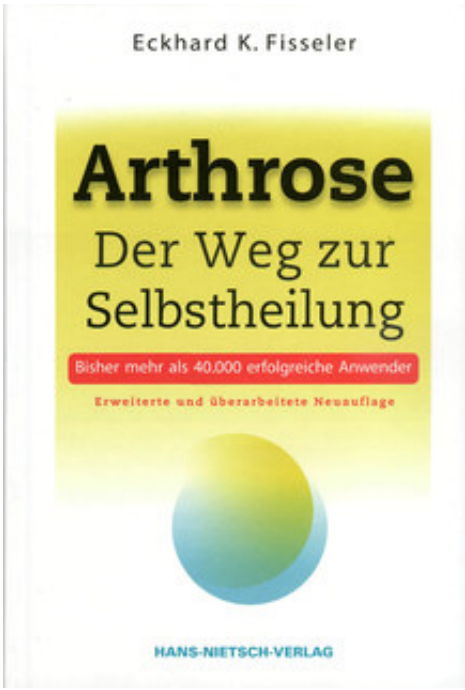
Eckhard Fisseler
Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung

Extrait du livre

Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung
de Eckhard Fisseler
Éditeur : Hans Nietsch Verlag



http://www.editions-narayana.fr/b14375

Sur notre librairie en ligne vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne
Tel. +33 9 7044 6488
Email info@editions-narayana.fr
http://www.editions-narayana.fr

Editions Narayana

Und nur dann, wenn wir den Menschen ganzheitlich betrachten und untersuchen, können wir eine Antwort finden: Warum ist der Knorpel geschädigt? Warum wächst er nicht mehr nach? Bei der ganzheitlichen Untersuchung erkennen wir, dass der Organismus übersäuert ist. Wir erkennen, dass die Säure die Antwort auf die beiden Fragen liefert. Denn die Säure zerstört den Knorpel und verhindert das Wachstum neuer Knorpelzellen.

TIPP:
Wollen Sie wissen, wie sauer Sie sind? In der Apotheke gibt es Teststreifen, mit denen Sie den pH-Wert Ihres Urins ermitteln können. Dafür tauchen Sie l-mal wöchentlich einen Streifen kurz in den Urin, den Sie am Morgen ausscheiden, bevor Sie etwas zu sich genommen haben, und vergleichen die Verfärbung mit der Farbskala. Ein pH-Wert über 7 ist basisch, also in Ordnung, unter 7 ist er sauer und damit kritisch für Ihre Gesundheit.

Der Ursache auf der Spur: Wir essen uns sauer und krank!

Wunderbar, werden Sie nun wahrscheinlich denken, jetzt haben wir die Ursache. Säure lässt sich neutralisieren, also her mit den Säureblockern.

Zu früh gefreut, denn auch die Übersäuerung ist nicht die Ursache, sondern lediglich die Auswirkung der wahren Ursache. Deswegen ist es nicht sinnvoll, nur die Säure zu neutralisieren. Das wäre medizinisch zwar möglich, aber falsch, denn die nächste, die entscheidende Frage ist noch offen: Warum ist der Organismus übersäuert?

Professor Dr. Lothar Wendt hat die Antwort gefunden. Eine ganzheitliche Untersuchung von Arthrose-Kranken wird zu dem Er-

Leseprobe von Eckhard Fisseler
„Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung“
Herausgeber: Hans Nietsch Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

gebnis führen, dass ihr Organismus mit Eiweiß überfüttert wurde. Diesen Zusammenhang hat Professor Wendt in seinem 1984 erstmals erschienenen Buch „Die Eiweißspeicherkrankheiten" überzeugend dargelegt. Dieser Eiweißüberschuss resultiert aus unseren Ernährungsgewohnheiten: Eine Eiweißmast ist nur mit Fleisch und anderen tierischen Produkten möglich, weil nur diese das Eiweiß in hoher Konzentration enthalten. Und dass große Eiweißmengen im Organismus eine erhöhte Säureproduktion auslösen, das ist bekannt.

Entwickeln wir nun aus der Erkenntnis, dass der Fehler in der Nahrung liegt, eine Therapie, mit der dieser Fehler berichtigt wird, packen wir unsere Krankheit bei der Wurzel und eine Heilung ist möglich. Das bestätigt auch Dr. med. Hans-Gottfried Schmidt in seinem Buch „So hilft die Natur bei Arthrosen".

Diese Therapie, die vor allem darin besteht, die Ernährung umzustellen, hat sich in der Praxis bereits vielfach bewährt. Die Erfahrung mit dieser einfachen und logischen Behandlungsform hat gezeigt, dass der Schmerz - und damit schließt sich der Kreis in unserem Modell der ganzheitlich-multikausal-vernetzten Denkweise - schon nach wenigen Wochen nachlässt und nach längerer Therapie sogar ganz verschwindet.

Den Arzt brauchen wir bei dieser Denkweise nur für die Diagnose. Die Heilung - oder zumindest eine erhebliche Linderung der Beschwerden - erreichen wir dann ohne medizinische Mittel und ohne Medikamente. Lediglich begleitende Maßnahmen wie physikalische und Bewegungs-Therapien können förderlich sein. So gesehen ist Arthrose keine Erkrankung, die orthopädische oder chirurgische Eingriffe erforderlich macht. Bei ihr ist der Ernährungswissenschaftler oder Ernährungsberater gefragt, denn die Arthrose ist eine Stoffwechselkrankheit.

Leseprobe von Eckhard Fisseler
„Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung“
Herausgeber: Hans Nietsch Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Warum wir sauer sind

„Sauer" sind wir nicht nur dann, wenn wir uns ärgern, uns sorgen oder wenn wir Stress haben. Es ist vor allem eine f a l s c h e Ernährung, die unseren Körper sauer macht. Wer n i c h t hauptsächlich frische basenbildende Lebensmittel auf seinem Speiseplan stehen hat, in dessen Körper sammeln sich zu viele Säuren an, die sich meist im Bindegewebe ablagern und dadurch die Entstehung von vielerlei Krankheiten begünstigen. Muskeln, Gelenke und Sehnen werden dann nicht mehr richtig mit Sauerstoff versorgt, was sie unbeweglich macht oder sogar schmerzen lässt. Meist sind die Symptome dann gar nicht richtig in ein Krankheitsbild einzuordnen und es beginnt ein Teufelskreis: Man nimmt verschiedene Medikamente ein, die beim Abbauprozess im Körper selbst wiederum Säure erzeugen.

Zur schnellen Schmerzlinderung ist ein möglichst vollständiger Verzicht auf säurebildende Lebensmittel bis zur angestrebten Besserung unumgänglich (siehe „Liste basen- und säurebildender Lebensmittel", Seite 216 ff.). Am besten ist es, wenn Sie sich von reifem basischem Obst (das auch reif geerntet wurde), frischen Salaten, Rohkost (am besten den ganzen Tag über essen), viel Gemüse und dazu Kartoffeln ernähren.

Erst wenn es Ihnen besser geht, können Sie wieder erste Säurebildner wie gekochte Hirse, Reis, Nudeln, Brot, Getreide in kleinen Mengen in Ihren Speiseplan aufnehmen. Die Mengen bitte langsam und achtsam steigern, je nach Schmerzbefund (siehe Tagesplan, Seite 42 ff.) **Essen Sie möglichst 80 Prozent basenbildende Lebensmittel.**

Leseprobe von Eckhard Fisseler
„Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung“
Herausgeber: Hans Nietsch Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

sich entweder in „blindwütigem Umsichschlagen“ oder in Ohnmachtsgefühlen ausdrückt. Panik ist stets ein Zeichen für einen außer Kontrolle geratenen Selbsterhaltungstrieb; sie weist auf eine akute Notlage des Betreffenden hin. Auch diese Menschen brauchen dringend Hilfe. Sie müssen sozusagen vor sich selbst geschützt werden, weil anhaltende Überreaktionen (Überreizung/Übersäuerung) stets tödlich enden

Ursache: Ernährung

Übersäuerung, Überreizung und Entzündung verursachen Schmerzen - diese verursachen Schonhaltung (Schmerzvermeidung), diese verursacht eine Deformation des Gelenkapparates (aufgrund der Fehlbelastung), wodurch zusätzliche Schmerzen entstehen, und so weiter. Schon eine geringfügige Übersäuerung aufgrund von Fehlernährung, Stress und anderen Faktoren führt ähnlich wie beim Muskelkater zu mehr oder weniger starken Schmerzen in den am stärksten beanspruchten Muskelpartien. Diese Schmerzen bewirken eine Schonhaltung der betroffenen Gelenkregion, infolge dessen es auf Dauer zu Veränderungen des Gelenkes kommt, welche wiederum zusätzliche Bewegungsschmerzen auslösen und so weiter, (um nur kurz den *Circulus vitiosus* der Volkskrankheit Arthritis-Arthrose, Gicht und anderer zum rheumatischen Formenkreis gehörender Diagnosen anzusprechen).

Häufig können diese Störungen auf eine Ernährung mit zu hohem Anteil säurebildender Speisen zurückgeführt werden. **Hierzu zählen vor allem tierische Eiweiße,** da bei deren Verstoffwechslung - abhängig von der Tierart - im Vergleich zu pflanzlichen Proteinen vermehrt Säuren gebildet werden. Hinzu kommt der Stress, dem die meisten sogenannten Nutztiere heute ausgesetzt sind. Eier von Hühnern, die in Legebatterien gehalten und durch hormoneile Beeinflussung zum vermehrten Eierlegen angeregt wer-

Leseprobe von Eckhard Fisseler
„Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung“
Herausgeber: Hans Nietsch Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

den, sind ebenso geschädigt wie die Hühner. Beim Verzehr solcher Eier überträgt sich die - in vielfacher Hinsicht - kranke Qualität auf den Menschen.

Gleiches lässt sich zum Fleisch, zur Wurst, zur Milch und zu allen Milchprodukten sagen, sofern die Tiere gemästet, überzüchtet, einem Dauerstress aus Licht, Lärm oder Enge ausgesetzt oder unter großen Todesängsten geschlachtet werden. Die Art heutiger Tierhaltung ist in den meisten landwirtschaftlichen Betrieben mithin nicht allein ein ethisches Problem, das Tierschützer zu Recht auf den Plan ruft, sondern wirkt auch schädigend auf die Gesundheit des ganzen Volkes.

Da der Körper stets um Ausgleich bemüht ist, versucht er überschüssige Säuren so weit wie möglich zu neutralisieren. Hierzu benötigt er vor allem Calcium. Da bei einem andauernden Säureüberschuss das im Blut vorhandene Calcium jedoch nicht ausreicht, wird Calcium aus dem Knochengewebe abgebaut. Das führt mit der Zeit zur Knochenentkalkung, die Knochen verlieren ihre Festigkeit (Gerüstsubstanz) und verformen sich, die Gelenke funktionieren nicht mehr reibungslos, sodass im fortgeschrittenen Stadium jede Bewegung zur Qual wird. Von diesem unter der Bezeichnung Osteoporose bekannten Leiden sind Millionen älterer Menschen betroffen; Tendenz steigend. Insofern spielen auch bei dieser häufigen und ausgesprochen schmerzhaften Krankheit die Säuren eine ausschlaggebende Rolle.

Leider ist den wenigsten Ärzten dieser Ursachenmechanismus wirklich klar, da sie sich insgesamt viel zu wenig mit der Ernährung beschäftigen. Anstatt fundierte Informationen darüber zu liefern, welche Nahrungsmittel am besten geeignet sind, die Übersäuerung abzubauen, empfehlen sie dem Osteoporose-Kranken ausgerechnet (säurebildende) Milchprodukte als Calciumspender. Sie schauen lediglich in der Ernährungstabelle nach, welche Nahrungsmittel den höchsten Calciumgehalt aufweisen und verschreiben ansonsten chemisch isoliertes Calcium in Tablettenform.

Leseprobe von Eckhard Fisseler
„Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung“
Herausgeber: Hans Nietsch Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Bei dieser Therapie steht nicht die Übersäuerung, also die eigentliche Ursache, im Vordergrund, sondern das Symptom, nämlich der dadurch hervorgerufene Calciummangel. Da auf diese Weise der Krankheitsprozess nicht gestoppt werden kann, hält man die Osteoporose für unheilbar. So wächst die Zahl der chronisch kranken, schmerzgeplagten, bewegungseingeschränkten, arzt- und pflegeabhängigen Erdenbürger jährlich beträchtlich weiter, und dies nur, weil der therapeutische Ansatz nicht stimmt.

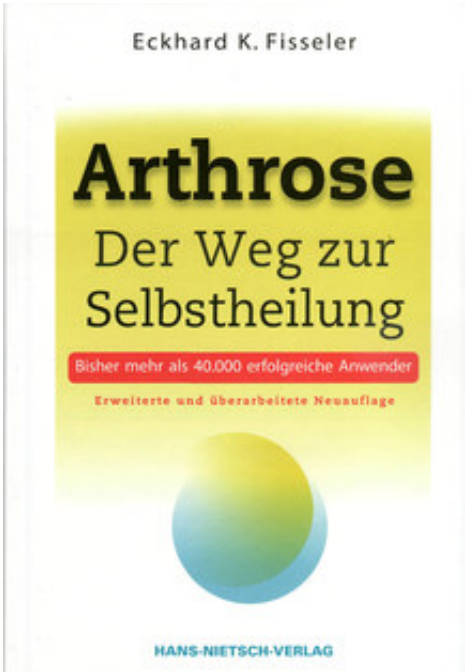
Die meisten Menschen ernähren sich falsch. Sie bieten ihrem Körper vielfach Stoffe an, die an allen Ecken und Enden zu Störungen führen, sodass das körpereigene Regulationssystem pausenlos Höchstleistungen vollbringen muss, um das Schlimmste zu verhüten. So ist es eine Frage der Zeit, bis die ersten Erschöpfungserscheinungen in Form von Übergewicht, Verdauungsstörungen, Völlegefühl, Gelenk- und Gliederschmerzen, Diabetes, Gallen- und Nierensteinen, Leberverfettung und vielen anderen Störungen sichtbar werden.

All diese typischen Zeitleiden, die die Sozialkosten immer weiter in die Höhe treiben, könnten ohne ein einziges Medikament, ohne eine einzige aufwändige Untersuchung - allein durch Aufklärung - vermieden werden. Da jedoch zunächst die Ärzte in diesem Punkt einer grundlegenden Aufklärung bedürfen, was uns weitaus schwieriger erscheint, als dem Patienten derartige Zusammenhänge plausibel zu machen, wird die Zahl der chronisch Kranken vorläufig noch weiter wachsen.

Seelische Ursache

Bei genauerer Betrachtung kann jedoch selten allein die Ernährung als Ursache für die meisten Zivilisationserkrankungen verantwortlich gemacht werden. Vielmehr liegt der eigentliche Grund im Seelischen, denn die Seele ist das Ausdrucksorgan für die Eigenschaften

Leseprobe von Eckhard Fisseler
„Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung“
Herausgeber: Hans Nietsch Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0



Eckhard Fisseler

Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung

220 pages, relié
publication 2016

acheter maintenant

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain
www.editions-narayana.fr