
Ganzheitlicher Ansatz bei chronischen Krankheiten

Ein ganzheitlicher Ansatz (Körper, Geist und Seele) ist wichtig bei der Behandlung von komplexen, chronischen Erkrankungen.

Auch gibt es eine gewisse Reihenfolge, die eingehalten werden sollte.

Denn, wenn wir sehr sensible sind und gleich mit der Entgiftung und der Behandlung der Infektionen anfangen, kann das unser System zu sehr überstimulierend und die Symptomatik verschlimmern.

1. Anamnese

- Individuelle Konstitution
- Genetik
- Vorhandene Laboranalysen
- Lebensstil
- Soziales Netzwerk
- Diagnosen
- Symptome (welche, seit wann, etc.)
- Bewegung
- Schlaf
- Ernährung
- Therapien
- Toxinbelastungen
- Medikamente

2. Interventionen zur Linderung der Symptome

- Wasser trinken
- Lymphdrainage
- Ernährungsumstellung (naturbelassene, unverarbeitete Lebensmittel, Fleisch von grassgefütterten Tieren, Fisch aus Wildfang)
- Basenbäder/Epsom Salz Bäder

- Leberwickel
- Massagen
- Sauna (Infrarot)
- Leichte Bewegung (Yoga, Walking, Schwimmen, etc.)
- Veränderungen im Lebensstil
- Toxinbelastung reduzieren (Zusatzstoffe in Kosmetik, Putzmittel durchgehen/Giftstoffe in Möbeln, Bettwäsche, Matratzen, Teppichen/Elektromagnetische Felder (EMF))
- Schlaf-/Wachrhythmus
- PEMF (Pulsed electromagnetic Field Therapy)

3. Stabilisation/Eindämmung der Entzündung

- Zytokinkaskade unterbrechen mit natürlichen Extrakten (Curcumin, Baicalin (Skullcap), Resveratrol, Luteolin, Forselan, Quercetin, Peptiden, Modified Citrus Pectin, SPM (Specialized Pro Resolvin Mediators, Dao-Enzym, etc.) oder auch Medikamenten (LDN (Low dose Naltrexon, Montelukast, Cromoglicinsäure, Ketitofen, Low Dose Aspirin, etc.)

4. Nervensystemarbeit

- Chronische Erkrankungen führen zu einer Dysregulation im Nervensystem
- Die Regulation des Nervensystems ist ein grosser Bestandteil bei der Heilung chronischer Krankheiten. Dabei müssen alle Ebenen beachtet werden:
 - Limbisches System
 - Vagusnerv (strukturell, Tonus, auditiv, visuell)
 - Somatik
 - Trauma
 - Integration Frühkindlicher Reflexe
 - Safe and Sound Protocol

Im Kurs „[Was haben meine Symptome mit meinem Nervensystem zu tun](#)“ sind alle Schritte und Zusammenhänge genau erklärt.

Der Kurs umfasst Methoden, die ich in der Praxis anwende sowie eine Schritt für Schritt Anleitung wie ein Plan zur Regulation gemacht werden kann und vieles mehr.

5. Pre-Detox/Ausscheidung

- Wasser trinken
- Stuhlgang auf mind. 1x ,besser 2-3x täglich regulieren
- Magnesiumoxid bei Verstopfung
- Enzyme
- Tributyrin
- Leberwickel

- Basenbäder/Epsom Salz Bäder
- Genügend Schlaf
- Genügend Pausen einplanen
- Leichte Bewegung

6. Darmaufbau/Immunsystemmodulation

- Heilung von Leaky Gut
- Stärkung des Mikrobioms
- Stärkung der Abwehrkräfte
- Modulation des Immunsystem (Th1/Th2/Th17-Balance):
 - **Nährstoffe die TH1 stärken:** Zink, Glutathion, Selen (moderate Dosis), Magnesium, Molybdän, Kupfer (moderate Dosis), Mangan, Glutamin, Arginin,, Zeolith, Vitamin B6, Grapefruitseedextract, Katzenkralle, Astragalus, Echinacea, Süssholz, Ginseng, Rhodiola, Granatapfel, Sibirischer Ginseng, Zitronenmelisse, Ingwer, Spirulina, Kurkuma-Pulver (nicht Curcumin) Artemisia, Beta-Glukan, Arabinogalactan, Probiotika, etc.
 - **Nährstoffe die TH2 stärken:** Vitamin A, Vitamin D, SPM, Omega-3, Alpha-liponsäure, N-Acetyl-Cystein, Selen (hochdosiert), Kupfer (hochdosiert), Inositol, Coenzym Q10, Theanin, Curcumin, Boswellia, Quercetin, Luteolin, Rutin, Kieferrinde, OPC, Pycnogenol, Cannabis, Bromelain, Resveratrol, EGCG-Extrakt, Kaffee, Lycopin, Avocado, Olivenöl, Sesamöl, Fenchel, Kamille, etc.
- Achtsame Ernährung
- Allergene und unverträgliche Lebensmittel weglassen

7. Entgiftung/Binder

- **An der Entgiftung beteiligte Organsysteme stärken:** Darm (regelmässiger Stuhlgang), Leber und Galle, Lymphe, Gewebe, Zellen
- **Glutathion Konjugation:** NAC, Selen, Alpha-Liponsäure, Kreuzblütler, Curcumin, Sulforaphan, Magnesium, Artischocke, Mariendistel, Vitamin B6, Vitamin B2
- **Glucuronidation:** Calcium-D-Glucarate, Rosmarinextrakt, Löwenzahn, Astaxanthin, Pterostilbene
- **Sulfatierung:** Vitamin A, Protein, Kreuzblüter, Ingwer, Epsom Salz
- Aminosäuren Konjugation: Protein, HCL, Verdauungsenzyme, Aminosäuren
- **Methylierung:** HCL, TMG, Methylfolat, Magnesium, Vitamin B6, Vitamin B12, Vitamin B2, Zink, S-Adenosyl-Methionin, Methionin
- **Acetylierung:** Vitamin B5 oder Pantethin (Pantethine), N-Acetyl-Glucosamin, Vitamin B1
- **Mögliche Binder:** Zeolith, Bentonit, aktivierte Kohle, Modifiziertes Zitruspektin, Apfelpektin, IgG, Chlorella, Spirulina, Silicium, Microchitosan, Aloe Vera, NAC, GI Detox, Mycopul, Toxinpul, etc.

Was ist eine Herxheimer-Reaktion?

- Eine Herxheimer-Reaktion ist eine vorübergehende Verschlimmerung der Symptome.
- Es handelt sich um ein vorübergehendes klinisches Phänomen, das bei Patienten auftritt, bei denen während einer Antibiotikabehandlung von Infektionen ein pathogenes Absterben von Bakterien stattfindet.
- Es wird durch die Freisetzung von Zytokinen und Lipoproteinen verursacht, die in den Blutkreislauf gelangen und akute entzündliche Veränderungen verursachen.
- Symptome: Fieber, Schüttelfrost, Übelkeit, Erbrechen, Kopfschmerzen, Tachykardie, Hypotonie, Hyperventilation, Hitzewallungen, Myalgie, Verschlimmerung aller Symptome aufgrund einer verstärkten Entzündung.

8. Bekämpfung der Erreger/Beseitigung der Toxine/Biofilmbau

- Biofilme schützen Krankheitserreger vor antimikrobiellen Wirkstoffen und dem Immunsystem, sodass Infektionen fortbestehen können.
- Dank der Biofilme können Erreger dem Immunsystem entgehen und spielen somit eine entscheidende Rolle bei der Persistenz und Resistenz von Krankheitserregern.
- Biofilme sind Gemeinschaften von Mikroorganismen, die an Oberflächen haften und in einer schützenden Matrix aus extrazellulären polymeren Substanzen (EPS) eingeschlossen sind.
- Die Bekämpfung von Biofilmen ist ein wesentlicher Bestandteil eines Behandlungsplans.
- Durch die Zerstörung der Schutzbarriere der Krankheitserreger werden sie anfällig für eine Behandlung und können leichter ausgerottet werden.
- **Möglichkeiten zur Unterbrechung von Biofilmen:** MCP (modifiziertes Zitruspektin), Proteolytische Enzyme, Berberin, Curcumin, Grapefruitkernextrakt, Oreganoöl, Olivenblattextrakt, Xylitol und EDTA, etc.
- Die Mikroben zu beseitigen ist ein wichtiger Schritt, der aber nicht gleich am Anfang einer Behandlung eingesetzt werden sollte, da es zu starken Reaktionen kommen kann, wenn die anderen Schritte nicht gut funktionieren.
- **Mögliche Medikamente, die zum Einsatz kommen können:** Antibiotika, antivirale Mittel, Antipilzmittel, Mittel gegen Parasiten und Würmer
- **Mögliche pflanzliche Mittel, die zum Einsatz kommen können:** Berberin, Oreganoöl, Olivenblattextrakt, Grapefruitseedextrakt, Kolorex (Horopito), Bismuth, Neem, Wormwood, Marshmallow Root, Knoblauch, Black Walnut, Clove, etc.
- **Mögliche andere natürliche Mittel, die zum Einsatz kommen können:** Caprylsäure, Undecylensäure, Monolaurin, Peptide, IgG, etc.