Rolf Wenger und sein Weg aus der Ohnmacht gegenüber «Krebs»

Der Heilpraktiker und Naturarzt Rolf Wenger aus Spiez hat mit «ONKOfit» ein Handbuch geschrieben, das sich mit einem Krankheitsbild auseinandersetzt, vor dem die meisten Menschen gedanklich gerne ausweichen – dem Krebs.
Was ist Krebs? Wie entsteht er? Und warum stiess er bei seiner Suche nach Antworten immer wieder auf Sebastian Kneipp?

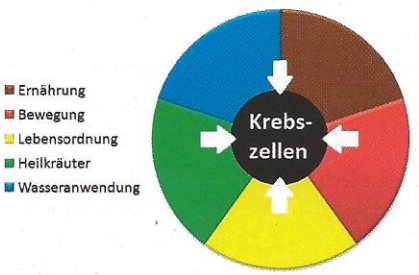
Text: Lotty Wohlwend, Bilder: zvg

Warum interessiert dich die Krebsvor- und nachsorge so sehr, dass du einen über hundertseitigen Leitfaden dazu schreibst?
Meine Eltern sind beide mit 66 Jahren an Krebs gestorben. Zuerst erkrankte meine Mutter an Nierenkrebs; sie vertraute nicht nur der Schulmedizin, sondern vor allem auch der Naturheilmedizin. Geholfen hat ihr beides nicht. Sie starb einen schrecklichen Tod, erstickte an ihren Lungenmetastasen. Mein Vater machte daraufhin einen kompletten medizinischen Check-up und vernahm, dass er vollkommen gesund sei. Drei Jahre später starb er an Krebs. Er ging den Weg der klassischen Medizin mit allen möglichen Behandlungsarten, sprich Operation, Chemo, Bestrahlung. Ich selber steckte damals mitten in der Ausbildung zum Heilpraktiker und fühlte mich dieser Krankheit hilflos ausgeliefert. Jahre später entfernte man auch bei mir im Rahmen einer Leistenbruchoperation einen benignen Tumor. Das war der Moment, wo ich mich entschloss, mich noch sehr viel intensiver mit dem Krankheitsbild Krebs auseinanderzusetzen. Ich begann mir Fragen zu stellen. Ich wollte wissen, was Krebs überhaupt ist. Wie Krebszellen entstehen und was man dagegen tun kann.

Wie bist du vorgegangen?
Ich habe vieles ausgegraben, was es darüber zu lesen gab: wissenschaftliche Arbeiten, Studien und Seminarunterlagen – von der Schulmedizin genauso wie von Naturheilärzten. Ich wollte alles lesen und vergleichen und bin heute noch dran…

Und welches ist deine Erkenntnis?
Dass viele Untersuchungen, unabhängig voneinander, haargenau dieselben Resultate aufweisen.

Zum Beispiel?
Die wichtige Rolle, die der Ernährung zukommt, welche Faktoren Krebs begünstigen oder gar auslösen können und vieles andere mehr.



Was können mögliche Krebsursachen sein?
Ganz klar das Rauchen, dann aber auch eine erhöhte Aufnahme von Zucker und raffinierten Kohlehydraten sowie teilweise Milch und Fleisch. Auch Stress oder ungelöste seelische Konflikte können Auslöser sein, genauso wie toxische Belastungen. Mich begannen vor allem die Hintergründe zu interessieren, die Prävention. Was kann man tun, um Krebs vorzubeugen? Oder muss man diese Krankheit einfach als Schicksal annehmen?

Kannst du Beispiele nennen?
Ich stiess unter anderem auf den Arzt und Biochemiker Prof. Otto Warburg (1883–1970). Er fand heraus, dass Krebs eine Stoffwechselerkrankung ist und bekam für diese Forschungsarbeit den Nobelpreis. Er zeigte auf, dass beim Stoffwechsel in der Krebszelle aus der Glukose erstaunlich viel Milchsäure («Glykolyse») produziert wird. 1967, drei Jahre vor seinem Tod, schrieb Warburg: «Alle normalen Körperzellen decken ihren Energiebedarf aus der Sauerstoffatmung, die Krebszellen allein können ihren Energiebedarf aus einer Gärung decken.» Trotzdem konnte man damals mit seinen Ergebnissen nicht viel an-

fotolia.com

fangen. Heute ist man viel weiter und kann seine Erkenntnisse bereits in der Prävention umsetzen.

Zum Beispiel?

Krebsstammzellen verbrennen Glucose. Fährt man therapeutisch die Glucose auf Null, entzieht man diesen Krebszellen ihre Nahrungsgrundlage. Sie benötigen zwanzigmal mehr Zucker als eine normale Zelle, deren Grundlage auf Sauerstoff basiert.

Also basiert Krebs vor allem auf einer Fehlernährung?

Nicht nur, es ist aber eine der wichtigsten Mitursachen. Bei Krebs handelt es sich immer um eine Stoffwechselverlagerung, das veränderte innere Milieu – sei dies durch eine Fehlernährung, chronische Entzündungen, toxische Stoffe oder emotionale Lasten – all das erzeugt Zellstress. Übrigens lässt sich dieser Zellstress durch einen sogenannten Herzkohärenztest (HRV) messen. Eine Messung, die auf dem medizinischen EKG (Elektrokardiogramm) beruht. Stress verursacht Muskelverspannung – auch beim Herzmuskel. Es gibt noch unzählige weitere Entdeckungen.

Erzähl!

Beispielsweise ist klar erwiesen, dass das Risiko, an Brust- und Dickdarmkrebs zu erkranken, durch genügend Bewegung vermindert werden kann. Für andere Krebsarten dürfte dies genauso gelten. Es gibt auch Studien über Heilkräuter, Schlafstörungen, Elektrosmog und vieles andere mehr.

Und deine Erkenntnis daraus?

Also sehr spannend für mich war die Erkenntnis, welch ideale Prävention die Kneippsche Methode ist. Ob Sebastian Kneipp sich dessen bewusst war, weiss ich nicht. Jedoch zeigt sich, dass alle heute empfohlenen Vorsorgemassnahmen gegen den Krebs in den fünf Säulen der Kneipp-Methode enthalten und explizit beschrieben sind. Die Ernährung, also sich möglichst naturbelassen zu ernähren, genauso wie die Heilkräuter oder die Bewegung. Dreissig bis vierzig Prozent der Krebserkrankungen können allein durch regelmässige Bewegung verhindert werden. Bei Heilkräutern weiss man beispielsweise – ich rede da von den ganz normalen Küchenkräutern, die bei uns gang und gäbe sind – dass, wenn man diese roh zu sich nimmt, zum Beispiel in Form von grünen Smoothies, sie in der Lage sind, die Versorgung des Tumors über die Blutgefässe zu unterdrücken. Sprechen wir das Essen an, landen wir automatisch beim Darm. Die gesündeste Ernährung nützt nichts, wenn der Darm nicht richtig funktioniert. Fakt ist: Ein Grossteil der Krebspatienten hat eine gestörte Darmflora.

Ich habe lange gesucht, welchen Einfluss Wasser bei der Krebsprävention beziehungsweise -therapie hat, und bin soeben fündig geworden. Man weiss, dass Stress Krebs verursachen kann. Jetzt ist bekannt geworden, dass Kaltwasserreize eine Reduktion des oxidativen Stresses bewirken. Durch die Stärkung des Immunsystems werden die antioxidativen Prozesse gestärkt.

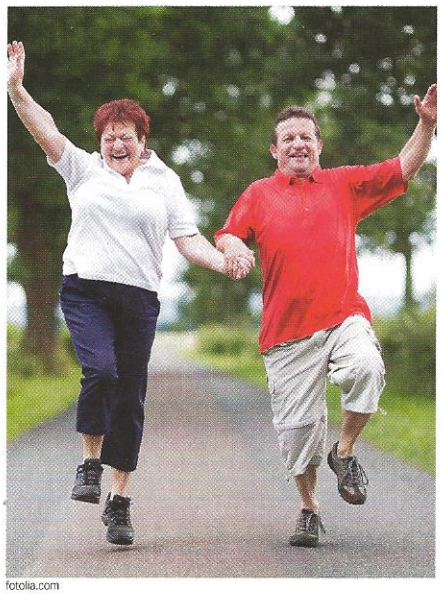
Welche Vorsorge machst du für dich?

Für mich ist die Situation im Moment nicht akut bedrohlich, obwohl meine Werte besser sein dürften. Ich achte sehr auf die Ernährung, aktiviere allgemein meine Bewegung – springe in diesem Punkt also über meinen Schatten! – und habe vermehrt damit begonnen, antikrebswirkende Kräutern einzubauen, zum Beispiel in Form von Smoothies, denn erhitzt verlieren sie ihre gesunde Eigenschaft.

Die Einnahme von grünen Smoothies ist aber gewöhnungsbedürftig...

Ja, das ist so. Man muss irgendwann seine eigene Mischung finden. Rohkost aber ist ein wichtiges Element in meiner Ernährung. Morgens ernähre ich mich mit dem Budwig-Müesli, mittags mit Rohkost sowie einem Eiweissanteil und abends esse ich warm, zum Beispiel eine Gemüsesuppe.

Fortsetzung Seite 6


fotolia.com

Du hast ein Handbuch geschrieben…
Ja, und ich habe meine bisherigen Erkenntnisse und das zusammengetragene Wissen auch ins Internet gestellt; alle können diese Unterlagen gratis und ohne weitere Verpflichtungen lesen.

Warum?
Weil es mir wichtig ist, dass die Informationen weitergehen und dass man weiss, Krebs ist keine lokale sondern eine systemische Erkrankung, das heisst, ist ein Tumor entfernt, ist die Ursache der Erkrankung selbst noch nicht behandelt. Krebs ist nicht einfach Schicksal, jeder kann vorsorgen.

Du bietest Seminare zum Thema an. Für wen?
Für alle Interessierten: Angehörige, Betroffene, Pflegende und Therapeuten. Über die Kneipp Vereine biete ich auf Wunsch auch kostenlose Vorträge an.

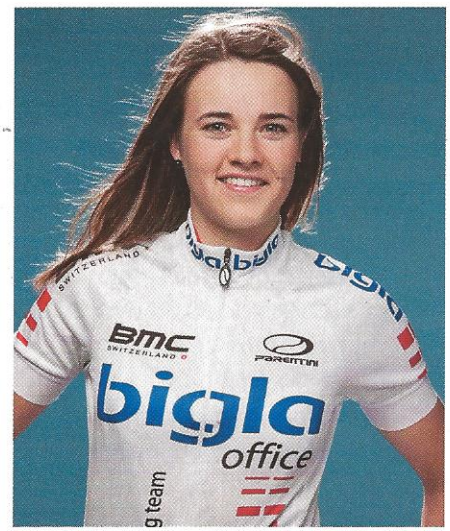
Man muss sich also nicht für oder gegen eine schulmedizinische Behandlung entscheiden?
Nein, auf keinen Fall! ONKOfit ergänzt ideal die üblichen medizinischen und biologischen Behandlungen. In den Seminaren gehen wir praktisch auf die Frage ein «Wie kann ich meine Selbstheilungskräfte stärken?». Wir kochen zusammen, meditieren, lernen Heilkräuter kennen, machen Wickel und eruieren den optimalen Bewegungsbereich. Ein Schritt, um aus dieser Ohnmacht herauszukommen.

fotolia.com

Rolf Wenger praktiziert seit 1996 als Therapeut und als von der Gesundheitsdirektion Bern im Jahr 2003 anerkannter Heilpraktiker/Naturarzt NVS. Seit 2007 unterrichtet er Onkologie an einer Schule für Naturheilkunde.

Ein Leben zwischen Radrennsport und Beruf

Sie ist jung, sie hat Erfolg und sie hat noch viele Ziele. Die erst 19-jährige Radrennfahrerin **Larissa Brühwiler** aus dem thurgauischen Dussnang ist auf dem besten Weg, eine erfolgreiche Radrennkarriere zu machen. Tägliches Training gehört zu ihrem Alltag, wie kalte Beingüsse zur Stärkung des Immunsystems.



Text: Lotty Wohlwend, Bild: zvg

Wie war der Saisonstart?
Das zehntägige Trainingslager auf Gran Canaria und die Woche in Benidorm (Spanien) verliefen sehr gut. Leider war der Rennauftakt etwas unsanft: Ich war beim ersten Rennen in Chambery (Frankreich) sehr gut in der Zeit, als ich stürzte. Ich konnte zwar das Rennen noch beenden, doch der Zeitverlust war einfach zu gross. Später stellte der Arzt eine Hirnerschütterung fest, die ich dann zu Hause auskurieren musste.

Was für Ziele haben Sie sich gesetzt?
Ich möchte auf alle Fälle an der Schweizer Meisterschaft in Satigny teilnehmen und unter die «Top Fünf» fahren.

Larissa Brühwiler

19 Jahre alt

3 jüngere Geschwister

Dussnang