im Jahr neu entdeckt. Unaufhörlich nehmen diese Zahlen zu.

Die Ursachen von Krebserkrankungen sind weitgehend unbekannt (2). Krebs als zerstörerische Krankheit in jedem Lebensalter wird die medizinische Herausforderung der Zukunft sein - und ist es bereits in der Gegenwart. Wohl jeder Leser dieses Textes kennt in der eigenen Familie und im engeren Freundeskreis von diesem Leid erfasste Betroffene und weiß aus Beobachtungen, wie sehr diese Erkrankung das

Leben verändert und meistens verkürzt. Die Medizin von heute fährt ihre stärksten „Geschütze“ (Messer, Strahl, Zytostatika) auf und zeigt sich meistens machtlos.

Immer häufiger wird die Erbanlage „Krebs“ in der Familie an Nachkommen weitergegeben. Die Erkennungsmethoden (Diagnostik) und die Reparaturversuche (mit Operationen, Bestrahlung und Arzneytherapien) werden ständig verbessert. Doch wirksame Maßnahmen zur vollständigen Beseitigung dieses Leidens und noch mehr des Verhinderns seiner Entstehung sind heute und auf lange Sicht nicht oder nur begrenzt gegeben. Heute kann man festhalten: die Krebsmedizin ist der umsatzstärkste, teuerste Teil der modernen Medizin.

Wir leben folglich mit Krebs. „Jeden kann es erwischen“ ist die gegenwärtige Meinung und „noch mal Glück gehabt“ das häufigste Gefühl, wenn bei anderen ein Krebstumor entdeckt wird. Diese Botschaften sind typisches Gedankengut beim Lesen von Krebsstatistiken. Wenn wir sehen, wie viele Menschen durch solche Krankheiten zu Schaden kommen, erscheint das Leben "wie Russisches Roulette!

Doch kein Schaden ohne Vorgeschichte! „Krebs“ fällt nicht vom Himmel, ist kein Zufall! „Krebs“ haben wir von Geburt an! Krebszellen können bereits im Blut von Säuglingen gefunden werden. Krebs entsteht durch Beschädigung unserer Gene. Bekannte „Gene schädigende“ Agentien sind energiereiche Strahlen, spezielle Schadstoffe (wie Schwermetalle und chlorierte Kohlenwasserstoffe), Viren und viele mehr. Unsere Gene (DNA, RNA) besitzen Reparatursysteme in Form von Enzymen (DNA-sen, RNA-sen), die Schäden an der Gensubstanz jederzeit zu beheben in der Lage sind. Die entscheidende Frage in Hinblick auf die Zukunft mit „Krebs“ lautet: Wie lange können wir ungestraft diese Reparatursysteme belasten?

Wenn Eltern heute ein Kind bekommen, sollten sie frühzeitig eine Strategie gegen dieses Leiden überlegen. Es ist (oder sollte) allen Medizinern bekannt (sein), dass die Wurzeln jeder chronischen Krankheit und auch die der Krebserkrankung in der Kindheit liegen. Daher sind bereits die Schwangerschaft, die Geburt und die ersten vier Lebensjahre von weichenstellender Bedeutung allgemein und für den Ausbruch späterer chronischer Krankheiten. Oder: nicht abwarten, bis der Krug zerbricht, der täglich zum Brunnen gebracht wird.

## 2.2. Schwangerschaft

Im zeitgemäßen Verständnis werden heute 75 Prozent aller Schwangerschaften als Risikoschwangerschaften betrachtet. Das hat Konsequenzen, denn diese Schwangeren benötigen Facharztbetreuung. Das kostet viel Geld. Spezialuntersuchungen mit Ultraschall, mit Herzton-Wehenschreibungen (CTG) und Laboruntersuchungen häufen sich. In keinem Land der Welt werden bei Schwangeren so viele unnötige Ultraschalluntersuchungen vorgenommen wie in Deutschland. Wer heute viel zum Arzt geht, bekommt viele Medikamente verordnet. Über 80 Prozent der Schwangeren gehen in Deutschland 10 mal und häufiger zum Arzt und nehmen Folsäure, Jod, Magnesium, Eisen und je nach Störungen weitere Medikamente in Regelmäßigkeit und über lange Zeiten ein.

Real sind es nur etwa 20 Prozent Risikoschwangerschaften und angesichts der Zunahme der Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) könnte man großzügig bis zu 30 Prozent der Schwangeren den Fachärzten überlassen. Der Rest der Schwangeren, weit über die Mehrheit, sind gesund und schwanger ohne Krankheit. Diese Frauen könnten allein von Hebammen betreut werden. Hier besteht nicht nur eine Verschwendung von knappen Geldern, sondern eine gezielte „Krankmachung“ gesunder Schwangerer. Mit Mutterpass und Betreuungsrichtlinien wird gesunden Frauen systematisch „Angst“ gemacht (denn „es könnte ja...“).

Das Verweisen auf mehr „Sicherheit“ erhöht und bedient nur die Angst, macht die Betroffenen unselbständig und abhängig. Diese frühe negative Konditionierung und Fixierung auf drohende Krankheiten wird wegbereitend für die später notwendige Gefügigkeit unter der Geburt und beim Kind bezüglich geplanter Maßnahmen.

### **Schwangerschaft heute:**

- 75% Risikoschwangerschaft (real eher 20%)
- über 80% der Schwangeren haben 10 und mehr Arztbesuche, diese bedeuten mehr Arzneitherapien, Ultraschall, CTG-Ableitungen, vaginale Untersuchungen, Angstausslösungen, Unselbständigkeit

### **Geburt heute:**

- 98,7% im Krankenhaus (nur 1,3% außerklinisch im gesunden Haus!)
- 40% ohne geplanten Kaiserschnitt bekommen „Wehentropf“
- 25% „priming“ mit Prostaglandinen ohne Abwarten auf den natürlichen Wehenbeginn
- 20% PDA („Rückenspritze“) als Betäubung
- 52% Dammschnitt
- 20-30% Kaiserschnitt (10-15% geplant als „Wunschkaiserschnitt“)  
(10% Niederlande, 15% Skandinavien, 27% USA)  
(Privatpatientinnen: 23% England, 35% Australien, 80% Rio de Janeiro)  
  
(ab 10% Sektio-Rate ist keine Verbesserung des Ergebnisses zu erwarten: Die perinatale Sterblichkeit liegt heute in Europa konstant bei 0,5-0,6%)

*Tabelle 1: Aktuelle Bedingungen von Schwangerschaft und Geburt (1999) in Deutschland (3)*



Friedrich P. Graf

[Konzept der Gesunderhaltung - oder wie reduzieren Sie das Risiko Krebs ?](#)

144 Seiten, kart.  
erschienen 2011



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

[www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)