

Hilfe zur Selbsthilfe

2. Neuauflage des 4.,5., 6. & 7. Rundbriefes

Sehr geehrte Damen und Herren;

Unsere Rundbriefe erfreuen sich so großer Beliebtheit, dass wir für Sie eine aktualisierte Neuauflage des 4.,5., 6. & 7. Rundbrief gedruckt haben.

In Zusammenarbeit und im Gespräch mit den verschiedensten Fachleuten aus den Bereichen Baubiologie, Medizin, Naturheilkunde und Naturwissenschaft haben wir uns bemüht, die wertvollen Ansätze und Anregungen aus Dr. Clarks Büchern für Sie weiterzuentwickeln und zu ergänzen. Gleich zu Beginn finden Sie einen 6-seitigen Kurzratgeber, wo wir alle wichtigen Ratschläge zur ganzheitlichen Prophylaxe und komplementären Therapie von chronischen Krankheiten und Krebs für Sie systematisch zusammenfassen.

Wir hoffen, daß Sie auf den folgenden Seiten wichtige Informationen finden können, die Ihnen dabei helfen, eine gesünderes, angenehmeres Leben zu führen. Alles Gute wünscht Ihnen Ihr

Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“ e.V.

Der Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“

Wir informieren Sie über Neuigkeiten von Dr. Clark, über zuverlässige Bezugsquellen, Adressen und wichtige Zusatzinformationen. Wir führen eine Liste von Clark-Therapeuten und organisieren Seminare und Symposien. Wir unterstützen Sie in der Clark-Therapie. (Medizinische Fragen müssen an einen Therapeuten gerichtet werden und können nicht am Vereinstelefon beantwortet werden.)

Wir sind ein gemeinnütziger Verein und auf Ihre Unterstützung angewiesen. Gegeneine Schutzgebühr von 8 Euro erhalten Sie unser Standard-Infopaket:

- Clark-Therapeuten-Liste mit ca. 150 Ärzten, Zahnärzten und Heilpraktikern
- Sammelrundbrief des 4.,5.,6. & 7. Vereinsrundbriefes, 84 Seiten Clark-Therapie und den wertvollsten Zusatz-Informationen für Ihre Gesundheit
- Broschüre „Hilfe zur Selbsthilfe“, 36 Seiten das Wichtigste zur Clark-Therapie

Weitere Veröffentlichungen des Vereins finden Sie auf Seite 78.

Unsere aktuellen Sprechzeiten erfahren Sie unter: 06128/ 41097
Fax: 06128 / 41098 • Post: Postfach 1238, 65302 Bad Schwalbach

Kurzatgeber

zur ganzheitlichen Prophylaxe und komplementären Therapie von chronischen Krankheiten und Krebs

„**Hilfe zur Selbsthilfe**“ – Vorbeugen ist besser als Heilen. Dieser Ratgeber soll Hilfe zur Selbsthilfe leisten und Ihnen praktische Kenntnisse als Grundlage für eine gesunde Lebensweise liefern. Wir sind den heutigen Zivilisationskrankheiten nicht machtlos ausgeliefert. Durch prophylaktisches Handeln und Eigeninitiative können Sie das Risiko von Krebs und chronischen Krankheiten erheblich mindern.

I. Kulturphilosophische Gedanken

Zu den Grundprinzipien des modernen Lebens und unseres Verhaltens gehört, nicht mit der Natur, sondern gegen sie zu handeln, nach Genuß durch Ausbeutung anderer zu streben und mehr Wert auf Quantität als auf Qualität, auf Schein als auf Sein zu legen. Auf diese Weise ist der Mensch des 20. Jahrhundert zum gefährlichsten Parasiten im Ökosystem Erde geworden, zum Schädling Nummer 1. Saurer Regen, die Übersäuerung des Stoffwechsels und die versauerte Seele fördern die allgemeine Zunahme des Negativen, sei es die Ausbreitung von Krankheitserregern in der Natur und im Körper oder das Überhandnehmen negativer Emotionen (Brutalität, sexuelle Perversion, Aggression, Streitsucht, Depression). Das saure Milieu ist ein Ausdruck des Zeitgeists.

II. Risikofaktoren für die Entstehung von Krebs und chron. Erkrankungen

Chronische Krankheiten und Krebs nehmen immer beängstigendere Ausmaße an. Neue wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen: Chlamydien sind an der Entstehung von Arteriosklerose beteiligt; der *Helicobacter pylori* ist hauptverantwortlich für die Entstehung von Gastritis und Magenkrebs; Viren, Bakterien und Parasiten sind, wie die Forschungen von Dr. Clark und anderen Wissenschaftlern zeigen, entscheidend am Krebsgeschehen beteiligt. Was steckt hinter der allgemeinen Zunahme von Viren-, Bakterien- und Parasitenbefall? – „Der Erreger ist nichts, das Milieu alles“, stellten die berühmten französischen Wissenschaftler Bernard und Bechamp im 19. Jahrhundert fest. Die vom Menschen veränderte, erkrankte Umwelt bildet den Nährboden für die Zunahme pathogener Keime. Das kranke Milieu schwächt die eigene Abwehr und fördert den Krankheitserreger. Ein ganzheitlicher therapeutischer Ansatz bekämpft also nicht nur den Erreger, sondern schafft vor allem auch ein gesundes Milieu.

Das Zusammentreffen von verschiedenen Risikofaktoren trägt entscheidend zur Entstehung von Krebs und chronischen Krankheiten bei. Oft lassen sich diese durch Korrektur eigenen Fehlverhaltens vermeiden. Hierbei können bioenergetische Testverfahren (wie z. B. die Elektroakupunkturmethode nach Voll, die Bioelektronik Vincent) hilfreich sein, da mit diesen Untersuchungsmethoden die Vielzahl krebserzeugender Noxen wie Parasiten, Pilze, Viren, Bakterien, Schadstoffe und deren Lokalisation wie auch die allgemeine Stoffwechsellaage nicht nur frühzeitig, sondern auch leichter, schmerzloser und kostengünstiger erkannt werden können.

1) Krankhafte Lebensweise in den Industrienationen

a) Disstress: Wettbewerbsdenken, chronischer Zeitmangel, Verlust des Lebenssinns, Konsumzwang, wenig Muse und Zeit für tiefe Freundschaften und Kindererziehung, Fernseher als

Hausaltar und Familiendiktator. Folge: beängstigende Zunahme von psychischen Problemen, Neurosen und Depressionen sowie Zunahme von Suchtverhalten als idealer Nährboden von Immunschwäche und chronischen Krankheiten.

Empfehlung: Sich bewußt Zeit nehmen: zur Selbstreflexion, zum Beten, Nachdenken, Meditieren. Für Begegnungen mit Tiefgang. Positiv denken: sich über jeden Tag freuen, an dem man gesund ist. Dem Schöpfer dafür danken. Sich die Seele „reinhalten“: destruktive und negative Gedanken bewußt meiden. Medien und Fernsehen nicht unkritisch konsumieren. Sich trotz vieler Enttäuschungen und Rückschläge dennoch den Glauben an das Gute bewahren. Ordnung in die eigenen Gedanken bringen, Affekte zähmen, sich die eigenen Gefühle bewußt machen. Maßvoll und bewußt leben.

b) Einseitige Ernährung: Nach Meinung maßgeblicher Wissenschaftler sind falsche Ernährungsgewohnheiten Alterungsursache und Krankheitsursache Nr. 1. Fast Food; Konservenkost; Mikrowelle; Zucker; Fleisch; vergiftete Nahrungsmittel; dramatischer Qualitätsverlust der Nahrungsmittel durch Raubbau in der Landwirtschaft (Prof. Hofmann); chemische (Pestizide), biologische (Mykotoxine) und physikalische (Bestrahlung) Noxen; Genmanipulation.

Empfehlung: Vorwiegend vegetarische Ernährung, frische Nahrungsmittel aus der Region und der Jahreszeit (Hl. Benedikt); kritischer Einkauf, am besten in Bioläden; bewußt sich Zeit nehmen für die Mahlzeiten, natürliche Nahrungsergänzungsmittel.

Übersäuerung: Latente Gewebsazidose (übersäuertes Gewebe) aufgrund von zuviel Fleisch, Zucker, Käse, Eier und weißem Mehl. Folge: oxidativer Stress und Bildung von freien Radikalen, Schädigung der Thymusdrüse und des Immunsystems, verringerte Entgiftungsfähigkeit, frühzeitige Alterung, Calciumabbau in Knochen, Arteriosklerose, Hypertonie, chronische Krankheiten.

Empfehlung: Überprüfung des pH-Wertes im Urin (morgens und abends vor den Mahlzeiten), Idealwert: 7 - 7,4, basische Kost (viel Gemüse, Rohkost), gegebenenfalls Nahrungsergänzung mit basischen Mineralien (Bicarbonat, Magnesium, etc.), säuernde Nahrungsmittel meiden.

c) Bewegungsmangel: Unnötige Autonutzung führt zu Inaktivität, Sauerstoffmangel und Verfettung. Sauerstoffmangel und Verfettung sind wesentliche Ursachen der Alterung, Gewebeverschlackung und der Entstehung verschiedenster Krankheiten.

Empfehlung: Täglich in möglichst reiner Luft mindestens ½ h spazieren gehen – Leben ist Bewegung, Bewegung ist Leben.

d) Reizüberflutung: Lärm, Licht

Empfehlung: Schallschutzfenster, nicht zur Verkehrsstoßzeit lüften, Kontemplation an ruhigen Orten.

e) Sucht: Selbstmord auf Raten durch Rauchen, Alkohol, Drogen, Medikamentenabhängigkeit usw.

Empfehlung: Selbstreflexion, Bibliothherapie (Lektüre guter Bücher), Gruppentherapie etc.

f) Schlafstörung

Empfehlung: Den Schlaf durch Wachsamkeit am Tage pflegen. Vor Mitternacht schlafen. Nicht zu spät essen. Kalte Füße vermeiden. Fernsehen meiden. Gebet.

g) Wasser: Mit Schwermetallen, Nitrat und anderen Schadstoffen belastetes Trinkwasser vergiftet den Körper. Zu geringe Wasseraufnahme führt zur Verschlackung und belastet die Nieren.

Empfehlung: Bei Verdacht auf stärker belastetes Wasser Verwendung eines Umkehrosmose-Gerätes. Hochhohmiges Wasser trinken (fördert Entschlackung). Zur Entschlackung am besten das Mineralwasser Mont Racouse (Reformhaus) oder Umkehrosmosewasser und grünen Tee sowie andere Kräutertees trinken. **Wenigstens 2 Liter am Tag trinken**, um den Körper zu entgiften, das

Blut zu verflüssigen und das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall zu reduzieren.

h) Luft: Vergiftung der Atemluft durch Auto-Abgase.

Empfehlung: Auto wenig benutzen, Garagentüre gut verschließen, abgasfreie Straßen für Spaziergänge nutzen, beim Lüften Windrichtung beachten und nur zu Zeiten mit möglichst reiner Luft lüften.

i) Licht: Leuchtstoffröhren verbreiten ein einseitiges Kunstlicht und flackern im Takt des Netzstroms. Dies führt bei Dauerexposition oft zum Dauerstress, zu Abgeschlagenheit und auf Dauer zu Immunschwäche.

Empfehlung: Sonnenlicht tanken, am Arbeitsplatz Vollspektrumröhren verwenden.

2) Gesundheitsschädigende Faktoren im häuslichen Umfeld:

a) Chemische Gifte: Gifte und Lösungsmittel in Gebrauchsgegenständen, Körperpflegeartikel, Einrichtungsgegenständen (z. B. pestizidbehandelte Teppiche und Bettsachen). Akkumulation im Hausstaub.

Empfehlung: Kritischer Einkauf von Lebens-, Putz- und Hygienemittel. Bei Allergieneigung Wasserfilter-Staubsauger (z. B. von VEDASAN) oder besondere Allergikerstaubsauger verwenden. Entfernung kritischer Produkte oder Gegenstände. Sich belesen durch einschlägige Literatur über Schadstoffe und deren Vermeidung!

b) Toxische Baustoffe: Holzschutzmittel, Weichmacher, Farben, Lacke, etc.

Empfehlung: Einatmen von Lösungsmitteln (z. B. in Lackierungen) unbedingt vermeiden, ungiftige Baustoffe in Innenräumen verwenden. Überstreichen von holzschutzmittelbelastetem Holz durch Schadstoffmaskierungslack.

c) Geopathogene Belastung: Erdstrahlen, Wasseradern. Federkernmatratzen und Metall im Bett verzerren das natürliche Erdmagnetfeld und schwächen so den Organismus.

Empfehlung: Begehung durch qualifizierten Rutengänger, Vermeidung der Störfelder, Vorsicht vor zweifelhaften Abschirmmaßnahmen.

d) Elektrosmog: Unsichtbarer Dauerstress durch elektrische Geräte (z. B. Mikrowelle, Radiowecker am Bett, Heizkissen, Handy) mangelhafte Elektroinstallation, Hochspannungsleitungen und Sender (Mobilfunk, Radio, Fernsehen, Radar).

Empfehlung: Einfache Meßgeräte zur Feststellung der Belastungszonen. Vermeiden von Belastungszonen. Netzfreeschalter im Schlafzimmer. Mikrowellenherd verschrotten, wenig Mobilfunk benutzen, notfalls Handy-Abschirmtasche.

3) Versteckte toxische und entzündliche Herde im Körper

a) Zahnherde, tote Zähne: Zahnherde und tote Zähne haben häufig eine Fernwirkung auf Organe (Endokarditis etc.) und können an chronischen Krankheiten maßgeblich mitbeteiligt sein.

Empfehlung: Extraktion und gründliche Reinigung der Kavität

b) Toxische Zahnmetalle: Alle Zahnmetalle bestehen aus toxischen Legierungen. Amalgam (zu über 50% Quecksilber) ist hochgiftig.

Empfehlung: Fachmännische stufenweise Entfernung und Ausleitung der Schwermetalle. Entfernung unter Verwendung eines Kofferdamms und einer Clean-Up-Absaugkanüle (zum Absaugen des Quecksilbergases). Auch Unterfüllung entfernen. Nach Entfernung alter Metalle für 12 Monate Zement einsetzen.

Ausleitung nach Klinghardt (Chlorella-Alge, Nieren-, Leber-, Lymphmittel, Korianderextrakt, auch Bärlauch, Knoblauch).

c) Schadstoffbelastung durch Metalle im Mund (Inlays, Brücken, Wurzelkanäle) und im Körper (Gelenkprothesen, Uterusspiralen, Stents, Sternalklammern, Granatsplitter, etc.) und deren immunologische Wirkung aufgrund galvanischer Ströme und Störung der körpereigenen Regulation.

Empfehlung: Die Auswirkung auf das Immunsystem und die Regulationsmechanismen des Organismus durch Allergietestung und bioenergetische Diagnose (vgl. Energiereserven, Immunstatus) durch ganzheitliche Untersuchung feststellen. Metalle, soweit möglich, entfernen.

d) Chronische Mandelentzündung, Nasennebenhöhlenentzündung, Blinddarmrentzündung, Prostataentzündung: Chronische Entzündungsherde stellen eine Dauerbelastung für das Immunsystem dar und streuen häufig die Entzündung in andere Körperregionen (Endokarditis, Nierenbeckenentzündung).

Empfehlung: Ganzheitlich arbeitenden Arzt oder fachkundigen Heilpraktiker aufsuchen. Die schulmedizinisch empfohlene antibiotische Behandlung ist ganzheitsmedizinisch umstritten. Zuerst sollte man versuchen, den Herd durch Immunstärkung (Echinacea, Thuja, etc.) und natürliche Antibiotika (Silberkolloide, Meerrettich, Kresse, Knoblauch) ausheilen zu lassen.

e) Darm: Bei fast allen chronischen Krankheiten liegt ein kranker Darm vor. Ein gesunder Darm ist Voraussetzung dafür, daß der Organismus Nährstoffe aus dem Darm aufnehmen kann. Verschlackung und bakterielle Fehlbesiedlung des Darmes, meist aufgrund von Fehlernährung, sind häufig auch die Hauptursache chronischer Erkrankungen.

Empfehlung: Darmsanierung (z. B. Gray-Darmkur). Ausgewogene Ernährung unter weitgehendem Verzicht auf Fleisch und Zucker.

4) Antibiotikamißbrauch

a) Zunahme therapieresistenter Keime: Durch die häufig unnötige Verschreibung und nicht sachgemäße Einnahme gibt es immer mehr Antibiotika-resistente Keime.

b) Immunschädigung: Antibiotika zerstören Bakterien oder hemmen deren Wachstum. Mitochondrien, die unersetzlichen Energielieferanten der menschlichen Zelle, sind Bakterien in vieler Hinsicht sehr ähnlich. Daher schädigen Antibiotika die Mitochondrien und damit unseren Energiehaushalt und unser Immunsystem. Eine Zelle, deren Mitochondrien geschädigt sind, kann keine Energie mehr durch Zellatmung gewinnen und beginnt mit einer primitiven Art der Energiegewinnung, der Glykolyse. Dies ist nach Warburg der Beginn der Entartung zur Tumorzelle. Zusätzlich zerstören Antibiotika die natürliche Bakterienbesiedlung im Darm, die eine wichtige Rolle im Immunsystem spielt und vor Verpilzung und schädlichen Bakterien schützt.

Empfehlung: Vermeidung unnötiger Antibiotikaeinnahme. Antibiotika nur im Notfall. Bevorzugung einfacher Antibiotika, die möglichst wenig in den Stoffwechsel eingreifen (Penicillin ist relativ harmlos - Vorsicht bei Allergien!). Nach Antibiotikaeinnahme Wiederaufbau der Darmflora mit positiven Darmbakterien!

Durch eine gesunde Lebensweise läßt sich die Einnahme von Antibiotika oft vermeiden.

5) Zunahme parasitärer Lebensformen als Folge der Milieverschlechterung

a) Zunahme chronischer viraler (z. B. chron. Hepatitis), bakterieller (z. B. chron.

Nierenbeckenentzündung) und parasitärer Infektionen: Ein krankes Stoffwechselmilieu fördert die Ausbreitung von Viren, Pilzen und Bakterien. Parasiten dienen nicht selten als Wirte von Bakterien und Viren; sie sind nicht selten beim Krankheitsgeschehen beteiligt und werden schulmedizinisch häufig übersehen.

Das Bakterium Helicobakter ist hauptverantwortlich für Gastritis und Magenkrebs.

Empfehlung: Basische Kost, Parasitenkur nach Clark, antibiotisch wirkende Pflanzen (Meerrettich,

Knoblauch, Kresse, Grapefruitkernextrakt) und Bittermittel

b) Polypleomorphismus nach Enderlein oder der allmähliche Übergang vom Symbionten

zum Parasiten: Durch ein krankes Stoffwechsellmilieu entwickeln sich normalerweise in Symbiose lebende Mikroorganismen (Symbionten) zu Krankheitserregern mit parasitärer Lebensweise.

Empfehlung: Basische Kost, kein Kaffee, Darmsanierung, Vermeidung von Schadstoffen, Zufuhr von Mineralien und Spurenelementen (Zink, Selen, Magnesium), homöopathische Therapie mit Sanum-Präparaten

III. Die Clark-Therapie zur ganzheitlichen Prophylaxe und Krankheitstherapie

- n Parasitenkur: Schwarznußtinktur, Wermut, Nelken, Ornithin, Arginin
- n Zapper, Frequenztherapie
- n Nierenreinigung (Kräuterkur zur Nierenreinigung)
- n Leber/Gallenreinigung, Leberkräuter
- n Zahnsanierung: allgemeine Richtlinien (Zahnherde, Amalgamentgiftung)

(Weitere Informationen ab Seite 8 dieses Bandes und im 9. Vereinsrundbrief.)

IV. Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel

1. Ausleitung von chemischen Giften und Stoffwechselgiften: Nierenreinigung, Leberkräuter und Leberreinigung nach Clark oder eventuell durch andere Mittel, welche die Nieren- und Leberfunktion fördern (z. B. Kombination von Phönix), Lymphdrainagemittel.

2. Orthomolekulare Medizin:

- n **Vitamin C:** (bei akuter Krankheit als hochdosierte Infusionen von Pascoe; zur täglichen Nahrungsergänzung am besten schadstofffreies Citrovital C von VEDASAN, 1-3 g am Tag). Wichtigstes extrazelluläres Antioxidans. Stärkt das Immunsystem, beugt Arteriosklerose vor, entgiftet.
- n **Co-Enzym Q10:** prophylaktische Dauereinnahme 30 mg, im Krankheitsfall 100 - 400 mg. Q10 ist ein starkes Antioxidans und ein essentielles Enzym für die Energiegewinnung in der Zelle. Beugt der Alterung vor, erhöht Energiegewinnung. Laut Clark tötet es Bandwurmstadien ab.
- n **Vitamin E** (alpha-Tocopherol): 400-600 mg, starkes Antioxidans, entzündungshemmend, schmerzlindernd.
- n **Magnesium:** das Antistressmineral (wie bei Selen besteht meist ein Defizit)
- n **Selen:** 100-200 microgramm (Spirulina-Selen, Selenhefe), essentiell für ein gesundes Immunsystem und zur Entgiftung von Schwermetallen.
- n **Zink:** essentiell für ein gesundes Immunsystem und zur Entgiftung von Schwermetallen.
- n **Glutathion:** 500 mg, wichtigstes Antioxidans in jeder Zelle, beteiligt an vielen Entgiftungsvorgängen.
- n **Noni-Saft:** der enzymreiche Saft (auch gefriergetrocknet) aus Polynesien hilft bei vielen chronischen Erkrankungen (Arthritis, Diabetes, Herzerkrankungen, Hypertonie, Krebs, Hepatitis, chron. Müdigkeit, chron. Schmerzen etc., etc.), wie medizinische Studien und zehntausende von Erfahrungsberichten belegen
- n **Für Vegetarier:** regelmäßige Nahrungsergänzung mit Spirulina-Alge zur Deckung des

Aminosäuren-, Eisen- und Vitamin-B-Komplex-Bedarfs

n **Für Krebskranke:** Mistel- und Thymusinjektionen, Enzyme

V. Die geistig-seelische Dimension der Krankheit

Krankheit ist ein Hinweis der Natur, ein Hinweis Gottes, daß man sich von höheren Lebensprinzipien entfernt hat. Sie ist ein Appell zur Veränderung, und das damit einhergehende Leid dient als Stimulus zur schnellen Rückkehr in die Harmonie der Schöpfung (vgl. Hildegard von Bingen). Das Bewußtwerden über die eigene Bestimmung im Schöpfungsplan verleiht Lebensenergie, ebenso wie das Gefühl der Sinnlosigkeit uns diese raubt. Aus der Psychoneuroimmunologie ist die enge Vernetzung von psychischem Befinden und körperlicher Gesundheit hinlänglich bekannt. Wer sein Seelenleben also vernachlässigt, wird krank. Spirituelle Entfaltung und Erfüllung ist essentiell für die Heilung der Seele und des Körpers. Ein wichtiger Schritt zur Heilung ist immer die bewußte Auseinandersetzung mit der Krankheit und deren verschiedenen Ursachen. Der Ausbruch aus der Krankheit kann so der Beginn eines neuen erfüllteren Lebens werden. Mentale Techniken, wie die Visualisierung nach Simonton, können dabei wertvolle Hilfsmittel sein. Zur Vorbeugung ist neben körperlicher auch seelische Hygiene nötig – durch Findung des persönlichen Lebenssinns, durch Gebet und Versenkung.

Copyright bei Verfassern: Dr. med. Karl Otto Jacob, cand. med. Ludwig Jacob

Ausgewählte Literaturhinweise:

Amalgam – Amalgamvergiftung und -sanierung (R.Forsberg)

Auf dem Wege der Besserung (Dr. C. Simonton)

Das Darm-Heilungsbuch – Gesundheit durch Kolon-Sanierung (R.Gray)

Durch Entsäuerung zu seelischer und körperlicher Gesundheit (Dr. Beck/ I.Oettinger)

Ernährung bei Krebs (Prof. Leitzmann, Dr. Weiger, M. Kurz)

Gesund wohnen – gesund schlafen (G.J. Wohlfeil)

Gifte im Alltag (Dr. Daunderer)

Heilverfahren aller Krebsarten (Dr. H. R. Clark)

Heilung ist möglich (Dr. Clark)

Das Krebshandbuch – Ganzheitlicher Therapieratgeber von A-Z

Lebensmittelqualität (Prof. Dr. M. Hoffman)

Die Clark-Therapie

Allgemeines Behandlungsschema für Krebs und chronische Krankheiten

- 1) Abtöten von Parasiten, Bakterien und Viren durch Zappen (erregerspezifisches Zappen ist wesentlich wirksamer) und Kräuterkur (Schwarznußtinktur, Wermut, Nelken).**
- 2) Vermeiden von Neuinfektion durch Vorsicht in der Ernährung und Einhaltung der Dauerbehandlung, Hygiene**

3) **Vermeiden der Aufnahme von Lösungsmitteln (Isopropylalkohol, Benzol), FCKW (falls FCKW-Belastung vorhanden: Ausleitung), Kupfer, Malonsäure, Aflatoxin und anderen Schadstoffen durch die Vermeidung belasteter Produkte im Haushalt und in der Körperpflege.**

4) **Genesung durch Entgiftung und Entschlackung des Körpers durch die vier Sanierungsprogramme:**

a) **Sanierungsprogramm für das Gebiß:**

- Beseitigung von Schwermetallen und anderen Toxinen in den Zähnen
- Behandlung bakterieller Zahnherde

b) **Sanierungsprogramm für die Ernährung:**

- Ernährung ohne Lösungsmittel, andere chemische Toxine und biologische Toxine (Aflatoxin, Patulin), viel frisches Gemüse
- Malonsäurefreie Ernährung

c) **Sanierung des Körpers:**

- Körperpflege ohne Lösungsmittel und Toxine
- Arznei- und Nahrungsergänzungsmittel ohne Lösungsmittel und Toxine

d) **Sanierung des Hauses:**

- Besondere Behandlung von Keller und Garage
- Sanierung von FCKW, Glasfasern, Asbest
- Schadstoffe im Wohnbereich vermeiden

... und die Anwendung von

a) **Darmreinigungskur** (Verbesserung der Hygiene, Einnahme von Fenchel, Gelbwurz, Lugol'sche Lösung, Verdauungsenzyme, Faulbaumrinde, s. „Heilung ist möglich“ S. 589)

b) **Nierenreinigungskur** (s. „Heilverfahren aller Krebsarten“ S. 551, „Heilung ist möglich“ S. 591)

c) **Leberreinigungskur** (s. „Heilverfahren aller Krebsarten“ S. 554, „Heilung ist möglich“ S. 595)

Die systematische Anwendung der Clark-Therapie

1. Die Ursache von Krankheiten nach Dr. Clark

- 1) Parasiten, Bakterien, Viren (Behandlung erfolgt durch Kräuter und/oder elektromagnetische erreger-spezifische Frequenzen)
- 2) Umweltgifte (Vermeidung im Körper und Gebiß, im Haus, bei der Körperpflege und Ernährung)

2.1. Vorzüge der Clark-Therapie:

Allgemein loben Therapeuten und Anwender der Clark-Therapie:

- A) die hohe Effektivität der Kräuterkuren und Frequenztherapie bei Krebs und chronischen Krankheiten selbst bei austherapierten Patienten
- B) die relativ geringen Nebenwirkungen
- C) das durchdachte Gesamtkonzept aus Parasitenprogramm, Darm-, Nieren- und Leberreinigung, Zahnsanierung und der Vermeidung von Toxinen

2.2. Bisherige Schwächen der Clark-Therapie:

Dr. Clarks Sichtweise ist in mancherlei Hinsicht etwas einseitig. So weiß jeder erfahrene Therapeut z. B. um die große Bedeutung psychischer Faktoren, der Erdstrahlen oder der elektromagnetischen Belastung. Auch macht Dr. Clark Versprechungen, die große Hoffnungen im Patienten wecken, aber nicht immer gehalten werden können. Obwohl die Erfahrungen unseres Therapeutennetzes den großen Wert ihres Heilverfahrens bestätigen, ist jede Erkrankung individuell, und man muß sich davor hüten, falsche Hoffnungen zu wecken. „Hoffnung“ ist andererseits ein entscheidender Faktor im Heilungsprozess – übertriebene Skepsis und Unentschlossenheit können den Patienten unnötigerweise entmutigen. Man muß also im Interesse des Patienten eine feine Balance halten.

Dr. Clarks Buch „Heilverfahren aller Krebsarten“ war voller wertvoller Ratschläge, doch wies es bei den Fallbeispielen deutliche Schwächen auf. Ihr neustes Buch „The Cure for all Advanced Cancers“ (im Moment leider nur in Englisch verfügbar) ist in dieser Hinsicht ein großer Fortschritt. Ihre Forschungen zur Krebsentstehung und Therapie sind viel ausgereifter und besser schulmedizinisch dokumentiert und nachvollziehbar. Sie führt zur Unterstützung ihrer Thesen auch umfangreiche Referenzen aus der universitären Forschung an. Die therapeutische Konsequenz ist die 21-Tage Krebs-Intensiv-Therapie, die wir im 9. Rundbrief wiedergeben.

54 Patientenfälle werden ausführlich beschrieben. Neben den Ergebnissen der Syncrometer-Untersuchung wird der Krankheitsverlauf mit CTs, Blutwerten und anderen schulmedizinischen Diagnoseverfahren dokumentiert. Ehrlich beschreibt sie auch die Fälle, wo ihr Können versagt hat und sucht nach dem Warum? Sie experimentiert und forscht unermüdlich, gestützt auf Altbewährtes, und lernt so Neues bei jedem Patienten und setzt es für das Wohl des nächsten Patienten ein.

Von den 54 Fällen sind rund 85 % Heilungen, oft auch fortgeschrittener Tumore. 5% konnten nicht weiterverfolgt werden, weil der Patient nach Anfangserfolgen frühzeitig nach Hause zurückkehrte. 10% der Patienten starben. Oft führte der Tod eines Patienten zu wichtigen neuen Entdeckungen, so daß Dr. Clarks Heilungserfolge immer häufiger und sicherer wurden, auch bei fortgeschrittenen Tumoren. Es zeigt sich an vielen Fällen, daß der Tumor nicht einmal das Hauptproblem war, sondern die Gifte im Tumor. Bei der Auflösung des Tumors wird in verstärktem Maß Gift freigesetzt. Daher ist die Vermeidung neuer Gifte und die Ausleitung der alten Gifte von allergrößter Wichtigkeit.

Bei sehr kranken Patienten, deren Immunsystem und Entgiftungsorgane stark geschwächt sind, kann es bei der Parasitenkur zu größeren Nebenwirkungen kommen. Daher ist eine klassische naturheilkundliche Vorbehandlung sinnvoll. Gute Erfahrungen wurden auch damit gemacht, vor dem Einsatz der Kräuterkur 8 Tage lang zu zappen. Bei magenempfindlichen Patienten ist die Dosis der Parasitenkräuter entsprechend anzupassen oder auf Kräutertinkturen von Wermut und Nelken zurückzugreifen, die man von 3 x 10 Tropfen täglich auf 3 x 40 Tropfen täglich steigern kann.

3. Wichtigkeit der Vor- und Nachsorge:

Großen Wert sollte auf die weitere regelmäßige Kontrolle des behandelten Patienten gelegt werden, da eine Reinfektion und ein Rezidiv jederzeit möglich sind. Auch sollte sich der Genesene weiterhin an Dr. Clarks allgemeine Empfehlungen (Parasitenprophylaxe, Vermeidung von Toxinen etc.) halten. Es ist keine Seltenheit, daß der „Geheilte“, übergelukkig über die unerwartete Heilung, in alte Verhaltensmuster zurückgefallen und wieder erkrankt ist.

4. Modifizierte Clark-Therapie

Der Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“ e.V., der im Oktober 96 gegründet wurde, hat es sich zur Aufgabe gemacht, in Zusammenarbeit mit einem Netz von zur Zeit circa 100 Therapeuten (Ärzte, Heilpraktiker und Zahnärzte) Erfahrungswerte zur Clark-Therapie zu sammeln und Betroffenen die nötige Unterstützung zu bieten. Nach der Erfahrung der Ärzte und Heilpraktiker ist die Clark-Therapie eine große Bereicherung ihrer medizinischen Tätigkeit, doch sollte sie den Bedürfnissen des einzelnen Patienten angepaßt und durch andere bewährte Heilverfahren ergänzt und modifiziert werden, um den bestmöglichen Heilerfolg zu erzielen.

Therapeuten, die auf die Parasiten-Problematik aufmerksam gemacht wurden, bestätigen durch bioelektronische Testungen mit EAV, Mora oder Vega, daß 80 - 90 % ihrer Patienten an Parasiten leiden und daß schwere Erkrankungen dadurch ausgelöst werden und dementsprechend geheilt werden können. Gerade auch die Mykose (Pilzbefall) tritt nicht selten in Zusammenhang mit Parasiten auf, und sie verschwindet dauerhaft nach der Durchführung der Parasitenkur. Die Therapeuten des Vereins berichten über Heilungen oder entscheidende Besserungen in bezug auf verschiedene Arten von Krebs, Leukämie, chronische Migräne, chronisches Müdigkeitssyndrom, Rheuma, Hypertonie, Hepatitis, Darm-Dysbiose, Magen-Darm-Erkrankungen, Colitis ulcerosa, Leber-Galle-Beschwerden, Pyelonephritis, Herzschwäche, Parkinson, Neurodermitis, Allergien, Depressionen, Multipler Sklerose, Diabetes, Asthma, Allergien, Hepatitis. Es handelte sich dabei zum Teil auch um schulmedizinisch und naturheilkundlich austherapierte Fälle. Die meisten Patienten mit den oben beschriebenen Erkrankungen hatten Parasitenbefall und wurden erfolgreich nach der Clark-Therapie behandelt. Auch zur Vorbeugung ist die Einnahme der Parasitenkur eine weitestgehend nebenwirkungsfreie und sinnvolle Maßnahme, insbesondere bei Menschen, wo durch Haustiere ein Parasitenbefall anzunehmen ist.

Sicherlich ist nicht davon auszugehen, daß in jedem Fall, wo Parasiten mit bioelektronischen Testmethoden nachgewiesen werden, diese auch tatsächlich noch gegenwärtig sind. Zwar wurde nach Hydrocolon-Darmspülungen schon davon berichtet, daß Parasiten mit ausgespült wurden, oder Asthmatiker unter Parasitenbehandlung Ascariden-Wurm-Larven ausgehustet haben, doch dürften wohl auch störende Resttoxine der Parasiten zu einem positiven Testergebnis führen. Um den bestmöglichen Heilerfolg zu erzielen, ist es ratsam, die Clark-Therapie durch andere bewährte Naturheilverfahren zu ergänzen und zu modifizieren. Ausleitungsverfahren für die Parasitengifte und zusätzliche Maßnahmen zur Immunstärkung sind sehr sinnvolle Begleitmaßnahmen. Die Beseitigung von elektromagnetischen und geopathogenen Störfeldern im Hause des Patienten und die Behandlung emotionaler Blockaden sind wichtige Voraussetzungen für einen bleibenden Erfolg.

Bei der Behandlung ist vor allem auch auf eine Ausleitung der Toxine zu achten, die durch die absterbenden Parasiten freigesetzt werden. Hierzu empfehlen sich die Einnahme von Mitteln zur

Nieren- und Leberunterstützung und von Arginin und Ornithin zur Entgiftung des freigesetzten Ammoniaks sowie die Anwendung von Hydro-Colon-Therapie oder Einläufen zur Entlastung des Darmes und zur schnellen Ausscheidung toter Parasiten und anderer Gifte. Auch homöopathische Potenzen der Parasiten und Toxine können bei der Ausleitung helfen. Da beim Absterben der Parasiten die in ihnen angesammelten Schadstoffe (z. B. Quecksilber aus Amalgamfüllungen) wieder freigesetzt werden, ist die parallele Einnahme von Chlorella-Algen oder Meeresalgen (am besten eine Meeresalgen-Mischung) zur Schwermetallausleitung von großer Wichtigkeit.

Um Diagnosen erstellen und den Therapieverlauf beurteilen zu können, ist es förderlich, im Umgang mit Testmethoden, wie Elektroakupunktur nach Voll, Vega oder Mora geschult zu sein. Diese Testverfahren beruhen auf dem Resonanzprinzip und sind prinzipiell der Syncrometer-Methode ähnlich. Der Vorteil von EAV gegenüber dem Syncrometer besteht darin, daß der Therapeut nicht nur qualitative, sondern auch quantitative Aussagen machen kann. Während man mit dem Syncrometer also eine reine „Ja“-„Nein“-Antwort bekommt, kann man mit den anderen Verfahren den Grad der Toxin- oder Erregerbelastung herausfinden. Bei der Austestung von Substanzen ist der Syncrometer den anderen Testmethoden überlegen. Alle genannten Testverfahren hängen stark von der Expertise und der Objektivität des Testers ab, die Methode ist eher sekundär.

Eine Therapie ist nur so gut wie der Patient, der ihr konsequent folgt, und der Therapeut, der sie umsichtig und geschickt einsetzt. Leider können wir im Moment beim Therapeutennetz des Vereins noch keine Aussage über die Qualifikation der jeweiligen Therapeuten machen. Ziel des Vereins ist es, ein Netz von qualifizierten Therapeuten zu schaffen und in Zukunft für eine Art Qualitätskontrolle zu sorgen.

5. Krebsgeschehen nach Dr. Clark

In diesem Rundbrief können wir nicht im Detail auf die neuen Erkenntnisse von Dr. Clark eingehen. Diese können Sie der Niederschrift des Vortrags „The Cure for all Advanced Cancers – eine deutsche Zusammenfassung“ (Ludwig Jacob, 30 DIN A 4 Seiten) anlässlich des 5. Clark-Symposiums entnehmen, erhältlich beim Naturheilverein (06128 / 41097) oder bei VEDASAN GmbH (0180 / 525 83 56). Hier geben wir nur eine sehr stark komprimierte und vereinfachte Zusammenfassung wieder:

Viele Faktoren sind am Krebsgeschehen beteiligt. Welche zuerst auftreten oder ob sie sich unabhängig voneinander entwickeln, ist noch ungewiß. Hier ist *eine mögliche* Abfolge der von Dr. Clark neu entdeckten Krebs-Faktoren:

1. Bandwurmlarven infizieren das Gewebe und setzen Malonsäure frei, die die Zellatmung der Mitochondrien hemmt. Malonsäure wird auch aus der Nahrung und aus Kunststoffüllungen aufgenommen.
2. Clostridien produzieren DNA, Isopropylalkohol und toxische Amine in der Nachbarschaft der Larven.
3. Diese Amine verschieben das Reaktionsgleichgewicht zwischen Pyruvataldehyd und Thioharnstoff zugunsten von Thioharnstoff, der die Zellteilung beschleunigt.
4. Der überschüssige Thioharnstoff verbraucht Thyroxin. Der Thyroxin-Mangel behindert die bakterien-tötenden Lysosomen und die Mitochondrien, die Kraftwerke der Zelle.
5. Metallische und nicht-metallische Gifte werden zu den kranken Zellen hingezogen durch Kräfte, die noch nicht vollständig verstanden sind, aber immer wieder zu beobachten sind.

Dieses Phänomen nennt Dr. Clark „Morbitropismus“.

6. Die Schwermetalle verbrauchen Schwefel und Schwefel-enthaltende Stoffe. Die Reduktionskraft und Entgiftungsfähigkeit des Gewebes geht verloren.

7. Die oxidativen Abwehrmechanismen nehmen ebenso ab, da das Cytochrom-p450-Enzym wirkungslos wird (aufgrund von Eisenmangel infolge von anorganischem Kupfer, Germanium und Asbest).

8. Lanthanoide setzen sich in Zellen fest und führen zu Calcium- und Eisenablagerungen. Dadurch kann Phosphatidylserin, welches eine Signalsubstanz für den enzymatischen Abbau der Zelle darstellt, nicht mehr auf der Außenseite der Zellmembran eingebaut werden. Die Zelle kann von außen nicht mehr von Pankreatin und Lipasen angegriffen und verdaut werden.

9. Wichtige Carcinogene (PAKs und andere) werden von zwei extrem weit verbreiteten Parasiten, Ascariden und Bandwürmern, erzeugt. Die Carcinogene setzen sich vorwiegend in mitotischem Gewebe ab und führen zu Mutationen.

10. Mit den Parasiten vergemeinschaftet, treten Bakterien (Streptomyces, Mycobakterien, Rhizobium etc.) auf und spielen eine von Dr. Clark noch nicht erforschte Rolle beim Krankheitsgeschehen.

11. Immer mehr Mutationen treten auf.

12. Azo-Farbstoffe aus Nahrungsmitteln, Kleidung und Körperpflegeprodukten können nicht mehr entgiftet werden und werden von den lebenswichtigen Organen und mitotischen Gewebe angezogen. Sie verursachen Mutationen.

13. Es treten genug Mutationen auf, um die Reduktions- und Oxidationskraft der Zelle zum Erliegen zu bringen.

14. Gutes, organisches Germanium verschwindet (wird in giftiges anorganisches Germanium verwandelt). Jetzt kann Vanadium p53 Mutationen Gen auslösen, indem es Ribonukleosid-Vanadyl-Komplexe bildet. Bandwurmstadien und ihre Bakterien können auch p53 Mutationen verursachen.

15. Bcl-2 und bax Gene werden mutiert, so daß der Selbstzerstörungsmechanismus (Apoptose) von kranken Zellen nicht mehr ablaufen kann.

16. Die kleine Menge kranker Zellen wird nun zu einem aggressiv wachsenden Tumor.

17. Wenn Stadien des Großen Darmegels den Tumor finden und Isopropylalkohol (aus den Clostridien) anwesend ist, wird Ortho-Phospho-Tyrosin erzeugt. Dr. Clark bezeichnet den Tumor dann als bösartig. Er wächst schneller und metastasiert.

6. Die Lösung:

- Töten der Clostridium-Bakterien in Darm und Zähnen (Zahnsanierung, mit Oreganon-Öl Zähne putzen, Betain-Salzsäure oder Parozol bzw. Ozol für den Darm)
- Töten aller anderen Parasiten (Parasitenkur)
- Entfernen und Entgiften von Metallen, Malonsäure und anderen Carcinogenen

7. Parasiten – oft die Ursache chronischer Krankheiten

In ihrem Buch „Heilung ist möglich“ („The Cure For All Diseases“) weist Frau Dr. Clark darauf hin, daß auch zahllose andere chronische Krankheiten (Diabetes, MS, Herpes, chronische Müdigkeit, Hautprobleme, Warzen, chronische Bronchitis, Pyelonephritis, Prostatitis, Magenschmerzen,

Gastritis, Verdauungsprobleme, hoher Blutdruck, Allergien, Schlafstörungen, Depressionen, Schizophrenie, Alzheimer, Tremor, Herzkrankheiten, Blinddarmentzündungen, Kopfschmerzen, Asthma und Pilzerkrankungen wie durch *Candida albicans*, etc.) in vielen Fällen auf Umweltgifte und Befall durch Parasiten zurückzuführen sind. Umweltgifte, wie Isopropylalkohol, schaffen ein Milieu, in dem sich Parasiten ansiedeln können. Sie wiederum dienen Bakterien und Viren als Zwischenwirt und verseuchen den Körper andauernd mit einer Flut von Antigenen, denen das durch Umweltgifte und Streßsituationen ohnehin schon geschwächte Immunsystem nicht mehr gewachsen ist. Dr. Clark hat festgestellt: Darmegel und Propylalkohol in der Leber führen zu Krebs. Darmegel und vergällter Alkohol (Methanol) im Pankreas führen zu Diabetes. Darmegel und Benzol in der Thymusdrüse führen zu AIDS. Darmegel und Toluol oder Xylol im Gehirn führen zu Alzheimer. Darmegel und Lösungsmittel in der Niere führen zur Hodgkin's Krankheit. Darmegel im Uterus führen zu Endometriose, in der Prostata zur chronischen Prostatitis. Darmegel in der Haut können zum Kaposi-Sarkom führen. In ihrem Buch berichtet Frau Dr. Clark von erstaunlichen Heilerfolgen, die von den Erfahrungen des Therapeutennetzes bestätigt werden.

8. Die Parasiten-Behandlung

8.1. Die Kräuterkur

Die Clark'sche Parasitenkur beinhaltet Schwarznußtinktur (extra stark), Wermut (Kapseln) und Nelken (Kapseln). Diese Mittel werden vorzugsweise zusammen mit dem Zapper eingesetzt. Nach Bedarf ist es möglich, die Behandlung mit L•Arginin und L•Ornithin, Vitamin C, Rascal, Co-enzym Q10, Cystein und ozonisiertem Olivenöl zu ergänzen. Die Kombination und systematische Anwendung von Walnuß, Wermut und Nelken ist äußerst effektiv und tötet mehr als 100 Arten von Darmparasiten und ihre verschiedene Entwicklungsstadien.

Schwarznußtinktur: Die Schwarznuß (*Juglans nigra*) ist eine enge Verwandte der europäischen Walnuß (*Juglans regia*), enthält aber deutlich mehr Gerbstoffe. Die Rinde des Schwarznußbaums und die grüne Schale der Nüsse werden traditionell von vielen asiatischen und indianischen Völkern zur Austreibung von Würmern und Parasiten verwendet. Blätter, Rinde sowie die Frucht und die grüne Schale der Schwarznuß sind medizinisch in vielerlei Hinsicht wertvoll: Das Einnehmen der Schwarznuß hilft gegen Verstopfung und auch gegen Pilz- und Parasiteninfektionen. Äußerlich angewandt soll der Extrakt der Schwarznuß wirksam sein gegen Warzen, Ekzeme, Herpes, Psoriasis, Scherpilzflechte, Mykosen und Hautparasiten. Die Chinesen verwenden den Extrakt erfolgreich zur Behandlung von Bandwürmern. Der hohe Anteil an Gerbstoff ist in erster Linie für seine anti-helminthische (wurm-tötende) Wirkung verantwortlich, obwohl auch andere Bestandteile wie Juglandin und Juglon daran beteiligt sind. Es ist bekannt, daß Schwarznußextrakt das Blut mit Sauerstoff anreichert, wodurch Parasiten getötet werden. Der braunfärbende Anteil der grünen Hülse beinhaltet organisch gebundenes Jod, das antiseptische und heilende Eigenschaften besitzt. Die Schwarznuß trägt auch zur Harmonisierung des Blutzuckers und zur Verbrennung überschüssiger Toxine und Fette bei. Auch aufgrund ihres Gehalts an starken und schwachen Säuren und Alkaloiden hat sie eine Anti-Krebs-Wirkung.

Bei der Einnahme auftretende Nebenwirkungen sind auf das Absterben der Parasiten und deren freigesetzten Toxine zurückzuführen.

Wermut: Die Heilkräfte des Wermuts waren schon im Altertum bekannt. Wermut wird traditionell angewendet bei Magenschwäche, schlechter Verdauung, Sodbrennen, schlechtem Mundgeruch,

übersäuertem Magen, Verwurmung, bei Gallensteinen, Gelbsucht, bei Nierenleiden und Wassersucht. Wermut hat sich als Wurmmittel und bei der Bekämpfung innerer Vergiftungen, sogar bei Vergiftungen durch Tollkirsche und Blei, seit Jahrhunderten gut bewährt (vgl. Das grosse Kräuterheilbuch von Kräuterpfarrer Künzle). Zudem regt er den Kreislauf an, wirkt fiebersenkend und stimuliert Galle und Leber. Bei Überdosierung und langfristiger Einnahme hoher Mengen treten neurologische Symptome, wie Zittern, auf.

Nelken: Laut Dr. Clark tötet das Pulver frisch gemahlener Gewürznelken die Eier von Parasiten ab, stoppt damit ihren Reproduktionszyklus und rundet somit die Parasitenbehandlung ab. Laut Hildegard von Bingen sind Nelken auch wirksam gegen Kopfschmerzen und beginnenden Aszites (Wasseransammlung im Bindegewebe). In der Zahnmedizin wird Nelkenöl traditionell aufgrund seiner schmerzstillenden und desinfizierenden Wirkung eingesetzt.

Nelken wirken verdauungsfördernd, gastreibend und krampfstillend. Somit können sie Magen-Darmschmerzen lindern. Sie verbessern die Blutzirkulation, stimulieren die Hautfunktionen, Speicheldrüse, Nieren, Leber und Bronchialschleimhäute.

Bei Überdosierung können die scharfen Nelken die Magenschleimhaut überreizen. Die Dosis sollte dann erniedrigt werden.

Ornithin und Arginin: Die beiden Aminosäuren dienen der Entgiftung des Ammoniaks, das bei der Abtötung der Parasiten freigesetzt wird. Sie sind körpereigene Stoffe, die natürlich in unserer Ernährung vorkommen. Arginin wirkt anregend, Ornithin beruhigend. Nebenwirkungen sind keine bekannt.

L-Ornithin: Ornithin wird während der Parasitenkur gegen Schlaflosigkeit eingenommen. Bei einem Parasitenbefall wird der Stoffwechsel mit von den Parasiten erzeugten Ammoniak belastet. Eine hohe Menge von Ammoniak reizt das Gehirn, was oft zu Schlaflosigkeit führt. Ornithin ist eine an der Harnstoffbildung beteiligte Aminosäure, die für die Umsetzung von Ammoniak in Harnstoff sorgt und dadurch die Ausscheidung ermöglicht. Ornithin tötet auch Clostridium-Bakterien. Ornithin wird eine halbe Stunde vor dem Schlafengehen eingenommen.

L-Arginin: Arginin ist auch eine Aminosäure, welche die Umsetzung von Ammoniak beschleunigt. Im Gegenteil zu Ornithin sorgt Arginin für Wachheit und Energie und sollte daher bei Bedarf morgens eingenommen werden. L-Arginin ist auch wirksam gegen Clostridium-Bakterien.

8.2. Die elektronische Behandlung:

A) Der Zapper:

Dr. Clark hat ein elektronisches Gerät (der 'Zapper') entwickelt, das für die meisten Parasiten, Bakterien und Viren tödliche Biofrequenzen erzeugt. Chronische und auch akute Krankheiten (Erkältungen, Fieber und Entzündungen aller Art) sind auf diese Weise effektiv zu bekämpfen, und die Selbstheilungskräfte des Immunsystems können wieder wirken.

Der Zapper ist ein einfacher, batteriegetriebener Frequenzgenerator, der eine DC-off-set Rechteckkurve mit einer konstanten Frequenz zwischen 30-40 KHz erzeugt. Die Frequenzen werden über Handelektroden übertragen, um die während der Behandlung (zur Verbesserung der Leitfähigkeit) feuchtes Küchenpapier gewickelt wird. Ein guter Zapper ist derart ausgelegt, daß er eine pulsierende Gleichspannung kapazitiv auskoppelt und somit eine Schädigung des Gewebes durch Gleichstrom ausgeschlossen ist.

Die Behandlung mit dem Zapper wird von Anwendern und Therapeuten allgemein als positiv beurteilt. Die Wirkung des Zappers ist relativ unspezifisch, so daß man zwar eine spürbare Reduzierung eines entzündlichen Prozesses erreicht, aber nicht immer ein vollständiges Abtöten aller Keime. Der Zapper wirkt vor allem in der Blutbahn und ist bei schweren akuten oder abgekapselten Entzündungen sicherlich keine Alternative zu einer antibiotischen Behandlung. Die Wirkungsweise des Zappers ist noch unklar und wird diskutiert. Möglicherweise verändert das Zappen die Durchlässigkeit der Erreger-Zellmembran, so daß die körpereigene Abwehr besser angreifen kann. Die positiven Bakterien, die in Symbiose mit dem menschlichen Organismus leben, werden mit dem Zapper deshalb nicht abgetötet.

Bildhaft ausgedrückt kann man den Zapper mit einer Schrotflinte vergleichen, während die Therapie mit spezifischen Frequenzen dem gezielten Abschießen der jeweiligen Erreger gleichkommt. Eine dauerhafte Zapperbehandlung ist aufgrund des Elektroschlags wohl nicht sinnvoll, während Zappkuren bis zu 3 Wochen gerade bei chronischen Krankheiten oft einen deutlichen Heilerfolg bewirkt haben. Eine Daueranwendung ist aufgrund der – wenn auch geringen – Elektroschlagbelastung kritisch einzuschätzen.

Beim Zappen kann es anfangs zu Heilverschlimmerungen wie Kopfschmerz oder starke Müdigkeit kommen, da der Körper vorübergehend von toxischen Abbauprodukten belastet wird. Diese Symptome verschwinden jedoch nach 3-4 Tagen, und der Patient fühlt eine deutliche Verbesserung des Allgemeinbefindens. Zur raschen Ausleitung der Schadstoffe empfiehlt Dr. Clark, täglich mindestens 2 Liter gefiltertes oder destilliertes Wasser zu trinken. **Dr. Clark rät Schwangeren und Trägern von Herzschrittmachern von der Anwendung des Zappers ab.**

B) Die Zapper-Behandlung:

Die Zapper-Behandlung folgt einem bestimmten Schema, das präzise befolgt werden muß: 1 mal täglich 3 aufeinanderfolgende Anwendungen von jeweils 7 Minuten mit dazwischenliegenden Pausen von jeweils 20-30 Min.:

7 Min. zappen, **20 Min. Pause**, 7 Min. zappen, **20 Min. Pause**, 7 Min. zappen

Die meisten Geräte schalten nach 7 Minuten automatisch ab oder beinhalten sogar einen vollautomatischen Ablauf der gesamten Behandlung, komplett mit Batterieüberwachung und optischer und akustischer Anzeige der Zapper-Zyklen.

Bei chronischen Krankheiten ist die Behandlung mindestens 7-10 Tage fortzusetzen, in hartnäckigen Fällen bis zu 4 Wochen täglich. Bei akuten Beschwerden reichen oft 2-3 Tage zappen aus, dann kann man durchaus auch bis zu drei mal täglich den gesamten Zyklus von 3 x 7 min. wiederholen.

Laut Dr. Clark sterben beim ersten Zappen Parasiten ab, die vielen Bakterien und Viren als Zwischenwirte dienen. Das zweite und dritte Zappen richtet sich gegen die beim Tod der Parasiten freigesetzten Bakterien und Viren. Unterläßt man das zweite und dritte Zappen, muß man mit einer Erkältung rechnen, da der Organismus mit Bakterien und Viren überschwemmt wird.

Grundsätzlich sterben nur die Parasiten, die sich außerhalb von Zellen befinden. Die in den Zellen befindlichen Parasiten werden durch das Immunsystem unschädlich gemacht. Vor allem mit größeren Parasiten tut sich das menschliche Immunsystem schwer und erfährt durch den Zapper eine gute Unterstützung.

Die Biofrequenzen des Zappers erreichen nicht den Darm, daher muß die Therapie von einer Parasitenkräuterkur begleitet werden. Am besten beginnt man mit der Kräuterkur und nimmt nach

sechs bis sieben Tagen den Zapper hinzu.

C) Die Therapie mit erreger-spezifischen Frequenzen:

Die Frequenztherapie hat eine lange Tradition. Der Amerikaner Dr. Royal Raymond Rife und der Russe Dr. Lakhovsky waren Mitte dieses Jahrhunderts die Vorreiter der Frequenztherapie. Leider waren sie ihrer Zeit soweit voraus, daß sie trotz oder vielleicht auch gerade wegen ihrer spektakulären Erfolge von Kollegen und anderen Interessengruppen angefeindet und in Verruf gebracht wurden.

Dr. Clark folgt also bewußt oder unbewußt einer alten Tradition. Ihre Frequenzen unterscheiden sich von denen Rifés. Sowohl die Rife- also auch die Clark-Frequenzen haben sich bei der Behandlung der verschiedensten viralen und bakteriellen Erkrankungen (Borellien, Eppstein-Barr-Virus, Coxsackie-Virus, Warzen etc.) oft als außerordentlich wirkungsvoll erwiesen. Die Frequenztherapie kann bei nicht sachgemäßer Handhabung Nebenwirkungen zeigen, in der Hand eines Könners kann sie Wunder wirken. (Es ist von Experimenten und Selbstbehandlung bei schweren Krankheiten abzuraten.) Interessenten können sich wegen entsprechender Frequenz-Therapie-Geräte und Seminare an den Verein wenden.

8.3. Parasitenbehandlung bei Kindern

Die Parasitenbehandlung für Kinder unterscheidet sich von der für Erwachsene nur in der Dosierung, nicht aber in der Behandlungsdauer:

Extra starke Schwarznußtinktur: Bis 5. Einnahme-Tag wie für Erwachsene.

Ab 6. Tag: Kinder bis 6 Monate: $\frac{1}{4}$ TL. Kinder von 6 Monaten bis 6 Jahren: $\frac{1}{2}$ TL. Kinder von 6 bis 10 Jahren: 1 TL. Kinder von 11 bis 16 Jahren: 1 $\frac{1}{2}$ TL.

Wermutkapseln: Dosis altersentsprechend erhöhen: Für ein 3-jähriges Kind sollte die Dosis nach dem 3. Tag nicht mehr erhöht werden (max. 2 Kapseln); für ein 6-jähriges Kind die Dosis nach dem 6. Tag nicht mehr erhöhen (max. 3 Kapseln).

Nelken: Wie Wermut. Erhöhen Sie bis zum Tag des entsprechenden Alters und bleiben Sie bei dieser Dosierung für die Dauer der Erwachsenenbehandlung.

Wenn Kinder zu jung sind, um Kapseln zu schlucken, können Wermut und Nelken auch mit reinem Honig vermischt werden. Das Kind braucht nicht mehr einzunehmen, als es essen kann. Wenn Ihr Kind nicht Krebs oder AIDS hat und Sie es einfach von Parasiten befreien wollen, sollte die Parasitenbehandlung nicht begonnen werden, solange es krank ist.

Wichtige Hinweise: Kinder in öffentlichen Gebäuden nicht auf dem Boden krabbeln lassen. Hände des Kindes immer vor dem Essen waschen. Am besten Schuhe vor der Tür lassen. Nicht mit Fingern essen.

8.4. Parasitenbehandlung von Haustieren

Haustiere werden oft von den gleichen Parasiten befallen wie wir und sind häufig Ursache von Reinfektionen. Daher sollte jedes Haustier regelmäßig von Parasiten gereinigt und der Parasiten-Dauerbehandlung unterzogen werden. Viele Besuche beim Tierarzt erübrigen sich dann. Den genauen Einnahmeplan mit Schwarznußtinktur, Nelken, Wermut und Petersilienwasser finden Sie in Clarks Büchern.

Wichtige Hinweise: Haustiere niemals auf Küchentische, Eßtische, ans Geschirr, ins Schlafzimmer oder ins Bett des Menschen lassen. Eigener Freßnapf, eigenes Bettchen, etc. Niemals Haustiere küssen, niemals Essen mit ihnen teilen. Hände waschen nach Kontakt. Teppich sauber halten.

Futter Ihres Haustieres achtsam unter die Lupe nehmen: Das meiste Tierfutter, das mit Geschmacksmitteln versehen ist, ist mit Lösungsmitteln verseucht (Tetrachloride, Benzol, Propylalkohol etc.). **Bei Durchfall oder Erbrechen des Tieres:** hohe Infektionsgefahr durch Würmer. Kinder davor schützen. Salz und Jod auf Kot streuen, 5 Minuten lang einwirken lassen, dann aufputzen. Auch mit Kot im Freien so verfahren. Hände mit normalem Alkohol (1 Teil Alkohol, 4 Teile Wasser) oder Schnaps reinigen. Auf keinen Fall Isopropylalkohol.

9. Bandwurmcysten im Tumorkern

Im Folgenden werden Dr. Clarks neue Erkenntnisse und Empfehlungen zusammengefaßt, die in ihrem neuen Buch über HIV/AIDS ausführlich beschrieben sind.

Laut Dr. Clark tragen alle Menschen Bandwurmstadien in sich. Im gesunden Organismus entwickeln sich diese nicht weiter und richten auch keinen Schaden an. Bei Krebskranken findet Frau Dr. Clark jedoch immer ein Malonsäure produzierendes Bandwurmstadium im Zentrum des Tumors. Auch AIDS-Kranke leiden immer an Bandwürmern oder deren Stadien. Die Eier schlüpfen, und die winzigen Larven und Cysten einschließlich unfruchtbarer Eier und deren Bakterien verbreiten sich im ganzen Organismus. Entweder bringen die großen Mengen Lösungsmittel die Bandwurmeier zum Schlüpfen oder das geschwächte Immunsystem gibt ihnen die Möglichkeit dazu. Die Bandwurmstadien bringen schädliche Bakterien und Viren mit sich, eines der schlimmsten Erreger ist das pilzähnliche Bakterium Streptomyces. Weder Parasitenkräuter noch Zapper reichen aus, um alle Bandwurmstadien abzutöten. Traditionelle Kräuter, wie Kürbiskerne oder Farn, sind hilfreich, aber nicht ausreichend.

Die beste Wirkung hat bislang eine hohe Dosis Coenzym Q10 gezeigt: Es bedarf 3000 mg, um Bandwurmcysten auch an entlegenen Orten, wie im Gehirn und Knochenmark zu erreichen. Bei besonders großen und schweren Menschen werden sogar 4 g benötigt. Laut Dr. Clark sind die hohen Dosen Coenzym Q10 nicht giftig und zeitigen keine Nebenwirkungen. Schwerkranke nehmen die 3 g Dosis jeden 5. Tag, an den anderen Tagen eine kleinere Dosis von 400 mg, und zwar nüchtern vor dem Frühstück.

Allerdings gibt es sehr widerstandsfähige Bandwurmart, wie Echinococcus granulosus (Hundebandwurm) und Echinococcus multilocularis (Fuchsbandwurm), die in ihren Cysten Tochterblasen mit eigenen Scolices beherbergen und sehr gut abgekapselt sind. Frau Dr. Clark mißt den Streptomyces, mit denen die Bandwurmlarven infiziert sind, große Bedeutung bei. Streptomyces befallen die geschwächten Organe, wie den Thymus des AIDS-Kranken. Sie erzeugen Protease, verbrauchen unsere Nukleinsäurebasen Adenin und Hypoxanthin, verwandeln Nitrate in karzinogene Nitrite und Harnsäure in Ammoniak. Zu alledem hemmen sie die Aktivität der T-Zellen. Cystein und ozonisiertes Olivenöl durchdringen gemäß Dr. Clark alle Membrane der Bandwurmcysten und töten deren Inhalt.

Wichtiger Hinweis: Laut Schulmedizin können größere Zysten des Echinococcus multilocularis (Fuchsbandwurm) und des Echinococcus granulosus (Hundebandwurm) durch langzeitige, permanente hochdosierte Chemotherapie (Al- und Mebendazol) zwar in ihrem Wachstum gehemmt werden, aber nicht beseitigt werden. Falls sich bei der operativen Entfernung der unilokulären Zyste des Hundebandwurms die Zyste öffnet und der Zysteninhalt in den Körper gelangt, kann es zum akuten anaphylaktischen Schock und zur Bildung neuer Cysten kommen. Bei den Zysten des Echinococcus multilocularis handelt es sich um ein Netzwerk von Schläuchen, die das befallene Organ (Leber, Lunge, Lymphknoten) durchziehen und auch nach Entfernung metastasenartig neue

Cystenschläuche bilden können. Eine Heilung gilt in der Schulmedizin als ausgeschlossen. Es sei bei der Behandlung von fortgeschrittenen Echinococcosen auf die Gefahren des anaphylaktischen Schocks hingewiesen.

10. Askariden und ihre Eier

Die Askariden sind nach den Madenwürmern die weitverbreitetsten Parasiten auf der Erde. Der Mensch wird vorwiegend von der Art *Ascaris lumbricoides* befallen. Askariden liegen ruhig im Dünndarm des Wirts und nähren sich vom Darminhalt. Askariden werden durch das Zappen und das Kräuterrezept zwar tödlich verwundet, aber nicht die Eier, die sie in sich tragen. Innerhalb eines Tages verlassen diese den sterbenden Wurm und verbreiten sich im Körper. Innerhalb von 24 h entwickeln sie sich zu Larven. Bis sich der *Ascaris*-Wurm vollständig zersetzt hat, dauert es ungefähr drei Wochen, währenddessen er immer noch Eier frei setzt, die nicht durch Zappen und Kräuter erreicht werden können, solange sie im Mutterwurm sind. Die Eier sind noch schädlicher als der Spulwurm selbst, denn sie tragen drei sehr wichtige Krankheitserreger in sich, die sich im ganzen Körper verbreiten: *Rhizobium leguminosarum*, *Mycobakterium avium*/intracellulare und das gewöhnliche Erkältungsvirus Adenovirus. Nachtschweiß kann als Folge der freigesetzten Keime auftreten. Solange dieser anhält, ist vom Vorhandensein der Askariden-Eier auszugehen, die sich in 24 h zu Larven entwickeln und den Lebenszyklus von neuem initiieren. Glücklicherweise sind Cystein und ozonisiertes Olivenöl nicht nur in der Lage, Bandwurmcysten zu durchdringen und abzutöten, sondern auch Spulwürmer, wie die Askariden.

11. Cystein und ozonisiertes Olivenöl

Dr. Clark empfiehlt, sich sein ozonisiertes Olivenöl selbst herzustellen. Mit einem entsprechenden Gerät kann man Olivenöl 20 min lang mit Ozon anreichern. Auf diese Weise ozonisiertes Öl ist ca. 2. Wochen wirksam, bis sich das Ozon verflüchtigt hat. Es gibt aber auch ozonisiertes Olivenöl zu kaufen, das über einen längeren Zeitraum ozonisiert wurde und daher wesentlich länger haltbar ist als selbstgemachtes Öl. Zwar bringt die Behandlung laut Dr. Clark keine spürbaren Nebenwirkungen mit sich, sollte aber nicht mehr als nötig durchgeführt werden. Da das ozonisierte Olivenöl als Oxidans wirkt, sollte man während der Behandlung täglich 400 mg Vitamin E zu sich nehmen, aber erst 2-3 Stunden *nach* der Einnahme des Olivenöls (damit die Wirkung nicht neutralisiert wird).

Die Einnahme von L-Cystein kann bei starkem Parasitenbefall Nebenwirkungen haben: Müdigkeit, Appetitlosigkeit, Übelkeit. Daher sollte man zur Einnahme reichlich Wasser trinken und Vitamin C zu sich nehmen. ½ TL Natron sollte vor dem Zubettgehen zur Entsäuerung eingenommen werden. Normalerweise verschwinden die Nebenwirkungen nach wenigen Tagen, können aber bei schweren Fällen eine Woche lang anhalten. Trotz Appetitlosigkeit sollte man Gewichtsverlust vermeiden. Vitamin B₁ (500 mg zu jeder Mahlzeit) dient der Appetitanregung. Cystein hat noch andere positive Wirkungen: es wirkt der allgegenwärtigen Hintergrundstrahlung entgegen. Tierversuche haben gezeigt, daß die Nahrungsergänzung mit Cystein das Leben infizierter Versuchstiere signifikant verlängert hat. Cystein hat auch auf Schwermetalle eine stark entgiftende Wirkung (vielleicht durch den Aufbau von Glutathion). Obwohl eine ständige Nahrungsergänzung mit Cystein sehr sinnvoll ist, sollte man die Einnahme nicht übertreiben. Nach der 3-wöchigen Einnahme von 3 x 1000 mg (einschließlich des abendlichen Natrons) sollte man zumindest eine Woche lang mit der Einnahme pausieren und danach mit kleineren Dosen

fortfahren. Falls nach dieser Zeit immer noch die Symptome nicht vollständig verschwunden sind, sind wohl noch einige besonders resistente Eier oder Bandwurmcysten übriggeblieben. In diesem Fall kann man risikolos die Dosis ozonisierten Olivenöls auf 1 EL verdoppeln, je einen morgens und abends. Laut Dr. Clark überlebt keine Askaride oder Bandwurmcyste diese Behandlung, daher ist eine Wiederholung der Einnahme nicht nötig. Nur durch Neuinfektion können wieder Askariden- oder Bandwurmeier eingeschleppt werden.

Einlauf: Frau Dr. Clark empfiehlt, an drei Tagen hintereinander Einläufe zu machen, wenn der Dickdarm von pathogenen Bakterien und Parasiten befallen ist:

1. Tag: Einlauf mit 1 TL Lugol'sche Lösung auf 1 l körperwarmes Wasser. Möglichst lange halten. Parallel dazu ein ½ Glas Wasser mit 6 Tropfen Lugol'sche Lösung trinken. **(Auf keinen Fall bei Jodallergie!)** Jod tötet gute wie schlechte Darmbakterien. Nur anwenden bei starker Besiedelung mit pathogenen Bakterien.
2. Tag: Einlauf mit 4 TL extra starker Schwarznußtinktur auf 1 Liter körperwarmes Wasser. Parallel dazu 2 – 4 TL extra starke Schwarznußtinktur in einem Glas Wasser trinken. Die Tinktur tötet Parasiten ab, die sich im Dickdarm verstecken. Man kann bei den Einläufen auch auf Jod und Teebaumöl verzichten, wenn der Parasitenbefall im Vordergrund steht.
3. Tag: Einlauf mit 6 Tropfen benzolfreiem Teebaumöl auf 1 Liter körperwarmes Wasser. Parallel dazu ein halbes Glas Wasser mit 5 Tropfen Teebaumöl trinken. Auf diese Weise werden die Parasiten von beiden Seiten angegriffen und getötet.

Behandlungsschema für alle Arten von Parasiten:

1. **Schwarznußtinktur** (siehe Einnahmeplan S. 16/17)
2. **Wermutkapseln** (siehe Einnahmeplan S. 16/17)
3. **Nelkenkapseln** (siehe Einnahmeplan S. 16/17)
4. **Zappen** (siehe Einnahmeplan S. 16/17 und bei Bedarf)
5. **Coenzym Q10:** täglich 400 mg, jeden 5. Tag 3000 mg
6. **L-Cystein:** 3 x täglich 1000 mg (z. B. 3 x täglich 2 x 500 mg Kapseln)
7. **Ozonisiertes Olivenöl:** ½ Eßlöffel morgens und abends

Empfehlenswert sind auch: Ornithin, Arginin, Vitamin C, Vitamin B₁, Vitamin E, Natron.

12. Die Ursachen von HIV/AIDS nach Dr. Clark

Inwieweit Dr. Clarks Aussagen inbezug auf HIV und AIDS stimmen, kann noch nicht ausreichend beurteilt werden, da es kaum Fälle gibt, die dem Naturheilverein gemeldet wurden. In ihrem Buch beschreibt sie 75 Fälle von HIV-Heilungen, von denen 12 mit Laborergebnissen überzeugend belegt sind. Die anderen 63 basieren ausschließlich auf Syncrometer-Testungen und sind daher wissenschaftlich nicht ausreichend dokumentiert.

Die Immunschwäche AIDS wird laut Dr. Clark durch die Ansammlung von Benzol in der Thymusdrüse hervorgerufen. Die verstärkte Benzolansammlung bei immunschwachen Menschen hat verschiedene Gründe: eine vermehrte Aufnahme durch Kosmetikprodukte und Nahrungsmittel,

ein Mangel an Vitamin-B₂, welches nötig ist, um Benzol zu Phenol abzubauen, der Genuß von 4,5 Benzopyrenen, die beim Grillen und Toasten entstehen, und von Zearalenon, das vermehrt in Chips, Popcorn und braunem Reis vorkommt. In der Benzol-vergifteten Thymusdrüse sammeln sich im Laufe der Zeit noch zahlreiche andere Toxine (Quecksilber aus Amalgamfüllungen, Kupfer aus Wasserleitungen, Malonsäure etc.) an, die von der geschwächten Thymusdrüse nicht mehr entgiftet werden können. Als Folge davon sinkt die Produktion der T-Zellen – eine allgemeine Immunschwäche beginnt.

Wenn sich in die geschwächte Thymusdrüse Stadien des Fasciolopsis Buskii einnisten, taucht erstmals das HIV-Virus auf, der laut Dr. Clark ein Virus dieses Parasiten ist und von ihm übertragen wird. Durch die Parasitenstadien und deren Virus wird die Funktion der Thymusdrüse nochmals erheblich geschwächt.

Um das Benzol aus der Thymusdrüse zu entfernen, ist es unbedingt erforderlich, Benzol-verseuchte Produkte (z. B. mit Aromastoffen und Extrakten versehene Lebensmittel, Seifen, Zahnpasten, Marihuana, alle Produkte mit Vaseline, Teebaumölprodukte, Gleitmittel etc.) und die Exposition an Tankstellen (Benzol ist Bestandteil des Benzins) zu vermeiden. Stark fetthaltige Lebensmittel weisen an und in der Nähe von Tankstellen sehr hohe Konzentrationen des lipophilen Benzols auf. Zu vermeiden sind ebenso brauner Reis, Chips und Popcorn, da in diesen häufig das Mykotoxin Zearalenon zu finden ist, welches die Benzolansammlung zu unterstützen scheint. Auch gegrillte und getoastete Lebensmittel sind zu meiden, da sie Benzopyrene enthalten, welche die Entgiftungsfunktion der Leber inbezug auf Benzol schwächen.

Drei weitere wichtige Tips zur Entgiftung von Benzol:

1. Vitamin B2 unterstützt die Entgiftung von Benzol zu Phenol und die Entgiftung von Benzopyrenen (300 mg zu jeder Mahlzeit, solange man krank ist).
2. Höhensonnen meiden, da das ultraviolette Licht Vitamin B₂ zerstört.
3. Der Körper baut Benzol zu Phenol ab, das auch als extrem giftig einzustufen ist. Zur weiteren Entgiftung von Phenol braucht der Organismus Magnesium, um Magnesiumphenylphosphat zu bilden. Einen Teil seines Magnesiumbedarfs kann man z. B. durch eine ½ Tasse Gemüsesaft aus Kopfsalat und Löwenzahn decken, die man mit Grapefruit oder Zitrone mischt. Alles frisch zubereitet, versteht sich.

Dr. Clarks Schlußfolgerungen bezüglich HIV/AIDS:

- HIV wird nicht nur durch Sexual- oder Blutkontakt mit einer infizierten Person übertragen.
- Wer HIV-positiv ist, ist auf dem besten Wege, Krebs zu entwickeln, da beide vom gleichen Parasiten verursacht werden.
- Das HIV-Virus verschwindet mit der Beseitigung des Fasciolopsis Buskii, was allerdings noch lange nicht den AIDS-Kranken gesund werden läßt. Denn:
- Benzol spielt eine ebenso große Rolle wie HIV. Es hat den Thymus nachhaltig geschwächt und dem Virus den Weg gebahnt.
- AIDS läßt sich nur durch eine intensive Entlastung des Immunsystems heilen, d.h. Zahnsanierung, richtige Diät, keine Gifte in Körperpflege und Haushalt.

14. Malonsäure

Laut Dr. Clark spielt die Malonsäure und deren Derivate bei Krebs und AIDS eine entscheidende Rolle. Näheres dazu erfahren Sie im 9. Vereinsrundbrief.

15. Nahrungsergänzung nach Dr. Clark

Neuste Informationen finden Sie im 9. Vereinsrundbrief.

16. Was bewirken Dr. Clarks Nahrungsergänzungsmittel?

Aminosäure Komplex: Aminosäuren bilden die Bausteine von Eiweißen. Alle Aminosäuren müssen im richtigen Verhältnis vorhanden sein, um die nötigen Körpereiwieße zu bilden. Da der Mangel einer Aminosäure die Wirkung der anderen beeinträchtigt, ist es wichtig, für eine ausgewogene Einnahme zu sorgen. Für einen optimalen Stoffwechsel der Aminosäuren im Körper sind Vitamine wie B 6, B12 und Niacinamid (Vitamin B3) unentbehrlich. Dr. Clark empfiehlt die zusätzliche Einnahme folgender Aminosäuren: Asparaginsäure, Glutaminsäure, Glyzin, Methionin, Taurin, Lysin, Ornithin und Arginin. Diese können einzeln oder in einem geeigneten Komplex-Präparat genommen werden.

Cat's Claw: In Mittel- und Südamerika wird diese Kletterpflanze für die Behandlung von Arthritis, innere Infektionen, zur Wundheilung und bei bestimmten Formen von Krebs (Darm) verwendet. Cat's Claw (Lat. *Uncaria tomentosa*) ist ein starkes Anti-Oxidans, der freie Radikale beseitigt und dadurch Zellalterung entgegenwirkt und das Immunsystem anregt. Die Pflanze erhöht den Widerstand und ist entzündungswidrig. Die Wurzel kommt zum Einsatz bei bakteriellen und viralen Infektionen, Herpes, Harnwegsinfektionen, Gelenkentzündung und bei der Entgiftung nach einer Antibiotikakur. Die empfohlene Dosierung ist 2 mal täglich 500 mg.

Cholin: wichtig für Stoffwechsel und Transport von Fetten und Cholesterin, für Nervenfunktion und die Bildung von Lecithin. Baustein von Acetylcholin.

Chrom: Chrom ist ein Spurenelement, welches in verschiedenen Enzymsystemen benötigt wird. Auch spielt es eine Rolle bei einem organischen Komplex, Glukose-Toleranzfaktor (GTF) genannt, der gemeinsam mit Insulin für einen normalen Glukoseverbrauch sorgt. Chrom ist für den Wachstumsprozess und die Eiweißsynthese wichtig, hilft den Blutdruck zu senken, beugt Bluthochdruck und das Entstehen von Diabetes vor. Chrompiccolinat, eine gut aufnehmbare Form von Chrom, wird im allgemeinen in einer Dosierung von 200 mcg verwendet.

Coenzym Q10: Q10, ein wirkungsvolles Anti-Oxidans, dient dem Zellschutz, ist essentiell für die Energiegewinnung der Zelle und unterstützt die Malonsäureentgiftung. Da Herzzellen einen besonders hohen Energie- und Q10-Bedarf haben, wird Q10 bei Herzschwäche empfohlen. Laut Dr. Clark werden Bandwurmeier, die im Zentrum von Tumoren immer zu finden sind, durch Q10 in einer hohen Dosierung (mindestens 400 mg) abgetötet. Am ersten und danach an jedem fünften Tag sollen 3 Gramm Coenzym Q10 auf nüchternen Magen vor dem Frühstück eingenommen werden, in den Tagen dazwischen 400 mg täglich.

L-Cystein: Cystein ist eine körpereigene Aminosäure. Nach den neusten Erkenntnissen von Dr. Clark ist die Einnahme von Cystein-Kapseln wirksam gegen Askariden und Bandwürmer in einer Dosierung von 3 mal täglich 2 Kapseln für 3 Wochen. In einer Dosierung von 3 mal täglich 1 Kapsel unterstützt Cystein die Malonsäureentgiftung und Schwermetallausleitung. 1 Kapsel = 500 mg.

Darm-, Leber- und Nierenreinigungskuren: Die Unterstützung des Darmes und der Entgiftungsorgane (Leber und Nieren) ist bei der Anwendung der Parasitenkur sehr wichtig. Tote Parasiten und Bakterien sorgen für eine

erhöhte toxische Belastung dieser Organe. Die von Clark entwickelte Darm- und Nierenreinigungskur können gleichzeitig mit der Parasitenkur durchgeführt werden. Danach kann man die eintägige Leberreinigung anwenden. Die Kuren werden in Dr. Clarks Bücher beschrieben. Selbst nach dem Verschwinden der Krankheitssymptome ist es ratsam, die Nieren- und Leberreinigung zweimal jährlich zu wiederholen. Darmdysbiosen sind wirkungsvoll mit dem Darmprogramm nach Dr. Clark zu behandeln.

Folsäure: Vitamin B-Gruppe. Die wichtigste Funktion von Folsäure ist die DNA-Synthese. Ein Mangel verursacht eine Verlangsamung der Zellteilung. Stagnation der Zellteilung erfolgt zuerst bei sich schnell teilenden Zellen, wie Blutzellen und Darmwandzellen. Folsäure bietet Schutz bei Eingeweideparasiten. Folsäure wird auch vorbeugend gegen Mundkrebs eingesetzt. Es stimuliert den Appetit bei Erschöpfung und ist gewissermaßen schmerzlindernd. Der Bedarf an Folsäure ist während der Schwangerschaft beachtlich höher. 1 mal täglich 400 mg erfüllt den täglichen Bedarf.

Reduziertes L-Glutathion: Glutathion ist ein Protein, welches aus den Aminosäuren Cystein, Glutaminsäure und Glycin in der Leber gebildet wird. In seiner reduzierten Form ist Glutathion das wichtigste intrazelluläre Antioxidans: es bremst die Produktion von freien Radikalen (z. B. durch Rauchen, Strahlen- und Chemotherapie) und schützt gegen die durch sie verursachten Zellschäden. Glutathion entgiftet Leber und Körper von Schwermetallen (Schwermetallausleitung) und Drogen und kann als unterstützendes Hilfsmittel bei der Behandlung von Blut- und Leberkrankheiten eingesetzt werden. Wegen seiner wichtigen Rolle im Immunsystem ist es besonders wichtig für AIDS-Kranke. Glutathion wird inzwischen vielerorts als complementäres Krebsmittel verwendet. Neben seiner entgiftenden Wirkung spielt es auch eine Rolle im Kampf gegen Bakterien, die am Krebsgeschehen maßgeblich beteiligt sind. Wo Glutathion vorhanden ist, sind laut Dr. Clark keine Bakterien in der Zelle zu finden.

Um die von Malonsäure (erzeugt von Bandwurmlarven, vorkommend in z.B. Kunststoffüllungen und malonsäurehaltigen Nahrungsmitteln) verursachten Schäden zu beheben, nehmen Schwerkranke täglich 3 x 2 Kapseln 20 Minuten vor den Mahlzeiten, 1 x 1 bei Gesunden. 1 Kapsel = 500 mg.

Kalzium: Kalzium ist für Knochen und Zähne unentbehrlich. Ein Mangel führt zu Osteoporose, die am häufigsten vorkommende stoffwechselbedingte Knochenerkrankung. Kalzium und Magnesium sorgen gemeinsam für ein vitales Herz und gesunde Blutgefäße. Es ist nötig für einen regelmäßigen Herzschlag, einen guten Wach-Schlafrythmus (gegen Schlaflosigkeit), die Aufnahme von Eisen und für die Reizübertragung im Nerven- und Muskelsystem. Kalzium ist für die optimale Aufnahme von Vitamin B12 erforderlich. Die täglich empfohlene Menge liegt zwischen 800-1200 mg.

Lugol'sche Lösung: Lugol's Jodlösung tötet wirkungsvoll Salmonellen und andere Bakterien ab, wirkungsvolles Desinfektionsmittel. Nicht über längere Zeit einnehmen. Dies kann zu Allergien führen und zu einer Überfunktion der Schilddrüse. **Auf keinen Fall anwenden bei Jodallergie!**

Magnesium: Das Anti-Stress-Mineral ist essentiell für die Funktion vieler Enzyme und die Muskel-, Herz- und Nervenfunktion. Es wird unter Stress vermehrt verbraucht und benötigt. Es beugt wirkungsvoll Herzerkrankungen und – zusammen mit Calcium – der Osteoporose vor. Magnesiummangel führt zu Schlaflosigkeit, Verwirrtheit, leichte Erregbarkeit, beschleunigtem Herzschlag, Herzrhythmusstörungen, Müdigkeit, Verdauungsschwäche und zahllosen anderen Symptomen. Zusammen mit Vitamin B 6 löst es Oxalatsteine in der Niere auf.

Multi-Vitamin-Komplex: Um die Einnahme von zu vielen einzelnen Vitaminen zu vermeiden, kann man zu einem Multi-Vitamin-Komplex greifen, der die einzelnen Vitamine in einer sinnvollen Zusammensetzung enthält. Das Präparat sollte auf Schadstoffe getestet sein.

Rascal: Das pflanzliche Kombinationspräparat Rascal wird erfolgreich angewendet gegen einige Arten von hartnäckigen Parasiten, wie der Bandwurm und seine Zysten, die mit der Parasitenkur alleine nicht getötet

wurden. Neuerdings empfiehlt Dr. Clark verstärkt Coenzym Q10, Cystein und ozonisiertes Olivenöl. Rascal wird 20 Tage eingenommen in einer Dosierung von 4 Kapseln 3 mal täglich vor den Mahlzeiten. Wiederholen Sie die Behandlung so oft wie nötig. Bleiben Sie gleichzeitig bei der regulären Parasiten-Dauerbehandlung.

Silberkolloide: Kolloidales Silber oder Silberkolloide ist reines metallisches Silber in sub•mikroskopischen Kolloiden von wenigen Atomen, die in reinem Wasser in Ionenform schweben. Silber im kolloidalen Zustand ist stark keimtötend, unschädlich für den Menschen und nicht•giftig. Im Gegensatz zu chemischen Zusammensetzungen kann Silber im kolloidalen Zustand in einer wesentlich höheren Konzentration eingenommen werden, und das mit weitaus besseren Resultaten.

Schimmel, Viren und Bakterien (Streptokokken, Staphylokokken, etc.) werden in vier bis sechs Minuten mit kolloidalem Silber in einer Lösung von nur 5 ppm (5 Teile per Million) abgetötet. Es kommt zu keiner Resistenzbildung wie bei Antibiotika. Auch bei höheren Konzentrationen sind keine Nebenwirkungen bekannt. Kolloidales Silber kann örtlich auf Schnittwunden, Schürfwunden, Warzen und offene Geschwüre, bei Hautkrebs, Ekzemen, Akne, Mückenstichen oder anderen Hautproblemen eingesetzt werden. Kolloidales Silber kann auch innerlich angewendet werden. Es kann in die Lunge inhaliert, in die Nase gesprüht und in die Augen getropft werden.

Mit einem SilverMaker kann man sich selbst Silber zu Hause herstellen, frisch und zu einem sehr günstigen Preis.

Stevia: Steviapulver wird bereitet von Stevia rebaudiana, ein Kraut aus der Chrysanthemenfamilie. Dieses grüne Kräuterpulver schmeckt etwa 10 •15 Mal süßer als Haushaltszucker. Es gilt jedoch als nicht•kalorisch und erhöht den Blutzuckerspiegel nicht. Stevia hat keinen schlechten Einfluß auf das Gebiß. Es hat sich herausgestellt, daß Stevia gerade eine hemmende Wirkung auf die Neubildung von Plaque (Zahnbelag) hat. Stevia ist äußerst hitzebeständig und wird als Kräuterzusatz in Tee und anderen Getränken sowie zum Kochen und Backen verwendet.

Thioctacid (Liponsäure): Sowohl durch die antioxidativen Eigenschaften als auch das Vermögen, Schwermetalle zu eliminieren, eignet sich die Liponsäure hervorragend für die Leberentlastung. Liponsäure entgiftet Schwermetalle durch Chelat-Bindung. Auch kann es bei akuten und chronischen Vergiftungen durch Quecksilberchlorid, Arsenbenzol, Kohlenstofftetrachlorid und Lösungsmitteln angewendet werden. Eine Dosis von 100 ml täglich ist für gesunde Personen empfehlenswert. In der Behandlung kranker Menschen und während der Parasitenkur empfiehlt Dr. Clark eine Dosierung zwischen 300 und 1000 mg täglich. Nebenwirkungen gibt es auch bei diesen Dosierungen nicht.

Zink: Zink ist ein essentielles Spurenelement. Es reguliert wichtige Körperprozesse wie die Eiweißsynthese, die Stabilität des Blutzuckergehaltes und das Säure-Base-Gleichgewicht. Weiterhin hat es einen günstigen Effekt auf die geistige Aufmerksamkeit, Lernfähigkeit und Gedächtnisleistung. Zink ist essentieller Bestandteil vieler Enzyme und sehr wichtig für das Funktionieren des Immunsystems. Zink beschleunigt die Heilung von inneren und äußeren Wunden. Eine verminderte Aufnahme von Zink und Zinkmangel können durch Parasitenbefall und Schwermetallbelastung entstehen. Bei hohen Dosierungen von B6 oder bei Diabetes ist eine Ergänzung mit Zink notwendig. 60 mg pro Tag ist ausreichend.

Vitamin B-Complex: Die Gruppe der B-Vitamine ist wichtig für Nervensystem, Gehirnfunktion, Haut, Augen, Haare und Leber.

B-Vitamine sind Coenzyme, welche für die Energieproduktion wichtig sind. Sie können auch bei Depressionen und Angstzuständen angewendet werden. Ausreichende Aufnahme der B-Vitamine ist vor allem bei älteren Menschen wichtig, weil bei zunehmendem Alter die Aufnahme abnimmt. Der menschliche Organismus kann die B-Vitamine selbst produzieren, wobei u.a. Darmbakterien eine Rolle spielen. Da diese Bakterien bei einer antibiotischen Behandlung absterben, kann das die Ursache für Vitamin-B-Mangel bilden.

Im allgemeinen wird empfohlen, die B-Vitamine zusammen in einem bestimmten Mengenverhältnis

einzunehmen, aber bei bestimmten Krankheitsbildern kann die Dosierung eines einzelnen B-Vitamins zwei bis drei mal höher liegen. Clark empfiehlt eine Dosierung von 3 mal täglich 50 mg Vitamin B-Complex.

Vitamin B2 (Riboflavin): Spielt eine Rolle bei der Zellatmung, Blutzellenbildung und Abwehrzellenbildung. Es unterstützt die Entgiftung (die Umwandlung von Benzol zu Phenol). Ein Mangel an Vitamin B2 kann Schäden an Lippen, Zunge, Mundschleimhaut, Haut, Augen und am zentralen Nervensystem verursachen. Besonders in der Schwangerschaft ist auf eine ausreichende Versorgung zu achten. In „Heilung ist möglich“ rät Clark eine Dosierung von 300 mg zu jeder Mahlzeit an. Bei Kranken 3 x täglich 900 mg.

Vitamin B3 (Niacin, Niacinamid, Nicotinamid) 500 mg: Vitamin B3 sorgt für eine gute Blutzirkulation und eine gesunde Haut. Dieses Vitamin wirkt als Coenzym im Kohlenhydratstoffwechsel, intensiviert die energieliefernden Prozesse in den Zellen und unterstützt das Nervensystem und das Gedächtnis. Niacinamid in einer Dosierung von 500 mg neutralisiert zu einem großen Teil die toxische Wirkung des Alkohols in der Schwarznußtinktur, doch hat es keinen Einfluß auf die parasitentötende Wirkung der Tinktur.

Vitamin B5 (Pantothersäure): Das sog. „Anti-Stress-Vitamin“ ist wichtig für die Zellbildung, hat eine positive Wirkung auf die Nebennieren, die Energiegewinnung aus Kohlenhydraten und Fetten. Es fördert die Antikörper-Synthese, die Wundheilung und die Herstellung von Neurotransmittern im Nervensystem und wirkt Infektionen entgegen. Es verringert den postoperativen Schock sowie die negativen Effekte von Antibiotika. 500 mg am Tag ist eine wirkungsvolle Dosierung.

Vitamin B6 (Pyridoxin): Pyridoxin wird für eine Unzahl von Körperfunktionen benötigt. Es dient sowohl der körperlichen (Zellstoffwechsel, Ionengleichgewicht, RNA/DNA-Synthese) als auch der geistigen Gesundheit (Nervensystem). Es ist wichtig für die Bildung von Antikörpern und roten Blutkörperchen, unterstützt die Leber- und Nierenfunktionen und beugt Arteriosclerose vor. Clark empfiehlt die tägliche Einnahme von B6 und Magnesium zur Vorbeugung von Oxalatsteinbildung in der Niere. 250 mg täglich wird von Dr. Clark angeraten.

Vitamin B12 (Cyanocobalamin): Essentiell für die Bildung roter Blutkörperchen, die Energieproduktion, das Nervensystem, die Fruchtbarkeit, die Konzentration, das Gedächtnis und das Gleichgewichtsgefühl. Vitamin B12 ist gemeinsam mit Folsäure an der DNA-Synthese beteiligt. Ein Mangel führt zu Blutarmut und einer Senkung des Sauerstoffgehalts. Ein Mangel an B12 und die daraus resultierende Anämie wird nicht selten von Parasitenbefall (vor allem Bandwürmern) verursacht! Die Anwesenheit von Kalzium ist für eine gute Aufnahme von B12 erforderlich.

Vegetarier leiden nahezu immer an B12-Mangel, da dieses Vitamin in pflanzlicher Kost nicht vorkommt. Es ist ratsam, seinen B-12-Bedarf über Spirulina-Alge (mit Abstand höchste natürlich vorkommende B-12-Konzentration) zu decken.

Vitamin C (Ascorbinsäure): stärkt das Immunsystem, beugt der Arterienverkalkung vor, senkt den Cholesterinspiegel und ist das bedeutendste extrazelluläre Antioxidans und schützt so gegen krebserregende Stoffe und deren Bildung. Es unterstützt die Entgiftung von Pilzgiften in der Leber. Weiterhin wirkt es schimmelhemmend und zerstört laut Dr. Clark sogar Aflatoxin. Bei Infekten, Streß, Zigarettenkonsum und Einnahme der Pille sowie im Alter steigt der Vitamin-C-Bedarf beträchtlich und kann durch die Ernährung nicht gedeckt werden.

Reine Ascorbinsäure ist sauer und in hohen Dosen nicht gut magenverträglich. Es ist daher sinnvoll, es zusammen mit Magnesiumcarbonat einzunehmen. Dies puffert die Säure der Ascorbinsäure. Aus der Vitamin-C-Forschung ist auch bekannt, daß das Anti-Stress-Mineral Magnesium die Vitamin-C-Wirkung steigert und der Bildung von Nierensteinen vorbeugt, die durch den Verzehr hoher Vitamin-C-Mengen begünstigt werden kann. In der Natur kommt Vitamin C immer kombiniert mit Bioflavonoiden und Rutin (Gefäßschuttfaktor) vor, die eine wichtige Rolle bei der Verwertung der Ascorbinsäure spielen. Nehmen Sie zu jeder Mahlzeit einen viertel Teelöffel (1 Gramm) ein. Fügen Sie Obstsaften und Essen im Kühlschrank einen achteil Teelöffel Vitamin C-Pulver hinzu. **Achten Sie beim Kauf darauf, daß das Vitamin C von Hoffmann-la-Roche stammt.** Alle anderen Hersteller enthalten Spuren von Thallium.

Vitamin E 400 I.E.: Wichtig für die Blutzellenbildung, Blutgefäße, Sauerstoffversorgung, Muskeln, Herzmuskel und die Gesundheit der Zelle im allgemeinen. Es wirkt in hohen Mengen schmerzlindernd und entzündungshemmend. Vitamin E ist ein sehr wichtiges Antioxidans (Synergieeffekt mit Vitamin C) und verhindert vor allem die Oxidation von ungesättigten Fettsäuren. Bei Mangelercheinungen ist eine Dosierung von 1 mal täglich 1 Tablette oder Kapsel von 400 I.E. indiziert.

Vitamin D: Käuflche Präparate sind alle zu verseucht. Vitamin D kann unter Sonnenbestrahlung (UV-Licht) vom Körper selbst hergestellt werden.

Ein Mangel an bestimmten Vitaminen kann zu sehr ernsthaften und meist unspezifischen Krankheitssymptomen führen. Allgemein gilt: Kranke und alte Menschen haben einen deutlich erhöhten Vitamin-Bedarf und leiden meist an starkem Vitamin-Mangel. Sie sollten daher Ergänzungsmittel nehmen. Im allgemeinen sollte man vitalstoffreiche Kost (frisches Obst und Gemüse) zu sich nehmen – ein wichtiger Garant für eine gute Gesundheit.

Mehr Informationen über Dr. Clarks neuste Empfehlungen und Nahrungsergänzungsmittel finden Sie im 9. Vereinsrundbrief.

17. Zahnsanierung

Näheres hierzu erfahren Sie im 9. Rundbrief und auf Seite 30-36 dieses Bandes.

18. Vorbeugen ist besser als Heilen

Bei Krebskranken wie auch allgemein bei Schwerkranken sind im Regelfall zahlreiche krankheitsauslösende Faktoren zu finden. Der Gegenwartsmensch der Industrienationen mit oft depressiv-dysphorisch oder aggressiver Grundstimmung, saurem Stoffwechsellmilieu, der in 60 % an Darmpilz und an Helicobacter leidet, häufig eine Hepatitis oder eine Epstein-Barr-Virus-Infektion durchgemacht hat, dessen Zähne mit Amalgam oder anderen toxischen Metallen saniert sind, der seine Parasiten nicht kennt, sich falsch ernährt, Nikotin und Alkohol konsumiert, ist für Krebs und andere schwere Erkrankungen sicherlich disponiert.

Bei der Früherkennung von Dispositionsfaktoren können bioenergetische Diagnoseverfahren, wie die Elektroakupunkturmethode nach Voll (EAV), der Syncrometer und die Bioelektronik Vincent (BEV), hilfreich sein. Mit diesen Untersuchungsmethoden kann die Vielzahl krebserzeugender Noxen wie Parasiten, Pilze, Viren, Bakterien, Schadstoffe und deren Lokalisation wie auch die allgemeine Stoffwechsellage leichter, schmerzloser und kostengünstiger erkannt werden. Sowohl das rechtzeitige Erfassen von Parasiten-, Pilz-, viralen und bakteriellen Infektionen, von Schadstoffen, von IgE-, IgM- und IgG-Parametern als auch die Lymphozytendifferenzierung und die Kontrolle des Urin-pH-Wertes, insbesondere die Hinzuziehung von bioenergetischen Diagnoseverfahren, ermöglichen exaktere und frühzeitige Diagnosen und umfassendere Therapievorschläge. „Vorbeugen ist besser als Heilen“ - ein derartiger Vorsatz im Sinne von Paracelsus und Kneipp wäre für Patient und Arzt heilsam. Dr. Clarks Hinweise und Anregungen sind dabei ein wichtiger Teil einer ganzheitlich, prophylaktisch ausgerichteten Medizin. Ein ganzheitlich arbeitender Arzt oder Heilpraktiker kann dabei eine sehr wichtige „Hilfe zur Selbsthilfe“ leisten. Für weitere Informationen können Sie sich gerne an einen der Therapeuten

unseres Therapeutennetzes wenden.

19. Die geistig-seelische Dimension

Bei aller Diagnostik ist es entscheidend, die geistig-seelische Dimension von Krankheit im Auge zu behalten. Krankheit als Hinweis der Natur oder Gottes, daß man sich von höheren Lebensprinzipien entfernt hat. Sie ist ein Appell zur Veränderung, und das damit einhergehende Leid dient als Stimulus zur schnellen Rückkehr in die Harmonie der Schöpfung. Das Bewußtwerden über die Sinnhaftigkeit und Bestimmung des eigenen Lebens verleiht Lebensenergie, ebenso wie das Gefühl der Sinnlosigkeit uns diese raubt. Aus der Psychoneuroimmunologie ist die enge Vernetzung von psychischem Befinden und körperlicher Gesundheit hinlänglich bekannt. Wer sein Seelenleben also vernachlässigt, wird krank. Spirituelle Entfaltung und Erfüllung ist essentiell für die Heilung der Seele und des Körpers.

Der Mensch als Schädling Nr. 1 muß sich kritisch hinterfragen lernen. Wir Menschen stören durch Hybris, Nichtwissen, Herzlosigkeit und Bequemlichkeit mehr und mehr das biologische Gleichgewicht. Indem wir selbst immer mehr zum schädlichen Parasiten werden, nimmt in der Umwelt Negatives zu, Positives ab. Unser Immunsystem ist nicht mehr in der Lage, die Balance aufrecht zu erhalten. Die eigene aktive Kenntnisbereicherung und Konsequenz beim Willen zur Gesundung, nicht zuletzt das Gebet, das die Seele bereichert, das Immunsystem stimuliert und uns göttliche Heilkraft verleiht, sind entscheidende Faktoren bei der Überwindung und Verarbeitung von Krankheiten.

Amalgam – eine toxische Notlösung auf Krankenschein?

(Dipl. Stom. C. R. Amlacher, Zahnärztin & Heilpraktikerin)

Amalgam, Späne aus verschiedenen Metallen, werden mit flüssigem Quecksilber zu einer plastischen Masse verrührt und in die präparierte Kavität des Zahnes gebracht. Die Zähne sind Teile eines lebenden Organismus, sie werden durch Blutgefäße, Lymphgefäße und Nerven versorgt. Genauso wie die Atmung, die Aufnahme der Nahrung, der Kontakt mit Fremdstoffen über die Haut ist der Zahn eine Kommunikationsebene zwischen der internen Ebene zur externen. Es ist wohl unumstritten, daß sowohl über den Speichel als Elektrolyt, als auch über die Flüssigkeit in den Dentinkanälchen als Elektrolyt, ein Ionenfluß stattfindet. Dadurch werden Moleküle aus dem Verbund im Amalgam herausgelöst und gelangen in die internen Flüssigkeitsräume und Zellen. Das Immunsystem wird durch das Erkennen dieser „fremden“ Moleküle aktiviert und der Körper wird versuchen, alle Schwermetalle abzapuffern und auszuscheiden. Dieser Prozeß kann nur gelingen, wenn das Immunsystem gesund ist und nicht durch andere Störfaktoren beeinträchtigt wird. Die vom Körper gebildete Molekülform, in die das Quecksilber und die anderen Schwermetallionen eingebunden werden, ist entscheidend für die Immunaktivität, z.B. ist Methylquecksilber sehr viel toxischer. Zu den Störfaktoren gehören, wie schon in meinem vorigen Artikel zusammengestellt, **5 wichtige Stressfaktoren: • Emotionen • Elektromagnetische und Geopathische Felder • Parasiten • Toxine • Zahnherde.**

Ist das System - der Mensch, der Patient - durch einen oder zwei dieser Störfaktoren belastet, wird

das Amalgam eine weniger starke Wirkung im System haben, sind jedoch alle Faktoren oder einige im System wirksam, ist die Toxizität der Schwermetalle um ein Vielfaches größer. Es hängt also von der Toleranzbreite des Systems ab, ob ein Mensch / Patient durch Amalgam oder andere metallische dentale Werkstoffe erkranken kann.

Unser kybernetisches System - der Organismus - ist nur begrenzt belastbar, leider werden wir von Faktoren, die wir kaum beeinflussen können, schon so stark belastet, daß wir jede zusätzliche Last abwerfen sollten, bevor wir dadurch erkranken. Als logisch denkender Mensch kommt man nun zu folgendem Schluß:

Amalgam darf niemals eine Notlösung sein !

Schwermetallwirkung

Quecksilber, Hg, ist bei Zimmertemperatur flüssig, kann also leicht verdampfen, was besonders wichtig ist bei der Entfernung des Amalgams aus den Zähnen. Anorganisches Hg wird besonders in der Niere abgelagert. Spuren des toxischen Quecksilbers werden im Mundraum und im Darm durch den Kontakt mit Bakterien in organische Quecksilberverbindungen umgewandelt, die sich infolge ihrer Fettlöslichkeit in bestimmten Geweben anreichern, z.B. Leber, Kieferknochen, Knochengewebe allgemein, Drüsengewebe, Nervengewebe (vor allem im Gehirn). Diese organischen Hg-Verbindungen sind viel giftiger als anorganische Hg-Verbindungen und können nur sehr schwer ausgeschieden werden. Die chronische Quecksilbervergiftung zeigt sich klinisch unspezifisch, d.h. ein komplexes Symptomenbild kann sichtbar werden. Wie : chronische Müdigkeit, Mattigkeit, Kopfschmerzen, Gelenkschmerzen, Schleimhautentzündungen (z.B. Darm, Mund), Durchfall, Albuminurie, Angstzustände, Depressionen, Schlaflosigkeit, Gedächtnisschwäche, Parästhesien u.a.m.) Die individuelle Symptomatik ist abhängig, welche **Co-Faktoren** im ganzheitlichen System bestehen (z.B. Parasiten), d.h. welche Priorität wird dem Amalgam zugeordnet, ist Amalgam der Hauptstressfaktor.

Die Ausleitung chemischer Moleküle wird erheblich beeinflusst durch den im Organismus bestehenden Verdrängungswettbewerb an den Rezeptoren.

Die essentiellen Metallionen (z.B. Zink, Calcium, Magnesium, Kupfer) werden im biochemischen Stoffwechsel für die Aktivierung von hunderten Enzymsystemen benötigt: z. B.

- **Kupfer ist in roten Blutkörperchen und Enzymsystemen**
- **Selen wird in der Schilddrüse gebraucht**
- **Zink im Immunsystem**
- **Magnesium in weißen Blutkörperchen und Enzymsystemen**

Bei dem Prozeß einer Vergiftung durch Schwermetalle werden die Rezeptorplätze an den Enzymsystemen durch die Schwermetallionen besetzt, so daß eine Inaktivierung des ganzen Systems die Folge ist. z.B. verdrängt Quecksilber das zur Enzymfunktion unabdingbare Katalysator-Atom des Kupfers aus seiner Bindung innerhalb des Enzyms – das Enzym wird unwirksam; Organisches Hg zerstört die Enzyme, z.B. Kollagenase, Proteinase, die kollagene Grundsubstanz nimmt zu, es entsteht eine Fibrose im Gewebe. Eine Fibrose bedingt einen Stoff- u. Informationstransferstau, lebenswichtige Stoffwechselprozesse werden für die Organe vermindert. Es entsteht ein histomorphologisches Bild, was dem eines Tumorgewebes ähnelt. Die Reaktivierung von Enzymsystemen ist eine wichtige Voraussetzung der Schwermetallentgiftung.

Schwermetallausleitung

Sekundäre Organopathien haben ihren Ursprung immer in der Veränderung des Stoffwechsels im mesenchymalen Gewebe. Erste Störungen in diesem Bereich können jedoch durch schulmedizinische Laboruntersuchungen nicht festgestellt werden, anerkannte Nachweisverfahren beziehen sich nur auf das Parenchym (Funktionsgewebe der Organe), eine Frühdiagnostik ist somit nicht möglich. Es steht die Forderung im Raum, die Diagnostik zu erweitern, um im frühesten Stadium, der pathologischen Veränderung im extrazellulären mesenchymalen System (im Bindegewebe) die geringste Störung zu erfassen.

Dafür ist notwendig, durch ein entsprechendes bioenergetisches Verfahren festzustellen, wie, wo und wie stark die Vergiftung im Körper fortgeschritten ist. Die Störung im interstitiellen Mesenchymgewebe ist als entscheidend für einen Krankheitsbeginn des gesamten Organsystems anzusehen.

Die Ausleitung der Schwermetalle wird in fünf grundlegenden Etappen durchgeführt:

1. Phase Diagnostik zur Indikation der Amalgamsanierung

- n schulmedizinische Testverfahren
- n bioenergetische Testverfahren
- n Beschwerdebild des Patienten
- n Befindlichkeit des Patienten , Lebensqualität
- n Persönlichkeit des Patienten

2. Phase Vorbehandlung des Patienten, Festlegen der Prämedikation durch

- n Bioenergetische Testverfahren

3. Phase Amalgamentfernung - Protokoll

- n ausschließlich mit spezieller **Quecksilbermaske**, wenn möglich Sauerstoffzufuhr
- n ausschließlich mit **Spezialabsaugern**
- n **alle** Füllungen in 1 Sitzung, jedoch nur dann, wenn alle Punkte dieses Protokoll eingehalten werden können (d.h. Quecksilbermaske, Spezialabsauger etc.) Falls diese Schutzmaßnahmen nicht vorhanden sind, darf das Amalgam nur in größere Intervallen entfernt werden, um eine Überbelastung des Organismus zu vermeiden.
- n Ersatzmaterial : **kein Metall**, sondern Unterfüllung + **Translit** als Füllmaterial für 3-5 Jahre
(Dauer bei 16 Füllungen etwa 3-4 Stunden)

4. Phase Schwermetallausleitung

- n durch bioenergetische Testverfahren ermitteltes Ausleitungsprotokoll
- n bei chronischen Erkrankungen direkt nach der Entfernung intravenös 5ml DMPS + 5 ml konservierungsmittelfreies Anästhetikum

⌋ Ausleitungsprotokoll läuft zwischen 6 Monaten und Jahren, je nach Beschwerdebild des Patienten

Bitte alles testen mit feinenergetischen Verfahren!)

5. Phase Nachbehandlung

⌋ bioenergetische Testverfahren und das Beschwerdebild des Patienten bestimmen den Weg der Ausleitung

Eine gute Dokumentation ist die Grundlage für eine wissenschaftliche Qualitätssicherung. (Ausbildung in Theorie und Praxis für o.g. Protokoll: Dipl. Stom. C. R. Amlacher, Bunsenstr. 1, 35037 Marburg)

Amalgam-Entgiftung

Amalgam-Entgiftung nach Dr. Klinghardt

- 1) Lebermittel
- 2) Nierenmittel
- 3) Chlorella-Algen, Bärlauch
- 4) Koriander zur Entgiftung des Nervensystems

Es gibt wenige Ärzte, die sich gründlicher mit der Problematik der Amalgamvergiftung und -Entgiftung beschäftigt haben als Dr. Klinghardt, der Begründer der Psychoneurokinesiologie. Daher wollen wir kurz das *sanfte Entgiftungskonzept* vorstellen, das er in vielen Jahren seiner ärztlichen Tätigkeit erarbeitet hat:

Durch das Amalgam werden vor allem die primären Entgiftungsorgane Niere und Leber stark in Mitleidenschaft gezogen. Daher müssen sie bei einer Amalgamausleitung unbedingt in ihrer Funktion unterstützt werden.

- 1) Lebermittel (z. B. Leberkräuter Dr. Clark, Hepatica von Nestmann)
- 2) Nierenmittel (z. B. Solidago, Clark-Nierenreinigung, Basenpulver mit Citraten)

Wenn die Leber das Quecksilber ausscheidet, gelangt dieses über die Gallengänge in den Darm. Wird das Quecksilber dort nicht ausgeschieden, wird es von der Darmschleimhaut rückresorbiert und gelangt wieder in die Leber (enterohepatischer Kreislauf). Von der Süßwasser-Mikroalge Chlorella ist bekannt, daß sie durch ihre Zellmembran wie ein Schwamm Schwermetalle aufnehmen und ausleiten kann. Chlorella bindet alle toxischen Schwermetalle, wie Cadmium, Nickel, Blei, Gold, Platin, Paladium, Quecksilber und darüber hinaus auch gängige Umweltgifte, wie Dioxin, Formaldehyd und Pestizide. Durch ihre Aminosäuren scheint Chlorella Schwermetalle im Bindegewebe zu mobilisieren. Das mobilisierte Quecksilber wird im Darm durch die Zellmembran der Chlorella gebunden und ausgeschieden. Wenn man zu geringe Dosen nimmt, wird mehr Quecksilber mobilisiert als resorbiert und ausgeschieden werden kann, und es kann zu Symptomen wie Kopfschmerzen, Übelkeit, Muskelschmerzen, Einschlafstörungen und Blähungen kommen.

Clark's Nierenreinigung (auch Leberreinigung) können Schwermetalle in großen Schüben mobilisieren! Daher empfiehlt Dr. Clark vor den Kuren eine Amalgam-Entfernung und Amalgam-Ausleitung mit Liponsäure (Thiocacid). Bei einer Amalgam-Belastung sollte mit den Clark-Nierenkräutern Chlorella und/oder **Liponsäure** eingenommen werden. Da Schwermetalle

reaktionsfreudiger (toxischer) im sauren Medium sind und Clarks Nierenkräuter viele Säuren freisetzen, sollte parallel eine **Basenpulver auf Citrat-Basis** genommen werden

Klinghardt empfiehlt folgendes Einnahmeschema zur Amalgam-Ausleitung:

- 3) Chlorella: Man beginnt mit 2 Tabletten pro Tag und steigert auf 4, dann 6 Tabletten. 6 Tabletten sollten regelmäßig über einen längeren Zeitraum eingenommen werden. An den Entgiftungssymptome kann man ersehen, welche Menge man weiterhin regelmäßig nehmen sollte. Meistens 4-6 Tabletten, bei empfindlichen Patienten auch manchmal nur 1 Tablette pro Tag. Jeden 9. und 10. Tag empfiehlt Klinghardt die Einnahme der 10-fachen Menge, also 40, 50 oder 60 Tabletten, danach wird 1-2 Tage keine Chlorella eingenommen. Fühlen Sie sich von Quecksilber vergiftet, erhöhen Sie die Chlorella-Mengen.
- 4) Lymphmittel zur Anregung des Lymphabflusses (z. B. Lymphdiaraal): langsam steigern bis auf die im Beilagezettel empfohlene Dosis.

Die erwähnten Mittel sorgen für eine sanfte und gründliche Entgiftung des Bindegewebes. Das im Nervensystem eingelagerte Quecksilber kann dagegen durch Korianderextrakt ausgeleitet werden. Dr. Omura kam bei einer Studie zufällig auf die entgiftende Wirkung des Koriander. Ein Patient, dem radioaktives Metall injiziert worden war, um seine Hirnfunktion zu untersuchen, hatte am nächsten Tag bereits keinerlei Metall mehr im Gehirn. Es stellte sich heraus, daß er Suppe mit einer großen Menge Koriander gegessen hatte. Koriander vermag also das Nervensystem zu entgiften, was zu unangenehmen Symptomen führen kann: Schwindel, Übelkeit, Neuralgie etc. Daher ist unbedingt erst das Bindegewebe über 2-3 Monate zu entgiften, bevor man das Nervensystem entgiftet.

- 5) Korianderextrakt: nach 2-3 Monaten Chlorella-Einnahme beginnen. Zuerst nur 1 Tropfen, auf 2 x 5 Tropfen steigern. Bei guter Verträglichkeit 3 x 10 Tropfen. Bei Entgiftungserscheinungen Koriander-Dosis senken und Chlorella-Dosis erhöhen.

Bei der Amalgamausleitung empfiehlt Dr. Klinghardt allgemein eine eiweißreiche Kost. Vor allem schwefelhaltige Aminosäuren wie Cystein und das Tripeptid Gluthation haben sich bei der Amalgamentgiftung bewährt. Als proteinreiche Ernährung ist das basische Spirulina dabei Fleisch deutlich vorzuziehen. Es enthält 3 mal mehr Aminosäuren als Fleisch und Fisch und kann vom Darm viel besser resorbiert werden. Neben einer idealen Zusammensetzung an Aminosäuren enthält es viele wertvolle Spurenelemente, Mineralien und Vitamine (25 mal mehr Carotin als Karotten, 15 mal mehr Eisen als Rinderleber, 3 mal mehr Vitamin B 12 als Rinderleber, 3 mal mehr Vitamin E als Weizenkleie, 4 mal mehr Calcium als Milch, 3 mal mehr Eiweiß als Fleisch oder Fisch, mehr Gamma-Linolensäure als Nachtkerzenöl). Fleisch übersäuert den Organismus und erhöht damit die Reaktionsfähigkeit von Schwermetallen, wie Quecksilber, die im sauren Milieu chemisch viel aggressiver sind als in einem basischen. Auch Bärlauch und Knoblauch entgiften Quecksilber dank ihres Schwefelgehalts, wobei Bärlauch aufgrund seines dreimal höheren Schwefelgehalts noch deutlich wirkungsvoller ist. Schwermetallvergiftete haben fast immer einen stark erhöhten Zink-Bedarf, da dieses lebensnotwendige Spurenelement von den Schwermetallen verdrängt wird.

Hohe Gaben von **Vitamin C** (meist mit Thullium verunreinigt, Hoffmann La Roche sauber) plus **Kalzium** leiten Aluminium aus.

Algen- Kräuter-Mischung zur Entgiftung und Stoffwechselaktivierung

Sehr gut bewährt hat sich auch eine Mischung aus Afa-Alge, Chlorella, Spirulina, Bärlauch, Lycopin, Selen, Koriander, Petersilie, Löwenzahn, Brennessel, etc. Diese Mischung aktiviert die Nieren- und Leberfunktion, leitet Schadstoffe aus Nerven- und Bindegewebe aus und ist synergetisch aufeinander abgestimmt. Die Afa-Alge ist wegen ihrer ausleitenden Wirkung auf Gehirn und Nervensystem bekannt.

Bioresonanz und Homöopathie

Dr. Klinghardt warnt vor Schwermetallausleitungen mit Bioresonanz und Homöopathie. Seiner Erfahrung nach wird dabei das Quecksilber nicht tatsächlich aus dem Körper ausgeschieden, sondern nur vom Bindegewebe ins Zellinnere verschoben. Bioresonanz-Therapeuten widersprechen Klinghardt.

Dauer der Entgiftung

Eine sanfte Entgiftung nach langanhaltender Amalgamvergiftung dauert 3-4 Jahre, wählt man eine aggressivere Form, 1-2 Jahre. DMPS ist ein schulmedizinisches Mittel, das sich bei der Schwermetallausleitung bewährt hat und unter ärztlicher Aufsicht und nach Verträglichkeitstest gespritzt werden kann, um die Entgiftung zu beschleunigen. In schweren Fällen von Amalgamvergiftung sollte die Ausleitung unter erfahrener Aufsicht geschehen.

Bezugsquellen: Korianderextrakt: Paracelsus Apotheke (0041-554184970)

§ Clark-Leberkräuter, Nierenkur, Selen, Zink, Solidago, Cystein, Liponsäure: (0031-320 257695, www.selfhealth.nl)

§ Algen-Kräuter-Mischung, Chlorella-Algen, Bärlauch-Pulver, Spirulina, Basenpulver, bioaktives Vitamin C: VEDASAN (06128 / 48770, www.vedasan.de)

Ungiftige Zahnmaterialien

Es gibt keine Zahnmaterialien (ZM), die für alle gut sind. Aber gibt es ZM, die häufig als gut verträglich getestet werden. Einige Zahnmaterialien, die häufig als verträglich getestet werden (je weiter oben in der Listung, desto häufiger und dauerhaft verträglich). Jeder bioenergetische Test stellt nur eine Momentaufnahme dar. Nicht selten wird Gold zum Zeitpunkt des Tests gut vertragen, führt aber nach 5 oder 10 Jahren zu massiven Gesundheitsproblemen (Allergien etc.)

- 1. Provisorische Füllungen:** Zinkoxid-Eugenol (sehr verträglich aber weich).
- 2. Zement (sind häufig am verträglichsten):** Translit, Phosphatzement (normal härtend, nicht schnell härtend; Harvard), Fuji-IX (braucht keine zusätzlichen Verarbeitungsstoffe wie Ätzel, Liner, Primer, daher oft verträglich bei Problem-Patienten), Zahnelkalit (Speiko), Steinzement (Kupferhaltige Variante oft unverträglich).
- 3. Keramik (mit Zement einsetzen):** Zirkonoxidkeramik (Kronen, Brücken; sehr teuer: ca. DM 1000,- pro Zahn), Empress-II, Inceram, Ducera. Einbau mit Harvard-Zement oder Drala, nicht mit Composite-Kleber !!
- 4. Kunststoff:** Definite (Alternative zu Goldinlays, fast so haltbar wie Keramikinlays), Tetric, Charisma, Polyan.

5. **Glasfasermaterial:** Fibrocor.
6. **Implantate**, wenn unumgänglich, mit **Polycarbonat**-Kunststoff, nicht mit Titan

Einige Punkte zur Giftigkeit

- **Amalgam-Ausbohrung nur mit Atemschutz (goldbedampfte Gesichtsmaske von VOS Tel.: (02382) 909200 (Die Hauptbelastung des entfernten Amalgams geschieht über das Einatmen), niedertouriger Bohrer und Kofferdamm. Nicht zu viele Füllungen auf einmal entfernen, 4-5 Wochen Abstand). Kein Palladium, keine Nicht-Edelmetalle. Nach Entfernen des Amalgams für mind. 1 Jahr erst Zement einsetzen, auf keinen Fall Gold.**
- Zahnmetalle minimieren, was Zugeständnisse des Patienten bezüglich Haltbarkeit, Stabilität, Bequemlichkeit, Materialdicke und Aussehen erfordert. Konsequenterweise metallfreie Prothesen sind praktisch nur für Ausnahmepatienten (Allergien, MCS, CFS, terminaler Krebs, usw.) tragbar.
 - Reines Gold testet bei den Meisten als verträglich. Doch ist reines Gold weich und verträgliche Legierungen sind selten.
- Abdruckmasse bleibt zwar nur kurz im Mund, trotzdem sollten etwaige Reste sorgfältig entfernt werden (Spalten, Zahnrisse usw.); ggf. entgiften.
- Kunststoffe enthalten um die dreißig Komponenten, je mehr um so toxischer. Alte Kunststoffe mit ca. vier Komponenten waren viel unbedenklicher.
- Kunststoffe wie Methacrylat sollten gründlich ausgehärtet werden (einige Tage in Wasser von genau 85° C). Polyan ist ein Spritzkunststoff für Kronen, Brücken, Prothesen, etc., der laut Hersteller weitgehend Methacrylat-frei ist.
- (Teil-)Prothesen und kombinierter Zahnersatz (feststehend & herausnehmbar) sollten keine Lötstellen oder mit Lötmasse geflickte Gußkavernen enthalten.
- Keramikfüllungen sollten immer mit Phosphatzement (Harvard) eingesetzt werden. Das ist z.B. bei Empress-II möglich.
- Gaumenplatten stören den Eigenpuls der Gaumennaht. Möglichst schmale, über der Gaumennaht beidseitig kräftig eingekerbte Platten minimieren dieses Problem.

Der Vertriebsweg und Materialinformation

Patienten können Zahnmaterialien (ZM) nicht selbst kaufen. Auch der Zahnarzt und das Zahnlabor dürfen nicht direkt beim Hersteller einkaufen, sondern nur bei einem Dentaldepot (Zwischenhändler). Die Dentaldepots haben mehr oder weniger identische Kataloge, mit deren Hilfe Zahnärzte und Labors ihre ZM bestellen. Einige Dental Depots haben Fachkundenberatung, d.h. für Zahnärzte und Labors (z.B. Grill & Grill 069 – 94207320), andere nicht (sind daher billiger).

Sich direkt an einen Hersteller zu wenden ist aus zwei Gründen aussichtslos:

1. Hersteller dürfen nur an Dentaldepots verkaufen und geben prinzipiell keine Information an Nicht-Kunden.
2. Hersteller neigen zu Geheimhaltung ihrer Verfahren. Die Inhaltsstoffliste einer ZM-Gebrauchsinformation läßt sich etwa so: Mischoxid 79%, Anorganische Füller, Stabilisatoren, usw.

In der vierteljährlichen Zeitschrift „Praxis & Wissenschaft“ der GZM (Anfragen 0621 – 476400, 9:00 bis 11:00 Uhr) werden in jeder Ausgabe neue Informationen über alternative Zahnmaterialien und

Verarbeitungstechniken veröffentlicht. Die eigentliche Informationsquelle sind die beiden GZM-nahen Organisationen „Medizin, Umwelt, Zahntechnik“ und „Dentale Produkte Kommission“.

Elektrosensibilität

Folgender Artikel ist dem „Kleinen Leitfaden für Elektrosensibilität“ des Selbsthilfevereins für Elektrosensible e.V. (Gesundheitshaus, Zimmer U3, Dachauer Straße 9, 80335 München, Tel.: 089/23337501) entnommen. Wir bedanken uns herzlich für die Erlaubnis des Abdrucks.

1. Um was geht es ?

Die starke Zunahme in der Anwendung der Elektrizität während der letzten Jahrzehnte führte zum Einsatz vieler elektrischer Geräte und Systeme in Haushalt und Büro, im Verkehrswesen, in der Produktion, in der Telekommunikation, in der Medizin und in weiteren Bereichen.

Für Erzeugung und Verteilung der Energie sind umfangreiche Einrichtungen geschaffen worden (Kraftwerke, Umspann- und Transformatorenstationen, Hoch- und Mittelspannungsleitungen, leistungsstarke Versorgungskabel- bis zu unserer Haus-installation). Jedes Gerät, jede Leitung in diesen Niederfrequenznetzen zur Stromversorgung (50 Hz, im Bahnnetz 16 2/3 Hz) erzeugt elektrische und magnetische Felder. Diese Felder sind physikalisch bedingte „Nebenwirkungen“ (zum Verständnis: Das elektrische Feld entsteht durch die Spannung in Leitungen und Geräten, das magnetische Feld dann, wenn Strom fließt).

Für Rundfunk, Fernsehen, Mobilfunk, usw. strahlen Sender elektromagnetische Wellen aus, denen wir angesichts der flächendeckenden Versorgung nicht mehr generell ausweichen können. Wir Menschen haben kein Organ, das uns vor diesen Feldern und Wellen warnen könnte. Seit etwa 20 Jahren gibt es - und das in zunehmendem Maße - Menschen, die sich durch diese Felder und Wellen gesundheitlich beeinträchtigt fühlen.

2. Wie sind die Symptome ?

Es zeigen sich zunächst „Streßsymptome“ , wie:

Schlafstörungen, ständige Müdigkeit, Kopfschmerzen, Antriebsarmut, Nervosität, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, innere Unruhe, Verspannungen.

Bei längerer Belastung werden individuelle Schwächen deutlich, wie

erhöhter Blutdruck, Sehstörungen, Herzrhythmusstörungen, Ohrgeräusche (Tinnitus), Atembeschwerden, ständig wechselnde Befindlichkeit

Wenn Ursache und Zusammenhänge nicht bekannt sind, ist bei seelisch labilen Menschen die Neigung zu Depressionen – und im Extremfall zum Suizid – nur zu verständlich.

3. Was ist Elektrosensibilität ?

Elektrosensibilität ist die (ungewollte) Fähigkeit, elektromagnetische Felder und Wellen wahrzunehmen, zu „spüren“ (zu diesem Zeitpunkt verzeichnen wir aber schon einen negativen Eingriff in das Gesundheitsgeschehen).

Elektromagnetische Felder und Wellen üben auf den Organismus einen – physikalischen – Reiz aus. Köhler, „Bioresonanz-Therapie“, schreibt : „Man muß sich darüber im klaren sein, daß ein Reiz immer eine Gegenreaktion des Organismus bewirken muß, damit dessen Stabilität erhalten bleibt. Dieses Verhalten wird Regulation genannt, wobei der Grad der Anpassungsfähigkeit an die

unterschiedlichsten Reizqualitäten gleichzeitig ein Maß für die Gesundheit ist“.

Wir sprechen bei unseren Beschwerden also mit Recht von Regulationsstörungen. Es besteht der Verdacht, daß die Einwirkung elektromagnetischer Felder und Wellen zu einer Störung im Signalgeschehen, im Befehlsfluß des Steuer- und Regelsystems führt. Mögliche Ursachen können im vermehrten Calcium-Ionen-Abfluß von der Zellmembranoberfläche von Nervenzellen oder in der verminderten Produktion des Hormons Melatonin der Zirbeldrüse liegen.

Die wissenschaftlichen Studien von Dr. Lebrecht von Klitzing, Medizinphysiker an der Universität Lübeck, haben ergeben, daß die Mikrowellenstrahlung des D-Netzes deutliche Veränderungen der Gehirnströme im EEG verursacht. Außergewöhnliche Peaks tauchen auf, die es in dieser Form bisher nicht gab. Der negative Einfluß von Mikrowellen auf Enzymaktivität, RNA-Translation (=Protein-Biosynthese), die Permeabilität der Blut-Hirnschranke, den Calciumionen-Haushalt (Erregung der Nervenleitungen) und Hormonhaushalt (vor allem Reduktion von Melatonin, dem Anti-Streßhormon) sind weitere sehr bedenkliche Begleiterscheinungen des Handys. Jüngste Untersuchungen in Australien, die sogar im Auftrag einer Telefongesellschaft durchgeführt wurden, ergaben einen deutlichen Zusammenhang zwischen Handy-Mikrowellen und Krebs.

Die Zusammenhänge müssen sehr komplex sein. Dies läßt sich schon durch unsere Beobachtung ableiten, daß Menschen, die eine Elektroempfindlichkeit entwickeln, auch andere Belastungen aufweisen. Diese Erkenntnis ist wichtig für das therapeutische Vorgehen.

Merke: Es zeigt sich eine synergistische (sich gegenseitig bedingende, kumulierende) Wirkung verschiedener Einflüsse. Wir sprechen von „Risikogruppen“; diese sind (siehe auch Schaubild „Belastungs-Sechseck“, Seite 16,17):

1. Schwermetallgeschädigte: An der Schädigung beteiligt sind im wesentlichen Quecksilber, Kupfer, Silber, Zinn aus Amalgam- Zahnfüllungen, Palladium aus Goldkronen (Spargold!); seltener Blei (das auf bleihaltige Kraftstoffe und auf Bleirohre in alten Anwesen zurückzuführen sein dürfte). Dem Quecksilber kommt zahlenmäßig die größte Bedeutung zu. Seltener, aber hartnäckiger ist die Palladiumbelastung; am schwerwiegendsten jedoch in Wirkung und Therapie erweist sich die Kombinationsbelastung Quecksilber/Palladium.

Eine schwedische Studie bewies, daß Quecksilberionen aus Amalgam unter der Einwirkung schwacher niederfrequenter Felder in 6-fach erhöhter Zahl austreten.

2. Geschädigte durch chemisch-organische Substanzen: Solche Substanzen sind Formaldehyd (aus Baustoffen, insbesondere aus Spanplatten, Desinfektionsmitteln, Kunststoff-Zahnfüllungen, Textilien, Leime, Korkböden); Lindan, Pentachlorphenol = PCP, Pyrethroide in Holzschutzmitteln; Pyrethroide auch in Reinigungsmitteln und elektrischen Luftbefeuchtern, polychlorierte Biphenyle = PCB in technischen Produkten; Herbizide, Pestizide in Landwirtschaft und Gartenbau; Furane, Dioxine, u.a. Folgender synergistischer Effekt ist zwischen den beiden Gruppen zu verzeichnen: Nach Dr. Daunerer erhöht eine Amalgambelastung die Toxizität (Giftigkeit) von Lindan und Formaldehyd um das 25-fache, die von PCP um das 5-fache.

3. Allergiker: Sie reagieren auf Blütenpollen, Hausstaubmilben, gewisse Nahrungsmittel (verbreitet sind Milcheiweiß, Weizen - Volksnahrungsmittel! -, Nüsse), Medikamente, Textilien u.a. Die rasant gewachsene Zahl der Allergiker ist bekannt - und gibt zum Nachdenken Anlaß. Elektromagnetische Felder wirken - unter anderem - als Allergen (Dr. Schweitzer/Sindelfingen, Rochlitz/USA).

4. Pilz/Viren/Bakterien - Belastungen: Belastungen solcher Art sind bei den Elektroempfindlichen fast immer anzutreffen, könnten aber als sekundär angesehen werden. Wir haben wieder einen synergistischen Effekt: Quecksilber tötet Milchsäure- und Colibakterien im Darmbereich, nicht

jedoch die Hefepilze, so daß diese ein Übergewicht bekommen (so der verbreitete Hefepilz *Candida albicans*); die Folge ist eine Schwächung der Abwehrkraft (aus Vortrag Dr. Amperla, Finnland).

5. Betroffene durch natürliche Reizzonen: Zu diesen Reizzonen zählen Wasseradern, Verwerfungen, Spalten. Das Ergebnis eines österreichischen wissenschaftlichen Projekts (Bergsmann „Risikofaktor Standort“, siehe Anhang) weist auf einen weiteren synergistischen Effekt hin: „... wohl aber den Hinweis, daß technische Felder und natürliche Standortfaktoren konkurrieren und sich summieren können.“

Elektrosensibilität zeichnet sich dadurch aus, daß mehrere der genannten Belastungen bei e i n e m Betroffenen zusammenspielen. Wir können von einer Mehrfach-, ja sogar von einer Vielfachbelastung sprechen.

So wundert es nicht, daß die Symptome als „unspezifisch“ erscheinen. Es fällt nicht schwer, festzustellen, daß alle Belastungen mit dem zu tun haben, was wir bisher als Immunsystem verstanden haben (Immunitas, lat. = frei sein von etwas). In „Immunologie in der Praxis“ (siehe Anhang) wird vom Abwehrsystem des Menschen gesprochen, das sich zusammensetzt aus dem Immunsystem und dem Nervensystem. „Beide Systeme sind darauf spezialisiert, Reize aus der Umwelt und aus der Innenwelt des Körpers zu erkennen, zu verarbeiten und zu beantworten“. („Beantworten“ dürfen wir sicher mit „reagieren“ gleichsetzen).

Die oben genannte „Anpassungsfähigkeit“ bezeichnet im Grunde dasselbe.

Wir sind auf dem Wege zu verstehen, daß der menschliche Organismus ein (wunderbares) vernetztes System darstellt, in dem in irgendeiner Weise jedes mit jedem verbunden und zu reagieren in der Lage ist (auch im Zusammenspiel körperlicher und seelischer Komponenten). Es bedarf noch der Erwähnung, daß die Elektroempfindlichkeit außer auf die vorstehend genannten Belastungen auch in Einzelfällen auf größere (überstandene oder noch wirkende) Krankheiten wie Tuberkulose, Diphtherie, Kinderlähmung, multiple Sklerose, Parkinson, zurückgeführt werden kann.

4. Was können wir tun ?

Uns stehen zwei Richtungen offen: die Reduzierung der elektromagnetischen Belastung und medizinische Maßnahmen, um den Organismus zu stärken.

4.1 Reduzierung der elektromagnetischen Last

Sie ist die wirkungsvollste Sofortmaßnahme. Grundsätzlich gilt nach unserer Erfahrung: Eine Langzeitbelastung selbst kleiner Intensitäten – insbesondere die Dauerbelastung am Schlafplatz durch Geräte und Kabel, die ständig unter Spannung (elektrisches Feld) und z.T. unter Strom (magnetisches Feld) stehen – wirkt stärker (nachhaltiger) auf den Organismus als die (sehr) kurzzeitige Belastung großer Intensitäten durch beispielsweise Fön, E-Rasierer, Mixer. Wenn Sie bereits Beschwerden haben, halten Sie sich bitte an die höchstgenannten Abstandswerte, die nachstehenden „Empfehlungen“ sollten Sie unbedingt befolgen.

Hausinstallationen und Geräte

- Abstand zu den Verursachern halten! Mindestens 1 - 1,5 m bei Stromleitungen und Elektrogeräten; bei Fernsehgeräten 6 - 7 x Bildgröße (Diagonale).
- In den Wänden verlegte Leitungen (auch lose verlegte Verlängerungsleitungen) stehen ständig unter Spannung (und erzeugen so das elektrische Feld, auch wenn kein Verbraucher eingeschaltet ist). Deshalb einen Spannungsfreisalter (früher Netzfreisalter genannt) einbauen lassen oder die Sicherungen/ Leitungsschutzschalter herausdrehen/ausschalten, zumindest nachts für den

Schlafbereich.

- Die Stecker von nicht benutzten Radio- und Fernsehgeräten, Videorecordern, CD-Playern, Stereoanlagen, usw. herausziehen oder Schnurschalter, die zweipolig schalten, einsetzen ! Zur Erläuterung: Netzschalter schalten nur selten zweipolig ab und befinden sich häufig sogar auf der Sekundärseite des Netztrafos (so daß Netztrafo und alle Einbauteile ständig unter Spannung stehen und damit das elektrische Feld, z.T. auch das magnetische Feld ständig erzeugt werden).
- Das Bett aus der Nähe elektrotechnischer Installationen rücken ! Es sollte keinesfalls in der Nachbarschaft von elektrisch betriebenen Heißwasserboilern, von Wasch- und Geschirrspülmaschinen, Kühlschränken, Gefriertruhen, Heizungspumpen, Fernsehgeräten, Stromzuführungen und sonstigen Strahlungsquellen stehen. Fragen, was hinter den Wänden ist, denn Wände, Zimmerdecken und Fußböden schirmen magnetische Felder nicht ab. Der Schlafraum hochempfindlicher Personen muß frei von netzbetriebenen Elektrogeräten sein! Wenn solche benutzt werden müssen, können batterie/akkubetriebene Geräte (Gleichstrom!) eingesetzt werden.
- Federkernmatratzen, Sprungfederrahmen, Metallbettgestelle sind zu vermeiden. Zur Erläuterung: Sie können das Erdmagnetfeld verzerren, sie verbreiten das elektrische Feld von nahe gelegenen, unter Spannung stehenden Leitungen, Steckdosen und Geräten, sie wirken für die Hochfrequenzwellen als Empfangsantenne, geben aber einen Teil der aufgenommenen Energie (gerichtet) wieder ab.
- Leckströme aus schadhafte Leitungen oder Geräten können durch Wände oder Schutzleiter fließen. Evtl. Fehlerstromschutzschalter einbauen lassen!
- Es ist möglich, daß eine schadhafte oder nicht vorgenommene Erdung der Geräte und/oder des Hausnetzes (einschließlich Blitzableiter) für eine hohe Feldbelastung verantwortlich ist; diese und den Potentialausgleich vom Fachmann überprüfen lassen!
- An Geräten Schutzkontaktstecker („Schukostecker“) anstelle der Flachstecker (die keinen Schutzleiter führen) verwenden!
- Auf Halogenlampen mit Transformator oder getrennt geführten Zuleitungen sowie Leuchtstoff- und Energiesparlampen verzichten (sie erzeugen stärkere Felder als die normale Glühbirne; Energiesparlampen haben zusätzlich eine Hochfrequenzabstrahlung). Dimmer vermeiden !
- Heizdecken und Heizkissen nur in der Aufwärmphase eingeschaltet lassen! Nach Gebrauch Stecker herausziehen oder zweipoligen Schalter verwenden, der 1 m vom Schlaf/Sitzplatz entfernt installiert wird.
- Elektrisch verstellbare Betten, Wasserbetten und Fußbodenheizungen nachts zweipolig abschalten oder den Stecker herausziehen! Hochempfindliche Personen sollten solche Einrichtungen meiden.
- Auf Mikrowellenherd verzichten!
- Funktelefone nach Möglichkeit nicht benutzen – wenn unumgänglich, dann nur kurz sprechen! Handy nicht am Körper tragen (Handy ist auch bei „Bereitschaft“ aktiv). Es verbietet sich für Träger von Herzschrittmachern. Sind sie aus beruflichen Gründen notwendig, tragbare Freihörsprecheinrichtungen verwenden!
- Kein Handy im Kraftwagen benutzen (Karosserie reflektiert) ! Besser: ein fest einzubauendes Gerät mit außen zu montierender Antenne wählen!

Außeninstallationen

- Mit dem Schlafplatz größeren Abstand zu Transformatorenstationen und leistungsstarken

Versorgungskabeln halten (10....20....30 m)! Messungen sind wegen der Unterschiedlichkeit der Belastungszustände empfehlenswert.

– Zu Hoch- und Mittelspannungsleitungen Abstand halten ! Mindestabstände:

Betriebsspannung	ECOLOG-Institut	„Biologischer Abstand“
380 kV	220 m	1500 m
220 kV	170 m	1000 m
110 kV	140 m	500 m
20 kV	30 m	100 m

Die Empfehlung des Baubiologen Fritsch (Biologischer Abstand) berücksichtigt auch die „vagabundierenden Ströme“, die sich im Erdreich solcher Anlagen bilden und sich weiter als die Felder ausbreiten können.

– An Bundesbahnstrecken Abstand halten (100...200...300 m)! Auch hier: vagabundierende Ströme ! Straßen-, Stadt- und U-Bahnen, die mit Gleichstrom betrieben werden, dürften weniger belastend sein.

– Bei Radio-, Fernseh-, Mobilfunksendern Abstand halten: Radio- und Fernsehsender (2...3...5 km), Fernsehumsetzer, Mobilfunksender (0,5...1...1,5 km)

Der Abstand ist abhängig von Leistung, Frequenz, Signalisierung, Antennenausführung. Sind mehrere Sender in Betrieb und außer den Sendern möglicherweise noch starke Feldverursacher des Stromversorgungsnetzes vorhanden (z.B. Hoch-/Mittelspannungsleitungen, Trafo-/Umspannstationen, leistungsstarke Versorgungskabel), ist nach unserer Erfahrung mit einer Kumulationswirkung zu rechnen; hier sollten die höchstgenannten Abstandswerte in Betracht gezogen werden.

Ein erfahrener Baubiologe sollte in der Lage sein, neben der Erfassung der elektrischen Situation auch chemische, geopathische und andere Einflüsse zu überprüfen. Anschließend wird in der Regel ein „Sanierungsplan“ erstellt. Hochsensibel sollten beim Kauf/Mieten von Grundstücken/Häusern/Wohnungen darauf achten, daß die Wohnflächen frei von geopathischen Einflüssen („Erdstrahlen“) sind!

In Extremfällen (Überlagerung mehrerer negativer Einflüsse) ist es manchmal notwendig, einen Wohnsitz- (oder Arbeitsplatz-) wechsel zu diskutieren.

Von Selbsthilfegruppen empfohlene Grenzwerte für den 50 Hz -Bereich:		
Aufenthaltsbereich	Magnetisches Feld	Elektrisches Feld
Wohnbereich	100 nT	50 V/m
Schlafbereich	20 nT	10 V/m
Büro	200 nT	100 V/m

Erdstrahlen

Bei jeder Erkrankung oder Beeinträchtigung des Wohlbefindens, die sich trotz zahlreicher Besuche bei Ärzten oder Heilpraktikern „in die Länge zieht“, ist an Erdstrahlen als Ursache zu denken, vor allem dann, wenn Sie sich morgens nach dem Aufstehen müder als am Abend fühlen und sich immer wohler fühlen, wenn Sie nicht im eigenen Bett schlafen. Schon seit Jahrtausenden sind die Gefahren geopathischer Zonen bekannt. Das mögliche Störungsspektrum kann sehr vielschichtig

sein, und die Reaktion auf die Störung ist von Mensch zu Mensch verschieden. Das Phänomen der Erdstrahlen ist zwar inzwischen eindeutig wissenschaftlich belegt, wirklich erklärbar ist es noch lange nicht.

Die Erde ist mit einem komplexen Netz von Energiefeldern überzogen. Diese entstehen durch Wasseradern, Verwerfungen und verschiedene Gitternetze. Wasseradern befinden sich unter der Erde und verändern durch ihr fließendes Wasser das Magnetfeld der Erde derart, daß oberhalb dieser Zonen schädliche Strahlungen festgestellt werden können. Einen ähnlichen Effekt lösen Erdverwerfungen aus. Die verschiedenen Gitternetze auf der Erdoberfläche sind geomagnetische Strukturen unterschiedlicher Größe. Sie sind generell nicht schädlich und scheinen sogar wichtig für die Steuerung von Lebensfunktionen (Hartmanngitter) zu sein. Dagegen sind die Doppelzonen und Kreuzungen des 10m-Gitters mit dem Hartmanngitter hochgradig gesundheitsgefährdend. Diese unterschiedlichen geomagnetischen Felder bilden für den Erdmagnetismus eine Störzone und wandeln einen Teil des Erdmagnetismus in krankmachende Strahlung um. Die Strahlung dringt in die darüber befindlichen Häuser von unten her ein und ist selbst in den obersten Stockwerken nachweisbar. Es versteht sich, daß die darin arbeitenden, oder was viel gefährlicher ist, die darin schlafenden Menschen diesen Störzonen ständig ausgesetzt sind. Die Störstrahlen dringen bis in jede Körperzelle und verursachen so die verschiedensten Störungen in der Gesundheit. Je nach körperlicher Disposition und Empfindlichkeit stellt sich zunächst schlechter Schlaf oder Unwohlsein ein. Im Laufe der Zeit kann daraus eine schwerwiegende Gesundheitsstörung entstehen. Die Mechanismen, die zur Gesundheitsstörung führen, sind noch nicht geklärt. Zu vermuten ist z. B. eine mutagene Wirkung auf die Erbinformation, wodurch vor allem schnell sich teilende Zellen, wie die des Immunsystems, betroffen würden.

Wie finden Sie einen unbelasteten Schlafplatz?

Die vergangenen Jahre brachten zwar ein immer größeres Wissen um die Gefahren geopathogener Zonen auf, Abhilfe wurde aber kaum geboten. Ein Heer bemühter, aber oft schlecht ausgebildeter Rutengänger verursachte oft aufgrund widersprüchlicher Aussagen eher das Gegenteil dessen, was erhofft wurde: nämlich Hilfe. Ein weiterer Grund, warum Rutengänger häufig verschiedene Belastungszonen auffinden und sich in ihren Aussagen scheinbar widersprechen, besteht darin, daß es sich beim Rutengehen um ein Resonanzphänomen handelt. Der eine Rutengänger geht nur mit bestimmten Erdstrahlen in Resonanz, ein anderer Rutengänger u. U. mit Erdstrahlen anderer Frequenz. Ähnlich wie also Meßinstrumente auf bestimmte Meßbereiche geeicht sind und nur dort zuverlässige Ergebnisse erzielen, verhält es sich mit der Resonanz von Rutengängern. Der gute Rutengänger verfügt über einen möglichst großen Meßbereich, den er zuverlässig und reproduzierbar ausruten kann. Viel Vertrauen wurde auch durch den Einsatz ebenso kostspieliger wie wirkungsloser oder sogar gefährlicher Entstrahlungsmittel verspielt.

Wer etwas feinfühlig ist, kann einfach selbst z. B. durch Pendel, Rute oder Muskeltest versuchen, einen strahlungsfreien Bettplatz in seinem Schlafzimmer ausfindig zu machen, wo er sich so richtig wohl fühlt und tief und fest schlafen kann und wo er am Morgen gestärkt aufwacht. Da Katzen Strahlensucher sind, Hunde aber Strahlenmeider sind, kann man davon ausgehen, daß der Lieblingsplatz der Katze für uns ungeeignet ist, während der Lieblingsschlafplatz des Hundes für uns genau richtig ist. Federkernmatratzen oder metallene Sprungfederrahmen sollte man meiden, da diese Erdstrahlen und elektromagnetische Felder wie Antennen empfangen und verstärken. Wichtig zu wissen ist, dass Erdstrahlenfelder instabil sind: sie verändern von Zeit zu Zeit ihre

Intensität und Position. Daher hilft es nicht immer, den Schlafplatz zu verlegen, vor allem in einem stark belasteten Haus.

Von den zahllosen Abschirmmethoden haben sich unserer Erfahrung nach zwei sehr gut bewährt: Spezial-Korkmatten und Imuna-Decken.

Die Rinde des Korkbaumes verfügt über eine phantastische Eigenschaft: ein einziger Kubikzentimeter enthält bis zu 20 Millionen Luftblasen. Diese gewaltige Ansammlung an winzigen Zwischenräumen bricht die Erdstrahlen und eliminiert sie gründlich. Die **Spezial-Korkmatten** werden aus einem besonderen, gemahlenen Korkgranulat in 16 Fertigungsschritten hergestellt und enthalten keine Klebe- und Bindemittel, die die Wirkung durch „Überbrückung“ herabsetzen. Korkmatten mit diesen Eigenschaften sind daher im allgemeinen Handel nicht erhältlich. Die Abschirmmatte wird einfach unter das Bett gelegt. Wichtig ist, daß zusätzlich alle reflexverdächtigen Gegenstände aus dem Raum entfernt werden. Dazu gehören Spiegel, Lampen, Elektrogeräte und alle Metallteile. Die Ergebnisse einer preisgekrönten Praxisstudie an 8200 Patienten, die durch das Institut für Geopathologie und Naturheilkunde durchgeführt wurde, belegen die Schädlichkeit von negativen Erdstrahlen und die Wirksamkeit der Spezial-Kork-Abschirmmatten.

Die **Imuna-Strahlenschutzdecken** aus naturbelassener Wolle oder Baumwolle wurde vom Physiker Dr. P. Schweitzer, dem Begründer des Biofeld-Tests, entwickelt. Die Wirkung aller störender biophysikalischer Felder wird ausgeschaltet durch ein spezielles gitterartiges Gewebe aus dünnen, reißfesten Textilfäden. Die Abstände der Gitterfäden sind so berechnet und ausgelegt, dass sich in einem Bereich von mehreren Metern oberhalb und unterhalb der Decke die schädlichen Teile der biophysikalischen Felder nicht ausbilden können. Die biophysikalisch positiv wirkenden Anteile der Strahlung bleiben erhalten. Auch diese Abschirmmethode hat sich sehr gut bewährt und wird von manchen Therapeuten bevorzugt.

Elektromagnetische Bluttests nach Aschoff oder Schweitzer

Frau Anita Kesting (Tel.: 04955 / 7771) ist Heilpraktikerin und Geopathologin. Anhand eines Blutropfens kann Sie Belastungen durch Erdstrahlen, Krankheitserreger oder Gifte nach dem Aschoff-Bluttest feststellen. Herr Dr. med. Colditz (Tel. 05691-7793) untersucht Blutproben nach dem Biofeld-Test nach Schweitzer auf Belastungen durch Erdstrahlen, Erreger, Gifte, Allergien etc. Eine Blutprobe, die auf Postweg den Therapeuten zugeschickt wird, genügt.

Schadstoffe in Innenräumen

PCB

Die Stoffgruppe der polychlorierten Biphenyle (PCB) umfaßt 209 Substanzen. Für den technischen Gebrauch wurden die PCB zur Vereinfachung durchnummeriert. Sie werden stets als Gemische eingesetzt. PCB fanden vielseitige Verwendung z.B. als Transformatoren- und Hydrauliköle. Zwischen 1965 und 1975 wurden sie in dauerelastischen Dichtungsmassen zwischen Betonfertigteilen, bei Fenstern und Türen sowie im Sanitärbereich als Weichmacher eingesetzt.

Ältere elektronische Bauteile wie Starter von Leuchtstoffröhren können PCB freisetzen. 1978 wurde der Einsatz von PCB in der Bundesrepublik Deutschland verboten.

PCB reichern sich über die Nahrungskette im menschlichen Fettgewebe an. Chronische PCB-Belastungen führen zu Gewichtsverlust, Störungen des Immunsystems, Erbgutveränderungen sowie Entwicklungsstörungen bei Kindern. PCB stehen im Verdacht, krebserregend zu sein. Die Giftigkeit der sogenannten planaren PCB sind ähnlich einzuschätzen wie die von Dioxinen, da sie eine ganz ähnliche chemische Struktur besitzen.

Hausstaubmilben

Die meisten Hausstauballergien werden von Staubmilben bzw. deren Kot verursacht. Hausstaubmilben gehören zu den Spinnentieren und können mit dem bloßen Auge nicht erkannt werden. Sie ernähren sich von abgelösten Hautschuppen, abgestorbenen Insekten oder kleinen Speiseresten und halten sich vor allem in Matratzen, Bettzeug, Teppichböden und Polstermöbeln auf. Die Symptome einer Hausstaubmilbenallergie können vom allergischen Schnupfen bis hin zu Asthma reichen.

Radon

Radon ist ein radioaktives Edelgas. Es entsteht im Erdreich und in mineralischen Baustoffen beim radioaktiven Zerfall von natürlichem Radium. Ein Teil des eingeatmeten Radons löst sich in der Körperflüssigkeit und verteilt sich über den ganzen Organismus. Radon ist nach dem Rauchen die häufigste Ursache für Lungenkrebs. Die vorwiegende Quelle für Radon ist der das Haus umgebende Boden. Das Radon kann beispielsweise durch undichte Fundamente oder Fugen an Leitungen in das Haus eindringen.

Fasern

Zu den kritischen Fasern im Wohnbereich gehören Asbest-, Mineral- und Glasfasern. Glas- und Mineralfasern werden vor allem in Bereichen der Wärmedämmung als Glas- und Steinwolle eingesetzt. Asbestprodukte fanden u. a. Anwendung in Form von Asbestdichtungen, Elektroprodukten wie Nachtspeicheröfen, Fassadenverkleidungen, Trinkwasserrohren oder wurden als Spritzasbest zum Brandschutz eingesetzt. Fasern wie Asbest sind nicht aufgrund ihrer chemischen Zusammensetzung gefährlich, sondern wegen ihrer faserförmigen Beschaffenheit. Haben diese Fasern einen Durchmesser von weniger als einem tausendstel Millimeter, gelangen sie über die Atemluft in den Körper und bohren sich in das Lungengewebe, wo sie nach ca. 30 Jahren Krebs der Atemorgane auslösen können.

Schimmelpilze

Schimmelpilze verbreiten sich über Sporen, die mit dem Staub über die Luft transportiert werden. Wenn diese Sporen in Verbindung mit Feuchtigkeit und Wärme einen geeigneten Nährboden finden, dann keimen sie, und es entwickeln sich Pilzgeflechte. Nährböden für Schimmel sind organische Stoffe wie Holz, Staub, Tapeten oder Tapetenkleister. Selbst auf Beton kann Schimmel gedeihen.

Schimmelpilze können verschiedene gesundheitliche Auswirkungen hervorrufen. Hierzu zählen Allergien, die von Pilzsporen ausgelöst werden, wie auch Beeinträchtigungen der Atemwege oder des Zentralen Nervensystems, die durch Pilzgifte hervorgerufen werden können.

Leichtflüchtige organische Lösemittel (VOC)

Organische Lösemittel finden sich z.B. in Lacken, Klebstoffen, Sprays, Reinigungsmitteln, Bürochemikalien. Chlorierte Kohlenwasserstoffe werden als Lösungs- oder Reinigungsmittel vor allem in chemischen Reinigungen eingesetzt. Beim Bauen und Renovieren werden große Mengen von Lacken, Farben und Klebstoffen verwendet. Damit werden Lösemittel im Wohnbereich freigesetzt und können auf den Menschen einwirken. Häufig gelangen Lösemittel durch Einatmen der Dämpfe in den Organismus.

Organische Lösemittel wie Benzol, Xylol und Toluol lösen sich ausgezeichnet in Fetten und fettähnlichen Substanzen. Daher durchdringen sie leicht die Membranen oder Lungenzellen und werden vom Blut aufgenommen. Sie gelangen ins Gehirn, lähmen dort wichtige Funktionen des zentralen Nervensystems und wirken narkotisierend. Folgen davon sind Kopfschmerzen, Benommenheit, Mattigkeit, Übelkeit und Schwindel. Chronische Einwirkungen wirken carcinogen und können irreversible Schädigungen vor allem an Leber, Nieren und Nerven hervorrufen.

Formaldehyd

Formaldehyd dient als Ausgangsstoff für Kunstharze und Leim. Weitere Anwendungen finden Formaldehydharze bei der „Textilveredelung“. Da Formaldehyd Mikroorganismen wie Bakterien, Pilze und Viren abtötet, wird er auch als Konservierungsmittel und Desinfektionsmittel eingesetzt. Leim von Holzwerkstoffen wie z.B. Span-, Sperrholz- und Tischlerplatten besteht meist aus Formaldehydverbindungen. Durch die Luftfeuchtigkeit wird aus diesen wieder Formaldehyd freigesetzt. Dieser Vorgang hält an, solange noch Leim vorhanden ist, der die Spanplatte zusammenhält. Auch nach Jahrzehnten können die Ausgasungen aus Spanplatten noch den vom BGA festgelegten Richtwert überschreiten. Häufig sind Spanplatten im Wohnbereich gar nicht sichtbar. Sie sind in Fertighäusern bzw. Wandelementen hinter Tapeten, bei Möbeln oder Holzverkleidungen hinter einem Furnier oder als Fußbodenplatte unter einem Teppich verborgen. Die Menge an freigesetztem Formaldehyd hängt von der Qualität der Spanplatte, der Wirksamkeit ihrer Beschichtung sowie von der Temperatur und der Luftfeuchtigkeit ab. Obwohl die heute verkauften Spanplatten der Klassifizierung E1 (formaldehydarm) genügen, kann es in Fertighäusern oder dicht möblierten Räumen (auch in Wohnwagen und Caravans) zu erheblich höheren Konzentrationen kommen, als durch die Klassifizierung zu erwarten wäre.

Bis Mitte der 80er Jahre wurden zur Wärmedämmung sogenannte UF-Ortschäume verwendet. Formaldehydhaltige Mischungen wurden in Mauerhohlräume oder unters Dach gepreßt. Aus diesen kann jahrelang Formaldehyd ausgasen.

Formaldehyd wird auch bei der Herstellung von säurehärtenden Kunststofflacken (SH-Lacken) verwendet. Der Großteil dieser Lacke wird für Beschichtungsfolien im Möbelbau und für die Oberflächenversiegelungen von Parkettböden gebraucht.

Formaldehyd wird über die Haut, den Verdauungstrakt und über die Atemwege aufgenommen. Es hat zellschädigende Wirkung, ist erbgutschädigend und wirkt neurotoxisch. Formaldehyd kann im Wohnbereich akut giftige Wirkung haben. Dies äußert sich hauptsächlich in Reizerscheinungen der Schleimhäute, die nach einer Beendigung der Belastungen abklingen. Chronische Einwirkungen können zu Kopfschmerzen, Konzentrationsschwierigkeiten, Abgespanntheit, Nervosität und Gereiztheit führen. Diese Symptome werden oft als psychosomatische Beschwerden gedeutet, und eine Formaldehydbelastung wird kaum in Betracht gezogen. Die Einwirkung höherer Konzentrationen kann zu einer Sensibilisierung führen. Beschwerden können in der Folge schon bei geringen Konzentrationen auftreten.

Holzschutzmittel

In den 70er Jahren wurde massiv Werbung für die Anwendung von Holzschutzmitteln gemacht. Obwohl chemischer Holzschutz in Innenräumen unnötig ist, da Schädlingsbefall in Innenräumen wegen der geringen Holzfeuchtigkeit in der Regel nicht vorkommt, beschwor die Werbung eine Schar von Holzwürmern herauf, die sich über alles Holz in der Wohnung hermachen. Ihnen könne nur mit einer chemischen Keule Einhalt geboten werden. Warnhinweise zu möglichen Gefahren waren auf den Produkten entweder unzureichend oder nicht vorhanden. Mittlerweile ist diese Praxis der Gegenstand eines der größten Umweltstraßprozesse in der Bundesrepublik Deutschland geworden: des Holzschutzmittelprozesses.

Lindan und PCB

Aufgrund seines breiten Wirkungsspektrums wurde PCP (Pentachlorphenol) als Pestizid gegen Bakterien, Pilze sowie gegen den Hausschwamm eingesetzt. Es wurde überwiegend in Holzschutzmitteln verwendet, aber auch in der Leder- und Textilindustrie (z.B. in Zeltstoffen, Markisen und Teppichen).

Herstellungsbedingt ist PCP mit Dioxinen belastet. Wenn PCP nachgewiesen wird, ist davon auszugehen, daß auch Dioxine vorhanden sind. Dioxine stellen wegen ihrer extremen Giftigkeit eine ernste Gefährdung für Mensch und Umwelt dar.

PCP wurde bis Mitte der 80er Jahre verwendet. 1989 wurden Herstellung, Verkauf und Verwendung PCP-haltiger Erzeugnisse in der Bundesrepublik Deutschland verboten. Durch Importe können trotzdem PCP-haltige Produkte zu uns gelangen, da in vielen Staaten - auch in der EU – die Anwendung noch erlaubt ist.

In Holzschutzmitteln wurde PCP meist in Verbindung mit dem Insektizid Lindan verwendet. Lindan wird ebenso wie PCP über die Atmungsorgane, die Haut und die Nahrung aufgenommen. Es reichert sich in Muttermilch, Blutplasma, Körperfett und im zentralen Nervengewebe an. Knochenmarkschädigungen durch Lindan waren in der ehemaligen DDR als Berufskrankheit anerkannt.

Pyrethroide

Pyrethroide sind synthetische Abkömmlinge des Pyrethrums, eines natürlichen Insektizids, das aus Chrysantemenblüten gewonnen wird. Pyrethroide wurden deshalb als „Bio-Insektizide“ eingeführt und vermarktet. Da das Naturprodukt Pyrethrum schnell abbaubar ist, wurde an seiner chemischen Struktur so lange manipuliert, bis es länger und besser wirkte. Die so entstandenen Abkömmlinge, die Pyrethroide, reichern sich im menschlichen Organismus an und können irreversible Gesundheitsschäden hervorrufen.

Die Haupteinsatzgebiete sind Schädlingsbekämpfung, Textil- und Holzschutz. Da von Herstellern mit Begriffen wie „Bio“ oder „völlig ungiftig“ geworben wird, wenden Verbraucher diese Produkte arglos an. Schädlingsbekämpfung mit Pyrethroiden kann behandelte Räume jahrelang belasten. Besonders hohe Wirkstoffmengen werden aus Elektroverdampfern und bei gewerblichen Schädlingsbekämpfungen freigesetzt.

Wollteppiche werden häufig „mottenecht“ ausgestattet oder „eulanisiert“. Dies schreibt das Wollsiegel für Teppiche vor. Hierfür werden häufig Pyrethroide verwendet. Je nach Alter und Behandlungsmengen können große Pyrethroidmengen freigesetzt werden. Die Verwendung von Pyrethroiden wird häufig nicht angegeben. Chronische Pyrethroidvergiftungen äußern sich hauptsächlich in Beeinträchtigungen des Nervensystems. Diese reichen von Konzentrations- und Gedächtnisstörungen über allgemeine Leistungsminderungen bis hin zur Arbeitsunfähigkeit.

Weichmacher

Damit Kunststoffe flexibel sind und besser verarbeitet werden können, werden sogenannte Weichmacher beigemischt. Besonders PVC(Vinyl)-Produkte enthalten viele Weichmacher. Die Auswahl der im Haushalt verwendeten PVC-Materialien ist groß: Fußbodenbeläge, Tapeten, PVC-Weichprofile, Elektrokabel, Duschvorhänge, Tischdecken, Kunstleder, etc.

Häufig werden Phthalate als Weichmacher eingesetzt. Diese werden vom Organismus über die Luft und belasteten Staub eingenommen. Langfristige Einwirkungen können beim Menschen zentralnervöse Schädigungen, Störungen des Immunsystems und der Fortpflanzung hervorrufen. Einige der Phthalate stehen in Verdacht, krebserregend zu wirken.

Abhilfe durch Schadstoffmaskierung gegen vergiftete Hölzer

Die BASKO-Schadstoffmaskierung (z. B. bei Fa. VEDASAN GmbH, siehe letzte Seite) wird seit 7 Jahren erfolgreich angewendet und wurde durch das Eco-Umweltlabor und den TÜV Nord überprüft. Das Ergebnis: PCP-, Lindan-, Formaldehyd-, DDT- und PCB-Emissionen werden durch BASKO-Systeme bis zu 98% reduziert, Langzeiterfahrungen liegen vor. BASKO-Grundierungen und -Lacke bestehen aus natürlichen, völlig ungiftigen Rohstoffen, die auch im Lebensmittelbereich eingesetzt werden. Durch einfaches Überstreichen der vergifteten Flächen wird ein weiteres Ausdünsten effektiv unterbunden.

Interview zum Thema Baubiologie

mit Dipl. Ing. Peter Ortloff (A. = Antwort) und Ludwig Jacob (F. = Frage)

Herr Peter Ortloff ist selbst Holzschutzmittelgeschädigter und wandt sich aus diesem Grund der Schadstoffmessung und Baubiologie zu. Er macht Hausuntersuchungen, häufig in Zusammenarbeit mit Umweltmedizinern.

F: „Was hat sich in Ihrer Arbeit als Hauptproblem bei der Baubiologie herausgestellt?“

A: *„In letzter Zeit sind die größten Probleme großer Konsum bei gleichzeitiger Paarung mit Spareffekten. Wenn ich mich in einem Haus umschaue, dann sehe ich, daß Baustoffe benutzt werden, die überwiegend zur Einsparung der Arbeitszeit dienen. Dadurch entstehen teilweise ganz wilde Zusammenmischungen von einzelnen Stoffen, die später durchaus zu Gesundheitsproblemen führen können. Dies kommt sowohl bei den Baustoffen selbst, als auch bei der Einrichtung vor. Hier möchte ich ein Beispiel nennen: Wenn Sie heute einen Zementsack genau anschauen, dann werden Sie ein Feld erkennen mit einem Kreuz. Es bedeutet, daß hier reizende Inhaltsstoffe gekennzeichnet sind. Nun werden Sie sich fragen, warum so etwas überhaupt auf einem Zementsack ist, denn Zement besteht normalerweise aus Kalziumhydrat mit Kieselsäure, Tonerde und Eisenoxyd, auch Kalkstein oder Kalkmergel. Früher waren auf Zementsäcken solche Warnungshinweise nicht vorhanden. Warum dann heute? Mittlerweise ist es üblich bei der Zementherstellung, um teuren Brennstoff einzusparen, Altöl oder Müll mitzuverbrennen. Dieser Müll oder das Altöl enthält undefinierbare giftige Stoffe, die dem Verbrenner in der Regel nicht bekannt sind. Durch den Vorgang entsteht nun nochmals eine Vielzahl von weiteren chemischen Verbindungen, ebenfalls toxisch; z.B. Blei. Unsere Probleme in allen Bereichen werden immer umfangreicher und sind auch immer schwieriger zu lösen, weil ständig versucht wird, verarbeitetes Material möglichst billig herzustellen, ohne jede Rücksicht auf gesundheitliche Konsequenzen.“*

F: „Sie haben ja schon sehr viele Hausuntersuchungen durchgeführt. Wo liegen denn die

Hauptprobleme im häuslichen Umfeld?“

A: „Die überwiegenden Probleme entstehen durch Pestizide und Unkenntnis der Benutzer. Diese werden z.B. Mittel gegen Motten und Milben eingesetzt, gegen Insekten in Räumen oder auf Zimmerpflanzen. Die Benutzer sind sich aber anscheinend nicht im Klaren darüber, daß solche Mittel hochwirksame Gifte sind. Imprägnierungen in Matratzen und Teppichen gegen Motten und Milben oder auch Flammenschutzmittel. In Matratzen ist das ein besonders heikles Thema, da manche Menschen bis zu 10 Stunden, Kleinkinder oft noch länger, im Bett verbringen und die Körperwärme die Ausdünstung der Gifte auch noch begünstigt.“

F: „Welche Stoffe haben sich als besonders problematisch herausgestellt?“

A: „DDT ! DDT wurde bei seiner Entdeckung als relativ harmlos dargestellt, weil es nicht besonders toxisch zu sein schien. Damals wurde aber nicht erkannt, vermutlich auch nicht untersucht, daß DDT eine extreme Hormonwirkung aufweist. Das bedeutet natürlich auch Wirkungen auf den Nachwuchs einer Art. Primär wurden bei Giften immer die toxischen Werte in den Vordergrund gestellt, man hat es aber unterlassen, die Spätfolgen zu untersuchen. Dies führte dazu, daß Stoffe wie DDT über einen Zeitraum von 20 Jahren eingesetzt wurden. Bevor endlich 1979 ein Verbot durchgesetzt werden konnte, war der nächste Stoff, das PCP, schon als „Nachfolger“ da, der mindestens genauso schädlich ist und wieder in großen Mengen und sehr verbreitet angewandt wurde. Das PCP wurde 1989 verboten. Es scheint, als würden Forschungserkenntnisse in diesen Bereichen besonders träge verarbeitet. Das alte Sprichwort: „Aus Schaden wird man klug!“ scheint hier nicht zu greifen.“

F: „Was sind die aktuellen Problemstoffe? Wenn „nichts gelernt“ wurde, kann man davon ausgehen, daß wir heute ähnlich problematische Substanzen verwenden?“

A: „Davon können Sie sogar ganz sicher ausgehen! Momentan ist eine besonders heikle Stoffgruppe die Pyrethroide. Die Gruppe der Pyrethroide, entstanden aus dem natürlichen Stoff „Pyrethrum“, das sich in der Chrysantheme befindet, die so ganz „natürlich“ ihre Schädlinge von sich fernhält bzw. tötet. Zuerst wurde es gegen Forstschädlinge und im Gartenbau in Gewächshäusern eingesetzt. Man stellte fest, daß es verhältnismäßig kurzlebig war, weil es auf biologischer Grundlage hergestellt war. Als Konsequenz hat man es industriell stabilisiert und damit auch die Langlebigkeit erzielt. Nun wird es „breit“ eingesetzt und wir haben natürlich auch die „breitesten“ Probleme damit, weil es neurotoxisch ist, d.h. es wirkt auf das zentrale Nervensystem.. Dieses Mittel dann noch in Händen von Leuten, für die „viel auch gut“ bedeutet, die reinste Katastrophe!“

F: „Ich kann mich bei den Pyrethroiden erinnern, daß der Kakerlakenfänger von der „biologischen Wirkungsweise“ geschwärmt hat und sie als einen ganz natürlichen Stoff gepriesen hat.“

A: „Ja, ja, ganz toll! Natürlich gibt es in der Biologie giftige Stoffe, und was für welche! Die Biologie erzeugt sie selbst, meist zu ihrem Schutz oder aber als Warnung. Nehmen wir nur das Botulin. Es entsteht ganz natürlich durch Bakterien bei der Zersetzung von Fleisch, seine Toxizität ist extrem höher als die von Dioxin, und Dioxin dürfte Ihnen vermutlich noch als „Seveso-Gift“ bekannt sein. Deshalb enden Lebensmittelvergiftungen auch heute oftmals noch tödlich. Denken Sie auch ruhig mal an „Schimmeligifte“, die sind gar nicht so ohne! Sie werden oft stark unterschätzt, besonders im Hinblick auf ihre Auswirkungen bei chronischen Beschwerden.“

F: „Wo befinden sich nun diese Pestizide vor allem? Ich meine, es wird ja niemand zu Hause Pestizide einsetzen, um Fliegen loszuwerden.“

A: „Natürlich wird auch das heute noch gemacht, es ist immer noch Insektenspray im Handel und auch Verdampfer gegen Mücken, und sie werden auch noch in Mengen benutzt, sonst würde sich der Verkauf gar nicht lohnen. Aber das weitaus größere Spektrum findet sich in Gegenständen und Bereichen, wo Sie es vielleicht gar nicht vermuten, und trotzdem befindet es sich noch in Ihrer Wohnung. Vor allem in Teppichen und Textilien als „Mottenschutz“. In Holzdecken und Vertäfelungen als sogenanntes „Holzschutzmittel“, das Holz vor Schädlingen wie Holzwürmer o.ä. schützen soll; ebenso als „Flammhemmer“, d.h. ein Anstrich, der eine Brandverzögerung darstellen soll, den die Bauvorschrift vorsieht. Dieser wird vor allem in Dachstühlen und Fachwerkbauten angewandt.

Nun müssen Sie sich allerdings fragen, was hat ein sogenannter „Flammhemmer“ im Bett zu suchen? Für Heime und ähnliche Bereiche wird Bettzeug angeboten, das den Flammenschutz bis zu zehn Kochwäschen garantiert! Es muß einem doch klar sein, daß heutzutage weniger Kinder und alte Menschen in ihrem brennenden Bett sterben als an ihrem durch Pestizide und Biozide verursachten „Krupp oder Asthma“ ersticken. Wir hatten in der Untersuchung eine Kinderbettmatratze in der ein sogenannter „plötzlicher Kindstod“ stattfand. Die Matratze war belastet mit dem Flammenschutzmittel TCEP in einer Konzentration, daß es ein Fall für den Staatsanwalt sein müßte.

Ein weiteres Problem ist auch die Beziehung der Menschen zu ihrem Eigentum: einerseits eine Überbewertung von „Luxusartikeln“, andererseits wieder die „knappe Kasse“ und das Konsumverhalten schlechthin.

Ich werde Ihnen jetzt einmal die Belastungen und Mehrfachbelastungen von Investitions- und Verbrauchsgütern an Beispielen aufzeigen, die bei vielen Leuten eine große Rolle spielen, damit Sie eine Vorstellung der „Vergiftungsmöglichkeiten“ bekommen:

- Schöne, wertvolle Teppiche und Antiquitäten: Motten- bzw. Holzschutzmittel (u.a. Pyrethroid, Lindan, PCP)
- Parkett, Tapeten, Gardinen, Übergardinen, Couchgarnitur: Kleber, Imprägnierungen, Polsterschäume (u.a. Lösemittel, Isocyanate, Styrol, Formaldehyd, Chromate, Phtalate, PCB und die gesamte Palette der Flammenschutzmittel)
- Auslegeware, Matratzen, Kissen, Decken: Kleber, Schäume, Mottenschutz, Imprägnierung (u.a. Lösemittel, Phtalate, Chlor, Polycyclische Aromate, Lindan)
- Neues Mobiliar: Holzschutzmittel, Kleber (u.a. Terpene, Formaldehyd, Lösemittel)
- Küche, Bad und Keller: Reinigungsmittel, Abdichtungsmassen, Schimmel (u.a. PCB, Chlorverbindungen, Formaldehyd, Lösemittel, Pyrethroid und jede Art der Aflatoxine)
- Garten und Sauna, Schwimmbad: Pestizide, Fungizide (u.a. Pyrethroid, Lindan, Chlorverbindungen)
- Kleidung und Hygieneartikel: Pelze und nicht waschbare Kleidung, Parfüms (u.a. Biozide, PAKs, Isopropyl, Methanol, Benzol, Toluol, Xylol, Pyrethroid, PER)“

F: „Was halten Sie von „Kunststoffteppichen“ ?“

A: „Diese Frage wird uns auch immer wieder gestellt, wenn die Leute renovieren möchten. Auch das Laminat kommt dann oft zur Sprache, worüber ich später noch etwas sagen werde. Kunststoffteppiche, die ja überwiegend als Auslegeware angeboten werden, sind, was die

Schadstoffe angeht, meist relativ unbedenklich. Allerdings dürfen Sie hier nicht vergessen, daß sie einen Schaumstoffrücken haben, der je dicker, desto belasteter mit Weichmachern ist. Außerdem wird er in den meisten Fällen verklebt, d.h. wiederum oft mit Isocyanaten belastet. Wie Sie sehen, kommt hier ein großes Problem hinzu, was die Verarbeitung betrifft. Das möchte ich Ihnen auch am Beispiel „biologischer Teppichböden“ zeigen. Eine völlig unbehandelte Schafwolle mit Ziegenhaar, mit einem Sisalrücken versehen, also hochwertig, wird sorgfältig verarbeitet zu Auslegeware. Damit die Klebeverbindung Faser zu Faser geschmeidig bleibt, war der Kleber mit einem Weichmacher versehen. In diesem Belag wurden bei einer Probe 20000 (zwanzig Tausend !!) mg pro kg Di-(2-ethylhexyl)-Phtalat (DEHP) gefunden, in geringen Mengen noch als Biozid Lindan und Phenanthren aus der Gruppe der Polycyclischen Aromatischen Kohlenwasserstoffe (PAKs). Er wurde vom Teppichleger mit einem unschädlichen Kleber verlegt und trotzdem war das Endprodukt hochgradig belastet. Phtalate sind übrigens hormonähnlich, wie einige andere Stoffe auch.

Laminat besteht aus Preßspan mit einem Furnier aus Holz, also auch verklebt. Das bedeutet, Sie wissen nicht, aus welchem Holz die Späne sind und Ihnen ist nicht bekannt, mit welchem Kleber sie zusammengehalten werden und das Furnier aufgetragen worden ist. Im Fall Laminat ist der Kleber fast immer eine Harnstoff/Formaldehyd-Verbindung. Das Formaldehyd gas bei Feuchtigkeit immer aus, bis zum völligen Zerfall des Teiles.

F: „Was empfehlen sie dann dem Verbraucher ?“

A: „Das ist eigentlich das große Problem. Grundsätzlich bedeutet, daß nicht immer „ÖKO oder BIO“ drin ist, wenn es draufsteht. Es gibt keine „generellen“ Empfehlungen, wie Sie anhand obiger Beispiele selbst schon bemerkt haben. Und jetzt will ich Ihnen auch unser „größtes“ Problem nennen: „mehr, schneller und billiger !“ Der Verbraucher möchte mit wenig Finanzaufwand möglichst viel Ware, die dazu noch kostbar aussehen soll, in kurzer Zeit haben. Arbeitslöhne von Handwerkern sind mittlerweile im Verhältnis sehr teuer.

Das bedeutet im konkreten Fall beim Hersteller, der ja nun etwas anbieten möchte und die Konkurrenz fürchtet: Er kauft Rohware möglichst billig ein, hier spielt auch oft die Qualität keine Rolle mehr, verarbeitet sie mit Maschinen möglichst schnell und in großer Menge. Sein Ziel ist, möglichst hohen Gewinn an dem Produkt zu erwirtschaften.

Der Verbraucher freut sich, daß ihm das Parfüm in der so teuer aussehenden Flasche zum Sonderpreis angeboten wird und greift zu. Das gilt genauso für das T-Shirt, die Schuhe, den Teppich und Baustoffe für das Haus. Die Baustoffe werden verarbeitet von Do-it-Yourself-Handwerkern mit geringem Sachverstand und ungeübten handwerklichen Fähigkeiten oder auch von Fachhandwerkern, die schlampig arbeiten oder teilweise über die Ware, die sie verarbeiten, nicht richtig Bescheid wissen. Sowohl der Verbraucher als auch zum Teil der Handwerker haben überhaupt keine Kontrolle, woher seine gekaufte Ware stammt, geschweige denn, welchen Fertigungsprozeß sie durchlaufen hat. Deshalb fordern ja auch schon lange vernünftige Menschen „Transparenz“ und „kleine Wirtschaftskreisläufe“.

F: „Wann sollte man eine Hausuntersuchung denn überhaupt vornehmen lassen, und wie gehen Sie dann vor?“

A: „Wenn man sich krank oder ständig unwohl, nervös oder auch übermäßig belastet fühlt. Wenn man chronische Beschwerden hat, die die Ärzte nicht in den Griff bekommen. Hier sollte man nicht resignieren, sondern sich aufrufen, einen Arzt suchen, dem man vertraut und mit ihm zusammen eine gründliche Anamnese durchführen. In gewissem Sinne ist eine Hausuntersuchung „Detektivarbeit“, die auch gewisse Erfahrung voraussetzt; hier genügt oftmals nicht das Wissen über

„belastete Baustoffe“ allein, sondern oft auch, wie sich Toxine im Körper verhalten und was sie letztendlich im bestimmten Fall anrichten können.

Wie Sie wissen, war Sherlock Holmes auch nur besonders erfolgreich, weil er von seinem Freund Watson unterstützt wurde. Wir haben immer in solchen Fällen gute Erfolge für den Patienten erzielt, bei denen wir mit dem Arzt vertrauensvoll zusammengearbeitet haben. Giftstoffe können Sie durch gezielte Blutuntersuchungen nachweisen; hierbei ist ein gutes Labor wichtig. Wenn Sie z.B. erfahren, daß ein Patient mit verschiedenen Toxinen unterschiedlich belastet ist, dann können Sie auch gezielter danach in seinem Umfeld suchen. Finden Sie die Gifte nicht in seiner Wohnung, dann besteht sogar die Möglichkeit, daß er sie sich an seinem Arbeitsplatz „einfängt“. In seiner Wohnung kann er dann entsprechend seiner Belastung und seinem Finanzrahmen bei der Sanierung Prioritäten setzen, an seinem Arbeitsplatz ist das meist schon etwas schwieriger. Es gibt dann auch noch einen zweiten Weg: Der Patient läßt eine Probe Hausstaub untersuchen, wenn er die Vermutung hat, daß etwas in seiner Wohnung nicht in Ordnung ist.“

F: „Wie würden Sie Hausstaub einschätzen, oder welche Probleme können sich darin widerspiegeln?“

A: Auf Grund einer Forschungsarbeit haben wir einen guten Zugriff auf einen Test, in dem Hausstaub auf 65 verschiedene Stoffe untersucht wird. Diese sind eingeteilt in Biozide, Pyrethroide, Polychlorierte Biphenyle, Polycyclische aromatische Kohlenwasserstoffe, Weichmacher und Flammschutzmittel. Durch die Forschungsarbeit ist dieses Screening kostengünstig, und es läßt manches schon deutlich erkennen. Wenn im Staub im Milligrammbereich schon bestimmte Pestizide auftauchen, dann kann man oft schon von Holzverkleidungen oder ähnlichem ausgehen. Pyrethroide oder Lindan deuten oft auf Teppiche hin, es kann aber genauso gut auch das Bett sein, wenn der Staub aus dem Schlafzimmer ist. In Kunststoff-Bodenbelägen oder aber auch Matratzen können Weichmacher drin sein. Die Möglichkeiten sind recht vielfältig, sie sind aber durchaus zu erkennen, wenn man an Ort und Stelle ist. Bei vielen Produkten kommt es mir auch zugute, daß ich als Ingenieur die Fertigungsverfahren kenne, die ein Produkt vermutlich durchlaufen hat.“

F: „Es scheint mir so, daß sich Schadstoffe im Hausstaub konzentrieren und dadurch eine besondere Belastung für den Organismus darstellen können.“

A: „Ja, das ist richtig. Aber Vorsicht, die Konzentrationen sind meist nicht so, daß sie einzeln akut toxisch wirken, sie wirken erst toxisch durch ihre Aufsummierung und auch hier werden sie von jemand, der chronisch belastet ist, ganz anders wahrgenommen, als von einem weniger Belasteten. Es reagiert auch nicht jeder auf jeden Stoff gleich. Es verhält sich ganz einfach so, wie bei dem Beispiel von dem Faß, das irgendwann überläuft.“

F: „Manche Allergiker staubsaugen ja nicht mal gerne, weil sie anschließend eine drastische Verschlechterung ihres Allgemeinzustandes feststellen. Worauf ist das zurückzuführen?“

A: „Das ist verständlich. Schauen Sie eine Staubsaugertüte an, dann stellen sie fest, daß sie eine gewisse Porengröße hat. Das heißt der Feinststaub, der lungengängig ist, wird in einer Staubsaugertüte gar nicht zurückgehalten. Die meisten Problemgifte binden sich an den Staub und wenn dieser lungengängig ist, dann geht das Gift direkt ins Blut über. Normalerweise sinkt Hausstaub auf den Boden, laufen Sie aber mit einem Staubsauger durch die Wohnung, dann saugen sie alles vom Boden auf. In der Staubsaugertüte halten sich nur die größeren Partikel, der Feinststaub wird aber durch die Verwirbelung wieder in den Raum zurückgeworfen. Während des Saugvorganges atmen Sie natürlich nun auch mehr Staub ein, als wenn Sie nur dasitzen. Wenn Sie

nun, als bereits Belasteter, auf die Gifte reagieren, dann geht es ihnen gerade jetzt besonders schlecht.“

F: „Vielen herzlichen Dank, Herr Ortloff, für das Gespräch und die vielen praktischen Hinweise!“

Flammschutzmittel

(Uwe Münzenberg – Vorsitzender des Berufsverbandes Deutscher Baubiologen)

Im Rahmen einer Studie von 983 untersuchten bundesdeutschen Haushalten wurden in über 90% aller Fälle deutliche Konzentrationen sogenannter Trialkylphosphate gefunden. Diese Stoffklasse wird als Flammschutzmittel und Weichmacher in verschiedenen Einrichtungs- und Baumaterialien verwendet. Häufig finden sich diese Stoffe in lackierten Holzdecken, Bodenversiegelungen, Teppichen, Wandfarben, Glasfasertapeten oder Schaumstoffen wieder. Trialkylphosphate sind als Nervengifte bekannt. In belasteten Innenräumen beobachten wir zunächst akute Reizerscheinungen von Haut- und Schleimhäuten. Die Beschwerden äußern sich in Form von Augenbrennen, Halskratzen oder Hautausschlägen. Nach jahrelanger Aufnahme durch die Betroffenen können Beschwerden auftreten, wie sie bei Belastungen mit Holzschutzmitteln häufig vorkommen. Beispiele sind Müdigkeit, Antriebslosigkeit oder erhöhte Infektanfälligkeit. Für diese Substanzen sind bislang kaum toxikologische Daten vorhanden, um die Gesundheitsgefahr, die von diesen Stoffen ausgeht, einschätzen zu können. Eine Festlegung von Richt- oder Grenzwerten zum Schutz der Verbraucher liegt noch in weiter Ferne. Zu diesem Ergebnis kommen drei unabhängige Institute der Arbeitsgemeinschaft ökologischer Forschungsinstitute (AGÖF) nach einer gemeinsamen Auswertung ihres Datenmaterials.

Nicht sichtbarer Pilzbefall

Pilze müssen nicht als Fleck oder Rasen auf der Wand sichtbar sein, um zu schaden. Versteckt hinter Verkleidungen und Vertäfelungen, unter Dämmungen und Fußbodenbelägen fühlen sie sich eh wohler als im direktem Tageslicht und gedeihen dort prächtig. Pilze können Millionen mikroskopisch kleiner **Sporen** pro Minute produzieren und an die Umwelt abgeben. Pilze können aber auch hochtoxische Mykotoxine bilden und leichtflüchtige Schadstoffe an die Raumluft abgeben und Pilzerkrankungen verursachen. Die Sporen der Schimmelpilze gehören zu den wichtigsten Innenraumallergenen. Sie verbreiten sich im Innenraum und werden von den dort sich aufhaltenden Menschen eingeatmet. Allergene aus Schimmelpilzen binden sich an Feinstäube, die als Schwebstaub in der Innenraumluft vorhanden sind und über die Atemwege in den menschlichen Organismus gelangen.

30 % der Bevölkerung zeigen positive Pilzbefunde in Speichel und Stuhl. 80 % der an Schuppenflechte Erkrankten sind pilzauffällig, bei Neurodermitis ist der Prozentsatz ähnlich hoch. Der größte Teil aller Allergiker sind Schimmelpilzallergiker: 35 %. Von 1968 bis 1988 hat sich die Zahl der Hefepilzerkrankten verzwanzigfacht. Die heimliche Seuche fordert bei uns etwa 10.000 Tote pro Jahr. Davon könnten 9900 leben, wenn sie früh genug diagnostiziert und therapiert und die Pilzquellen beseitigt worden wären. Die meisten Aids-Patienten sterben an Pilzen. Die meisten bösartigen Tumore sind pilzbefallen. 70 % der in der Uniklinik Düsseldorf obduzierten Toten, bei denen keine eindeutige Todesursache festgestellt werden konnte, waren voller Pilze. Im Dezember 1992 starben 6 Menschen in der Uniklinik Frankfurt durch den Schimmelpilz *Aspergillus fumigatus*, der nach Reparaturarbeiten in die Krankenzimmer gelangte. Pilze gehören nicht zur normalen Flora des Menschen, sind im gesunden Körper nicht nachzuweisen. Das soll nicht heißen, daß jeder Pilznachweis im Blut, Speichel, Urin oder Stuhl gefährlich ist. Der immunstabile Körper als Wirt kann gut mit ein paar Pilzen als Gast leben. Nur zu viele Pilze fakultativ

pathogener Arten oder schlechte Widerstandskräfte werden zum Risiko.

Sonnenlicht – die Quelle allen Lebens

Licht ist die eigentliche Quelle allen Lebens auf der Erde. Es ist die Kraft, die das Leben in Gang setzt und die Energiequelle, die es aufrechterhält. Sonnenlichtmangel ist die Zivilisationskrankheit des späten 20. Jahrhunderts! Besonders im Herbst und Winter führt der Mangel an Sonnenlicht nicht selten zu Lethargie, depressiv-pessimistischer Grundstimmung, exzessivem Essen, verminderter Immunabwehr, übermäßigem Schlaf, Morgenmüdigkeit und Konzentrationsschwäche. Die sogenannte Winterdepression wird schon seit vielen Jahren erfolgreich mit besonders hellem Licht (10.000 Lux-Leuchten) behandelt. Das volle Spektrum des Sonnenlichts umfaßt alle Farben des Regenbogens. Jede Farbe übt eine spezifische Wirkung auf den Organismus aus. So aktiviert der Rotbereich z. B. intensiv das Herz- und Kreislaufgeschehen, der UV-Bereich das Immunsystem. Herkömmliches Kunstlicht (wie normale Leuchtstoffröhren oder Glühbirnen) weicht in seiner Spektralkurve erheblich vom Farbspektrum des Sonnenlichts ab und wirkt sich daher auf Dauer negativ auf unsere Gesundheit aus

Zu hohe Dosen UV-Strahlung können Sonnenbrand und als Spätfolge Hautkrebs auslösen. Wissenschaftlich erwiesen ist aber auch, daß eine gewisse Menge UV-Licht für ein gesundes Leben unabdingbar ist. Denn: UV-Licht aktiviert das Immunsystem und die Vitamin-D-Synthese (Knochenaufbau), es erhöht die Herzleistung, senkt die Cholesterinwerte und den Blutdruck, erhöht die Produktion von Geschlechtshormonen und wirkt sich sehr positiv bei Diabetes, Krebs, Klimakterium, Schlafstörungen, Asthma, Osteoporose und bestimmten Hautleiden aus, wie klinische Studien gezeigt haben. Es kommt also auf die Dosis an. Wer sein Leben hinter UV-abschirmenden Windschutzscheiben, Brillengläsern und Bürofenstern verbringt, erhält sicherlich viel zu wenig Sonnenlicht, und seine geistige und körperliche Gesundheit leidet darunter. Auch im Zeitalter des Ozonlochs und der schädigenden Sonneneinstrahlung gibt es Möglichkeiten, Körper und Seele mit gesundem Licht zu versorgen.

Vollspektrumlicht – der moderne Sonnenersatz

Moderne Fertigungsmethoden ermöglichen die Herstellung von Vollspektrumleuchten, deren Farbspektrum bis zu 95% mit dem des natürlichen Sonnenlichts übereinstimmt. Somit gleicht Vollspektrumlicht in Innenräumen auf ideale Weise den Lichtmangel aus, der mit der dunklen Jahreszeit und unserer modernen Lebensweise verbunden ist. Für eine gute Wirkung ist besonders wichtig, dass das Vollspektrumlicht auch im UV-Bereich stark vertreten ist. Dies ist bei vielen Röhren leider immer noch nicht der Fall.

Dr. Clark setzt Vollspektrumlicht ein

Vollspektrumlicht, hat Dr. Clark entdeckt, entfernt den Ferritinmantel, der sich infolge von Asbestablagerungen auf den Weißen Blutkörperchen absetzt und diese so funktionsuntüchtig macht. Vollspektrumlicht hilft auf diese Weise wirkungsvoll, die Immunfunktion der Leukozyten wiederherzustellen. Dr. Clark empfiehlt, das erkrankte Organ mehrmals täglich mit Vollspektrumlicht zu bestrahlen.

Einziger Nachteil

Alle Leuchtstoffröhren und Energiesparlampen enthalten Spuren von Quecksilber, die das Glas zwar nicht durchdringen, aber beim Betrieb in winzigsten Mengen freigesetzt werden können. Allerdings ist diese Belastung minimal und gesundheitlich nicht bedenklich, solange man nicht dutzende von Leuchtstoffröhren oder quecksilberreicheren Energiesparlampen brennen hat. Es gilt, diesen Nachteil gegen die vielseitigen therapeutischen Vorteile des Vollspektrumlichts abzuwägen.

Wasser – Lebensmittel Nr. 1

Unser Körper besteht zu fast 70 % aus Wasser, das Gehirn sogar zu 90 %. Als Baby bestehen wir zu zirka 80% aus Flüssigkeit, als Erwachsene, ähnlich wie die Erdoberfläche, immerhin noch zu ca. 70 %. Bei älteren Menschen geht der Flüssigkeitsanteil auf deutlich unter 70% zurück. Es besteht also ein direkter Zusammenhang zwischen der Qualität und Quantität des Wassergehaltes in unserem Organismus und dessen Vitalität. Wasser spielt eine zentrale Rolle im Stoffwechsel: es dient als Lösungsmittel und wichtiger Informationsträger. Es hilft beim Stoffaustausch, bei der Regulierung des osmotischen Drucks, bei der Energiegewinnung und Entgiftung. Bei chronischer Dehydrierung kann es zu schweren Krankheitssymptomen kommen: Kopfschmerzen, Migräne, Verwirrtheit, Herzbeschwerden, chronische Müdigkeit, Blutdruck-, Gelenk- und Nervenprobleme, übermäßiges Essen, erhöhte Cholesterinwerte, Emboliegefahr, Schlaganfall.

Louis Pasteur stellte fest: „Wir trinken 90% unserer Krankheiten.“ Jeden Tag nehmen wir ca. 2 Liter Wasser zu uns. Es ist also kein Wunder, daß sich durch das Trinken von belastetem Wasser Schadstoffe sehr schnell in toxischen Mengen im Körper ansammeln. Vor allem Kleinkinder können sehr rasch lebensgefährliche Dosen akkumulieren (allein 19 belegte Todesfälle in Bayern durch Kupfervergiftung). Die jüngste Studie von Prof. Dr. Wassermann, Universität Kiel, brachte das erschütternde Ergebnis, daß die ohnehin viel zu hohen Richtwerte für Kupfer und Blei vielerorts noch um ein vielfaches überstiegen werden.

Reines Trinkwasser wird vielerorts zur Mangelware. Trink- und Leitungswasser in Deutschland kommt immer seltener aus Quellen oder Tiefbrunnen. Ca. 50% - 70% wird Flüssen, wie dem Rhein, und Seen, wie dem Bodensee, entnommen. Im Trinkwasser wurden über 1200 Gift- und Schadstoffe, von denen erst 150 wissenschaftlich erforscht sind, nachgewiesen. Die Trinkwasserqualität ist von Ort zu Ort, ja selbst von Haus zu Haus (je nach Hauszuleitung und Hausleitung) sehr unterschiedlich. Die Analysen der Wasserwerke sind leider auch nicht ausreichend, da sie nicht das Rohrleitungssystem bis zum Verbraucher berücksichtigen.

Blei: Bleirohre sind Deutschland noch häufiger im Gebrauch, als man vermuten würde, vor allem in den neuen Bundesländern. Blei ist ein starkes Gift, das für Schwangere, Säuglinge und Kinder besonders gefährlich ist. Die Symptome einer chronischen Bleivergiftung sind Kopfschmerzen und Migräne, Schlafstörungen und Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Magen-Darm-Beschwerden, Kopf- und Gliederschmerzen, blaßfahle Färbung der Haut; die Folgen sind Entwicklungsstörungen des Gehirns und ZNS, Blutarmut, Immunschwäche, Nierenschäden, Leberschäden, Unfruchtbarkeit und vermehrt Fehlgeburten.

Kupfer: Allgegenwärtig im Trinkwassernetz sind Kupferrohre. Kupferionen sind ein wichtiges Spurenelement, das im Körper wichtige, ja essentielle Funktionen übernimmt (z. B. bei der Blutbildung). Der Körper kann allerdings nichts mit den für physiologische Verhältnisse riesigen Kupferbrocken anfangen, die wir aus der

Trinkwasserleitung aufnehmen. Das Kupfer muß entweder wieder ausgeschieden werden oder lagert sich ab. Besonders für Babys kann Kupfer schädlich bis tödlich sein. Symptome einer Kupfervergiftung sind Magen-Darmstörungen, Müdigkeit und Apathie, gelblich verfärbte Augen, Haarausfall, Reizungen der Augen, Depression. Die Langzeitfolgen einer chronischen Kupfervergiftung sind Leberschäden (bis hin zur Zirrhose), Allergien, allgemeine Immunschwäche, Nierenschäden, Nervenschäden (Lähmungen, Zittern). In Tumorgewebe sind regelmäßig stark erhöhte Kupferkonzentrationen vorzufinden, so daß eine Beteiligung an der Tumorgenese, wie sie Dr. Clark vermutet, nicht auszuschließen ist. Es gibt in Deutschland keine Grenzwerte für Kupfer. Die EG-Richtlinien liegen bei 3 mg/l, also 3 mal höher als die Grenzwerte der WHO (1 mg/l).

Nitrat: Mancherorts stellt Nitrat eine große Gefahr im Trinkwasser dar. Nitrat kann im Körper zu Nitrit und zu hochkrebserregenden Nitrosaminen umgewandelt werden. Besonders bei Säuglingen kann es zur Methämoglobinämie kommen, die tödlich verlaufen kann (Blaufärbung). Nitrat konkurriert mit Jod, wobei Nitrat deutlich besser aufgenommen werden kann. Nitrathaltiges Trinkwasser führt also zu Jodmangel und begünstigt die Entstehung von Jodmangelkrankheiten.

Asbest: Was kaum einer weiß – über 12% der Trinkwasserleitungen in Deutschland (50.000 km) bestehen aus Asbest. Die extrem feinen und resistenten Asbestfasern (Durchmesser 1 µm) sind karzinogen. Sie haken sich im Körpergewebe fest oder können auch durch den Körper wandern, wobei sie ständig Mikroverletzungen der Zellen auslösen und damit auf Dauer eine tumoröse Entartung auslösen können.

Der französische Forscher und Hydrologe Prof. Louis Vincent hat in langjähriger Arbeit bewiesen, daß ein enger Zusammenhang zwischen dem Trinkwasser einer Bevölkerung und deren Gesundheitszustand besteht. Es gibt Gegenden, in denen es kaum Krankheiten gibt, insbesondere kaum Krebs und Herzinfarkt. Dort ist das Wasser noch rein. In allen anderen Gegenden mit erhöhter Erkrankungshäufigkeit findet man ein Trinkwasser, das den von Vincent gestellten Forderungen nicht entspricht. Das heißt, das Wasser ist dort beladen mit vielen Substanzen, die nicht hineingehören: Mineralien, Chemikalien, Bakterien, Chlor (zum Zwecke der Desinfektion), Bakterienleichen und deren Leichengifte (als Folge der Desinfektion), Viren u. a. m. Bei der Beurteilung der Trinkwasserqualität spielt der Widerstand oder Leitwert des Wassers die größte Rolle. Hat das Wasser einen hohen Widerstand (über 6000 Ohm) bzw. einen niedrigen elektrischen Leitwert (unter 200 Mikrosiemens), so befinden sich in ihm sehr wenige gelöste Stoffe, und es kann seine Entgiftungsfunktion im Körper richtig wahrnehmen. Bei den meisten Mineralwässern- und Trinkwässern liegt der Leitwert weit höher und der Organismus wird belastet.

Welche Alternativen gibt es zum Leitungswasser?

Aufgrund der häufig mangelhaften Qualität des Trinkwassers sind viele Verbraucher dazu übergegangen, Mineralwasser zu kaufen. Von 240 untersuchten Mineralwässern dürfte rund die Hälfte nicht als Trinkwasser in die Leitung kommen, weil meist ihr Natrium- oder auch Nitratwert zu hoch ist. Fünf Marken enthalten Arsenmengen, die sogar über den Grenzwerten der Mineral- und Trinkwasserverordnung liegen (vgl. Natur 3/87). Die Auflagen für Trinkwasser sind erheblich strenger als diejenigen für Mineralwasser. Nicht nur Dr. Clark rät also von Mineralwasser ab.

Mit Sicherheit ist es am gesündesten, sauberes Leitungswasser zu trinken. Nur ist das heute eher eine Ausnahme als die Regel. Die meisten Wasserfilterungssysteme sind mit großen Nachteilen verbunden: Herkömmliche **Aktivkohlefilter** binden zwar Schwermetalle und Chlor (Nitrat-Ionen werden nicht herausgefiltert), haben aber bald ihre Kapazität erreicht und setzen die Schadstoffe dann aber wieder ins Wasser frei.

Dampfdestillier liefern zwar chemisch reines Wasser, arbeiten aber mit Strom (Elektrosmog) und

verbrauchen sehr viel Energie. **Ionenaustauscher** verschieben künstlich und einseitig die Ionenverhältnisse im Wasser. Nach eingehender Überprüfung aller gängigen Filtersysteme erscheint die **Umkehrosmose** die auf Dauer einzige wirkungsvolle, ökonomische und ökologische Wasserreinigung. Leitungswasser wird mit dem Leitungsdruck gegen eine halbdurchlässige Membran gedrückt, so daß nur die kleinen Wassermoleküle die Poren der Membran passieren können. Die Poren sind ca. 0.0001 mm (Mikrometer) groß. Größere Partikel, wie z. B. Viren (ca. 0,2 mm), Bakterien (ca. 1 mm), chemische Schadstoffe, Nitrat oder Schwermetalle, können die Membran nicht passieren, so daß bei allen bekannten Schadstoffen eine **Reduktion bis zu 99%** eintritt. Eine regelmäßige Kontrolle des Leitwerts des Wassers stellt sicher, daß das Umkehrosmose-System nicht verkeimt (vor allem Gefahr der Rückverkeimung von der Seite des Wasserhahns). Durch die Umkehrosmose erhält das Wasser auch einen niedrigen Leitwert (= hohe Ohm-Zahl), ganz so, wie es Prof. Vincent gefordert hat.

Eines der häufigsten Argumente gegen eine Wasserreinigung auf molekularer Ebene lautet: „Wir brauchen doch die Mineralien aus dem Wasser?!“ Unser Körper ist aber nur sehr begrenzt in der Lage, die anorganischen Mineralsalze des Mineralwassers zu verwerten. Somit sind diese Mineralien oftmals eine zusätzliche Belastung für den Körper, da sie sich entweder im Körper ansammeln und ihn belasten oder über die Niere unverwertet ausgeschieden werden müssen. Die Hauptfunktion des Wassers besteht in seiner Transport-, Lösemittel- und Reinigungseigenschaft. Wenn Wasser bereits mit toten, anorganischen Mineralien gesättigt ist, wird diese Eigenschaft vermindert. Organisch gebundene Mineralien sind lebenswichtig und z. B. in frischem Obst und Gemüse vorhanden. Da die Mineralien in Pflanzen in organischen Verbindungen vorliegen, können sie von unserem Organismus optimal verwertet werden. Daher haben die besten Mineralwässer, wie z. B. Volvic oder Haderheck, einen geringen Leitwert, d.h. wenig Mineralien.

Die spirituelle Dimension von Krankheit und Krankenpflege

(Vortrag von Ludwig Jacob anlässlich des 3.Clark-Symposiums 1997)

Die spirituelle Dimension von Krankheit und Krankenpflege – ist ein Thema, das mir besonders am Herzen liegt. Meines Erachtens ist dies ein wesentlicher Grundgedanke der „Hilfe zur Selbsthilfe“, dem Leitmotto unseres Vereins.

Mechanistische Medizin – Holistische Medizin

Ziel unserer Vereinsarbeit ist es nicht, die Ärzteschaft zu bekämpfen und dem Patienten die Behandlung sich selbst zu überlassen. Solch ein Unterfangen wäre fahrlässig und angesichts der Macht verschiedener Lobbys ohnehin zum Scheitern verurteilt. Ziel ist es vielmehr, Therapeuten darin zu ermutigen, ihrer eigentlichen Aufgabe nachzukommen, nämlich Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten.

Ärzte werden manchmal nicht ohne Ironie „Götter in Weiß“ genannt. Diese Bezeichnung rührt wohl davon her, daß sich Patienten Medizinern nicht selten hilflos ausgeliefert fühlen. Der Patient,

übersetzt der Leidende, Erduldende, wird das Opfer einer mechanistischen Medizin. Das vorherrschende Menschenbild entspricht dem eines kaputten Automobils, das es wieder fahrtüchtig zu machen gilt; der Arzt nimmt die Position eines KFZ-Mechanikers ein, der die entsprechenden Reparaturen durchzuführen hat. Bei einem solchen Menschenbild erübrigt sich das Konzept der Hilfe zur Selbsthilfe, der Kranke ist ein Opfer, ein Ding, das wieder instand gesetzt werden muß. Allerdings gilt auch hier das Gesetz der Affinität: ein Patient, der selbst keine Verantwortung für seine Krankheit und Gesundung übernehmen und die tieferen Ursachen verdrängen will, begibt sich in die Hände der entsprechenden Ärzte, die nur das tun, was von ihnen erwartet wird: Symptombehandlung.

Dabei geht das ganz Wesentliche beim Mysterium Krankheit verloren. Der Mensch unterscheidet sich eben von der dinglichen Welt durch die Seele, durch seine Gefühle, seinen Verstand. Häufig werden wir krank, weil wir in bestimmter Weise gegen die Gesetze der Natur, die Gesetze Gottes verstoßen haben, und die Krankheit ist der existentielle Denkanstoß, der uns wieder zurück zur Harmonie des Kosmos führen kann. Wer Krankheit so versteht und die wahre, tiefere Ursache seiner Erkrankung erkennt, wird die nötigen Kräfte und Hilfen zur Gesundung eher finden.

Daß Krankheiten zahlreiche stoffliche Ursachen haben, von denen wir einige wesentliche beim Symposium angesprochen haben, versteht sich von selbst, sind aber nicht Thema dieses Vortrags, wo der Schwerpunkt auf der geistig-seelischen Komponente liegt, welche die mittelbare, tiefste Ursache der Krankheit bildet.

Während meines Zivildienstes im Krankenhaus beobachtete ich, wie viele Patienten regelmäßig ins Krankenhaus kamen und wieder entlassen wurden, um zu Hause in der gleichen krankmachenden Weise weiterzuleben und nach einigen Monaten wieder ins Krankenhaus eingeliefert zu werden. Übermäßiger Genuß von Zucker, Fleisch, Alkohol und Tabak, ein übersäuerter Stoffwechsel, Toxine aus Amalgambeiß, Kosmetik und Nahrungsmittel, Parasiten, Bakterien, Viren, psychische Traumata, Konsum- und anderer Zivilisationsstreß haben diese Menschen zugrunde gerichtet. Sie wurden krank, aber setzten sich nicht mit den eigentlichen Ursachen ihrer Krankheit auseinander. Im Krankenhaus wurde ihnen dazu auch kaum eine Gelegenheit gegeben.

Dr. Imhof beschreibt in seinem Artikel „Wissenschaftliche Grundlagen einer ganzheitlichen Krebstherapie der Zukunft“ (veröffentlicht im „Krebshandbuch“) die ideale geistige Haltung des Therapeuten: „Im tiefen Wissen um die umfassende Komplexität der Krebserkrankung, im dauernden kritischen Hinterfragen und in sokratischer Einsicht des Nichtwissens entsteht erst die tiefe Demut vor der Krankheit und die echte, ehrliche, hippokratische Redlichkeit des Helfens!“ Wenn man sich bewußt macht, daß hinter jeder Antwort sich zehn neue Fragen auftun, kann man die Bedeutung dieser Aussage erahnen.

Die spirituelle Dimension

Ein Schwerkranker befindet sich einer existentiellen Situation, wo er nicht nur mechanistischer, funktioneller Hilfe, sondern vor allem auch spiritueller Hilfe bedarf. Worin besteht spirituelle Hilfe?

Sie beginnt damit, daß der Therapeut, und damit meine ich jeden, der sich um den Kranken kümmert, also vor allem auch Angehörige und Pflegepersonal, den Kranken als spirituelles Wesen anerkennt und sich auch seiner eigenen Spiritualität bewußt ist. In einer Zeit, wo die etablierten

Kirchen für viele Menschen keine wahre Zuflucht mehr bieten, wo neue religiöse Bewegungen und New Age Gruppierungen oft zweifelhaftes Heil verheißen, wo der Materialismus und Agnostizismus den Ton der Zeit angibt und unter den spirituell Suchenden Verwirrung und Zwietracht sät – in einer solchen Zeit ist es wichtiger denn je, nach innen zu schauen und sich Gedanken über das Wesen echter Spiritualität zu machen.

Echte Spiritualität ist mit echter Religiosität gleichzusetzen. Religion stammt vom lateinischen Wort „religio“ ab, was so viel bedeutet wie „Rückbindung“. Auch das Sanskritwort „yoga“ bedeutet übrigens nichts anderes als Verbindung oder Rückbindung mit dem Höchsten. Ein spiritueller Mensch strebt also danach, sein Selbst mit dem höchsten Selbst, Gott, zu verbinden und in Harmonie mit dem höchsten Willen zu leben („Herr, Dein Wille geschehe!“). Viele Menschen erkranken gerade deshalb, weil sie ihr spirituelles Selbst verleugnen; andere, weil sie durch Leid ermutigt werden sollen, noch tiefer und inniger diese Beziehung zu entwickeln und durch Leid Läuterung und Reifung bis zur Vollendung erfahren. Und nur jemand, der eine höhere Zuflucht gefunden hat und sich seiner eigenen ewigen Identität voll bewußt ist, kann die selbstzerstörerische Angst vor Krankheit und Tod überwinden.

Die Aufgabe des Therapeuten, der Angehörigen und Pfleger ist es also, die spirituelle, geistige Entwicklung des Kranken zu unterstützen, ohne durch Dogmen, vorgefaßte Meinungen oder Weltbilder irgendwelchen Zwang auszuüben.

Das wunderbare Wesen Gottes zeigt sich daran, daß Er uns absolute Freiheit gewährt – zum Guten wie zum Schlechten. Aber Er tut dies nicht in der Haltung: „Mach doch, was Du willst!“, sondern in Liebe. Wenn wir also zu Helfern in Gottes Plan werden, handeln wir als Sein Werkzeug – als ein Medium, durch das Gott hindurchwirkt, um dem Kranken zu helfen. Mit anderen Worten, das Prinzip der absoluten Freiheit und Liebe wird auch zur Maxime unseres Handels, unserer Pflegetätigkeit. Wer in diesem Bewußtsein lebt, kann in Situationen existentiellen Leidens einem Atheisten und Agnostiker genauso zur Stütze werden wie einem Moslem, Hindu, Katholiken oder Protestanten. Wir alle haben den gleichen Vater, ob wir Ihn als Atheist verleugnen oder als Moslem Ihn Allah, als Hindu Krishna oder als Christ einfach Gott nennen.

Dies verlangt dem Therapeuten ab, vor allem an seinem eigenen seelischen Wachstum zu arbeiten. Wenn er lernt, sich als Diener Gottes und Gottes Geschöpfe zu sehen, kann er auf die geistigen Bedürfnisse des Kranken eingehen und ihm helfen, den Sinn seiner Krankheit zu verstehen und zu akzeptieren, um so einen Ausweg zu finden.

Wenn wir in unserem Leben zurückblicken, müssen wir uns eingestehen, daß wir entscheidende Einsichten oft erst in Phasen großen Leids bekommen haben. Krankheit hat nicht selten diesen Zweck: sie soll uns reifen lassen. Diesen ureigenen seelischen Prozeß kann ein ganzheitlicher Therapeut begleiten und fördern; ein mechanistisch denkender Therapeut dagegen durch rein symptomatische Behandlung verdecken und verhindern.

Was eine Krankheit im nachhinein für uns bedeutet, hängt davon ab, wie wir sie verarbeiten und wie uns bei diesem Verarbeitungsprozeß geholfen wird. Eine Krankheit ist jedenfalls meist mehr als sinnloses Leiden, das uns von einem blindem Schicksal aufgezwungen wird.

Dr. Imhof schreibt treffend: „Krebskrankheit kann zu großer Chance werden – und darin liegt ihr tiefer und letzter Sinn: Im Zurückgeworfensein durch die Todesbedrohung eine neue Identität zu gewinnen und in der Heilung ein neues Sich-Geschenkt-Sein erfahren. Krankheit als große Chance zu unendlichem Gewinn also.“

Spätestens durch die Erkenntnisse der Psychoneuroimmunologie dürfte bewiesen sein, daß das seelische Befinden einen herausragenden Einfluß auf den Ausbruch und den Verlauf einer Krankheit hat. Tatsache ist, daß unsere Abwehr kein isoliertes eigenständiges System ist, sondern entscheidend von unserem vegetativen Befinden abhängt. Die Psyche beeinflusst über das limbische System das Vegetativum, und auch der Hormonhaushalt, der starken Einfluß auf unser Immunsystem ausübt, wird im wesentlichen über Hypophyse und Hypothalamus im Gehirn gesteuert. Es ist erwiesen, daß psychische Traumen sich nachhaltig auf unser Immunsystem auswirken. So wird zwar nicht die Zahl der Lymphozyten erniedrigt, aber die Zahl ihrer Interleukin-2-Rezeptoren, was die Immunaktivität entscheidend schwächt.

Normalerweise ist es die Aufgabe der sogenannten natürlichen Killerzellen, fehlerhafte, also potentiell karzinogene Zellen zu beseitigen, bevor sie Schaden anrichten können – ein Prozeß der beim gesunden Menschen täglich tausendfach abläuft. Warum ist dies im Falle eines Krebskranken nicht mehr geschehen? Warum hat das Immunsystem versagt?

Chemische Gifte, Bakterien, Viren, Parasiten, eine Erbkomponente, das Alter – all dies spielt gewiß eine Rolle. Aber liegt der tiefere Grund nicht häufig auch in psychischen Traumen oder darin, daß der Mensch sich im Unterbewußtsein aufgegeben hat? – „Ich will nicht mehr; ich kann nicht mehr; macht doch, was ihr wollt!“, wie Herr HP Eckhardt, der 2. Vorsitzende unseres Vereins, es formuliert. Die unterbewußte innere Kapitulation, das Versiegen des Lebenswillens führt zur Kapitulation des Immunsystems und damit zum Ausbruch der Krebserkrankung.

Eine Krankheit beginnt oft im Geiste: negative, krankhafte Wünsche, Gefühle oder Gedanken, die zu einer negativen, krankhaften Lebensweise führen, die sich dann in den entsprechenden Krankheiten manifestiert. Wenn wir nun diesen Vorgang umkehren wollen, ist es häufig nicht mehr möglich, mit der geistigen Ursache anzufangen. Das würde den ohnehin geschwächten Patienten überfordern. Wir müssen ihm durch die Beseitigung seiner Krankheitsymptome erst einmal Luft verschaffen. Hierzu gibt uns die Clark-Therapie wunderbare und weitgehend nebenwirkungsfreie Methoden in die Hand. Was der Genesende nun mit der neu gewonnen Freiheit anfängt, ist jedoch entscheidend für seine endgültige Heilung. Wenn es ihm gelingt, auch die tieferen, mittelbaren geistigen Ursachen seiner Krankheit zu beseitigen, hat er die Botschaft der Krankheit verstanden, und es beginnt für ihn eine neue Dimension des Lebens, in der er vielleicht gelernt hat, sich nicht mehr von negativen Gedanken und Gefühlen bestimmen zu lassen.

Unser Geist ist das mächtigste Medium, das über Heil und Unheil in unserem Leben entscheidet. Ein von Hoffnung und Liebe erfüllter Geist ist die Grundlage eines gesunden, harmonischen Lebens, während ein von Angst, Haß, Neid und Gier erfüllter Geist uns physisch wie psychisch krank macht.

Vieles wirkt auf der geistig-spirituellen Ebene heilsam und erfüllt das Leben mit neuem Sinn: das individuelle Gebet; die Meditation und Versenkung; gute Literatur und Musik, Farben und auch Techniken wie die Imagination nach der Simonton-Methode.

Dr. Schulte-Uebbing gibt in seinem Buch „Heilige Hildegard. Krebs ganzheitlich behandeln.“ folgende wertvolle Hinweise zur Harmonisierung der Seele:

- Der Krankheit bewußt und ohne Angst begegnen.
- Sich bewußt Zeit nehmen: zum Beten, Nachdenken, Meditieren. Für Gespräche mit Freunden und

guten Bekannten. Für Begegnungen mit Tiefgang.

- Positiv denken: sich über jeden Tag freuen, an dem man gesund ist. Dem Schöpfer dafür danken.
- Sich die Seele „reinhaltend“: destruktive und negative Gedanken bewußt meiden.

Medien und Fernsehen nicht unkritisch konsumieren.

- Sich trotz vieler Enttäuschungen und Rückschläge dennoch den Glauben an das Gute bewahren.
- Ordnung in die eigenen Gedanken bringen, Affekte zähmen, sich die eigenen Gefühle bewußt machen.
- Maßvoll und bewußt leben.
- Den Schlaf durch Wachsamkeit am Tage pflegen.
- Sich freuen an den schönen Dingen des Lebens: an der Natur, an der Harmonie der Schöpfung
- Den Lebensrhythmus ordnen, ohne sich total zu verplanen. Raum lassen für Spontanität.
- Sich gesund und bewußt ernähren und für eine geregelte Funktion der Ausscheidungs- und Entgiftungsorgane sorgen.

Soweit Herr Dr. Schulte-Uebbing's Vorschläge, die auf die Lehren der Heiligen Hildegard zurückgehen.

Die letzte Prüfung

Was nun, wenn all unsere Bemühungen, sei es als Therapeut, als Angehöriger, als Pfleger, Freund etc. fehlschlagen, und der Tod unvermeidbar geworden ist. Auch die Clark-Therapie wird Krankheit und Tod nicht aus der Welt schaffen, und auch spirituelle Krankenbetreuung wird an der 100 %-ige Todesrate in dieser Welt nichts ändern.

Martin Heidegger schreibt über den Tod: „Allein der Tod gibt den Handlungen des Lebens Sinn und entreißt sie einer langweiligen Beliebigkeit.“ Und der Psalmist König David singt: „Herr, lehre uns, unser Sterben anzunehmen, damit wir gut leben.“

Kennzeichnend für die heutige Zeit ist es, daß der Konsum, das Festhalten an äußeren Gütern und Werten zum Ersatz für das wirkliche innere Leben geworden ist. Der Tod wird tabuisiert und verdrängt, einsam hinter Wandschirmen, in Abstellräumen, Toiletten oder Badezimmern (wie es noch heute in Krankenhäusern teilweise üblich ist) oder auf der Intensivstation, verstrickt in ein dichtes Netzwerk von elektrischen Kabeln, an denen sein Leben wie an einem seidenem Schicksalsfaden hängt, angeschlossen an ein Dutzend Geräte, die ihm eine oft nicht menschenwürdige einsame und künstliche Lebensverlängerung verschaffen.

Was in früheren Zeiten gang und gäbe war, muß heute erst wieder neu entdeckt werden: die Sterbebegleitung. Besondere Bedeutung kommt hierbei der Hospizbewegung zu, was ein Vortrag für sich wäre.

Welchen Sinn hat es, bei Erkrankungen mit infauster Prognose dem Patienten eine heile Welt vorzugaukeln? Es gilt vielmehr, dem Sterbenden die Angst vor dem Tod zu nehmen. Durch das vielbändige wissenschaftliche Werk des renommierten Psychologen Dr. Ian Stevenson, der an 1500 Fällen von Kleinkindern mit Rückerinnerungen an vergangene Leben deren früheres Leben eindeutig nachweisen konnte, sowie durch die Bücher über Nahe-Tod-Erfahrungen von Dr. Kübler-Ross und Dr. Moody dürfte inzwischen kaum noch Zweifel darüber bestehen, daß der Tod nicht das Ende, sondern ein neuer Abschnitt in der Kontinuität des Lebens ist. Der moderne Mensch hat natürlich gerade deshalb eine nicht unberechtigte Angst vor dem Tod. Denn nach dem Tod muß er

sich für sein Leben verantworten, und das ist es, was ihn eigentlich ängstigt und weshalb er den Tod gerne verdrängt.

Unser Körper, ja selbst unsere Gedanken und Gefühle sind einem ständigen Wandel unterworfen. Innerhalb von sieben Jahren werden fast alle Körperzellen ausgewechselt; was bleibt ist unsere innerste Identität, unser eigentliches Ich, die Seele. Und diese überdauert auch den Tod. Für sie ist der Tod nur ein weiterer Wechsel des äußeren Gewands.

Der Tod ist die Summe unseres Lebens: Die Erfahrungen, die wir gesammelt haben, das Bewußtsein, das wir entwickelt haben, verdichten sich in einer Klimax. Wir haben die letzte Möglichkeit, die nötigen Korrekturen vorzunehmen, und uns auf das nächste Leben vorzubereiten. Ob es ein besseres Leben ist, hängt von unserem Bewußtsein im Augenblick des Todes ab. Vor dem inneren Auge des Sterbenden läuft, wie von Menschen mit Nahe-Tod-Erlebnissen berichtet wird, das ganze Leben mit all seinen wichtigen Ereignissen noch einmal wie ein Film ab – klar und komprimiert – und die Seele erkennt alles, was sie Positives und Negatives getan hat und lernt daraus.

Eine schwere Krankheit kann zu einem Segen werden, wenn wir diese vielleicht letzte Möglichkeit wahrnehmen, unser Leben grundlegend zu verändern, um entweder geheilt zu werden oder mit gewandeltem Bewußtsein dem Tod, der wichtigsten Prüfung im Leben, entgegenzublicken. Wer versucht, in seinem Leben Gutes zu denken, zu fühlen und zu tun, der wird Sinn und Zufriedenheit im Leben und selbst.

Die richtige Ernährung

*Hippokrates: „Lebensmittel sollen Eure Heilmittel sein,
und Heilmittel Eure Lebensmittel.“*

Eine gesunde Ernährung ist die Grundlage eines gesunden Lebens – darüber sind sich Ärzte in aller Welt einig. Daher ist sie die wirkungsvollste Maßnahme zur Vorbeugung aller Krankheiten. Besonders wichtig wird dies natürlich, wenn man bereits an einer schweren Krankheit, wie Krebs, leidet. Deshalb widmen wir die folgenden Artikel dem Thema Ernährung und Gentechnologie.

Nach längerer Suche haben wir in der Broschüre „Ernährung bei Krebs“, (herausgegeben von der „Gesellschaft für biologische Krebsabwehr“) eine ausgezeichnete Zusammenfassung aller maßgeblichen Ernährungsratschläge gefunden. Freundlicherweise von der GfbK zur Verfügung gestellt, erhalten Sie daher neben unserem 6. Vereinsrundbrief eine umfassende Ernährungsbroschüre, die Sie über die Grundzüge einer gesunden Ernährung als Grundlage der Krebsprophylaxe und Krebsbehandlung informiert.

Die Gentechnologie ist eine Bedrohung der Menschheit, über deren Ausmaß wir uns heute leider noch bei weitem nicht bewußt sind. Die naive Art und Weise, wie mit dem fundamentalen Eingriff in das Erbgut umgegangen wird, ist ein weiteres Beispiel, wie der Zauberlehrling Mensch denkt, er sei der Zauberkünste, die er von seinem Meister, der Natur, abschaut, mächtig.

Essen gegen Krebs – Brot für die Welt

Was unsere Großeltern praktizierten, ist nun wissenschaftlichen erwiesen: Obst und Gemüse enthalten nicht nur lebenswichtige Vitamine und Mineralien, sondern auch eine Unzahl anti-cancerogener Vitalstoffe, die die Entstehung von Krebs hemmen, als Radikalfänger die Alterung der Zellen und des Organismus verlangsamen, gegen Bakterien, Pilze und Viren wirken, die Immunität verbessern und den Cholesterinspiegel senken. Mehr dazu erfahren Sie in der Begleitbroschüre „Ernährung und Krebs“.

Die sogenannten sekundären Pflanzenstoffe gelten inzwischen also ebenso wichtig wie Vitamine. Daher gilt die allgemeine Empfehlung der Ernährungswissenschaftler, möglichst viel Gemüse und Obst (Obst nie am Abend – gärt !) und möglichst wenig Fleisch und tierisches Fett zu sich zu nehmen. Soyabohnen enthalten zum Beispiel große Mengen Genistein – darin sehen Wissenschaftler den Grund dafür, daß Japaner, die regelmäßig Soyaproducte essen, viel seltener an Brust- und Prostatakrebs erkranken als Europäer und Amerikaner.

In den westlichen Ländern führt der übermäßige Konsum von Fleisch zu einer Eiweiß- und Cholesterin-Mast, was die Ursache von Azidose (Gewebeübersäuerung) und Arteriosklerose (Todesursache Nr. 1) ist. Übersäuertes Gewebe ist viel anfälliger für Tumorbefall, Gifte wirken aggressiver, die Immunität und Vitalität sinkt. Im Amerikanischen Ärzteblatt (176/1961) hieß es: „90 bis 97% der Herzkrankheiten könnten durch eine fleischlose Kost vermieden werden.“ Es ist wissenschaftlich erwiesen, daß das Risiko, an Darm-, Brust- und Prostata-Krebs oder an einer Herzkrankheit zu erkranken, proportional mit dem Fleischkonsum steigt.

Es ist problemlos möglich, mit pflanzlichen Produkten eine ausreichende Menge an Proteinen und allen nötigen Vitaminen und Mineralien zu sich zu nehmen. Automatisch kommt man durch eine vorwiegend pflanzliche Kost in den Genuß wertvoller Ballaststoffe und Sekundärer Pflanzenstoffe. Die gesundheitsfördernde Wirkung pflanzlicher Nahrungsmittel ist ein weiterer wichtiger Grund dafür, daß Vegetarier viel seltener an Krebs und Herzkrankheiten erkranken, als Menschen, die häufig und viel Fleisch essen.

Erwähnenswert sind auch die ethischen Gründe, die für eine vorwiegend vegetarische Ernährung sprechen: Nach offiziellen Angaben werden z. B. in den USA 90% des angebauten Getreides an Schlachttiere verfüttert – mehr Getreide, als die 2 Milliarden Inder und Chinesen zusammengenommen zur Ernährung brauchen.

Man benötigt 2 Hektar Ackerland, um ein Rind drei Jahre lang zu mästen und 300 kg eßbares Fleisch zu erhalten. Würde man auf der gleichen Fläche Gemüse oder Getreide anpflanzen, hätte man einen Ertrag von 8000-10000 kg, das 30-fache an Gewicht, mindestens das 20-fache an Kalorien und ein 100-faches an Vitalstoffen.

Die Erde bringt genügend Nahrungsmittel hervor, um viele Milliarden von Menschen zu ernähren, vorausgesetzt, wir verschwenden die Gaben der Natur nicht. 47% der globalen Getreideproduktion

wird an Schlachttiere verfüttert, während nach UNO-Statistik täglich 43.000 Kinder an Hunger sterben. Durch Vegetarismus und gerechte Nahrungsverteilung wäre das Welthungerproblem zu lösen.

Das ganze wird um so tragischer dadurch, daß Länder der Dritten Welt einen großen Anteil ihrer Getreide- und Sojaernte entweder als Futtermittel exportieren oder an Schlachttiere für den Export verfüttern, um Devisen zu bekommen und ihre Schulden zu bezahlen.

Last, but not least: wer einmal live miterlebt hat, unter welchen Qualen Schlachttiere aufgezogen, transportiert und schließlich abgeschlachtet werden, dem ist der Appetit vergangen. Man ist, was man ißt, sagt ein altes Sprichwort. Die Angst und der Schrecken des Tieres, das im Schlachthof den Tod seiner Artgenossen riecht und miterlebt und seinen eigenen Tod durchlebt, haftet dem Fleisch an, nicht nur ethisch, sondern auch biochemisch. Wie kann solch eine Kost gesund sein für Körper, Geist und Seele?!

Ernährung und Lebensmittelqualität

In der täglichen Nahrung fehlen oft lebenswichtige Vitamine und Mineralien.

Unsere tägliche Nahrung kann den Bedarf an lebenswichtigen Nährstoffen häufig nicht decken. Trotz unserer Überflußgesellschaft gibt es breite Bevölkerungsgruppen, die nicht optimal mit Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen versorgt sind.

Untersuchungen in einem Lebensmittellabor deuten darauf hin, daß in Obst und Gemüse bei weitem nicht mehr soviel Vitalstoffe enthalten sind, wie in den gängigen Lebensmitteltabellen angegeben wird. Bei Untersuchungen von Lebensmitteln aus Gemüsemärkten wurde festgestellt, daß der Gehalt an Kalzium in Bohnen, Brokkoli oder Kartoffeln um bis zu 70% abgenommen hat. In Äpfeln und Spinat verminderte sich der Gehalt an Vitamin C um bis zu 80%. Auch der Gehalt an allen anderen Vitaminen und Mineralien nahm zwischen 35%-80% ab.

Wissenschaftler schlagen deshalb Alarm. Prof. Dr. Heinz Liesen, Spezialist für Ernährungsfragen: „Wir müssen davon ausgehen, daß mehr als zwei Drittel aller Deutschen über 50 Jahre zunehmend an subklinischen Mangelzuständen leiden. Diese Menschen sind noch nicht krank, aber das Immunsystem ist geschwächt. Sie werden anfälliger für Krankheiten, auch für Krebs.“ Müdigkeit, Konzentrationsschwäche oder Schlafstörungen sind die Anzeichen.

Da ältere Menschen sowieso weniger essen, sind sie besonders gefährdet. Der Nährwertmangel wirkt bei ihnen doppelt, vor allem Vitamin A und C fehlen. Dabei brauchen wir wegen der Belastungen durch Streß und Schadstoffe viel mehr Vitamine und Mineralien als früher. Gründe für den abnehmenden Gehalt an Vitalstoffen in Obst und Gemüse ist u.a. die intensive Landwirtschaft, die auf oftmals ausgelaugten Böden möglichst schnell viel ernten will. Gefördert wird die Entwicklung durch die Züchtung schnell wachsender Obst- und Gemüsesorten. In ihrer kurzen Wachstumsphase können sie gar nicht ausreichend Nährstoffe aus dem Boden aufnehmen.

Wie können wir uns helfen?

Für den Einkauf gilt: Kaufen Sie Obst und Gemüse möglichst nur aus **Bio-Anbau**. Nehmen Sie nur frische Ware, entsprechend der Jahreszeit und möglichst aus der Region, ohne lange

Transportwege. Meiden Sie industriell bearbeitete Ware, wie z.B. geschälte Kartoffeln. Ist das Kraut noch am Gemüse (Möhren, Kohlrabi, Radieschen), bleiben die Vitamine auch bei der Lagerung länger erhalten.

Für die Küche gilt: Gemüse nur kurz und unzerkleinert unter fließendem Wasser reinigen, nur kurze Kochzeiten, das Garwasser, das voller Vitamine und Mineralien ist, für Suppen oder Brühe verwenden. Längeres Lagern oder Warmhalten vermindert den Gehalt.

Bei Streß, Belastungen oder bei Krankheit gilt: Nehmen Sie zusätzlich ein Präparat ein, das Vitamine bzw. Mineralien und Spurenelemente kombiniert enthält. Oder trinken Sie Frucht- oder Gemüsesäfte, am besten frisch gepreßt oder zumindest aus dem Bioladen. (Artikel übernommen aus Rundbrief der Biologischen Krebsabwehr).

Veränderung von Vitalstoffen bei Obst und Gemüse in den letzten 10 Jahren

Brokkoli	Kalzium	-68%
	Folsäure	-52%
	Magnesium	-25%
	Karotin	-36%
Bohnen	Kalzium	-38%
	Folsäure	-12%
	Vitamin B6	-61%
Fenchel	Kalzium	+62%
	Folsäure	+45%
	Magnesium	-68%
	Karotin	-72%
Kartoffel	Kalzium	-70%
	Magnesium	-33%
	Vitamin C	+25%
Möhren	Kalzium	-17%
	Magnesium	-57%
	Karotin	-12%
Spinat	Kalzium	-68%
	Vitamin B6	-59%
	Vitamin C	-58%
Äpfel	Kalzium	+12%
	Magnesium	+20%
	Vitamin C	-80%
Banane	Kalzium	-12%
	Folsäure	-84%
	Magnesium	-13%
	Vitamin B6	-92%

Gentechnologie – Fluch oder Segen

Niemand weiß, was ein Gen ist – Kein Wissenschaftler ist bis heute in der Lage genau zu definieren, was denn ein „Gen“ sein soll. Die Vorstellung, daß es sich dabei um etwas Stabiles, d.h. Unveränderbares mit immer gleicher Bedeutung, handelt, ist längst durch wiederholte Beobachtungen widerlegt worden. Früher stellte man sich vor, daß ein Gen als eine Informationseinheit in Form einer bestimmten Buchstabenabfolge auf den Erbsubstanzfäden, den Chromosomen, in codierter Form vorliegt, in Botensubstanz umgeschrieben den Zellkern verläßt, um in der Zellflüssigkeit, dem sogenannten Zytoplasma, in die Eiweißform umgewandelt zu werden. Im Prinzip ist dies richtig, aber auch nur im Prinzip. Wie wir heute wissen, sind die Regeln, wie die Buchstabenabfolge der genetischen Information gelesen werden, durchaus unterschiedlich, nicht nur von Art zu Art, sondern schon innerhalb eines Organismus und da auch sogar je nach Entwicklungsstadium. Auf jeder Ebene der Informationsrealisierung genetischer Sequenzen gibt es eine Vielzahl von Variationsmöglichkeiten, die jegliche genetische Vorhersehbarkeit, was denn nun konkret mit einem Stück DNA passiert, unmöglich macht.

(So sind z.B. in allen Zelltypen (außer den Bakterien) die sogenannten Informationsbereiche für ein bestimmtes Eiweiß durch Bereiche nicht codierender Sequenzen voneinander getrennt, wenn sie überhaupt auf dem gleichen Erbsubstanzfaden, dem Chromosom, liegen und nicht, wie in vielen Fällen, wild verteilt auf verschiedenen Chromosomen der Zelle vorkommen. Die Bereiche dazwischen gehen bei der Umschreibung verloren, so daß die entstandene Botensubstanz, chemisch abgekürzt RNA, immer anders aussieht als die dazugehörige DNA. Mehr noch: Gleiche genetische Information kann in anderen Geweben und Zelltypen zu ganz anderen Eiweißen umgeschrieben werden. Die Botensubstanz selbst kann sich, je nachdem wie die Zelle damit umgeht, unterschiedlich verändern, ähnlich wie das mit den Eiweißen geschehen kann, die je nach Zelltyp und den vorherrschenden Bedürfnissen in ganz unterschiedlicher Form und damit auch Funktion gebracht werden können. Wenn ich Ihnen nun sage, daß in einer durchschnittlichen Zelle in jedem Moment ca. 10.000 unterschiedliche biochemische Reaktionen gleichzeitig ablaufen, dann werden Sie auch gleich verstehen, daß dies nur in einem höchst dynamischen Regelwerk geschehen kann, dessen Funktionieren man mit linearen Modellen, wie es die sogenannte moderne Genetik tut, nicht einmal ansatzweise erklären kann. Dieses biochemische Netzwerk ist in der Lage, durch das Vernetzen von biochemischen Vorgängen, Totalausfälle an genetischer Information zu kompensieren, die Stoffwechselwege überlappen sich sozusagen, aber die Zelle ist auch in der Lage, Dinge zu produzieren, für die der Genetiker keine entsprechende Information findet. Der nennt das dann Geistergene, die noch nicht gefunden sind.)

90% der DNA werden als Müll bezeichnet – Schlimmer noch. Erst sind ca. 1% der Buchstabenabfolge der genetischen Sequenz eines Menschen gelesen, wobei die Öffentlichkeit auch nicht weiß, wessen Erbsubstanz da mit ihren Steuergeldern sequenziert wird, weiß oder farbig, männlich oder weiblich. Es wird geschätzt, daß nur ca. 10% der ganzen Erbmasse eines Menschen in ihrem Sinne gelesen werden kann. Und der Rest, die ganzen 90%, werden glatt als junk-DNA, als Müll-DNA, bezeichnet! Da ist genauso, wie wenn ich jetzt, nur der Deutschen Sprache mächtig, in einer Textsammlung internationaler Literatur all das, was ich nicht lesen und verstehen kann, als Müll bezeichne.

Wir wissen alle, daß Einflüsse von außen immer auch eine Wirkung im Inneren zeitigen und seit den Experimenten von Barbara McClintock, die die Veränderbarkeit der Erbsubstanz unter Umwelteinflüssen zuerst bewiesen hat, sollte dies auch jedem Genetiker bekannt sein. Heute wissen wir, daß sich die Erbsubstanzfäden sogar schon im normalen Zellgeschehen und keinesfalls nur bei der sexuellen Verschmelzung neu kombinieren und daß es genetische Stücke gibt, die sich munter von einem Ort zum andern bewegen, sogenannte springende Gene, daß es sogar sehr viele von ihnen in allen möglichen Variationen gibt. Angesichts dieser nur im Ansatz wahrgenommenen

Komplexität zu behaupten, daß das, was man noch nicht verstehen kann, einfach Müll wäre oder keine Bedeutung hätte, um dann noch in diesem komplexen Geschehen wild herum zu manipulieren, entbehrt jeder Wissenschaftlichkeit und noch mehr jeden Verantwortungsbewußtseins.

Wenn heute jemand behauptet, daß er oder sie in der Lage ist, etwas in diesem komplexen Geschehen zu manipulieren, dann stimmt das nur in bezug auf das Manipulieren, jedoch nicht auf die sogenannte Treffersicherheit und die Stabilität des manipulierten Organismus.

Erstens ist niemand in der Lage, Fremderbsubstanz gezielt an eine bestimmte Stelle auf dem Erbsubstanzfaden einzubringen. Das geschieht irgendwo ganz willkürlich, denn die Zellen haben die Tendenz, fremde Erbsubstanz aufzunehmen und damit selbst zu experimentieren.

Zweitens ist Fremderbsubstanz immer instabil, unterliegt nicht der Fehlerkorrektur bei der Verdoppelung der Erbsubstanz vor jeder Zellteilung. Und Fehler, die automatisch bei jeder Zellteilung auftreten, akkumulieren mit der Zeit und das Eiweiß, wenn es dann überhaupt nicht produziert wird, verändert sich dabei laufend. Dann ist es auch noch nie gelungen, mehr als vier verschiedene Veränderungen gleichzeitig zu bewerkstelligen. Komplexe Merkmale, wie z.B. Augenfarbe, aber auch die Produktion von einfachen Eiweißen benötigt mindestens ein komplexes Zusammenspiel gleich mehrerer Dutzend genetischer Informationseinheiten. Die Behauptungen also der Genetiker, neue oder komplexe Merkmale erzeugen zu können und diese sogar auf fremde Organismen übertragen zu können sind reine Science Fiction.

Gefährliche genmanipulierte Lebensmittel – Das Ganze ist nicht ungefährlich, denn **drittens** wird selbst Erbsubstanz von Gegessenem nicht vollständig verdaut, sondern gelangt in Teilen bis in unsere eigene Erbsubstanz. Damit macht der Satz „Man ist, was man ißt“ noch mehr Sinn, als es Ernährungs- und Gesundheitsberater und aufgeklärte Menschen ohnehin schon wissen. Die Gefahren aber, die daraus resultieren, daß genmanipulierte Nahrungsmittel, neben all den anderen Problemen wie Vergiftung, Autoimmun-(Aggressions)-Reaktionen, Allergien etc., nun unsere genetische Integrität unterminieren, was so offen auf der Hand liegt, werden nicht wahrgenommen. Vor diesem Argument laufen die Propagandisten dieser Art von Wissenschaft einfach davon. Stellen Sie sich vor, was passiert, wenn sich fremde Erbsubstanz, versehen mit starken genetischen Schaltelementen (isoliert aus Viren, die ja dafür bekannt sind, daß sie leicht die Kontrolle über das Zellgeschehen übernehmen können) nun massenhaft über genmanipulierte Nahrung in unseren Körper gelangen und sich dann irgendwo in unsere Erbsubstanz integrieren, eventuell vor Regionen, die das Wachstum und Entwicklungsgeschehen mitbestimmen. Stellen Sie sich vor, was passiert, wenn nun solch manipulierte Erbsubstanz in die Keimbahn gelangt, d.h. in Zellen, die die Eizellen bilden und ernähren, und in das Gewebe, das Spermien produziert. Dann haben wir Manipulationen am Erbgut aller Zellen dieser Menschen und spätestens dann werden sich die Folgen für alle sichtbar und für diese Menschen unwiderruflich zeigen. (Daß genmanipulierte Gensequenzen ins Erbgut gelangen können, ist inzwischen belegt.) Aus Tierexperimenten (oder soll man da besser sagen „Tierquälerei“) ist bekannt, was passiert. Aber der Öffentlichkeit werden nur die selektierten Fälle gezeigt, die diese Manipulation ohne sichtbaren Schaden überstanden haben.

Man müßte diesen Wissenschaftlern wohl einmal kurz mit dieser Art von hochingezüchteten Tieren zusammen bringen, die wie hochingezüchte Pflanzen ohne massiven Einsatz an Kraftfutter bzw. Düngung und Schädlingsbekämpfungsmitteln nicht überlebensfähig sind, so daß sie endlich mal

erkennen würden, warum die Natur schon immer Inzuchtschranken eingebaut hat, die nur der blind profitorientierte und fehlgeleitete Mensch in der Lage ist, zu überschreiten. Je ähnlicher sich genetische Substanz durch andauernde Inzucht wird, desto mehr nehmen die Austauschvorgänge zwischen den Erbsubstanzfäden, den Chromosomen beider Elternteile zu. Dadurch erhöht sich automatisch die Fehlerhäufigkeit und sehr schnell kann es da passieren, daß ganze Bereiche auf einem Chromosom verloren gehen, wenn zwei Austausche auf einem Chromosom zur gleichen Zeit stattfinden. Die Schäden sind, glaube ich, allen bekannt und werden beim Menschen auch unter der Bezeichnung endemischer Kretinismus gehandelt.

(Ein weiteres großes Problem besteht darin, daß als Teil des Herstellungsprozesses bei genmanipulierter Erbsubstanz oft ein Gen mit einer Antibiotika-Resistenz eingefügt wird. Diese Antibiotika-Resistenz kann so auf Mensch und Tier übertragen werden, das Antibiotikum wird dadurch wirkungslos. Bekanntermaßen treten auch verstärkt Allergien gegen gen-manipulierte Nahrungsmittel auf.)

Hirnblutungen durch Gen-Insulin?

Bakterien, die zur Erzeugung gen-manipulierten Insulins benutzt werden, weisen neben einer anderen Genetik auch ein unterschiedliches biochemisches Funktionieren auf. Eiweiße in Bakterien können nämlich nicht so wie die Eiweiße in anderen Zellformen gefaltet werden und damit ihre richtige Funktion einnehmen. Neben den prinzipiellen Vorbehalten gegen Insulin ist dies der Haupteinwand gegen gentechnisch hergestelltes, denn in der Tat sehen die produzierten Insulinmoleküle anders aus als die, welche im Tier oder im Menschen erzeugt werden. Neben der schon angesprochenen Problematik der Fehleranhäufung in fremder Erbsubstanz und der daraus zwangsläufig resultierenden Unreinheit solcherart hergestellter Moleküle, die in einer Vielfalt auftreten, wie sie bei natürlich hergestelltem Insulin nie auftreten könnte, ist dies wahrscheinlich die Ursache, warum bei Menschen, die genetisch hergestelltes Insulin verwenden, Hirnblutungen auftreten, wie sie früher nicht bekannt waren. Wollte man auch hier die gleiche Reinheit erzielen, wie dies bei natürlichem Insulin der Fall ist, würde sich der Produktpreis um ein vielfaches erhöhen und die Ausbeute nicht ausreichen, den Markt zu bedienen, wie es heute der Fall ist. Auch hier werden wieder absolut nicht-relevante Tierversuche herangezogen, um die scheinbare Reinheit des Insulins und dessen Funktionieren scheinbar exakt zu belegen. Bloß, was hat denn eine durch Radioaktivität krankgemachte Maus oder irgendein anderes Labortier mit der menschlichen Situation zu tun? Daß sich der Unterzucker nicht langsam anmeldet, wie bei natürlichem Insulin, so daß viele Betroffene in lebensgefährliche Bewußtlosigkeit stürzen können, wenn sie nicht haargenau auf die Uhr und den Blutzucker achten, ist noch ein anderer Nebeneffekt dieser nur scheinbar exakten, technischen Errungenschaft. Ich möchte nicht wissen, wie viele daran gestorben sind, weil sie bei Bewußtlosigkeit, bei Unkenntnis ihrer Situation, im Autoverkehr alleine oder ohne Hilfe waren. Solche Dinge werden auch niemals diskutiert, geschweige denn untersucht.

Nach außen hin werden nur beeindruckende Versprechungen und Behauptungen getätigt, und wenn das nicht hilft, dann wird mit Angst gearbeitet und das Schreckenszenario scheinbar potentiell heilbarer Krankheiten bemüht, die ohne den Einsatz der Gentechnik niemals in den Griff zu bekommen wären. Daß dabei nur max. 2% des menschlichen Krankheitsgutes, wie es im Medizinbusiness heißt, auf genetische Dispositionen zurückführbar sind, und daß es unter diesen sogar mehr Ausnahmen als Regeln gibt, sprich gleiche Symptomatik bei unterschiedlicher Genetik und unterschiedlichen Ursachen, wird auch hier gewaltsam beiseite gebürstet oder ignoriert.

Genmanipuliertes Brot

Laut Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks werden immer mehr genmanipulierte Bestandteile in Backwaren verwendet. Ein Großteil der Agrarprodukte werden aus den USA importiert. Schon heute sind 82 % des Maismehls genmanipuliert und 20% des Soja. Mehl wird in zwei bis drei Jahren genmanipuliert auf den Markt kommen und ohne eigene Deklaration in den Backwaren verwendet werden.

Die gesunde Alternative: Mehl aus ökologischen Anbau mit einer Brotbackmaschine selbst gebacken, kinderleicht und immer frisch und frei von Aflatoxin.

Gentechnik und ihre Tücken

Die durch Genmanipulation in Raps eingebaute Resistenz gegen das Pestizid Basta läßt sich problemlos auf Unkraut übertragen, wie Biologen des Risö-Nationallabors in Roskilde (Dänemark) nachwiesen – ein schwerer Schlag für die Höchst AG und die Genehmigungsbehörde, das Berliner Robert-Koch-Institut. Denn damit ist zweierlei bewiesen:

1. Die Verbreitung gen-technischer Veränderungen von Pflanzen läßt sich in der freien Natur nicht kontrollieren.
2. Der Versuch, eine Nutzpflanze gegen ein Unkrautvernichtungsmittel immun zu machen, führt dazu, daß auch verwandte Unkräuter resistent werden und diese Resistenz weiterverbreiten.

Die Langzeitfolge: Wenn Nutzpflanzen gen-technisch resistent gegen Dürre, Frost und Schädlinge gemacht werden und diese neuen Eigenschaften übertragen werden, entstehen neue Super-Unkräuter, denen kaum mehr Herr zu werden ist. Andererseits werden Arten verdrängt, die nicht in der Lage sind, die Immunitätsgene in ihr Erbgut zu integrieren. Der Mensch kann nicht ungestraft in die komplexen Gesetzmäßigkeiten und das feine Gleichgewicht der Erde eingreifen.

Ozonisierte Öle – ein altes Mittel neu entdeckt im Kampf gegen Pilze, Bakterien und Parasiten

(Dr.rer.nat. Gerhard Steidl. Stand 21.6.1999.)

Auf der Basis von Ozoniden (ozonisierten Pflanzenölen) stehen neue Arzneimittel zur Bekämpfung von pathogenen Bakterien, Pilzen und Parasiten zur Verfügung. Die Wirkung kann durch bestimmte Pflanzenextrakte noch verstärkt werden, entsprechende Erfahrungsberichte aus Arztpraxen und Klinik liegen vor. Zum besseren Verständnis der Wirkung sind hier zunächst einige biologische Grundlagen ausgeführt.

1. Aerobe und anaerobe Organismen

Während das höhere Leben aus aeroben, sauerstoffverarbeitenden Zellen besteht, existieren im sauerstoffarmen Milieu primitive anaerobe Zellen, vornehmlich Bakterien, die nicht auf Sauerstoff angewiesen sind. Falls diese sich im menschlichen Organismus ansiedeln, asymbiotisches

Verhalten zeigen, sich zunehmend vermehren und nicht unter Kontrolle gehalten werden können, ist eine mehr oder weniger starke Gesundheitsstörung die unausweichliche Folge.

2. Die Utilisierung von Sauerstoff im oxidativen System

Mit Sauerstoff liegt ein Element vor, das für die höheren Zellen und Organismen lebensnotwendig geworden ist. Höhere Lebewesen wie der Mensch verwenden Sauerstoff in 3facher Weise:

2.1. Einbau von Sauerstoff in das Hämoglobin, Transport in Erythrozyten durch die Gefäße, Kapillaren und Membranen an die Gewebezellen. Übergabe an Enzymsysteme zur Oxidation von Substraten unter Freisetzung von Wärme und Lebensenergie in den Mitochondrien. Für den Energiestoffwechsel werden ca. 97 % des transportierten Sauerstoffs verwendet.

2.2. Ca. 3 % des Sauerstoffs werden in weißen Blutkörperchen zur Produktion von Sauerstoffradikalen benötigt, den besten Waffen des Immunabwehrsystems gegen körperfremde und asymbiotische Zellen.

2.3. Der im Hämoglobin physikalisch gebundene Sauerstoff stellt außerdem über das Gleichgewicht $\text{Hb}(\text{O}_2)_4 \rightleftharpoons \text{Hb} + 4 \text{O}_2$ die Gewebeoxygenierung sicher. Damit sollen Sauerstoffmangelzustände im Gewebe, das von der Luft abgeschlossen ist, verhindert werden.

3. Das oxidative und das antioxidative System

Sauerstoff ist zwar für alle Lebensfunktionen notwendig, andererseits müssen aber viele Komponenten des biochemischen Systems wie z.B. oxidationsempfindliche Enzyme vor einem Überschuß an Sauerstoff geschützt werden. Darüber hinaus müssen die körpereigenen Zellen wie auch das Eisen im Hämoglobin vor Sauerstoffradikalen und oxidativem Streß geschützt werden. Zu diesem Zweck hat die Evolution der höheren Zellen das sog. antioxidative System hervorgebracht. Es besteht unter anderem aus Substanzen wie Glutathion, Selen, Vitaminen und vor allem aus den Enzymen Superoxiddismutase und Catalase. Anaerob lebende Bakterien besitzen diese Enzyme nicht, sind daher gegen Sauerstoff und sauerstoffreiche Verbindungen empfindlich, während Säugetierzellen, dazu gehören auch Humanzellen, Sauerstoffradikale entgiften können. Ein gesunder, robuster Organismus ist daher an ein Gleichgewicht zwischen dem oxidativen und dem antioxidativen System gebunden.

4. Sauerstoffmangel und die Folgen

Die Ursachen von Anämien und Suboxygenierung können vielfältig sein. Jedoch muß mit unangenehmen Folgen gerechnet werden, da sowohl körpereigene und symbiotische Zellen und Gewebe, als auch körperfremde und asymbiotische Zellen betroffen sind. Generell muß mit Symptomen wie chronische Müdigkeit durch mangelhaften Energiestoffwechsel oder Infektanfälligkeit durch ein defizientes Immunabwehrsystem gerechnet werden. Warburg erhielt den Nobelpreis für den Nachweis der Entartung normaler Zellen in Tumorzellen unter Bedingungen des Sauerstoffmangels. Symbiotische Zellen sind vor allem im Darm zu finden, wo sie für den Umsatz der Nahrung zuständig sind, die in verwertbare Bestandteile aufgeschlossen werden muß. Dies wird im wesentlichen von residenten Bakterien durchgeführt, die fakultativ anaerob leben, wie E.coli, von Anaerobiern wie Bifidobacterium spp., Bacteroides spp., aber auch von Aerobiern wie Lactobacillus spp. Sollte jedoch der Sauerstoffgehalt im Darm, vor allem in unteren Bereichen des Dünndarms und im Dickdarm absolut gegen Null gehen, dann werden sich mit Sicherheit Kolonien aus strikt anaeroben Bakterien bilden, wie z.B. Clostridien, die physiologisch gesehen nicht toleriert werden dürfen, weil sie toxische Stoffwechselprodukte erzeugen. In diesem Fall ist Handlungsbedarf gegeben, weil sich eine ganze Reihe von ubiquitären unphysiologischen (körperfremden,

asymbiotischen) Keimen • gemeint sind Bakterien, Pilze und Parasiten • ansiedeln kann, die den Darm, das Blut und den ganzen Organismus mit Giftstoffen belasten. Ein ähnlicher Effekt kann durch chronische Obstipation zustande kommen, weil hier die lange Verweildauer des Darminhalts die konsequente Vermehrung unphysiologischer Keime begünstigt. Die Erfahrungsberichte nach der Anwendung von Parozol lassen den Schluß zu, daß eine schwere Toxinbelastung bis zur Verhaltens• und Persönlichkeitsveränderung psychotischen Ausmaßes führen kann (in diesen Fällen reversibel). Folgen dieser Keim• und Toxinbelastung sind Blutvergiftung, Leberbelastung, Überforderung der Immunabwehrzellen. Symptome sind zunächst diffus, später konkret.

5. Die Ergänzung von Sauerstoff durch Ozonide aus Pflanzenöl-Fettsäuren

Physiologisch verträgliche Ozonide sind langkettige sauerstoffreiche Substanzen, die aus natürlichen fetten Ölen wie Oliven• oder Rizinusöl und Sauerstoff in Form des Ozons hergestellt werden können. Eine spezielle Reaktionsführung verhindert die Bildung toxischer Nebenprodukte wie Hydroperoxide und Epoxide. Vorläufer wurden bereits von 1915 bis 1947 in USA klinisch z.B. zur Wunddesinfektion bei Operationen sowie gegen Pilze, Bakterien und Viren bei Mensch und Tier verwendet. Es ist nun gelungen, entscheidende Verbesserungen bei der Herstellung und bei der Kombination mit Arzneipflanzen durchzusetzen, so daß nun seit wenigen Jahren ein effektives, vielseitig einsetzbares Heilmittel zur Verfügung steht, das von Ärzten und Patienten gut akzeptiert wird.

5.1. Eigenschaften

Diese Ozonide sind wasserfreie, dickflüssige Öle, die in einem Jahr nur etwa 10 % an Sauerstoff verlieren. Mit Wasser in beliebigen Verhältnissen vermischt, bilden sie Emulsionen, die innerlich eingenommen werden können. Das reine Öl ist für innerliche Einnahme nicht geeignet. Durch den Einbau der 3 Sauerstoffatome an die Stelle der Doppelbindung entsteht eine bakterizide und fungizide Substanz, die offenbar auch Parasiten angreifen kann. Darüber hinaus ist sie geeignet, das Darmmilieu aerob umzuwandeln und damit strikt anaeroben Keimen den Nährboden zu entziehen. Insofern eignet sie sich zur Bereinigung eines strikt anaeroben Darms. Die Wirkung beruht unter anderem auf der guten Benetzungsfähigkeit an der Darmschleimhaut, der kapillaraktiven Eigenschaft und der Emulsionsbildung, wodurch die Inhaltsstoffe gleichmäßig im Darm und auch in Darmklüften verteilt werden, wo evtl. Pilznester sitzen. Diese gute Verteilung kann mit pulverförmigen Arzneimitteln nicht erzielt werden.

5.2. Forschung

Die weltweit größte Stiftung für naturheilkundliche Forschung, die Karl und Veronica Carstens •Stiftung in Essen, finanziert seit 1997 für 4 Jahre die wissenschaftliche Erforschung der biochemischen Eigenschaften von Ozoniden aus langkettigen Fettsäuren an den Universitäten in Erlangen, Tübingen und Mainz. Die Ergebnisse werden in den Jahrbüchern der Stiftung veröffentlicht. Eines dieser Ergebnisse betrifft die Mitochondrien, also die Kraftwerke der menschlichen Zellen, die Lebens-energie und Wärme produzieren. Sie werden durch diese Ozonide nicht geschädigt, im Gegensatz zu manchen herkömmlichen Antibiotika. Eine Prüfung auf Mutagenität nach OECD•Richtlinien kam zu dem Ergebnis: nicht mutagen. Zellkulturversuche zur Hemmung von Bakterien und Pilzen ergaben hemmende Wirkung auf die Vermehrung von Candida, Trichophyton, Staphylokokken und Streptokokken, weniger Wirkung auf Aspergillus niger, der aerob wächst und daher Sauerstoffspezies abwehren kann. Schistosoma mensoni, Erreger der

Bilharziose, wird ebenfalls abgetötet.

5.3. Analogie zu pflanzlichen Endoperoxiden

In USA und England wurden in den letzten 20 Jahren sauerstoffhaltige Pflanzeninhaltsstoffe vom Typ der sog. Endoperoxide aus mehr als 300 Pflanzenarten, darunter auch viele Arzneipflanzen, mittels aufwendiger Verfahren isoliert, strukturell aufgeklärt und in der Wirkung gegen Bakterien getestet. Sie besitzen eine ähnliche, jedoch kompliziertere Ringstruktur wie die Ozonide und erwiesen sich sämtlich als stark germizid. Vermutlich dienen sie den Pflanzen zur Abwehr fremder Keime. In der traditionellen chinesischen Medizin wird eine bestimmte Artemisia•Art als wirkungsvoll gegen den Malaria•Erreger therapeutisch verwendet. Als Wirkstoff wurde das Artemisinin, ein Endoperoxid, identifiziert. Synthetische Ozonide können daher als eine Imitation natürlicher Endoperoxide betrachtet werden. Der Mensch nimmt bei Verzehr von Rohkost diese Endoperoxide zu sich, sie helfen bei der Bekämpfung von Bakterien, Pilzen und Parasiten. Jedoch werden die Endoperoxide durch Kochen der Nahrung zerstört, ebenso wie Vitamine, Enzyme und andere wertvolle Stoffe. Die gute Verträglichkeit der Ozonide erklärt sich aus den Strukturen der zugrunde liegenden fetten Öle und der natürlichen Endoperoxide, mit der die menschlichen Zellen schon während der biologischen Evolution in Berührung gekommen sind. Dennoch muß aus Sorgfaltspflicht die Dosierung vorsichtig begonnen werden: **am ersten Tag nur 1 Tropfen**, um die Verträglichkeit zu testen (bei einer u. U. sogar noch nicht diagnostizierten Colitis kann es zu Nebenwirkungen kommen, in diesem Fall muß erst die Colitis behandelt werden und die Einnahme von Ozoniden unterbleiben), bei guter Verträglichkeit am nächsten Tag 3 mal täglich 2 Tropfen ½ Stunde vor den Mahlzeiten in einem ½ Glas Wasser, dann täglich um 2 Tropfen steigern: 3 x 4, 3 x 6, 3 x 8, 3 x 10. 3 x 10 Tropfen ist die Maximaldosis, die über mind. 3 Wochen eingenommen werden sollte, bei schwerer Belastung bis zu 6 Wochen. Bei Hypertonie sollte der Blutdruck überwacht werden.

5.4. Die Verstärkung der germiziden Wirkung

Die Ozonide sind in der Lage, das Darmmilieu grundlegend aerob zu bereinigen und damit vielen problematischen Keimen die Existenzgrundlage zu entziehen. Es gibt jedoch viele Bakterien•, Pilz• und Parasitenarten, die damit nicht vertrieben werden können, weil sie genügend Abwehrsysteme gegen Sauerstoffspezies besitzen. Dazu gehören z.B. Schimmelpilze wie Aspergillus niger. Die notwendige Dosis zur effektiven Bekämpfung von Aspergillus liegt um den Faktor 10 höher als z.B. bei Candida albicans. Ein Rückgriff auf die Phytotherapie schafft hier Abhilfe. Schon in den alten Büchern des Mittelalters werden bestimmte Pflanzen wie Rainfarn, Wermut, Storchenschnabel, Gewürznelken, Walnußschalen, und andere als entzündungs• und parasitenwidrig beschrieben. Die aktuellen Erfahrungen beweisen, daß diese Eigenschaften auch heute noch bestehen und therapeutisch effektiv genutzt werden können. Wasserfreie Extrakte dieser Pflanzen lassen sich vorteilhaft mit den Ozonid•Ölen zu einem Präparat kombinieren, das alle oben beschriebenen und erwünschten Eigenschaften der einzelnen Bestandteile in sich vereinigt. Die bisher beste Kombination ist *Parozol* (mit Wermut, Gewürznelken und Walnuß).

6. Medizinische Anwendungen

6.1. Allgemeines

Viele Personen, die eine infektiöse Erkrankung haben, sind potentielle Nutznießer der neuen Rezepturen. Die oben genannten Mittel wurden erfolgreich bei Hautkrankheiten (Haut• und Nagelpilze, Ekzeme, Neurodermitis, Schuppenflechte, Juckreiz, Wundliegen, auch in Form von

Salben), bei inneren Erkrankungen beginnend mit dem Kopfbereich (Erkältungen, Sinusiden, Entzündungen in Mund und Rachen, speziell bei Zahnfleischentzündung und Paradontose) bis zum Intestinaltrakt (bei Darmpilzen, Gärungs- und Fäulnisherden, bei Obstipation oder bei extrem anaerobem Darmmilieu mit verstärkter Vermehrung von Clostridien) eingesetzt. Symptome wie chronische Müdigkeit, Depressionen, Heißhungerattacken, Übergewicht, aber auch psychische Symptome sind Leiden, die auf Intoxikation durch Bakterien, Pilze und Parasiten zurückgeführt werden können. Entsprechende Befunde vor und nach der Behandlung mit Parozol lassen keinen anderen Schluß zu. Es drängt sich der Eindruck auf, daß sich die Schulmedizin mit dieser Problematik nicht genügend befaßt. Wie sonst kann es sein, daß sich nur einzelne verantwortungsbewußte Ärzte mit der diagnostischen Prüfung auf Anwesenheit und mit der Analyse pathogener Keime intensiv befassen und neue Gegenmittel einer klinischen Erprobung zuführen, zugunsten der betroffenen Patienten. Selbst bei der Krebskrankheit können Mikroorganismen eine verhängnisvolle Rolle spielen: So sind 15 % der weltweiten Krebserkrankungen mit Sicherheit auf Viren und Bakterien zurückzuführen, weitere 15 % stehen in diesem Verdacht, so wurde auf einem Internistenkongreß im April 99 in Wiesbaden berichtet. Experten schätzen, daß jährlich 7000 bis 10000 Menschen in Deutschland an Pilzinfektionen sterben.

6.2. Ergebnisse und Erfahrungen

Die Ergebnisse entsprechen den oben genannten Erwartungen. Es liegen z.Zt. ca. 40 Berichte aus 2 Arztpraxen, 20 Berichte aus der Universitätsklinik Bonn und 122 Berichte von einer Selbsthilfegruppe vor. Dabei konnten sich in manchen zuvor aufgegebenen Fällen die Patienten nach der Behandlung mit *Parozol* wieder selbst versorgen. Von besonderem Vorteil für den Arzt ist die Beherrschung einer Bioresonanzmethode. Damit können Belastungen z.B. des Bluts mit Toxinen bzw. des Organismus mit fremden Zellen oder Parasiten ermittelt werden. Darüber hinaus ist die Ermittlung des für den Patienten am besten geeigneten Heilmittels und dessen Dosierung möglich. Der Vergleich mit Blut- und Stuhlwerten aus der Labor- und mikrobiologischen Analytik ist bei gutem Beherrschen der Methode positiv, d.h. die Erkenntnisse aus der Bioresonanz und den Laborwerten stimmen überein.

Weitere Informationen erhalten Sie beim NHV „Hilfe zur Selbsthilfe“:

Rife – der Erfinder der Frequenztherapie

Royal Raymond Rifes legendäres prismatisches Dunkelfeldmikroskop erbrachte eine 30.000-fache Vergrößerung bei exzellenter Schärfe. Damit konnte er erstmals in der Geschichte der Menschheit *lebende* Bakterien und Viren unter dem Mikroskop betrachten und die Einwirkung bestimmter Frequenzen auf die Erreger untersuchen. Er fand heraus, daß bestimmte Frequenzen die Erreger zerstörten.

Nach mehrjährigen Laborexperimenten wurde Rifes Frequenzgerät klinisch unter der Aufsicht eines qualifizierten Ärztekomitees erprobt. 14 der 16 Versuchspersonen waren innerhalb von 60 Tagen nachweislich von Krebs geheilt, die 2 übrigen Personen waren nachweislich nach 60 weiteren Tagen geheilt. Als Rife im Jahre 1938 seine Rechte nicht an Morris Fishbein, Vorsitzender der

American Medical Association und überzeugter Lobbyist der Pharmaindustrie, verkaufen wollte, sorgte dieser für ein brutales Ende von Rifés Karriere und Forschungsarbeit: Er ließ ihn unter dubiosen Anschuldigungen den Prozeß machen. Den Ärzten, die nach Rife behandelten, wurde unter Androhung des Approbationsverlustes die Behandlung nach Rife verboten. Das Labor, das Rifés Geräte herstellte, ging aus unerklärlichen Gründen um 3 Uhr nachts in Flammen auf – eine Geschichte wie aus dem Wilden Westen, aber leider wahr. Damit ging das geniale Erbe Rifés für lange Zeit in Vergessenheit.

Inzwischen ist das Erbe Rifés zu neuem Leben erwacht, und es gibt in den USA und Kanada immer mehr Menschen, die mit Rife-Frequenzen experimentieren und therapieren.

Die Wirksamkeit der verschiedenen auf dem Markt befindlichen Frequenzgeräte ist unterschiedlich. Besonders wichtig scheint zu sein, daß ein Gerät möglichst viele Oberwellen erzeugt und neben einer Bibliotheksfunktion auch manuell einstellbar ist, so daß man auch selbst ausgetestete Frequenzen eingeben kann. Wichtig ist auch eine manuell einstellbare Amplitude, die man langsam erhöht, bis ein leichtes Kribbeln zu spüren ist. Bei höheren Frequenzen kann man mit größerer Amplitude arbeiten, bei niedrigeren muß man eine niedrigere Amplitude wählen, da mehr Strom fließt. Vor der Anwendung sollte man auf jeden Fall die in Frage kommenden Frequenzen austesten. Von einem wild Darauflos-Experimentieren ist unbedingt abzuraten. Denn: Frequenzen haben eine Wirkung.

Aktuelle Veröffentlichungen des Naturheilvereins

Neueste Erkenntnisse von Dr. Clark, 21-Tage-Kur – 9. Vereinsrundbrief: Kurzzusammenfassung des neusten Buches von Dr. Clark „The Cure for all Advanced Cancers“ 7,50 DM

”The Cure of all Advanced Cancers”, Ausführliche Zusammenfassung in deutscher Sprache von Ludwig Jacob nach dem gleichnamigen Buch von Dr. Clark, 28 Seiten, Din A4, (eine Kurzfassung finden Sie auch im 9. Rundbrief), 20 DM

”Ozonide und Peracetale aus natürlichen Pflanzenölen gegen pathogene Bakterien, Pilze und Viren”, Fachinformation von Dr.rer.nat. Gerhard Steidl (Dipl.-Chem.), Stand August 1998, 19 Seiten, DinA4, Klemmleiste und Plastikhülle (eine Kurzfassung finden Sie im 8. Rundbrief) DM 11.-

3. Clark-Symposium - Tonbandmitschnitt

Beim 3. Clark-Symposium (Oktober 97) berichteten neun Referenten (Frau HP und Zahnärztin Amlacher, Herr Dr. Bartram, Herr Prof. Dr.-Ing. Meyl, Herr HP Eckhardt, Herr Dr. Jacob, Herr Dipl. Ing. Ortloff, Herr HP Baklayan, Herr HP Janus, Herr L. Jacob) auf hohem therapeutischen und wissenschaftlichem Niveau über Themen wie: Die systematische Anwendung der Clark-Therapie in der Praxis, ihre Möglichkeiten und Grenzen - Neue Erkenntnisse von Frau Dr. Clark - Integration begleitender Heilverfahren - Erfahrungen und Erfolge aus der Praxis verschiedener Therapeuten - Durchbrüche bei schulmedizinisch und naturheilkundlich austherapierten Patienten - Umweltgifte und deren Einfluß auf die Entstehung von chronischen Krankheiten und Krebs - Giftstoffe im Wohn- und Schlafbereich - Parasitentum als Ausdruck des Zeitgeists - Pleomorphismologie, von der Symbiose zur Parasitose im menschlichen Blut - Die Arbeit mit spezifischen Frequenzen zur effektiven Beseitigung von Pathogenen - Biologische Wirkung elektromagnetischer Wellen ? Fluch (Elektrosmog) oder Segen (Frequenztherapie)? - Versteckte Zahnherde als Ursache von Krebs und chronischen Krankheiten - Die spirituelle Dimension von Krankheit

& Krankenbetreuung. 10 Kassetten in Sammelmappe. 179 DM.

4. Clark-Symposium - Tonbandmitschnitt

Beim 4. Clark-Symposium hielten 12 Referenten (Herr Dipl. Psych. HP Hennecke, Frau Dr. med. Witzel, Herr Müller, Herr Dr. Weber, Frau HP und dipl. stomat. Amlacher, Herr Dipl. Psych. Kiemle, Herr Dr. med. Gumhold, Herr HP Eckhardt, Herr David Amrein, Herr dipl. Ing. Ortloff, Dr. Haug, Prof. Dr. Meyl) Vorträge zu den Themen: Systematische Anwendung der Clark-Therapie (Umgang mit Syncrometer im Vergleich zu anderen Resonanztestverfahren – Behandlung nach Dr. Clark) und deren Auswirkung auf Körper und Psyche, Neuigkeiten von Dr. Clark; Augenkrankheiten infolge von Schadstoffbelastung und Parasitenbefall; Durchführung der Parasitenkur bei Haustieren; Erfahrungen mit Parasitenbefall und Clark-Therapie nach EAV-Testung an 1200 Patienten; Neue Erkenntnisse über dentale Störfelder, Ursachen und Wirkungen; Quecksilber im Alltag (experimentelle Messung der Hg-Ausdampfung von Amalgamfüllungen, versteckte Quecksilberquellen im Haushalt, Quecksilbervergiftung bei Neugeborenen und deren physische und psychische Auswirkungen); Parasitenkur bei Schwermetallbelastung (Parasiten als Giftdepot, Schwermetallausleitung, Fallbeispiele aus der Praxis); Neue Erkenntnisse zur Clark-Frequenztherapie; Experimente mit Clark-Frequenzen, Borelliosebehandlung mit Frequenzen; Auswirkungen von Elektrosmog; Theoretische Grundlage der Frequenztherapie. 4 Kassetten, 79 DM

• News • News • News • News •

Mitgliederforum

Neuere Erfahrungen mit Clark-Frequenzen

HP Gernot Eckhard

Ein 13-jähriger junger Mann kommt in meine Praxis und zeigt mir seine Hände: Sie sind übersät mit grauen harten und rauen Warzen. Er hatte auch schon 2 Jahre lang rote, entzündliche Augen. Ich testete ihn mit der EAP-Diagnose auf verschiedene Parasiten (er hatte eine Katze) und auf Warzen-Frequenzen. Die Behandlung dauerte vom 7.10.-25.10.98, fand 2 mal in der Woche statt, meist 3-4 verschiedene Frequenzen je 7 Min. pro Sitzung. Schon nach der ersten Behandlung sagte er, daß er ein Weicherwerden und Verblassen der Warzen empfinde. Die zusätzliche Parasitenkur und ein Nieren- und Lymphmittel ergänzten die Therapie. Die Augen waren ab der zweiten Therapiesitzung klar, und die Warzen verschwanden nach und nach, so, daß er am 25.10.98 die Hände frei hatte.

Eine Frau, 57 Jahre alt, hat am Hals ca. 20 Warzen. Sie waren braun, polypig, dick, weich und ca 1-3 mm groß. Ich ermittelte diesmal nur eine Frequenz, die von Clark angegebene Warzenfrequenz 404 KHz. Ich begann meine Vorgehensweise mit 4.04 KHz 7 Min. lang, nach 8 Tagen 3 x 7 Min. lang bei 40.4 KHz, nach weiteren 8 Tagen 404 KHz für 7 Min., ohne Parasitenkur. Ergebnis: Warzen fallen ab.

Der Organismus reagierte mit Herzklopfen, Grippe, Schnupfen. Ich gab Erkältungs- und Ausleitungsmittel dazu. Bei 404 KHz reagierte die Psyche (Auseinandersetzung mit „häßlichen Gedanken und Schuldgefühlen“).

Eine 50-jährige Frau hat seit 4 Jahren ein Hypophysen-Adenom, häufig Migräne, Gewichtsabnahme

(10 kg in 3 Monaten), Prolaktinwert 80,5 (Norm max. 16).

Meine Therapie: Parasitenkur intensiv, homöopathische Begleit- und Ausleitungsmittel, Amalgamsanierung, Ernährungsumstellung.

Die Frequenztherapie lief 6 Monate lang, stets 3-5 verschiedene Frequenzen je 1x7 Minuten. Gegen Ende erschienen nur noch wenige Frequenzen bei der Messung, die ich dann in der Wiederholung 3 x 7 Minuten lang behandelte.

Bei der 2. Therapiesitzung wurde der Kopf klar und warm im Inneren. Bei der 3. verschwand die Migräne. Sie sagte, es wäre alles „wie neu“, „wie eine große Reinigung“, und sie spürte über Tage hinweg großen Durst. Der Urin-pH-Wert wurde erst stark sauer, dann pendelte er sich ein auf 7-7,5. Bei diesem Fall spielten Ascariden, Strongyloiden, Bacteroiden, Großer Leberegel, Großer Darmegel etc. eine wichtige Rolle.

Nun ist die Patientin bereits völlig beschwerdefrei und lebt ein „neugeschenktes Leben mit großer Freude“, wie sie sagt. Nun läge nahe, den Kopf per CT untersuchen zu lassen. Sie weigert sich aber konsequent (leider!).

Ein 30 jähriger Mann hat eine so starke Allergie auf alle möglichen Stoffe, daß er – aus Kiel kommend – nur im Pkw übernachtete und sich seit 14.10.97 in ½ jährigem Abstand für je 1 Woche bei mir behandeln ließ. Angst und Depression waren die ständigen Begleiter. Er war voll von Parasiten aller Art: gr. Darmegel, Candida, Schimmelpilze, Aflatoxine, Hefepilze, Clostridien, Proteus, Staph. aureus, Hausstaubmilben, Ascariden, etc. etc. Das Kirlianbild war anfangs schwarz, voller Toxine. Amalgam war bereits mit DMPS ausgeleitet. Nun bekam er div. Frequenzen, pro Sitzung 6-7 verschiedene. Mich wunderte, daß er die Frequenzen gut vertrug, nicht aber die vielen Allergene incl. Elektrosmog. Ich mußte alle Lampen (Spotlights, Neon) stets ausschalten! Bereits nach der 3. Therapiesitzung ging es ihm viel besser.

Pilz- und Darmprobleme blieben am längsten übrig. Die Therapie dauerte bis 15.12.97, dann war er beschwerdefrei.

Ein 58-jähriger Mann hatte 1993 eine Zeckenbißinfektion mit nachfolgender Borelliose. Er ist jetzt in der Borellioseliga in 76676 Graten-Neudorf Mitglied. Am 12.06.93 und am 24.07.93 bekam er vom Arzt FSME-Spritzen (Hirnhautbeteiligung). Danach wurde ihm schlecht. Er brach zusammen, bekam Schüttelfrost und hat nun Nachtschweiß und starke Gelenkschmerzen (Fibromyalgie). Ich verordnete ihm die Parasitenkur (Intensivprogramm) und diverse homöopathische Mittel zur Ausleitung sowie Magnerot.

Er wurde mit Frequenzen am 17.10.97, 24.11.97, 08.05.98, 19.05.98, 26.05.98 und am 03.11.98 behandelt. Jetzt ist er vollkommen beschwerdefrei.

Meist spüren die Patienten sofort bei der ersten Therapie eine Erleichterung. Es gibt in der 2. und 3. Sitzung oftmals Reaktionen, die dann der Heilung dienen.

Meine persönlich Erkenntnis zu den Frequenzen

Die besten Ergebnisse erziele ich, wenn ich mit einer um 1 Kommastelle niedrigeren Frequenz, als Clark angibt, beginne (1-3 x 7 Min.). Bsp.: 38.0 KHz. Dann warte ich die Reaktionen ab und schließe mit 380 KHz nach Clark ab. Das Wobbeln mit der neuen Gerätegeneration ist vielversprechend.

Bei groben Parasiten fange ich sogar noch tiefer an, also eine weitere Kommastelle nach unten.

Das richtet sich danach, ob es sich um Bakterien, Viren, Pilze oder Egel handelt. Die weiteren Behandlungen werden dann mit Kommastrich nach oben bis zum Abschluß mit der original Clark- Frequenz, hier 380 KHz, durchgeführt. Inzwischen habe ich auch mit Rife-Frequenzen gute Ergebnisse erzielt. Sie dienen mehr der Funktion eines Gewebes.

Frequenztherapie-Seminare

Herr HP Eckhardt, 2. Vorsitzender des Vereins, wird am 8. Mai einen Einführungskurs zur Frequenztherapie geben. Interessenten werden gebeten, sich an den Verein oder Herrn Eckhardt (Tel: 06201/ 72527) persönlich zu wenden.

Erfahrungen mit Syncrometer und Frequenztherapie nach Clark und Rife

HP Leonhard Hennecke

Seit drei Jahren arbeite ich mit der Clark-Therapie in meiner Praxis. Syncrometer, EAP, Clark-Kuren und Frequenztherapie nach Clark und Rife sind zu meinen wichtigsten diagnostischen und therapeutischen Werkzeugen geworden.

Krebs: Bei 42 getesteten Krebspatienten fand ich – in Übereinstimmung mit Clarks Aussage – die Resonanz des Fasciolopsis buskii, wobei ich nach wie vor nicht sicher bin, ob der Parasit oder ein Stadium tatsächlich gegenwärtig ist oder nur eine pathogene Resonanz. Ein histologischer Nachweis fehlt leider nach wie vor. Auf jeden Fall verschwindet die Resonanz nach der Einnahme der Parasitenkur, und der Zustand des Patienten verbessert sich. Bei fast allen Krebspatienten stellte ich nicht auskurierte Kinderkrankheiten (z. B. Scharlach, Windpocken, Masern), Impfbelastungen, Umweltgifte und geopathische Belastungen fest.

Neben der klassischen Clark-Therapie mit Parasitenkur, Nierenkur, Leberreinigung und Frequenztherapie wende ich Thymusextrakt, hochdosierte Vitamin-C-Infusionen, Sanum Präparate, Enzymeinläufe per Klistier, Einläufe mit ozonisiertem Olivenöl, Sauerstoff- und Ozon-Therapie und lokale Hyperthermie an. Dank Clark-Therapie und unserer zusätzlichen therapeutischen Möglichkeiten hatten wir bislang gute Behandlungserfolge: Bei 75% der Patienten trat eine deutliche Besserung der Symptomatik und Tumormarker ein. Von Heilung läßt sich ja erst nach Ablauf der klassischen 5-Jahresfrist sprechen. 15 % geht es besser, sind aber noch in Behandlung. 4 Patienten sind leider verstorben.

In meiner Praxis habe ich in den letzten zwei Jahren fünf Patienten wegen verschiedener Krankheitssymptome behandelt, die unter anderem an Hepatitis C litten (Hepatitis C darf man als Heilpraktiker nicht behandeln, was ich auch nicht tat). Als Nebeneffekt der Frequenztherapie (vorwiegend nach Rife) verschwand jedoch auch der Virus aus dem Blut und die Leberwerte verbesserten sich drastisch, wie die Laborwerte in jedem Fall bestätigten.

Multiple Sklerose: Bei 4 Patienten mit Multipler Sklerose stellte ich Epstein-Barr-Virus als maßgeblichen Faktor fest. Nach der Frequenztherapie nach Clark und Rife trat eine drastische Besserung der MS ein. Schübe ließen sich innerhalb von 10 Minuten stoppen und beenden. Ich fand neben EBV auch regelmäßig unterschiedliche Egel im Hirn, Ascariden, Diofilaria und

Shigellen. Sehr gut bewährt hat sich auch Calcium-EAP von Köhler.

Diabetes I: Bei 5 Patienten mit Diabetes I stellten sich Streptokokken und Staphylokokken als Übeltäter heraus. Bei zwei Patienten brachten die Rife-Frequenzen den Durchbruch: einer benötigt kein Insulin mehr, der andere nur noch $\frac{1}{4}$ der bisherigen Menge. Bei 3 Patienten verbesserte sich der Zustand, sie sind aber noch in Behandlung. Im jeden Fall spielte auch der Eurytema Pancreaticum im Pankreas eine wichtige Rolle. Ebenso fand ich Benzol.

Hypertonie: Bei leichteren Fällen von essentieller chronischer Hypertonie hat sich die Nierenkur nach Clark außerordentlich bewährt. Bei gut 20 Patienten sanken die Blutdruckwerte in den Normalbereich zurück.

Rheumatische Arthritis: Bei 10 Patienten mit rheumatischer Arthritis fand ich immer wieder Streptokokken und Staphylokokken (die häufig gemeinsam auftreten und dann umso gefährlicher sind) sowie Ascariden. Zahnherde und andere bakterielle Herde sind meist ursächlich beteiligt. Die Frequenztherapie nach Clark und Rife hat immer zu einer starken Besserung oder Heilung geführt.

Borelliose: Bei ca. 20 Patienten kam es zum Ausheilen dieser schweren Erkrankung durch die Anwendung der Clark-Frequenzen und der Rife-Frequenzen (880, 802, 800, 787, 727 Hz). Vor der Therapie sollte man die relevanten Frequenzen austesten.

Maculadegeneration: Diese besonders bei alten Menschen auftretende Krankheit konnte mit den Rife-Frequenzen 10.000 Hz und 5000 Hz sehr gut behandelt werden. Es kam häufig zu erstaunlichen Sehverbesserungen (Verdoppelung der Sehfähigkeit).

Weihrauch gegen Krebs, Asthma und Arthritis

Millionen Menschen leiden an chronisch entzündlichen Erkrankungen. Die Schulmedizin behandelt hier mit Cortison und schweren Schmerzmitteln, die erhebliche Nebenwirkungen aufweisen können. Solche Beschwerden wurden schon von den großen Ärzten der Antike erfolgreich mit der Heilkraft des Weihrauchs behandelt. Auch im Ausland setzt die Naturheilkunde seit längerem auf die Weihrauchtherapie, deren Wirksamkeit von internationalen wissenschaftlichen Studien bestätigt ist. Nebenwirkungen sind bis heute nicht bekannt. Inzwischen ist Weihrauch „der aktuelle Geheimtip“ in Deutschland.

Prof Simmet: „Es sind im wesentlichen zwei Effekte, die potentiell therapeutische Bedeutung besitzen. Zum einen haben wir in einer siebentägigen Kurzzeitstudie mit Weihrauchkapseln (dreimal täglich 1200 mg) eine deutlich bessere Wirkung gegen das peritumorale Hirnödeme gesehen als mit Dexamethason (viermal täglich 4 mg). Dies ist ein therapeutisch wichtiger Effekt, da die peritumoralen Hirnödeme in aller Regel als die Ursache der neurologischen Symptomatik, z.B. von Lähmungen, anzusehen sind. Zum anderen fanden sich am achten Tag (Zeitpunkt der Operation) bei den genannten Patienten, laut neuropathologischer Analyse der OP-Präparate, in 50% der Fälle extensive, ausgedehnte und flächenhafte Nekrosen des Tumorgewebes. Da derartige Nekrosen nur bei ca. 7% der Patienten der Kontrollgruppe sichtbar waren, muß von zusätzlichen zytotoxischen Wirkungen des Präparates auf das Tumorgewebes ausgegangen werden. Im übrigen sind derartige zytotoxische Effekte auch in Zellkultur mit Boswelliasäuren an menschlichen Astrozytom/Glioblastom-Zelllinien nachweisbar.“

Weihrauch wird auch von Dr. Clark gegen Viren dringend empfohlen.

(Weihrauchkapseln erhalten Sie preisgünstig bei der Firma Holistic Health Products in Holland, Tel.: 0031 / 320 251313.)

Vorsicht Benzol & Toluol!

Eine der wichtigsten Quellen von Benzol ist bleifreies Benzin und Zigarettenrauch. Benzolwerte sind in der Nähe von Tankstellen stark erhöht. Da Benzol lipophil ist, d.h. es bindet an Fett, sollte man es vermeiden, fettige Sachen an Tankstellen zu kaufen oder zu verzehren. Zigarettenrauch enthält bekanntlich hunderte von krebserregenden Substanzen, eine gehörige Menge Benzol ist nur eine davon.

Was übrigens in Druckereien und vielen Zeitungen so aromatisch stinkt, ist ein weiterer Aromat, nämlich das giftige Lösungsmittel Toluol. Am besten die Zeitung etwas ausmüffeln lassen.

Helicobakter im Fliegentaxi

Helicobacter pylori verursacht nahezu alle peptischen Geschwüskrankheiten, die nicht medikamentös bedingt sind. Die Weltgesundheitsbehörde (WHO) hat 1994 *Helicobacter pylori* als Klasse 1 Kanzerogen erklärt, die gefährlichste Rangordnung, die ein krebserzeugender Stoff einnehmen kann.

Die Verbindung zu Gastritis, Magen- und Duodenalgeschwüren sowie Magenkrebs machen *Helicobacter pylori* (H.p.) zu einem zentralen pathogenetischen Faktor des oberen Verdauungstrakts.

Darüber hinaus stellt die Infektion mit H.p. eine der häufigsten Infektionskrankheiten der Welt dar. In Entwicklungsländern sind über 80% der Bevölkerung bereits im Kindesalter mit H.p. infiziert. Dagegen hat die Prävalenz in den Industrienationen in den letzten 100 Jahren deutlich abgenommen. Für Kinder beträgt sie je nach Nation derzeit 5 bis 15%, für 30 jährige 25%, für 40- bis 50jährige etwa 40% und für Menschen, die vor dem zweiten Weltkrieg geboren wurde, 90%.

Lebensfähige Bakterien konnten im Stuhl infizierter Personen nachgewiesen werden. Kürzlich konnte auch nachgewiesen werden, daß sich auch im Verdauungstrakt von Fliegen lebensfähige H.p.-Keime befinden und über die Exkremente der Fliegen wieder ausgeschieden werden, wenn diese zuvor kontaminierte Nahrung erhalten hatten. Daher wurde die Hypothese aufgestellt, daß Fliegen die Erreger aus menschlichen Fäkalien aufnehmen können und umgekehrt menschliche Nahrungsmittel durch ihre intestinalen Exkrete kontaminieren, wenn sie sich auf ihnen niederlassen. Wird diese Nahrung von einem empfänglichen Individuum geschluckt, kommt es zu einer neuen Infektion. Fliegen sollten als Hauptverdächtige für die Übertragung von H.p. betrachtet werden. Die Überträgerrolle der Fliege ist nicht überraschend, wenn man ihren Lebenslauf kennt. Die Fliege ernährt und vermehrt sich in Fäkalien. Sie deckt in ihrer vier- bis sechswöchigen Lebenszeit einen Umkreis von bis zu 32 Kilometer ab. Sie ernährt sich ebenso von Lebensmitteln wie von Fäkalien. Ihr borstiger und klebriger Fliegenkörper kann dabei bis zu sechs Millionen Bakterien aufnehmen. Da die Fliege nur Flüssiges schlucken kann, erbricht sie ständig - nachdem sie sich auf Lebensmittel gesetzt hat -, um feste Nahrungsteile zu verflüssigen. Dabei hinterläßt sie Millionen von Bakterien.

Beckenschiefstand Ade !

Rückenschmerzen rühren häufig von Beckenschiefständen her. Diesen kann Pjotr Elkunoviz in minutenschnelle beseitigen, wie in zahllosen Fällen geschehen und dokumentiert. (Tel.: 06724 / 3699)

Vereinsrundbrief-Abo

Wer unseren Vereinsrundbrief „Hilfe zur Selbsthilfe“ beziehen, aber kein Mitglied im Naturheilverein werden will, kann ein Jahresabo zu 32 DM Inland und 40 DM Ausland erwerben. Das Porto ist inklusive.

Bitte um Spenden

Ihre Spende hilft, Dr. Clarks Arbeit in Deutschland bekannt zu machen und dafür zu sorgen, daß Betroffene und Interessierte die nötige Unterstützung und neue Informationen zur Clark-Therapie erhalten.

Unser Spendenkonto:

NHV „Hilfe zur Selbsthilfe“ e.V:

Kt.-Nr.: 146 044 400, BLZ 51080060, Dresdner Bank Wiesbaden

Verwendungszweck: Spende.

Bitte geben Sie auch Ihre Adresse an, damit wir Ihnen eine Spendenquittung für das Finanzamt zuschicken können.

Sprechzeiten

Werktags zwischen 17.00 – 19.00 Uhr steht Ihnen ein persönlicher Ansprechpartner (Tel.: 06128/ 41097 oder 0611/ 9102838) zur Verfügung. Wir bitten um Ihr Verständnis, daß medizinische Beratungen durch einen Therapeuten erfolgen müssen.

Wollen Sie Mitglied im Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“ werden ?

Für nur 108 DM im Jahr unterstützen Sie unsere Arbeit und erhalten regelmäßig & kostenlos unsere Vereinsrundbriefe, die neuste Therapeutenliste, die Zeitschrift „Naturarzt“ und ermäßigte Teilnahmegebühren bei Symposien und Seminaren.

Impressum:

Vereins-Newsletter „Hilfe zur Selbsthilfe“

Text: Ludwig Jacob

Verlag und Vertrieb:

Naturheilverein „Hilfe zur Selbsthilfe“ e.V.

Postfach 1238, 65302 Bad Schwalbach

Tel.: 06128 / 41097; Fax: 06128 / 41098

Verein und Redaktion übernehmen keine Haftung für die in diesem Rundbrief vorgestellten Therapieverfahren.

Druck: Druckerei Dierks, Taunusstein

© 2000, Naturheilverein „Hilfe zur

Selbsthilfe“ e. V. & Ludwig Jacob Vervielfältigung, auch auszugsweise, ist nur mit Einverständnis des Vereins und Redakteurs gestattet.