

# Der Darm und das Immunsystem



Sie haben Allergien? Sie haben Hautprobleme?  
Sie Probleme / Schmerzen im Bewegungsapparat?  
Sie haben öfters Kopfschmerzen oder fühlen sich  
unkonzentriert? Sie fühlen sich "ausgebrannt"?

Die Ursache liegt oft im Darm, hier befindet sich zu 80% unser Immunsystem. Wenn das Darmmilieu durch Antibiotika, Stress, Medikamente, Verschlackung oder falsche Ernährung usw. nicht intakt ist, kann das weitreichende Folgen haben.

Der menschliche Darm wiegt im Normalfall ca. 2,5 kg. Man kann sich nur schwer vorstellen, dass eines unserer wichtigsten Organe von uns so vernachlässigt wird, dass der Darm bei Menschen bei manchen Menschen bis zu 25 kg wiegen kann. Im Darm können sich 10 kg und mehr an Schlacken bilden - selbst bei gesunder Ernährung.

Mit der Nahrung werden dem Organismus nicht nur lebenswichtige Nährstoffe und Energielieferanten zugeführt, sondern auch unzählige Fremdstoffe und Krankheitserreger. Daraus folgt eine lebenswichtige Doppelfunktion der Darmschleimhaut. Sie muss für Nährstoffe durchlässig sein, aber gleichzeitig das Eindringen von Schadstoffen verhindern. Damit wird deutlich, wie wichtig eine intakte Darmschleimhaut für die Gesundheit des gesamten Körpers ist.

Zahlreiche Faktoren können die Schleimhäute schädigen und so die die Abwehrkraft des gesamten Körpers schwächen.

Dazu gehören physikalische Faktoren, ungesunde Lebensweisen und Umweltgifte, z.B.:

- Stress
- falsche Ernährung
- Alkohol und Nikotin
- Bewegungsmangel

- Chemikalien
- Umweltgifte
- Medikamente (der deutsche Bundesbürger nimmt pro Jahr durchschnittlich 10 kg Medikamente ein)

Extreme Belastungen für die Schleimhäute, insbesondere für die Darmschleimhaut, sind auch bei bestimmten therapeutischen Behandlungsmaßnahmen gegeben, z.B.:

- Antibiotikatherapie bei Infektionskrankheiten
- Strahlen- und Chemotherapie bei Krebserkrankungen

Geschädigte und / oder entzündete Schleimhautbereiche werden sehr leicht von Bakterien, Viren und anderen Fremdstoffen durchdrungen. Die Schutzfunktion der Schleimhäute ist gestört, der Organismus und insbesondere sein Immunsystem werden mit großen Erregermengen und Schadstoffen überfordert.

Typische Krankheiten wie Allergien, entzündliche Prozesse wie Atemwegs- oder Darmerkrankungen sind die Folge.

Beispiele:

- Heuschnupfen
- Neurodermitis
- Asthma bronchiale
- Nahrungsmittelallergien oder- unverträglichkeiten
- Infektanfälligkeit (z.B. Bronchitis, Harnwegsinfekte)
- Darmerkrankungen wie Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa
- schmerzhafte Divertikelkrankheit
- Reizdarmsyndrom, Durchfall und Verstopfung
- Erkrankungen des Darms infolge Strahlen-, Chemo- und Antibiotikatherapie
- Rheumatische Erkrankungen
- Gedächtnisschwäche

Aufgrund der Verknüpfung aller Haut- und Schleimhautbereiche können diese Erkrankungen wiederum zu Beschwerden an anderen Organen führen.

### **Die wichtigsten Säulen der Gesundheit:**

- ✓ Ernährung
- ✓ Bewegung
- ✓ Entspannung
- ✓ Spaß

### **Zusammenspiel von Bauchhirn und Kopf**

Das Darmhirn gibt reichlich Feedback ans Gehirn: 90 Prozent der Nervenverbindungen zwischen Darmhirn und Kopf verlaufen von unten nach oben.

„Das Gehirn ist wie ein Monitor, der ständig über den Zustand im Darm informiert“, erklärt der Darmspezialist **Prof. Dr. Michael Schemann, Lehrstuhl für Humanbiologie Technische Universität München**

Die **Ursache Nr.1** eines verschlackten Darms ist die Fehlernährung:

- ... die enormen Mengen an industriell verarbeiteten Lebensmitteln
- ... die immense Menge an industriellen Zuckerzusätzen
- ... die industriell hergestellten Weißmehlprodukte
- ... die immensen Mineralstoffverluste in Obst und Gemüse
- ... übermäßiger Verzehr von Genussmitteln wie: Kaffee, Alkohol & Süßigkeiten

### **Passagezeit im Darm ...**

- ... die normale Zeit liegt bei **12-24** Std.
- ... in der heutigen Zeit liegt diese bei **65-100** Std.

## Ursache Nr. 2 Stress

... am Arbeitsplatz durch Mobbing oder Überforderung  
... in den eigenen vier Wänden führt zum selben Ergebnis

## Ursache Nr. 3 Bewegungsmangel

Für unsere Ahnen war Bewegung überlebenswichtig

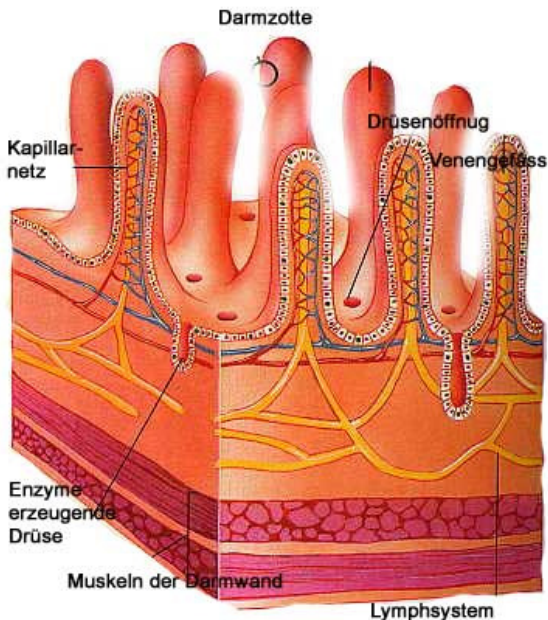
### „Neuzeitliche Naturvölker“

Männer legen **täglich** im Schnitt **15-19 km**, Frauen **9 km** zurück.

### „Schreibtischtäter“

Mit dem Auto zur Arbeit, kurze Strecken auf dem Flur, kleiner Einkauf, am Abend vor dem Fernseher:  
**300 bis 700 Meter täglich.**

## Aufbau und Funktion des Magen-Darm-Traktes



Die Enzyme werden zur Verstoffwechslung benötigt, wenn der Darm nun verschlackt ist, sind die Drüsen zu und somit kann nicht richtig verstoffwechselt werden.

### **Die Darmflora und das Immunsystem**

70% des Immunsystems liegt im Darm

Verantwortlich für ein intaktes Immunsystem ist die Darmflora mit ihren Darmbakterien und den so genannten Antikörpern.

### **Wie bekomme ich den gesamten Darm wieder fit?**



Macht wenig Sinn, da nur ein kleiner Teil des Darms gereinigt wird! Es wird lediglich 1 Meter Darm von insgesamt 6 Metern erreicht!

### **Die effektivere Alternative ist eine biologische Darmsanierung:**

Sie läuft ohne Chemie und ohne mechanische Eingriffe ab. Sie ist sehr effektiv, weil alle Bereiche des Darms erreicht werden. Sie kann ohne Einschränkung des täglichen Alltags durchgeführt werden und beinhaltet eine gleichzeitige Entgiftung des gesamten Körpers.

Sie besteht aus einer hochwertigen Ballaststoffmischung, die in der Lage ist, den gesamten Darm zu reinigen und zu entgiften. Dazu wird eine Parasitenkur parallel durchgeführt. Und als 3. Komponente wird eine komplette Entgiftung des gesamten Körpers durchgeführt.

### **Die Ballaststoffmischung - Colon Formular**

Sie besteht aus 100% natürlichen löslichen Ballaststoffen und aus Flohsamen(schalen), Flachssamen, Meeresalgen,

natürlicher Ton, Alginat (Meeresweidensubstanz zur Ausscheidung von Umweltgiften und Metallen) und aus allen wichtigen probiotischen Kulturen (Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus bulgaricus, Lactobacillus bifidus und actobacillus salivarius) diese sind nicht in allen Darmkurtherapeutikas enthalten)

Die Parasitenkur besteht aus einer speziell zusammengesetzten Kräutermischung bestehen, mit Zugabe von speziellen Aminosäuren .

Die Entgiftung wird mit biologischen Schwefel durchgeführt. Biologischer Schwefel fördert den Zellstoffwechsel, entschlackt und entgiftet das gesamte Körpergewebe, indem er Toxine und Schwermetalle bindet und dem Körper dabei hilft, diese unerwünschten Substanzen auszuscheiden.

### **Was ist nach der Darmsanierung wichtig?**

- Aufrechterhaltung der gesunden Darmfunktion durch spezielle Nahrungsergänzung
- gleichzeitige, zusätzliche Versorgung mit natürlichen Vitalstoffen
- Zufuhr von probiotischen Kulturen

### **Gesundheitsentscheidende Faktoren**

- ✓ ein gesunder Darm
- ✓ ausgewogene Ernährung
- ✓ gute Versorgung mit Vitalstoffen
- ✓ viel Bewegung
- ✓ Entspannung
- ✓ Lebensfreude

Jeder, der sich von seinem Müll befreien will, ist herzlichst eingeladen, sich beraten zu lassen, was er dafür tun kann. Es gibt ein natürliches und schonendes Konzept zur Darmsanierung.

Mehr Informationen bekommen Sie gerne bei uns:

Praxis für ganzheitliche Gesundheit  
Lorbeerstr. 39  
70619 Stuttgart  
Tel: 0711 / 231 60 22  
[www.loop-praxis.de](http://www.loop-praxis.de)  
E-mail: [info@loop-praxis.de](mailto:info@loop-praxis.de)

