

Entgiftungstherapien

Biologische Entgiftung

Das Thema Entgiftung und Entschlackung hat als Basismaßnahme für eine erfolgreiche Therapie eine große Bedeutung. Egal, welches Grundleiden behandelt werden soll: Die Entlastung des Körpers von schädlichen Stoffen, aus dem eigenen Stoffwechsel oder von außen stammend, erhöht die Regulationsfähigkeit und damit die Selbstheilungskräfte des Organismus. Dabei ist es wichtig, verschiedene Maßnahmen zu kombinieren, um optimale Ergebnisse zu erzielen. Die weiteren Ausführungen dienen dazu, Ihr Verständnis für die von mir empfohlenen therapeutischen Schritte zu erhöhen. Vereinfacht ausgedrückt beinhaltet eine erfolgreiche Entgiftung die folgenden Maßnahmen:

- Basismaßnahmen
- Aktivierung der Ausleitungsorgane
- Zelluläre Entgiftung
- Bindegewebsentgiftung
- Entgiftung über den Darm
- Spezifische Entgiftungsmaßnahmen (Chelat-Therapie)

Basismaßnahmen

Unser Körper entgiftet ständig. Im normalen Stoffwechsel entstehen permanent Zwischen- und Endprodukte, die unschädlich gemacht und ausgeschieden werden müssen. Auch von außen gelangen über die Atmung, die Nahrung und das Trinkwasser Toxine in unseren Körper, welche es zu entgiften gilt. Der Körper versucht, solche für ihn giftigen Stoffe entweder unverändert oder nach Verstoffwechslung (sog. zelluläre Entgiftung) auszuscheiden. Die Ausscheidung geschieht über die Lunge (Abatmung gasförmiger Toxine), die Nieren (Ausscheidung wasserlöslicher Giftstoffe) und den Darm (fett- und gallegebundene Substanzen). Reichen diese Ausscheidungswege nicht aus, wird auch die Haut als Entsorgungsorgan genutzt (v.a. für saurere Stoffwechselschlacken). Die dadurch entstehende Reizung der Haut manifestiert sich häufig durch Ekzeme und Ausschläge.

Sie können die Bemühungen Ihres Organismus durch einfache Maßnahmen unterstützen. Die wichtigste ist sicherlich das reichliche Trinken von mineralarmem Wasser. Alle Giftstoffe wirken umso schädlicher, je höher deren Gewebekonzentration ist. Durch das Trinken von 2-3 Litern Wasser pro Tag tritt ein wichtiger Verdünnungseffekt ein. Dabei kann mineralarmes Wasser Schadstoffe deutlich besser lösen als mineralreiches Wasser. Zusätzlich steigert eine erhöhte Flüssigkeitszufuhr die Ausscheidung über die Nieren.

Viel Bewegung an frischer Luft mit tiefem Durchatmen fördert die Abatmung gasförmiger Toxine. Dabei muss es nicht gleich Leistungssport sein. Ein flotter Spaziergang täglich ist auch schon hilfreich.

Die Ausscheidung über die Haut wird unterstützt durch die Anwendung von Basenbädern (ein basisches Badesalz wird in das Badewasser gegeben, wodurch die Säureabgabe über die Haut angeregt wird). Ebenfalls förderlich sind Saunagänge, wobei aber im Vorfeld eines Saunabesuches auf eine ausreichende Basenzufuhr geachtet werden sollte.

Eine ballaststoffreiche Ernährungsweise mit vielen unverdaulichen Pflanzenfasern aus Vollkornprodukten, Obst, Gemüse und Salaten unterstützt die Entgiftung über den Darm. Darmgiftstoffe, welche aus der Nahrung, aus dem Leberstoffwechsel oder von einer ungesunden Darmflora herrühren, können teilweise an Ballaststoffe gebunden und so zur Ausscheidung gebracht werden.

Die Ernährung selbst sollte reich an Obst, Gemüse und Vollkornprodukten sein, da diese neben den Ballaststoffen auch noch große Mengen an basischen Mineralstoffen liefern. Ohne ausreichend basische Mineralstoffe können die im Stoffwechsel anfallenden Säuren nicht neutralisiert werden, so dass sie, an Fett und Eiweiß gebunden, als Stoffwechselschlacken im Körper deponiert werden.

Fastenkuren sollten nur unter fachkundiger Kontrolle durchgeführt werden. Viele Toxine werden im Fettgewebe gespeichert. Durch das

Fasten wird Fettgewebe rasch abgebaut, wodurch große Mengen an Toxinen frei werden. Die daraus resultierenden Fastenkrise sind im harmlosesten Fall nur unangenehm, können aber auch ernst zu nehmende Folgen haben.

Aktivierung der Ausleitungsorgane

Obwohl alle Stoffwechselfvorgänge biochemischer Natur sind, werden diese Prozesse durch eine übergeordnete bioenergetische Ebene gesteuert (siehe Abschnitt Bioresonanztherapie). So können im Rahmen eines ganzheitlichen Behandlungskonzeptes auch die Ausleitungsorgane mit Hilfe der Bioresonanztherapie in ihrer Aktivität gefördert sowie gezielt die Ausscheidung toxischer Substanzen angeregt werden.

Zelluläre Entgiftung

Die Entsorgung nutzloser oder toxischer Substrate, die entweder natürlicherweise im Stoffwechsel anfallen oder als körperfremde Stoffe von außen aufgenommen werden, kann meist nicht direkt, sondern erst nach Umwandlung in ausscheidungsfähige Substanzen erfolgen. Eine solche Umwandlung findet in den Zellen fast aller Gewebe statt. In diesem zellulären Entgiftungsprozess, der in zwei Phasen unterteilt ist, werden die toxischen Stoffe durch Enzyme so aufbereitet, dass sie zur Ausscheidung gebracht werden können. Die dafür notwendigen hochspezifischen Enzymsysteme sind in den meisten Zellen nachweisbar, in besonders großer Menge jedoch in den Hauptentgiftungsorganen Leber und Niere. Die Reaktionen der sogenannten Phase 1 müssen mit den Reaktionen der Phase 2 im Gleichgewicht stehen, um eine Anhäufung toxischer Zwischenprodukte zu vermeiden.

Die Aktivität dieser Enzymsysteme ist im empfindlichen Maße von der Versorgung des Körpers mit verschiedenen Mikronährstoffen abhängig. Eine herausragende Rolle kommt dabei den sogenannten sekundären Pflanzenstoffen zu, die einen unmittelbaren und gleichsam essentiellen Einfluss auf die Vorgänge der biochemischen Entgiftung nehmen.

Therapeutische Maßnahmen zur Anregung der zellulären Entgiftung bestehen in der gezielten Verabreichung dieser Pflanzenstoffe und anderer Mikronährstoffe in standardisierter und konzentrierter Dosierung. Je nach Notwendigkeit geschieht dies in Form von Kapseln oder als Infusionsbehandlung, gegebenenfalls müssen auch beide Maßnahmen kombiniert werden.

Bindegewebsentgiftung (Entsäuerung)

Das Bindegewebe ist das Gewebe, welches sich zwischen den Zellen befindet, diese miteinander verbindet, für die Ernährung der Zellen zuständig ist und in welches die Zellen ihre Stoffwechselendprodukte entsorgen. Aus dem Bindegewebe werden die zu entsorgenden Substanzen normalerweise über die Lymphe abtransportiert und am Ende durch die Ausscheidungsorgane ausgeschieden. Damit dies gelingt, müssen die Stoffwechselsäuren durch Bindung an basische Mineralstoffe neutralisiert und wasserlöslich gemacht werden. Stehen aus der Ernährung (Obst, Gemüse, Vollkornprodukte) nicht ausreichend basische Mineralstoffe zur Verfügung, bedient sich der Körper seiner eigenen Depots, vorwiegend aus den Knochen. Ein chronisches Ungleichgewicht zwischen dem Anfall an Stoffwechselsäuren und den zur Verfügung stehenden Mineralstoffe ist daher eine wesentliche Ursache der Knochenentkalkung (Osteoporose).

Um seine Mineralstoffdepots nicht zu erschöpfen, greift der Organismus auf eine andere Möglichkeit der Säureneutralisation zurück. Durch Bindung der Stoffwechselsäuren an Fette und Eiweiße werden die Säuren unschädlich gemacht. In dieser Form können sie aber nicht ausgeschieden werden sondern müssen im Bindegewebe zwischengelagert werden, bis wieder ausreichend basische Mineralstoffe zur Verfügung stehen. In vielen Fällen ist der Mineralstoffmangel jedoch ein Dauerzustand, sei es durch eine mineralstoffarme Ernährung oder den übermäßigen Anfall zu entsorgender Stoffwechselsäuren infolge Erkrankungen oder Schadstoffbelastungen. So wird das Bindegewebe langsam aber sicher zur Mülldeponie des Körpers.

Zunehmend wird jetzt nicht nur die Entsorgung beeinträchtigt, sondern auch die Versorgung der Zellen mit Nährstoffen über das Bindegewebe. Einschränkungen der Organfunktion mit vielfältigen Symptomen (je nach vorwiegend betroffenem Organ) sind die Folge. Eine besonders wichtige Rolle spielt eine chronische Übersäuerung bei allen entzündlichen Erkrankungen (z. B. Rheuma) sowie Erkrankungen des Bewegungsapparates.

Therapeutische Maßnahmen bestehen hauptsächlich in der Zufuhr basischer Substanzen. Neben der Ernährung (Obst, Gemüse, Vollkorn) geschieht dies über die Verordnung basischer Mineralstoffe in Pulver- oder Kapselform. Daneben sind die oben erwähnten Basismaßnahmen wichtig (Abatmung von Säureäquivalenten in Form von Kohlendioxid durch die Lungen, Entsäuerung über die Haut, reichlich Wasser trinken zur Verdünnung).

Vor allem beim Vorliegen chronisch entzündlicher Erkrankungen des Bewegungsapparates kann eine Basenzufuhr in Form einer Infusionsbehandlung über 10 Tage eine rasche und deutliche Linderung bringen (siehe Procain-Basen-Infusion).

Entgiftung über den Darm

Schädliche Substanzen können durch die Nahrung über den Darm in unseren Körper gelangen. Darüber hinaus bilden die Darmbakterien, vor allem wenn ihre Anzahl und Zusammensetzung durch Fehlernährung oder Antibiotika gestört ist, ständig Giftstoffe (z. B. Fuselalkohole), welche über die Darmschleimhaut in den Blutkreislauf aufgenommen werden.

Entgiftungsmaßnahmen über den Darm haben primär das Ziel, diese zusätzliche Belastung des Körpers mit neuen Toxinen zu vermindern. Substanzen, die in der Lage sind, Toxine zu binden und deren Resorption zu verhindern, werden dazu therapeutisch eingesetzt (z. B. in Form von Ballaststoffpulvern oder Klinoptilolithen). Zusätzlich können Probiotika durch Gesundung der Darmflora deren Toxinproduktion vermindern.

Über den Darm ist jedoch auch eine direkte Entgiftung des Körpers möglich. Viele toxische Substanzen im Körper werden über die Leber entgiftet und durch die Gallenflüssigkeit in den oberen Dünndarm ausgeschieden. Leider werden sie in tieferen Darmabschnitten wieder resorbiert und gelangen so erneut in den Körper (sog. enterohepatischer Kreislauf). Das trifft auf eine Vielzahl von fettlöslichen Giftstoffen zu, besonders häufig jedoch auf Neurotoxine (Giftstoffe, welche das Nervensystem schädigen). So bilden unter anderem Borrelien Neurotoxine, die für die Symptome der chronischen Neuroborreliose verantwortlich sind. Durch den enterohepatischen Kreislauf ist der Körper nicht in der Lage, diese Nervengifte effektiv auszuscheiden. In einem solchen Fall kann die Verabreichung von toxinbindenden Substanzen die Rückresorption in den Körper verhindern und somit die Giftstoffkonzentration im Organismus vermindern helfen. Eine langsame, aber stetige Verbesserung der neurologischen Symptome ist der therapeutische Erfolg (nachweisbar durch den Visual Contrast Sensitivity-Test).

Spezifische Entgiftungsmaßnahmen

Für die meisten Giftstoffe im Körper gibt es kein eigentliches „Gegenmittel“. Die oben aufgeführten Maßnahmen regen unspezifisch die Entgiftungsleistungen des Körpers auf verschiedenen Ebenen an. Im Gegensatz dazu können einige Substanzen, wie z. B. die Schwermetalle Blei, Quecksilber, Cadmium u. a. mit einem spezifischen Gegenmittel aus dem Körper ausgeleitet werden. Die dazu notwendige Behandlung wird Chelat-Therapie genannt.

Nicht immer ist es notwendig, alle aufgeführten Maßnahmen zur Entgiftung des Körpers durchzuführen. Welche tatsächlich für Sie sinnvoll und auch umsetzbar sind, werden wir nach einer entsprechenden Diagnostik in einem ausführlichen Gespräch klären.