

# Inhaltsverzeichnis

Einleitung: Christel Schoen  
Aller guten Dinge sind drei.....15

Geleitwort: Dr. György Irmey  
Die Menschen in ihrem Kranksein ganzheitlich begreifen und behandeln.....24

Von A bis Z, persönliche Erfahrungsberichte von Fachleuten aus unterschiedlichen Gesundheits- und Heilberufen, die ihre Arbeit mit Krebspatienten, in unterschiedlichen Gesundheits-, Beratungs-, Begleit- und Betreuungseinrichtungen aus ganzheitlicher Sicht beschreiben.

## A

### Achtsamkeitstraining

Dr. Nils Altner:  
Moment mal ...  
Natur und Achtsamkeit als Ressourcen für Gesundheit und Glück.....28

### Atemtherapie

Stefan Klatt:  
Die Heilkraft im Atem  
Grundlegende Zusammenhänge über das lebenswichtige Bindeglied  
zwischen Körper, Geist und Seele.....38

## B

### Bachblütentherapie

Mechthild Scheffer:  
„Kraft für einen neuen Anfang“  
Bachblüten zur Krebsnachsorge für Betroffene.....48

## Begleitung

Elvira Engelhardt:

Wenn das Leben nach der Krebsdiagnose aus der Bahn gerät

Die bunte Vielfalt der psychoonkologischen Begleitung.....55

Gudrun Eleonora Haera:

Ich weiß, wie es ist, Krebs zu haben

Mit meinen Erfahrungen andere Betroffene unterstützen.....61

Ramona Sommer:

Viel Wirbel um die Säule

Psychosoziale Begleitung einer Krebskranken.....67

## Beratung

Claudia Reuthlinger:

Perspektiven für ein Leben mit und nach einer Krebserkrankung

Ambulante psychosoziale Krebsberatung.....69

Kerstin Steingrüber:

Immer wieder neu: Hinwendung zum Lebendigsein

Die psycho-onkologische Beratung.....81

## E

### Ernährung

Dr. Susanne Bihlmaier:

Krebsdiät & Superfood?

Eine ganzheitsmedizinische Genussreise von Ernährungsweisheit

bis Ernährungswissenschaft.....82

Dr. Ludwig M. Jacob/Dr. Susanne Bihlmaier:

Prostata und Porsche

Medizin-Tipps, wie Mann nicht nur den Porsche,

sondern auch die Prostata tunen kann.....93

Anke Komorowski:  
Futter für die Mitochondrien  
Über die „Kraftwerke“ in unseren Zellen und die richtige Ernährung.....103

## F

### Familienhilfe

Waltraud Wagner:  
Eine Feuerwehr der besonderen Art  
Hauswirtschaftlicher Fachservice (HWF) – Unterstützung für  
Familien in Stadt und Land.....114

## G

### Gesundheitstraining

Prof. Dr. Gerhart Unterberger:  
Krebszellen lieben Ängste und Dauerstress  
Wie selbsthypnotische Interventionen den Körper schützen.....120

## H

### Heilschlaf

Dr. Ludwig M. Jacob:  
Kann man seinen Krebs einfach verschlafen?...  
Melatonin – das Geheimnis des Heilschlafs .....132

### Homöopathie

PeTra Weiß:  
Homöopathie fördert Lebensqualität  
Interview mit Dr. med. Jens Wurster, Arzt und Homöopath.....139

Dr. Heinz Gärber:  
Krebs, eine Volkskrankheit  
Homöopathie bei Krebserkrankungen – Ergänzung oder Alternative?.....148

## Hospiz

Kathrin Putzbach-Timm:  
Liebe und Vertrauen  
Ehrenamtliche ambulante Hospizarbeit.....164

Sindy Büchl/ Isabelle Röhr/ Kathrin Schurig:  
Das Leben im Hospiz Schloss Bernstorf  
Ein Refugium für die letzte Lebensreise von  
unheilbar erkrankten Menschen.....173

## K

### Komplementärmedizin

Dr. Axel Eustachi:  
Naturheilkunde und Komplementärmedizin  
Eine sinnvolle Ergänzung bei Krebs.....178

### Kneipp-Gesundheitskonzept

Christoph Kreitmeir:  
Das ganzheitliche Kneipp-Gesundheitskonzept – aktueller denn je  
Seine einfach durchführbaren, naturheilkundlichen  
Behandlungsmethoden.....186

### Krankenbesuchsdienst

Gertrud Schmotz:  
„Ich war krank und ihr habt mich besucht.“ (Mt. 25,36)  
Eine Bildungswegbeschreibung für ehrenamtliche  
Krankenbesuchsdienste .....197

Ursula Strehlau: Mein Wunsch, etwas Gutes zu tun Warum ich eine „Grüne Dame“ wurde.....	207
---	-----

## L

### Lymphdrainage

Rainer H. Kraus: Alles wieder zum Fließen bringen Lymphödem nach Krebs.....	210
---	-----

## M

### Mamma-Care-Nurse

Petra Weißbach: Ich sehe dich! Siehst du mich? Ein Einblick in das Erleben einer Krebserkrankung aus zwei Perspektiven.....	220
--	-----

### Massage

Mathias Elsner-Heyden/Dr. Christina Koller: Endlich einmal wieder wohlfühlen und nur sein dürfen Die Peter Hess <sup>®</sup> -Klangmassage-Therapie mit Krebspatienten.....	225
Sylvia Kali von Kalckreuth/Frank B. Leder: Die TouchLife Massage Wie kann Massage krebserkrankten Menschen helfen?.....	232

### Musik

Dr. Annette Kerckhoff: Musik tut gut. Musik macht Mut. Ein Reisebericht: Von der Entdeckung einer inneren Ressource.....	238
--	-----

## N

### Nährstoffe

Dr. Volker Schmiedel:

Krebs und Nährstoffe

Über eine individualisierte Nährstofftherapie bei Krebs.....246

### Natur

Armin Bihlmaier:

Krebs mag keinen Wald

Heilsame Kräfte der Natur nützen.....256

### Naturheilpraxis

Angelika Szymczak:

Ein Glücksfall?

Die Krankheit zeigt einen anderen Weg auf.....262

Monique Thill:

Wieso gerade jetzt?

Die Herausforderung annehmen und sich auf den Weg

der Heilung von Körper, Geist und Seele machen.....267

Renate Wiedenbauer:

Hoffnung als Weg

Aufbruch in eine neue Zukunft.....271

## P

### Philosophie

Dr. Celina von Bezold:

Dem Drachen die Hand reichen?

Ideen zum Umgang mit dem Schweren und unserer Angst.....278

Claudia Cardinal:  
Leben auf Pump  
Eine lebensbedrohliche Diagnose, ihre Folgen  
und die Möglichkeiten, den eigenen Mut zu trainieren.....285

## Psychologie

Margit Kobold:  
Die tragende Hand  
Über den Einfluss von Gedanken und Einstellungen zum Heilungsprozess....294

Jaya Herbst:  
Weil ich mich mag, setze ich Grenzen!  
Grenzen kennzeichnen menschliches Miteinander.....303

## Palliativ-Versorgung

Manuela Bößel:  
Am Ende Silbergitzer  
Erfahrungen einer Lernschwester.....316

Christian Halbauer:  
Zu Hause bleiben können  
Vorstellung der spezialisierten ambulanten Palliativ-Versorgung  
(SAPV) am Beispiel der SAPV der Region 10 GmbH.....323

Dr. Michael Ried:  
Veronika beschließt zu leben  
Erfahrungen auf einer Palliativstation.....330

## Q

### Qi Gong

Ulrike Röth:  
Herzmutmacher Qi Gong  
Guolin Qi Gong von Herz zu Herz weitergeben.....336

Heike Herrle: Qi Gong ist Pflege des Lebens und des Wesens Einfache und wirkungsvolle Qi Gong Übungen für den Alltag von Krebsbetroffenen.....	345
---	-----

## S

### Salutogenese

Theodor D. Petzold: Autonomie „Die Melodie des eigenen Lebens finden“.....	357
--	-----

Dorothee König: „Was mich ausmacht – mache ich!“ Meine Haltung – Mein Leben.....	366
--	-----

### Shiatsu

Ursula Eva Pellio: Shiatsu Begleitung von Menschen in Krisen und Veränderungszeiten.....	373
--	-----

### Spiritualität

Jürgen Bogenreuther: Das Gebet als Quelle der Kraft Ökumenische Andacht zur Auftaktveranstaltung der Woche „Leben mit Krebs“ in Neuburg/Donau, Bürgerhaus Ostend, November 2018.....	377
---	-----

Dr. Bernd Hein: „... sie sollen Gebete über ihn sprechen und ihn im Namen des Herrn mit Öl salben...“ Das Sakrament der Krankensalbung als Zeichen der Hoffnung.....	382
---	-----

### Sprache

Mechthild R. von Scheurl-Defersdorf: Die heilsame Kraft der Sprache erkennen und achtsam nutzen	
--	--

Das LINGVA ETERNA-Sprach- und Kommunikationskonzept  
in der Therapiebegleitung.....387

### Sterbebegleitung

Dorothea Mihm:  
Natürlich sterben  
Im künstlichen Koma durch terminale Sedierung?.....398

Dr. Kristin Peters:  
Leben mit dem Tod  
Naturheilkundliche Pflege und Sterbebegleitung.....408

### Strahlentherapie

Prof. Dr. Andreas Schuck:  
Heilung durch Licht  
Was Sie über Strahlentherapie wissen sollten.....417

## T

### Tanztherapie

Elana G. Mannheim:  
Gemeinsam bewegt  
Sich in einer Gemeinschaft Gleichbetroffener tanzend erleben  
schafft neue Lebenskraft.....422

### Tiergestützte Therapie

Dr. Susanne Bihlmaier:  
Auf den Hund gekommen  
Ein Co-Therapeut auf vier Pfoten.....427

### Traumarbeit

Sonja Hübner:  
Träume und Krebs  
Geschichte einer Heilung.....432

## Trauerbegleitung

Eva Vogt:

Wir sind auf uns selbst zurückgeworfen

Die heilende Kraft der Trauer.....443

## Y

## Yoga

Gaby Kammler:

Yoga und Krebs

Wege zu neuer Kraft und innerer Ruhe.....447

Karin Kleindorfer:

Yoga – ein wertvolles Werkzeug zur Selbsthilfe

Mit Übungsbeispielen.....453

## Z

## Komplementäre Zahnmedizin

Dr. Edith Nadj-Papp:

„Gesund beginnt im Mund“

Komplementäre ganzheitliche Zahnmedizin

bei einer Krebserkrankung.....460

Schlusswort: Danke, Danke, Danke.....471

Kurzbiographie .....475

## Anhang

Link- und Adressenliste für wichtige Kontakte

und Informationen im deutschsprachigen Raum.....476

Liste der Benefizbücher der GfBK e. V. und der Ebo-Rau-Stiftung.....490