

# 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  
betroffenen 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. Hilf-  
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](mailto: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](http://www.eanu.de)