

# Vier Fachleute – vier Behandlungsstrategien Strategien bei tumorbedingter Fatigue

## Orthomolekulare Medizin bei Fatigue



Tumor-Fatigue entsteht u. a. durch Stress als Folge der Grundkrankheit und der Nebenwirkungen der Standardtherapien. Dabei sind Malnutrition, Unterversorgung an wichtigen Nährstoffen, Störungen der Energiegewinnung und des neuro-endokrino-immunologischen Gleichgewichts sowie chronische Inflammation und oxidativer Stress ursächlich beteiligt. Ernährungs- und orthomolekularmedizinische Maßnahmen können diese Ursachen direkt beeinflussen.

Für verschiedene Mikronährstoffe ist ein primärer positiver Effekt auf die Müdigkeit in Studien belegt:

**Für eine Verbesserung des Energiehaushalts** haben sich z. B. L-Carnitin, Coenzym Q<sub>10</sub> und die B-Vitamine bewährt.

**Entzündungen und Immunsystem** werden u. a. von Omega-3-Fettsäuren, Vitamin D<sub>3</sub>, sekundären Pflanzenstoffen, Antioxidanzien, Zink und Selen günstig beeinflusst.

**Oxidativer Stress** bei Fatigue wird mit Antioxidanzien wie Vitamin C, Vitamin E oder N-Acetyl-Cystein behandelt.

**Stressresistenz, Depressionen sowie Störungen im Neurotransmitterhaushalt** lassen sich z. B. durch L-Tryptophan und B-Vitamine verbessern.

**Nebenwirkungen der Standardtherapien**, die als relevante Mitverursacher für die Entstehung der Fatigue gelten, können mit Mikronährstoffen signifikant reduziert werden.

Im Praxisalltag wird eine Ernährung angestrebt, die alle Nährstoffe in optimaler Menge und Kombination enthält. Dazu gehö-

ren eine effiziente Versorgung mit Mikronährstoffen und eine Anpassung der Energiezufuhr an den individuellen Bedarf mit Einschränkung von tierischen Fetten und von Kohlehydraten mit hohem glykämischen Index sowie eine Erhöhung des Anteils an Fisch und pflanzlichen Bestandteilen in Anlehnung an die traditionelle mediterrane Kost. Bei Kachexie muss eine hochkalorische Kost integriert werden.

Wenn die Basisversorgung an Nährstoffen auf diesem Weg nicht ausreichend ist, werden diese supplementiert. Diejenigen Nährstoffe, für die ein direkter Nutzen auf einzelne Ursachen der Fatigue nachgewiesen ist, werden entsprechend der Vorgaben der Literatur in pharmakologischer Dosierung in oraler und parenteraler Form verordnet.

Da die klassische Onkologie für die Behandlung der Fatigue keine ausreichend effektiven Konzepte kennt, ist ein Verzicht der verantwortlichen Therapeuten auf einen Einsatz der nutritiven Medizin in der Onkologie und insbesondere bei Fatigue heute nicht mehr zu vertreten.

■ Fortsetzung auf Seite 3

**Tab. 1** Leitmikronährstoffe für die begleitende Therapie der Tumor-Fatigue.

Substanz	Dosierung
Vitamin C	3 × 1 g
Vitamin E	200–400 mg
Vitamin D <sub>3</sub>	3–10 µg
Vitamin B <sub>12</sub>	5–15 µg
Pyridoxin (B <sub>6</sub> )	4–25 mg
Riboflavin (B <sub>2</sub> )	5–40 mg
Thiamin (B <sub>1</sub> )	5–40 mg
L-Tryptophan	0,5–3 g
N-Acetyl-Cystein	200–600 mg
Coenzym Q <sub>10</sub>	30–120 mg
L-Carnitin	1–4 g
Magnesium (Sulfat)	300–500 mg
Selen	100 µg
Zink (b. Unterversorg.)	10–30 mg
Eisen (b. Unterversorg.)	80 mg
Omega-3-Fettsäuren	2–4 g

## Homöopathisches Behandlungskonzept



Das Fatigue-Syndrom bei Tumorerkrankungen besteht aus vielen unterschiedlich kombinierten Einzelsymptomen und unterschiedlichen Ursachen. Damit stellt es ein Krankheitsbild dar, wie es geeigneter für eine homöopathische Behandlung nicht sein kann.

Der Homöopath fragt zunächst nach der Ursache (Causa). Denn solange die Ursache fortbesteht, kann auch die beste homöopathische Behandlung nicht sicher heilen. Die Hauptursachen Tumor, Tumorrezidiv oder Tumorprogress und Anämie können oft konventionell behandelt werden.

### Frage nach der Causa

Der Homöopath fragt zunächst nach der Ursache (Causa). Denn solange die Ursache fortbesteht, kann auch die beste homöopathische Behandlung nicht sicher heilen. Die Hauptursachen Tumor, Tumorrezidiv oder Tumorprogress und Anämie können oft konventionell behandelt werden. Eine homöopathische Behandlung dieser Hauptursachen an spezialisierten Zentren ist sowohl komplementär als auch mit kurativem Anspruch möglich. Tumorstillstände bei Progression oder Normalisierung des Blutbilds sind realistische Ziele. Die dabei erfolgende homöopathische Behandlung ist gleichzeitig eine Behandlung der Fatigue, da die homöopathischen Mittel sowohl für die Causa als auch für die Symptome der Fatigue das Simile, d. h. das mögliche Heilmittel, sind.

Wenn sich die Ursache, soweit überhaupt bekannt, weder konventionell noch homöopathisch beseitigen lässt, kann die homöopathische Behandlung trotzdem mit Erfolgsaussichten durchgeführt werden. Da homöopathisch immer für die Gesamtheit der auffallenden Symptome ein Heilmittel gesucht wird, kann wegen der vielen und vom Patienten oft sehr gut zu benennenden Beschwerden relativ leicht und

sicher das passende Mittel gefunden werden.

### Behandlung der möglichen Ursache

Im konkreten Fall wird man also zuerst ein Mittel zur Behandlung der möglichen Ursache suchen, wobei die Homöopathie viele Mittel bereithält, um auch Fatigue oder deren Verschlechterung nach Tumortherapien zu bessern. Schnelle und nachhaltige Hilfe ist möglich, z. B.:

- nach Bestrahlung mit u. a. Radium bromatum, X-Ray, Phosphorus,
- nach Chemotherapie mit u. a. Cadmium sulfuricum, Nux vomica, Arsenicum album,
- nach Operationen mit u. a. Arnica montana, Staphysagria, Bellis perennis.

### Chronisches Mittel

Spätestens dann folgt das „chronische Mittel“, das den Fatigue-Kranken mit seinen ganzen Symptomen und seinem Gesamt-Kranksein homöopathisch erfasst und in häufigen Fällen auch heilt. Selbst wenn das Tumorleiden nicht mehr aufzuhalten ist, kann die homöopathische Behandlung die tumorbedingte Fatigue lindern oder heilen und so eine gute Lebensqualität erhalten.

**Dr. med. Uwe Friedrich**  
Hahnemann Klinik Baltrum  
■ Straße?  
26579 Baltrum  
homoeopathie.de@web.de

## Akupunktur und chinesische Arzneitherapie



Mit chinesischer Medizin können integrativ Schmerzen, Nebenwirkungen der Chemo- oder Strahlentherapie

sowie Erschöpfung bei Tumorpatienten effektiv behandelt werden.

Voraussetzung ist die Diagnose nach den acht Leitkriterien. Karzinome erzeugen oft eine Qi-, Xue-, Yin- oder Yang-Leere, zudem sind Stasen des Energieflusses und Feuer-Glut-Toxine häufig, die es auszuleiten gilt. Nur die energetische Leere zu stützen, kann deshalb ein Fehler sein und wird als Faktor für Krebswachstumsbeschleunigung diskutiert. Meist liegt eine Kombination der Syndrommuster vor, die eine komplexe Therapie erfordern. Neben der Akupunktur ist die Arzneitherapie sehr wichtig. Chinesische Arzneidrogen mit antikanzerogenen Effekten sind Coicis semen, Ganoderma, Scutellariae herba, Sophorae radix, Ginseng-Blätter, Hediotydis herba, Akebiae fructus. Sie werden nur in Kombination gegeben.

### Häufige Syndrommuster

**Milz- und Magen-Leere, hochschlagendes Magen-Qi, Hitze:** deutliche Erschöpfung, Inappetenz, weiche Stühle, Völlegefühl, Übelkeit, Blässe, trockener Mund, aber wenig Durst, nachts Schwitzen und verstärkte nervöse Anspannung sind typische Symptome, die Zunge ist stark gedunsen mit Zahneindrücken, blass, es können aber auch rote Punkte imponieren.

**Therapiestrategien:** Qi und Mitte stützen, Qi harmonisieren, Magen-Qi absenken, entgiften.

KG 12, Pc 6, Ma 36, Mi 9 (beide suppletiv nadelnd), Le 3, LG 20 (absenkend), Ma 44, Di 11, Bl 20 und 21. Wichtig: suppletives (tonisierendes) Stimulieren der Nadeln, an den Patientenzustand anpassen, u.U. 30–45 min. Klassisches Arznei-Basis-Rezept: **Kleines Bupleurum Dekokt** zusammen mit Coicis semen 15 g und Ganoderma 9 g.

### Xue-Leere, Qi-Stase, (verborgene) Hitze:

Blässe, Müdigkeit und andere Anämiesymptome, Spannungsgefühl in Brust oder Bauch, Ein- und Durchschlafstörung, Durst, leichtes Schwitzen, Palpitationen, Zunge blass, rote Punkte oder Ränder zeigen Hitze an.

**Therapiestrategien:** Mitte und Xue nähren, Qi harmonisieren, Hitze ausleiten.

Suppletive Punkte: Ma 36, Bl 20 und 21, Mi 1; Qi-regulativ LG 20, Le 3; Hitze kühlend: Di 11, Ma 44, LG 14.

Klassisches Arzneirezept z. B.: **Das in die Milz einfließende Dekokt** zusammen mit Hediotydis herba 15 g, Coicis semen 15 g, Ganoderma 9 g.

### Yin-Leere (Blut), (verborgene) Hitze:

allgemeine totale Erschöpfung; rote, trockene, meist belaglose Zunge; Fieber bzw. Fiebergefühl nachmittags und abends, Rückenschmerzen, Schweiß besonders nachts, Unruhegefühl, Schlafstörungen, trockener Mund ohne Durst, sog. Hitze der 5 Zentren.

**Therapiestrategien:** Yin nähren, Säfte befeuchten, Hitze kühlen, pathogenes Qi ausleiten.

Ni 3 oder Ni 6, Bl 40, Lu 5, LG 20, He 3, Di 11, Ma 36.

■ Fortsetzung auf Seite 3

## Kampo-Medizin



Erschöpfungszustände, die im Zusammenhang mit einer Tumorerkrankung und/oder -therapie auftreten, werden

in Japan häufig komplementär zur modernen Standardtherapie mit **japanischer Phytotherapie (Kampo)** behandelt. Es handelt sich dabei um die Anwendung traditionell bewährter pflanzlicher Arzneidrogenrezepturen. Heute steht ein pragmatischer und reduktionistischer Ansatz im Vordergrund mit nur 150 ausgewählten Rezepturen aus fein geschnittenen, qualitativ hochwertigen und wissenschaftlich gut untersuchten Arzneidrogen.

### Kampo-Diagnostik

Im Zentrum der Kampo-Diagnostik stehen Befragung und Anamneseerhebung, dabei werden ganzheitlich körperliche, psychische und vegetative Beschwerden erfasst. Symptome, die den individuellen Kräftehaushalt, die Mikrozirkulation, Verdauungsfunktion, Temperaturempfinden und den Wasserhaushalt deutlich machen, geben wichtige Hinweise für die Auswahl der richtigen Rezeptur. Ergänzend folgt eine körperliche Untersuchung, in deren Mittelpunkt die Bauchdeckendiagnose (durch Abtasten Erfassen von Bauchdeckenspannung, Schmerzarealen und Muskeltonus) steht. Zungen- und Pulsstatus werden ebenfalls erhoben. Das Gesamtmuster der Symptome und körperlichen Zeichen führt hin zum Wirkprofil einer Rezeptur, im Idealfall passt das Beschwerdebild des Patienten zum Wirkprofil der Arznei wie ein Schlüssel zum Schloss.

### Kampo-Therapie: Radix Ginseng

Im Mittelpunkt der Rezepturen für die Indikation Tumor-Fatigue steht Radix Ginseng, die Ginsengwurzel, die tonisierende und roborierende Eigenschaften aufweist. Sie wird aber nur in Kombination mit weiteren Arzneidrogen eingesetzt. Drei Rezepturvarianten seien vorgestellt:

- **Hochu-ekki-to**, zusammengesetzt aus 10 Drogen, anzuwenden bei Erschöpfungszuständen, die mit Magen-Darm-Beschwerden, Appetitlosigkeit, Diarrhö oder Depressionsneigung einhergehen. **Rhizoma Atractylodis** und **Rhizoma Zingiberis** stehen neben Ginseng im Vordergrund.

- **Juzen-taiho-to** wird eingesetzt, wenn nebenbefundlich Anämie, Wundheilungsstörungen oder Hautveränderungen vorliegen. **Radix Angelicae** und **Radix Rhenmanniae** sind hier von Bedeutung.

- **Ninjin-yoei-to** ist das Mittel der Wahl, wenn Unruhe, Kurzatmigkeit, Palpitationen im Vordergrund stehen. **Fructus Schizandrae** spielt hier eine Rolle. Die Rezeptur wird ggf. erneut angepasst und dann bis zur Besserung mehrere Wochen als Dekokt oder als Fertigpräparat verabreicht.

### Dr. med. Heidrun Reißweber, M.A.

Spezialambulanz für Japanische Phytotherapie (Kampo)  
Medizinische Klinik – Innenstadt,  
Universität München  
Ziemssenstraße 1  
80336 München  
reissen@med.uni-muenchen.de



#### ■ Rest Orthomolekulare Medizin

Literatur ist beim Autor erhältlich.

##### **Dr. med. Udo Böhm**

Forum orthomolekulare Medizin,  
Deutsche Gesellschaft für präventive  
Medizin, Lehrbeauftragter der LMU  
München  
Kruchenhausen 35  
83246 Unterwössen  
agg-uw@kabelmail.de

#### ■ Rest Akupunktur

Mit Akupunktur sind symptomatisch gute Effekte zu erwarten, langfristig ist aber die Arzneitherapie zur Ergänzung des Yin unerlässlich.

Rezeptur: **Rhemanía-Trunk mit 6 Geschmäckern** zusammen mit *Anemarrhenae rhizoma* 9 g,

*Gardeniae fructus* 9 g, *Hediotydis herba* 15 g, *Sophorae radix* 3 g.

##### **Dr. med. Josef Hummelsberger**

Internist, Akupunktur,  
Naturheilverfahren  
Hackenstraße 7 C  
80331 München  
hummelsberger@tcm.edu