



## Schach den Umweltkrankheiten

Unsere Welt macht uns krank...

*Wir leben in einer Zeit gewaltigen Umbruchs. Noch nie zuvor sah sich die Menschheit einer solchen globalen Bedrohung aller Lebensbereiche gegenüber wie heute. Die Entwicklung der Nukleartechnologie lässt uns am Rande der totalen Vernichtung leben, radioaktive Strahlen bergen unwägbara Langzeitschäden.*

Wenn es von der Französischen Revolution heißt, „die Revolution frisst ihre Kinder“; so könnte man heute Ähnliches von der Technik sagen, die nicht durch den menschlichen Geist beherrscht wird und ihm zusehends entgleitet.

Denn die Menschheit erstickt buchstäblich im eigenen Müll, an ihren Produkten und Ausscheidungen, die das Ökosystem unserer Erde überfordern und vergiften.

In diesem Makrokosmos wurzelt sozusagen der Mikrokosmos Mensch und scheint der Bedrohung durch Gifte in Luft, Wasser, Boden und Nahrungsmitteln wehrlos ausgesetzt zu sein.

Es gilt als erwiesen, dass die Flut chronischer und therapieresistenter Erkrankungen eine wesentliche Ursache findet in dieser Vergiftung aus der Umwelt: Ob nun die Arteriosklerose, die rheumatischen Leiden, die Alzheimer'sche Erkrankung, die Multiple Sklerose, die Allergien usw.

Hinzu kommen weitere Gefahren wie tiefgreifende Klimaveränderungen, die viel diskutierte Ozongefährdung oder auch der allgemeine Lebensstress.

Es soll hier nicht die Frage diskutiert werden, in welcher Weise wir uns gegen Umweltgifte durch Vermeidung schützen können – ein eigenständiges und ungewein wichtiges Thema! Denken wir an Amalgamfüllungen der Zähne, schadstoffarme Nahrung, Reinhaltung der Luft durch neue Technologien usw.; manches kann hier mit sofortiger Wirkung und sehr sinnvoll getan werden. Doch sollten wir uns nicht darüber hinwegtäuschen, dass die Entgiftung der Umwelt eine mittel- bis langfristige Aufgabe sein wird, wir jedoch jetzt und heute leben und ein Höchstmaß an Gesundheit und Lebensfreude erfahren wollen!

### Kann der Mensch überleben?

Im Laufe der Evolution hat der Mensch über Jahrtausenden gelernt, im Schatten der Gefährdung zu leben. Er hat Überlebens-Systeme entwickelt, um etwa Bakterien, Viren und Pilzen zu widerstehen. So entstand das Immunsystem. Ja, es bildeten sich im menschlichen Organismus sogar regelrechte Lebensgemeinschaften mit Bakterien, die zu gegenseitigem Nutzen in einer Symbiose mit uns leben. So die Darmflora. Doch we-

he, sie entgleist! Dann können ansonsten durchaus friedliche Bakterien überhand nehmen und von Haustieren zu Raubtieren werden.

### So schützt uns die Natur

Weiter hat die Natur Entgiftungsorgane gebildet, um Stoffwechselprodukte und Umweltgifte abzubauen und auszuschleiden: So die Leber, den Darm, die Nieren, die Lunge und die Haut. Die Funktion dieser biologischen Strukturen entscheidet also in hohem Maße über unser gesundheitliches Schicksal!

Wie zutreffend das ist, weiß jedermann aus der Erfahrung eines Sonnenbrandes oder einer Bronchitis, die uns völlig außer Gefecht zu setzen vermögen – und das, obwohl es sich bei der Haut oder bei den Bronchien um vergleichsweise kleine Flächen handelt.

Um wie viel mehr muss sich in diesem Zusammenhang jegliche Schädigung des Darmes nachteilig auswirken, hat er doch eine Oberfläche von 4.000 m<sup>2</sup>. Und gerade dort finden sich 80 Prozent unseres Immunsystems! Das heißt, wir müssten diesem Organbereich allergrößte Aufmerksamkeit im Hinblick auf den Überlebenskampf und auf die Auseinandersetzung mit Giften zuwenden. Das ist leider noch viel zu wenig der Fall! Und wie sieht es mit der Gesundheit des Verdauungssystems aus?

### Sind unsere Entgiftungsorgane intakt?

Bei unvoreingenommener Betrachtung muss man heute feststellen, dass es darum keineswegs gut bestellt sein kann. Denn immerhin finden wir hier einen Großteil aller Krebse, die nur in gestörten und schlecht durchbluteten Organen entstehen. Das besonders gut mit Blut versorgte Herz und die Milz kennen beispielsweise so gut wie keinen Krebs!

Röntgen und Endoskopie (Spiegelung) erweisen immer mehr, in welchem Ausmaß dieses unser wichtigste Stoffwechsel- und Entgiftungsorgan geschädigt ist: geschwollen und den Leib vorwölbend, verlängert und erweitert, vielfach mit Divertikeln (Vorstülpungen nach außen) und Polypen (Wucherungen nach innen) durchsetzt, wund und entzündet, verschmutzt und verschleimt und immer häufiger mit Candida-Pilz-Kolonien überwuchert.



## Darmgifte untergraben die Gesundheit

Die Toxikologie (Giftlehre) identifiziert in einem solchem Darm höchst giftige Substanzen: Leichengifte wie Cadaverin und Skatol, usw. – Stoffe, die in hohem Maße als krankmachend und krebserzeugend gelten, Substanzen, die das Immunsystem in Schach halten und es zu heftigen Reaktionen veranlassen. So entstehen die Allergien. Diese Gifte können in die Blut- und Lymphbahn übertreten und die „strömende Krankheit“ (griech. to rheuma) entstehen lassen oder die Neurodermitis, die Schuppenflechte, die Migräne, die Herzrhythmusstörungen, usw.

Wer könnte daran zweifeln, dass Widerstandskraft des gesamten Organismus derart untergraben wird, dass sich nahezu jedes Leiden bilden kann, das dann jedoch in der Regel als eigenständige Krankheit behandelt wird – mit allerdings immer ernüchternderen Ergebnissen.

## Hoffnung und Perspektive einer Darmsanierung

Andererseits zeigt das positive Ergebnis einer fachgerechten Darmsanierung immer wieder, in welchem Ausmaß doch eine regelrechte Vergiftung aus dem Darm an solchen Problemleiden ursächlich beteiligt ist. Sanierung meint hier Medizin nach Dr. F. X. Mayr, der schon vor Jahrzehnten den verschmutzten und kranken Darm als das „weitverbreitetste und dennoch am wenigsten erkannte Übel“ bezeichnete, „die den Menschen vorzeitig alt, krank und hässlich werden lässt“. Ziel dieser Therapie ist die Harmonisierung des Verdauungstraktes. Das will heißen: Abbau von Gärungs- und Verwesungsprozessen durch Ausscheidung der krankmachenden Darmflora, um so den Gifteinstrom aus dem Darm abzustellen.

Hier haben sich im Lichte der modernen Medizin individuell vorgenommene Darmspülungen als außerordentlich hilfreich erwiesen, vor allem ein elegantes und sanftes Verfahren aus der Weltraumtechnologie, die so genannte Colon-Hydro-Therapie (Dickdarm-Wasserspülung), die gerade bei Problemleiden immer wieder die alte Erfahrung bestätigt: Krankheit wie auch Gesundung wurzeln im Darm. Denn erst nach einer solchen Milieubereinigung kann sich eine Neubesiedelung der Schleimhaut mit einer „Gesundheitsflora“ als erfolgsversprechend erweisen. Von welcher Bedeutung das ist, ersieht man schon aus der Tatsache, dass die Zahl der Darmbakterien die Zahl unserer Körperzellen um ein Vielfaches übersteigt.

## Rohkost oder Schonkost?

Schonkost lautet auf diesem Wege die Devise. Leichtverdauliche Kost, sorgfältiges Kauen und Einspeicheln! Und keinesfalls Anregung durch schwerstverdauliche Ballaststoffe wie wohlmeinend, jedoch mit

fast religiösem Eifer als Patentrezept für Gesundheit verkündet.

Doch liegt hier ein grundlegender wissenschaftlicher Denkfehler vor: „Man sollte die Rechnung nicht ohne den Wirt machen“, nämlich ohne den erschöpften und kranken Darm und dessen Drüsen, die durch Anregung weiter in die Erschöpfung getrieben würden! Eine unselige Methode also, die durch verstärkte Ausscheidung zwar zunächst durchaus entlastet und das Befinden verbessert – darum schwören ja so viele Menschen darauf –, auf die Dauer jedoch immer weiter in die Sackgasse der Krankheit führt.

Wohlgemerkt, es geht hier um eine Therapie des anerkannt kranken Darmes – und keinesfalls um eine Ernährungsideologie. Denn die Ernährung wird immer eine individuelle Sache sein, abhängig von Konstitution, Alter, Bewegung, Esskultur usw.

Doch immerhin sei daran erinnert, dass der Maßstab der Leichtverdaulichkeit durch entsprechende Zubereitung uraltes und bewährtes Kulturgut der asiatischen Küche darstellt.

Sie zeichnet sich aus durch vortreffliche Bekömmlichkeit und eine bemerkenswerte Gesundheit der Bevölkerung. Neuste wissenschaftliche Erkenntnisse bestätigen übrigens zusehends die uralten Erkenntnisse der Medizin des Ayur-Veda, die in den letzten Jahren eine wahre Renaissance in der westlichen Welt erfährt.

## Schach den Umweltkrankheiten durch Darmsanierung?

Sicherlich kein „Matt“ für die Problemleiden, doch mit Bestimmtheit ein wesentlicher Gesichtspunkt einer modernen und positiv zukunftsorientierten Medizin!

Dr. med. Michael Zimmermann