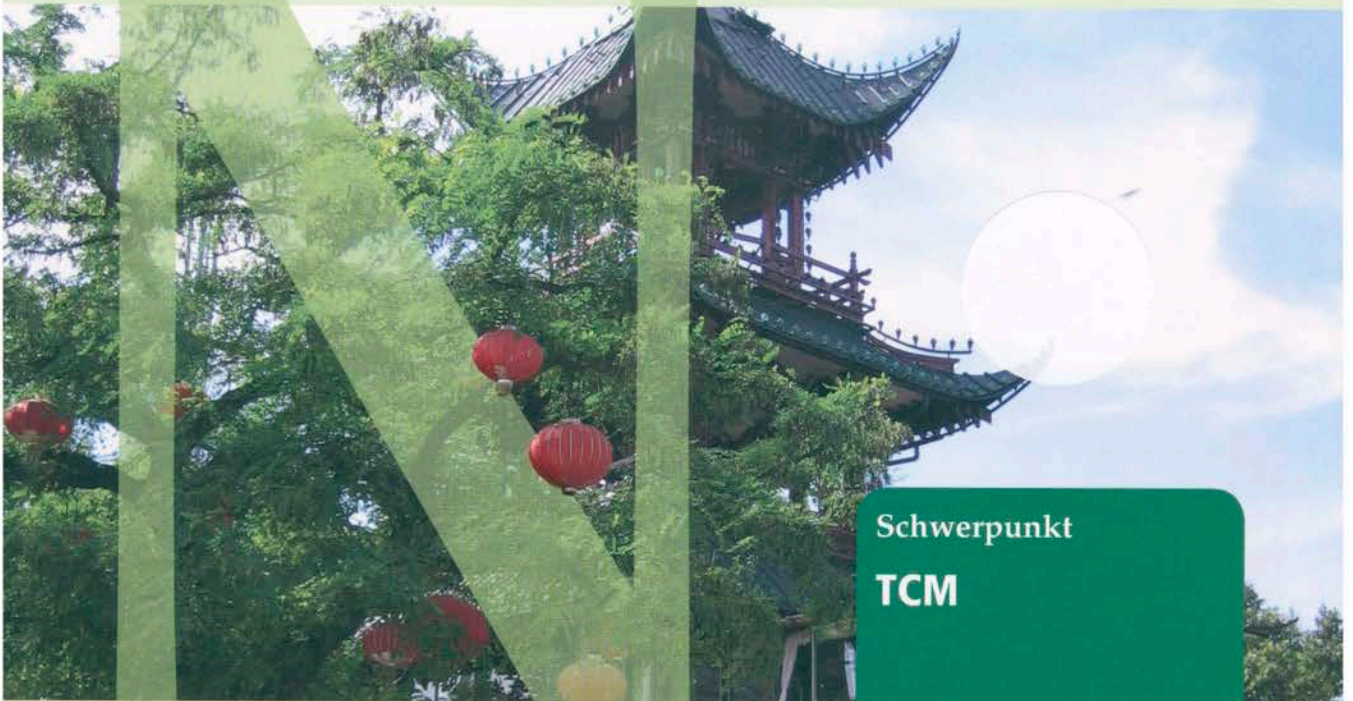


Naturheilpraxis

mit Naturmedizin

Fachzeitschrift für Naturheilkunde,
Erfahrungsheilkunde
und biologische Heilverfahren



Schwerpunkt

TCM

5/2014

Spezial

**Mongolei – im Land
der zornigen Winde**

Resümee einer Studienreise

242

20148 Hamburg
Milchstr. 21
Pharma Marketing GmbH
Petersen & Partner
0511#0387349#0514

Richard Pflaum Verlag GmbH & Co.KG - Lazarettstr. 4 - 80636 München
PVST, Deutsche Post AG, Entgelt bezahlt



Verlag

Hilfe für alleinerziehende Mütter

Weleda unterstützt neues Mutter-Kind-Programm wir2 für mehr Selbstwertgefühl

Alleinerziehende Mütter sind aufgrund ihrer Mehrfachbelastung nicht selten körperlich und seelisch überfordert. Häufige Folgen sind gesundheitliche Probleme bei den Müttern, die sich auch auf ihre Kinder übertragen und bei diesen zu Auffälligkeiten und sozialen Problemen führen. Dr. Manfred Endres, Vorsitzender der Ärztlichen Akademie für Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen e.V., empfiehlt alleinerziehenden Müttern, eines der vielfältigen Hilfsangebote zu nutzen. Hierzu zählen Beratungsstellen, psychotherapeutisch tätige Fachärzte, insbesondere Kinderärzte, aber auch niedergelassene Psychotherapeuten. Neben vielfältigen Hilfsangeboten habe sich laut Endres das Elterntraining PALME (Präventionsgruppe

für alleinerziehende Mütter geleitet von ErzieherInnen) besonders bewährt. Das Programm wird seit Kurzem von der Walter-Blüchert-Stiftung gefördert und unter dem Namen wir2 bundesweit ausgebaut. Aktuell wird eine Internetseite entwickelt, auf der alle Informationen und bundesweiten Angebote für alleinerziehende Mütter zusammengetragen werden. Dieses Projekt wird von der Weleda AG unterstützt.

Die – kostenlose – Teilnahme an dem strukturierten Bindungstraining soll stark belasteten Müttern und ihren Kindern helfen, Probleme, die durch die Alleinerziehung entstanden sind, besser zu bewältigen.

Nach erfolgreichem Gruppentraining wurde bei den AL-

leinerziehenden eine deutliche Besserung ihrer psychischen Belastung festgestellt. „Die Teilnehmerinnen“, so Endres, „hatten deutlich weniger depressive Symptome.“ Zudem habe sich die emotionale Kompetenz der alleinerziehenden Mütter spürbar gebessert.

Wir2 gibt es nicht nur für die alleinerziehenden Mütter, sondern auch für ihre Kinder. Es wird nun erstmals als kombiniertes Mutter-Kind-Training vermittelt. Dabei werden z. B. auf spielerische und kindgerechte Weise für Trennungs- und Scheidungskinder relevante Themen bearbeitet und die emotionalen und Verhaltenskompetenzen der Kinder gestärkt.

Das Trainingsprogramm verbessert das psychische Wohlbefinden der Mütter und

ihrer Kinder. Die Basis für den Wiedereinstieg in einen geregelten und normalen Alltag wird geschaffen. Die Kinder entwickeln nach der Teilnahme wieder ein positiveres Selbstbild.

Neben den positiven Wirkungen für die Mütter konnte auch bei den Kindern in einer Pilotstudie nach der wir2-Gruppe eine tendenzielle Abnahme von Verhaltensproblemen sowie eine Verbesserung der Lebensqualität und Freundschaftsbeziehungen beobachtet werden. Eine größer angelegte, kontrollierte und randomisierte Studie zur Überprüfung der Wirksamkeit von wir2 zur Quantifizierung des zusätzlichen Nutzens der Kinder-Einbeziehung ist in Planung.

Informationen für Hilfesuchende unter www.aerztliche-akademie.de.

Quelle: Weleda

Krebs: Nebenwirkungen der Behandlung dämpfen – Lebensqualität verbessern

Die Weltkrebs-Vereinigung UICC, in der auch die Deutsche Krebsgesellschaft und die Krebshilfe Mitglied sind, kämpft nicht nur gegen den Krebs, sondern auch gegen Vorurteile. Eines davon ist, dass man nach einer Krebsdiagnose ohnedies nichts mehr machen könne. Diesen Aberglauben bis zum Jahr 2025 auszutreiben ist eines der Ziele, das sich die Organisation in ihrer Welt-Krebsdeklaration vorgenommen hat. Denn nichts zu tun bedeutet häufig einen Verzicht auf Lebensqualität.

Dies zeigen auch eine Reihe eindrucksvoller Studien. Wie Dr. Carlos A. S. Franca, Radioonkologische Abteilung der katholischen Universität von Rio de Janeiro¹, berichtet, sank bei Brustkrebspatientinnen der Selenspiegel auf rund die Hälfte ab: von im Mittel 86,4 µg auf 47,8 µg. Die Ar-

beitsgruppe um Dr. Franca hatte in ihrer Studie von Dezember 2007 bis August 2008 bei 209 Brustkrebspatientinnen vor und nach der Radiotherapie die Selenspiegel gemessen.

Tendenziell ähnliche Ergebnisse zeigt eine Studie² aus Deutschland, die den Zusammenhang von niedrigen Selenspiegeln und behandlingstypischer Diarrhö untersucht. In dieser Studie zeigte sich, dass höhere Selenspiegel die Nebenwirkungen der Strahlentherapie reduzieren. Patientinnen, deren Selenspiegel durch die Gabe von Natriumselenit (in der Studie: selenase®) angehoben worden war, hatten nach fünfwöchiger Strahlentherapie signifikant weniger unter Diarrhö (≥ CTC Grad 2; 20,5 % vs. 44,5 %) zu leiden als Patientinnen der Kontrollgruppe, die kein Selen erhielten

(p = 0,04). Die Fünf-Jahres-Überlebensrate der Patientinnen mit Selen-Ergänzung lag bei 92, in der Kontrollgruppe bei 83 Prozent (p = 0,34). Damit konnte erneut belegt werden, dass die zusätzliche Selengabe die Standardtherapie nicht beeinträchtigt.

An dieser Phase-III-Beobachtungsstudie, die Dr. Ralph Mücke, Lemgo, leitete und an der zehn Radiotherapie-Zentren in Deutschland und Österreich beteiligt waren, nahmen 81 Patientinnen teil, die an einer malignen Erkrankung des Gebärmutterhalses und des Uterus litten und bei denen ein Selen-Defizit nachgewiesen worden war.

Nach der Operation wurden sie in zwei Gruppen randomisiert. Eine Gruppe erhielt bis zum Ende der Bestrahlung 500 µg/d Selen als Natriumselenit an den Tagen der Strahlentherapie und

300 µg/d an den therapiefreien Tagen. Der Kontrollgruppe wurde kein Natriumselenit verabreicht. Die Blut-Selen-Werte stiegen in der mit Selen behandelten Gruppe deutlich von 65,3 µg/l auf 93,2 µg/l an, während der Wert in der Kontrollgruppe sank und mit einer deutlich höheren Diarrhö-Rate verbunden war.

Die Ergebnisse beider Studien legen nahe, bei Krebspatienten auf eine ausreichende Selenversorgung zu achten.

¹ Franca, C. A. S., et al.: Serum levels of selenium in patients with breast cancer before and after treatment of external beam radiotherapy. *Ann. Oncol.* 22: 1109-1112 (2011)

² Mücke, R., et al.: Multicenter, phase 3 trial comparing selenium supplementation with observation in gynecologic radiation oncology. *Int. J. Radiation Oncol.* 78: 828-835 (2010)

Quelle: Biosyn