

Jod bei Brustkrebs

Seit einiger Zeit plagt mich ein Kältegefühl, außerdem leide ich unter Verstopfung. Jetzt wurde bei mir eine Unterfunktion der Schilddrüse als Ursache festgestellt. Parallel bin ich an Brustkrebs erkrankt. Nun frage ich mich, ob die beiden Erkrankungen irgendwie zusammenhängen könnten.

Tatsächlich ist es so: In Studien zeigt sich häufig ein Zusammenhang zwischen Jodmangelkrankungen, Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose) und Brustkrebs.

Frauen, die sich sehr jodreich ernähren, z. B. durch Algen, Seefisch und Meeresfrüchte, erkranken seltener an Krebs, vor allem an Brustkrebs. Das ist schon lange bekannt. Japanische und koreanische Frauen haben so die geringste Krebsrate weltweit. Erste positive Erfahrungen mit dem Einsatz von Jod wurden bereits vor 20 Jahren bei fibrozystischer Mastopathie (knotig-verhärtete Brustdrüse) gesammelt. Forscher aus Mexiko kamen schon im Jahr 2005 zu dem Schluss, dass Jod der „Torhüter einer gesunden Brustdrüse“ sei.

In Tierversuchen wurde deutlich, dass natürliches, elementares Jod bzw. Seetang die Entstehung von chemisch erzeugtem Brustkrebs verzögert. Jodid in der Nahrung hatte diesen Effekt nicht. Außerdem kann Jodmangel bei Ratten Knoten in der Schilddrüse und auch Brustkrebs hervorrufen. Im Rahmen von Studien mit Brustkrebspatientinnen wurde der Einfluss von Jod auf das Tumorwachstum untersucht. Die Teilnehmerinnen erhielten vor der Operation vier Wochen lang 4 mg Jod pro Tag. Damit konnte die Wachstumsrate um 50 Prozent reduziert werden. Was erfahrene Therapeuten aus der Praxis wissen, zeigen nun auch neueste Studien, nämlich dass Jod in höheren Dosen (ab 1 mg) Krebspatienten komplementärmedizinisch unterstützen kann – vor allem bei Brustkrebs.

Jod ist ein lebenswichtiges, essenzielles Spurenelement. Es ist als Bestandteil der Schilddrüsenhormone bekannt. Weniger bekannt ist, dass viele andere Körperzellen ebenfalls Jod benötigen. Insbesondere die Zellen der Brust und der Eierstöcke können Jod aufnehmen. Jod hat viele wichtige Eigenschaften, unter anderem schützt es vor freien Radikalen, es stärkt das Immunsystem, wehrt verschiedene Keime ab (Bakterien, Viren, Parasiten) und dient auch der Regulation von Zellwachstum und Zellteilung. Jod leitet gemeinsam mit Fettsäuren (als sogenannte „Iodlaktone“) den natürlichen Zelltod ein, die Apoptose. Durch sie werden kranke oder bösartige Zellen eliminiert, ohne dass gesunde Zellen geschädigt werden. Dies bestätigte sich auch in einer aktuellen Studie: Jod wirkt zytostatisch auf Krebszellen, das heißt, es tötet sie ab.

Natürliche Jodquellen gibt es nur sehr wenige. Das sind Salzwasserfische (z.B. Kabeljau, Seelachs), Krustentiere (Garnelen, Muscheln) und Meeresalgen. Der individuelle Jodbedarf hängt von zahlreichen Faktoren ab: Mit dem Alter steigt er, auch in Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Rauchern ist der Bedarf erhöht. Wer reichlich Kohl, Süßkartoffeln, Hirse oder Bohnen verzehrt, braucht ebenfalls mehr Jod. Denn diese Lebensmittel enthalten jodhemmende Glucosinolate. Immer mehr Experten warnen inzwischen vor dem Trend einer rückläufigen Jodversorgung in Deutschland. Vor allem Vegetarier und Veganer sind betroffen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung weist darauf hin, dass selbst regelmäßiger Fischkonsum als alleinige Jod-Quelle nicht ausreichend ist. Und selbst wer stetig jodiertes Speisesalz zu sich nimmt, kann einen Jodmangel aufweisen. Die Jodmenge, die mit dem Salz aufgenommen wird, reicht nicht aus. Natürliches Jod aus Algen wird vom Organismus besser aufgenommen und gespeichert als Jodid aus Speisesalz. Insofern ist es nicht verwunderlich, dass bei einem Drittel der Bevölkerung die Jodzufuhr unterhalb des geschätzten Bedarfs liegt (Quelle: Jodmonitoring aus der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland, DEGS).

Jod kann man im ersten Morgenurin bestimmen. Die Messung ist einfache, aber auch etwas störungsanfällig, deswegen sollte sie zweimal wiederholt werden. Bei einer Jodkonzentration von 25–50 µg/g Kreatinin liegt ein mäßiger Jodmangel vor und damit ein deutlich erhöhtes Risiko für Schilddrüsenunterfunktion. Werte unter 25 µg/g Kreatinin weisen auf einen schweren Jodmangel hin. Fragen Sie daher unbedingt Ihren Hausarzt, den behandelnden Onkologen oder den spezialisierten Heilpraktiker nach dieser Untersuchung.

Zusätzlich ist es sinnvoll, dass neben einer Blutbestimmung der Schilddrüsenwerte (TSH, fT3, fT4) auch die Schilddrüsen-Autoantikörper (MAK, TAK und TRAK) untersucht werden. Solche Analysen müssen Sie möglicherweise mit Nachdruck bei den Ärzten einfordern.

Generell ist allen an Brustkrebs betroffenen Frauen eine Blutbestimmung der Schilddrüsenwerte (TSH, fT3, fT4) und der Schilddrüsen-Autoantikörper (MAK, TAK und TRAK) zu empfehlen. Außerdem sollte bei allen Brustkrebspatientinnen an eine gute Versorgung mit anderen Mikronährstoffen, wie z. B. Selen, Zink, Magnesium und Vitamin D gedacht werden.

Mehr Information mit wissenschaftlicher Quellenangabe und Verweise auf die jeweiligen medizinischen Studien finden sie unter www.biokrebs.de („Jod und Brustkrebs pdf“)

Die Erkenntnisse über Jod scheinen mir so wichtig zu sein, dass ich den Artikel der Gesellschaft für biologische Krebsmedizin vollständig übernommen habe. Der Verein unterstützt die Synthese von biologischer und konventioneller Medizin ohne „Scheuklappen-Denken“ zum Wohle des Patienten. Er unterstützt und informiert ohne Interessenskonflikte betroffene Patienten und behandelnde Therapeuten.

Die Heilpraktiker Florian Hauch und Martina Mondini begleiten und behandeln Menschen in körperlichen und seelischen Krisen. Salinstr.9 83022-Rosenheim.

Tel. 08031 37544 Florian Hauch

Tel. 08031 3917432 Martina Mondini