Hydroxypathie – so wird der Körper wieder bioverfügbar



Was macht man, wenn der Körper so stark intrazellulär übersäuert ist, dass es über die Ernährung nicht mehr ausgeglichen werden kann? Wie kommt man gegen Toxine an, die von Erregern ausgestoßen werden und Zellen sowie extrazelluläre Matrix übersäuern?

Es gibt Situationen, in denen die Übersäuerung so weit fortgeschritten ist, dass die Zellen bereits ihre negative Ladung verloren haben. In dem Fall ist es sehr schwer bis unmöglich, die Zellen mit Mineralien zu versorgen, da sich die positive Ladung der Zellen mit der positiven Ladung der Mineralien abstößt.

Ich habe neulich einen Artikel zur Entsäuerung geschrieben, in dem ich auf die bio-chemischen Hintergründe der latenten Übersäuerung und die verschiedenen Möglichkeiten der Entsäuerung eingegangen bin. Hier möchte ich ganz explizit auf eine ganz spezielle Form der Entsäuerung und Entschlackung mittels Hydroxypathie eingehen, die sich bei sehr starker Übersäuerung bewährt hat und eine gute Grundlage für weitere Therapien bildet. Da die Methode auch Nachteile hat, würde ich vorher sorgfältig abwägen und nur bei gravierender Übersäuerung in Betracht ziehen.

Übrigens gibt es aus schulmedizinischer Sicht weder eine Verschlackung, noch eine Übersäuerung. Maßnahmen zur Entgiftung, Entschlackung und Entsäuerung entstammen der Komplementär- oder Alternativmedizin, für deren Wirksamkeit es keine gesicherten wissenschaftlichen Erkenntnisse gibt.

Die Zellen bioverfügbar machen

Die Hydroxypathie ist eine Prätherapie, die das richtige Milieu für nachfolgenden Therapien erzeugt. Es handelt sich dabei um den „zielgerichteten Einsatz von Hydroxidionen (OH^-) und Wasserstoffionen (H^+) in einer hexagonal strukturierten Wassermatrix zur Regulierung des physiologischen Säure-Basen-Haushalts und zur Einstellung eines therapierfähigen Milieus.“ (vgl. Fischer, Ronald,

Hydroxypathie – Auf dem Weg zum bioverfügbaren Menschen. Grundlagen des magneto-quantischen Feldes)

Durch das Basenkonzentrat gelangen negativ geladene Hydroxidionen (OH^-) in die Zellen, die sich mit den positiv geladenen H-Ionen in den Zellen verbinden.

Dies hat zwei Vorteile:

- Aus dieser Verbindung entsteht neutrales Wasser, welches Schlacken aus der Zelle transportieren und den Pischinger Raum (Extrazellulärraum) regenerieren kann.
- Die Zelle wird negativ gepolt, so dass die Ionenkanäle der Zelle wieder positiv geladene Mineralien aufnehmen können.

Die pH-Verschiebung innerhalb und außerhalb der Zelle bewirkt also einen Ladungsaustausch und das Lösen und Abtransportieren von Schlacken. Die so neutralisierten Zellen können wieder am Stoffwechselprogramm des Körpers teilnehmen und tragen zur Verstärkung der Immunabwehr bei. So sollen Schmerzen ebenso verschwinden wie Entzündungen.

Herstellung und Wirkungsweise

Aus Wasser lassen sich sowohl saure, als auch basische Lösungen erzeugen. Denn Wasser besteht aus zwei Teilen Wasserstoff mit positiver Ladung (H^+ H^+) und einem Teil Sauerstoff mit negativer Ladung (O^-). Wendet man nun elektrochemische Scheideprozesse an, so entstehen H^+-Ionen und OH^--Ionen, die durch einer Wasseraufbereitung zu einer stabilen H^+-Säure (pH2) und einer stabilen OH^--Base (pH12) werden können. Damit kann man im Rahmen von Ionenaustauschprozessen den Körper entweder basisch oder sauer machen.

Basische Hydroxid-Lösung (OH-Lösung, Basenkonzentrat)

Die basische Hydroxidionenlösung besteht aus Wasser und Halitsalz. Es handelt sich dabei um ionisiertes Wasser mit einem pH-Wert von knapp über 12, dem durch Elektrolyse das positive Proton (H^+) entzogen wurde. Durch ein spezielles

Verfahren wurden die basischen Bestandteile des Wassers (Hydroxydionen) in Microcluster eingebunden.

Die Lösung besitzt einen extrem hohen Anteil an Hydroxidionen (OH^-) sowie eine ausreichend negative Spannung, um in protonenlastige Zellen zu gelangen.

In der Zelle verbinden sich die OH-Ionen mit H-Ionen (Protonen) zu Wasser. Denn saure Zellen ziehen mit ihrem starken positiven Potential die negativ geladenen hexagonalen Wassercluster mit den maskierten Hydroxidionen wie einen Magneten an. Über die Zellmembran gelangen sie in das Innere der Zelle und verbinden sich dort mit überschüssigen Protonen zu Wasser. Beladen mit Schlackeresten und Giften verlässt das Wasser danach wieder die Zelle. Die im Extrazellulärraum befindlichen Mineralien können nun wieder verstoffwechselt werden. Auch Säuren, die sich im extrazellulären Raum befinden, werden neutralisiert.

Die Hydroxidionenlösung wirkt auch antioxidativ als Oxidans- und Radikalfänger. Denn enzymatisch stabilisierter Wasserstoff kann ein zusätzliches Elektron aufnehmen. In dieser Formwirkt er im Energiestoffwechsel als wichtiger Elektronenüberträger, der reaktive Sauerstoffspezies (Oxidantien und Radikale) inaktiviert. Denn diese besitzen ein Elektronendefizit und suchen sehr aggressiv nach Elektronenspendern in den Körperzellen. Das (H^-) gibt bereitwillig sein Elektron an das Oxidans bzw. Radikal ab und verhindert so die Elektronenplünderung in den Zellen. Oxidativer Stress kann dadurch vermindert werden.

Saure Hydrogen-Lösung (H-Lösung, SanaCid)

Die saure Hydrogen-Lösung (H^+) wird aus Wasser und Kochsalz hergestellt und weist eine hohe Anzahl von Wasserstoffionen auf. Sie hat einen pH-Wert von 2,2 – 2,5 und tötet unerwünschte Mikroben ab. Denn mit Säuren werden Milieus geschaffen, die den pathogenen Keimen die Lebensgrundlage entziehen.

Durch den Herstellungsprozess werden vier leistungsfähige Oxidantien gebildet, die sich in einem fortlaufend ändernden Konzentrationsverhältnis zueinander befinden: Sauerstoff (O_2), Chlordioxid (ClO_2), Ozon (O_3) und Wasserstoffperoxid (H_2O_2). Diese Oxidantien wirken gegen die unterschiedlichsten Erreger und als

Symbiose wirken sie gegen alle gemeinsam. Für bakterielle Erreger gibt es keine Möglichkeit, sich auf die metastabile Lösung einzustellen und wirkungsvolle Abwehrkräfte dagegen auszubilden.

Die H-Lösung wurde von verschiedenen Laboren auf ihre Verträglichkeit und Unbedenklichkeit geprüft:

- Dr. Lehn, Institut für medizinische Mikrobiologie und Hygiene, Universität Regensburg
- Dr. med. Frösner, Max von Pettenkofer-Institut, Ludwig-Maximilian-Universität München
- med. Yoss, Dermatest-Institut Münster
- Prucha, Institut für Hygiene und Umwelt, Lollar
- Ecoworld Laboratories Consulting GmbH, Wien
- Dr. Exner, Institut für Hygiene und öffentliche Gesundheit, Universität Bonn

Sie wird bei akuten Zuständen zur Trinkwasseraufbereitung, Schimmelbekämpfung und Reduzierung pathogener Keime eingesetzt.

Kombination beider Lösungen in der Schaukel-Therapie

Beide Lösungen werden auch im Wechsel in der Schaukel-Therapie (ZIST / Zeolith-indizierte-Schaukel-Therapie) gegen Erreger eingesetzt. Laut Ronald Fischer ist sie vor allem bei chronisch persistierenden Erregern wie z.B. Borrelien, Herpesviren, Chlamydien und Mykoplasmen interessant. Dabei wird das Säure-Basenmilieu mehrmals täglich hin und her gewirbelt. Durch die ständige Milieuänderung versagen so die Schutzmechanismen chronischer Keime und können sich nicht länger dem Zugriff des Immunsystems entziehen. Sie werden dadurch nach und nach dezimiert.

Die Basenkur

Eine Basenkur mit der OH-Lösung dauert mindesten 30 bis max. 90 Tage am Stück. Dabei trinkt man täglich vor dem Frühstück und vor dem Abendessen ein kleines Glas (25 ml) auf nüchternen Magen, damit es nicht den pH-Wert der Magensäure erhöht. Die Lösung kann auch im Verhältnis 1:4 mit Wasser verdünnt

werden (25ml Lösung auf 100ml Wasser und sofort trinken), ohne die Wirkung zu verringern.

Sinnvoll ist eine begleitende Entgiftung z.B. mit Zeolith, um Gifte und Schlacken auszuleiten, die sich durch die Trinkkur lösen. Beste Ergebnisse werden erzielt, wenn die Regulation abends mit der H-Lösung abgerundet wird.

Mögliche Nebenwirkungen sind ein leichtes Brennen in der Speiseröhre, Magenverstimmungen oder Durchfälle.

Geschmacksdiagnose

Über den individuell erlebten Geschmack beim Trinken des Basenkonzentrats kann man Stoffwechselveränderungen erkennen. Denn das Geschmacksempfinden gibt einen Hinweis auf das Organ, an dem der Stoffwechsel nicht gut reguliert ist. Im Laufe der Basenkur verändert sich der Geschmack in der Regel.

Geschmack	Organ
Leicht salzig	Keins – alles in Ordnung
Stark salzig	Bindegewebe und Muskulatur
Bitter, metallisch	Nieren
Ammoniak, Lauge	Harn- und Blasensystem
Fischig	Leber
Faule Eier, schwefelig	Galle
Süß	Endokrines System, Bauchspeicheldrüse
Chlor, essigsauer	Magen-Darm
Scharf, brennend	Herz und Blutkreislauf
Neutral	Starke Belastung durch Nikotin, Opiate, Alkohol oder Tumorerkrankung

Fazit

Die Hydroxypathie arbeitet mit Wasserstoff, welches sich als Energiespeicher und Hauptakteur im Energiestoffwechsel der Atmungskette auszeichnet.

Die Wasserstofftherapie ist in meinen Augen ein spannendes, neues Feld, das sich therapeutisch bei chronischen Erkrankungen als vielversprechend erweist. Saure Zellen sind kranke Zellen. Wenn chronisch persistierenden Erregern ihre Toxine über Jahre in einem Körper ausgestoßen haben, dann hat sich oft eine starke intrazelluläre Übersäuerung mit verschlacktem Pischinger Raum eingestellt, die allein über Ernährung oder Nahrungsergänzungsmittel nicht mehr reguliert werden kann.

Allerdings stellt die Basenkur mit OH-Wasser auch eine Belastung für den Organismus dar. Sie kann zwar Zellen schnell in den basischen Bereich bewegen, um die negative Zellladung wieder herzustellen und den Extrazellulärraum zu entschlacken. Jedoch muss die Lösung vorher den Magen passieren, der ja sauer sein sollte. Bei mir hat das OH-Wasser leider zu einer Verringerung der Magensäure geführt. Eine Nebenwirkung, die ich nur bei extremer Übersäuerung in Kauf nehmen würde.

Gegen Erreger kann daran anschließend eine ZIST-Schaukeltherapie mit abwechselndem OH-Wasser und H-Wasser dabei helfen, pathogene Keime zu eliminieren. Ich persönlich bin aber eher der Fan davon, Erregern das Milieu zu entziehen und das Immunsystem zu stärken, als die Erreger abzutöten. Denn wir leben in einer Welt mit vielen Keimen, es kommt immer wieder zu Neuinfektionen und nur ein gutes Immunsystem kann uns vor Re-Infektion schützen.

Aber um darüber schreiben zu können habe ich sowohl die Basenkur als auch die Schaukeltherapie gemacht und kann sagen, dass die Kur einem einiges abverlangt. Da eine latente Übersäuerung sehr schwer zu messen ist, kann ich nicht mit vorher/nachher-Werten aufwarten. Ich kann nur sagen, dass ich seit drei Jahren versuchte, der erreger- und toxinbedingten Übersäuerung in meinem Körper zu begegnen. Anfangs konnte ich mich nicht einmal einen halben Tag lang streng basisch ernähren, ohne mich vielfach übergeben zu müssen. Wenn man wie ich jahrzehntelang unerkannt an einer chronischen Borreliose litt, ist man so übersäuert, dass jede Basenkur zur Qual wird. Ich hatte mich in den vergangenen drei Jahren daher sehr langsam und mit extrem sanften Mitteln der Engiftung und

Entsäuerung gewidmet. Die dann anschließende Basenkur war Gott sei Dank nicht schlimm, auch wenn ich deutlich spürte, dass sich etwas in mir tat. Ich hatte vor allem Probleme mit zu wenig Magensäure (typisches Hashimotosymptom). Manchmal hatte ich Kopf- und Bauchschmerzen und ich war müder als sonst. Am auffälligsten war ein trockener Husten, mit dem ich vermutlich über die Lunge CO2 entgiftet habe. Die ZIST-Schaukeltherapie habe ich dagegen richtig gut vertragen, aber ich muss sagen, dass ich zu dem Zeitpunkt auch keine nachweisbaren Borrelien mehr in mir hatte.

Die größten Veränderungen merke ich daran, dass ich nun viel mehr Appetit auf basische Ernährung habe. Alkohol interessiert mich gar nicht mehr, viel Fleisch ist mir nicht mehr wichtig und Wurst mag ich auch nicht mehr. Stattdessen dürstet es mich nach frischen Kräutern in großen Mengen. Auch grüne Smoothies vertrage ich nun sehr viel besser. Und ich kann Mineralien besser aufnehmen. Insofern ist die Hydroxypathie nach Ronald Fischer eine gute Basistherapie, wenn man es mit einer sehr starken Übersäuerung zu tun hat. Wer dafür einen Therapeuten sucht, kann hier fündig werden.

Quellen

Fischer, Ronald, Hydroxypathie – Auf dem Weg zum bioverfügbaren Menschen. Grundlagen des magneto-quantischen Feldes

---

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: pixabay.de

Entsäuerung – der Weg zu chronischer Gesundheit



Was erhält den Gesunden gesund und macht den Kranken krank? Sind es Erreger, die uns doch alle gleichermaßen umgeben? Oder ist es das Milieu, was die Grundlage für Gesundheit oder Krankheit schafft?

„Die Mikrobe ist nichts, das Milieu ist alles!“ sprach Antoine Béchamp im 19. Jahrhundert und wiedersprach damit der Theorie Louis Pasteurs, der in dem Erreger den um jeden Preis zu bekämpfenden Feind sah. Béchamp ging davon aus, dass sich Mikroben (=Mikroorganismen wie Bakterien, Pilze, Algen, Protozoen, ggf. Viren) je nach Milieu in die Form verwandeln, die gerade benötigt wird. Ist das Milieu basisch, wie es außer in wenigen Organen sein sollte, bilden die Mikroben aerobe Mikroorganismen, die Sauerstoff umsetzen und regenerative Prozesse anstoßen. Saure Stoffwechselprodukte werden abgebaut, damit Gewebe und Zellen wieder basisch werden. Füllen wir jedoch laufend Saures nach, bleibt das Milieu sauer. Dieser Zustand sollte eigentlich nur im Todesfall vorherrschen, denn in diesem Fall verwandeln sich ein und dieselben Mikroben in anaerobe, degenerative Keime, die Stickstoff umsetzen und die Arbeit des Verfalls anstoßen. Die Mikroben übernehmen also beide Aufgaben, je nach Milieu (vgl. Hannes).

Das Bekämpfen der Erreger im sauren Milieu macht aus dieser Sicht wenig Sinn, da ja immer weitere Erreger nachfolgen würden, um die (fälschlicherweise) erforderlichen, degenerativen Prozesse zu verrichten. Will man den Körper mit seinen Erregern nicht permanent bekämpfen, bleibt dieser Theorie zufolge nur die Milieuänderung. Denn wie sagte schon Nobelpreisträger Dr. Otto Warburg: „Keine Krankheit kann in einem basischen Milieu existieren, nicht einmal Krebs!“

Exkurs zu den Anfängen der Mikrobiologie

Die Mikrobiologie wurde Anfang des 19. Jahrhunderts in Frankreich begründet und im Wesentlichen von zwei gegenläufigen Meinungen geprägt.

Zum einen war da der Chemiker, Biologe, Mediziner und Bakteriologe **Louis Pasteur** (1822-1895), der zu dem Schluss kam, dass Krankheit durch das Einatmen gefährlicher Erreger verursacht werde und daher dem Zufall unterliege. Diese Erreger seien mit allen Mitteln zu bekämpfen und vorbeugend mit Schutzimpfungen zu verhindern. Insofern ist er bis heute ein wichtiger Wegbereiter für die pharmazeutische Industrie.

Eine ganz andere Perspektive der Mikrobiologie stammt von seinem Landsmann **Pierre Jaques Antoine Béchamp** (1816-1908). Er war ein französischer Mediziner, Biologe und Pharmakologe, der mit Hippokrates konform ging, dass Krankheiten in uns und durch uns entstehen. Er entdeckte die Mikrozyme (= kleinste Einheit des Lebens mit der Fähigkeit zur Gärung) und zeigte mikroskopisch, wie sie sterbende Zellen verließen und sich zu Bakterien oder Viren zusammen schlossen. Er fand heraus, dass Mikroben (=Mikroorganismen) die Form wechseln können und sich von Viren zu Bakterien oder Pilzen umwandeln können. Dieser Prozess funktionierte auch in die andere Richtung, so dass aus Pilze, Hefen, Bakterien oder Viren auch wieder Mikrozymen und Körperzellen werden konnten. Diese Fähigkeit von Mikroorganismen zur Weiterentwicklung, Veränderung ihrer Form und Funktion je nach Umgebung und Bedarf nennt man Pleomorphismus. Voraussetzung für die Umwandlung ist das passende Milieu im Körper, welches durch Ernährung, aber auch durch Gefühle und die seelische Verfassung entsteht. Denn er war es, der den Ausspruch prägte „Le microbe, c'est rien, le milieu, c'est tout!" („Die Mikrobe ist nichts, das Milieu ist alles!"). Keime waren gemäß Béchamp also nichts Feindliches von außen, sondern die Voraussetzung allen Lebens.

Während Pasteur bis heute in aller Munde ist und das Fundament unserer Schulmedizin bildet, ist es vor allem die Naturheilkunde, die sich langsam wieder an die Lehren Béchamps erinnert.

Der Säure-Basen-Haushalt

Übersäuerung ist in aller Munde und Basenmittel gibt es wie Sand am Meer. Befasst man sich jedoch ein wenig genauer mit der Materie, stellt man fest, dass vieles davon chemisch nicht funktionieren kann. Denn die Prozesse in und um die

Zelle werden nicht nur durch den pH-Wert der einzelnen Stoffe, sondern auch durch ihre Ladung gesteuert. Da es so viel Halbwissen zu diesem Thema gibt, gehe ich im Folgenden ein wenig intensiver auf die biochemischen Zusammenhänge ein. Das mag auf den ersten Blick langweilig klingen, hilft aber dabei, sich selbst ein Bild machen zu können.

Der pH-Wert (potentia hydrogenii) gibt die Konzentration der Wasserstoffionen in einer Flüssigkeit an. Je höher die H-Konzentration, desto niedriger ist der pH-Wert. Außerdem steigt die positive Ladung mit sinkendem pH-Wert. Eine saure Zelle ist also eine positiv geladene Zelle und umgekehrt.

Exkurs: Wasserstoff, Protonen, Hydroxidion, Säuren, Basen

Wasserstoff ist ein chemische Element mit dem Symbol H (lat. hydrogenium = Wassererzeuger).

Protonen sind Elementarteilchen mit positiver Ladung. Als Wasserstoffionen (H^+) bestimmen Protonen den pH-Wert von wässrigen Lösungen.

Das **Hydroxidion** (OH^-) ist ein negativ geladenes Ion, das entsteht, wenn Basen mit Wasser reagieren.

Säuren bestehen aus organischen oder anorganischen Verbindungen, die (nach Broensted) in wässriger Lösung Protonen (H^+) abgeben können und (nach Lewis) die Fähigkeit besitzen, ein freies Elektronenpaar zu binden (Elektronenpaarakzeptor).

Basen (Laugen) sind chemische Verbindungen, die (nach Broensted und Lowry) Protonen aufnehmen und binden können sowie (nach Lewis) ein freies Elektronenpaar besitzen (Elektronenpaardonator). Sie können mit Säuren basische, neutrale oder saure Salze bilden, wobei Wasser entsteht.

Um Überleben zu können, muss unser **Blut** einen pH-Wert von +/-7,35 aufweisen. Wenn ich von Übersäuerung spreche, meine ich nicht die respiratorische bzw. metabolische Azidose oder Azidämie des Blutes, denn dies ist sozusagen das Endstadium eines langen Prozesses. Übrigens gibt es aus schulmedizinischer Sicht weder eine Verschlackung, noch eine Versäuerung. Maßnahmen zur Entgiftung, Entschlackung und Entsäuerung entstammen der Komplementär- oder Alternativmedizin, für deren Wirksamkeit es keine gesicherten wissenschaftlichen Erkenntnisse gibt. Es geht hier im alternativmedizinischen Sinne um die latente oder chronische metabolische Azidose, bei der der Blut-pH innerhalb des Normbereiches nur geringfügig zum Sauren hin verschoben ist, die Pufferkapazität des Blutes jedoch deutlich vermindert ist (vgl. Vormann).

Säuren sind zunächst einmal nicht problematisch, sondern erfüllen im Organismus wichtige Funktionen. Problematisch werden sie erst dann, wenn sich Protonen mit anionischen Bindungspartnern (Sulfat-, Chlorid- und Phosphorverbindungen) zu starken anorganischen Säuren (Salzsäure, Phosphorsäure und Schwefelsäure) und Ammoniak verbinden. Sulfate nimmt der Körper in Form von Eiweißen, Konservierungsstoffen und Würzmitteln zu sich, Chloride in Form von Salz und Mineralwasser und Phosphate durch Milch, Fleisch, Lebensmittelzusatzstoffe und Dünger. Diese aggressiven Verbindungen können den Körper schädigen, wenn auf Dauer mehr davon zugeführt als ausgeschieden werden und somit die Pufferreserven weniger werden. Anorganischen Säuren sind im Gegensatz zu organischen Säuren nicht-metabolisierbare, fixe Säuren, die der Körper nach einer Pufferung mit Kalium, Natrium, Magnesium, Calcium oder Ammonium (bei Kaliummangel) über die Nieren ausscheiden muss (vgl. Jacob).

Der Körper verfügt über umfangreiche **Puffersysteme** als Ausscheidungswege, um Stoffwechselsäuren zu neutralisieren oder zu entsorgen. Diese existieren auf intra- und extrazellulärer, sowie auf organischer Ebene. Mit den Lungen können über das Abatmen von CO2 flüchtige Säuren entsorgt werden, die Leber baut Stoffwechselsäuren ab und die Nieren leiten fixe Säuren aus. Kommt es zur dauerhafte Überlastung mit Säuren, stoßen aber auch diese gut funktionierenden Puffersysteme an ihre Grenzen und verlieren an Kapazität. Ist der Basenanteil dauerhaft zu niedrig, spricht man von Übersäuerung (vgl. Jacob).

Um die Pufferkapazitäten im fließenden Blut zu schonen, lagert der Körper Säuren laut Jacob zunächst im **Bindegewebe** ab. Das nach Prof. Pischinger benannten interstitielle Bindegewebe, auch Pischinger Raum, Grundsubstanz oder extrazelluläre Matrix genannt, dient der Grundregulation zwischen Zelle und Milieu. Hier spielen sich auch alle Entzündungs- und Abwehrvorgänge ab und anhaltende Störungen der Grundregulation führen zu Krankheiten. Im Pischinger Raum werden Nährstoffe und Sauerstoff in die Zelle transportiert und umgekehrt Stoffwechselprodukte auf dem Weg aus der Zelle zwischenlagert. Bei falscher Lebensweise kommt es zur Verschlackung der extrazellulären Matrix. Denn die Pufferkapazität für Zellsäuren hängt von der Anzahl der freien OH-Gruppen ab, die u.a. als Zwischendepot für saure Zwischenprodukte fungieren. Je größer der Kohlenhydratanteil des Bindegewebes (und je geringer der Aminosäureanteil aus Nahrungseiweiß) ist, desto größer ist die Anzahl an freien OH-Gruppen, was den

Zusammenhang mit der Ernährung erklärt. Eine **Bindegewebsübersäuerung** liegt nach F.F. Sander vor, wenn die basischen Pufferreserven im Blut schon teilweise verbraucht sind, es aber noch nicht zu einer pH-Wert-Veränderung gekommen ist. Dadurch werden körpereigene Reserven angegriffen und Mineralsalze, die in Knochen, Knorpeln und Zähnen eingelagert waren, geplündert (vgl. F. F. Sander). Der Kaliumverlust des Muskelgewebes wird wiederum durch die Aufnahme von Protonen kompensiert. Es kommt zur Demineralisierung mit allen Folgen, wodurch auch schleichende Entzündungen im Gewebe gefördert werden (vgl. Jacob).

Der chronologische und geographische Ursprung der stoffwechselbedingten Übersäuerung liegt nach Fuchs et. al. jedoch in der **Zelle**. Bei der **intrazellulären Übersäuerung** kommt es zu einem Spannungswechsel der Zellflüssigkeit. Die gesunde Zelle verliert ihre leicht negative Spannung von ca. -60mV, wenn sie sauer wird. Sie verändert sich in Richtung Nullpunkt oder bekommt eine positive Ladung. Eine Übersäuerung korreliert zudem meist auch mit intrazellulären Kalium- und Magnesiummängeln (vgl. Fuchs, Thilo-Körner, Kuklinski sowie Neidert).

Wie kommt es zur latenten Übersäuerung?

Fuchs bemerkte sehr treffend, dass der Mensch nicht krank wird, weil ihm Medikamente fehlen, sondern weil metabolische Dysbalancen auftreten. Übersäuerung entsteht nach Béchamp durch falsche Ernährung, Gefühle und seelische Verfassung. Hastiges Essen unnatürlicher Lebensmitteln ist heutzutage ein großes Problem.

Zucker, Milcheiweiße (Milch, Joghurt, Käse), tierische Fette (Fleisch, Wurst, Fisch, Eier), Weißbrot, Mineralwasser, Dünger, Alkohol, Nikotin, Aromen, Konservierungsmittel und Lebensmittelzusatzstoffe haben viel zu oft einen krankmachenden Anteil an unserer Ernährung. Schon ein leichter Mangel an Vitaminen und Spurenelementen kann die intrazelluläre Enzymkapazität einschränken und zu einem Anstieg an zellulären Säuren führen (vgl. Fuchs, Thilo-Körner, Kuklinski).

Mangelnde Bewegung führt oft zu verflachter Atmung und vermindertem CO2-

Ausstoß.

Stress, Smog, Elektrosmog, Strahlenbelastung, Medikamente und chronische Erkrankungen führen zu einer dauerhaft erhöhten Sympatikusaktivität und einer latenten Azidose, die mit einer vermehrten Ausschüttung von Entzündungsmediatoren und Erschöpfungszuständen einhergehen (vgl. Heine).

Diagnose einer latenten Übersäuerung

Die Diagnose von Störungen des Säure-Basen-Haushalts ist nicht einfach, da der Urin-pH-Wert im Tagesverlauf natürlicherweise zwischen 5,0 und 7,5 schwankt und u.a. von den Mahlzeiten abhängig ist. Sander hat mit dem Übersäuerungs-Test eine Messung der Pufferkapazität des Urins entwickelt, die noch heute angewendet wird. Wichtig ist eine Messung im Tagesprofil. Eine einfach Anleitung für einen Selbsttest findet sich darüber hinaus bei Dr. Jacobs.

Die Bestimmung des pH-Wertes im Blut und Gewebe ist sehr aufwändig, eine bekannte Methode ist die venöse Bluttitration nach Jörgensen und van Limburg Stirum. (vgl. Jacob)

All diese Tests sind noch nicht ausreichend in Studien untersucht worden, können aber zusammen mit der Symptomatik wichtige Hinweise treffen (vgl. Dr. Jabcobs Institut).

Folgen für den Organismus

Chronisch Erkrankte haben eines gemeinsam, sie sind **übersäuert**. Damit verfügen sie über zu viele Protonen, die dazu führen, dass sich der Pischinger Raum verdichtet und es zu Stockungen und Starre im Fluidum des Lebens kommt. Hannes vergleicht dies mit einem stehenden Gewässer, welches in den Gärzustand übergeht und daher überwiegend anaerobe, degenerative Mikroorganismen hervorbringt (vgl. Hannes).

Übersäuerte Zellen leiden an der Unpassierbarkeit ihrer Ionenkanäle, da sie über eine positive Ionen-Ladung verfügen. Da auch **Mineralien** positiv geladen sind und sich gleiche Ladungen abstoßen, ist die Aufnahme wertvoller Mineralien im sauren Milieu stark verringert (vgl. Neidert).

Aus diesem Grund können Basenpulver, die vorwiegend aus Mineralstoffen bestehen, nicht den Stoffwechsel einer übersäuerten Zelle aktivieren. Denn die deutliche Überzahl an Protonen (H+) in der Zelle führt dazu, dass die Ionenkanäle bildlich verkleben. Dadurch bricht der Zellstoffwechsel zusammen und es entstehen Krankheiten (vgl. Fischer).

Die Übersäuerung führt auch dazu, dass Hormonrezeptoren resistent werden können und es zu **Therapieblockaden** kommen kann.

Hinzu kommt, dass Nervenenden empfindlich auf Spannungswechsel reagieren und es zu einem gesteigerten **Schmerzempfinden** im sauren Milieu kommt (vgl. Neidert).

Laut Dr. Joachim Mutter besitzen die meisten Entgiftungsmittel (wie z.B. DMPS) im basischen Milieu eine bessere Bindungsfähigkeit zu Schwermetallen. Umgekehrt können diese durch Entgiftungsmittel gebundenen Schwermetalle im basischen Milieu auch besser ausgeschieden werden. Im sauren Gewebe kann es passieren, dass z.B. DMPS ein Quecksilber-Ion wieder abgibt, bevor es den Körper verlässt, es also zu **Rückvergiftungen** kommt.

Laut Fischer folgt auf eine metabolisch inaktive Zelle eine ganze Kaskade an Symptomen und Krankheiten:

- Akut kommt es zu Verspannungen, Krämpfe, Kopfschmerzen, Unwohlsein, Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Energieverlust, Muskelübersäuerung.
- Im chronischen Stadium kommen Entzündungen, Demineralisierung, Beeinträchtigung des Immunsystems, Arthritis, Rheuma oder Fibromyalgie hinzu.
- Die Folgen der Demineralisierung können Knochenschwund, Herzinfarkt und Schlaganfall sein.
- Infolge des beeinträchtigten Abtransportes von Giftstoffen kann es zu Rheuma, Gicht, Arthritis, Überlastung der Nieren, Arteriosklerose, Herzinfarkt und grauem Star kommen.
- Schließlich bricht das Immunsystem zusammen, die Abwehrkräfte versagen gegen das Eindringen von Erregern, was wiederum zur Übersäuerung führt – ein Teufelskreis (vgl. Fischer).

Wege aus der Übersäuerung

Wie entsäuert man nun also wirksam? Nach dem oben gelernten, hängt es von der Ladung der Zelle ab. Ist sie noch negativ geladen, kann man sie mit einer basenüberschüssigen Ernährung oder mit Mineralien auf Citratbasis sehr schön entsäuern.

Reines Natron (Natriumbikarbonat) reagiert dagegen mit der Salzsäure des Magens zu Kochsalz, was die Magenschleimhaut nach und nach schädigt. Natron sowie auch Calciumkarbonat alkalisieren bei Dauereinnahme das Darmmilieu und können so die Darmflora schädigen. Insofern verstärken sie auf Dauer noch die Ammoniak- und Säurebelastung des Körpers (vgl. Jacob).

Bei neutraler oder positiver Ladung, kann man die Zelle über den Weg der Ernährung nicht mehr erreichen, denn basische Nahrungsmittel und Präparate haben als Grundlage Mineralstoffe wie Kalium, Calcium und Magnesium mit einer positiven Ladung, die von den sauren, positiv geladenen Zellen abgestoßen werden. In diesem Fall muss die Zelle erst wieder bioverfügbar gemacht werden, indem ihre negative Ladung erhöht wird. Hierzu gibt es spannende Ansätze aus der Wasserstofftherapie bzw. Hydroxypathie.

Die folgenden Ansätze werden nur kurz angerissen, da man eine solche Therapie am Besten mit einem Therapeuten durchführt. Auf einige Ansätze werde ich in späteren Blogartikeln genauer eingehen.

Prävention

Die von Bodo Kuklinski empfohlene LOGI-Kost (Low Glycemic and Insulinemic Diet) nach Dr. Nicolai Worm ist eine Ernährung zur Förderung niedriger Blutzucker- und Insulinspiegel. Sie ist arm an Kohlehydraten und reich an gesunden Fetten wie Leinöl, Bio-Kokosöl und Butter. Es ist eine wunderbare Methode, die einem die Augen für eine gesunde Ernährung öffnet und sich ausgezeichnet in ein aktives Leben integrieren lässt. Das Buch Die Anti-Stress-Ernährung. Mehr Power für die Körperzellen. Die LOGI-Methode zur Stressbewältigung von Uschi Eichinger und Kyra Hoffmann bietet neben dem entsprechenden Hintergrundwissen auf Zellebene auch einen sehr ansprechenden Rezeptteil. Weiter Informationen und eine Ernährungspyramide finden sich auf der Webseite von Dr. Worm.

Leichte Übersäuerung

Basenfasten

Das zeitlich begrenzte **Basenfasten** ein- oder zweimal im Jahr ist eine wirksame Methode, um den leicht übersäuerten Körper zu entsäuern, entschlacken und dabei noch abzunehmen. Es ist eine milde Form des Fastens mit Obst, Gemüse, Kräutern und Pflanzenölen, die den Körper weniger beansprucht als das klassische Heilfasten. Eine sehr schöne Anleitung dazu bietet das Buch Basenfasten – das Gesundheitserlebnis von Sabine Wacker und Dr. Andreas Wacker.

Gerson-Therapie

Die **Gerson-Therapie** nach Dr. Max B. Gerson setzte eine salzarme und sehr kaliumreiche, pflanzenbasierte Ernährung, die größtenteils aus Rohkost besteht gegen verschiedene Erkrankungen ein. Sie ist anspruchsvoller als das Basenfasten und wird auch begleitend in der Krebstherapie eingesetzt. Die Normalisierung der Natrium-Kalium-Konzentrationen und eine Aktivierung der Natrium-Kalium-Pumpe erfolgt dabei durch körperliche Aktivität, sehr viel Rohkost, und die Nahrungsergänzung mit Kalium und Jod. (vgl. Gerson)

Mineralstofftherapie

Ein weiterer wichtiger Baustein sind **Mineralstoffe auf Citratbasis,** die bei der Verstoffwechselung basisch wirken und die Depots wieder auffüllen. Mineralstoffe aus organischen Verbindungen werden generell besser in den Körper aufgenommen als aus anorganischen, wobei Salze aus der Citronensäure (Citrate) eine hohe Bioverfügbarkeit aufweisen. So leisten gerade Citrate einen wichtigen Beitrag zum Erfolg einer Mineralstoffsubstitution (vgl. Vormann).

Dr. Jacobs empfiehlt bei Mangel die basischen Vitalstoffe Kaliumcitrat, Calciumcitrat und Magnesiumcitrat zu substituieren und ergänzt sie mit rechtsdrehender Milchsäure aus natürlicher Fermentation (vgl. Jacobs).

Starke Übersäuerung

Wenn die Zellen aufgrund latenter Azidose bereits eine positive Ladung aufweisen, sind sie für positiv geladenen Mineralien aus Supplementierung oder

basischer Ernährung nicht mehr erreichbar. Sie haben quasi ihre Bioverfügbarkeit eingebüßt.

Hydroxypathie

Eine sehr wirksame Kur bei positiver Zellladung stellt die Hydroxypathie nach Ronald Fischer dar. Die von ihm entwickelte Hydroxid-Ionen-Lösung dient der Gewebe- und Zellentsäuerung. Dieses Basenkonzentrat mit einem pH-Wert von knapp über 12 wirkt dabei zellulär und extrazellulär. Es schleust basische, negativ geladene Hydroxidionen (OH-) in die Zellen, die sich mit den sauren, positiv geladenen H-Ionen innerhalb der Zellen verbinden, wodurch neutrales Wasser entsteht. Der positive Effekt besteht also auf zwei Ebenen, zum Einen entsteht aus dieser Verbindung neutrales Wasser, welches Schlacken aus der Zelle transportieren kann und zum Anderen ist die Zelle wieder negativ gepolt, so dass die Ionenkanäle der Zellen wieder positiv geladene Mineralien aufnehmen können.

Es handelt sich dabei um ionisiertes Wasser, welches durch eine spezielles Verfahren die basischen Bestandteile des Wassers (also die Hydroxyd-Ionen) in Microcluster einbindet. Die darin enthaltenen Elektronenüberschüsse reagieren aufgrund der Bindung in einer Clusterstruktur nicht sofort auf freie Protonen im Magen, sondern können sich auch im restlichen Organismus verbreiten (vgl. Fischer). Weitere Informationen dazu findet Ihr in meinem Blogartikel zur Hydroxypathie.

Molekularer Wasserstoff

Molekularer Wasserstoff (H_2) ist ein relativ junges, aber vielversprechendes Thema in der Medizin. Es wirkt auf der einen Seite antioxidativ auf oxidativen Stress und freie Sauerstoffradikale und unterstützt auf der anderen Seite die Energieerzeugung in den Mitochondrien (vgl. IFOS). H_2 kann die Verhaltensweisen von entzündungs-, allergie-, zelltod- und oxidationsfördernden Proteinen hemmen oder verändern. Diese Proteine sind an vielen chronischen oder akuten Erkrankungen beteiligt. Molekularer Wasserstoff kann als Gas eingeatmet, als Wasserstoffwasser getrunken, als Infusion injiziert oder als Bad transdermal angewendet werden. Nebenwirkungen sind nicht bekannt, auch nicht bei langjähriger Anwendung (vgl. Nicolson et al.).

NADH – der biologische Wasserstoff

NADH ist die Abkürzung für Nicotinsäureamid-Adenin-Dinucleotid, wobei das H für energiereichen Wasserstoff steht. NADH ist ein Zwischenprodukt von Niacinamid (Vitamin B3) und wird auch Coenzym 1 genannt. Es dient dazu, die Wasserstoff-Verfügbarkeit im Körper, insb. in den Zellen bzw. den Mitochondrien zu erhöhen. Außerdem ist es der wichtigste Träger von Elektronen bei der Oxidation von Molekülen, die Energie in den Zellen produzieren (vgl. Gnyedova).

NADH reagiert mit dem Sauerstoff in den Zellen und produziert dabei Wasser und Energie in Form von ATP (vgl. Birkmayer).

Bewegung & emotionale Entsäuerung

Durch die tiefe Atmung bei körperlicher Bewegung entgiftet der Körper CO2 über die Lungen. Leider neigen wir dazu, gerade bei Streß auf eine verflachte Atmung umzusteigen, was die Belastung für den Körper erhöht.

Auch der emotionale Aspekt darf nicht vernachlässigt werden und sollte eine biologische Entsäuerung begleiten. In unserem Sprachgebrauch kennen wir den Begriff „sauer“ sein. Jeder von uns hat jedoch die Wahl, wie er in einer entsprechenden Situation reagiert und wie sehr er Ärger an sich heran kommen lässt. Und glückt einem dies nicht immer, gibt es eine ganze Reihe von Entspannungstechniken, die Körper und Seele ausgleichen. Ein sehr schönes Buch zur emotionalen Entsäuerung ist Die Botschaft deiner Seele: Das 3-Säulen-Prinzip der emotionalen Entsäuerung von Kurt Tepperwein.

Fazit

Die Entsäuerung ist eine Grundlagentherapie, die den Stoffwechsel reguliert und somit als Türöffner für andere Therapien fungiert. Insofern ist sie ein wichtiger erster Schritt auf dem Weg zur Gesundheit.

Allerdings ist sie ab einem gewissen Säure-Basen-Ungleichgewicht alles andere als einfach. Ich verfolge dieses Ziel seit Beginn meiner ganzheitlichen Therapie und werde vermutlich für den Rest meines Lebens versuchen, mich basenüberschüssig zu ernähren. Als ich vor 2 ½ Jahren damit anfing, musste ich eine Basenfastenkur nach 3 Stunden wegen einer heftigen Heilkrise abbrechen. Mich plagten unfassbare Kopfschmerzen und ich hatte mich zu diesem Zeitpunkt

bereits sieben Mal übergeben. Jahrelange Fehlernährung und Stress im Beruf hatten ein Milieu geschaffen, in dem sich Erreger (in meinem Fall Borreliose & Co.) offensichtlich wohl fühlten. Diese stießen zudem saure Toxine aus, die das Problem potenzierten.

Allein kam ich aus dieser Situation nicht mehr heraus. Erst die Kombination diverser Ansätze brachte für mich den Durchbruch. Die Hydroxypathie mit dem Basenkonzentrat nach Fischer war ein wichtiger, erster Schritt und hat mir geholfen, meine Zellen sehr schnell zu entsäuern und wieder bioverfügbar zu machen. Die Kur verlangt einem einiges ab, bringt einen aber auch in kurzer Zeit weit nach vorne. Seitdem ernähre ich mich nach der LOGI-Methode und trinke täglich einen grünen Smoothie sowie viel stilles Quellwasser. Wir essen viel Bio-Rohkost, wenig Fleisch ausschließlich vom Weiderind oder Bio-Geflügel und verzichten komplett auf Gluten, Casein, Soja, raffinierten Zucker & Salz sowie industriell erzeugte Lebensmittel. Ich ergänze meine Ernährung durch NADH und Mineralien auf Citratbasis und stelle sicher, dass ich mich mindestens dreimal pro Woche ausgiebig an der frischen Luft bewege. Und ich versuche, mich nicht mehr stressen zu lassen. Meine Arbeit als freie Autorin und Gesundheitscoach ist natürlich nicht ansatzweise so stressig, wie mein früherer Job als Marketingmanager eines NASDAQ-Unternehmens und ich möchte wirklich nie mehr tauschen.

Heute bin ich überzeugt, dass es mit meinem jetzigen Lebensstil gar nicht erst zu meiner Erkrankung gekommen wäre. Ich folge damit Béchamp, der sagt, dass Krankheit aus Übersäuerung entsteht, sowie Enderlein, der davon ausgeht, dass uns Erreger auf eine Störung im Körper aufmerksam machen.

Leider fangen die meisten Menschen erst an auf sich zu achten, wenn sie bereits erkrankt sind. Sie sehen die Krankheit dann meist als etwas an, was per Zufall zu ihnen gekommen ist. Erst im Verlauf einer chronischen Erkrankung lernt man jedoch, diese als Hinweis anzunehmen und seinen gesamten Lebensstil zu hinterfragen.

Und das ist der wichtigste Schritt auf dem Weg nach oben.

Quellen & Links

Béchamp, Antoine: The Blood and its Third Anatomic Element, 1912

Birkmayer, Georg: NADH – Der biologische Wasserstoff, das Geheimnis unserer Lebensenergie, 2015

Eichinger, Uschi; Hoffmann, Kyra: Die Anti-Stress-Ernährung. Mehr Power für die Körperzellen. Die LOGI-Methode zur Stressbewältigung, 2016

Fischer, Ronald: Hydroxypathie. Auf dem Weg zum bioverfügbaren Menschen. Grundlagen des magneto-quantischen Feldes, 2016

Fuchs, Norbert; Thilo-Körner, Detlef; Kuklinski, Bodo: Nährstoff Akademie Salzburg, http://www.naehrstoff-akademie.com

Gerson, Charlotte, Gerson Institute, http://gerson.org/gerpress/the-gerson-therapy/

Gienow, Peter: Die miasmatischen Gesetze, 2006

Gierlinger, Michael; Lassek, Heiko: Blutdiagnostik und Bionforschung nach Wilhelm Reich, in: emotion 6/1984

Gnyedova, Oksana, Was ist NADH? http://www.was-ist-nadh.de/was-bewirkt-nadh.html

Hannes, Hendrik: Wege zur Gesundheit, 2012

Heine, Hartmut: Lehrbuch der biologischen Medizin: Grundregulation und extrazelluläre Matrix, 2006

Hume, Ethel: Pasteur Exposed – The False Foundations of Modern Medicine: Germs, Genes, Vaccines

Hume Ethel: Béchamp or Pasteur?: A Lost Chapter in the History of Biology, 1923

IFOS – Internationale Fachakademie Oxidativer Stress e.V., http://www.wasserstofftherapie.de

Jacob, L. M.: Dr. Jacobs Weg des genussvollen Verzichts. Die effektivsten

Maßnahmen zur Prävention und Therapie von Zivilisationskrankheiten

Kalokerinos, A.; Dettman, G.: Second Thoughts about Disease: A Controversy and Béchamp revisited, in: Jl. Intl. Acad. Preventive Medicine 4(1), July 1977

Neidert, Jens: Informationsportal Biologische Medizin, www.biologischemedizin.net

Nicolson, Garth L.; de Mattos, Gonzalo Ferreira; Settineri, Robert; Costa, Carlos; Ellithorpe, Rita; Rosenblatt, Steven; La Valle, James; Jimenez, Antonio; Ohta, Shigeo: Clinical Effects of Hydrogen Administration: From Animal and Human Diseases to Exercise Medicine, in Internation Journal of Clinical Medizin 7/2016

Pearson, R. B.: The Dream and Lie of Louis Pasteur

Pischinger, Alfred: Das System der Grundregulation, 2004

Sander, Friedrich F.: Der Säure-Basen-Haushalt des menschlichen Organismus und sein Zusammenspiel mit dem Kochsalzkreislauf und Leberrhythmus, Stuttgart, 1985

Stossier, Harald: Die Bedeutung des Säure-Basenhaushaltes für den Knochenstoffwechsel, Curriculum oncologicum 04, 1996

Tepperwein, Kurt: Die Botschaft deiner Seele: Das 3-Säulen-Prinzip der emotionalen Entsäuerung, 2012

Vormann, Jürgen, Institut für Prävention und Ernährung, Prof. Vormann GmbH, http://www.saeure-basen-forum.de

Wacker, Sabine; Wacker, Andreas: Basenfasten – das Gesundheitserlebnis, 2009

Witasek, Alex, et al.: Einflüsse von basischen Mineralsalzen auf den menschlichen Organismus unter standardisierten Ernährungsbedingungen, Erfahrungsheilkunde 8, 1996

Worlitschek, Michael: Original Säure-Basen-Haushalt, 2000

Worm, Nicolai, LOGI-Methode, http://www.logi-methode.de

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: chilcutte @ pixabay.de