



## Therapieplan für die erfolgreiche Darmsanierung

### 1. Trinkmenge:

**Eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme ist entscheidend für den Behandlungserfolg.**

Bei der Getränkewahl muss zwingend darauf geachtet werden, **keine zusätzlichen Schlackenstoffe, Gifte oder säurebildende Flüssigkeiten** in den Körper zu bringen.

Der Patient muss **mindestens 3 Liter pro Tag trinken.**

Zur Trinkmenge zählen:

- **Wasser ohne Kohlensäure**

Kohlensäure ist ein Schlackenstoff. Das mit Kohlensäure angereicherte Wasser ist schon „voll“ mit Schlackenstoffen und kann daher nur noch wenige oder keine weiteren Schlackenstoffe aufnehmen. Aber genau das ist notwendig. Daher zählt Sprudel nicht zur Trinkmenge um den Körper zu entschlacken.

- **Wasser-Fruchtsaftmischungen**

- **Kräutertee aus biologischem Anbau**

Nicht zur Trinkmenge zählen:

- Schwarztee, Grüntee (enthalten Teein), Früchtetee (ist in der Regel zu sauer)
- Kaffee (enthält Koffein)
- Alle kohlenstoffhaltigen Getränke
- Alle alkoholischen Getränke

Diese Getränke können zwar getrunken werden, zählen aber nicht zur Trinkmenge, da sie keine weiteren Schlackenstoffe aufnehmen können.

Trinkt ein Patient zu wenig (weniger als 3 Liter), so können die im Körper anfallenden Stoffwechselprodukte (Schlackenstoffe) nicht ausreichend aus dem Körper ausgeschwemmt werden.

Zu den Schlackenstoffen zählen unter anderem die bei der Borreliose-Behandlung auftretenden Neurotoxine. Das sind von Borrelien gebildete, für den Körper giftige Substanzen. Diese werden bei mangelnder Flüssigkeitszufuhr nicht genügend abtransportiert. Das kann unter Umständen während der Behandlung zu nicht unerheblichen Erstverschlimmerungen führen.

Die Trinkmenge wird dem Patienten entsprechend angepasst.

Sie kann in Extremfällen über 5 l betragen.



## 2. pH-Wert des Körpers regulieren

Der **Abtransport von Gift und Schlackenstoffen** funktioniert nur optimal, wenn der Körper des Patienten sich im optimalen pH-Bereich befindet. Dieser liegt zwischen 6,6 und 7,4. Bei der Mehrzahl der Patienten liegt eine **Übersäuerung** vor. Mit Hilfe von **Basenmittel** muss das Körpermilieu angepasst werden.

Bei Borreliosepatienten wirkt eine Regulierung des pH-Wertes zusätzlich den Borrelien entgegen. Da diese sich unter säuerlichen Bedingungen besser entwickeln können.

In der Praxis bewährt hat sich das Basenmittel **Mineralbase**

*Verzehrempfehlung: Je nach Übersäuerung 1 bis 3 x täglich ½ Teelöffel in einem Glas Wasser gelöst trinken. Kann auch direkt vor, zu und direkt nach den Mahlzeiten genommen werden, da es die Magensäure nicht neutralisiert.*

## 3. Umsetzung der Ernährungsrichtlinien

Die Ernährungsrichtlinie für eine artgerechte Ernährung des menschlichen Körpers liegt aufgrund des Umfangs und der Wichtigkeit separat vor. **Die Einhaltung dieser Richtlinien ist für eine erfolgreiche Darmsanierung von größter Bedeutung.** Bereits ein Ernährungsfehler unterbricht die Darmsanierung für wenigstens drei Tage. So lange dauert es, bis sich der Darm wieder regeneriert hat. Bei 2 Ernährungsfehlern die Woche (z.B. Sonntag und Mittwoch) findet dementsprechend keine Sanierung mehr statt.

## 4. Phytotherapeutische Unterstützung des Körpers

Um Schlacken- und Giftstoffe zu **mobilisieren und deren Ausscheidung zu beschleunigen**, empfiehlt es sich, während einer Darmsanierung folgende Kräuterauszüge einzunehmen.

Zur Unterstützung von Leber und Niere: **Kräuterelixier C3 L/Ni**

*Verzehrempfehlung: 3 x tgl. 5 - 8 Tpf.*

Zur Ausleitung von Schwermetallen: **Kräuterelixier C10 Q80**

*Verzehrempfehlung: 3 x tgl. 3 Tpf.*

Patienten mit blonden, brünetten oder roten Haaren, bzw. blauen, blau-grünen, blau-braunen, grün-braunen oder grünen Augen besitzen eine besondere lymphatische Konstitution. Ihr Körper neigt dazu, Gift- und Schlackenstoffe in die Lymphe einzulagern anstatt auszuscheiden. Um das zu verhindern empfiehlt sich erfahrungsgemäß

zur Unterstützung der Lymphe: **Kräuterelixier Braunwurz & Co**

*Verzehrempfehlung: 3 x tgl. 8 Tpf.*



## 5. Optimale Versorgung des Körpers mit Vitaminen und Mineralstoffen

Bewährt hat sich das dreistufige Darmsanierungsprogramm der Firma Hypo-A.

Startpaket „Reha 1“ (ausreichend für den 1. Monat), anschließend  
 Folgepaket 1 „ODS 1K“ (ausreichend für den 2. Monat), anschließend  
 Folgepaket 2 „ODS 2“ (ausreichend für den 3. Monat)

1. Monat:	<b><u>Reha Paket</u></b>	<i>Lachsöl</i> <i>Spurenelemente</i> <i>Vit. B Kompl. plus</i> <i>Magnesium-Calcium</i>  <i>Zusätzlich: Vitamin ADEK</i>	<i>3 x tgl. 2 Kps. vor dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. nach dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. zu oder nach dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. zu oder nach dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. vor dem Essen</i>
2. Monat:	<b><u>ODS 1K</u></b>	<i>Schwarzkümmelöl</i> <i>3-SymBiose</i> <i>Kalium</i>  <i>Zusätzlich: Vitamin ADEK</i> <i>Zusätzlich: Vit. B Kompl. plus</i> <i>Zusätzlich: Spurenelemente</i>	<i>3 x tgl. 2 Kps. vor dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. zu oder nach dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. zu oder nach dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. vor dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. zu oder nach dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. nach dem Essen</i>
3. Monat:	<b><u>ODS 2</u></b>	<i>Schwarzkümmelöl</i> <i>Abwechselnd<sup>1</sup> Lachsöl</i> <i>3-SymBiose plus</i> <i>Magnesium-Calcium</i>  <i>Zusätzlich: Vitamin ADEK</i> <i>Zusätzlich: Vit. B Kompl. plus</i> <i>Zusätzlich: Spurenelemente</i>	<i>3 x tgl. 2 Kps. vor dem Essen</i> <i>3 x tgl. 2 Kps. vor dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. zu oder nach dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. zu oder nach dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. vor dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. zu oder nach dem Essen</i> <i>3 x tgl. 1 Kps. nach dem Essen</i>

Das Schema des 3. Monats sollte für wenigstens weitere 3 Monate in dieser Form weiterführt werden. Wenn der Darm perfekt funktioniert, kann die Menge in den folgenden 3 Monaten auf 2 x tgl 1 Kps. reduziert werden. Anschließend empfiehlt sich eine Erhaltungsdosis von 1 x tgl. 1 Kps. für weitere 3 Monate. Die Gesamtsanierung des Darmes nach diesem Schema dauert folglich wenigstens 12 Monate. In Einzelfällen kann es deutlich länger dauern. In wenigen Ausnahmefällen regeneriert der Darm sich schneller.

Folgende Produkte können zusätzlich eingesetzt werden:

Lactirelle (Dr. Jacobs), probiotic recur (Nutrimmun), probiotic protect (Nutrimmun), Gerimed Ubiquinol flüssig (Adana Pharma), Lipon plus (Hypo A)

Patienten mit Schilddrüsenproblemen nehmen anstatt dem Folgepaket ODS K das Folgepaket ODS 1. Bei Säuglingen und Kindern gelten reduzierte Mengen, die vom Körpergewicht des Kindes abhängen.

<sup>1</sup> Es empfiehlt sich Lachsöl und Schwarzkümmelöl im täglichen Wechsel zu nehmen (zum Beispiel an geraden Monatstagen Schwarzkümmelöl und an ungeraden Lachsöl).



### Die Gesundheit sitzt im Darm

Der Darm ist mit über 800 Quadratmetern Innenfläche die größte Schnittstelle zwischen dem menschlichen Körper und der Umwelt. Er bildet in Symbiose mit unzähligen Mikroorganismen **die Basis aller Körperfunktionen**. Im Wesentlichen übernimmt er Stoffwechselfunktionen wie die Verdauung, die Bereitstellung von Energie, die Ausscheidung sowie die Entgiftung. Aber auch für die Immunabwehr spielt der Darm eine entscheidende Rolle. So befinden sich zum Beispiel ca. 80% aller Immunzellen im Darm.

Wird die Funktion des Darms mit seinen zentralen Aufgaben gestört, ist **der gesamte Körper betroffen**. Wichtige Nährstoffe werden nicht mehr ausreichend aufgenommen. Dagegen können schädliche Stoffe nicht mehr richtig abtransportiert werden.

Durch eine Darmsanierung **regeneriert sich der Darm und somit der gesamte Körper**. Er wird mit essentiellen Nährstoffen versorgt sowie mit physiologisch natürlichen Darmbakterien wiederbesiedelt. Durch diese Symbioselenkung (Wiederherstellung der korrekten Darmfunktion mit Mikroorganismen, die im Darm natürlicherweise leben) wird der Darm wieder in die Lage versetzt, seine natürlichen Körperfunktionen zu erfüllen.

Bitte bedenken Sie, dass dieses Darmsanierungsprogramm ein Standardschema ist, welches ich Ihnen entsprechend meinen Erfahrungen aus über 10 Jahren Praxistätigkeit zusammen gestellt habe. In ca. 80 % der Fälle verbessert es die Darmfunktion deutlich. Jedoch können sich innerhalb der Darmsanierung auch Erstverschlimmerungen einstellen, die in der Regel nach kurzer Zeit wieder abklingen. Machen Sie ihre Patienten darauf aufmerksam bzw. kontaktieren Sie hierfür bitte ihren Therapeuten.

Je nach Konstitution der Patienten können Darmsanierungen natürlich auch deutlich von diesem Schema abweichen.

#### **Bezugsquelle** für alle genannten Produkte:

Urdrogerie GmbH im Calendula Kräutergarten  
Storchshalde 200  
70378 Stuttgart-Mühlhausen

**OnlineShop: [www.urdrogerie.de](http://www.urdrogerie.de)**

Tel: 0711 530 694 73

Fax: 0711 530 29 42

Email: [bestellung@urdrogerie.de](mailto:bestellung@urdrogerie.de)

Weitere Informationen zu den Produkten des Calendula Kräutergartens finden Sie unter **[www.calendula-Kraeutergarten.de](http://www.calendula-Kraeutergarten.de)**