

# ENTGIFTUNG

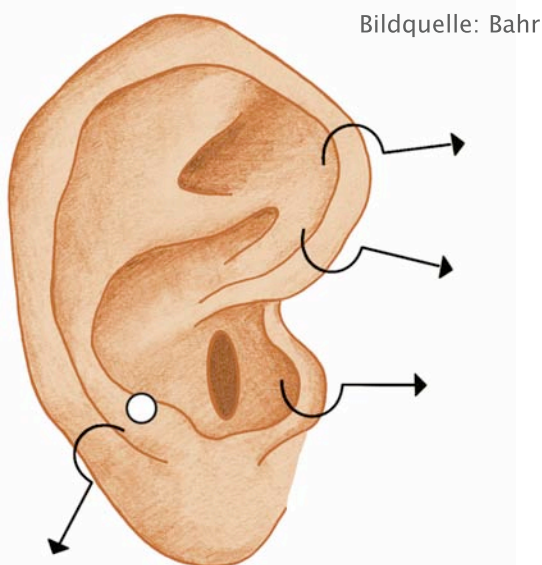
## als wichtiger Faktor in der Naturheilkunde

Im Laufe meiner Forschungen im Bereich der Naturheilkunde und insbesondere der Akupunktur fand ich zwei wichtige Akupunkturpunkte, die, richtig vom Akupunkturarzt eingesetzt, die Entgiftung des Körpers sehr unterstützen können (siehe Abb.).

Der gezeigte Entgiftungspunkt basiert auf dem Resonanzphänomen zu einem Präparat, angeblich aus einer Baumrinde, welches ein indischer Guru als Ayurvedamedizin erfolgreich (!) bei Hauterkrankungen anwendet.

Nachteil dabei: Anstieg der Leberenzyme.

Die Akupunktur des neuen Entgiftungspunktes hat die gleiche Wirkung wie das oben erwähnte Präparat, aber ohne Nebenwirkungen; es heißt „Ashtangahridayam“ und entspricht 5ml vom flüssigen Kwatham (siehe [www.ayurvedforum.com](http://www.ayurvedforum.com)): Allerdings erspart die Nadelung der von mir gefundenen Punkte die Nebenwirkungen des obigen Präparates.



Der Punkt für die Entgiftung in der Ohrakupunktur.

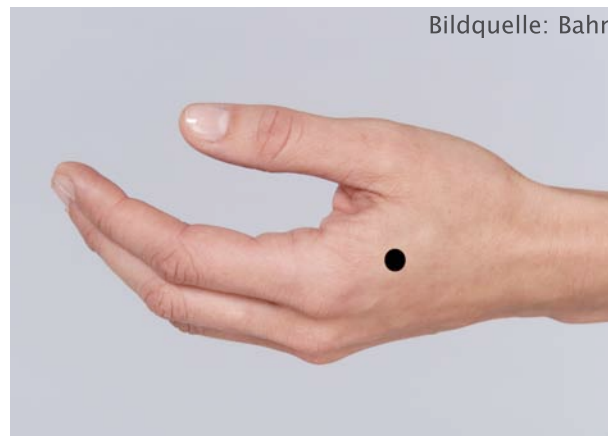
### Zusatzbehandlung der Entgiftung

#### a) über die Leber

- Als natürliches Präparat empfehlen wir das Mittel LE 8 [1], ein Mittel der Firma lifelight, welches Resonanz zum Punkt Le 8, dem Tonsierungspunkt und zugleich Ho-Punkt der Leber zeigt [1].
- Die Inhaltsstoffe sind Mariendistel, Resveratrol, Vitamin B 12 und der kalifornische Blütenextrakt California Poppy.
- Akupunktur im Sinne der Suchtbehandlung bei zu hohem Alkoholkonsum.

#### b) über den Darm

- Während die Entgiftungstees eher über die Niere / Blase wirken, muss das Hauptaugenmerk für die Entgiftung des Darms über Heilfasten (einschließlich Mayr-Kur) und Darmflora-Sanierung (z.B. Symbioflor 1 und 2, Omniflora, Perenterol, bestimmte Joghurtsorten u.a.) liegen. Wichtig ist vor allem ein regelmäßiger Stuhlgang (Ballaststoffe!), denn Obstipation behindert die natürliche Entgiftung.



Der Punkt für die Entgiftung in der Körperakupunktur: Di 3-4

### c) über die Haut und Lunge

- In der chinesischen Medizin ist das Organ Lunge auch für die Haut zuständig. Zur Entgiftung über die Haut empfehlen sich Bäder nach Richtlinien der Ayurvedamedizin (Ölmassagen), Lymphdrainage, Saunagänge und die bekannten Verfahren nach Kneipp. Entgiftung über die Lunge beginnt über Vermeidung von Rauchen. Vor allem sind Atemgymnastik (Yoga) und Waldläufe zu empfehlen.

### d) über Niere und Blase

- Das Wichtigste: Trinken von mindestens 1,5 – besser 2 – Litern pro Tag. Entgiftungs- und Kräutertees können durchaus empfohlen werden, besser ist aber einfaches, klares Wasser ohne Kohlensäure (Cave: Übersäuerung durch zu viel Kohlensäure und Aufstoßen). Eine Schwäche der Niere kann durch das Präparat NI 7 behandelt werden (Inhaltsstoffe: Kalifornische Blüte Lotus, Zink und Resveratrol).

### Spezialmethoden

Ausleitungsverfahren für Schwermetalle und wichtige andere Gifte:

- DMPS ist umstritten, besser ist die Gabe von Selen, bestimmten Algensorten (z.B. Chlorella, Spirulina [2])
- homöopathische Verfahren, teilweise mit Nosoden
- Bestimmte Pflanzen z.B. Philodendron bei Raumluftbelastung durch Formaldehyd
- „Geistige Entgiftung“  
„Verzeihen ist die beste Heilung“

Eine „geistige Entschlackung“ (belastende Erfahrungen, unverarbeitete Konflikte, fehlende Versöhnung etc.) sollte Bestandteil einer ganzheitlichen Behandlung sein und wird in der Ayurvedamedizin als wichtiger Teil des Panchakarma bezeichnet. Seelische „Narben“ können durch einfühlsame Psychotherapie, oft zusammen mit Akupunktur, Homöopathie und eventuell Blütenessenzen, behandelt werden. Auch Yoga ist als eine Möglichkeit zur Selbstheilung zu empfehlen.

### Quellen

- [1] Firma Lifelight, Salzburg  
Tel.: +43 (0) 662 - 628 620  
Fax: +43 (0) 662 - 628 629  
E-Mail:  
gabriele.bergmueller@lifelight.com  
www.lifelight.com  
Vertrieb in Deutschland: Firma Blum,  
Tel.: 08142-448480  
www.blum-akupunktur.de.
- [2] Apothekerin U. Reuter,  
E-Mail:  
welcome@apothekerin-u-reuter.de  
Fax: 06172-997322,  
Tel.: 0800-1-738837 (gebührenfrei)

### Fazit

Zu einem Subhealth-Syndrom (Erschöpfungsstadium, das krankheitsanfällig macht) kommt es häufig durch eine energetische Belastung wichtiger Organe mit Einschränkung der physiologischen Funktionen. Ein wichtiger Faktor für diese Pathologie ist häufig eine direkte oder indirekte Giftwirkung. Entgiftung und Entschlackung soll durch Methoden ohne Nebenwirkungen, besonders über den Entgiftungspunkt der Akupunktur und durch geeignete pflanzliche Mittel, erfolgen. Eine „Reinigung“ der Psyche, z.B. bei seelischer Verhärtung, ist zu beachten.

**Autor:** Prof. Dr. Frank Bahr

1. Vorsitzender der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin, München.  
www.akupunktur.de