

## Vitamin D und Krebs – neun Fakten, die man Ihnen vorenthalten will

### Aurora Geib

Früher kam die Diagnose mit dem großen K einem Todesurteil gleich. Bisweilen verdrängen Patienten die Krankheit sogar. Wer wollte es ihnen auch verdenken? Schließlich malt die Schulmedizin für Krebspatienten ein ziemlich düsteres Bild und die Heilmethoden, die sie anbietet, tragen auch nicht zur Verbesserung der Lebensqualität bei, von Übelkeit und Haarausfall einmal ganz zu schweigen.



Doch jüngste bahnbrechende wissenschaftliche Erkenntnisse erlauben jetzt Einblicke in die wahre Natur der Krankheit, die es Forschern ermöglicht, auch das Konzept einer ernährungsbasierten Therapie in Erwägung zu ziehen. Damit gewinnt die Vorstellung an Boden, dass zur Prävention oder gar Heilung einer Krebserkrankung nicht unbedingt teure Medikamente entwickelt werden müssen, sondern dass Mittel eingesetzt werden können, die die Natur schon bereithält: [Nahrungsmittel und Sonnenschein!](http://www.naturalnews.com/034286_cancer_prevention_nutrition.html) ([http://www.naturalnews.com/034286\\_cancer\\_prevention\\_nutrition.html](http://www.naturalnews.com/034286_cancer_prevention_nutrition.html))

### Die Fakten

Aber wenn etwas derart Wirksames wirklich für jeden zur Verfügung steht, warum macht es sich dann niemand zunutze?

Die neueste Erkenntnis, dass sich der Körper mit der Hilfe von Vitamin D gegen viele chronische Erkrankungen zur Wehr setzen kann, hat das Interesse vieler Forscher geweckt – ganz besonders an dem Sonnenschein-Vitamin, das unter Umständen in der Lage ist, Krankheiten wie Krebs zu verhindern oder zu heilen. Eine kurze Zusammenfassung der Fakten, die sich aus Studien in jüngster Zeit ergeben haben, hilft uns, zu erkennen, wie Vitamin D helfen kann.

#### 1. Vitamin D senkt das Krebsrisiko um 77 Prozent

Im US-Bundesstaat Nebraska wurde eine Studie an 1.179 gesunden Frauen durchgeführt, die zunächst in eine Studiengruppe und eine Kontrollgruppe eingeteilt wurden, die Frauen in der Kontrollgruppe nahmen ein Placebo ein. Nach Ablauf des vierjährigen Studienzeitraums zeigte sich bei der Gruppe,

die Vitamin D erhalten hatte, im Vergleich zur Placebogruppe eine um 60 Prozent, bei Betrachtung der letzten drei Jahre sogar um 77 Prozent, geringere [Häufigkeit einer Krebserkrankung](http://www.naturalnews.com/021892.html). (<http://www.naturalnews.com/021892.html>)

## 2. Vitamin D kann Krebs verhindern

Nach Angaben des amerikanischen Krebsforschungszentrums *National Cancer Institute* lassen sich 80 Prozent aller Krebsfälle vermeiden. Eine gesunde, ausgewogene Ernährung kann Krebs verhindern. Das wäre beispielsweise eine Ernährung mit einem geringen Anteil von raffiniertem Zucker und verarbeitetem Fleisch, dafür aber mit viel Obst, Blattgemüse und viel Vitamin D, entweder aus Lebensmitteln oder von der Sonne. Studien haben gezeigt, dass der häufige Verzehr von tierischen Produkten und Milchprodukten, die Hormone und gesättigte Fettsäuren enthalten, [Brustkrebs verursachen kann](http://www.naturalnews.com/027334_cancer_diet_breast.html). ([http://www.naturalnews.com/027334\\_cancer\\_diet\\_breast.html](http://www.naturalnews.com/027334_cancer_diet_breast.html))

## 3. Heilende Wirkung des Sonnenscheins

Eine Studie aus dem Jahr 2011, die in Frankreich an 60.000 Frauen nach den Wechseljahren durchgeführt wurde, ergab ein deutlich niedrigeres Brustkrebsrisiko bei Frauen, die ernährungsbedingt oder durch Sonneneinwirkung einen besonders hohen Vitamin-D-Spiegel aufwiesen. Dieser verzeichnete einen deutlichen Anstieg, wenn die Frauen tatsächlich dem [Sonnenlicht ausgesetzt waren](http://www.naturalnews.com/034286_cancer_prevention_nutrition.html). ([http://www.naturalnews.com/034286\\_cancer\\_prevention\\_nutrition.html](http://www.naturalnews.com/034286_cancer_prevention_nutrition.html))

Damit liegt die Vermutung nahe:

## 4. Private Interessen haben die Hand im Spiel

Die abschätzige Haltung des Medizin-Establishments zu Vitamin D und seiner Wirksamkeit bei Krebs lässt sich angesichts der neuen Forschungsergebnisse, die diese bestätigen, nicht länger rechtfertigen. Deshalb wird man misstrauisch über die Art, in der hier die kalte Schulter gezeigt wird. Das gilt besonders dann, wenn bei Organisationen und Einrichtungen, die vorgeblich die Erforschung von Heilmethoden unterstützen, finanzielle Verbindungen zu Pharmaunternehmen, Herstellern von Mammografiegeräten oder anderen Firmen und Organisationen bestehen, die am Krebs verdienen. Außerdem stellt die Vitamin-D-Forschung schon allein deshalb eine Bedrohung für die Krebsindustrie dar, weil hier der Weg zu einer Krebsbehandlung aufgezeigt wird, die [keine hohen Kosten verursacht](http://www.naturalnews.com/021892.html). (<http://www.naturalnews.com/021892.html>)

## 5. Chemotherapie wirkt nicht

Zu den heutzutage von der Schulmedizin angebotenen Behandlungsmethoden bei Krebs zählt die Chemotherapie. Es sei ein für alle Mal gesagt: die Chemotherapie zeigt bei Krebs keinerlei positive Wirkung. Es gibt keine wissenschaftlichen Beweise, die eine solche Wirkung bestätigen würden. Eine Chemotherapie lässt die Tumoren schrumpfen, trägt aber nichts dazu bei, die Krebserkrankung rückgängig zu machen und einen Rückfall zu verhindern. Darüber hinaus sind die Nebenwirkungen gut dokumentiert – Nebenwirkungen, die den [Zustand des Patienten verschlechtern anstatt ihn zu verbessern](http://www.naturalnews.com/024536_cancer_women_breast.html). ([http://www.naturalnews.com/024536\\_cancer\\_women\\_breast.html](http://www.naturalnews.com/024536_cancer_women_breast.html))

## 6. Die tägliche Verzehrmenge von Vitamin D gewährt keinen Schutz vor Krebs

Die [in den USA] neu festgesetzte tägliche Verzehrmenge von Vitamin D (600 IE für Kinder und Erwachsene bis 70 Jahre und 800 IE für Erwachsene über 70) steht in der Kritik. Sie gilt als zu niedrig, um eine krebshemmende Wirkung zu entfalten. Laut Dr. Cedric Garland zeigen neueste Studien, dass bei Erwachsenen eine tägliche Einnahme von 4.000 bis 8.000 IE Einheiten Vitamin D erforderlich ist, um einen Spiegel im Blut aufrecht zu erhalten, der das Risiko verschiedener Krankheiten, [darunter auch Krebs, mindert](http://www.naturalnews.com/031577_vitamin_D_scientific_research.html). ([http://www.naturalnews.com/031577\\_vitamin\\_D\\_scientific\\_research.html](http://www.naturalnews.com/031577_vitamin_D_scientific_research.html))

[Anmerkung B. Michael] Auch die DGE hat ihre Empfehlung von 400 IE auf 800 IE „revolutioniert“!!!

## **7. Sonnenstrahlen verursachen nicht notwendigerweise Hautkrebs**

Eine Studie von Forschern der *Leeds University* aus dem Jahr 2009 ergab, dass ein höherer Vitamin-D-Spiegel mit besseren Überlebenschancen bei Hautkrebs einherging. Dass bei den meisten Menschen ein Vitamin-D-Mangel besteht, macht sie anfällig für viele Krankheiten, nicht nur für Krebs. Der Vorteil höherer Sonnenstrahlung überwiegt bei Weitem die Nachteile, die ohnehin von [neuesten Forschungsergebnissen infrage gestellt werden](#).

([http://www.naturalnews.com/032533\\_sun\\_exposure\\_skin\\_cancer.html](http://www.naturalnews.com/032533_sun_exposure_skin_cancer.html))

[Anmerkung B. Michael] Wichtig allein ist der biologische Schutz vor bzw. die biologische Filterung dem/des negativen UV-Anteil(s) aus dem Sonnenlicht (UV-A). Dies geschieht durch optimale Versorgung der Haut mit den B-Vitaminen, insbesondere dem Vitamin B10 PABA (Paraaminobezoesäure). Chemische Schutzmittel auf der Haut filtern auch die notwendigen UV-B-Strahlen.

## **8. Krebs kann vererbt werden**

Die Vorstellung, dass Krebs in bestimmten Familien gehäuft auftritt, ist ein beliebtes Thema im medizinischen Establishment. Doch jetzt gibt es Forschungsergebnisse zuhauf, die belegen, dass Krebs durch einen hohen Vitamin-D-Spiegel im Blut verhindert werden kann. Wenn ein direkter Vorfahre an Krebs erkrankt war, so war die Erkrankung mit einiger Wahrscheinlichkeit auf krebsauslösende Substanzen wie Zigarettenrauch, Hautpflegeprodukte oder chemische Lösungsmittel zurückzuführen. Wer diese Substanzen kennt und meidet, [senkt das eigene Krebsrisiko](#).

([http://www.naturalnews.com/024536\\_cancer\\_women\\_breast.html](http://www.naturalnews.com/024536_cancer_women_breast.html))

## **9. Achten Sie darauf, was Sie essen**

Unsere Ernährung ist tatsächlich entscheidend für unsere Gesundheit. Jüngste Erkenntnisse zeigen, dass zur Prävention und Behandlung von Krebs nicht notwendigerweise teure Medikamente erforderlich sind, sondern etwas, das uns schon immer zur Verfügung gestanden hat – gutes Essen. Laut einer neuen Studie von Forschern der *Harvard School of Public Health* besteht bei Männern, die fünfmal pro Woche Fisch essen, ein um 40 Prozent geringeres Darmkrebsrisiko. Außerdem ist Fisch [eine ausgezeichnete Quelle von Vitamin D](#).

([http://www.naturalnews.com/021136\\_fish\\_protein\\_colorectal\\_cancer.html](http://www.naturalnews.com/021136_fish_protein_colorectal_cancer.html))

Wir haben es jetzt in der Hand, selbst darüber zu entscheiden, ob wir gesund bleiben oder wieder werden wollen. Den Mut aufzubringen, andere Methoden anzuwenden als die der heutigen Schulmedizin, kann den Unterschied zwischen einer besseren Lebensqualität und einer schwierigen oder fragwürdigen Erholung bedeuten. Es ist heute möglich, Krebs zu verhindern. Wir können eine Erkrankung meiden oder sie geradezu einladen. Es hängt allein von uns ab.