

Wassermangel und Zivilisationskrankheiten - Teil 3

Liebe Leserinnen und Leser,



heute möchte ich mit dem dritten Teil zum Thema "Wassermangel und Zivilisationskrankheiten" den theoretischen Teil verlassen und ganz praktisch werden. Sie sollen schließlich einen Nutzen von der Theorie haben und unsere Tipps auch praktisch umsetzen können.

Welche Beschwerden werden durch Wassermangel verursacht?

In seinem Buch „Wassertrinken wirkt Wunder“, in dem zahlreiche Erfahrungsberichte von Patienten mit seinen Therapien niedergelegt sind, geht Batmanghelidj ausführlicher auf Beschwerden und Krankheiten ein, die durch Wassermangel hervorgerufen werden können: Der menschliche Organismus drückt Wassermangel auf vier verschiedene Arten aus, durch körperliche Empfindungen, durch interne Notprogramme, mit denen er ausgleichen möchte, durch Alarmzeichen und schließlich durch ernste Komplikationen in Folge anhaltenden Wassermangels.

Körperliche Empfindungen: Müdigkeit, die nicht Folge körperlicher Anstrengung ist, wie die morgendliche Unlust aufzustehen; Ängstlichkeit, Unruhe, Gereiztheit, Depression, Schlafstörungen, heftiges Verlangen nach Limonade, Alkohol oder gar harten Drogen..

Notprogramme zum Ausgleichen der Austrocknung und zum Ressourcenmanagement: Verstopfung, Allergien, Asthma, Bluthochdruck, Diabetes Typ 2....

Alarmzeichen als regionale Durstsignale: Sodbrennen, Rheuma, Rückenschmerzen, Kollitisschmerzen, Fibromyalgien, Angina pectoris...

Komplikationen lang anhaltenden Wassermangels: Fettsucht, Hämorrhoiden, Cholesterinablagerungen, arterielle Gefäßkrankheiten, Diabetes Typ 1, schwere neurologische Erkrankungen wie Alzheimer, Parkinson und Multiple Sklerose, Nervenentzündung (Neuritis), Venenentzündung, Lymphom, Krebs...

Anschließend möchte ich gern wenigstens ein paar der häufigsten Krankheitsbilder und ihre Behandlung aus der Sicht des Autors aufgreifen.

Magenschleimhautentzündung

Verdauungsbeschwerden (Dyspepsien) weisen auf eine Austrocknung des Magen-Darm-Traktes hin. Es sind Durstsignale des Körpers. Die Beschwerden bei Gastritis (Magenschleimhautentzündung), Duodenitis (Zwölffingerdarmentzündung) und Sodbrennen sollte man nur mit Wassertrinken behandeln. Sind bereits Geschwüre da, sollte eine spezielle Diät zur Ausheilung eingehalten werden.. Patienten mit Verdauungsstörungen entwickeln später häufig Zwölffingerdarmgeschwüre. Der Autor hat mehr als 3000 Patienten mit unterschiedlichen Verdauungsbeschwerden ausschließlich mit Wasser behandelt. Wichtig bei Schmerzen: Möglichst innerhalb von kurzer Zeit 2 – 3 Gläser Wasser trinken, die Schmerzen verschwinden meist innerhalb von 10 – 30 Minuten. In Experimenten wies man nach, dass 250 ml Wasser sofort in den Darm gelangen und dort absorbiert werden Innerhalb von 30 Minuten wird dieselbe Menge durch die Drüsenschicht in die Magenschleimhaut in den Magen abgegeben und wirkt dort beim Aufschluss der Nahrung mit. Die Verdauung fester Lebensmittel ist von einer reichlichen Menge Wasser abhängig.

Der Schleim der Magenschleimhaut besteht zu 98% aus Wasser als natürlicher Pufferzone. Die darunter liegenden Zellen sondern Natron ab, das in der Wasserschicht gebunden ist.. Wenn die Magensäure diese Schutzschicht durchdringen will, wird sie durch Natron neutralisiert. Die Wirksamkeit der Schleimbarriere gegen die Säure hängt von regelmäßigem Wassernachschub ab, sonst schrumpft die Schleimschicht und die Säure kann in die Schleimhautschicht gelangen, wo sie Schmerzen verursacht.

Somit ist Wasser hier die einzig schmerzlindernde Substanz. Wenn Wasser getrunken wird und die Schmerzen nachlassen und wenn zudem auf angemessene Ernährung geachtet wird, kann ein Geschwür mit der Zeit von selbst ausheilen.

Helicobacterbakterien, die gern als Verursacher einer Gastritis angeführt werden, hält Dr. Batmanghelidj für normale Bewohner der Eingeweide wie die Darmflora , die nur Vorteile aus der Unterdrückung des Immunsystems ziehen, was direkte Folge der Wassernot ist. Diese Bakterien kommen bei Patienten mit und ohne Magengeschwüre vor. Sie profitieren von der Wachstumswirkung des Histamins im Bereich des Pfortners (Magenausgang zum Darm), wo sich viele Nerven befinden, die direkt die Histaminproduktion anregen.

Histamin-Blocker sollte man zur Behandlung nicht länger anwenden, ihre Nebenwirkungen können z.B. Schwindelgefühle und Verwirrheitszustände sein, bei Männern treten teilweise weibliche Brustformen auf, es nehmen die Zahl der Spermien ab, auch Libidoverlust wird beobachtet. Im Gehirn erweitern sich die Kapillargefäße als Folge der Histaminausschüttung bei Wassermangel (zur besseren Versorgung).Die Histamin-Blocker verhindern das und so entsteht ein größerer Druck, wenn das Gehirn bei Stress mehr Informationen verarbeiten muss .Es wird mit weniger Blut versorgt, wenn Magenbeschwerden mit Histamin-Blockern behandelt werden.

Auch Antacida mit Aluminiumsalzen sind gefährlich, es sind langsam wirkende, frei verkäufliche Gifte. Ein erhöhter Aluminiumspiegel wird u.a. als eine Ursache für die Alzheimer-Krankheit angesehen. Die meisten Antacida enthalten zwischen 150 und 600 mg Aluminium in jeder Tablette. Auf mehreren Inseln im Westpazifik, wo das Trinkwasser aluminiumhaltig war, hatten bereits junge Leute Alzheimerartige Symptome, bis man dem Wasser das Aluminium entzog. Die eigentliche Ursache für Alzheimer ist ein chronischer Wassermangel im Gehirn, der zur Austrocknung von Gehirnzellen führt, die Giftigkeit des Aluminiums ist eine Komplikation. Bei länger anhaltender Austrocknung schrumpfen die Gehirnzellen und es gehen viele Funktionen verloren.

Achtung: Wenn Magenschmerzen trotz mehrtägiger Wasserkur wieder auftreten: Gehen Sie zum Arzt; es könnte ein Magentumor sein.

Asthma

Asthma sowie Allergien sind Komplikationen eines Wassermangels im Organismus. (In den USA haben 17 Millionen Kinder Asthma, von denen jährlich mehrere Tausende sterben und 50 Millionen Menschen leiden an Allergien). Die Kurzatmigkeit bei Asthma entsteht durch ein Wasserrationierungsprogramm des Körpers, das durch Histamin geregelt wird. Der freie Luftstrom ist bei Asthma behindert, so dass Wasser die Lunge nicht in Form von Dampf verlassen kann. (Innerhalb eines Tages verlieren wir etwa ein Viertel der ausgeschiedenen Wassermenge über die Lungen). Das Histamin verengt die Bronchien, damit weniger Wasser durch das Atmen verloren geht. Mit erhöhter Wasserzufuhr lassen sich Asthmaanfälle häufig vermeiden, die Histaminproduktion der Zellen lässt dann nach. Jede Zelle der Atemwege wird dadurch besser mit Wasser versorgt, das hilft die Luft bei jeder Ausatmung auszustoßen. Im Durchschnitt zeigen sich nach 1 – 4 Wochen geregelter Wasserzufuhr erste Ergebnisse. Asthmatiker müssen zudem mehr Salz aufnehmen, weil Salz die zähen Schleimpfropfen in den Atemwegen flüssiger macht, welche sonst den freien Luftstrom in den Lungenbläschen behindern. Asthmakranke brauchen außerdem Mineralien, vor allem Calcium, Magnesium, Kalium, Zink und Selen, die das Wasser in den Zellen zurückhalten. Bei Wassermangel fehlt es dem Organismus an diesen Mineralien.

Bluthochdruck

Bluthochdruck (Hypertonie) ist ein Versuch des Körpers zur Anpassung an allgemeinen Wassermangel, wenn nicht genügend Flüssigkeit da ist, um sämtliche Blutgefäße zu füllen, die das normale Einströmen des Wassers in die lebenswichtigen Zellen erleichtern. Durch Anstieg des Blutdrucks wird Wasser aus dem Blutserum gefiltert und durch winzige Öffnungen in der Zellmembran in die Zellen eingebracht., was zusätzlichen Druck erfordert.. Die Zufuhr von mehr Wasser und etwas Salz kann Blutdruck im Stadium leichter Beschwerden wieder normalisieren. Außerdem werden die Mineralien Calcium, Magnesium, Kalium, Zink und Selen gebraucht, um das Wasser im Zellinneren zurückzuhalten und damit zu vermeiden, dass der Blutdruck ansteigt.

Wird Bluthochdruck nicht als wichtiges Zeichen von Wassermangel erkannt, sondern mit Diuretika behandelt (die den Organismus weiter austrocknen), so kommt es mit der Zeit zur Verlegung der Herzerterien und der zum Gehirn führenden Arterien durch Cholesterin. Dies führt zu Herzinfarkten und kleinen oder massiven Schlaganfällen mit Lähmungserscheinungen. Schließlich können Nierenerkrankungen, Hirnschäden und auch neurologische Erkrankungen wie Alzheimer die Folge sein.

Diabetes Typ 2

Altersdiabetes ist eine andere Art des Körpers, sich an schweren Wassermangel anzupassen. Die Bauchspeicheldrüse produziert neben Insulin auch reichlich Bikarbonat-Lösung (Natron), um die aus dem Magen ankommende Säure zu neutralisieren. Da sie nicht beides in größeren Mengen gleichzeitig schafft, wird die Ausschüttung von Insulin behindert, wenn viel Natron angefordert wird (bei Nahrung mit reichlich Eiweiß). Es wäre auch kontraproduktiv, weil Insulin den Einstrom von Zucker und Kalium in die Zellen fördert, zusätzlich kann auch Wasser eindringen. Dadurch wird

automatisch das Wasser in den Zellzwischenräumen verringert ??i Wassermangel würde es keinen Sinn machen, beide Wasser verbrauchenden Aktivitäten gleichzeitig ablaufen zu lassen.

Wenn die Insulinausschüttung behindert ist, wird der Stoffwechsel des Körpers mit Ausnahme des Gehirns, schwer gestört. Die Behinderung der Insulinbildung bei Wassermangel zeigt, dass die Hauptfunktion der Bauchspeicheldrüse darin besteht, Wasser für die Verdauung bereitzuhalten. Die Störung der Insulinerzeugung ist eine Anpassung der Drüse an die Austrocknung des Körpers. Wasser und etwas Salz können Altersdiabetes in seinem frühen Stadium wieder rückgängig machen.

Wird Diabetes auf Dauer nicht als Komplikation durch Wassermangel erkannt und der Mangel behoben, kommt es mit der Zeit zu schweren Schäden an den Blutgefäßen im ganzen Körper; das kann zu Verlust der Zehen, der Füße und der Beine durch Gangrän führen, ebenso zu Augenschäden bis zur Erblindung.

Erhöhter Cholesterinspiegel

Hohe Cholesterinwerte sind Hinweise auf früh einsetzenden Ausgleich von Austrocknung des Körpers. Cholesterin ist eine kalkähnliche Substanz, mit der Lücken in den Zellwänden aufgefüllt werden, damit die Zellen kein lebenswichtiges Wasser an das umgebende osmotisch stärkere Blut verlieren. Cholesterin wird so zu einer Art Schutzschild gegen übermäßigen Wasserverlust. Es wird im Körper aber hauptsächlich zur Bildung von Zellmembranen von Nervenzellen, zur Bildung von Hormonen und Vitamin D gebraucht und ist lebensnotwendig. Cholesterin wird in der Leber produziert und der Körper hat einen Vorrat von 150g dieser Substanz eingelagert; daran kann man ihre Wichtigkeit erkennen. Außerdem dient Cholesterin als wasserfester Verband an den Verschleißstellen der Arterienwände, an denen das in Folge von Wassermangel und geringer Urinausscheidung (dunkler und saurer Urin) konzentrierte und saure Blut Schäden hinterlässt. Die Einordnung des Cholesterins als „schlecht“ ist unzutreffend und zu einer sprudelnden Quelle für die Pharmaindustrie geworden. Der Blutcholesterinspiegel lässt sich wirksam und ohne Körperschädigung durch reichliches Wassertrinken und durch Bewegung senken.

Im Stadium ernster Erkrankung, wenn cholesterinsenkende Medikamente eingenommen werden, kann das zu schweren Gesundheitsschäden führen, möglicherweise auch zu lebensgefährdenden Leberschäden. Cholesterin ist lebensnotwendig, der Körper würde nicht mehr davon bilden- und er bildet täglich ein Mehrfaches der Nahrungsaufnahme- wenn er es nicht bräuchte.

Dazu ein Patientenerfahrungsbericht von Mohammed Wahby, Botschafter von Ägypten in Amerika, geschrieben am 1.5.1991:

„Sehr geehrter Dr. Batmanghelidj,

ich möchte mich hiermit bei Ihnen bedanken, dass Sie dazu beigetragen haben, dass es mir sehr viel besser geht. Ich hatte seit 1982 Beschwerden wegen meines zu hohen Cholesterinspiegels. Er lag bei der ersten Messung bei 278. Ich war damals in Deutschland und wurde streng auf Diät gesetzt, so dass ich in weniger als 2 Monaten 8 Kilo abnahm und der Cholesterinwert auf 220 sank. Ich war nicht bereit, den Wert durch Medikamente noch weiter zu senken, insbesondere da die Ärzte in Ägypten weiterhin der Meinung sind, dass dieser Wert nach ihren Maßstäben nicht

wirklich gefährlich ist...

Im letzten Jahr stellte sich zu meinem Entsetzen heraus, dass mein Cholesterinwert auf 279 angestiegen war. Ich hatte Glück, dass ich Sie damals traf. Als Sie mir reichlich Wasser (zwei volle Gläser) vor den Mahlzeiten „verschrieben“ anstelle der Medikamente, die ich fast bereit war einzunehmen, war ich zunächst sehr skeptisch, um so mehr, als Sie besondere Diätvorschriften nicht für sehr wichtig erachteten. Nach zwei Monaten, in denen ich all die alten Regeln, die mir das Leben schwer gemacht hatten, kaum beachtete, war mein Cholesterinwert zum ersten Mal in mehr als 9 Jahren herunter auf 203. Überraschenderweise hatte ich auch etwa 4 Kilo verloren und kann dieses Gewicht jetzt halten.. Ich fühle mich in der Tat so wohl...

Ich genieße das Essen, in Maßen natürlich, wie ich es schon lange nicht mehr konnte, ohne die Befürchtungen, die ich immer im Hinterkopf hatte, und ich bin überzeugt, dass ich Ihnen dafür großen Dank schulde.

Mit freundlichen Grüßen - Minister Mohammed Wahby“

Migräne

Migräne ist ein Zeichen für Wassermangel im Gehirn und in den Augen. Sie klingt vollständig ab, wenn verhindert wird, dass sich der Wassermangel im ganzen Körper ausbreiten kann. Migräne scheint ein Anzeichen für eine Störung in der Temperaturregelung des Körpers in Zeiten von Hitzestress zu sein (z.B. zu dicke Bettdecken). Starke Hitze ohne ausreichende Wasserzufuhr und bestimmte Nahrungsmittel oder allergische Stoffe, die zu einer Histaminausschüttung führen, können im Körper Wassermangel verursachen und die Migräne auslösen.

Die beste Lösung im Umgang mit Migräne ist vorbeugendes regelmäßiges Wassertrinken. Wenn Migräne die Schmerzbarriere übersprungen hat kann man eventuell mit reichlich kaltem Wasser oder Eiswasser den Körper von innen und außen (kaltes Armbad bis über die Ellenbogen etwa eine halbe bis eine Minute , mehrmals wiederholen, oder Wassertreten bzw. Tautreten. Einer unserer Freunde wälzt bei beginnender Migräne erfolgreich seine Arme im Schnee – sofern vorhanden) abkühlen, so dass sich die erweiterten Gefäße wieder schließen können.

Durch Schmerzmittel wird der Wassermangel nur verstärkt. Wenn man nichts gegen den Wassermangel unternimmt, kann es mit der Zeit zu Entzündungen und Undichtigkeiten der kleinen Arterien und zu Plaquebildungen im Gehirn kommen, außerdem können die Augen leiden (teilweise Erblindung).

Rheumatische Arthritis und Schmerzen im unteren Rücken

Rheumatische Gelenkschmerzen sind Zeichen für Wassermangel in den schmerzenden Gelenken. Das kann junge und alte Menschen betreffen. Durch den Einsatz von Schmerzmitteln löst man das Problem keineswegs, sondern verschlimmert die Schäden durch weiteren Wassermangel (Schmerzmittel sind Antihistaminika, die den Wassermangel steigern) Wasserzufuhr und kleine Mengen Salz heilen die Beschwerden in der Anfangsphase.

Schmerzen im unteren Rücken treten bei Wassermangel in Wirbelsäule und Bandscheiben auf.. Die Beschwerden sollten mit erhöhter Wasserzufuhr behandelt werden.

Mit der Zeit kann bei beiden Krankheitsbildern eine Osteoarthritis als Dauerschädigung entstehen,

weil die Knorpelzellen in den Gelenken alle abgestorben sind. Das kann Verformungen der Wirbelsäule und der Extremitäten nach sich ziehen.. Die starken Schmerzmittel können zudem lebensbedrohliche Nebenwirkungen entfalten.

Sodbrennen

Sodbrennen zeigt einen Wassermangel im oberen Magen-Darm-Trakt an. Der Einsatz von Antazida oder anderen Medikamenten zur Behandlung der Schmerzen löst nicht das Problem des Wassermangels, sondern verstärkt es noch. Wird die Wassernot nicht durch reichlich regelmäßiges Wassertrinken behoben und statt dessen mit Medikamenten behandelt, kann es auf Dauer zu Entzündungen der Speiseröhre, des Magens oder Dünndarms kommen, zu Zwerchfelldurchbruch, Magen-Darm-Geschwüren, Verstopfung, Hämorrhoiden, Divertikeln, Morbus Crohn und schließlich zu Krebserkrankungen in diesem Bereich.

Das waren nur ein paar Beispiele aus den Ausführungen des Autors. Sie werden inzwischen sicher die Wichtigkeit des Wassertrinkens erkannt haben und handeln bestimmt danach. Behalten Sie diese gute Gewohnheit bei, Ihre Gesundheit wird es Ihnen danken.

Diesen Gesundheitsbrief verdanken wir der Arbeit von Frau Regina Garloff. Sie finden die Daten dazu auch auf den Seiten der Forschungsstiftung für natürliche Gesundheit:

<http://www.naturheilkunde-lexikon.eu/index.php?id=1480>

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln