

Wie der Körper Gifte los wird

Unser Körper ist stetig bemüht, immer grösser werdende Mengen an Schadstoffen auszuscheiden – auch durch verstärktes Schwitzen, Durchfall, Entzündungen, Fieber. Sind die Entgiftungssysteme überlastet, dann werden Toxine im Bindegewebe eingelagert. Nehmen sie überhand, können chronische Erkrankungen die Folge sein.

Jürg Lendenmann



Dr. med. Simon Feldhaus, Facharzt für Allgemeinmedizin, ist Leiter Med. Dienste im Paramed-Ambulatorium Baar.

Umweltgifte hätten nicht nur einen negativen Einfluss auf unser Ökosystem, auch unser Organismus sei immer stärker davon betroffen, so Dr. med. Simon Feldhaus. «Unser Körper ist stets bemüht, anfallende Schadstoffe und Krankheitserreger auszuscheiden», sagt der Schul- und Komplementärmediziner. «Dies äussert sich beispielsweise durch verstärktes Schwitzen, Durchfall, Fliessschnupfen, Entzündungen, aber auch durch Fieber. Fallen zu hohe Mengen an Schadstoffen an, sind die körpereigenen Entgiftungssysteme bald einmal überlastet. Der Körper ist dann gezwungen, anfallende Schadstoffe zwischenzeitlich im Bindegewebe einzulagern.»

Ohne Reinigung keine Heilung

Eigentlich hätte das Bindegewebe – die extrazelluläre Matrix – eine ganz andere Funktion. «Alle Nährstoffe, die vom Blut in die Zellen transportiert werden, müssen es durchlaufen; es ist quasi eine Transportstrecke zwischen den Zellen. Kommt es zu einer Schadstoffanhäufung, werden diese Transportstrecken blockiert und chronische Erkrankungen nehmen ihren Anfang.»

Solche Beschwerden würden sich durch gezieltes Entgiften mildern oder gar zum Verschwinden bringen lassen. «Ohne Reinigung keine

Heilung», laute ein altes Grundgesetz der Naturheilkunde. «Reinigende, d. h. ausleitende Verfahren sind aber nicht nur sinnvoll als Voraussetzung für den Erfolg einer therapeutischen Massnahme, sondern auch als wesentlicher Bestandteil der Prävention. Optimalerweise werden dabei zwei Mal pro Jahr unsere Entgiftungsorgane angeregt. Leber, Niere und Lymphsystem spielen dabei eine zentrale Rolle.» Für Entschlackungskuren sei es sinnvoll, die Jahreszeiten zu berücksichtigen: «Im Frühjahr und Herbst, den Umstimmungsjahreszeiten, ist die sinnvollste Zeit für eine Entschlackung. Fastenkuren und naturheilkundliche Denkmotive berücksichtigen dies. Bei der Entschlackung sollten alle Ausscheidungsorgane mit regulativen Arzneimitteln angeregt und unterstützt werden.»

Die Leber – das wichtigste Entgiftungsorgan

Wesentlich sei, wo sich eine Substanz, die entgiftet werden soll, befinde: innerhalb oder ausserhalb der Zelle. Je nachdem seien verschiedene Zwischenschritte notwendig, um sie erst einmal aus der Zelle in den Zwischenzellraum herauszubringen – aus dem Gewebe chemisch oder physikalisch herauszulösen. «Danach müssen die Substanzen via Blutbahn oder Lymphsystem zu den Ausscheidungsorganen transportiert werden.» Wasserlösliche Substanzen könnten gut über die Niere ausgeschieden werden. Fallen viele wasserlösliche Stoffe an, sollten die Nieren mit einer sanft hergestellten Goldruten-Urtinktur gestärkt werden. Fettlösliche Substanzen werden über die Gallenflüssigkeit und den Darm ausgeschieden. Feldhaus: «Die Leber ist das wichtigste Entgiftungsorgan, da dort eventuell notwendige chemische Umbauprozesse mithilfe von Enzymen stattfinden. Mit einem ayurvedischen Arzneimittel kann die Leber gestärkt werden. Durch das Verändern der Struktur eines Toxins kann ein Schadstoff beispielsweise wasserlöslich und somit gut ausscheidbar werden. Oder so abgebaut, dass es nicht mehr toxisch wirkt. Die veränderten Moleküle können dann weiter abgebaut oder über die Niere, den Darm, die Haut oder auch die Lunge ausgeschieden werden.»

Um- und Abbauprozesse brauchen Energie

Letztlich seien es immer chemische Umbauprozesse, die diese Vorgänge ermöglichen würden. «Diese Reaktionen benötigen Hilfsstoffe und vor allem Energie in Form von ATP, das in den Mitochondrien gebildet wird. Ist durch eine mitochondriale Störung die Energieproduktion reduziert, kann eine Ausleitung abgeschwächt oder gar verhindert werden. Daher sollte für eine ausreichende Energieproduktion gesorgt werden.»

Hilfreiche Vitalstoffe

Je nach auszuleitender Substanz würden unterschiedliche Vitalstoffe benötigt. «Beispielsweise ist zur Ausleitung von Quecksilber Selen und Zink zwingend notwendig.» Anorganische Selenosalze führten zur Bildung des Selenoproteins P, das Quecksilber binden und so ausscheidungsfähig machen könne. «Quecksilber kann nur auf diesem Wege ausscheidbar und transportierbar gemacht werden.»

Häufig würden auch Vitamin C, Mangan oder schwefelhaltige Aminosäuren wie Methionin und Cystein gebraucht. «Vitamin C bewirkt in der Leber eine Enzyminduktion und erhöht die Wasserlöslichkeit der Schwermetalle durch Koppelung mit OH-Gruppen.»

Aber auch sekundäre Pflanzenstoffe könnten sehr hilfreich sein. So seien beispielsweise die Phytinsäuren des Vollkorngetreides natürliche Chelatoren, die toxische Metalle binden und dann via Urin ausscheiden können.

«Ein wichtiger Zusatzfaktor», so Dr. Feldhaus, «ist die Verhinderung der erneuten Resorption von Giftstoffen aus dem Darm, nachdem diese mit der Gallenflüssigkeit ausgeschieden wurden. Daher kombiniert man Ausleitungen gerne mit Algen oder Huminsäuren, die eine hohe Bindungskraft besitzen und die ausgeschiedenen Substanzen im Darm festhalten und somit via Stuhl ausscheiden.»

Was beim Ausleiten beachtet werden muss

«Eine klare Kontraindikation jeder Ausleitung oder Entgiftung ist die Schwangerschaft», sagt der Spezialist. «Denn es kann nicht sichergestellt

werden, dass die aufgelösten oder aus dem Gewebe frei werdenden Stoffe nicht durch die Plazenta zum Kind gelangen können.» Weiterhin sei eine Entgiftung bei gestörter Organfunktion der Leber oder Niere nicht sinnvoll, da diese Organe noch weiter belasten könnte. Auch eine Dehydratation sei eine ungünstige Situation bei der Ausleitung und sollte vorher korrigiert werden. «Die Ausleitung bei Kindern bedarf besonderer Vorsicht, da hier noch nicht alle Stoffwechselwege vollständig entwickelt sind und mit voller Leistung arbeiten.»

Bei einer länger dauernden Ausleitungstherapie sei nicht auszuschliessen, dass beispielsweise auch Medikamente mit ausgeleitet würden. Wenn es sich um relevante Medikamente handelte, wäre eine Ausleitung dieser Medikamente allenfalls gefährlich. Hier komme es auf die Art der Ausleitung, die Dauer und die allenfalls verwendeten Substanzen an.

«Entgiftung und Ausleitung aus dem Körper sind anstrengende Vorgänge und benötigen Energie», sagt Dr. Feldhaus. «Deshalb sollte nach kräftezehrenden Krankheiten, sowie bei alten Menschen erst der Energiehaushalt reguliert werden. Zu den Grundregeln jeder Entgiftungstherapie zählen genügend Schlaf, genügend Flüssigkeit, Sport, eine ausgewogene Ernährung und eine unterstützende Aktivierung der Entgiftungsorgane.»

Lösungsansatz – «Barometer»

Was «denkt» der Markt und wie verhält er sich? Was sind die nachhaltigen Trends? Wer die Antworten auf diese Fragen hat, kann sein Geschäft entsprechend entwickeln und Lösungen im richtigen Moment anbieten. Sanatrend AG führt deshalb Umfragen bei Endkonsumenten und in Apotheken und Drogerien durch. Die Ergebnisse dieser Online-Befragungen sowie den Hinweis aufs nächste Umfrage-Thema finden Sie auf www.otxworld.ch – inkl. Gewinnchancen.

Was nehmen/nahmen Sie für Ihre Entschlackungs-/Entgiftungskur ein?

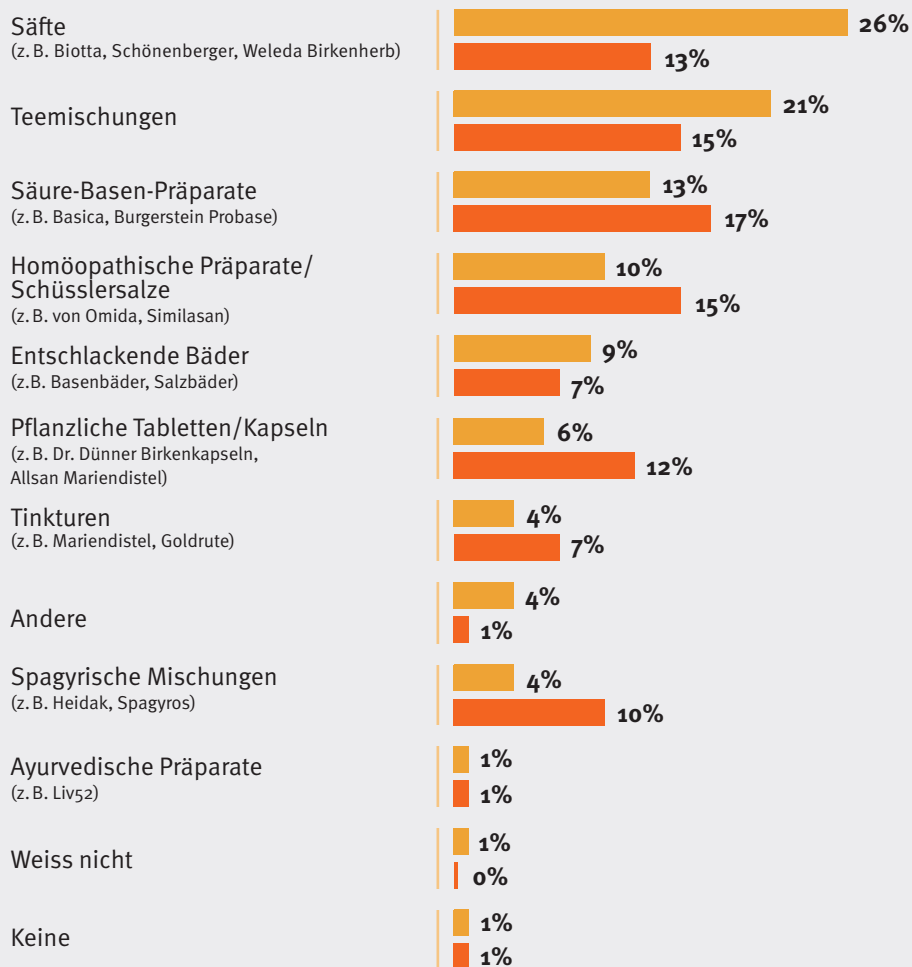
(Mehrfachnennungen möglich)

Was empfehlen Sie Ihren Kunden zum Entschlacken/Entgiften?

(Mehrfachnennungen möglich)



Foto: © cirquedesprit, Fotolia.com



Quelle: Sanatrend AG, Vista- und OTX World-Umfragen «Entschlacken/Entgiften»

■ Endkonsumenten
■ Fachhandel

Während Fachgeschäfte zum Entschlacken an erster Stelle Säure-Basen-Präparate empfehlen, liegen bei Konsumenten Säfte im Trend.