

Manfred J. Poggel

Parkinson & Co.

...ganzheitlich begegnen!

Eigenverlag

S. E. M.

Renate Poggel-Zündorf und Manfred J.Poggel

Hinweis

Die Erkenntnisse in diesem Buch habe ich nach bestem Wissen und Gewissen zusammengetragen. Die meisten der angesprochenen Therapien habe ich selbst angewendet. Daraus resultieren meine Erfahrungsberichte. Bei den Therapien, die ich nur erwähne, habe ich dies ausdrücklich vermerkt. Dennoch kann es sein, dass ich in ein oder anderen Fall einer Fehlinformation gefolgt bin, wie sich im Lauf der Zeit herausstellen kann. Verfasser und Verlag übernehmen keine Haftung bezüglich der Anwendung der beschriebenen Therapien oder Medikationen. Der Autor erteilt keine

medizinischen Ratschläge zu Therapien und Medikationen; die Aussagen im Buch stellen die persönliche Meinung des Autors dar. Die beschriebenen Anwendungen ersetzen keine medizinischen oder heilkundlichen Behandlungsweisen. Es handelt sich im Buch ausschließlich um die Darstellung verschiedener offensichtlich erfolgreicher Selbstversuche. Es werden keine Heilungsversprechen gegeben. Bei ernsthaften Erkrankungen und/oder anhaltenden Beschwerden sollten Betroffene unbedingt einen Arzt oder Heilpraktiker konsultieren. Autor und Verlag haften nicht für die Richtigkeit der gemachten Angaben, deren Auswirkungen oder Interpretationen aus den Texten. Wenn bei geschützten Marken- bzw. Warennamen nicht die Registrierung kenntlich gemacht wurde, handelt es sich nicht unbedingt um einen freien Marken- bzw. Warennamen. Die Haftung durch Irrtümer oder Auslassungen ist ebenso ausgeschlossen. Verfasser und Verlag wollen keinerlei medizinische oder andere professionelle Dienstleistungen erbringen. Wenn Ihnen meine Meinung zur Ursachenforschung verständlich und hilfreich erscheint, würde ich mich freuen, wenn Sie dies mit dem Arzt oder Heilpraktiker Ihres Vertrauens und auch Ihrer Krankenkasse ausführlich besprechen würden.

Dieses Buch widme ich den Mitgliedern unserer Selbsthilfeorganisation elementares Wissen e.V.

Sie haben mit ihren Lebensgeschichten dieses Buch überhaupt erst möglich gemacht. Vielen herzlichen Dank!

**Eine Empfehlung der
Selbsthilfeorganisation elementares Wissen e.V.
www.elementares-wissen.de**



Bei Hinweisen zu Webseiten und auf deren Inhalte hat der Herausgeber keinen Einfluss. Zu diesen Inhalten wird keine Gewähr übernommen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist daher der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Webseiten verantwortlich.

ISBN 978-3-9819844-2-2

Überarbeitete Auflage des Buches
Parkinson & Co. – natürlich begegnen - Heilsame Wege und neue Erfahrungen
von Manfred J.Poggel, aus der ersten Auflage im Februar 2015

Autor: Manfred J.Poggel
Parkinson & Co. – ganzheitlich begegnen

© 2018 S.E.M. Manfred J.Poggel

Covergestaltung und Foto : Manfred J.Poggel

Überarbeitung und Lektorat : Renate Poggel-Zündorf

Eigenverlag Renate Poggel-Zündorf und Manfred J.Poggel

www.sem-verlag.de

www.elementare-meditation.de

www.elementares-wissen.de

1. Auflage Februar 2019

Die Rechte zur Verbreitung jeglicher Art, auch auszugsweisen Nachdrucks sind ausschließlich nur durch uns zu erwerben.

Inhalt

Vorwort

Teil I

Ursachen und Wirkungen

Erfahrungen

Meine Heilung ohne Chemie

Übersäuerung

Unsere täglichen Gifte
Auswirkungen von Säuren und Giften
Fehlende Mineralstoffe
Schlacken
Weichmacher & Co.
BPA Bisphenol A
Medikamente
Vergiftungen durch Schwermetalle
Gifte in der Kleidung
Industrielle Nahrungsmittel
TCP – Tricresylphosphat
Chlor und Fluor nicht nur im Leitungswasser
Desinfektionsmittel
Holzschutzmittel
Lösungsmittel - Trichlorethylen
Pflanzenschutzmittel und Insektizide
Verpilzungen
Tote Zähne gefährden die Gesundheit
Stress
Borrelien
Luft- und Lichtbelastungen
Geopathische Störungen
Elektrosmog
Mikrowellen
Röntgenstrahlung
Karma
Psyche
Parkinson durch nitrosativen Stress

Teil II

Meine Ursachenforschung

zu Parkinson & Co.

Morbus Parkinson
Sichtweisen zur Parkinsonerkrankung
Was macht der Hypothalamus?
Wer Parkinson hat ist vergiftet
Anmerkung zur Früherkennung
Co-Erkrankungen Morbus Wilson
Stichwort Leber
Hepathische Enzephalopathie
PSP- progressive supranukleäre Blickparese
MS – Multiple Sklerose
Polyneuropathie
RLS - Restless-Legs-Syndrom
MSA - Multisystematrophie
ALS - Amyotrophe Lateralsklerose
Blepharospasmus
Morbus Sudeck
Asterixis
Burn-out
Parkinson durch Pestizide
Psyche, Muskeln und Nerven

Die Beachtung von Wirbelsäule, Muskeln und Faszien
Parkinson Früherkennung anhand von Schlafstörungen
Was ist, wenn sich James Parkinson geirrt hat?
Statement
Aufruf

Teil III

Bewährte Therapien

So geht ´s nicht!
Natürliches in Kürze
Glückshormone und Placebo
Helicobacter pylori
Darmgesundheit
Entgiftung der Leber
Nieren und Nebennieren
Ketogene Ernährung
Breuss – Leissen - Budwig
Parkinson ? Ab in die Wanne
Klinoptilolith
Bachblüten und australische Buschblüten
Schüßler-Salze
Vitamine/Mineralien
Aminosäuren
Vitalstoffe/Antioxidantien
Parkinson durch Arteriosklerose?
Schwermetallvergiftungen
Entpilzungen
Die Neurobiochemie bei Parkinson
Entstörung von Lebensräumen
Versöhnung mit Ho´oponopono
Ohrakupunktur
Bewegungshelfer
Train your Brain
THS- Tiefenhirnstimulation
Stammzellenoperation
Palliativ
Gen-Therapie
Kaugummi
Gesundes Wasser
Mikrosiemens
Lebendige Nahrung
Bulgarischer Joghurt
Medikamente
Meditationstechniken und
Energieübertragungen
Therapie mit Symbolen
Musiktherapien
Bowen-Therapie
Trager-Therapie
TRE- Trauma-Releasing-Exercises
Akupunkturmassage nach Penzel
Kostenerstattung durch die Krankenkasse

Astrologie
Praktischer Hinweis zur Kalendermethode

Teil IV

Mein Leben heute

Sichtweisen
Radiästhesie
Ernährung
Tägliche Routine
Knoblauchkur und mehr
Heilsteine
Bewegung
Meditation und Spiritualität
Energieübertragungen und Seminare
Bäder im Haus
Aronia- Die Urkraft der Natur
Coaching
Nachwort
DANKE

Anhang

Informationen, Adressen
Hilfreiche Internetadressen
Literaturempfehlungen
Magazine - Zeitschriftenempfehlungen
Über den Autor

Vorwort von Dr.med. Petra Wiechel

Wenn man den Stein ins Rollen bringt, kann man ihn kaum aufhalten. Das Buch *Parkinson & Co. natürlich begegnen* musste zwangsläufig erscheinen. Es ist der Forschung Manfred Poggels geschuldet, als ehemals Betroffener, der als Botschafter mit seinem eigenen Erleben und dem Buch *Parkinson – Meine Heilung ohne Chemie* feste Mauern der Schulmedizin ins Wanken brachte. Dieses Buch ist ein zweites Muss, da die entstanden Kontakte, Erfahrungen und das erweiterte Wissen den Leser, ob betroffen oder nicht, bereichern.

Einer Krankheit geht immer ein dynamischer Prozess voraus. Es ist ein Prozess in mir selbst. Jede Krankheit ist damit meine Krankheit. Niemals ist sie von meinem Leben abzukoppeln. Ob Parkinson, Krebs, Multiple Sklerose oder Rheuma. Es ist immer meine Krankheit und kein menschliches Schicksal. Es braucht Jahre, gar Jahrzehnte, bis sich

eine Krankheit manifestiert. Die Diagnose kommt dann aber oft über Nacht. Nach Ursachen zu suchen verwechseln wir heutzutage dabei mit aktueller Bestandsaufnahme. MRT, CT, Coloskopie – das sind großartige Errungenschaften unserer Zeit, klären aber nicht die Frage nach dem Warum, nach den eigentlichen Ursachen.

Sind wir Opfer unserer selbst, wenn erst einmal eine Diagnose steht? Gibt uns der Körper doch oft zahlreiche Signale, die seine Belastung, Entgleisung, Instabilität signalisieren. Nehmen wir diese als Vorboten wahr? Was ist, wenn wir nie etwas spüren?

Das Buch sensibilisiert den Leser für die Vielfalt an möglichen Ursachen. Doch nie ist es eine allein. Manfred Poggel hat die multiple Kausalität von Giften aus dem Alltag, die unverantwortliche großzügige Verabreichung von Antibiotika oder Medikamenten, die Folgen des Ungleichgewichts im Säure-Basen-Haushalt, Zahnstörfelder, geopathische Störungen und die Bedeutung psychischer Belastungen informativ erklärt.

In der Auseinandersetzung mit anderen neurologischen und neurodegenerativen Störungen erkennt der Leser, dass nicht jede Parkinsonerkrankung Parkinson sein muss. Manfred Poggels Krankheit war seine Chance. Sieben Lebensjahre in Krankheit überstand er ungebeugt. Sein tiefes Selbstvertrauen, die Liebe seiner Frau, seine unermüdliche Geduld gaben ihm Kraft. Rückschläge hielten ihn nicht auf. Der Glaube an sich selbst versetzt Berge. Heute delegieren Menschen ihre Probleme an den Arzt. Aber: Heilen kann niemand, nur der Körper selbst. Eine Gesundung ist möglich. Das Buch mahnt uns, auf uns selbst zu achten. Es mahnt uns, wachsam zu werden. Nur wenn wir informiert sind, gehen wir bewusst und mit offenen Augen durchs Leben und erkennen die Gefahren. Es ist unsere Entscheidung, was wir tun, was wir essen, wie wir der Zeit Zeit geben.

Manfred Poggel will aufklären.

Mit diesem Buch ist es ihm großartig gelungen.

Dr. med. Petra Wiechel

Chefärztin der SWISS MOUNTAIN CLINIC al Ronc in CH-Castaneda

Internationales Kompetenz-Zentrum für Regulations- und Ursachen-Medizin

Teil I

Ursachen und Wirkungen

Erfahrungen

Aus den guten Erfahrungen, die ich mit meinem ersten Buch *Morbus Parkinson – Meine Heilung ohne Chemie* (MHOC) gemacht habe, will ich nun in diesem zweiten Buch über Parkinson von den mir mitgeteilten Ursachen zur Erkrankung und Therapien berichten, die von mir und von einigen betroffenen Mitgliedern der Selbsthilfeorganisation *elementares Wissen e.V.* getestet wurden. Meine Frau und ich haben Ende 2011 diese Selbsthilfeorganisation gegründet, um einen Informationsaustausch bei allen Erkrankten zu ermöglichen. Trotz einer anfänglich großen Skepsis seitens der Betroffenen finden sich inzwischen erfreulicherweise die unterschiedlichsten Menschen in der Organisation zusammen. Alle haben das gleiche Problem – Parkinson. Aber für »Entscheider«, das sind bekanntermaßen die meisten Parkinsonerkrankten, ob männlich oder weiblich, spielt es da keine Rolle mehr. Für sie als Entscheider, als Macher, ist es besonders schwer, diese Erkrankung zu ertragen. Sie führt dann letztlich oft in eine Resignation mit Depressionen – allerdings in sehr unterschiedlichen Ausprägungen. Hier können wir ansetzen. Allein durch die Erfahrung der Betroffenen, dass die Ursachengruppen bei allen zunächst gleich erscheinen und dass man erst nach genaueren Informationen der einzelnen Personen die Starttherapie definieren kann. Sie erinnern sich – im Kapitel »Gutachten« (MHOC S. 27 f.) habe ich das Arztgespräch mit der Frage nach meiner Parkinsonursache beschrieben. Der begutachtende Professor hatte mir damals gesagt: »Sie kennen doch sicher Muhammad Ali, den berühmten Boxer. Der hat einfach zu oft einen auf die Birne gekriegt.«

Ich fragte daraufhin nach Papst Johannes Paul II. Es hieß, die Parkinsonerkrankung sei genetisch bedingt. Ein Besucher meiner Vorträge sprach mich daraufhin auf das Thema an. Er habe die Biografie des Papstes gelesen und erfahren, dass dieser als junger Mann tatsächlich ebenfalls in einem Verein geboxt hatte. Wer weiß?

In diesem Buch beschreibe ich Parkinsongeschichten einzelner Mitglieder. Manchmal ihren beruflichen Alltag, ihre bisherigen Therapien und manchmal ihren ungeheuren Willen, sich endlich erfolgreich in Richtung Gesundheit zu bewegen. Alles wird mit einfachen Worten erklärt. Beispielsweise verdeutlichte mir ein von Parkinson Betroffener Installateurmeister: »Wenn wir das Abflusssystem eines Waschbeckens beobachten, stellen wir fest, dass es nach einiger Zeit verstopft. Die Behandlung mit den aus der Werbung so strahlend empfohlenen chemischen und gleichermaßen hochgiftigen Rohrreinigungsmitteln zerstört den Abfluss dann mit den Jahren. Eine einfache, natürliche und auch noch sehr kostengünstige Reinigung mit einer Bürste lässt aber einen lebenslangen Gebrauch ohne nennenswerten Verschleiß zu«.

So kann es auch unserem Organismus ergehen. Einfacher kann man die Wirkung von chemischen Präparaten auf unser Leben nicht erklären! Durch diese Erlebnisberichte werden Lebensweisen, bewusste Ernährung und mentale Erfahrungen erkennbar und

lernbar gemacht. Auch in diesem Buch wird es wieder keine Heilversprechen geben. Niederlagen bzw. Abbrüche werden genauso beschrieben wie langfristige Erfolge und strahlende Freude nach zwei bis drei Jahren angewandter intensiver und disziplinierter natürlicher Therapien.

In meiner leidvollsten Zeit kam im Fernsehen ein Sketch von Lorient: Ein Mann sitzt in seinem Sessel; seine Frau werkelt aufgeregt in der Küche. Sie möchte ihn überzeugen, doch spazieren zu gehen. Der Mann sagt immer wieder: »Lass mich doch einfach nur hier sitzen«! Das ist eine für den »Parkinsonhaushalt« typische Situation.

Dieses Buch erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Ich forsche weiter und bitte die Leser und ihre Angehörigen um Mithilfe.

Bitte schicken Sie mir Ihre Erfahrungen zu den Ursachen sowie zu den natürlichen, erprobten und wirksamen Therapien Ihrer Parkinsonerkrankung zu.

Ich möchte keine falschen Hoffnungen wecken, denn jede Parkinsonerkrankung hat eine Vielzahl von Ursachen, die es zu erkennen gilt. Aus meinem ersten Buch wissen Sie, wie wichtig es ist, auch Übersäuerungen, Vergiftungen und Verpilzungen im Körper zu beachten. Bekanntlich beginnt jede Reise mit dem ersten Schritt. Also ist es quasi der erste Schritt, diese Säuren und Gifte auszuleiten, um so die Reise in Richtung Gesundheit endlich starten zu können. Ich denke aber auch liebevoll an die Mitglieder unserer Selbsthilfeorganisation, deren Erkrankung schon so weit fortgeschritten ist, dass derartige Ausleitungen aufgrund sehr hoher Medikationen und oftmals auch durch weitere Leiden, leider nicht mehr möglich waren. Manchmal fühle ich mich in Bezug auf meine Arbeit so wie Pablo Picasso (1881–1973), der einmal sagte: »Manche Leute halten mich für einen Verrückten, dabei versuche ich nur, die Wahrheit zu sagen.«

Dennoch möchte ich Sie weiterhin informieren. Darum bitte ich Sie, um Ihre aktive Unterstützung für die Arbeit in meiner gemeinnützigen Selbsthilfeorganisation *elementares Wissen e.V.* und für weitere Recherchen. Bitte helfen Sie mir bei meiner ehrenamtlichen Arbeit! Die Selbsthilfeorganisation *elementares Wissen e.V.* sieht ihre Aufgabe in der Förderung von Wissenschaft, Forschung und Lehre in Europa. Sie unterstützt Doktoranden und/oder Master-Absolventen, die sich in besonderer Weise den naturmedizinischen Diagnosen und natürlichen Therapien in der komplementären- bzw. ganzheitlichen Medizin verbunden fühlen. Sie finden Anerkennung mit dem von uns hoch dotierten Förderpreis. Dieser Förderpreis kann an Einzelpersonen oder aber auch an Universitäten oder Fachschulen in Europa vergeben werden. Interessierte bitten wir um Kontaktaufnahme zur Begutachtung ihrer Arbeiten durch einen medizinischen Fachbeirat.

Bitte nur Arbeiten vorlegen, deren Rechte Sie auch besitzen (siehe: www.elementares-wissen.de/Förderpreis/).

Meine Heilung ohne Chemie

Der Titel meines ersten Buches wurde leider zum Reizwort für manche Therapeuten und Schulmediziner.

Größere Anfeindungen blieben aber zum Glück aus. Es waren eher kleine Dinge – Unterstellungen, Unwissenheit und manchmal auch Dreistigkeit –, die meine Arbeit verunglimpfen. Es kann eben nicht sein, was nicht sein darf – so die öffentliche Meinung.

Und wer beispielsweise behauptet, mein Buch enthalte Arztschelte auf Arztschelte, hat es nicht richtig gelesen und verstanden.

Meine aktuelle Lebensaufgabe sehe ich darin, den Menschen, allen voran den Parkinsonbetroffenen, meine Erfahrungen mit den natürlichen Alternativen zur Besserung, vielleicht sogar zur Heilung von Parkinson näherzubringen. Damit dieses Buch nicht zu umfangreich wird, verzichte ich auf Beschreibungen bzw. Wiederholungen aus meinem Buch MHOC. So verwende ich nur Hinweise wie: tibetanische Knoblauchkur (MHOC S. 121 f.) usw.

Ich spreche in diesem Buch, fünf Jahre nach meiner Genesung, meist nicht mehr von mir. Es werden Erfahrungen beschrieben, die ich mit Mitgliedern gemacht habe, die meinem Weg zur Gesundheit gefolgt sind. Gleichmaßen ist das Wissen über die gefährdenden Stoffe unserer Umwelt umfangreicher geworden, sodass die Aufklärung hier weitergeführt wird. Heute erkenne ich erst, wie naiv ich damals war.

Oft habe ich gehört oder in meinen Rezensionen gelesen, mein Buch enthalte zu viele Therapien. Welche hätte ich weglassen sollen? Es wäre vielleicht gerade die eine gewesen, die Ihnen oder Ihrem Nachbarn geholfen hätte wieder das Licht am Ende des Tunnels zu sehen. Auch wurde mir in Gesprächen mit einigen, wenigen Ärzten unterstellt, dass ich »sicher nicht wirklich Parkinson gehabt« hätte.

Parkinson wurde bei mir seit 2003 durchgängig von anerkannten praktizierenden Medizinern eindeutig diagnostiziert, die mich mit reichlich Tablettenverordnungen zum Morbus Parkinson versorgten. Auch eine deutsche Klinik bestätigte die Diagnose im Jahr 2004 wiederholt. Neben diversen Einzelgutachten von Neurologen und anderen Medizinern liegen durch die Anerkennung meiner Berufsunfähigkeit per Gerichtsschluss im Jahr 2006 weitere eindeutige Gutachten und ein DaTSCAN vor.

Ich denke, dass sich so viele diagnostizierende Mediziner, Professoren und Privatdozenten etc. in all diesen Jahren nicht irren konnten. Kritiker sollten bedenken, dass sie mit ihren Behauptungen gleichermaßen ihren untersuchenden, begutachtenden Kollegen Unwissenheit und Inkompetenz unterstellen.

Für mich hatte die Parkinsondiagnose dramatische Folgen. Ich bekam in diesen vielen Jahren Tag für Tag hoch dosierte Medikamente mit sehr schweren Nebenwirkungen. Diese hätte man mir nicht einfach so aufgrund von evtl. lapidaren Fehldiagnosen verordnet. Dementsprechend verbietet sich das Argument, ich wäre nicht an Parkinson erkrankt. Manche wollen und können einfach nicht verstehen bzw. anerkennen, dass die Naturmedizin nach einer Ursachenfindung auch beim Parkinson Möglichkeiten zur Genesung mit natürlichen Therapien bereithält. Wir sehen eben nur das, was wir sehen wollen!

Ich habe eine inständige Bitte an alle, die mit der Heilung des Menschen ernsthaft befasst sind. Versuchen Sie doch bitte einmal, sich von den schulmedizinischen Theorien zu den Ursachen von Gehirnerkrankungen für einen Moment zu lösen und meine Erfahrungen einfach nur »neutral« zur Kenntnis zu nehmen. Auch wenn Beiträge aus der Erfahrungsheilkunde kommen und noch nicht wissenschaftlich bewiesen sind, geben sie doch Aufschluss auf Zusammenhänge völlig anderer neuer Art. Erst einmal ohne Vorurteile zu lesen und ohne zu verurteilen, wäre hier die Devise.

Da ich seit meiner Kindheit Rheumatiker war, weiß ich zum Beispiel um die Möglichkeiten der Wärmetherapien. Wie Sie sich sicherlich erinnern, erschien auch eine Akzeptanz der Kältetherapie vor ca. 30 Jahren, als die ersten Untersuchungen bekannt wurden, unmöglich. Erst sehr langsam erkannte man auch hier ihr großes Heilungspotenzial. Heute ist die Kältetherapie oftmals eine gute Alternative zur Wärmetherapie und aus der Rheumatherapie nicht mehr wegzudenken. So habe ich doch die Hoffnung, eines Tages verstanden zu werden.

Zum Weltparkinsontag am 11.04.2013 sehe ich auf *FOCUS Online* die Headline »Parkinson droht zur deutschen Volkskrankheit zu werden«. Den Angaben zufolge sind bis zu zwölf Prozent der Patienten sogar 40 Jahre alt oder jünger. Der Artikel sollte uns zu denken geben, denn auch hier wird Parkinson als eine Krankheit des zentralen Nervensystems beschrieben. Leider fehlen hier ebenfalls Angaben zu den Ursachen der Parkinsonkrankheit. Es ist schließlich erforderlich, erst die Ursachen einer Krankheit zu behandeln, um die Symptome zu lindern und den Menschen letztlich zu heilen. Sie werden verstanden haben, dass wir alle durch die aktuellen Industrienahrungsmittel, die mit Giften, Konservierungsstoffen und Geschmacksverstärkern etc. versetzt sind, einfach keine Chance haben, gesund zu bleiben oder zu werden. Das Thema Übersäuerung ist leider nicht im Therapievokabular vieler Mediziner vorhanden. Im Grunde beginnt eine Erkrankung ganz harmlos. Bei vielen Menschen mit chronischen Leiden hat der Krankheitsverlauf meist so begonnen:

Zuerst war da ein kleiner Ausschlag oder ein Schnupfen, der mit chemischen Mitteln bekämpft wurde. Alle Beschwerden sind plötzlich weg – ein gutes Gefühl. Das Problem ist

nur, die eigentliche Erkrankung ist nicht wirklich weg. Die Entzündungsherde haben sich nur in den Körper zurückgezogen, anstatt ein Ventil nach außen zu haben. Aus solchen Erkrankungen entstehen dann meist Allergien, manchmal sogar Asthma. Dieses wiederum wird sofort wieder mit chemischen Medikamenten bekämpft. Nach einiger Zeit geht es diesen Menschen besser. Sie glauben, diese »Kleinigkeiten« im Griff zu haben. Plötzlich jedoch kann es zu Bluthochdruck und Krampfadern kommen. Eine weitere Verschlimmerung der Symptome führt dann oft zu ersten Anzeichen von Rheumatismus. Und genau so geht es weiter mit der chemischen Behandlung, bis sich eines Tages die wirklich schwerwiegenden und sogenannten unheilbaren Erkrankungen wie Schlaganfall, Herzinfarkt, Parkinson und Demenz oder auch Krebs einstellen. Und dabei hatte doch alles einmal so harmlos mit einer Erkältung und einer kleinen Übersäuerung angefangen. Ablagerungen entstehen durch einen Überschuss an Säuren z.B. aus der Nahrung. Der Nobel- Preisträger für Physiologie und Medizin Prof. Dr. Dr. Otto Warburg (1883–1970) entdeckte bereits 1931, dass die Ablagerungen aus den Übersäuerungen um eine Körperzelle diese (Zelle) zur Gärung bringen kann. Der medizinische Begriff dazu ist Krebs. Da es eine Vielzahl von Ablagerungen geben kann, entstehen ebenso andere Arten von Krankheiten wie Multiple Sklerose (MS) oder auch Parkinson.

Übersäuerung

Beginnen wir mit den Informationen und Erfahrungsberichten zu den besonders belastenden Krankmachern. Es ist festzustellen, dass bei mehr als 60 Prozent, vielleicht sogar 70 Prozent der Parkinsonkranken eine Übersäuerung als erste Krankheitsursache zu erkennen ist. Es gibt jedoch auch Ausnahmen, bei denen die Vergiftung höher ist als die Übersäuerung. Das ist ja auch nicht weiter verwunderlich. Betrachten wir uns einmal selbst! Wir sind ehrgeizig, fleißig, strebsam. Wir haben es im Leben zu etwas gebracht. Wir haben Anerkennung gesucht und gefunden – teils aus eigenem Antrieb, teils weil wir von unseren Eltern und/oder Lehrern immer unter einen sehr hohen Leistungsdruck gesetzt wurden. Meist genügte es nicht, nur im Beruf erfolgreich zu sein. Nein, wir brauchten auch noch große Hobbys. Vielleicht sind wir in einem Klub oder Verein, in dem wir dann auch schnell Wer waren. Wir haben uns niemals geschont. Wir waren immer vorne dabei! Ich kenne keinen einzigen Parkinsonkranken, der ein geruhames, entspanntes Leben geführt hat. Das soll natürlich kein Aufruf zur Faulheit werden. Wir

sollten alles nur ein bisschen langsamer angehen. Aber nun ist es fast zu spät! Wir haben einen hohen Preis dafür gezahlt, indem wir diese Erkrankung bekamen. Bei den meisten fing es so ganz langsam an. In den Meetings zitterte manchmal die Hand beim Kaffeetrinken. Der Juckreiz im Bereich der Handkante oder manchmal am Unterarm war schon sehr lästig. Andere schliefen nur schlecht, hatten schwere, beängstigende Träume und schwitzten übermäßig. Selbst Kopfkissen und die Bettzeugkante waren nass vom sauren Schweiß. Der Schweiß roch unangenehm, sodass vermehrt Deos eingesetzt wurden. In meinem Fall wusste ich damals nicht, dass ich in einem Teufelskreis aus Übersäuerung, Vergiftungen und Verpilzungen steckte. Verstopfungen setzten immer öfter ein. Viele bekamen Hämorrhiden oder nur kleine Analfissuren, die auch sehr unangenehm waren. Aber auch Mandelentzündungen, Muskelschmerzen, entzündete Gelenke, Magengeschwüre, Magenschleimhautentzündungen, Neurodermitis, offene Beine, Sehnenscheidenentzündungen, Tinnitus, Parkinson usw. sind typische Erkrankungen, die aus einer Übersäuerung resultieren. Einige Menschen erkranken sogar an Diabetes mellitus, an rheumatischen Erkrankungen oder bekommen einen Herzinfarkt oder Schlaganfall.

In den Anfängen meiner Parkinsonerkrankung bekam ich, bereits im Bett liegend, plötzlich Nasenbluten. Ein Teil des Blutes tränkte das Bettzeug. Aber trotz mehrfachen Waschens ließ sich der Blutfleck nicht restlos entfernen. Beiseitegelegt als Stoffrest sollte dieser Jahre später zum Einsatz kommen. Aber siehe da, die verbliebenen Blutreste, hatten sich zusammen mit dem Stoffrest innerhalb von 9 Jahren in Staub aufgelöst. Die Säure aus dem Blut hatte das Gewebe aufgefrassen. Das gleiche Phänomen ließ sich auch bei einem T-Shirt beobachten, auf dem vor Jahren mein Blut von einem Schnitt bei der Rasur getropft war. Normalerweise sollte unser Blut basisch sein. Ein pH-Wert von 7,35–7,45 ist von daher eine gute Voraussetzung für gesundes Blut.

Es ist mir wichtig, dass Sie verstehen, was die Belastung der Übersäuerung überhaupt mit dem Körper macht und was es für ihn bedeutet. Das beginnt damit, dass sich die meisten Menschen gar nicht im Klaren darüber sind, wie und wo und vor allem woher diese Säuren überhaupt stammen. Bisher habe ich nur die Möglichkeit der Übersäuerung

durch Stress im Beruf oder vielleicht leider auch in der Familie erwähnt. Aber das ist längst nicht alles, wenn wir uns einmal genau damit auseinandersetzen. Fangen wir bei mir an:

Der Säuregehalt in den Achselhöhlen, an den Händen und Füßen war bei mir extrem hoch. Bis 2003 bin ich noch selbst Auto gefahren. Da kam ich im Jahr schon einmal schnell auf mehr als 50.000 zurückgelegte Kilometer. Ich hatte die Angewohnheit, das Lenkrad grundsätzlich immer mit der linken Hand zu halten. Beim Autoverkauf stellten wir später fest, dass da, wo meine Hand jahrelang das Lenkrad gehalten hatte, deutliche Griffspuren, die Verätzungen ähnelten, zu sehen waren. Die Oberfläche des Lenkrads war regelrecht angelöst, so hoch war die Übersäuerung. Aber damals wusste ich ja nichts von diesen Dingen und konnte es mir einfach nicht erklären. In meinem Buch MHOC S. 26 habe ich bereits von den Säuren in meiner Tränenflüssigkeit geschrieben. Diese waren derart aggressiv, dass ich, wenn meine Augen trännten, fast nichts mehr sehen konnte. Oft passierte dies beim Autofahren. Da half nur eines – beim nächsten Parkplatz ausscheren und ein paar Minuten lang die Augen schließen. Oder meine Frau fuhr weiter, wenn ich dazu nicht mehr in der Lage war. Das war einfach so in den Jahren 2002 und 2003, also ein bis zwei Jahre bevor bei mir die Parkinsonerkrankung diagnostiziert wurde. Der Augenarzt konnte mir damals nicht helfen. Ich hatte nur große Angst, da meine Mutter vor ihrer Erblindung durch Netzhautablösung unter den gleichen Symptomen, also der schmerzenden Tränenflüssigkeit litt. Auch bei ihr wurde die Säure nicht beachtet. Es ist wirklich nicht nachvollziehbar, warum die Übersäuerung des menschlichen Organismus in der Lehrmedizin keine wesentliche Rolle spielt. Eine Behandlung ist so einfach, für jeden selbst machbar und mit nur sehr geringen Kosten verbunden.

Es ist für uns alle von Bedeutung zu wissen, woher die Säuren in unserem Körper überhaupt stammen oder woraus sie entstehen.

Die Entstehung der Säuren durch beruflichen und/oder familiären Stress habe ich bereits angesprochen. Bei diesem Personenkreis findet man vor allem die Milchsäure, Harnsäure und Salzsäure.

Eine sehr große Gruppe an übersäuerten Betroffenen sind die Sport treibenden Personen z.B. Radrennfahrer, Marathonläufer, aber auch Turner oder Schwimmer. Wie kommt das? Sport ist doch gesund und lenkt uns ab. Problematisch sind die Milchsäure, Kohlensäure, Essigsäure und Harnsäure, die bei großer körperlicher Aktivität entstehen. Diese lassen unseren Körper übersäuern. Treiben Sie also immer Sport, aber bitte nur moderat.

Schwefelsäure entsteht im Körper aus Fleisch und Wurstwaren, aber auch aus Käse, Quark und Eiern.

Ameisensäure ist in Süßstoffen enthalten.

Phosphorsäure nehmen wir durch den Genuss von Softdrinks bzw. Cola in großem Maße auf. Ein Glas davon hat einen pH-Wert von ca. 2,5. Das bedeutet, der Körper würde ca. 37 Gläser guten stillen Wassers benötigen, um den basischen Ausgleich zu bewirken.

Harnsäure entsteht im Körper durch den Genuss von Fleisch- und Wurstwaren.

Salpetersäure wird im Körper besonders durch gepökelte Fleisch- und Wurstwaren, wie Geselchtes oder Kassler, gebildet.

Salzsäure entsteht durch Kochsalz.

Essigsäure entsteht z.B. durch Süßwaren, Zucker, Weißmehl und Essig.

Kohlensäure nehmen wir durch kohlenensäurehaltige Getränke auf. Das ist nicht immer nur kohlenensäurehaltiger Sprudel. Auch der Sekt wird in Deutschland mit Kohlensäure versetzt. Ebenso bei flacher Atmung und bei Bewegungsmangel entsteht ein hoher Anteil an schädlicher Kohlensäure.

Acetylsalicylsäure ist sehr oft in Schmerzmitteln enthalten. Durch deren übermäßigen Gebrauch können Nierenschäden oder Nierenschwächen entstehen.

Ketosäure, Aceton, ist in verarbeiteten Fetten und bei einer unvollständigen Fettverbrennung, z.B. bei Diabetikern zu erwarten.

Darüber hinaus entstehen noch unzählige andere Säuren in unserem Körper; hauptsächlich durch Mikroorganismen wie Pilze, Bakterien und Parasiten im Darm oder im Blut.

Die an Parkinson erkrankten Menschen leiden sehr oft an Schweißausbrüchen – tagsüber bereits bei leichten Tätigkeiten und nachts durch aufkommende Ängste. Dieses Schwitzen ist aber sehr wichtig, um die Säuren aus dem Körper auszuleiten und die Lymphdrüsen zu entlasten. Da helfen mehrmalige Waschungen täglich oder auch die basischen Achselkissen von Dr. Jentschura. Auf keinen Fall sind meines Erachtens Deos, die in den meisten Fällen Aluminium enthalten, angebracht.

Ein Artikel aus der *ApothekenUmschau* im April 2014* unter der Rubrik »Rat&Hilfe« schreckte mich auf. Darin heißt es sinngemäß: Wenn Schweiß zum Problem wird, sollte man als erste Hilfe Deos mit Aluminiumsalzen als Schweißhemmer verwenden.

Überhaupt werden Cremes und Deos mit Aluminiumsalzen empfohlen.

Bei schweren Formen von Schweißbildung »hat sich das Bakteriengift Botulinumtoxin

bewährt. Es wird unter die Hautstellen gespritzt und blockiert die Schaltstellen der überaktiven Nervenzellen. Kassenpatienten müssen die Therapie selbst bezahlen. Als letzte Maßnahme können dann die Schweißzellen der Achselhöhlen chirurgisch entfernt werden.« In einem Satz gibt es kurz einen Hinweis, dass in leichteren Fällen Salbeiextrakt die Schweißbildung hemmen kann.

Wie gut, dass wir das basische Leben kennen, mit seinen natürlichen Möglichkeiten und uns bewusst ist, wie ungeheuer wichtig und unentbehrlich der Prozess des Schwitzens ist und wie unerlässlich die Schweißdrüsen bei der Ausscheidung von Säuren für unsere Gesundheit sind.

Nachfolgend ein Bericht eines Mitgliedes, dessen Übersäuerung durch beruflichen Stress maßgeblich für die Parkinsonerkrankung verantwortlich war:

Meine Geschichte mit der Diagnose Parkinson *Ich*
wurde im März 2013 im Alter von 42 Jahren mit Parkinson diagnostiziert. Es war ein Riesenschock. Parkinson war für mich bis dato eine Alterskrankheit. Niemand aus meiner Familie oder meinem Umfeld war davon betroffen. Und so war ich recht uninformiert. Obwohl ich einige Warnsignale wahrnahm, ging ich von Überarbeitung und zu viel Stress aus. Ich hatte beruflich eine große Verantwortung in einem internationalen Umfeld inne und reiste viel. Einige Monate zuvor war ich berufsbedingt umgezogen, hatte eine von mir sehr geliebte Stadt hinter mich gelassen. Dann ging auch noch meine Beziehung zusammen mit meinen Familienplänen in die Brüche. So nahm ich an, dass mir das alles auf die Nerven geschlagen ist.

Ich hatte kurz nach

meinem Umzug das Zittern in meinem linken Arm bemerkt, war insgesamt recht schwach auf den Beinen, und beim Gehen schwang der Arm nicht mit. Ich ging zu einem Hausarzt und der überwies mich zum Neurologen, wo ich nach einigem Zögern hinging. Der Befund kam recht schnell und war mittels DaTSCAN laut Neurologen und Radiologen eindeutig. Ich wusste sofort, dass ich Alternativen zur Schulmedizin ausprobieren wollte und auch, dass ich mich neu und radikal umorientieren musste. Hilfreich hierzu war, dass ich bereits als zertifizierter Coach mit erkrankten Klienten gearbeitet hatte. So forschte ich im Internet in Bezug auf Parkinson und fand einige »Erfolgsgeschichten«, wie die von Manfred Poggel, die mir sofort Mut machten. Aufgrund der vielen Berichte und der Literatur war mir klar, dass die Ernährung und der Geist eine wichtige Rolle in Bezug auf unsere Gesundheit spielen. Ich stellte sofort meine Ernährung auf vegetarisch und kurz danach auf vegan um und vermied Weizen. Es ging mir immer besser, und ich war sehr motiviert. Mitte Mai wurden bei mir anhand von Untersuchungen, u.a. mittels der Bioresonanzmethode, hohe Aluminiumwerte, Übersäuerung, Verpilzung und virale Belastungen festgestellt. Ich fing mit einer Entgiftung und mit einem Vitaminaufbau mittels Infusionen in einer

ganzheitlichen Praxisklinik an. Im Anschluss ging ich im August für vier Wochen nach Sri Lanka zu einer ayurvedischen Entgiftungskur (Panchakarma). Die Kur tat mir sehr gut. Sie, wie auch die ayurvedischen »Medikamente«, die ich weitere drei Monate lang nahm, führten dazu, dass Mitte Oktober fast alle Symptome weg waren. Ich arbeitete leider immer noch beziehungsweise wieder auf Hochleistung und so verschlechterte sich um die Weihnachtszeit mein Zustand ein bisschen. Ich wurde schnell müde und hatte Gehschwierigkeiten. Es war in der Tat leichter, meine Ernährung umzustellen als den Leistungsschalter in meinem Kopf. Ich habe jetzt meinen stressigen Job gekündigt und ziehe aus der umweltbelasteten Gegend weg. Ich nehme weiterhin keine schulmedizinischen Medikamente und möchte gerne die Ursachen und nicht nur die Symptome behandeln. Ursachen für meine Erkrankung sehe ich unter anderem in einer Übersäuerung, in psychischen Herausforderungen und in einem daraus folgenden schwachen Immunsystem. Ich lebte als Kleinkind für einige Zeit in einem Dorf, wo Pestizide und auch Insektizide gegen Moskitos gesprüht wurden. Es gab auch ein traumatisches Erlebnis, während meine Mutter im fünften Monat mit mir schwanger war. Ich litt als Teenager und junge Frau unter Allergien und teils starken Depressionen. Inzwischen sind die Allergien und die Depressionen weg. Es geht mir immer besser, ich bin dankbar und blicke optimistisch auf das, was kommt. Ich bin davon überzeugt, dass wir mit eigener Verantwortung und der richtigen Ernährung und Einstellung einiges verbessern können. Frau P. F. aus NRW

*Kandler-Schmitt, Barbara: Apotheken-Umschau, April 2014

Unsere täglichen Gifte

... damit ist nicht nur unser tägliches Brot aus der industriellen Fertigung gemeint, in dem in beängstigender Weise noch eine Glyphosat- Belastung aus dem behandelten Getreidekorn nachzuweisen ist (s. Kapitel »Glyphosat«). Des Weiteren sind es die zellschädigenden Substanzen, auch meist verharmlosend als Alltagsgifte bezeichnet, die uns langfristig krank machen, wenn wir sie nicht erkennen und ihnen gegensteuern. Diese Substanzen werden keineswegs unbedacht oder gar zufällig in die Nahrungskette eingeschleust, sondern von den Herstellern von genmanipuliertem Getreide, Mais usw. gezielt verwendet. Sie sind außerdem praktisch überall – in Dosen, in Plastiktaschen, in Shampoos und Gels, ebenso in der eingeatmeten Luft und in den industriellen Nahrungsmitteln. Durch das Eingreifen des Menschen in die Natur ist es zu dieser hohen Verbreitung von toxischen, krank machenden Produktanteilen überhaupt gekommen. Somit sind wir alle diesen giftigen Substanzen täglich ausgesetzt. Woher kommen diese Gifte oder was wir dafür halten? Es sind die gewohnten täglichen Nahrungsmittel und Getränke, die sich bei näherem Hinsehen als Gifte entpuppen. Nicht unbedingt sofort erkennbar sind Produkte, die mit Schwermetallen oder anderen Giften

belastet sind. Darunter fällt zum Beispiel das Mückenspray oder die scheinbar harmlose Mücken-/Insektenkerze auf der Terrasse. Sie entwickelt giftige Stoffe, durch die nicht nur die Mücken verenden.

Weiterhin gibt es Tätowierungen, die Farben und Metalle enthalten, die langfristig krank machen können. Das sogenannte Permanent-Make-up der Damen entpuppt sich ebenso als trügerisch. Über Botox-Spritzen brauchen wir eigentlich nichts mehr sagen. Jedem ist bekannt, dass dafür giftige nerventötende Substanzen eingesetzt werden. An dieser Stelle ist Selbstverantwortung gefragt. Am Ende muss man sich dann nicht wundern, wenn nicht mehr behandelbare oder kostspielige Erkrankungen entstehen.

Sehen wir uns doch einfach die Probleme aus dem gewöhnlichen Alltag an. An erster Stelle der gefährdenden Genussmittel stehen tabakhaltige Erzeugnisse bzw. die darin enthaltenen Gifte wie Nikotin und Co. Besonders in Zigaretten sind über 600 verschiedene Gifte wie auch Blei und Arsen enthalten, die das Blut ungeheuer belasten. Sie sind gefährliche Giftcocktails aus Blausäure, Quecksilber, Ammoniak und Aceton. Hier nur ein paar schädigende Stoffe: Dimethylnitrosamin ist ebenso krebserregend wie Naphtalin, Kadmium, Vinylchlorid, Blei, Phenol, Urethan, u.v.a.m. Das in den Zigaretten enthaltene Polonium 210 ist außerdem auch noch radioaktiv. Dadurch ist die Laufbahn als Patient quasi vorprogrammiert. Für Pfeifen- oder Zigarrenraucher besteht das Problem gleichermaßen. Bitte stellen Sie das Rauchen unbedingt sofort ein! Es geht!

An zweiter Stelle steht der Alkohol. Das gilt für alle Arten und Sorten. Die bei Parkinsonkranken erheblich geschädigte Leber braucht unbedingt Entlastung. Wenn Sie Sorgen und Ängste mit Alkohol bekämpfen wollen, kann ich Ihnen nur mit Musils Worten sagen: »Es hat keinen Sinn, Sorgen in Alkohol ertränken zu wollen, denn Sorgen sind gute Schwimmer.« Sie verlieren also immer dabei. Es ist daher zwingend erforderlich, ab sofort uneingeschränkt keinen Alkohol mehr zu konsumieren. Auch nicht ein ganz kleines bisschen. Grundsätzlich: Nein!

Bedrohlich für unseren Körper sind besonders die Verlockungen aus der Werbung. In der *LebensmittelZeitung*, Ausgabe 21 vom 23.05.2014, lese ich einen Bericht aus Hamburg: »Die Verbraucherschützer fürchten süße WM«. Gemeint ist die Fußball-Weltmeisterschaft in Brasilien. Hier geht es um den Verzehr von industriellen Nahrungsmitteln im WM-Design. Folgende Beispiele werden gegeben: Eine Tüte *Haribo Tropifrutti Brazil Mix* enthält mehr als dreimal so viel Zucker, als von der WHO (Weltgesundheitsbehörde) als Tagesrichtwert angegeben. Eine Packung *M&Ms* in der WM-Edition liefert sogar mehr als die vierfache Menge des täglichen Zucker-Solls. All diese angeblich so unentbehrlich gemachten industriellen Nahrungsmittel enthalten Zucker in teilweise unvorstellbaren Mengen, meist auch mit anderen Bezeichnungen. So können wir

schon schnell auf 100 Gramm Zucker am Tag kommen. Das entspricht ca. 33 Stück Würfelzucker.

Wir wissen alle aus unterschiedlichen Berichten, dass in einer Flasche Limonade schon über 40 Stückchen Zucker enthalten sein können.

Manchmal ist auf den Verpackungen »zuckerfrei« vermerkt. Im Grunde kann man davon ausgehen, dass diese Angabe nur vortäuschen soll, dass das Produkt keinen Zucker beinhaltet. Meist sind dann doch sogenannte Dextrosen, Maltosen oder Dicksaft und vieles mehr vorhanden.

Nach Angaben aus TV-Beiträgen, beispielsweise *plusminus*, entstünden sogar Krebserkrankungen aus diesen zusätzlichen Süßmachern. Aber auch bei unserer täglichen frischen Ernährung mit guten Lebensmitteln ist darauf zu achten, dass ein Erwachsener insgesamt (einschließlich Obst) nicht mehr als 50 Gramm Zucker am Tag aufnimmt. Kinder entsprechend weniger.

Beim Salz sieht es ähnlich aus. Wie *Quarks&Co* im WDR berichten, werden oft große Mengen an Salz in industriellen Nahrungsmitteln verwendet. Das wiederum führt dazu, dass den Produkten eine große Menge Zucker hinzugefügt werden muß, um einen geschmacklichen Ausgleich zum Salz zu schaffen. Bei einer Untersuchung von Cornflakes hat man sogar nicht nur viel Zucker und eine für Kinder unvorstellbare Menge an Salz gefunden, sondern auch Eisenspäne, die das Produktgewicht erhöhen sollen. Die nachgewiesene Menge an Salz genügt, um aus unseren Kindern und Enkeln möglicherweise die Vertreter der nächsten Krankengenerationen entstehen zu lassen.

Ein weiterhin hohes Giftpotenzial steckt in den Zusatzstoffen und Konservierungsmitteln industrieller Nahrungs- und Genussmittel, den sogenannten E-Stoffen. Das sind unter anderem künstliche Aromen, Geschmacksverstärker usw. Körperpflegemittel, Deos, Shampoos und Co. sind ja hinlänglich dafür bekannt.

Aber auch Gifte, die z.B. in unserem Darm durch die bakterielle Zersetzung von Kohlenhydraten im Gärungsprozess entstehen, belasten uns als sogenannte Fuselalkohole. Vor diesem Hintergrund tun wir manchem Zeitgenossen mit einer etwas geröteten Nase manchmal unrecht. Er ist kein Alkoholiker, wie man meint. Sein Darm kann nur nicht richtig mit den durch Gärung gebildeten Fuselalkoholen umgehen. Aber auch sogenannte Mykotoxine aus Pilzen im Darm und im Blut belasten uns. Des Weiteren schädigen uns toxischen Amine wie Kadaverin, das aus der bakteriellen Zersetzung von Eiweiß während des Fäulnisprozesses im Darm entsteht.

Ein großes Thema sind Gifte aus Medikamenten, Narkosemitteln und Impfungen (MHOC Kapitel: »Impfseren« S. 231–234). Weitere Belastungen

entstehen durch Leicht- und Schwermetalle aus Deos sowie durch Gifte aus Klarspülern, Waschmitteln, Weichspülern etc. Für die meisten Parkinsonpatienten spielen Quecksilberbelastungen durch Amalgamfüllen eine besondere Rolle. Das giftige Quecksilber kann vom Körper fast nicht abgebaut werden. Auch wenn die Zahnfüllungen entfernt werden, bleibt das Quecksilber im Körper, wenn es nicht fachgerecht ausgeleitet wird. Amalgamfüllungen verzehnfachen in Verbindung mit anderen Zahnmetallen permanent die Schwermetallbelastung. Unsere Selbsthilfeorganisation erfährt besonders aus den Reihen der Zahnärzte und Zahntechniker Zuspruch zu diesen Erkenntnissen. Statistisch gesehen ist die Berufsgruppe der Zahnärzte bei den Suizidfällen in der Altersgruppe ab 65 Jahren in Deutschland an vorderster Stelle. Die Älteren von ihnen haben noch ohne Mundschutz gearbeitet und mussten das Amalgam noch vor dem Füllen des Zahnes erwärmen. Dabei haben sie giftige Dämpfe eingeatmet. Ein Mitglied erzählt auch von teilweise radioaktiven Substanzen im Zahnzement. Achten Sie also darauf, bei einer erneuten Zahnfüllung den Teufel nicht mit dem Beelzebub auszutreiben. Weiterhin belasten uns täglich Gifte wie Insektizide, Herbizide und Pestizide in unvorstellbaren Größenordnungen. Selbst wenn man nicht in der Landwirtschaft arbeitet, ist doch die Verunreinigung der »behandelten Nahrungsmittel« so hoch, dass sie uns krank machen können.

Zu den Umweltgiften gehören natürlich auch die Abgase der Fahrzeuge und der Industrie. Im Haus und am Arbeitsplatz finden wir eine Vielzahl von chemischen Giften wie z.B. in Bekleidung, Möbeln, Fußbodenbelägen, Deckenverkleidungen usw. Hinzukommen die Strahlungen aus der Mikrowelle, den Handys, dem Elektrosmog und aus den Funk- und Erdstrahlen, die dem menschlichen Körper zugemutet werden. Alle meine bisherigen Kenntnisse und Erkenntnisse werden durch einen Beitrag in der Zeitschrift *Welt der Wunder* 7/14 untermauert. In keinem Land der Welt werden mehr Pestizide und weitere bisher in Deutschland noch nicht bekannte Gifte eingesetzt als in China, nämlich 1,3 Millionen Tonnen pro Jahr mit ca. 27.000 verschiedenen hochgiftigen Stoffen. Das ist 6,5-mal mehr als in Europa. Im Bericht heißt es, wir bezögen in Deutschland bis zu 80 Prozent aller Nahrungsmittel aus China. Es verschlägt einem die Sprache. Zum Vergleich: In Deutschland werden pro Jahr immerhin auch 30.000 Tonnen giftige Pestizide mit ca. 1000 registrierten, zugelassenen Giftstoffen in der Landwirtschaft verwendet. Mediziner gehen davon aus, dass die Pestizide vor allem Krebs und Gehirnerkrankungen wie z.B. Parkinson auslösen. Das in den Pestiziden enthaltene Blei und Kadmium verkürze nach diesen Berichten unser Leben um neun bis zehn Jahre.

Beispiele:

Die chinesische Industrie produziert jedes Jahr eine Milliarde Tonnen Umweltgifte. 70 Prozent der chinesischen Felder gelten nach europäischen Standards als verseucht.

Viele erinnern sich vielleicht noch an die mit dem Norovirus verseuchten chinesischen Erdbeeren aus dem Jahr 2012. Zusätzlich fand das Hamburger Veterinär- und Einfuhramt 2013 Hepatitis-A-Viren in weiteren Proben. Derartige Lebensmittel entstehen unter anderem aufgrund des mangelnden Hygienebewusstseins und der Pestizidbelastungen in China und kommen wie die besagten Erdbeeren als Tiefkühlware auf den deutschen Markt. Verwendet werden sie so z.B. auch von einigen Marmeladeherstellern. Das Hamburger Veterinär- und Einfuhramt beanstandete 2013 eine Lieferung getrockneter Nudeln, weil diese Aluminium enthielt. Aluminium verursacht Gedächtnis- schwund. In importierter Schokolade und Pralinen fanden sich zum Teil noch lebende Maden. Auch hier wird als Ursache fehlende Hygiene seitens des Produzenten angenommen.

In einem weiteren Fall wurde Milchpulver mit Melamin gestreckt, einem Stoff, der sonst nur zur Herstellung von Plastikteilen und Klebstoffen verwendet wird. Der Proteingehalt des Pulvers wird somit künstlich erhöht. Melamin ist hochgiftig.

Aus China importierter Reis weist Blei- und Kadmiumbelastungen auf. Diese Stoffe zerstören die inneren Organe.

Klöße und Brötchen wiederum sind mit Aluminium versetzt. Dramatisch ist das vor dem Hintergrund, dass immerhin 282 Millionen Brötchen pro Jahr an Tankstellen, Supermärkten etc. in Deutschland verkauft werden, deren Teiglinge aus China stammen. *ÖkoTest* fand in diesen Brötchen Glyphosat und Herbizidrückstände sowie das Pestizid Benzoylperoxid.

Importierter Kohl aus China – und dieser wird wirklich in große Mengen eingeführt – wird im Anbaugebiet mit Formaldehyd gespritzt, damit er länger haltbar ist. Formaldehyd löst Atemwegsreizungen und zum Teil bösartige Tumore aus. Wassermelonen aus China werden mit dem giftigen Wachstumshormon Forchlorfenuron gespritzt.

Experten warnen generell vor Gemüse aus China, weil es mit Jauche-Dünger behandelt wird. Spinat zum Beispiel ist oft mit Fäulnisbakterien verseucht. Diese wiederum produzieren selbst starke Gifte wie Indol, Skatol und Putrescin.

Selbst chinesische Labore weisen Pestizide wie Phorat und Parathion im Knoblauch nach. Fast der gesamte Knoblauch aus deutschen Supermärkten kommt aus China. Tee und Heilkräuter aus dem Land gehören oft zu den am meisten verseuchten Produkten.

Besonders Kupfer und Dichlordiphenyltrichlorethan wird in ihnen gefunden. *Greenpeace* und andere Organisationen weisen auch diverse Pestizide und Schwermetalle nach.

Erdnüsse aus China fallen auf, weil sie Aflatoxine enthalten können, die als Pilzgifte Nieren, Leber und Immunsystem schädigen und krebserregend sein können.

Die europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit entdeckte weiterhin extrem hohe Nikotinkonzentrationen in chinesischen Waldpilzen – besonders bei den in Deutschland beliebten Steinpilzen. Der krebserregende Wirkstoff ist oft Bestandteil von Pestiziden, die

in Europa verboten sind. Chinesischer Honig enthält gentechnisch veränderte Pollen. Im Hähnchenfleisch finden sich krebserregende Antibiotika.

Für die Apfelproduktion in China – 3.600 Tonnen im Jahr – werden die Äpfel zum Teil am Baum in mit Pestiziden beschichteten Tüten verpackt. Der Verein *Foodwatch* fordert deshalb die Kennzeichnung »Made in China«. 2013 wurden in Deutschland immerhin 80 Millionen Liter Apfelsaft importiert. Behandelt werden die Äpfel mit Insektiziden aus Arsen – einem toxischen Halbmetall –, die die Organe zerstören und bösartige Tumore auslösen. Ebenso werden Endosulfan und Dithiocarbamate verwendet. Nur zwei von zehn Äpfeln im deutschen Supermarkt kommen aus Deutschland. Die meisten Äpfel aus China landen bei einigen Apfelsaftherstellern. Das bayerische Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit fand in 94 Prozent der Birnen aus China Pestizidrückstände. Darunter häufig Hexachlorcyclohexan, ein Insektizid, das die Atemwege zerstören kann. Es kann Muskelzucken und/oder Herzflimmern auslösen. Insgesamt gelten zwar 33.000 Quadratkilometer in China als so toxisch verunreinigt, dass es verboten ist, dieses Land zum Anbau zu nutzen. Es müsste eigentlich zur Sperrzone erklärt werden. Die Fläche entspricht einem Viertel der gesamten deutschen Ackerbaufläche. Selbst Eier kommen nicht mehr nur vom Huhn, sondern werden chemisch hergestellt. Optisch mit dem bekannten Ei vergleichbar, besteht die Masse allerdings nur noch aus Natriumalginat, Benzoesäure, Gelatine u.a. Zur Herstellung werden weiterhin Kalziumchlorid und Kalziumcarbonat verwendet. Ein chinesischer Arbeiter kann pro Tag bis zu ca. 1500 Stück herstellen.

All diese Berichte aus dem Artikel zeigen deutlich, dass die Nahrungsmittel aus China bei der Einfuhr nicht ausreichend untersucht werden. Der Lebensmittelkontrolleur im Hamburger Hafen prüft höchstens die Einfuhrpapiere. Lediglich bei Fisch, Fleisch und anderen Tierprodukten müssen die Dokumente durchgesehen und begutachtet werden; manchmal erfolgt die Überprüfung der Produkte auch mittels Geschmacks- und Riechtests. Nur Obst und Gemüse werden bisher leider nicht getestet. Bitte achten Sie daher unbedingt auf Hinweise von *Foodwatch*, *Greenpeace*, *Ökotest* und anderen Organisationen sowie Behörden. Sie können für Ihre Gesundheit entscheidend sein. In diesem Zusammenhang müssen natürlich auch die krank machenden Belastungen aus den industriellen Nahrungsmitteln innerhalb Europas aufgeführt werden – Lebensmittelzusatzstoffe (gekennzeichnet durch die E-Nummern), Geschmacksverstärker, Konservierungsstoffe und sonstigen Beigaben. Darunter fallen z.B. die durch Gentechnik veränderten Futtermittel für die industrielle Massentierhaltung, die sich im Nahrungskreislauf auch beim Menschen als krank machend herausstellen. So wurden bei Tierversuchen Immunschwächen und Stoffwechselerkrankungen als Folge erkannt. Ich verstehe einfach die Argumentation der Billigfleischhersteller nicht. Sie

behaupten, man müsse den Herstellern die Freiheit geben, gentechnisch manipuliertes Futter zu verfüttern, um billiges Fleisch in den Handel zu bringen, weil der Verbraucher es so wünscht. Aber dann müsste meines Erachtens auch eine klare Kennzeichnung auf diesen Produkten im Laden zu finden sein. Bei den Fisch-Aquakulturen im In- und Ausland sieht es nicht besser aus. Bei den Zuchtfischen treten besonders Schadstoffe wie Malachitgrün, Antibiotika und Dioxin hervor. Die Fangmethoden der industriellen Großfischerei und die Vergiftung der noch frei lebenden Meeresfische führen schon zu genug Belastungen, die vor jedem Fischkauf, ob Kabeljau oder Thunfisch, abzuwägen sind. Aber was wird den Menschen, die auf preiswerte Fischarten wie z.B. dem Pangasius aus Aquakulturen angewiesen sind, mit den nachgewiesenen Belastungen aus Antibiotika und anderen krank machenden Stoffen zugemutet? Einschlägige Berichte in TV-Beiträgen bestätigen es immer wieder (vgl. *Quarks&Co.*, 29.04.14).

Natürlich wissen wir, wie schädlich die Pestizid- und Insektizidbelastungen für uns sind. Ich finde einen Bericht in *Natur & Heilen* 8/2014 über Mogelpackungen und Verpackungen im Allgemeinen. Die eigentliche Gefahr lauere nämlich in den Verpackungsmaterialien. Es solle mehr als 100.000 verschiedene Substanzen geben, die von der Verpackung in die Nahrungsmittel übergehen, so Dr. Konrad Grob vom Kantonalen Labor Zürich. Dabei seien die meisten dieser Stoffe noch gar nicht auf ihre Unbedenklichkeit überprüft worden. Viele Forscher teilen seine Meinung. Toxikologisch relevant sei die Tatsache, dass die belastenden Mengen an Chemikalien in den Verpackungen rund 100 mal größer seien als die Rückstände der giftigen Pflanzenschutzmittel in den konventionellen Nahrungsmitteln. Verzichten Sie daher lieber generell auf diese Art von Verpackungen.

Auswirkungen von Säuren und Giften

Normalerweise kann unser Körper durchaus mit Giften und Säuren umgehen. Unsere Lebensweise hat aber zu einer so hohen Konzentration dieser schädlichen Stoffe geführt, die dann Krankheiten auslösen. Nieren, Darm, Lunge, Leber und Blut können mit der Menge einfach nicht mehr fertig werden. Es entstehen Erkrankungen, wie wir sie alle kennen und mehr oder weniger täglich erleben. Dazu zählen: Sodbrennen, Reflux, Schwitzen, Hitzewallungen, verstärkter Fuß- und Achselschweiß, aber auch Neurodermitis, Gürtelrose, Schuppen und Schuppenflechte sowie Hämorrhiden, offene Beine, Pilze, Fußpilz, Nagelpilz usw. Diese Liste könnte unendlich weitergeführt werden. Ich bin aber ganz sicher, hier haben sich alle Betroffenen bei dem einen oder anderen Leiden wiedergefunden. Verstehen Sie jetzt, warum wir endlich damit aufhören müssen, den Verlockungen der Werbung zu erliegen? Wir können uns nur selbst helfen, indem wir

widerstehen und endlich wieder zu einem ursprünglichen Leben zurück finden. Fangen wir mit kleinen Schritten an. Das war bei mir nicht anders. So bildet sich ganz allmählich eine neue Sichtweise auf die **Lebensmittel**, das heißt, auf die Mittel zum Leben, und auf das bewusste Leben im Allgemeinen.

Fehlende Mineralstoffe

Bei der Parkinsonerkrankung ist die Übersäuerung bei den Betroffenen erfahrungsgemäß sehr hoch, wie die meisten bestätigen können. Die Säuren und Gifte z.B. aus tierischen Fetten, Eiweißen und Zucker, die nicht über die Nieren, Darm und Lunge oder auch über die Haut ausgeschieden werden können, neutralisiert der Körper mit Mineralstoffen zu neutralen Salzen. Diese Salze machen sich als Ablagerungen bemerkbar. Deshalb sollten unserem Organismus die erforderlichen Mineralstoffe aus einer überwiegend pflanzlichen Ernährung zur Verfügung gestellt werden. Da Gemüse und Früchte aber weitgehend mit Giften und Säuren angereichert sind, wie zuvor beschrieben, wird der Körper gezwungen, zur Neutralisierung auf seine eigenen Mineralstoffdepots zurückzugreifen. Diese Depots befinden sich in den Knochen und Knorpeln, den Haaren, den Zähnen und im Zahnfleisch, den Finger- und Fußnägeln, der Haut, dem Bindegewebe, den Gefäßen, den Adern und in den Sehnen. Eine Entmineralisierung dieser Depots hat dann fatale Folgen und spiegelt sich in den altbekannten Krankheiten bzw. deren Symptomen wider. Es handelt sich dabei ausnahmslos um Erkrankungen, die auf Übersäuerungen und Gifte zurückzuführen sind, mit denen der Körper nicht mehr umgehen konnte, weil ihm die Mineralien dazu fehlten. So kann es sein, dass überschüssiges Eiweiß Kalzium aus dem Knochen löst und sich das dadurch gebildete Salz bei einer Nierenfunktionsstörung als Harnsäurekristalle in den Gelenken ablagert. Das nennt man dann Gicht. Gleichzeitig schwächt das gelöste Kalzium die Knochen. So entsteht Osteoporose usw. Diese Strukturschäden, wie sie Dr. h. c. Peter Jentschura u.a. in seinem Buch »zivilisatoselos« beschreibt, entstehen alle auf diese Weise. Es handelt sich dabei z.B. um Arthrosen, Sehnenrisse, Osteoporose, die bekannten Venenleiden, Krampfadern, Besenreiser, aber auch um Bandscheibenleiden, Leistenbrüche und Bindegewebsschwächen. Karies und Parodontose gehören genauso dazu wie brüchige Finger- und Zehennägel oder eine sogenannte Pergamenthaut.

Schlacken