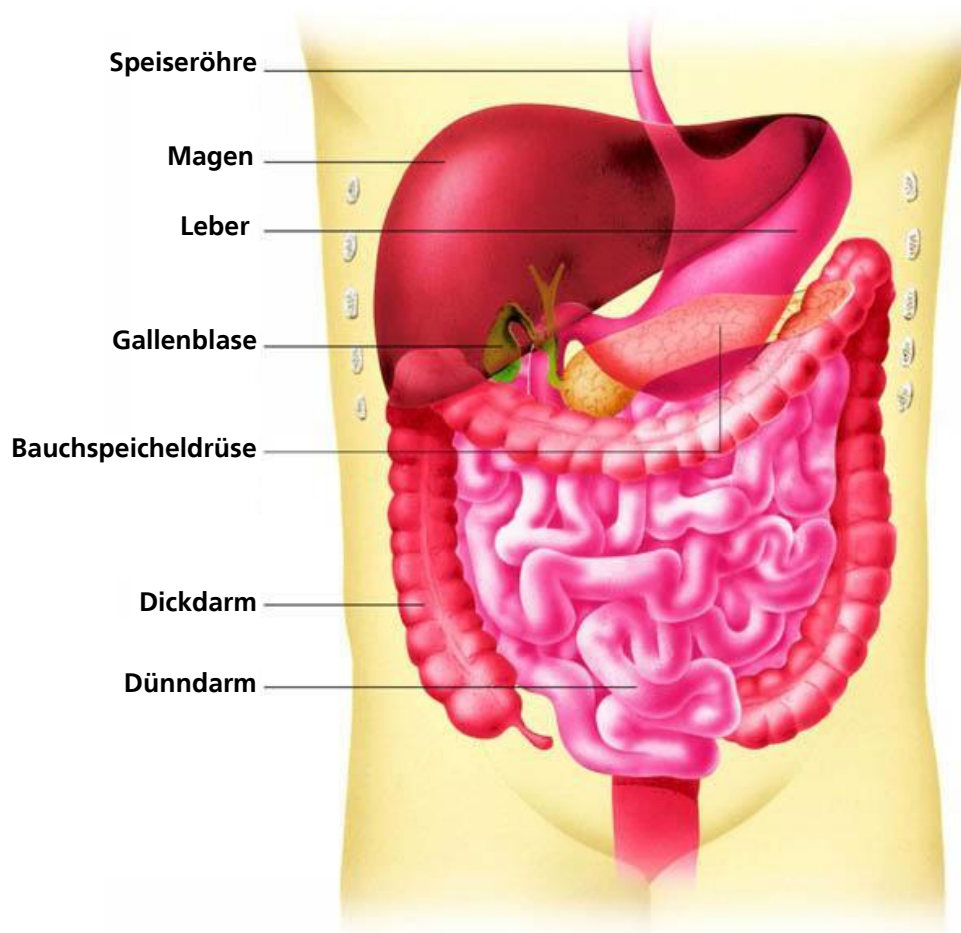


## Colon-Hydro-Therapie



### Einführung / Bedeutung der Darmflora

Die biologische Behandlung innerer Krankheiten bezweckt immer eine Umstimmung und Regeneration der Funktionssysteme, sowie eine Entgiftung und Befreiung der Gewebe und des ganzen Körpers. Die intensivste aller Ausscheidungs-, Umstimmungs- und Entgiftungstherapien ist die Colon-Hydro-Therapie. Diese ist mit den althergebrachten reinigenden Einläufen vergleichbar, übertrifft diese aber weit an Intensität, indem mit der modernen Colon-Hydro-Therapie eine Behandlung des gesamten Dickdarms erzielt werden kann, da eine fachgerechte Massage dazu erfolgt.

Wir sind mit dieser Colonbehandlung in der Lage, die sogenannte Dysbiose, eine Störung der natürlichen Lebensgemeinschaft zwischen dem Menschen und seiner Darmbakterienflora positiv zu beeinflussen. Wir erachten es als wichtig diese mit Bakterienpräparate, die oral oder rektal verabreicht werden, zu stärken, aufzubauen und somit das gesamte Milieu des Dickdarms zu optimieren.

Durch sterilisierte und denaturierte Lebensmittel, fehlerhafte Ernährung und Lebensweise, Umweltbelastungen, Giftstoffe von Medikamenten (z.B. Antibiotika) oder psychische Belastung wie Stress wird das Gleichgewicht der Bakterien gestört. Insbesondere die immer häufiger angewendeten Antibiotika wirken sehr negativ in dieser Richtung. Die Entgiftung der Gewebe ist dann nicht mehr richtig gewährleistet, es kommt zu einer Verschlackung der Zwischenzellgewebe, Eindickung und Übereiweissung der Lymphe und dadurch zu einer verminderten Sauerstoffversorgung der Gewebe. Der Darm ist zusätzlich die wichtigste Instanz des Immunsystems. (80% des Lymphsystems befindet sich in der Wand des Dünn- und Dickdarmes). Bei Darmträgheit werden also die Abwehrkräfte geschwächt. Die Darmschleimhaut ist die Grenzfläche zwischen innen und aussen. Ihre Intaktheit stellt eine wesentliche Grundvoraussetzung für Gesundheit dar.

Vitalitätsverlust, Müdigkeit, Depression, Konzentrationsmangel, Aggressivität und psychische Zustände können die Folge sein. Krankheiten wie Infektionsneigung, Verstopfung, Atemstörungen, aber auch Schlafstörungen sind die Folge einer Dysbalance innerhalb des Darmmilieus. Chronische Entzündungen wie Rheuma, Polyarthritis, Hautentzündungen, Psoriasis und Akne sind ebenso eine Folge. Zirkulationsstörungen wie hoher Blutdruck, Migräne, Herz-Kreislaufprobleme sind ebenfalls indirekte Folgezustände.

Allergien werden zum Grossteil dem nicht funktionierenden Darm zugeordnet, da der Darm mit seinen über 300 m<sup>2</sup> Oberfläche die grösste Schleimhautfläche des Menschen ist. So passieren die meisten Giftstoffe, welche der Darm aufnimmt, über den Darm und werden wiederum über den Darm ausgeschieden. Erst an zweiter Stelle folgen als Entgiftungsorgane Leber, Niere, Lymphe, Lunge und Hautoberfläche.

Stress, sei es psychisch oder körperlich beeinflusst die Muskelspannung des Darmes, führt zu Verkrampfungen und kann entzündliche Veränderungen der Darmschleimhaut bis hin zur Colitis ulcerosa verursachen.

### **Funktionen des Dickdarmes**

Die Aufgabe des Dickdarmes ist vor allem Resorption von Wasser, Mineralstoffen und Vitaminen. Eine weitere Funktion ist, wie oben beschrieben, die Ausscheidung von Giftstoffen. Die Unterscheidung, was der Darm ausscheiden und was aufgenommen werden darf, besorgen zum Grossteil die Darmbakterien, welche wie ein feinsten Film den ganzen Dickdarm auskleiden. Der Dickdarm ist besiedelt mit mehreren Milliarden von Colibakterien und anderen Bakterien, welche Vitamine synthetisieren, so z. B. Biotin, Folsäure, Nicotinsäure und Vitamin K. Sie verhindern aber auch das Eindringen krankmachender Giftstoffe und zerstören vor allem fremde oder krankheitserregende Bakterien. Für die Resorption lebensnotwendiger Aminosäuren, Fettsäuren und Spurenelemente ist die funktionsfähige Darmflora unersetzlich.

### **Ernährung**

Vorraussetzung für eine funktionsfähige Darmflora ist eine gesunde Ernährung. Anzustreben ist eine ausgewogene Vollwertkost mit naturbelassenen Lebensmitteln. Viel frisches saisonales Obst und Gemüse, Hülsenfrüchte. Essen Sie nur 1 – 2 Mal die Woche Fleisch (vom Rind oder Schaf), zusätzlich 1 – 2 Mal die Woche Fisch (Lachs, Makrele – reich an Omega Fettsäuren). Da tierische Eiweisse vermehrt zu Fäulnisbakterien-Besiedelung des Dickdarmes führen, welche zu vermehrten Entzündungsneigung der Darmzotten, Fäulnisgasen und schlecht riechenden Winde führen. Auch der Konsum von zuviel Kohlenhydraten wie Zucker und zuckerhaltige Speisen sowie Weizenweissmehlprodukte sollten möglichst reduziert werden, da diese den Organismus übersäuern und verschleimen.

### **Wie funktioniert die Colon-Hydro-Therapie?**

Im Gegensatz zu normalen Einläufen wird der gesamte Dickdarm behandelt. Über ein Darmrohr wird gefiltertes Wasser in den Enddarm eingeleitet. In einem geschlossenen System wird das Wasser und der gelöste Darminhalt wieder durch einen Abfluss-Schlauch abgeleitet. Es wird mit niedrigem Einlaufdruck und fortwährender begleitender Bauchmassage gearbeitet, sodass die Behandlung sehr angenehm ist. Die Wassertemperatur wird jeweils dem Patienten angepasst.

Die Colon-Hydro-Therapie entfernt auf wirksame Weise angesammelten, stagnierten Stuhl und Fäulnisstoffe von den Wänden des Darmes. Die Funktionsoberfläche des Darmes wird dadurch wieder beträchtlich vergrößert, was seine Entgiftung verbessert.

Während der Behandlung, die 30-50 Minuten dauert, bleibt der Patient entspannt auf der Liege. Mit der sanften Bauchmassage ertastet die Therapeutin vorhandene Problemzonen.

Durch diesen starken vegetativen Reiz beginnt der Darm wieder zu arbeiten und die Peristaltik wird gefördert. So hat die Colon-Hydro-Therapie einen weit über den Behandlungszyklus hinausreichenden Effekt auf die Stuhlregulation und das Vegetative Nervensystem.

Das System ist in sich geschlossen und die Behandlung ist völlig sauber.

Direkt nach der Therapie ist es ratsam, sich noch einige Minuten aufs WC zu setzen sowie einige Male auf und ab zu gehen, um die vollständige Darmentleerung noch zu fördern.

**Nach der Behandlung empfehlen wir Wasser, Tee oder Bouillon zu trinken**, da die Colon-Hydro-Therapie dem Körper recht stark Wasser entzieht.