

# Misteln steigern die Lebensqualität

**Gesundheit** Die Misteltherapie gehört zu den am häufigsten angewandten Verfahren in der komplementärmedizinischen Krebstherapie. Sie soll schulmedizinische Behandlungen aber nicht ersetzen, sondern erweitern.



Den Krebs überwunden: Beat Schranz bespricht mit Professorin Ursula Wolf die Dosierung der Misteltherapie. Urs Baumann

Sonja L. Bauer

«Hier sind die Nadeln. Sie spritzen das Präparat montags, mittwochs und freitags. Nach sieben Ampullen machen Sie eine Pause. Ich gebe Ihnen ein Dauerrezept für ein halbes Jahr...» Beat Schranz nickt. Fragt ein-, zweimal kurz nach, dann nimmt der ehemalige Krebspatient das Rezept und steckt es ein.

Er kennt das Prozedere bestens. Seit sechs Jahren unterzieht er sich einer Misteltherapie und denkt nicht daran, damit aufzuhören. «Ich bin überzeugt, dass es mir dank dieser Therapie heute wieder so gut geht.»

## Ergänzung zur Schulmedizin

Ursula Wolf, Direktorin des Instituts für Komplementärmedizin am Berner Inselspital, erklärt es: Die Misteltherapie ist eine ernst zu nehmende Therapieform. Sie wird auf Wunsch ergänzend mit schulmedizinischen Behandlungen wie Chemotherapien und Bestrahlungen verschrieben. Der Patient kann sich den Wirkstoff, der aus verschiedenen Arten der Mistelpflanze gewonnen wird, selber spritzen. Ähnlich, wie es Diabetiker in den Bauch oder den Oberschenkel tun.

«Das Arzneimittel muss gespritzt werden, weil bei einer Einnahme die Inhaltsstoffe durch die Verdauungssäfte zerstört würden», erklärt Ursula Wolf. Die Dosierung werde, je nach Diagnose und Mensch, individuell bestimmt. «Deshalb ist das Gespräch mit der Patientin oder dem Patienten und dem behandelnden Onkologen besonders wichtig.»

Für Beat Schranz ist seit jeher klar, dass sich der Körper nicht ohne Geist und Seele denken lässt: Unmittelbar nachdem er von seinem Krebs erfahren hatte, entschloss er sich, die Krankheit nicht nur schul-, sondern auch komplementärmedizinisch anzugehen.

Wegen Taubheitsgefühlen im Bein hatte er sich 2010 im Inselspital untersuchen lassen. Diagnose: bösartiger Tumor im Kreuzbein.

Bereits während der Chemotherapie und der Bestrahlung suchte der heute 53-Jährige Ursula Wolf auf und liess sich die Misteltherapie verschreiben. «Ich bin überzeugt, dass sie dafür verantwortlich ist, dass ich die raue Zeit dieser Behandlungen gut durchgestanden habe», sagt der Patient und erzählt ein Beispiel: «Ich lag nach einer starken Chemotherapie in einem Sechserzimmer im Spital. Ich war der Einzige, der sich, trotz Übelkeit und diversen anderen Nebenwirkungen von Chemo und Bestrahlung, einigermassen gut fühlte.» Ursula Wolf ergänzt: «Forschungen haben gezeigt, dass der Wirkstoff der Mistel die Nebenwirkungen schulmedizinischer Massnahmen bei Krebs mildern kann.»

So seien Übelkeit und Müdigkeit nach der belastenden Chemotherapie erträglicher; Rötungen der Haut, ähnlich denen eines Sonnenbrands, die durch die Bestrahlung entstehen können, würden gemildert. Taubheitsgefühle in den Fingerkuppen, sogenannte Polyneuropathien, die durch defekte Nerven entstehen,

## Anerkannte Arznei

Die Misteltherapie ist eine anerkannte Methode der anthroposophisch erweiterten Medizin und in der Grundversicherung enthalten. Alle Mistelpräparate, die von einem Arzt oder einer Ärztin mit staatlichem Diplom und einer Facharztausbildung (FMH) verschrieben werden, sind in der Regel durch die Grundver-



Mildern die Nebenwirkungen von schulmedizinischen Krebsbehandlungen: die Mistelpflanze und ihre Wirkstoffe. Fotolia

würden sich vermutlich weniger stark ausbilden.

Für Wolf gibt es sowieso nur eine Medizin. «Eigentlich möchte ich nicht von Schulmedizin und Komplementärmedizin sprechen. Der Mensch ist eins und lässt sich nicht einfach in einzelne Teile auseinanderdividieren.» Deshalb sei es heute wichtig, Brücken vom einen zum anderen zu bauen. In-

sicherung der Krankenkassen gedeckt.

Zum besseren Verständnis: In der Grundversicherung sind alle schulärztlichen Konsultationen enthalten. Welche Medikamente ein Arzt verschreibt, liegt in seinem Ermessen. Diese Regelung gilt seit 2012. Alle anderen, nicht medikamentösen Massnahmen

der Wirkung auf den Menschen. Wolf ist eine profunde Kennerin ihres Fachs, das auf der Anthroposophie Rudolf Steiners gründet. Auch Steiner habe, so Wolf, den Menschen zwar in die Physis, in den lebendigen Bereich, und in die Gefühle, also die Seele und den Geist, eingeteilt. «Doch er hat bei der Medikamentenentwicklung all dies auch immer berücksichtigt.» Durch die Misteltherapie könne der Mensch gestärkt werden, seinen «Lebensfaden» wieder aufzunehmen, die Konzentration werde auf das Wesentliche reduziert und die Lebensqualität erhöht.

Wie aber erklärt sich Ursula Wolf den Erfolg der Misteltherapie? «Die Pflanze wirkt auf Messbares, zum Beispiel die Blutwerte, und Nichtmessbares, zum Beispiel die Lebensqualität. Bei Letzterem ist es ähnlich wie bei den Gefühlen Liebe oder Hunger: Niemand kann quantitativ sagen, wie viel Hunger jemand hat, dennoch ist das Gefühl da. Die Mistel wirkt bei Krebs individuell wie Nahrung auf den Körper.» Die Ärztin erklärt, dass die Mistel, entgegen etwa der gängigen Volksmeinung und den Informationen im Internet, kein ausschliesslicher Parasit sei, sondern vielmehr eine Pflanze, die auf verschiedenen Bäumen wachse. «Das Einzige, was sie von ihnen nimmt, sind Wasser und Salze.» Je nachdem, auf welchem Baum die Mistel gedeihe, würden sich Art und Wirkstoff ändern.

## Auf Weltreise mit Misteln

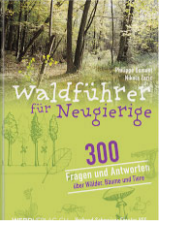
Beat Schranz indes beschloss bereits ein Jahr nach seiner Krebserkrankung, sein Leben von Grund auf zu ändern. Mit seiner Frau begab sich der Informatiker zwei Jahre auf Weltreise – mit dem Velo und mit Mistelarznei im Gepäck.

«Nach einem Jahr kam ich nach Hause, konsultierte Ursula Wolf, um mir ein neues Rezept ausstellen zu lassen», erzählt Schranz. «Dann machte ich mich wieder für ein Jahr auf den Weg durch die Welt und mein Leben.»

## Buchtipps

### Waldführer für Neugierige

Dieses Buch ist ein Begleiter für alle, die den Wald besser verstehen möchten. Es gibt Antworten auf die vielen Fragen, die sich neugierige Menschen stellen, wenn sie durch den Wald gehen. Es hilft, den Blick für die Natur zu schärfen und Veränderungen zu verstehen. Die Tatsache, dass sich die europäischen Wälder heute in beispiellosem Ausmass ausdehnen, dürfte für viele überraschend sein. Ebenso die Entdeckung, dass die Wälder dank des Einflusses des Menschen ein Lebensraum mit grossem biologischem Reichtum bleiben. Das Buch ist kein Bestimmungsbuch für Pflanzen und Tiere. Den roten Faden bilden 300 konkrete Fragen und Antworten, die bei Arbeitswochen im Wald mit Schülern und Erwachsenen immer wieder auftauchen. *mt/sz*



**Info:** Philippe Domont, Nikola Zanic, «Waldführer für Neugierige», Werdverlag 2016, ISBN 978-3-85932-739-1, 32 Franken.

### Kalorienarme Aroma-Wasser

Manchmal fällt es gar nicht so leicht, täglich die empfohlene Menge Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Entweder man trinkt zu wenig oder aber viel zu süsse Getränke. Dabei wäre Wasser die gesündeste Lösung. Wenn es nur nicht so langweilig schmecken würde.



Kann Wasser gut schmecken und trotzdem gesund und kalorienarm sein? Ja, kann es. Man lässt einfach Früchte, Gemüse oder Kräuter eine Zeit lang in Wasser ziehen. So überträgt sich der Geschmack auf das Wasser. Die Kalorien bleiben weitgehend in der Frucht. Und das Beste daran ist, das fruchtige Wasser versorgt den Körper nicht nur ausreichend mit Flüssigkeit, sondern ist auch eine Wohltat für Körper und Geist dank der Wirkweise der unterschiedlichen Zutaten. Die Rezepte enthalten daher neben den Zutatenlisten auch Angaben zur Wirkung der Getränke, die von belebend bis beruhigend reicht. *mt/sz*

**Info:** Anne Iburg, «Aroma-Wasser, vitalisierende Detox-Getränke mit Früchten, Kräutern und mehr», Frechverlag 2016, TOPP 8019, ISBN 978-3-77248-0-195, Fr. 12.90.

## Nachrichten

### Schadstoffe «Plastik-Fastenkur» bringt wenig

Eine fünfköpfige Familie aus Wien hat im privaten Haushalt monatlang radikal auf Kunststoffen verzichtet. Umweltmediziner der Med-Uni Wien haben sie dabei begleitet und zu Beginn und nach zwei Monaten Urinproben analysiert. Das zentrale Ergebnis: Die «Plastik-Fastenkur» bringt wenig bei der Vermeidung von Schadstoffbelastungen in unserem Körper. Kunststoff-Vermeidung ist daher vor allem ein Beitrag zum Ressourcen- und zum Umweltschutz. *sda*