



„Gesundheit auf hohem Niveau“



Therapieverfahren: Darmsanierung

Hamburg, Januar 2010

Privatpraxis
Dr. med. Frank Striebel
Fährhausstraße 8
22085 Hamburg (Stadtteil Uhlenhorst)
www.drstriebel.de

fon: 040.22 69 20 74
fax: 040.22 69 20 61
mail: info@drstriebel.de

Die Darmsanierung

Die Darmsanierung unterteilt sich in drei Hauptthemen:

- **Entlastung (z.B. durch Heilfasten; siehe dort)**
- **Ausleitung/Entgiftung (siehe dort)**
- **Symbioselenkung**

Unter **Symbiose** versteht man das einander ergänzende **Zusammenleben verschiedener Lebewesen zu gegenseitigem Nutzen**. Eine derartige Symbiose ist im menschlichen Darm zu beobachten, wo eine Vielzahl unterschiedlichster Bakterien (Symbionten) den Darm des Menschen (Wirt) bewohnen. Sie erhalten Nährstoffe und leisten im Gegenzug einen Teil der Verdauungsarbeit, produzieren Vitamine, regulieren und stärken das Immunsystem.

In nur einem Gramm Darminhalt finden sich ca. 1 Billionen Keime. Die Existenz unseres Lebens ist abhängig von einer ausreichenden Menge an Symbionten, die in einem bestimmten Verhältnis zueinander stehen sollten. Abweichungen schwächen den Organismus und leisten funktionellen und später chronischen Krankheiten Vorschub.

Im Darm vollziehen sich also nicht nur Verdauungs- und Ausscheidungsvorgänge, sondern es finden auch wichtige Prozesse zur Aufrechterhaltung eines intakten **Immunsystems** (das zu **70% in der Darmwand beheimatet** ist) statt. Wird die ausgewogene bakterielle Besiedlung gestört, z.B. durch wiederholte Antibiotikatherapie, können Störungen ganz unterschiedlichen Ausmaßes hervorgerufen werden. Infektanfälligkeit ist dabei noch nicht die schlimmste Form. Auch Pilzbelastungen sind meist durch eine gestörte bakterielle Flora bedingt.

Auch suboptimale Ernährungsgewohnheiten ("fast food"-Ernährung, der regelmäßige Genuss übersäuernder Lebensmittel gestresstes Essen und schlechtes Kauen kann zur „**Dysbiose**“ (= **gestörte Symbiose**) führen.

Zwar dauert es oft Jahre, bis sich aus der **Belastung der Regulation** und des Stoffwechsels eine **chronische Erkrankung** entwickelt, aber genau hier liegt die Tücke, da die Krankheitsursache - die gestörte Darmflora - meistens nicht erkannt und deshalb oft nicht behandelt wird. Die ersten scheinbar harmlosen Symptome einer Dysbiose sind z.B. Blähungen und wechselnde Stuhlgänge (von Verstopfung zu weichem bis flüssigem Stuhl). Auch die o.g. Infektanfälligkeit gehört in dieses Bild. Sind Symptome vorhanden, ist die Symbioselenkung möglichst in Kombination mit einer Optimierung der Ernährungsgewohnheiten ein einfaches und probates Mittel, um wieder ein normales bakterielles Gleichgewicht im Darm herzustellen. **Mit der Symbioselenkung (Zufuhr von Bakterien, Mineralien und Vitaminen in Kapselform) wird das Immunsystem stimuliert und mittelfristig auch die**

normale Darmflora wiederhergestellt und der Entwicklung chronischer Erkrankungen vorgebeugt.

Die Kombination der Gabe von Mineralien, Spurenelementen, Vitaminen und Bakterien bezeichnet man als „**orthomolekulare Darmsanierung**“. Sie wird in der Regel über einen Zeitraum von 2 Monaten durchgeführt und ist meist nebenwirkungsfrei.

Zusammenfassung: Störungen der Darmflora – Symbiose bereiten chronischen Erkrankungen den Weg und lassen sich leicht und nebenwirkungsfrei behandeln, wenn sie rechtzeitig erkannt werden.