



Gunda Fitschen – Heilpraktikerin
Hindenburgstraße 99b
22297 Hamburg
Telefon: 040 . 50 22 26
www.gundafitschen.de

Darm-Kur

Damit wir fit, gesund und schlank bleiben, brauchen wir einen gut funktionierenden Stoffwechsel und ein reibungslos arbeitendes Verdauungssystem.

Der Darm bildet die Basis unseres Wohlbefindens, er ist die Wurzel der Pflanze Mensch!

Aufgaben des Darms:

Im Darm siedelt unzählige Darmbakterien, die ganz grob in nützliche und schädliche Bakterien unterteilt werden können. Normalerweise besteht in einer intakten Darmflora ein Gleichgewicht zwischen den vielen Bakterienarten, so dass sie ihre vielfältigen Funktionen erfüllen kann, wie:

- ❖ die Neutralisierung von Giften,
- ❖ die Stärkung des Immunsystems
- ❖ die Produktion von Abwehrstoffen
- ❖ Die Produktion von B- und K-Vitaminen, die u.a. für das Wachstum der Zellen, Haut, Haaren, Nägel, Schleimhäuten, Nervenzellen, Blut- und Immunzellen wichtig sind.

Anzeichen für eine Darmschädigung:

Durch Fehlernährung und Einnahme bestimmter Medikamente (Abführmittel, Antibiotika), wird die Darmflora verändert, abgebaut oder weitgehend zerstört. Toxische Belastungen sind die Folge, aber auch Verdauungsstörungen und Entzündungen des Darmes. Sekundär treten auch typische Reissymptome auf. Die Darmschleimhaut wird durchlässiger, so dass die Giftstoffe in den Körper diffundieren. Die Folge davon können Depressionen, Gereiztheit, Hautkrankheiten, Neuralgien, aber

auch Mangelerscheinungen sein. Viele Stoffe werden nämlich erst durch die gesunde Darmflora in eine resorbierbare Form gebracht, wie z.B. Eiweiße und Vitamine.

Unsere Vorgehensweise für die Darmregeneration:

Die Darmaufbaukur umfasst mehrere Schritte:

- Diagnostik der Darmflora-Qualität und der toxischen Belastung des Körpers, u.a. der Leber sowie der Verdauungsleistung (Pancreas)
- Beurteilung der Nahrungsmittelallergien
- Darmreinigung und Re-Kultivierung mit richtigen Darmbakterien
- Ernährungsberatung
- Immunaufbau mit biologischen Mitteln

Kurablauf

1. Check-up umfasst

spezifische Laborleistungen, Dunkelfeldmikroskopie, Ganzkörper-Regulations-Diagnostik, Untersuchungen auf blockierende Giftstoffe

2. Ernährungsberatung:

Ernährungsunverträglichkeiten werden ausgelotet. Grundsätzlich sollte die Ernährung vegetarisch, sehr basenlastig und mineralstoffreich und milchproduktfrei sein.

3. Spezifische Therapien

Colon-Hydro-Therapie, Basen-Infusionen, Eigenblutbehandlung, Hämatogene Oxydations-Therapie, Vitamin-Spurenelement-Infusionen, etc.

Das genaue Kur-Programm wird bei der Erstuntersuchung individuell – Ihrem Gesundheitszustand – entsprechend zusammengestellt.

Diese Kur sollte mindestens 4 Wochen, besser 6 Wochen durchgeführt werden. Sie wirkt hervorragend zur fundamentalen Reaktivierung und Entgiftung des Körpers und zur Verbesserung der Gesamt-Vitalität.

Die Kur ist der Beginn einer fundamentalen Stoffwechsel-Umstimmung