

Vom heilsamen Umgang mit Krebs

Und was wir für die Coronapandemie daraus lernen können

Heinz Huber

Die Coronapandemie war und ist für die ganze Welt ein Schock. Das Auftreten einer völlig neuen Virusart und die weltweite Verbreitung und Bedrohung erzeugten zunächst Angst und Panik, nicht zu Unrecht, da der Verlauf einer solchen Pandemie weder von Wissenschaftlern noch von Politikern einzuschätzen war. Deshalb reagierten die meisten Staaten massiv mit Isolation und Lockdown, und dies war in der ersten Einschätzung auch gerechtfertigt. Im Verlauf der Pandemie zeigte sich jedoch bald, dass es massive Unterschiede im Verlauf, in der Ausbreitung und in der Schwere der Erkrankung gab. Auch spielen klimatische Faktoren, Lebens- und Umweltbedingungen, Strukturen des Gesundheitssystems sowie genetische und vor allem persönliche Faktoren eine Rolle.

Nun ist fast schon ein Jahr mit der Pandemie vergangen. Oft hoffte man bisher, dass ein Ende in Sicht sei, aber es scheint sich eine Welle nach der anderen zu entwickeln. Vieles hat sich verändert in diesen Monaten, vieles war schwierig und wird womöglich noch schwieriger werden, wie beispielsweise die wirtschaftlichen Folgen. Manches war ein Geschenk für die Menschen, zum Beispiel die gewonnene Zeit, die Förderung des Homeoffice und manch anderes. Uns bedrohen noch die Kollateralschäden des Lockdowns: Konsequenzen, die im Augenblick weder auf seelischer noch auf wirtschaftlicher Ebene einzuschätzen sind.

Immer wieder hat mich in dieser Zeit die Pandemie aus ärztlicher Sicht beschäftigt und bewegt, und mir sind so sehr die Analogien zwischen der Pandemie als schwerer Krankheit dieser Welt und einer Krebserkrankung klar geworden. Ich denke, dass wir aus dieser Analogie heraus vieles lernen können, um bei dieser und mögli-

chen erneuten Krise sinnvoll und angepasst zu reagieren. So möchte ich Ihnen die Grundgedanken und Analogien etwas näherbringen. Ich beginne mit der Krebserkrankung.

Die Krebserkrankung

Zu Beginn einer Krebserkrankung steht die Diagnose. Sie löst in der Regel große Angst und oft einen richtigen Schock aus. Dies auszuhalten ist sehr schwierig. Handeln und Agieren reduzieren die Angst, und deshalb wird gewöhnlich rasch nach Hilfe gesucht. Behandlungen werden meist sofort begonnen. Dies ist nicht immer die beste Lösung für die Patient*innen. Noch im Schockzustand große Operationen oder schwere Chemotherapien zu überstehen verbessert nicht unbedingt die Prognose.

Eine Zweitmeinung einholen Sinnvoller wäre es, sich von dem Schockzustand zu



Die Coronapandemie betrifft die ganze Welt. © imago images / imagebroker



Hoffnung gleicht einer blauen Blume. © imago images / blickwinkel

erholen, sich eventuell noch eine zweite Meinung einzuholen und in ruhiger Abwägung und mit Berücksichtigung des eigenen gesunden Menschenverstands und der Intuition eine Entscheidung zu treffen. Hier muss man wissen, dass Behandler*innen und Ärzt*innen auch Angst haben, oft nicht bewusst, und dass rasches Handeln deren Bangen reduziert. So kommt es manchmal zu dem großen Druck auf die Patient*innen, gerade kurz nach Diagnosestellung.

Angst macht Krebs Schaffen wir es nicht, die Patient*innen von ihrer Angst zu befreien, verschlechtert sich die Prognose. Wir hatten sogar einmal eine junge Patientin, die durch das Miterleben der Gehirntumorerkrankung einer Bekannten eine sehr große Angst entwickelte, ebenfalls einen solchen Tumor zu bekommen. Sie konnte sich nicht daraus lösen und war irgendwann sicher, an einer Krebserkrankung zu leiden. Zwei Jahre später kam auch sie mit der Diagnose eines Gehirntumors zu uns. Was bedeutet dies? Es scheint so zu sein, dass unsere innere Erwartungshaltung durch Angst und Sorge das Befürchtete heraufbe-

schwören kann. Dies ist das Phänomen der sich selbst erfüllenden Prophezeiung. Im Alltag kennen wir dies: „Pass doch auf!“ – und schon ist es wirklich passiert. Dass dies ein reales, ernst zu nehmendes Phänomen ist, zeigt uns Paul Watzlawick in seinem Buch „Die erfundene Wirklichkeit“ im Kapitel „Selbsterfüllende Prophezeiungen“. Die Konsequenz ist, nicht Angst, sondern Hoffnung und Mut zu machen und die Vision der Gesundheit in den Fokus zu stellen.

Die Nebenwirkungen Hat der Patient/die Patientin sich für eine tumordestruktive Therapie wie für eine Operation, Chemotherapie oder Bestrahlung entschieden, folgt oft noch ein Leidensweg, da diese Maßnahmen teilweise mit erheblichen Nebenwirkungen einhergehen können. Selbst wenn die tumorhemmenden Behandlungen erfolgreich sind, kann es sein, dass durch den Anstieg der Nebenwirkungen der Patient an einen Punkt kommt, an dem er spürt: „Ich kann nicht mehr, jetzt ist es zu viel.“ In der langjährigen Arbeit mit Krebspatient*innen habe ich gelernt, diesen Punkt sehr ernst und wichtig zu nehmen

und die Patient*innen in ihrer Wahrnehmung zu unterstützen und sie zu ermutigen, „Stopp“ zu sagen. Bis zu diesem Punkt profitieren die Patient*innen noch von den Maßnahmen, danach können sie ihnen mehr schaden als nutzen.

Verstehen und Verändern Durch die Diagnosestellung, den Schock und die Beschäftigung mit der Erkrankung kommen viele Patient*innen dazu, zu verstehen, was die Krankheit für sie zu bedeuten hat, daraus zu lernen und ihr Leben zu verändern. Wenn ein solcher Prozess geschieht, verbessert er die Prognose gewaltig. Passiert dies nicht, dann habe ich oft Sorge um die Patient*innen: Die Wahrscheinlichkeit eines Rezidivs wird größer.

Der schlechteste Rat, den man einem Krebspatienten geben kann, ist: „Jetzt haben wir Sie operiert, Chemotherapie gemacht und bestrahlt – jetzt können Sie so weitermachen wie zuvor.“ Warum ist dies so? Warum reicht eine tumordestruktive Behandlung nicht aus? Nach meiner Erfahrung können Chemotherapie, Immuntherapie oder Bestrahlung das Tumorgeschehen nur hemmen. Eine wirkliche Heilung des ganzen Menschen anzustoßen, bedeutet mehr.

„Le microbe n’est rien, le terrain est tout“ Auch beim Infektionsgeschehen hat Pasteur am Ende seines Wirkens zugeben müssen: „Das Milieu ist das Entscheidende und nicht der Erreger.“ Das heißt: Um langfristig Gesundheit zu sichern, muss der ganze Mensch mit Körper, Geist und Seele und seinem Milieu einbezogen werden. Ich erkläre das meinen Patient*innen gerne so: Schwere Erkrankungen entstehen, wenn das individuelle persönliche Fass übergelaufen ist. In diesem Fass befinden sich erbliche Dispositionen, toxische Einflüsse und natürlich auch seelische Gründe. Erst wenn man bereit ist, dieses persönliche Fass anzuschauen, zu bearbeiten und zu entleeren,



Kontakt mit anderen Menschen stärkt uns. © imago images / Panthermedia ; Symbolbild

steigt die langfristige Prognose. Wenn beispielsweise seelische Gründe in der persönlichen Krankengeschichte eine große Rolle spielen, müssen diese auch dementsprechend berücksichtigt und gelöst werden. Meist geht dies nicht, ohne alte Muster aufzuspüren, aufzubrechen und zu verändern. Dazu bedarf es oft großen Mutes, der aber in vielen Fällen ohne diese schwere Krise nicht gewachsen wäre.

Schulmedizin und komplementäre Medizin arbeiten Hand in Hand Seit nun schon fast 40 Jahren bin ich Arzt und habe sowohl Schulmedizin wie auch naturheilkundliche Verfahren gemeinsam zum Wohle der Patient*innen angewendet. Beide Ansätze haben ihre Chancen und Grenzen, aber in der täglichen Praxis lassen sie sich wunderbar verbinden. Gerade beim Krebs können schulmedizinische Behandlungsverfahren den Tumor oft gut eindämmen und einen Stillstand erreichen. Naturkundliche Methoden – und darunter vor allem die klassische Homöopathie – können, da sie den ganzen Menschen betrachten, wirkliche Anstöße in Richtung Heilung geben.

Krankheit als Entwicklungschance Das langfristige Ziel ist, dass Patienten irgendwann sagen können: „Ich bin dankbar für diese Krankheit und für diese Krise, denn sie haben mein Leben wieder in die richtige Richtung gelenkt.“ Auf diesem Weg ist es oft wichtig, wieder auf die eigene Seele zu hören, die eigene größte Vision vom Leben wieder zu entwickeln und dieser zu folgen, und zwar mit Selbstbewusstsein, Selbstbestimmung und ohne Angst.

Spiritualität verbessert die Prognose Grossarth-Maticek hat in den 1980er-Jahren eine sehr solide wissenschaftliche Arbeit gemacht über „Krebsrisiken und Überlebenschancen“, deren Ergebnis in dem gleichnamigen Buch niedergelegt sind. Neben Sport, Bewegung, Ernährung, Lebenswillen und acht weiteren Parametern ist ihm aufgefallen, dass Menschen mit einer „gefühlten Gottesbeziehung“ eine bessere Überlebenschance haben.

Dies entspricht auch meiner langjährigen Erfahrung, dass Menschen, die eine tiefe spirituelle Anbindung haben, egal welcher

Couleur, eine bessere Prognose und eine bessere Lebensqualität haben.

Die Resilienz stärken Patient*innen, die einen solchen Weg gegangen sind, haben eine höhere Resilienz entwickelt, das heißt, sie überstehen Lebenskrisen leichter und gesünder als andere und haben gleichzeitig noch eine Prognoseverbesserung auch für andere schwere Krankheiten. Abschließend kann man sagen: Jede Krise und jede Erkrankung sind eine Entwicklungschance und aus einer übergeordneten Sichtweise sinnvoll.

Die Coronapandemie

Nun habe ich die wesentlichen Grundsätze eines heilsamen Umgangs mit der Krebserkrankung dargestellt. Ich war erstaunt, dass man diese Kriterien und Grundsätze fast eins zu eins auf die Coronapandemie übertragen kann und so eine Chance hat, ganz viel daraus zu lernen.

Der Schock über den Ausbruch der Pandemie Auch bei der Covid-19-Pandemie war die Angst eines der wichtigsten Leitsymptome, das sowohl die Reaktion der betroffenen Patient*innen als auch der handelnden Politiker bestimmte. Zu Beginn, als niemand wusste, was für eine Welle da auf uns zurollte, war diese Reaktion auch verständlich und sinnvoll. Aber mit dem Verlauf der Pandemie und dem Bekanntwerden der soliden statistischen Zahlen konnte man den Eindruck gewinnen, dass die Angst ein Übergewicht bekam und nicht mehr ganz den realen Gegebenheiten entsprach. Warum ist dies so?

Die Pandemie aktiviert tiefste kollektive archaische Ängste Über die Jahrhunderte haben unsere Vorfahren immer wieder schwerste Epidemien und Pandemien erlebt, wie die Pest, die Cholera, die Spanische Grippe etc., mit verständlicher Panik

und Todesangst angesichts der hilflosen Situation. Wer dies nachempfinden möchte, dem sei das Buch „Die Pest“ von Albert Camus empfohlen. Diese tiefen Ängste sind als alte Traumata in unserem kollektiven Bewusstsein gespeichert. Wenn wir ähnliche Dinge erleben, wirken diese als Trigger, um diese alten Ängste zu aktivieren.

Angst lähmt den Verstand Wenn die Angst überwiegt, reagieren wir reflektorisch aus tiefen Gehirnteilen und nicht mehr mit unserem Verstand. Auch in der gegenwärtigen Pandemiesituation erlebe ich Ähnliches. Eine starke Polarisierung entsteht, aber beide Seiten sind primär von der Angst getrieben. Die eine Seite hat größte Angst vor Ansteckung und Erkrankung, die andere Seite vor Zwangsmaßnahmen und dem Verlust der persönlichen Freiheiten und Grundrechte. Wie könnte hier eine Lösung aussehen?

Das Wichtigste ist, sich der Angst und vor allem auch der alten Angstmuster bewusst zu werden, nur so kann man wieder zu einer realistischen Reaktionsweise zurückkommen. Angst auszuhalten ist immer schwierig, und Handeln reduziert die Angst. Wie bei der Krebserkrankung ist aber ein zu forsches und überzogenes Handeln oft nicht hilfreich, da wie bei einer Krebsbehandlung Wirkungen und Nebenwirkungen und im Falle von Covid-19 die Wirkung der Isolationsmaßnahmen und die Kollateralschäden gut gegeneinander abgewogen werden müssen. Beim gegenwärtigen Stand des Wissens über Covid-19 scheinen mir die Reaktionen teilweise übertrieben und nicht der wirklichen Gefährdung angemessen.

Eine Zweitmeinung einholen Bei schweren lebensbedrohlichen Diagnosen ist es mittlerweile üblich geworden, sich eine Zweitmeinung einzuholen, und zwar am besten von einem Behandler, der vielleicht noch einen anderen Blickwinkel auf das Geschehen hat. Auch in der Coronakrise wäre

dies eine sinnvolle Reaktion. Es gibt nicht nur **einen** Virologen in Deutschland. Wir werden im Augenblick bombardiert von so vielen unterschiedlichen Informationen, dass wir das Recht und auch die Pflicht haben, uns unser eigenes Urteil zu bilden. Dazu können und müssen wir unseren gesunden Menschenverstand und unsere Intuition einbeziehen. Wahrscheinlich werden wir damit klügere Entscheidungen treffen, als wenn wir uns nur auf die „sachlichen“ Informationen beziehen.

Mut, statt Angst machen Bei der Besprechung der Krebserkrankung haben wir gesehen, wie negativ sich zu viel Angst auswirken kann. Wenn es stimmt, dass negative Erwartungen Krankheiten verschlimmern, dann hätten wir noch mehr Grund, Angst durch Hoffnung, Mut und Vertrauen zu ersetzen. Dies wäre eine der wichtigsten Aufgaben für Politik, Medien und meine Kollegen. Übertragen wir dies auf die Coronakrise, wären die Konsequenzen:

- ▶ ehrliche Aufklärung von allen Seiten, nicht primär Angst schüren

- ▶ Mut machende Gespräche
- ▶ eine liebevolle Begleitung

Diese kann nur im Kontakt entstehen, deshalb ist Isolation eines der größten Probleme in den Familien, im Altenheim, im Krankenhaus etc. Sicher ließen sich da Kompromisse finden, die den Menschen auch berücksichtigen, nicht nur das Virus. Und aus meiner persönlichen Erfahrung können homöopathische Mittel Ängste und Sorgen mildern oder oft auch ganz auflösen können, wie beispielsweise Arsenicum album zweimal wöchentlich in einer C30, was in ganz Indien auch erfolgreich in der Coronaphylaxe eingesetzt wurde.

Schulmedizin und Komplementäre Medizin müssen jetzt zusammenarbeiten Die weltweite Bedrohung führt dazu, dass verzweifelt versucht wird, Behandlungsansätze zu finden. Schulmedizinisch gibt es außer der Diagnostik, der Isolation, dem intensivmedizinischen Eingreifen und einigen wenigen Medikamenten, die man versuchsweise einsetzt, keine wirklichen Behandlungsoptionen. Und die Frage, ob



In unseren Augen spiegelt sich die Schönheit der Natur. © imago images / Addictive Stock

die als **die** Lösung propagierten Impfungen uns langfristig wirklich nutzen, ist zurzeit noch nicht zu beantworten. Es zeichnet sich aber jetzt schon ab, dass die Virusmutation viel schneller und intelligenter sind und wir mit der Entwicklung und Anpassung der Impfstoffe mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit nicht schnell genug hinterherkommen werden.

Verstehen und verändern

„Wetterveränderungen, Erdbeben, Baumsterben (und Pandemien) – die Krankheits-symptome dieses lebenden Körpers namens Erde sind eigentlich für jeden sichtbar. Doch ihr wendet euch ab, ohne zu begreifen, dass ihr zu dem kranken Körper gehört. Ihr seht und hört nicht die Botschaft der Erde, aber ihr folgt den Botschaften des Fernsehens ... Eure Politik ignoriert die Erde. Ihr vergesst die Generationen, die nach euch kommen, und schafft euch eine Umwelt, die eurer Raumfahrt-Fantasie entspricht. Der moderne Mensch ist das Produkt der Umwelt, die er sich geschaffen hat.“ (Auszug aus „Botschaft an die Europäer“ von John Mohawk, aufgezeichnet von Claus Biegert, übersetzt von Frank H. Stuckert, Broschüre, herausgegeben von Incomindios Schweiz 1987; Ergänzungen des Verfassers in Klammern)

Die Welt ist schwer krank, „weil sie nicht mehr auf die Botschaften der Mutter Erde hört“, genau wie wir erkranken, wenn wir nicht mehr auf unsere Seele hören. Wir haben uns abgelöst von dem Wissen und den Grundgesetzen der Natur, von den Selbstverständlichkeiten des Ausgleichs, des Gebens und Nehmens und dem Respekt und der Achtung vor allem Leben und der göttlichen Ordnung. Wir meinen, wir könnten es besser, könnten uns über die Naturgesetze stellen und diese ohne Probleme manipulieren, wie bei der Atomkraft oder der Gen-

technik, so wie aktuell in dem bisher weltweit größten gentechnischen Experiment der Coronaimpfungen. Wie der Zauberlehrling meinen wir uns mit unserem doch so eingeschränkten Wissen über die sinnhafte Ordnung in der Natur hinwegsetzen zu können, ohne wirklich zu ahnen oder zu wissen, was wir langfristig damit anrichten.

Das Fass ist voll und läuft über Die Covid-19-Pandemie hat ihren Finger oft genau auf die Stellen gelegt, die in unserer Welt problematisch sind:

- ▶ schlechte medizinische Versorgung
- ▶ schlechte Lebens- und hygienische Bedingungen
- ▶ schlechte Zusammenarbeit der Staaten
- ▶ Ungleichverteilung der finanziellen Ressourcen in dieser Welt
- ▶ Dominanz von Geld- und Machtstrukturen
- ▶ Ausbeutung der Natur
- ▶ politische Abhängigkeiten von multinationalen Konzernen

Wenn wir uns jetzt bemühen, den Sinn und die Botschaft der Pandemie zu verstehen und dementsprechend unser Leben und unsere Einstellung zu unserer Welt und Umwelt verändern, könnte die Welt wieder heilen. Wenn nicht (und das ist meine größte Sorge), können wir auf das nächste Virus, die nächste Naturkatastrophe etc. warten, genau wie bei der Krebserkrankung auf das nächste Rezidiv.

Die Vision einer gesunden Welt vor Augen haben Nur Widerstand zu leisten und gegen das Alte zu kämpfen, hat in dieser schwierigen Welt ebenso wenig Sinn, wie bei der Krebserkrankung nur gegen den Krebs zu kämpfen. Ist es doch notwendig, die Vision einer gesunden Welt (oder eines gesunden Körpers) zu erschaffen, vor Augen zu haben und mit Entschlossenheit in diese Richtung zu gehen. Dies sollten wir mit Mut, Angstfreiheit, selbstbestimmt und mit einer guten

spirituellen Anbindung tun. Es geht darum zu verstehen, dass alles mit allem verbunden ist, dass eine wirkliche Trennung nicht existiert und auch nicht mehr möglich ist. Wenn wir es schaffen, uns wieder in diese göttliche Ordnung einzufügen, haben wir eine gute Chance auf eine bessere Zeit und Welt.

Zum Weiterlesen

Huber H. Krebs, was nun – was tun? David trifft Goliath. Emil-Schlegel-Verlag (2018)

Zur Person

Heinz Huber ist Facharzt für Allgemeinmedizin, Homöopathie und Palliativmedizin. Er ist Begründer und Leiter der Emil-Schlegel-Klinik in Horb. Immer auf der Suche nach ganzheitlichen Heilmethoden, hat er in der Homöopathie den für ihn effektivsten Weg gefunden, der Körper, Seele und Individualität eines Menschen berücksichtigt.



Kontakt

Heinz Huber
Emil-Schlegel-Klinik
Schillerstr. 23
72160 Horb
www.emil-schlegel-klinik.de