

# Der Weg zur „Stein-Freiheit“

## Wie Sie sich von Nieren- und Gallensteinen befreien

Ein Aufsatz von Kristina Peter

15 Prozent aller Männer und 10 Prozent aller Frauen „dürfen“ im Laufe ihres Lebens mit dem Auftreten von Nierensteinen rechnen. Gallensteine erfreuen sich einer noch größeren Beliebtheit: Ein Drittel aller Frauen und ein Fünftel aller Männer über 40 Jahre haben gemäß aktueller Statistiken Gallensteine. Die wirkliche Ursache der Stein-Entstehung ist der Schulmedizin noch ein rechtes Rätsel. Dennoch beansprucht sie für sich das alleinige Behandlungsrecht von Steinleiden. Alle anderen (weitaus günstigeren und für den Patienten angenehmeren) Methoden zur Steinentfernung werden als „ungeeignete Hausmittel“ bezeichnet. Nichtsdestotrotz wächst die Zahl derjenigen, die ihre Gesundheit gerne in die eigenen Hände nehmen und einfache Methoden anwenden, die laut zahlreicher Betroffener zur ersehnten „Steinfreiheit“ führten – ohne Anästhesie, ohne Krankenhausaufenthalt, ohne Medikamente, ohne Organverlust und ohne vierstellige Operationskosten: Mit Hilfe der Nierenreinigung nach Dr. Hulda Clark sowie der traditionellen Leberreinigung!

## Werden Sie auf jeden Fall vor einer Kolik aktiv!

Denn wenn einmal Übelkeit und starke Schmerzen den Körper plagen, ist man kaum noch zu einem klaren Gedanken fähig. Die Schulmedizin greift spätestens jetzt mit einer Notbehandlung ein, um gefährliche Komplikationen zu verhindern. Diese wären bei Gallenkoliken: Gallenblasenentzündung, Gelbsucht, Bauchfellentzündung, Bauchspeicheldrüsenentzündung u.a., bei Nierensteinkoliken: Nierenbeckenentzündungen, nachlassende Nierentätigkeit bis hin zu Nierenversagen.

## Gallensteine

Unter Behandlung wird im Falle von Gallenkoliken eine Totaloperation verstanden, bei der die gesamte Gallenblase entfernt wird. Diese Aktion wird ziemlich harmlos dargestellt: In den meisten Fällen könne die Gallenblase laparoskopisch entfernt werden, was bedeute, dass kein großer Bauchschnitt notwendig sei und man auch nur ganz wenige Tage im Krankenhaus bleiben müsse.

Dass 5 Prozent aller Leute, denen die Gallenblase operativ entfernt wurde, nach der Operation unter etwas wahnsinnig kompliziertem, nämlich unter dem Postcholezystektomiesyndrom leiden, ist kaum einer Erwähnung wert. Mit Postcholedingsdasyndrom sind alle unangenehmen Erscheinungen gemeint, die eine solche OP nach sich ziehen kann: Schmerzen im rechten Oberbauch, Blähungen, Sodbrennen und neben vielem anderen – allgemein ausgedrückt – ganz neu auftretende Krankheiten des Bauchraumes und des Verdauungssystems. Die Ursachen dieses Syndroms sind übersehene Steine, Verletzungen der Gallenwege während der OP, Verwachsungen des Bauchfells u. ä.

## Die Ursache von Gallensteinen

Falls Sie als Gallenstein-Betroffener wissen möchten, wo Ihre Steine denn ihren Ursprung haben, erklärt man Ihnen: „Die verschiedenen Bestandteile der Gallenflüssigkeit liegen nicht im richtigen Verhältnis zueinander vor, wodurch die schlecht löslichen Bestandteile „verklumpen“, was auch auf einen Mangel an Gallensäuren hinweisen könnte. Was aber ist die Ursache dieser unausgewogenen Zusammensetzung der Gallenflüssigkeit? Die meisten Gallensteine bestehen aus Cholesterin, aus Bilirubin

(einem Abbauprodukt des roten Blutfarbstoffes) oder aus einer Kombination der beiden. Wenn der Körper zu viel Cholesterin bildet (er bildet es meistens selbst – die Cholesterinaufnahme mit der Nahrung ist eher zweitrangig), dann ist das ein Zeichen, dass er körpereigenes Gewebe mit Hilfe dieses Fettstoffes vor Säuren schützen möchte. Wenn zu viel Bilirubin vorhanden ist, dann wird offenbar sehr viel Blut abgebaut. Blut wird aber nur dann im Übermaß abgebaut, wenn die Blutzellen krank sind. Wer macht Blutzellen krank? Säuren! Wenn die Leber nicht in der Lage ist, genügend Gallensäuren zu bilden, dann ist sie bereits in ihrer Funktion eingeschränkt, weil im Körper zu viele Gifte kursieren.

## Was ist also zu tun?

- Schritt 1: Entsäuerung
- Schritt 2: Darmreinigung
- Schritt 3: Ggf. Zahnsanierung
- Schritt 4: Nierenreinigung
- Schritt 5: Leberreinigung

Wer sich darüber hinaus künftig vorwiegend von frischen basischen und pflanzlichen Lebensmitteln ernährt und „Drogen“ wie Kaffee, Schwarz- und Grüntee, Zucker, etc. meidet, wird nie wieder einen Gallenstein in seinen Eingeweiden zu Gesicht bekommen. Schulmediziner dagegen halten sich mit Ernährungsratschlägen eher verdeckt. Deren Tipp „Essen Sie, was Sie vertragen!“ ist nämlich genau das, was die meisten (passiven) Patienten hören wollen...

## Nierensteine

Bei Nierensteinen versucht man sich in der Schulmedizin zu allererst daran – je nachdem, wo sich die Steine in welcher Größe und Anzahl niedergelassen haben – den oder die Steine (je nach ihrer Zusammensetzung) medikamentös aufzulösen, andernfalls zu zertrümmern (mit Hilfe der Stoßwellenertrümmerung) oder mit Schlingen aus dem Harnleiter zu fischen, falls sie sich dort niedergelassen haben sollten. Nützt dies alles nichts muss „offen“ operiert werden, h. der Körper wird aufgeschnitten und der Stein aus dem Nierengewebe entfernt. Dank der Stoßwellentherapie sind solche offenen Operationen jedoch selten geworden. Die Erfolgsrate dieser schulmedizinischen Behandlungen liege bei 90 Prozent – so wird verkündet. Bei dieser Zahl kommt man tatsächlich in Versuchung, die Entfernung von Steinen dem Urologen zu überlassen. Immerhin könnte man sich so auch alle vorbeugenden Maßnahmen wie z. B. „lästige“ Ernährungsumstellungen ersparen. Leider sehen die Zukunftsaussichten von Nierensteinbesitzern so aus, dass die meisten nach der schulmedizinischen Steinentfernung rascher als ihnen lieb ist, erneut Steine beherbergen und mit dem Risiko einer Nierenkolik und/oder einer Schrumpfniere, die letztendlich zu Nierenversagen führen kann, leben müssen.

## Die Ursache von Nierensteinen

Die herkömmliche Erklärung lautet: „Entstehen können Nierensteine, wenn bestimmte Substanzen im Urin in zu hoher Konzentration vorhanden sind und dann zu anfangs kleinen Kristallen ausfallen, die aber größer werden können.“ Wie im Falle der Gallensteinproblematik ist jedoch auch diese Aussage keine hilfreiche Erklärung. Woher kommen denn die hohen Konzentrationen gewisser Substanzen im Urin?

Nierensteine bestehen in mittlerweile 80 – 85 Prozent aller Fälle aus Kalziumoxalat und Kalziumphosphat. Folglich vermutete man, den Schuldigen in Form der Oxalsäure gefunden zu haben. Oxalsäure ist besonders in Spinat, in Rhabarber, in Rote Beten und manchen Nüssen enthalten. Also verbot man Nierensteinkranken diese Lebensmittel. Die Nierensteine wuchsen dennoch und nach ihrer Entfernung erschienen neue – auch ohne Spinat und ohne Rhabarber.

# Übersäuerung

Oxalsäure ist eine der Säuren, die bei der Verstoffwechslung unnatürlicher Nahrung entsteht. Sie muss vom Körper neutralisiert werden, da sonst die Nieren den Dienst quittieren würden. Neutralisiert wird bevorzugt mit Kalzium... und zack, fertig ist das Kalziumoxalat. Phosphorsäure ist in allen Soft Drinks enthalten. Sie entsteht ferner bei der Verdauung vor allem von Milch und Milchprodukten und natürlich von Fleisch und Wurst. Auch diese Säure muss neutralisiert werden. Das Ergebnis ist ein Salz namens Kalziumphosphat – Hauptbestandteil von Nierensteinen.

Interessanterweise wird in der Therapie von Nierensteinen routinemäßig der Urin medikamentös alkalisiert, also basisch gemacht. Wie der Patient dies mit Hilfe einer Entsäuerung und entsprechend basischer Ernährung selbst realisieren könnte, wird ihm nicht mitgeteilt. Fehlernährung wird wohl nie als Hauptursache eines Symptoms akzeptiert werden. Verständlicherweise! Zu tief sitzen die Gewohnheiten und Süchte, nicht zuletzt bei den Medizinern selbst.

Unverständlich jedoch ist, dass einfache Maßnahmen wie die vieltausendfach bewährten Nieren- und Leberreinigungen verschwiegen und nicht selten eindringlichst davon abgeraten wird. Dabei erlauben diese Methoden eine nebenwirkungslose Befreiung von Gallen- und Nierensteinen, die jeder in entspannter Atmosphäre bei sich zu Hause anwenden kann. Selbst wenn Ernährungsumstellungen kategorisch abgelehnt werden oder gewisse Ernährungsgrundregeln nicht konsequent eingehalten werden können, sorgen regelmäßig durchgeführte Reinigungen dafür, dass sich vorhandene Steine leicht entfernen lassen, sich keine neuen Steine einnisten können und gestresste Organe enorme Erleichterung empfinden. Für Sie äußert sich das in einem neuen Rundum-Wohlgefühl. Allergien, chronische Entzündungen, Schmerzen unterschiedlichster Art und vieles mehr wird sich still und leise verabschieden...

**Viel Erfolg!!!**