

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



Tagtäglich werden wir mit Krankheitserregern konfrontiert, doch in den meisten Fällen bekommen wir dank einer effektiven Immunabwehr kaum etwas davon mit. Braucht sie mal etwas länger, bis die Erreger ausgeschaltet sind, treten Symptome wie Schwellungen, Überwärmung, Rötung, Fieber oder Schnupfen u. ä. auf, die als Teil des Abwehrmechanismus dabei helfen, die Keime zu eliminieren.

Eine Eintrittspforte für die Erreger sind Haut und Schleimhäute, hier finden aber auch bereits erste Abwehrreaktionen statt. Insbesondere dem Darm beziehungsweise der Darmschleimhaut kommen wichtige immunologische Aufgaben zu. Unter anderem entstehen in den in der Dünndarmschleimhaut integrierten Lymphfollikeln nach Kontakt mit Antigenen IgA-produzierende Plasmazellen, die über die Lymphgefäße ins Blut und in andere Schleimhautbereiche wandern. Diese Immunglobuline A (IgA) sind also nicht nur Bestandteil des Blutserums, sie werden auch von Schleimhäuten abgesondert. Das sekretorische IgA kommt beispielsweise im Nasen- und Bronchialsekret, im Vaginalsekret und in den Sekreten des Magen-Darm-Traktes vor und wappnet die Schleimhäute gegen Krankheitserreger von außen (s. S. Selzer S. 6).

Neben der Abwehr von Infektionen spielt das Immunsystem bei der Beseitigung von gealterten und geschädigten Zellen und damit auch von Krebszellen eine wichtige Rolle. Gerade letzteres ist eine schwierige Aufgabe: Krebszellen sind körpereigene Zellen, die normalerweise aber nicht angegriffen werden. Im Vergleich zu gesunden Zellen weisen sie jedoch Veränderungen (Tumor-Antigene auf der Oberfläche) auf. So ist

das Immunsystem dazu in der Lage, diese Zellen zu erkennen und zu vernichten. Krebszellen können allerdings raffinierte Ausweichstrategien (z.B. Fehlen des Antigens) gegen eine Immunantwort entwickeln. Dann sind dem Tumorstrom keine natürlichen Grenzen gesetzt.

Darüber hinaus entscheiden Lebensstil und Ernährung mit, ob ein Mensch an Krebs erkrankt oder gesund bleibt. Folgeschwer sind Substanzmissbrauch (z. B. Alkohol und Nikotin) und Übergewicht (s. M. Schneider S. 11).

Verschiedene Lebensmittel und Gewürze können aufgrund ihrer Inhaltsstoffe den Darm und andere Organe vor Entzündungen und Krebserkrankungen schützen. Für einige Krebsarten wurde zum Beispiel ein inverser Zusammenhang mit dem Kaffeekonsum beschrieben. Neuere Forschungen legen eine positive Wirkung des Schwarzkümmels (s. Titelbild) bei Darmkrebserkrankungen nahe, der außerdem bei verschiedenen Krebstherapien unterstützend wirkt (s. B. Hertling S. 18).

Mit einer integrativen Therapie können klassische Ansätze ergänzt, begleitet, teils sogar verbessert oder aber deren Nebenwirkungen gelindert werden. Diätetik, Infusionen und Homöopathie stellen hier eine sinnvolle Ergänzung in allen Therapiephasen dar (s. E. Flach S. 22).

Viel Freude beim Lesen
wünscht Ihnen

Susanne Dell

Dr. Susanne Dell, Chefredakteurin