

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

### **Der Tod sitzt im Darm, aber auch das Leben**

Diese alte Weisheit geht noch auf Paracelsus zurück, den großen Heiler des Mittelalters, der auch heute noch die Naturmedizin beeinflusst.

Mindestens genauso alt ist die Weisheit, „Du bist, was Du isst“!!!, aber besser wäre es zu sagen, „Du bist, was zu verdaust“.

Sie werden jetzt denken, ich kann doch nur das verdauen, was ich auch esse, dann ist das eben nur die halbe Wahrheit, denn es gehören auch funktionierende Verdauungsorgane dazu. Zu den Verdauungsorganen gehören Mund, Magen, Dünn- und Dickdarm, Leber und Bauchspeicheldrüse (Pankreas). Diese Organe beeinflussen sich gegenseitig in Ihrer Wirkungsweise, so z.B. produziert der Magen Säuren zur Verdauung von Eiweißstrukturen aus Fleisch usw., die dabei anfallenden basischen Mineralien wie Natriumhydrogencarbonat braucht wiederum das Pankreas um seine Verdauungssäfte herstellen zu können. Eine Schwäche der säurebildenden Magenzellen hat also auch eine Schwäche des Pankreas zur Folge. Das dann die Verdauung in Dünn- und Dickdarm nicht mehr richtig funktioniert, steht außer Frage.

Die Nahrung wird nicht richtig verdaut, sie gärt vor sich hin, es entstehen minderwertige Fuselalkohole, die in der Leber wieder abgebaut werden müssen. Weiterhin verweilt der Darminhalt durch fehlende Ballaststoffe zu lange im Darm, hat somit zu lange Kontakt mit der Darmschleimhaut, was wiederum zu Verstopfung, Entzündungen und später zu Darmkrebs führen kann. Laut neuesten Zahlen erkranken jährlich 55.000 Menschen allein in Deutschland an Dickdarmkrebs.

Diese Ablagerungen im Darm sind dann natürlich auch optimale Brutstätten für Darmpilze (Candida) und Parasiten (Würmer).

Weiterhin werden die Eiweißstrukturen aus Fleisch, Getreide usw. nicht richtig zu Aminosäuren zerlegt. Unser Körper kann aber nur Aminosäuren gebrauchen, um sein körpereigenes Eiweiß aufzubauen. Das alles führt zu minderwertigen Eiweißstrukturen, so dass Muskeln, Hormone usw. nicht richtig gebildet werden können und daraus resultieren unweigerlich weitere akute und chronische Krankheiten.

### **Weitere Ursachen für eine schlechte Verdauung:**

Eigentlich beginnt die ganze Verdauung schon im Mund. Die Säfte der Mund- und Ohrspeicheldrüse leiten bereits die erste Verdauung von schnell löslichen Zuckern ein (Karies!!!) und je besser diese Säfte durch gutes Kauen fließen, desto besser funktioniert die weitere Verdauung.

Essen unter Stress und Hektik ist ein besonders großes Problem der heutigen Zeit.

Die Verdauung kann dabei überhaupt nicht funktionieren, denn der Körper ist jetzt durch die Anspannung eigentlich auf Kampf oder Flucht eingestellt. Das produzierte Adrenalin der Nebennieren lässt das Herz schneller schlagen und regt die Leber an, Zucker (Glukose) bereit zustellen, schaltet aber auch die Verdauung ab. Die Verdauung funktioniert aber nur im entspannten Zustand, also im Zustand der Ruhe und Wohlfühlens.

Weiterhin leidet heute ganz besonders die Qualität der Nahrung (Fast-Food, Gen-Food usw.), die unserem Körper nicht die notwendigen Vitalstoffe, wie Vitamine, Mineralien und Aminosäuren zu Verfügung stellt. Kein Mensch käme z.B. auf die Idee, bei seinem Benzin-Auto Diesel zu tanken oder das Motoröl durch Alkohol zu ersetzen. Jeder weiß um die Folgen, nur werden sie dort auch schneller ersichtlich. Chronische Müdigkeit, Leistungsschwächen usw. haben darin bestimmt eine ihrer Hauptursachen.

### **Die Therapie von Verdauungsstörungen:**

Als erstes sollte man natürlich die Ursachen beseitigen, also möglichst

- langsam essen, Nahrung gut einspeicheln
- in Ruhe essen
- möglichst viel frisches Obst, Gemüse und Salate essen
- wenig Fleisch, Weißmehlprodukte und Zucker konsumieren

Wenn das alles nicht hilft, bietet uns die Natur viele Therapiemöglichkeiten, so z.B. Fasten, Darmkur nach F.X. Mayr, Schwedenkräuter, Colon-Hydrotherapie usw.

Eine der besten Darmreinigungskuren, die ich bis jetzt kennenlernen durfte, ist die „**Darmreinigung nach Anderson**“, einem amerikanischen Arzt, der sich auf Darmerkrankungen spezialisiert hat. Bei dieser Kur werden verschiedene Ballaststoffe, Heilerde, entsäuernde Präparate und eine spezielle Kräutermischung kombiniert eingenommen. Über 4 – 6 Wochen werden dabei Verschlackungen in Dünn- und Dickdarm aufgeweicht und abgeführt, im wahrsten Sinne ein durchschlagender Erfolg. Dabei verschwinden Übelkeit und Völlegefühl, Sodbrennen, Aufstoßen, Atemnot, Schlafstörungen, Müdigkeit und vieles andere mehr, als wären sie nie vorhanden gewesen. Die Haut wird reiner und die Denk- und Merkfähigkeit wird verbessert. Blutdruckstörungen und sogar Allergien können somit verbessert, wenn nicht sogar geheilt werden.

Ich hoffe, ich habe allen interessierten Lesern dieser Zeilen wichtige Informationen über einige körpereigenen Vorgänge geben können, der Tod sitzt zwar im Darm, die Gesundheit und das Leben aber auch. In diesem Sinne alles Gute.