Colon-Hydro-Therapie – das klingt irgendwie nach einer komplexen Prozedur

Inhaltsverzeichnis

- Colon-Hydro-Therapie – das klingt irgendwie nach einer komplexen Prozedur
- Hashimoto im Griff mit dem Wissen um deinen Körper und das Wesen von Hashimoto
    - Was erfährst du alles in diesem Buch?
    - Hier kannst du es kaufen:
- Gut für die Darmflora
- Gifte ausspülen
- Häufig gestellte Fragen zur Colon-Hydro-Therapie bei Hashimoto
    - Das könnte dich auch interessieren

Und doch handelt es sich dabei „nur“ um einen Einlauf in den Darm. Schon seit Generationen wir dieser bei Verdauungsbeschwerden und auch Verstopfung eingesetzt. Dabei wird warmes Wasser in den Darm einfließen gelassen. Das regt die Darmbewegung an, Verdauungsreste und Ablagerungen lösen sich von den Darmwänden und werden ausgespült. Die Colon-Hydro-Therapie nutzt das gleiche Prinzip wie der altbewährte Einlauf. Sie integriert jedoch zudem neue Erkenntnisse, wodurch die Darmgesundheit sehr gefördert wird. Und wie wir wissen ist diese enorm wichtig bei der Behandlung von Hashimoto. Sehr gut beschrieben wird sie in dem Buch „Es geht um Ihren Darm“ von Jean Claude Alix, der seine Schuppenflechte auf diese Art wegbekam.



Colon-Hydro-Therapie – das ist also mehr als nur ein gewöhnlicher Einlauf. Bei ihr variiert zunächst einmal die jeweilige Wassertemperatur. So schwanken die Werte etwa zwischen 20° C und 40° C.

Außerdem führt der entsprechend ausgebildete Heilpraktiker während des Einlaufs eine Bauchmassage durch. Er erkennt durch Abtastung und Reaktion des Darms sehr genau, wie das Wasser sich verteilt. So kann er mithilfe der Massagetechnik den Wasserfluss ein wenig steuern und noch vorhandene Blockaden oder Ablagerungen lösen.

Im Unterschied zum klassischen Einlauf muss der Behandelte nicht direkt auf die Toilette, sondern kann entspannt die beruhigende und lösende Prozedur genießen. Denn durch das System wird das ausfließende Wasser über einen Abflussschlauch direkt entsorgt.

Je nach Zustand des Darms können nur wenige Sitzungen ausreichen, aber es können auch über 10 Behandlungen notwendig werden. Hier eine kleine Warnung: Die Kasse zahlt es nicht, eine Sitzung kostet bis zu 100 € und ich habe beispielsweise 10 Sitzungen gebraucht. Eine Heilpraktikerzusatzversicherung übernimmt das aber normalerweise.

PASSEND ZUM THEMA · EBOOK-EMPFEHLUNG

Hashimoto im Griff mit dem Wissen um deinen Körper und das Wesen von Hashimoto



Deshalb habe ich dir im E-Book „Hashimoto verstehen“ alles Wichtige, das du wissen musst um die Funktionen im Körper bei Hashimoto einfach und ohne medizinisches Wissen vorauszusetzen zusammengefasst. Das Buch beantwortet dir die wichtigsten Fragen rund um das Thema „Was ist Hashimoto?“

Was erfährst du alles in diesem Buch?

- was eine Autoimmunkrankheit ist,

- woran man/dein Arzt bzw. deine Ärztin Hashimoto erkennt,
- Symptome bei Hashimoto,
- wie der Stresskreislauf funktioniert,
- warum die Schilddrüsenunterfunktion nicht hauptsächlich durch die Zerstörung der Schilddrüse durch dein Immunsystem kommt,
- welche Rolle Leber, Nieren und Verdauung spielen
- und wie dein Immunsystem funktioniert.

Alles rundherum, wie Hashimoto funktioniert. Denn wenn du weißt, wie es funktioniert, dann weißt du auch, wie du es stoppen kannst.

Hier kannst du es kaufen:

Hashimoto verstehen bestellen 4,99 (#9) (#13)
Email Adresse

Hashimoto verstehen kaufen
Preis - €4.99
Jetzt kaufen

↓ Weiter geht’s mit dem Artikel

Gut für die Darmflora

Doch was hat es eigentlich mit einer solchen Behandlung auf sich? Welchen Nutzen bringt sie uns?

Eine Colon-Hydro-Therapie wird hauptsächlich dann angewendet, wenn es zu einem Ungleichgewicht im Darm kommt, wenn die Darmflora gestört ist und zugleich Ablagerungen an den Darmwänden vorhanden sind.

Wie wir wissen, sorgt die westlich geprägte Ernährung nicht nur im Darm für allerlei Probleme.
Aufgrund von zuckerhaltigen, fettigen und ballaststoffarmen Speisen entsteht im Darm ein ungutes Milieu. Der PH-Wert befindet sich in Regionen, in denen die guten Darmkeime sich nicht richtig vermehren können und sich auch nicht wohlfühlen. Dafür sind die schlechten Bakterien mit dem Umfeld zufrieden. Sie vermehren sich und verdrängen die guten.



Diese schlechten Keime, zu denen u. a. die Kolibakterien gehören, sondern Toxine ab, die dem Darm und auch den guten Keimen schaden. Es kommt zu Entzündungen, die Darmschleimhaut wird durchlässig, was schließlich mit der Entstehung von Hashimoto zusammenhängt. Doch nicht nur auf die Darmflora hat die westliche Ernährungsweise negative Auswirkungen. Zugleich sorgt der geringe Ballaststoffanteil in der Nahrung für einen trägen Darm.

Hinzu kommt auch der Bewegungsmangel – bedingt durch immer mehr Bürojobs und auch fehlende ausgleichende Bewegung in der Freizeit. Die Darmbewegung (Peristaltik) lässt nach, wodurch die Nahrung deutlich länger benötigt, bis sie schließlich den Körper wieder verlässt. Dies sorgt für eine zusätzliche Belastung der Darmflora. Der länger verharrende Nahrungsbrei hat negative Auswirkungen auf die Lebensbedingungen der Keime.

Entstandene Ablagerungen an den Darmwänden sorgen für zusätzliche Belastungen, für Gärprozesse und die Ansiedlung schlechter Keime.

All diese Probleme kann eine Colon-Hydro-Therapie beseitigen, indem sie die Ablagerungen löst und die Darmbewegung wieder herstellt.
Wer also eine Darmsanierung plant, um eine gesunde Darmflora wieder herzustellen, der sollte sich zuvor über eine ergänzende Colon-Hydro-Therapie informieren. **Auf eine solche Therapie folgt auch die Einnahme eines Probiotikums**, das schließlich eine intakte und gesunde Besiedelung des Darms ermöglicht. Effektive Mikroorganismen sind hierbei eine wunderbare Methode effizient und kostengünstig die Besiedlung des Darm zu optimieren. **--> Hier kannst du sie bekommen.<–**

Um die Wirkung einer Colon-Hydro-Therapie zu verstärken, sollte man sich zuvor und nach der Therapiesitzung möglichst ballaststoffreich ernähren.
Flohsamenpulver bietet sich hier an – aber auch die Nutzung von Chia-Samen ist sinnvoll. Diese bestehen nicht nur zu 30 % aus Ballaststoffen. Zudem werden von den enthaltenen löslichen Ballaststoffen auch vermehrt Gifte aufgenommen und damit der reinigende Effekt verstärkt.

Wir können so einen nachhaltigen und gesunden Effekt für unseren Darm erreichen. Und je gesünder der Darm, desto besser ist es auch für die Schilddrüse.

Gifte ausspülen

Eine weitere positive Auswirkung der Colon-Hydro-Therapie liegt in der Entgiftung des Körpers.
Schließlich bewirkt die Spülung des Darms nicht nur, dass sich Ablagerungen lösen, sich die Darmbewegungen verstärken und somit auch die Verdauung beschleunigt wird, was einen positiven Effekt auf die Darmflora hat. Vor allem sorgt die Beschleunigung des Abtransports der verdauten Stoffe für eine Entlastung des gesamten Körpers.
Denn in der Nahrung finden sich auch viele Giftstoffe, die schädlich für unseren Körper sind. Verbleibt der Nahrungsbrei längere Zeit an einer bestimmten Stelle des Darms, beginnen hier Gärprozesse zu wirken, die zusätzliche Gifte produzieren.
All dies wirkt sich nicht nur negativ auf die Darmflora aus. Natürlich gelangen die Giftstoffe auch in den Körper. Die Leber muss sich mit diesen vorrangig herumschlagen, aber auch die Schilddrüse wird durch Toxine schwer belastet. Die Nieren leiden ebenso unter aufgenommenen Giften und allgemein belasten Toxine natürlich den gesamten Organismus.

Um möglichst wenige Umweltgifte zu uns zu nehmen, ist es wichtig, Biolebensmittel zu nutzen. Diese enthalten keine Pestizide, Herbzide, Antibiotika oder andere schädliche Chemikalien.
Beim Einkauf sollten wir allgemein auch darauf achten, dass wir möglichst wenige Fertigprodukte nutzen. Denn in vielen von ihnen stecken unzählige Lebensmittelzusatzstoffe, die dem Darm, aber auch dem restlichen Organismus schaden können.
Die Liste der E-Stoffe ist lang und nicht jeder dieser Stoffe ist gefährlich. Schließlich finden sich unter ihnen auch natürliche Konservierungsmittel, wie die Zitronensäure.
Doch im Großen und Ganzen kann man sagen, dass man besser weitgehend auf diese E-Stoffe verzichten sollte. Manche stehen sogar im Verdacht, Krebs zu fördern, andere schaden potenziell den Nieren oder dem Herzen.

Auch Geschmacksverstärker wie Glutamat gelten als gesundheitsschädlich. Sie machen zudem abhängig, beeinflussen den Geschmackssinn und regen dazu an, möglichst viel von dem jeweiligen Produkt zu essen.
Das ist übrigens ein Grund, warum die Chips-Tüte, wenn sie einmal geöffnet wurde, den Abend nicht übersteht. Obwohl man sich doch so zusammenreißen wollte …
Die magische Anziehungskraft dieser Chips, die da sagt „einer geht noch …“, basiert auf der Wirkung solcher Geschmacksverstärker.

Neben ihren gesundheitsschädlichen Wirkungen, die im Tierversuch schon oftmals nachgewiesen wurden, was man dann aber gerne als „nicht auf den Menschen übertragbar“ abtut, entfalten gerade Geschmacksverstärker noch eine weitere negative Auswirkung:
Sie sorgen dafür, dass wir immer weiteressen. Und bei den Produkten, die wir in uns hineinstopfen, handelt es sich dann auch meist nicht um die gesündesten.

Ungesunde Fette, Zucker, helle Kohlenhydrate, … Dazu noch eine zuckersüße Cola…

Das kann nicht gesund sein! Die Bauchspeicheldrüse gerät bei solchen Eskapaden sehr schnell an ihre Belastungsgrenze. Der Blutzuckerspiegel schießt in die Höhe, ihm folgt er Insulinspiegel, den die Bauchspeicheldrüse deutlich steigern muss. Der aufgenommene „weiße Zucker“ hält jedoch bei Weitem nicht so lange, wird vom Körper schnell aufgenommen, der Blutzuckerspiegel fällt ab, und es kommt zu neuem Heißhunger.

Dieser Effekt ist dafür verantwortlich, dass immer mehr Menschen an Übergewicht und sogar Adipositas leiden. In Folge dessen steigt der Blutdruck, der Fettstoffwechsel wird gestört.
Auch steht der Effekt im Zusammenhang mit einer Insulinresistenz der Zellen, die dafür sorgt, dass die Bauchspeicheldrüse immer mehr Insulin produzieren muss, damit die Zellen überhaupt noch reagieren und den Zucker aus dem Blut aufnehmen. Die Folge ist eine Überlastung der Schilddrüse, die letztlich in einem Diabetes Typ II (Altersdiabetes) mündet.

Kurz gesagt: Es entsteht das sogenannte **Metabolische Syndrom.**
Dieses bezeichnet das Auftreten von Übergewicht, Bluthochdruck, Insulinresistenz der Zellen und eben den negativen Veränderungen beim Fettstoffwechsel.

Man nennt es auch: Das tödliche Quartett.

Dieses Metabolische Syndrom steht in direktem Zusammenhang mit der Arteriosklerose und daraus folgenden Herz-Kreislauf-Erkrankungen, wie Herzinfarkt, Schlaganfall und Embolien.

Das Metabolische Syndrom wirkt sich zugleich sehr negativ auf die Schilddrüse und die Behandlung von Hashimoto aus. Gerade die überlastete Bauchspeicheldrüse und die erhöhten Blutzuckerwerte sorgen dafür, dass die Nebenniere das Stresshormon Cortisol ausschüttet. Dieses wirkt sich negativ, ja geradezu zerstörerisch, auf die durch Hashimoto ohnehin geschädigte Schilddrüse aus.
Aber auch der gestörte Fettstoffwechsel trägt einer weiteren Verschärfung von Hashimoto bei. Schließlich leidet dadurch die Leber, die in direktem und indirektem Zusammenhang mit der Schilddrüse steht.

Es ist daher wichtig, auf Fertiglebensmittel weitgehend zu verzichten und Lebensmittelzusätze zu vermeiden.

Um bei einer Umstellung unserer Ernährung auch im Darm den „Reset-Knopf“ zu drücken, eignet sich die Colon-Hydro-Therapie hervorragend. Wir reinigen unseren Darm von aufgenommenen Giften, lösen Ablagerungen, bringen die Darmbewegung wieder in Schwung und starten so in ein völlig neues Lebensgefühl.

Stellen wir nun dauerhaft die Ernährung um, können wir auf die Selbstheilungskräfte des Körpers vertrauen, die Regenerierung durch Superfoods und gesunde, vitalstoffreiche und giftfreie Lebensmittel unterstützen.

Häufig gestellte Fragen zur Colon-Hydro-Therapie bei Hashimoto

Was ist eine Colon-Hydro-Therapie?

Bei der Colon-Hydro-Therapie wird der Dickdarm mit körperwarmem, gefiltertem Wasser gespült, um Ablagerungen und Rückstände zu lösen und auszuleiten. Sie wird in der Regel von speziell ausgebildeten Therapeuten durchgeführt und dauert meist 30 bis 45 Minuten pro Sitzung.

Ist eine Colon-Hydro-Therapie bei Hashimoto sinnvoll?

Da der Darm bei Hashimoto häufig mitbetroffen ist, kann eine Darmreinigung wie die Colon-Hydro-Therapie unterstützend wirken, indem sie den Darm entlastet und die Voraussetzungen für eine gesunde Darmflora verbessert. Ob sie im Einzelfall sinnvoll ist, sollte am besten mit einem erfahrenen Therapeuten besprochen werden.

Ist eine Colon-Hydro-Therapie schmerzhaft?

In der Regel wird die Behandlung als nicht schmerzhaft, aber ungewohnt beschrieben. Ein gewisses Druckgefühl kann auftreten, lässt sich aber meist durch leichte Bauchmassage und die richtige Wassertemperatur reduzieren.

Wie oft sollte eine Colon-Hydro-Therapie durchgeführt werden?

Das hängt vom individuellen Bedarf und der Empfehlung des behandelnden Therapeuten ab. Häufig wird eine Kur mit mehreren Sitzungen im Abstand von einigen Tagen bis Wochen durchgeführt, statt einer einmaligen Anwendung.

Was sollte man nach einer Colon-Hydro-Therapie beachten?

Nach der Behandlung ist es sinnvoll, den Darm mit einer gesunden, vitalstoffreichen Ernährung und gegebenenfalls dem Aufbau der Darmflora zu unterstützen, damit sich die Verdauung nachhaltig erholen kann.

Das könnte dich auch interessieren

Bentonit und Zeolith zur Darmsanierung →
Detox bei Hashimoto – Entgiftung für dein Wohlbefinden →
Warum kann die Darmtherapie deine Symptome lindern? →