

Michael Hartmann
- Heilpraktiker –
Bezirksstr. 6
63755 Alzenau
06023 - 408 99 43

Lassen Sie es raus...

Was lange währt, ist doch gut. Dieser Ausspruch hat auch heute noch seine Berechtigung und gilt besonders für die alten Ausleitungsverfahren. Teilweise noch aus dem Mittelalter stammen verschiedene Methoden zur Ausleitung von Stoffwechselschlacken, Säuren und anderen Giften. Dazu gehören folgende Methoden: Schröpfen, Baunscheidtieren, Blutegel, Aderlaß, Erbrechen lassen, Durchfall erzeugen, Saunagänge.

Im Mittelalter wurde noch die alte Humoralpathologie gelehrt, d.h. die Lehre von den Säften und deren Entmischung. Bekannt waren damals Blut, Speichel, Galle und Lymphe. Dementsprechend wurden die Menschen damals nach verschiedenen Konstitutionen eingeordnet, also in Sanguiniker, Plethoriker, Melancholiker und Lymphatiker. Jede dieser Konstitutionen hatte verschiedene Schwächen und Stärken und die galt es durch den Entzug eines bestimmten Saftes zu unterstützen, also z.B. der Plethoriker (Bluthochdruck) mit seinem hochroten Kopf wurde zur Adergelassen (Blutentzug). Dem Deutsch-Amerikanischen Arzt Dr. Aschner ist es zu verdanken, dass diese Verfahren für die moderne Naturheilkunde erhalten wurden, deshalb nennt man heute Therapeuten, die diese Verfahren anwenden, auch Aschner-Therapeuten.

Allen diesen Verfahren geht immer die Beobachtung voraus, dass der Körper sich durch die Ausscheidung von giftigen Stoffen selbst heilen will. Es ist somit Unfug und absolut unnatürlich, wenn der Körper z.B. einen Durchfall produziert, diesen gewaltsam zu stoppen. Das führt nur zu einer inneren Vergiftung und das kann kein vernünftiger Mensch wollen. Natürlich muss ein länger anhaltender Durchfall behandelt werden, aber wichtig ist dabei, die Ursache zu kennen und entsprechend biologisch zu therapieren.

Das Schöpfen

Geschröpft wurde schon im alten China (nicht nur monetär). Dabei wird in einer Glas- oder Plastikkuugel ein Unterdruck erzeugt. Dadurch wird die Haut in dieses Gefäß hineingezogen und es entsteht vor Ort eine Mikrotraumatisierung des Gewebes, d.h. es tritt Blut aus den Gefäßen aus und wandert ins Gewebe. Dadurch entsteht ein Bluterguss, der jetzt von der körpereigenen Abwehr als Fremdeiweiß erkannt wird, es entsteht eine lokale Entzündung, das Gewebe wird besser durchblutet und das Blut wird abtransportiert. Als positiven Nebeneffekt werden dabei auch die Gewebsschlacken mitentfernt. Daraus resultiert eine bessere Beweglichkeit und ein höherer Energiedurchfluß. Es gibt das trockene und das blutige Schröpfen. Trocken geschröpft werden Zonen mit zu geringem Energiefluß (kalte Stellen), blutig geschröpft werden Zonen mit einer Energiefülle (Schwellungen). Geschröpft wird meist im Rückenbereich, es kann aber auch der Bauch und die Oberschenkel geschröpft werden, z.B. bei Regelstörungen oder Orangenhaut (Zellulitis). Dank der modernen Technik gibt es mittlerweile Geräte, die einen pulsierenden Saugeffekt erzeugen, dadurch wird die Wirkung noch wesentlich intensiver und effektiver.

Baunscheidtieren

Das Baunscheidtverfahren wurde von einem Herrn Baunscheidt um 1850 entwickelt. Dabei werden mit einem Nadelkopf sehr feine Löcher in die Haut gestanzt und anschließend mit einem Spezial-Öl eingerieben. Dadurch entstehen feine Pusteln, ähnlich als ob man mit Brennesseln in Berührung gekommen wäre. Das Baunscheidtgerät nannte man früher auch den Lebenswecker und das Verfahren selbst den weißen Aderlaß. Ende des 19. Jahrhundert soll es auf jedem Schiff, das die Weltmeere befuhr, ein Baunscheidtgerät gegeben haben. Das früher verwendete Croton-Öl wurde wegen seiner doch recht drastischen Wirkung verboten, so dass man heute andere Öle verwenden muß. Die Wirkung ist aber fast noch die gleiche, es weckt regelrecht die Lebensgeister wieder auf und besonders der Lymphabfluss wird dadurch erheblich gesteigert. Man kann entweder die verschiedenen Reflexzonen am Körper baunscheidtieren oder im Sinne der traditionellen chinesischen Medizin eine Akupunktur an bestimmten Schaltstellen des Körpers vornehmen.

Blutegel

Es bedarf schon eines gewissen Leidensdruckes, bis ein Patient sich entschließt, sich Blutegel ansetzen zu lassen. Zu tief ist die Idee verwurzelt, der Egel sei etwas ekliges und schmieriges und könnte in einem unbewachten Augenblick irgendwohin kriechen. Das ist sehr schade, ist doch die Erleichterung, die man z.B. bei einem Krampfaderleiden erfährt, so groß, das man hinterher gar nicht verstehen kann, warum man sich so lange geziert hat. Diese Tierchen sind zwischen 1cm bis 6cm lang und saugen sich an der Haut fest. Dabei geben sie ein blutverdünnendes Sekret ab. Der Effekt betrifft dabei eine ganze Region, d.h. es genügen 4-5 Egel für ein Bein. Der Effekt hält dabei ca. 3 – 6 Monate an und kann dann wiederholt werden. Blutegel werden hauptsächlich an gestauten Regionen angesetzt, z.B. auch hinter den Ohren am Mastoid bei Folgen von einem Schlaganfall oder bei Ohrgeräuschen (Tinnitus).

Aderlaß

Der Aderlaß hat schon eine lange Tradition und wurde im Mittelalter leider bis zum Exzess betrieben, d.h. viele Menschen starben nicht an ihrer Krankheit, sondern am Aderlaß. Dann wurde aber behauptet, dass man sie nur nicht genug zur Ader gelassen hätte. Somit kam er eine Zeitlang sehr in Verruf und wird heute in der Schulmedizin nicht mehr angewendet. Dabei ist der Aderlaß, richtig eingesetzt, eine segensreiche Sache. Hauptindikation ist hierbei der Bluthochdruck, der anders nicht mehr beherrscht werden kann. Die Idee ist hierbei auch wieder, altes, verbrauchtes Blut ablaufen zu lassen, um den Körper anzuregen, neues und frisches Blut herzustellen. Am besten wird der Aderlaß nach den Regeln der hl. Hildegard von Bingen angewandt, nämlich nur in den ersten fünf Tagen nach Vollmond nüchtern und nur soviel Blut, wie von selbst abläuft.

Erbrechen lassen und Durchfall erzeugen

Hier geht es um die Imitation der ersten Selbstheilungsmaßnahmen des Körpers und eine alte Regel besagt, dass man bei Beschwerden oberhalb des Zwerchfells erbrechen lassen sollte, bei Erkrankungen unterhalb aber einen Durchfall. Daran hat sich bis heute nichts geändert und viele Bluthochdruckerkrankungen konnten schon durch eine Darmreinigung und Regulation des Stuhlgangs geheilt werden.

Sauna

Das in die Sauna gehen gesund ist, dem muss an dieser Stelle eigentlich nicht mehr hinzugefügt werden. Hauptwirkung ist dabei die Entgiftung über die Haut und das Abhärten des Körpers durch den Wechsel von heiß und kalt. Wichtig ist dabei die Regelmäßigkeit, d.h. mindestens einmal pro Woche.

Bei aller Kunst der Entgiftung ist es doch wichtig, darauf zu achten, dass man den Körper erst gar nicht mit Giftstoffen überfrachtet. Mäßigkeit im Essen und Trinken, Vermeidung von Stress, wo es geht, weniger Hetze und Eile und unser Körper trägt uns viele Jahre gesund durchs Leben.