



TRITON

Odpověď rakovině:
„nedám ti nikdy šanci“

Hari Sharma, M.D.
Rama K. Mishra, G.A.M.S.
James G. Meade, PhD.



TRITON
Praha/Kroměříž

MUDr. Hari Sharma a Rama K. Mishra, diplom. ájurvédský lékař
s Dr. Jamesem G. Meadem

Odpověď rakovině:
NEDÁM TI NIKDY ŠANCI

MUDr. Hari Sharma a Rama K. Mishra, diplom. ájurvédský lékař
s Dr. Jamesem G. Meadem

Odpověď rakovině: NEDÁM TI NIKDY ŠANCI

Velmi jednoduché způsoby, jak zabránit nejhoršímu
a neonemocnět z chemoterapie

*LÉČIVÉ POTRAVINY
SPÁNEK
BYLINY
MEDITACE
JÓGA
PŘIROZENÁ DETOXIKACE*

MUDr. Hari Sharma a Rama K. Mishra, diplom. ájurvédský lékař
s Dr. Jamesem G. Meadem

Odpověď rakovině: NEDÁM TI NIKDY ŠANCI

Velmi jednoduché způsoby, jak zabránit nejhoršímu a neonemocnět z chemoterapie

Vyloučení odpovědnosti vydavatele

Autoři i vydavatel věnovali maximální možnou pozornost tomu, aby informace zde uvedené odpovídaly aktuálnímu stavu znalostí v době přípravy díla k vydání. I když tyto informace byly pečlivě kontrolovány, nelze s naprostou jistotou zaručit jejich úplnou bezchybnost. Z těchto důvodů se vylučují jakékoli nároky na úhradu ať již přímých, či nepřímých škod.

Tato kniha, ani žádná její část, nesmí být kopírována, rozmnožována, ani jinak šířena bez písemného souhlasu vydavatele.

Odpověď rakovině, © 2002 MUDr. Hari Sharma
a Rama K. Mishra, diplom. ájurvédský lékař s Dr. Jamesem G. Meadem
Translation © Jindřich Hvězda, Alena Citterbergová, 2006
Cover © Renata Brtnická, 2007
© TRITON Praha/Kroměříž, 2007

Vydalo Nakladatelství TRITON, s. r. o.,
Vykáňská 5, 100 00 Praha 10, www.triton-books.cz

ISBN 978-80-7254-901-6

Věnováno
Mahariši Maheš Jogimu

Poděkování

Touto cestou chceme poděkovat Maharišimu, že obrodil védské vědění ve zjednodušené a lehce pochopitelné formě, čímž je zpřístupnil každému. Díky poznání, ke kterému jsme dospěli, jsme v této knize mohli uvést jednoduché techniky a mnohá doporučení pro zdraví.

Chceme také poděkovat našim rodinám za trpělivost a podporu během tohoto projektu. Děkujeme dr. Manoharovi Palakurthimu za jeho rady, děkujeme Nicku Sharmovi, Ellen Kauffmanové a Surye Kantové za přínosnou editorskou činnost. Také chceme poděkovat našemu nakladatelství SelectBooks a jeho vedení – Kenzi Sugiharovi a Billu Gladstonovi – za vše, co pro tento projekt udělali.

Prohlášení

Tato kniha není žádným „zázračným lékem“ na rakovinu a ani Vám nedoporučujeme, abyste ji takovým způsobem používali. Pokud Vám byla rakovina diagnostikována, navštěvujte svého lékaře a řiďte se jeho radami. Tato kniha je prevencí. Je to podobné jako u bezpečnostního pásu – zaručí vám snad jeho zapnutí, že se nestanete obětí vážné dopravní nehody? Ne, ale i tak je to dobrý nápad, který zachrání mnoho životů. Naše doporučení v této knize jsou právě takovým „bezpečnostním pásem“ v odvrácení a prevenci rakoviny. Jsou účinná, ale žádné jiné cíle si tato kniha neklade.

Obsah

Úvod 13

Tato kniha není pro každého. Nebo vlastně ano, je.

ČÁST I Co nejdřív začněte s technikami „Pryč s rakovinou“ . . .

Nemá cenu nechat se pomalu ubíjet. Tohle můžete udělat hned teď.

1. „Abeceda“ rakoviny: Výchozí hlavolam 25

Západní medicína se snaží; opravdu, skutečně se snaží.

2. Začněte s dušeným jablkem 39

Jablko musíte podusit. A jíst ho ráno. Není to o jablku. Je to o tom, že se probouzí odžas (dále poznáte, co to znamená).

3. Dejte přednost bojovým fytolátkám 61

Zelenina už není jenom zelenina. Jsou to fytochemické látky.

4. Zkuste protirakovinnou kurkumu 73

Kurkuma? Vážně kurkuma? Možná Vás to překvapí, ale tahle skvělá bylina není jen tak něco.

ČÁST II Klíčové metody „Dnes neumírejte“

To všechno že dokáže potrava? Potrava, trochu spánku a nějaké cvičení.

5. Potrava „Aby nás nezdolala otrava“ 87

Denně jezte tyhle potraviny a nemusíte se bát rakoviny.

6. Seřezte cukrové okovy	113	
Kam nás zavede jedna sladkost?		
7. Obstarejte si vlastní interleukin-2	123	
Spěte správně.		
8. Stačí detoxikace, vážení, nic víc	137	
Toxiny jsou škodlivé. Zbavte se jich!		
 ČÁST III Neviditelná neporazitelnost		
S vnitřním klidem je zábava.		
9. Pár úsměvů – a hned je všem do zpěvu!	163	
Malý úsměv vás nezabije. Zato s mračením to není tak jisté.		
10. Medikace meditací	177	
Zavřete oči. Otevřete mysl.		
11. Jak neonemocnět z chemoterapie	195	
Otrávit rakovinu, nikoli zbytek sebe – to je oč tu běží.		
12. Odpověď na cokoli	219	
Zdraví – do slova a do písmene. Když zničíte rakovinu, pak by pro vás srdeční nemoc ani nespavost neměla být problém.		
13. Tajemství odpovědi	235	
Není snadné vědět všechno. Ověřte si to. Možná, že stačí jen vědět, kde to najít.		
 Literatura		259
Doporučené výrobky		266
Index		

Úvod

Tato kniha je krátká. Možná jste si toho všimli, když jste ten skromný svazek vzali do rukou. Je to nenápadná brožurka, skoro takové „nic“, ale přesto se konfrontuje s tou vsutku nejsložitější, nejmizernější, nejpodlejší a nejvíce traumatizující a neřešitelnou nemocí všech dob. S tímto tématem se zatím nedokázaly úspěšně vypořádat ani velké knihy. A dokonce ani knihovny plné knih. Tak si asi říkáte, jak to může dokázat tahle malá knížečka?

Být malí je součástí našeho plánu. Rakovina se totiž odehrává na té nejmenší a nejjemnější fyzické úrovni – na úrovni buněk a buněčné chemie. Což není důvod, proč jsme tuhle knihu udělali tak malou. Tato kniha je malá proto, že účinné jsou samé jednoduché věci – věci sice prosté, ale zároveň takové, od kterých se naše moderní civilizace vzdálila. A tak jsme si řekli, že jednoduchá kniha bude tím nejlepším způsobem, jak předat své poselství, že byste měli dělat jednoduché věci (jako např. jíst zeleninu).

Takže proto je kniha tak krátká. Přesto někdy člověku pomůže, když hned od začátku ví, jak kniha funguje a jak se z ní dá dostat co nejvíce (s nejmenším úsilím). Dovolte nám tedy hned pro začátek vysvětlit několik věcí.

Kdo by si knihu měl přečíst

Když něco nazvete „knihou o rakovině“, okamžitě člověka napadne, že kniha je určena jen lidem, kteří již rakovinu mají. Po pravdě řečeno, pro nás je to taková „revoluční výzva“, protože chceme oslovit jinou, podstatně větší část populace – zejména všechny ty, kteří rakovinu ještě nemají.

Pro ty, kteří se již s touto ošklivou nemocí setkali, jsou doporučení na těchto stránkách zajisté užitečná. A těm, kteří rakovinu mají, prospěje, když začnou hned teď dělat věci, které měli dělat v první řadě jako prevenci. Myslíme zde také na ty, kteří rakovinu již dříve prodělali. Lidé patřící do této kategorie si mohou zcela odůvodněně klást otázku: „Co mám dělat, aby se to znovu nestalo?“ Také bychom chtěli připomenout, že uvedené techniky jsou dobré i v jiných ohledech než jen jako prevence rakoviny – lze je prostě využít k podpoření zdraví.

Náš čtenář je normální člověk, který rakovinu zatím nemá a je v záviděníhodné pozici, neboť je schopen jí předejít, takže se u něj nikdy neobjeví. Někteří lidé vědí, že hrozba rakoviny je značná. Možná že už onemocněl někdo z jejich příbuzných, např. matka, bratr, sestra či bratranec, a mohou mít tedy pocit, že jsou také v nebezpečí. Samozřejmě, že v této knize pamatujeme i na ně. Podobně mohou být našimi čtenáři lidé náležící k průměrně ohrožené skupině – například ti, kteří dosáhli věku, v němž se riziko onemocnění rakovinou statisticky zvyšuje.

Jelikož neexistuje nikdo, kdo by onemocněním rakovinou ohrožen nebyl, neexistuje ani nikdo, na koho bychom při přípravě těchto stránek nepamatovali. A z toho především vycházíme. Když dáváme dohromady tato doporučení, myslíme na všechny normální lidi – modelově na relativně zdravého člově-

ka, který jezdí do práce, chodí do školy, stříhá trávník, sleduje televizní seriály, zajde si občas na večeri někam do restaurace – žije svůj život prostě naplno jako většina lidí kolem, aniž by se nějak příliš zajímal o své zdraví.

Nám jde totiž o to, aby lidé začali s několika prostými úpravami svého denního režimu už teď (dřív, než třeba onemocní), aby tak rakovinu nikdy nedostali. Takový přístup sice možná není tak „chlapácký“ jako čekat na rozvinutí rakovinných nádorů a pak se horko těžko snažit se z té patálie nějak vylízt, nicméně je to přístup, který skutečně funguje... což je mnohem účinnější než čekat, až se nemoc objeví.

Povaha našich čtenářů snad napomůže k osvětlení několika věcí týkajících se této knihy. Zaprvé je to její stručnost, která je smysluplná, snažíme-li se oslovit ty, kteří zrovna dvakrát nedychtí po tom, aby se o těchto věcech něco dozvěděli. Zadruhé je to její styl, o kterém řekneme trochu víc v další kapitole.

Proč ten odlehčený tón

Knihy o rakovině mají tendenci být dost pochmurné. Když si projdete obsah této knihy, uvidíte, že vůbec pochmurná není. Má odlehčený ráz, je hravá a oddychová. Ptáte se, proč jsme to tak udělali? V žádném případě jsme nechtěli být nezdvorní nebo nedbalí. Tady jde hlavně o to, že ustaranému člověku nemusíte nutně pomoci tím, že budete sami ustaraní. Trocha humoru udělá pro dobro věci mnohem víc než rozvážná věcnost a napětí. Takže hlavní důvod pro to, že jsme se uchýlili k lehčímu tónu, je ten, že chceme nalákat lidi k přečtení našich jednoduchých návrhů.

Tak s tím tedy počítejte. Některé informace zde uvedené

jsou dostupné i jinde. Některá tajemství z *vědecké* tradice sice ne-naleznete v západních odborných textech, ale možná že mnohé z toho najdete i někde jinde, třeba v jiných knihách od stejných autorů. Je také možné, že něco z tohoto materiálu najdete v odborné literatuře. Ale i kdybyste to našli, četli byste to? Jaká je tu pravděpodobnost? Kolik lidí si přečte takový odborný článek? Sto? My se obracíme k více než miliardě. Chceme, aby se o těchto věcech lidé dozvěděli, a proto se budeme držet co nejvyššího stupně neformálnosti, pobavení a nenucenosti. K tomu, aby byla informace užitečná, přece nemusí být složitá.

Chceme vás také ujistit, že při čerpání z *vědecké medicíny* jsme se snažili klasické vědecké terminologii co možná nejvíce *vyhnout*. Pro většinu lidí je to terminologie nová, a dokonce i naši kolegové z lékařských kruhů si stěžují, že se snadno ztratí v množství termínů, které jsou pro ně neznámé – tělesné typy, dráhy v těle, specifické nerovnováhy. (Už jste třeba někdy slyšeli termín *šróty*? Je to takový kanálek, ale o to tu nejde; my se snažíme této terminologii vyhýbat).

Malé množství terminologie se nám sem vplíží, ale opravdu jen velmi malé. Nebudete s tím mít žádné potíže.

Zkrátka a dobře si přejeme, abyste si tyto krátké stránky přečetli... A proto jsme je napsali tak, jak jsme je napsali. Ostatně, jak vysvětlíme v kapitole „pár úsměvů“, optimismus je vlastně bojovníkem proti rakovině. Takže tón naší knihy je preventivní terapií.

Jak se do toho pustit a nemít toho nad hlavu

Ať jsou doporučení předkládaná v této knize jakkoli jednoduchá, přece jen se tu rady hromadí. A toto je přece jenom kniha,

a ne jeden odstavec, proto bychom vás nechtěli příliš zahltit.

Co s tím? Prostě začněte s tím, co vás nejvíce osloví. Někteří čtenáři možná budou praktikovat mnohé doporučené techniky; jiní zas nebudou dělat skoro nic. Není třeba mít pocit, že musíte začít okamžitě se vším, co je zde popsáno. Kdo by se do toho pak vůbec pouštěl?

Třeba si nejdřív budete chtít celou knihu jen přečíst – a my jsme se snažili udělat maximum pro to, aby to pro vás bylo co nejjednodušší. Nebo budete něco přeskakovat. To je v pořádku. Abyste s některou z těchto jemných terapií mohli začít, nejdřív si nějakou vyberte. Možná to bude dušené jablíčko po ránu, možná techniky snižování množství cukru nebo třeba zlepšování spánku. Když začnete s jednou nebo dvěma technikami, zjistíte, že můžete bez problémů přidávat i další techniky. Tady je důležitý první impuls, pak už to půjde samo. Zdraví lidé vyhledávají zdravé návyky.

Celkovým přínosem námi doporučovaných praktik je dlouhý, zdravý a šťastný život. Ale rozhodně byste se neměli cítit tlačení do toho, abyste dělali všechno najednou. Můžete začít třeba s nějakými potravinovými doplňky a postupně sem tam přidávat tipy ze správného stravování a životního stylu.

Jak jistě vidíte z obsahu knihy, koncipovali jsme ji podle určitého plánu. V podstatě postupujeme od materiálních věcí (jako jsou potraviny) k těm abstraktnějším. Můžete tuto knihu číst a postupovat podle doporučení ve sledu, jak je nabízíme. Ale nemusíte to dělat v nějakém určitém pořadí. Můžete například začít být příjemní ještě před tím, než zvýšíte množství fytochemických látek ve své stravě. To je v pořádku. Tyto techniky je možné provádět v jakémkoli pořadí, záleží tedy jen na vás a na tom, jak vám to nejvíc vyhovuje.

Velmi dobrý nápad je mít tuto knihu po ruce už napořád. Až ji budete mít celou přečtenou, čas od času si ji znovu vezměte a připomeňte si některé věci; třeba v ní najdete něco, co jste předtím přehlédli. Jeden den možná objevíte „dobrý nápad jak použít kurkumu do mléčného koktejlu“. A jindy zas zjistíte: „Aha, moje tělo produkuje během spánku protirakovinné látky. To možná bude lepší jít dnes spát dřív.“ Přečtěte si tuto knihu, těšte se z ní, uzdravujte se a opakovaně si v ní listujte. Je to váš přítel.

Kdo jsou autoři?

Západní medicína se těší důvěře, obzvláště u lidí na západě. Védská medicína má tisíciletou tradici a má důvěru u „nezápadních“ lidí. Jelikož jsme nechtěli ponechat nepokrytý žádný směr, je tato kniha směsíci východu a západu, a stejně tak je tomu u autorů.

Hlavním autorem je doktor Hari Sharma. Jméno zní možná jako z Indie; tam také začínal, ale dnes je také plně kvalifikovaným západním doktorem. Byl ředitelem výzkumu prevence rakoviny a přírodních produktů na katedře patologie fakulty lékařství a veřejného zdraví na státní univerzitě v Columbu, Ohio, USA (ano, je to ta univerzita se známým fotbalovým týmem). Dnes je profesorem v penzi. Publikoval více než 120 vědecko-výzkumných článků a napsal další tři knihy, které jsou uvedeny ve výčtu literatury na konci knihy. Jednou z nich je *Freedom from Disease (Osvobodit se od nemoci)*, která odráží jeho odhodláni udělat lidi zdravějšími. Na další knize *Contemporary Ayurveda (Současná ájurvéda)* se podílel jako spoluautor a i zde ukazuje, že je odborníkem jak na védskou medicínu, tak i na medicínu zá-

padní, a velmi rád uvádí odvěké praktiky do moderního světa. O ájurvédě i o svém výzkumu přednášel po celém světě.

Když mluvíme o ájurvédě, druhý autor – dr. Rama Kant Mishra – je ájurvédský lékař, známý v Indii jako vajdja. Je absolventem lékařské fakulty (GAMS) na ájurvédské univerzitě SYNA v Bhagulpuru. Strávil mnoho času na západě a je uznávaným členem lékařské rady Maharišiho ájurvédy. Od roku 1974 pracuje jako soukromý praktický lékař a ví, jak pracovat s lidmi na tom, aby se stali zdravějšími. (Dr. Sharma má také soukromou praxi.)

Takže autoři znají jak moderní západní, tak i starověkou východní medicínu a vědí, jak je obě spojit, aby pomohli skutečným lidem. Napadlo je, že by své znalosti mohli „zabalit“ do knihy, kterou by lidé rádi četli. S tímto nápadem přišli za třetím autorem, dr. Jimem Meadem, který jim pomohl nápad realizovat. Dr. Meade, který má doktorát z anglické literatury, předtím napsal už 23 knih, některé z nich vyšly ve známé humoristické řadě „Dummies“.

Směs západu a východu

Je tu západní věda a je tu vědění z véd (pro některé západní čtenáře je věda asi nový termín, znamená kompletní vědění o životě, které pochází z odvěké, ústně předávané tradice, uchovávané takto v Indii po tisíciletí). Proč se je snažíme dát dohromady?

Západní věda je tu od toho, aby uspokojila mysl čtenáře – jinými slovy, vaši mysl. Řekněte někomu, aby jedl hodně listové zeleniny, protože má mnoho živin a obohacuje tělo, a ten někdo se nejspíš zarazí a řekne vám: „O čem to mluvíte?“ Řekněte mu

ale, že listy obsahují spoustu beta-karotenu, lutein a foláty, a jeho intelekt bude konečně uspokojen. To je prostě způsob, jak to v našem světě funguje. Když známe vědecké vysvětlení, začneme věci akceptovat. Jestliže ne, pak pro nás celá ta věc může být jen „lidovou moudrostí“ a žádnou listovou zeleninu jíst nebudeme. Když máme k dispozici vědecké vysvětlení podpořené náročným výzkumem v nějaké respektované instituci, řekneme si: „Tak dobrá. Sem s tím špenátem.“

A co východní tradice – věda? Ta představuje přírodní přístup, založený na vědomí, který bere v úvahu tělo jako celek. Jelikož vědomí existuje právě na té neviditelné úrovni a pracuje v těle neustále, má široký rozsah působnosti. Vědecká medicína se na této úrovni osvědčila. Má znalosti o tom, která bylina ovlivňuje který typ vědomí a kde a kdy se má dovolit, aby se tak stalo. Toto své know-how předkládá vědecká tradice v této knize, u vědomí toho, že by to čtenáři možná nepřijali, kdyby to nebylo západní medicínou ověřené.

Tímto způsobem poskytuje kniha obojí – západní vědu i vědeckou vědu. Je to plodná spolupráce.

Není název knihy poněkud přehnaný?

To tedy opravdu není. Odpovědí na rakovinu jsou jednoduché a přirozené věci. Návrat zpátky ke kořenům udělá divy. Rakovina se totiž rozvine jen tehdy, když se buňky vzdálí od své podstaty. Když to nedovolíte, zabráníte vzniku rakoviny.

Jenže jednoduchost není tak automatická. Vzdalujeme se od své podstaty už tak dlouho, že jsme zapomněli jak se vrátit zpět. Nesprávně spíme. Nesprávně jíme. Neumíme vnitřně přesáh-

nout (transcendovat) sami sebe. A přitom existují jednoduché způsoby, jak dělat všechny ty věci zase správně, jednoduše, bezbolestně – tak, jak to naše tělo i mysl ocení.

Ale nemůžete to zkusit jen jak vás napadne. Potřebujete nějaký návod. Být jednoduchý není tak jednoduché. My jsme se v této knize snažili udělat maximum pro to, abychom vám to usnadnili, protože žádnou jinou knihu podobného druhu neznáme. Co se týká západních knih, ty obvykle nemají plné porozumění pro tělo jako celek a pro to, jak z tohoto hlediska funguje. Někdo například může znovuobjevit, že rajčata jsou bojovníky proti rakovině. (Což se také už stalo.) A pak vám začne mezi řádky radit: „Jezte syrová rajčata, kdykoli se k nim dostanete. Dejte si rajče ke snídani. A dejte si jedno před spaním.“ A přitom možná úplně opomene spoustu dalších věcí, které byste měli provádět spolu s konzumací rajčat. Nehledě na to, že vám možná bude ze všech těch rajčat špatně.

Čerpáte-li z vědecké tradice, víte, jak zeleninu a ovoce správně používat – znáte správné načasování, správné kombinace, správnou součinnost. Snažili jsme se, aby to vypadalo jako úplná hračka. A snadné jako hračka to taky je. I tak ale musíte vědět, jak se to dělá správně. A my vám to řekneme.

Na to, jestli je titul knihy přehnaným tvrzením, je odpověď stručná: „Ne, není.“ Kniha je krátkou odpovědí na rakovinu... odpovědí s dlouhodobými účinky. Dělejte tyto věci a budete se cítit dobře den co den. Na rakovinu prostě zapomenete. A přesně tak to má být.

Část I

**Co nejdřív začněte s technikami
„ pryč s rakovinou“**

1

„Abeceda“ rakoviny: Výchozí hlavolam

„Rakovina“. Hrůzostrašnější slovo náš jazyk snad ani nezná. Možná že „žralok“, „tsunami“, „tornado“ nebo „záplavy“ patří mezi další kandidáty, ale to, jak se nám při vyslovení slova „rakovina“ strachem rozbuší srdce, ta ostatní sotva překonají.

Ačkoli medicína občas mívá jistý úspěch v léčení některých typů rakoviny, je to velmi malý úspěch vzhledem k počtu rakovinných onemocnění vůbec. Třebaže počáteční léčba bývá úspěšná, pro prevenci návratu nemoci toho moderní medicína dělá dost málo. A v některých případech, jako je rakovina plic nebo slinivky, se nepříznivá diagnóza téměř rovná rozsudku smrti.

Tahle notoricky známá, deprimující slova o zabijáku jménem rakovina nejsou nic nového. Můžeme říci ale i pár jiných slov, známých téměř stejně jako ta depresivní (ovšem, jak se zdá, věnujeme jim jen málo pozornosti, když jsou tak „často“ slyšet). „Výzkum ukazuje, že většině typů rakoviny je možné předcházet. Podle odhadu vědců lze předejít 60–70 % rakoviny pomocí jednoduchých změn ve stravě a životním stylu,“ uvádí na své webové stránce Americký institut pro výzkum rakoviny.

„Smrtelná nemoc, které lze předejít“. To zní jako úplný nesmysl. Toto je tedy výchozí hlavolam, který před námi stojí. Rakovině je sice možné předcházet, ale přesto se na lidi hrne zprava zleva. Zcela očividně nám tu něco schází a to něco je možná docela prosté – pár pravidel stravování, nějaké bylinky, pár drobných úprav denního režimu a pochopení emocí a mysli.

„Odpověď na rakovinu“ tedy zřejmě není tak docela nemožná, jak se nám to snaží namluvit moderní myšlení. Je dost možné, že jsme si prostě navykli reagovat na rakovinu, teprve když ji dostaneme, místo abychom podnikli nějaké kroky a učinili ji bezmocnou dříve, než začne.

Nemoc utržená ze řetězu

Rakovina se vzpírá všem pokusům úspěšně ji léčit. Sledujete-li statistiky, vypadá to, že riziku rakoviny je vystaven snad každý. Americká společnost pro výzkum rakoviny uvádí, že v USA každý druhý muž čelí riziku, že se u něho během života tato obávaná nemoc rozvine. Ženy jsou na tom o trochu lépe: obětí rakoviny se může stát každá třetí.

Uvedme zde pár dalších čísel, jen pro zdůraznění toho, co každý ví: totiž, že výskyt rakoviny je na denním pořádku a málokterá rodina jejímu řádění unikne.

Například v Americe žije 8 900 000 lidí, kteří již rakovinu měli. Za posledních 12 let – v období 1990 až 2002 – diagnostikovali lékaři v USA 16 000 000 případů rakoviny. Odhaduje se, že v roce 2002 zemřelo na rakovinu 555 000 Američanů – to je více než 1500 lidí za den. Podle Národního institutu zdraví