

Vortrag : Gesunder Darm – gesunder Mensch (von Meinhard und Jutta Clobes)

Hier einige der Inhalte des Vortrages:

Etwa 70 – 80 % unseres Immunsystems befinden sich im Darm. Mehr als 1000 verschiedene Bakterienarten besiedeln ihn. Ohne diese mikroskopisch kleinen Helfer sind wir nicht überlebensfähig. Diese Darmkeime legen sich wie eine Schutzschicht über die Darmschleimhaut, welche für die Aufnahme von Nährstoffen äußerst wichtig ist. In der Naturheilkunde galt der gesunde Darm schon immer als Grundlage und Voraussetzung für eine gute Gesundheit. Diese Jahrhunderte alten Erfahrungen sind in den letzten Jahrzehnten leider etwas in Vergessenheit geraten.

Zusätzlich zu den typischen Darmerkrankungen, wie z.B. Morbus Chron, Divertikel oder Darmgeschwüre, können Darmfunktionsstörungen und eine nicht intakte Darmflora Ursache vieler anderer Beschwerden sein. So z.B. Allergien, Asthma, chronische Müdigkeit, Depressionen, Infektanfälligkeit, Migräne, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, rheumatische Erkrankungen und Autoimmunkrankheiten. Ständige Heißhungerattacken können z. B. auf einen Darmpilz hindeuten. Durch Fehlernährung, Nachlassen der Verdauungskraft, Übersäuerung, häufige Antibiotika-Einnahme und andere Medikamente kommt es zu einer Fehlbesiedelung des Darmes und damit zu Gärungs- und Fäulnisprozessen im Darm. Wird die Darmschleimhaut gar durchlässig (Leaky-Gut-Syndrom), dann können Teile der Nahrung hindurch treten und z.B. zu einer unkontrollierbaren Gewichtszunahme führen.

Können die mit der Nahrung aufgenommenen wichtigen Vitalstoffe nicht mehr von der Darmschleimhaut komplett resorbiert werden, so fehlen Sie dem Körper für die Versorgung der Organe. Die Grundvoraussetzung für eine optimale Verdauung und damit für unsere Gesundheit ist, dass der Darm nicht verschlackt, entzündet oder verpilzt ist. Außerdem müssen die erforderlichen Verdauungssäfte und eine gesunde Bakterienflora vorhanden sein. Sind diese Grundvoraussetzungen nicht bzw. nicht mehr gegeben, kann neben einer gesunden Ernährung zusätzlich eine naturheilkundliche Darmsanierung durchgeführt werden. Eine Darmsanierung bezieht nicht nur den Darm, sondern auch alle anderen Verdauungsorgane wie Leber/Galle, Nieren, Magen und Bauchspeicheldrüse mit ein. Denn wenn diese nachhaltig gestört sind, kann der Darm auch nicht richtig funktionieren.

In diesem Vortrag erfahren Sie u.a., was Sie tun können, um Ihre Darmgesundheit zu verbessern und zu erhalten.

Wir freuen uns auf Sie !

Herzlichst – Jutta & Meinhard Clobes