

ene und Angehörige zu informieren, ist ihr eine Herzensangelegenheit

KAUFMANN

n. Krebs – eine Di-
Betroffenen und
hörigen erst ein-
den unter den Füh-
ht. Dass es durch-
Weg aus der Krise
k ins Leben gibt,
a Budna mit Hilfe
Bücher aufzeigen.
en wir die Valber-
erer Serie „Heimi-
n“ vor.

a sind zwei Dinge
g: Dass es sich bei
nicht um Schar-
andelt und dass
ievorschläge, die
n Büchern unter-
schulmedizinisch
und mit Ärzten
worden sind. Und
stellt Budna klar:
den Krebs nicht
elt schaffen, aber
trocknen und An-
Wege aufzeigen,
ihm begegnen

Ewa Budna mit
reiben begonnen.
die Dozentin und
n für Trauma- und
pie etliche Vorträ-
n und Kollegen in
-Onkologie ausge-
natten sich so viele
und Texte ange-
lass ihr Mann auf
im: „Schreib doch
ch.“ So entstanden
ersten beiden Wer-
a Titeln „Depressi-
es hat es sogar auf
ien-Bestseller-Liste
und „Der Weg ins

oft Patienten, die
Diagnose Krebs
raumatisiert sind.
n Krebspatienten
chniken zur Selbst-
entwickeln und ih-
aufzeigen, wie sie
it der Krankheit
n“, erzählt Ewa
d deshalb liegt ihr
ihr jüngstes Buch,
wie das Buch „De-
d wie geht es wei-
ugust unter dem Ti-
tatera-Konzept“ er-
ist, besonders am
n Zusammenarbeit
med. Andreas-Hans
ki von der Europä-
ademie für Natur-
ren und Umwelt-
n Berlin hat sie ein
der Patientenschu-
Krebskranke entwi-
oraus schließlich

„Das Statera-Konzept“ ent-
standen ist. Mittlerweile wur-
den alle vier Bücher im Diplo-
mica-Verlag neu aufgelegt.
Am 26. und 27. November sol-
len ihre Werke auf der Kölner
Buchmesse vorgestellt wer-
den.

Was kann ich selber tun?
Welche Ziele kann ich mir
setzen? Wie kann ich mir
während der Erkrankung hel-
fen? Solche Fragen behandelt
Budna in ihrem neuesten
Buch, das sie selber „ihr
Baby“ nennt. „Man kann Ge-
nesungsprozesse durch seine
Vorstellungskraft beeinflus-
sen. Unser Gehirn arbeitet ge-
nial, aber stumpf. Es ent-
scheidet nur minimal, ob es
sich um Wirklichkeit oder
Vorstellung handelt. Wenn
ich mir positive Dinge vor-
stelle und etwas mache, was
mir gut tut, stärke ich mein
Immunsystem, was wieder-
um eine positive Wirkung
auf die Behandlung hat. Hilfs-
losigkeit, Angst und Depres-

sionen sind hingegen unnöti-
ger Stress und Belastung für
mein Immunsystem. Und ein
intaktes Immunsystem ist
das beste, was man haben
kann“, sagt Ewa Budna, die
klarstellt, dass ihre Techni-
ken nur in Ergänzung zu den
schulmedizinischen Maßnah-
men zu betrachten sind. Sie
will den Betroffenen Wege
aufzeigen, wie Stress abge-
baut und negative Emotionen
reduziert werden können, da-
mit sich schulmedizinische
Maßnahmen besser entfalten
können. Zudem seien Krebs-
erkrankungen immer Famili-
enangelegenheiten – nicht
nur die Betroffenen, auch de-
ren Angehörige brauchen Hil-
fe. „Ich möchte die Kompe-
tenz bei Betroffenen und An-
gehörigen stärken, indem sie
Informationen bekommen.
Das ist mir ganz wichtig“, so
Budna.

Im Dschungel von Fachlite-
ratur dürften sich Patienten
indes nur schwer zurechtfin-

HINTERGRUND

Serie: Heimische Autoren

Für die Serie „Heimische Au-
toren“ sucht die Boten-Re-
daktion Menschen aus dem
Märkischen Kreis, die Bücher
schreiben. Interessierte kön-
nen sich direkt an die Redak-
tion wenden. Das ist telefo-

nisch unter 0 23 51 / 15 82 18
oder mit einer E-Mail an
redaktion@der-bote.net
möglich – ebenso per Post an
die Redaktion Der Bote, Schil-
lerstraße 20 in 58511 Lüden-
scheid.

den. Da stellt sich schnell die
Frage: Was ist das Richtige für
mich? Wem vertraue ich? „Es
gibt tolle Konzepte in
Deutschland. Das Problem ist
aber, dass viele Patienten ein-
fach nicht wissen, dass sie
auch selber etwas tun kön-
nen. Und das kann ich auch
nur, wenn ich mich darauf
einlasse und Verständnis da-
für aufbringe, warum ich das
alles machen soll. Da unter-
scheidet sich mein Buch vie-
leicht von den anderen, die
oft sehr wissenschaftlich auf-
gebaut sind oder von Betrof-
fenen geschrieben wurden,
die von ihren eigenen Erfah-
rungen berichten“, sagt die
45-jährige Valberterin, die
noch einmal darauf verweist,
dass ihre Konzepte mit Ärz-
ten entwickelt und schulme-
dizinisch anerkannt sind und
die Wirkungsweise nachge-
wiesen ist.

Richteten sich ihre ersten
Bücher noch vornehmlich an
Fachleute, will sie nun ver-
stärkt Betroffene und deren
Angehörige informieren. In
Zusammenarbeit mit Dr. Was-
ylewski soll „Das Statera-
Konzept“ noch mit einem
Wegweiser zur Krebsentste-
hung und zu Behandlung-
methoden ergänzt werden. „Ich
behandele nur den psycholo-
gischen Teil, Dr. Wasylewski
ergänzt die medizinischen
Aspekte“, sagt Budna, die die
Meinung vertritt, dass nur
ein kompetenter Patient, der
optimal über seine Krankheit
informiert ist, auch gute Ent-
scheidungen treffen und Me-
thoden vergleichen kann. Da-
bei möchte sie sich weder auf
eine Methode fixieren noch
Empfehlungen geben. Jede
Therapie soll flexibel gestal-
tet werden, jeder Patient soll
aus einer Sammlung von Me-
thoden das für seine Bedürf-
nisse beste Konzept finden.
„Ich werte nichts, ich zeige
nur Wege und Möglichkeiten
auf. Den richtigen Weg müs-
sen die Patienten selber fin-

den. Ich bin nur eine Krücke
für die Zeit“, sagt Budna, de-
ren vorrangiges Ziel es ist, Be-
troffenen dabei zu helfen, je-
den einzelnen Tag mehr Le-
bensqualität zu gewinnen.
„Wir können den Krebs nicht
aus der Welt schaffen, aber
uns selbst wichtig nehmen,
Grenzen setzen und Ruhezo-
nen schaffen. Nur so können
wir richtige Entscheidungen
treffen. Wenn ich dagegen
voller Angst und blockiert
bin, kann ich nicht denken
und mache das, was mir ge-
sagt wird“, hofft die Autorin.
mit ihren Büchern viel bewe-
gen zu können.

HINTERGRUND

Europäische Akademie

Die Europäische Akademie
für Naturheilverfahren und
Umweltmedizin (EANU) mit
Sitz in Berlin wurde im Mai
1999 durch Dr. med. Was-
ylewski, Facharzt für Allge-
meinmedizin, Nuklearmedi-
zin, Naturheilverfahren und
Umweltmedizin, gegründet.
Ziel der Akademie ist es, For-
schung, Lehre und Therapie
in Naturheilverfahren, Um-
weltmedizin und alternativer
Medizin zu fördern. Die Er-
kenntnisse werden in Form
von Seminaren, Kongressen,
Vorträgen, Schriften und Bü-
chern weitergegeben. Die
Akademie organisiert Weiter-
und Fortbildungsveranstal-
tungen und fördert die Zu-
sammenarbeit mit Fachge-
sellschaften und Standesor-
ganisationen, und sie will vor
allem eine Brücke zwischen
Schulmedizin und Naturheil-
verfahren schlagen. Die Aka-
demie ist pluralistisch aufge-
baut und besteht aus Ärzten,
Heilpraktikern, Psychothera-
peuten, Biologen, Patienten
und interessierten Laien in
Form von Einzelpersonen
oder Vereinen und Verbän-
den. Sie ist international tätig.

INTEGRATIVE KREBSTHERAPIE

HEFT 13

2014

EA NU Aktuelle Gesundheits-Nachrichten

Thema heute: Der ältere Tumorpatient

Tumorimpfung und Tumorimmunologie

Interdisziplinäre Zusammenarbeit – bessere Krebsbehandlung dkk2014

Selbstmanagement bei Krebs

Schmerztherapie für Krebspatienten

Imaginative Körper-Psychotherapie

Zirkulierende Tumorzellen

Der ältere Tumorpatient

**Kostenlos erhalten Betroffene alle drei Monate diese Broschü-
re, die von einer Schweizer Stiftung gesponsert wird. Sie kann
per E-Mail (akademie@dr-wasylewski.com) oder telefonisch
(0 30/55 15 82 48) angefordert werden. Online gibt es die Ak-
tuellen Gesundheitsnachrichten unter www.eanu.de**