Thomas Chrobok

Codex Humanus - 5 Bände - Das Buch der Menschlichkeit

Leseprobe

Codex Humanus - 5 Bände - Das Buch der Menschlichkeit

von Thomas Chrobok

Herausgeber: Vitaminum ProLife

Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

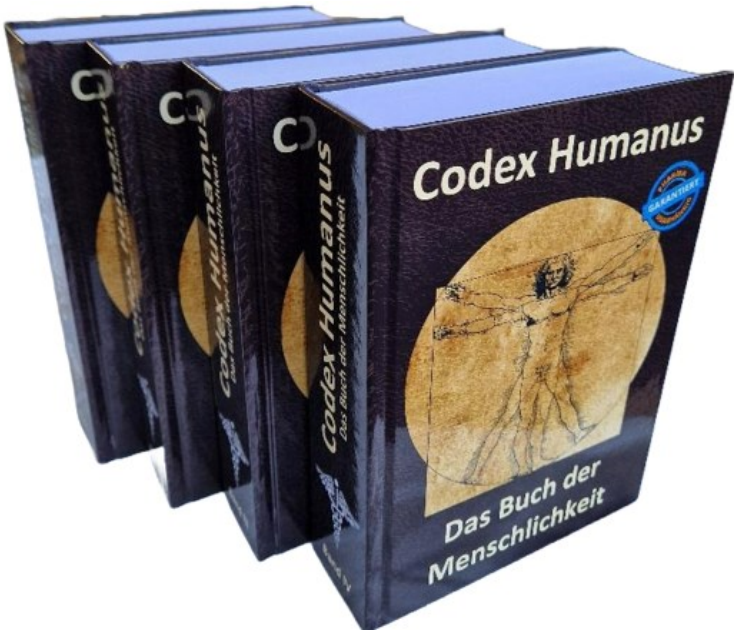
Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

LESEPROBE

Codex Humanus-das Buch der Menschlichkeit

(4. Auflage – Mai 2024)



Copyright © 2024 Vitaminum ProLife

Alle Rechte vorbehalten: dieses Buch darf nicht mal auszugsweise ohne Zustimmung des Autors kopiert werden. Haftungsausschluss: die in diesem Buch thematisierten Inhalte dienen ausschließlich der neutralen Information und allgemeinen Weiterbildung. Sie stellen weder eine Empfehlung, noch Bewerbung der beschriebenen oder erwähnten diagnostischen Methoden, Therapien oder Wirksubstanzen dar. Der Text erhebt trotz sorgfältiger Recherche weder einen Anspruch auf Vollständigkeit, noch kann die Richtigkeit, Ausgewogenheit oder Aktualität der dargestellten Informationen garantiert werden. Der Text ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker und er darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Arzt oder Therapeuten Ihres Vertrauens! Die Fa. Vitaminum Prolife e.Kfm. sowie ihre Autoren übernehmen keine Haftung für Schäden oder Unannehmlichkeiten, die sich aus der Anwendung der hier dargestellten Informationen ergeben. Impressum: Verfasser&Herausgeber ist Thomas Chrobok, Fa. Vitaminum ProLife e.Kfm., Hohler Weg26, 32760 Detmold

WIDMUNG

Die folgenden Ausschnitte stammen aus dem Buch „Codex Humanus“, das ich meiner Mutter gewidmet habe, einem wunderbaren, herzlichen Menschen, deren Martyrium primär zur Entstehungsgeschichte des „Codex Humanus“ und aller Bücher der Reihe „MEDIZINSKANDALE“ (Shop: www.vitaminum.net) beigetragen hat. Möge der Leser gesundheitlich maximal von dem Wissen darin profitieren, und ihr zu früher Tod damit nicht sinnlos gewesen sein!

Anmerkung:

Da es sich im Folgenden selbstredend um eine „Leseprobe“ für alle 4 Bände des „Codex Humanus – Buch der Menschlichkeit“ handelt, ist zwar der Übersicht halber das gesamte Inhaltsverzeichnis abgebildet, hier jedoch lediglich hinter dem Link (als blaue Schrift erkennbar) hinterlegten Textinhalte auch sichtbar, wobei die Seitenzahlangaben irrelevant sind. Weiterhin sind die freigegebenen Inhalte nur in Teilen einsehbar, da sie selbst dann sonst den Umfang einer Leseprobe bei Weitem sprengen würden.

Inhaltsverzeichnis (Band I)

Seite

I. EINLEITUNG……11

1.1. Was ist ein Codex Humanus……..…….....11
1.2. Ein kurzer Rückblick in die Historie des Codex Humanus…….....17
1.3. Die verheimlichten Krankheitsepidemien……...…….…...…….....21

II. ALLGEMEIN-Teil…….....30

2.Die tödlichen Manipulationen der Pharmaindustrie…….....30
2.1. 60.000 Tote jährlich aufgrund Medikamenteneinnahme…….30
2.2. Bis zu 90 Prozent der medizinischen Studien manipuliert…….....31
2.3. Pharma-Täuschung sorgt für Milliardenumsätze…..……32
2.3.1.Absolut vs. Relativ – Tricks, die Ärzte nicht durchschauen…….....39
2.3.2. Kontrollmechanismen der EU dreist umgangen…….....40
2.3.3. Der Freibrief der Justiz schützt das Pharma-Management……41
2.4. Der Lobbyismus und die „mafiösen Strukturen“...…….....45

3. Schulmedizin als Todesursache Nr. 1?……..52

3.1.Ärztefehler fordern allein in den USA 250 000 Tote jährlich……....53

3.2.Rettet ein Paradoxon unzählige Menschenleben?……..….....54

3.3. Die tödliche Abwärtsspirale der schulmedizinischen Medikation…….....59

3.3.1. Wenn Medikamente mehr Menschenleben fordern als alle Kriege zusammen……61

3.4. Wenn sich Unwissenheit mit Korruption paart…….....64

3.4.1. Das Nebengeschäft mit den Anwendungsbeobachtungen……...64

3.4.2. Die Fallpauschale – wenn der Patient zum "Rohstoff" wird……...67

4. Der Irrweg der Medizin und warum Medikamente niemals heilen (können)……...70

4.1. Medikamente – die untauglichen Plagiate der Naturheilmittel……70

4.2. Der Mensch geistig nicht in der Lage, Naturheilsubstanzen zu kopieren……....72

4.3. Ohne Kommunikation keine Heilung – die Rolle orthomolekularer Substanzen……..……..73

4.3.1. Was genau sind orthomolekulare Substanzen?.....74

4.4. Symptomorientierte Behandlung anstelle ursächlicher Heilung- das Umkehrprinzip der Logik durch die Schulmedizin……. ……...78

4.5. Der Mensch als zerlegbare Maschine ohne Zusammenhang…..... 88

4.6. Chronische Erkrankunge vs. metabolische Erkrankungen……. 92

5. Der alleinige Anspruch auf Heilung, der aber nicht heilt…….. 93

5.1. Verrat an hochkarätigen Kollegen……. 95

5.2. Die misseverstandenen Universalwerkzeuge in der Gestalt einzelner Naturheilsubstanzen……96

5.3. Pharma und Heilung – die Gegenprobe aufs Exempel…….....100

6. Als J.F. Rockefeller die Naturmedizin abschaffte……102

6.1. Das Patentwesen als die Wurzel des Bösen……...105

6.2. Die Verfolgung und Unterdrückung der unliebsamen Konkurrenz……108

7. Ihr Ärzte, Ihr Patienten – empört Euch!.....110

7.1. Komplementäre Medizin – oder aber die Lösung für all das Desaster……..114

8. Wie funktioniert Heilung eigentlich – Demystifizierung einer vermeintlichen

Abstraktion……120
8.1. Der Begriff „Heilung“ oder: Warum einfach, wenn es auch kompliziert geht?.....122
8.2.Unser Körper – das “Haus” in dem wir wohnen……126
8.3. Woraus besteht unser Körper, (das “Haus”, in dem wir wohnen)?……127
8.3.1. Die Körperzellen……127
8.3.2. Das Gewebe……....130
8.3.3. Die Organe……..131
8.3.4. Die Organsysteme……....131
8.3.5. Der Organismus…….....132
8.4. Die “Baumaterialien” und “Werkzeuge” unseres Körpers.....132
8.4.1. Aminosäuren (“Baumaterialien”+”Werkzeuge”)…….....135
8.4.2. Mineralien (“Baumaterialien”+”Werkzeuge”)……..... 136
8.4.3. Vitamine (“Werkzeuge”)…….....139
8.4.4. Enzyme (“Werkzeuge”)…….....141
8.4.5. Fettsäuren (“Baumaterialien” + “Werkzeuge”)……142
8.5. Vorbeugen ist besser als Heilen – wer früher und besser repariert, erkrankt seltener und lebt länger…….……144
8.5.1. „Imprägnierung & Co.“ – die ergänzende Optimierung unserer Standardwerkzeuge und Baumaterialien…….....145
8.6. Akuter Schaden – die Reparatur im Krankheitsfall……146
8.6.1. Der unumstößliche Beweis dafür, dass Krankheiten durch Vitalstoffe geheilt werden……..……...147
8.6.2. Unser Organismus – Reparatur im Selfmade-Verfahren……151
8.6.3. Um welche orthomolekularen “Baumaterialien” und “Werkzeuge” handelt es sich konkret?.....152
8.7. Wenn “Holzbretter”den Zement Ihrer Hauswand ersetzen sollen…….....153
8.8. Heilung entsteht immer im Inneren des Organismus…….....155
8.9. Die heilende Wirkungsintelligenz schwingeder Materie…….....163
8.9.1. Monologe vs. Dialoge innerhalb der Zellkommunikation…….....170
8.9.2. gestörter Informationsfluss führt zur Krankheit……171
8.9.3. Wechselwirkungen zwischen Medikamenten und Vitalstoffen….....173
8.10. Orthomolekularmedizin – die “Mutter” aller Therapien……..189
8.10.1. Selbstheilung ist in Wirklichkeit keine…….....195

8.10.2. Heilung (vermeintlich) ohne orthomolekulare Substanzen……....198
8.10.3. Orthomolekularmedizin – therapeutisch aber auch prophylaktisch wirksam……...202
8.11. Die drei Heilungskomponenten und ihre konkrete Wirkungsweise…….203
8.11.1. Heilungskomponente "Reparatur" (Erneuerung von Gewebe)……204
8.11.2. Heilungskomponente "Immunabwehr"……211
8.11.3. Heilungskomponente "Regulation"…….....212

9. Kritik an "alternativer Medizin" mangels Ganzheitlichkeit…… 218
10. Der katastrophale Nährstoffverlust in unserer Nahrung…….. 220
11. Das Heilfasten und die Vitalstoffmangel-Falle……. 226
12. Das Kuriosum um Nährstoffempfehlungen, Dogmen und Realität…….. 227
12.1. Fehlende Aufklärung der staatlichen Fachorganisationen und Bildungsträger……... 231
12.2. Die grotesken Nährstoffempfehlungen von Fachgesellschaften… 233
12.3. Vitamin-Mangelerscheinungen vs. chronische Vitamin-Mangelerkrankungen…….. 239
12.4. Was ist von der Abrede zu halten, Nahrungsergänzungen seien sinnlos?... …….. 243
12.5. die folgenschwere "Vitamine schaden"-Lüge…… 246
12.6. Annäherung an eine realistische Nährstoffempfehlungen…….. 247
12.7. Hypervitaminosen - Panikmache, oder was davon zu halten ist?..... 250
13. Wechselwirkungen von "Vitalstoffen"…… 257
14. Direkte Alternativen zu Medikamenten…….276
14.1. der fehlende Blick der Mediziner über den schulmedizinischen "Tellerrand" hinaus…….282

III. HAUPTTEIL

15. Heiltherape- / Präventionskonzepte…….286
15.1. Herzerkrankungen und Herzinfarkt – Todesursache Nr.1……..288
15.1.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Herz-Kreislauf-Erkrankungen……...297
15.2. Krebs – Todesursache Nr.2……....301

15.2.1. Wirkstoff-Wirkungstabellen Krebs……..312
15.3. Diabetes – offizielle Todesursache Nr.3…….324
15.3.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Diabetes……330
15.4. Schlaganfall – Todesursache Nr.4……...337
15.4.1. Wirkstoff-Wirkungstabellen Schlaganfall……..343
15.5. Artriosklerose…….351
15.5.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Arteriosklerose……...…363
15.6. Bluthochdruck (Hypertonie)…….. 366
15.6.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Bluthochdruck……...369
15.7. Arthrose…… 375
15.7.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Arthrose……382
15.8. Arthritis / Rheuma…….385
15.8.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Arthritis/Rheuma……..392
15.9. Anti-Aging /Reverse-Aging……396
15.9.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Anti-Aging/Reverse-Aging……375
15.10. Allergien……...418
15.10.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Allergien……..424
15.11. Depressionen, Ängste, Burnout……430
15.11.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Depressionen, Ängste&Burnout…..436
15.12. Alzheimer / Demenz……....442
15.12.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Alzheimer&Demenz……448
15.13. Adipositas / Übergewicht…….451
15.13.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Adipositas/Übergewicht……..458
15.14. Asthma und Bronchitis…….461
15.14.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Asthma und Bronchitis……472
15.15. Impotenz…. ……479
15.15.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Impotenz…….485
15.16. Migräne & Kopfschmerzen……...488
15.16.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Migräne&Kopfschmerzen……503
15.17. Pilzerkrankungen……...507
15.17.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Pilzerkrankungen……..540
15.18. Borreliose……..544
15.18.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Borreliose…….551

16. Wirkstofftabellen…….. 553
16.1. Wirkstofftabelle Osteoporose…… 553

16.2. Wirkungstabelle Morbus Bechterew…….. 554
16.3. Wirkstofftabelle Gicht /Hyperurikämie……...555
16.4. Wirkstofftabelle Prämenstruelles Syndrom……..556
16.5. Wirkstofftabelle klimakterische Beschwerden……. 557
16.6. Wirkstofftabelle Harnsteine……558
16.7. Wirkstofftabelle Harnwegsinfektionen……559
16.8. Wirkstofftabelle Neurodermitis……...560
16.9. Wirkstofftabelle Schuppenflechte (Psoriasis) ……. 561
16.10. Wirkstofftabelle Akne……... 562
16.11. Wirkstofftabelle Herpesinfektionen……...563
16.12. Wirkstofftabelle Haarausfall…… 564
16.13. Wirkstofftabelle Hepatitis…… .565
16.14.Wirkstofftabelle Colitis Ulcerose und Morbus Crohn…… 566
16.15.Wirkstofftabelle Hämorrhoiden……. 567
16.16. Wirkstofftabelle Multiple Sklerose (MS)…… 568
16.17. Wirkstofftabelle Fieber…….. 569
16.18. Wirkstofftabelle Infektionen…….. 570
16.19. Wirkstofftabelle Schmerzen…….. 571
16.20. Wirkstofftabelle Schlafstörungen……... 572
16.21. Wirkstofftabelle Konzentrationsstörungen…… 573

17.Alpha-Liponsäure……....575
18.Bromelain(Ananas)……..630
19.Aroniabeere……663
20.Astragalus…….....689
21.Beta-Carotin…….....731
22.Colostrum……....756
23.Curcumin(Kurkuma)……821
24.Propolis……....858
25.Papain(Papaya)……894
26.VitaminC(Camu-Camu)……....937

Inhaltsverzeichnis (Band II)

Seite

2. DHEA…….1016
3. DMAE……1039
4. Ginkgo……1051
5. Glucosamin&Chondroitin…….. 1096
6. Gotu Kola…….. 1126
7. Granatapfel…… 1142
8. Grapefruitkernextrakt…… 1188
9. Grüner Tee……..……. 1244
10. kolloidales Gold…… 1297
11. kolloidales Silber…… 1340
12. Kombucha…… 1386
13. Laetril (Vitamin B17)……..… 1437
14. Lapacho…… 1471
15. Acetyl-L-Carnitin……. ...1524
16. L-Carnosin……..1584
17. Melatonin……....1615
18. MMS……...1672
19. Omega 3 Fettsäuren……1704
20. OPC……....1766
21. organisches Germanium…….....1834

Inhaltsverzeichnis (Band III)

Seite

1. Gelée Royal……..1873
2. Coenzym-Q10……..1888
3. Resveratrol……..... 1946
4. Rooibostee…….. 1979
5. Selen……... 2016
6. Silicium (Kieselsäure)…….. 2071
7. Spirulina……..……. .2127
8. Stevia…….....2183

9. Strophanthin……...…….2235
10. Vitalpilze / Heilpilze……..2273

10.1. Reishi……...2279

10.2. Shiitake…….2300
10.3. Maitake…….2313
10.4. Hericium……...2324
10.5. Polyporus……..2331
10.6. Coriolus……2334

11. 5-HTP……...2339
12. Astaxanthin……...…….2367
13. DMSO…….. 2432
14. L-Arginin…….. 2463
15. Magnesium……2503
16. Vitamin D……...2551
17. Zeolith……2597
18. Hanf……..……...2628
19. Entsäuern/Entschlacken……2678

20. Schlusswort…….2780

21. Index …….....2782

Inhaltsverzeichnis (Band IV)

Seite

1. Einleitung……...…….....5
1.1. Against all odds – Fortsetzung folgt!.....5
1.2. Die acht Bausteine der Nahrungsergänzung…….....96
1.3. mein „Aha-Wow"-Erlebnis – das Selbstexperiment……...99
2. Wirkstoff-Wirkungstabellen……...103
2.1.Wirkstoff-Wirkungstabelle Impotenz…….……..105
2.2 Wirkstoff-Wirkungstabelle Herzkreislauferkrankungen…106
2.3. Wirkstoff-Wirkungstabelle Krebs…….….....107-108
2.4. Wirkstoff-Wirkungstabelle Diabetes..……109-110
2.5. Wirkstoff-Wirkungstabelle Schlaganfall...……..111-112
2.6. Wirkstoff-Wirkungstabelle Bluthochdruck……113-114

2.7. Wirkstoff-Wirkungstabelle Arthrose…….……115-116
2.8. Wirkstoff-Wirkungstabelle Arthritis/Rheuma….....117-118
2.9.a. Wirkstoff-Wirkungstabellen Arteriosklerose…….....119
2.9.b. Fortsetzung W-W-Tabelle Arteriosklerose……120
2.10.1.Wirkstoff-Wirkungstabelle Anti-/Reverse Aging
primäre Faktoren…….....120
2.10.2.Wirkstoff-Wirkungstabelle Anti-/Reverse Aging
sekundäre Faktoren…….121
2.11 a. Wirkstoff-Wirkungstabelle Kopfschmerzen/Migräne..122
2.11 b. Fortsetzung W-W-Tabelle Migräne/Kopfschmerzen..123
2.12. Wirkstoff-Wirkungstabelle Depressionen, Ängste,
Burnout…….124
2.13. Wirkstoff-Wirkungstabelle Allergien..….....125-126
2.14. Wirkstoff-Wirkungstabelle Alzheimer/Demenz.....127-128
2.15. Wirkstoff-Wirkungstabelle Adipositas…….129-130
2.16. Wirkstoff-Wirkungstabelle Pilze…….....131-132
2.17a. Wirkstoff-Wirkungstabelle Asthma/Bronchitis.....133-134
2.17b. Fortsetzung W-W-Tabelle Asthma/Bronchitis…..135-136
2.18. Wirkstoff-Wirkungstabelle Covid-Virus…….137
2.19. Wirkstoff-Wirkungstabelle Post Vaccine……...…….138
3. PQQ……...…….……....139
4. Nicotinamid- Mononukleotid (NMN)…….154
5. Alpha-Ketoglutarat (AKG)…….....198
6. Fisetin…....…….....216
7. Spermidin...……...227
8. Ashwagandha……..284
9. Sulforaphan….……334
10. Quercetin...…….…….353
11. Ginseng……..368
12. Mariendistel (Silymarin)...……...……396
13. Goji-Beere……...…….....412
14. Teufelskralle……. ……432
15. Katzenkralle...……...……..452
16. Weihrauch...…….....465
17. Jiaogulan…….....484

18. Fo-Ti……..……..……...…….511
19. Yams-Wurzel…….....524
20. Ingwer……540
21. GABA…….…….....570
22. Yohimbin……590
23. Capsaicin…….....600
24. Magnolienrinde….……...623
25. Artemisinin…….....647
26. Knoblauch……...669
27. Bentonit……..……690
28. Mumijo……...713
29. Nattokinase……740
30. Kollagen……..760
31. Maquibeere……..809
32. Taurin…….. …...826
33. Hyaluronsäure……860
34. Bor / Borax……883
35. Oregano-Öl……916
36. Pterostilbene……....947
37. Wasserstofftherapie – mein ganz besonderer Dank an Sie…..957
38. Anhang (Einnahmepläne von Experten)….……...978
39. Index Krankheiten……..996-1000

40. **Was meinen die Experten zu den Inhalten in unserem Buch?**

41. Ein Schlusswort

42. Bezugsquelle „Codex Humanus“-Bücher

CODEX HUMANUS, BAND I

I. Einleitung

1.1.Was ist ein Codex Humanus?

Was ist ein Codex Humanus, und wer, bitte sehr, braucht so etwas? Codex Humanus, übersetzt „Das Buch der Menschlichkeit“ oder „Das Buch für den Menschen“ oder auch „menschliches Buch“, versteht sich als ein längst überfälliges Pendant zu konventionellen Büchern, die Ihnen im Handel begegnen und – obwohl in tausendfacher Ausführung vertreten – letztendlich doch nur wiederholen, was offizielle Stellen unter der „Obhut“ der „Big Pharma“ an Informationen freigeben oder gar vorschreiben – dies zumeist rational trocken wie das Papier, auf dem sie gedruckt sind …

Der Codex Humanus ist anders!

Der Codex Humanus ist anders, er ist lebendig, authentisch und vor allem ehrlich. Er ist von sämtlichen verstaubten medizinischen Dogmen, Lobbyverbänden und Repressalien vonseiten des herrschenden medizinischen Establishments frei und dient mit seinen Informationen auf knapp 3000 Seiten ausschließlich der Menschheit – und nicht den Kassen der Pharmaindustrie, der oft korrupten Ärzteschaft oder gar den sogenannten Selbsthilfegruppen, die häufig nichts anderes sind als der verlängerte Arm der „Big Pharma“[1]!

Ich verspreche Ihnen, dass Sie gerade im wertvollsten Buch, das Sie jemals in der Hand hielten, lesen – und Sie werden gleich auch wissen, warum!

Unverblümt – und vor allem unzensiert – erfahren Sie die ganze WAHRHEIT zu Themen, die das wertvollste Gut eines jeden Menschen betreffen:

Ihre Gesundheit!

Das erklärte Ziel des Codex Humanus ist es, nach einer, wie ich meine, unabdingbaren Kurzanalyse der vorherrschenden Machenschaften der Pharmaindustrie, inklusive der verheerendsten „Todsünden“ der durch die Pharmaindustrie praktisch gänzlich eingenommenen Schulmedizin, sowie nach einem kurzen Abstecher

[1] https://www.youtube.com/watch?v=bVQ58hzbwWI.

in die politischen Gefilde, die diese Machenschaften von höchster Ebene des Landes aus überhaupt ermöglichen, sowohl dem hilfesuchenden Erkrankten als auch dem gesundheitsorientierten Menschen, der prophylaktisch vorbeugen möchte, exklusive, pharmaunabhängige, segensreiche Informationen preiszugeben – brisante Insider-Informationen, die zur Heilung bzw. sicheren Prävention unzähliger Krankheiten führen und exakt aus diesem Grunde niemals an die Öffentlichkeit gelangen sollten, ginge es nach Big Pharma, einem Großteil der Ärzteschaft und den Entscheidern dieses Landes.

Es handelt sich dabei um verheimlichte, denunzierte, nicht selten sogar verbotene Substanzen mit sprichwörtlich phänomenaler Wirkung. Eine Wirkung, die man übrigens tabuisiert hat exakt zu dem Zeitpunkt, als die Pharmaindustrie im Schulterschluss mit der Politik Krankheiten zum Politikum und Patienten zu Kunden erklärt hat.

Hierzu gehören die hilfreichsten Überlieferungen der traditionellen Ausrichtungen, mithin der traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), Ayurveda und der Indiomedizin, genauso wie neuesten Errungenschaften der modernen Molekularmedizin, Gerontologie und Biochemie. Es handelt sich faktisch um die Essenz einer Verschmelzung aus Tradition und Moderne aller Kontinente, Kulturkreise und Epochen. Erkenntnisse, die leider Gottes aus gutem Grund der Bevölkerung und selbst der konventionellen Ärzteschaft verheimlicht werden.

Vorausschicken möchte ich, dass ich die Ausführungen all dieser dogmeninhaftierten Figuren leid bin, die sich offenbar allein aufgrund eines akademischen Titels dazu berufen fühlen, ein Buch ausgerechnet zur Naturheilung zu verfassen, darin aber nicht viel mehr zu erzählen wissen als die Biologielehrerin der Sekundarstufe I, weil deren wichtigste Message offenbar von Anfang an darauf abzielt, darüber zu informieren, dass für alle Heilaussagen (außer natürlich, diese entstammen der Schulmedizin) vermeintlich keine evidenten Beweise vorlägen…

Wenn Böses das zu geltende Wissen schaf(f)t

Auch diesen Herrschaften habe ich im ersten Kapitel des Codex Humanus meinen kleinen Exkurs in Pharma-Lobbyismus gewidmet. Möge der eine oder andere hoffentlich danach begreifen, dass eine Wissenschaft, innerhalb derer eine „mafiöse Vereinigung“ im Schulterschluss mit den Entscheidern des Landes aus reiner Profitgier das zu geltende „Wissen“ schafft (bzw. durchsetzt), zu großen Teilen nicht das Papier wert ist, auf dem dieses niedergeschrieben wurde, und schon gar nicht die Todesopfer, die sie damit innerhalb der Medizin millionenfach verantwortet.

“Es gibt mehr zwischen Himmel und Erde, als die Schulweisheit uns träumen lässt.” (Shakespear)

Denn auch, wenn von der vermeintlich evidenzbasierten (erwiesenen) Wissenschaft bislang nur in einigen Punkten verstanden bzw. akzeptiert, ist das empirische (das erprobte) Wissen um die Wirkung unzähliger Heilsubstanzen aus gutem Grund seit teilweise Jahrtausenden in zahlreichen Kulturen verbreitet und hierdurch nicht nur innerhalb der Erfahrungsheilkunde felsenfest verankert, sondern durchaus in Abertausenden von modernen Studien und dem Therapiealltag von Abertausenden pharmaunabhängigen Ärzten, Therapeuten und Forschern hinreichend als wirksam erwiesen. Studien, die der konventionelle Arzt, Therapeut oder Wissenschaftler landläufig nicht kennt.

Zuweilen sind übrigens hundert Patientengeschichten, die sich ein sensibler, intelligenter Arzt im Verlauf seiner Berufslaufbahn angehört hat, sehr viel überzeugender, als ein großangelegtes Doppelblind-Forschungs-Projekt, das unter den Fittichen der Pharmaindustrie entsteht.

Der arrogante Anspruch der sich selbst als „evidenzbasiert" rühmenden Wissenschaftskreise (inklusive der Schulmedizin), etwas zu verstehen, bevor man es als existent ansieht, ist schlicht Nonsens. Ein kluger, patientenzugewandter Therapeut muss nicht verstehen, warum etwas funktioniert, um es zu akzeptieren und zu befürworten, sobald es funktioniert und dem Patienten hilft!

Und wenn wir schon beim Thema „Verstehen" sind, reicht es doch für einen intelligenten Menschen zu verstehen, dass der Mensch ein ganz kleines Lichtlein im Universum ist und dass uns Mutter Natur erst gar nicht mit dem entsprechenden geistigen Potenzial ausgestattet hat, um ihre Geschenke an uns in Form von Naturheilsubstanzen, für die sie selbst Abermillionen von Jahren Evolution benötigt hat, eben mal zu dechiffrieren und auf unnatürlichem Wege schädlicher Weise nachzuahmen.

Mein primäres Bestreben ist es mit diesem Buch den Leser zunächst für diese in sich schlüssigen Fakten zu sensibilisieren und im Anschluss für die phänomenal wirkenden Geschenke von Mutter Natur zu begeistern- ihn für diese im Optimalfall regelrecht zu faszinieren!

Einer Faszination gehen meiner Überzeugung nach allerdings stets zunächst das Verständnis des übermittelten Wissens und die absolute Logik bzw. Plausibilität voraus, die sich aus der verständlichen Erläuterung dieses Wissens beim Leser ergeben.

Physiologische Heilungsgrundlagen werden ohnehin ebenfalls stark auf geistiger Ebene gesetzt, wie Sie im späteren Verlauf noch anschaulich erfahren werden. Heilung sollte also möglichst vom Patienten verstanden werden, um „zelluläre Akzeptanz" zu finden und optimal physiologisch vonstatten zu gehen.

Eine Herausforderung dieses Buches sehe ich entsprechend darin, an sich komplexe biochemische Zusammenhänge so verständlich und plausibel wie möglich zu erklären und auf diese Weise im Optimalfall beim Leser einen Lerneffekt zu erzielen. Und weil mein Buch nicht von ungefähr Codex Humanus und

nicht etwa „Codex Expertus“ heißt, lege ich sehr großen Wert darauf, von jedem medizinischen Laien verstanden zu werden – aber auch Experten kann ich versprechen, dass sie nicht zu kurz kommen werden.

Die für mich größte Herausforderung im Rahmen dieses Vorhabens sehe ich allerdings darin, endlich den Begriff „Heilung“ (und damit auch automatisch „Prävention“) auf wenigen Seiten erklärt und auf den Punkt gebracht zu wissen.

Und zwar so, dass wirklich jeder Mensch unabhängig von dessen Bildungsstand und Erfahrungen bereits nach dem ersten Durchlesen des entsprechenden Kapitels im Stande sein wird, diese Grundlagen des wohl wertvollsten allen Wissens zu verstehen, umzusetzen und als überaus wichtiger „Wissens-Multiplikator“ seiner Familie, seinen Freunden, Nachbarn und Arbeitskollegen davon zu berichten, also sein erlangtes Wissen weiterzugeben.

Tun Sie dies bitte so intensiv, wie Sie es können, bevor auch dieses wertvolle Wissen der Zensur zum Opfer fällt und untergeht. Wie Sie sich denken können, bedarf es heutzutage nicht unbedingt einer Bücherverbrennung, um unbequeme Bücher für immer aus dem Verkehr zu ziehen…

Zu diesem Zweck werde ich mich immer wieder allerlei Stilmittel bedienen, u. a. zahlreicher Parallelen und Metaphern aus dem normalen Alltagsleben des Lesers, um den Leser stets dort abzuholen, wo er wissenstechnisch gerade steht.

Die Faszination für Vorbeugung und Heilung von Krankheiten seitens der Natur, samt entsprechend begründeter skeptischer Haltung gegenüber schulmedizinischer Medikation, die zwar im Einzelfall sehr hilfreich sein kann, leider aber, wie Sie noch anhand offizieller Statistiken sehen werden, unterm Strich mehr schadet, soll das Ergebnis all meiner Bemühungen sein, Vorbeugung und Heilung für jeden Leser zunächst begreifbar und unmittelbar danach greifbar werden zu lassen.

Denn erfahrungsgemäß muss man erst begreifen, bevor man nach etwas greift.

1.2. Ein kurzer Rückblick in die Historie des Codex Humanus

Den Codex Humanus sowie sämtliche Bücher meiner Reihe „Medizinskandale“ habe ich meiner verstorbenen Mutter gewidmet, deren Leidensgeschichte mit der Diagnose Klatskin-Tumor – einem seltenen Gallenwegstumor – begann und die nach entsprechendem Martyrium mit dem schulmedizinischen Status „als austherapiert entlassen“ wurde, was meine eigenen Recherchen innerhalb der Alternativmedizin einläutete.

"Verantwortlich ist man nicht nur für das, was man tut, sondern auch für das, was man nicht tut."
Laotse

Da ich meine Mutter sehr geliebt habe, habe ich Himmel und Hölle in Bewegung gesetzt, um das vermeintlich Unaufhaltsame abzuwenden. Mithilfe der sogenannten „alternativen Medizin" (welcher unpassender Begriff!) gelang es mir, ihr mit zahlreichen Natursubstanzen, die die Schulmediziner mit Aussagen von „evidenzlos" über „völliger Quatsch" bis hin zu „absolut gefährlich" quittiert haben, ihr Leben zum Erstaunen exakt dieser Ärzte um Jahre zu verlängern, dabei Dinge mit eigenen Augen zu sehen, die selbst der Mediziner nie für möglich gehalten hätte, wenn er sie nicht ebenfalls selbst gesehen bzw. im Blutbild gemessen hätte, und auf diesem langen Weg schlussendlich unfassbar wertvolle Erfahrungen zu sammeln, die bereits aus ethischen Gründen regelrecht danach schrien, eines Tages der Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt zu werden. Im Zuge meiner jahrelangen Recherchen habe ich die bittere Erfahrung machen müssen, dass ausgerechnet diejenigen Heilmethoden und Naturheilsubstanzen, die meiner Mutter am meisten geholfen haben, zugleich diejenigen sind, die am meisten unterdrückt werden.

Ich habe die Geschichte meiner Mutter bereits in meinem Buch „Medizinskandal Krebs" ausführlich niedergeschrieben, weshalb sich Wiederholungen an dieser Stelle erübrigen. Wie auch immer … Beim Schreiben meiner Bücher habe ich immer wieder das Gefühl, als führe sie die Feder, weshalb ich es für angebracht halte, dass Sie an dieser Stelle zumindest etwas über den „Co-Autor" erfahren.

Die erste Auflage des Codex Humanus erschien rückblickend im Jahre 2013 und wurde 2016 durch die zweite Auflage abgelöst, die sich u. a. neuesten Forschungserkenntnissen zu kolloidalen Metallionen, so kolloidalem Gold, Silber, Germanium und Silizium gewidmet hat. Hierbei handelt es sich um Natursubstanzen, die mit ihrem unschätzbar positiven Einfluss nicht einfach nur auf den Körper, sondern ebenfalls auf den Geist und die Seele wirken und so ein neues Zeitalter innerhalb der wirklich ganzheitlichen Vorbeugung und Therapie von Erkrankungen sowie der Altersprophylaxe einläuteten.

Während aber kolloidales Silber und Silizium innerhalb der EU bereits zu Therapiezwecken verkauft werden dürfen, bleiben dem organischen Germanium sowie seinem großen Bruder, dem kolloidalen Gold, von dem bereits Paracelsus behauptet hat, dass es das wichtigste Elixier für den Menschen sei, deren offizielle Anerkennung samt Zulassung verwehrt.

Deklariert und verkauft werden darf kolloidales Gold bei uns ausschließlich als „Experimentierwasser" oder aber für technische Zwecke. Dies, während die US-Amerikaner es, ähnlich wie das Germanium, als Nahrungsergänzung in jedem Drugstore erwerben können – was vorweg die zynische Frage aufkommen lässt: Verfügt der durchschnittliche US-Amerikaner etwa über einen anderen Organismus, einen anderen Stoffwechsel als der Europäer?

Leider keine Ausnahme, die die Regel bestätigen würde...

Schluss mit diesem Zirkus! Unsere Gesundheit, gar unsere Lebensdauer dürfen weder jetzt noch in Zukunft durch ärztliche Dogmen, Verordnungen oder Gesetze eingeschränkt werden – vielmehr sollten Sie im Informationszeitalter, das ständig neue Informationen liefert, stets von bewährtem, wenn auch oft leider unterdrücktem Wissen profitieren!

Kurz gesagt, wurde es 2016 Zeit für eine Neuauflage des Bestsellers Codex Humanus.

Neben Ergänzungen weiterer brillanter Naturheilsubstanzen sowie weiterer Wirkstoff-Wirkungs-Tabellen und Anpassungen an der einen oder anderen Stelle an den aktuellsten Stand der Forschung dürfen wir die Wirkung von Kolloiden (z. B. kolloidales Gold und Silber) nicht länger ignorieren. Eine Wirkung, von der manch ein Forscher behauptet, sie sei der Wirkung der Vitamine in der einen oder anderen Hinsicht um ein Vielfaches überlegen und könnte – richtig angewandt – unser Leben bei bester Gesundheit gar um mehrere Jahrzehnte verlängern!

Zugleich eine Wirkung, die in der Lage ist, die beim Menschen durch Impfungen und den Einsatz von Giften, z. B. Fluorid, degenerierte Zirbeldrüse im Hirn, die von kundigen Therapeuten ebenfalls als unser „drittes Auge“ bezeichnet wird, wieder zu regenerieren und uns unsere ursprüngliche, größtenteils verlorengegangene Intuition, unseren „siebten Sinn“, zurückzugeben.

Dass dies von „oben“ nicht gewollt sein kann, erschließt sich von selbst, handelt es sich doch exakt um diejenigen Eigenschaften, die uns unsere geistige Souveränität zurückgeben, was dazu führt, dass Menschen Bücher wie dieses hier lesen und selbstbestimmt Entscheidungen treffen, statt blind der „Herde“ zu folgen.

Dies also kurz zusammenfassend zur zweiten Auflage …

Was aber hat sich seit der letzten Auflage von 2016 getan, über das es dringend in der Ihnen vorliegenden aktuellen Auflage zu berichten gibt? Vieles – sowohl leider als auch glücklicherweise.

Die schlechten Nachrichten vielleicht zuerst – umso erfreulicher sollte dann der Übergang zu den erbaulichen Fakten im Anschluss sein. Dies geschieht nachfolgend in der Gestalt brisanter Informationen zu phänomenalen Naturheilsubstanzen, die uns vor Krankheiten und damit der Abhängigkeit von einem korrumpierten Gesundheits- bzw. Krankheitssystem schützen, leider aber uns und sogar unseren Ärzten vorsätzlich vorenthalten werden.

1.3. Die verheimlichten Krankheitsepidemien

Krebs und Medikamente in Konkurrenz um die Krone der Haupttodesursachen

Während der Klimawandel erwartungsgemäß weiterhin unaufhaltsam vorangeschritten ist und die Eisschmelze in der Arktis seit dem Erscheinen der letzten Auflage des Codex Humanus im Jahr 2016 messbar weiter zugenommen hat,[2] sehe ich einer anderen, parallel stattfindenden, für uns noch akuteren Negativentwicklung mit größerer Sorge entgegen, der leider Gottes im Gegensatz zum Klimawandel medial und politisch keinerlei Beachtung geschenkt wird, nämlich der Krankheit KREBS!

Betrachten wir die Entwicklung von Krebs in Deutschland und den übrigen Industrienationen nüchternen Auges, so erschließt sich jedem nur halbwegs intelligenten Menschen die Gewissheit, dass wir es beim Krebs mit einer regelrecht verschwiegenen Epidemie zu tun haben, die unser aller Leben hier und heute bedroht (während die fortschreitende Umweltzerstörung primär die Existenz nachfolgender Generationen gefährdet).

Nun aber konkret: als ich die erste Auflage dieses Buches 2013 fertigstellte und parallel dazu an meinem Buch „Medizinskandal Krebs" (erhältlich auf www.vitaminum.net) schrieb, berichtete ich über die zum damaligen Zeitpunkt bereits erschreckenden, offiziellen Krebsstatistiken, die besagten, dass **jeder dritte** Deutsche an Krebs erkrankt[3] und jeder vierte dieser schrecklichen Krankheit erliegt.

Lediglich sieben Jahre später, nämlich mit der Neuauflage dieses hier vorliegenden Buches, obliegt mir die unrühmliche Aufgabe, meiner Leserschaft die beängstigende Nachricht zu verkünden, dass sich die Zahlen seitdem geändert haben und aktuell katastrophaler Weise offiziell **jeder zweite** Deutsche bereits an Krebs erkrankt![4]

Um die bedrohliche Negativentwicklung, über die kaum jemand spricht, in ihrer Gänze zu erfassen, muss man dazu wissen, dass vor 100 Jahren nur jeder 80. an Krebs erkrankte, vor 50 Jahren war es dann bereits jeder 50. Heute also bereits jeder Zweite!

Die offizielle Erklärung jener der Pharmaindustrie hörigen Mainstream-Medien[5] und der staatlichen Institutionen, die offensichtlich den Zweck verfolgt, den geringen Anteil der Bevölkerung zu beruhigen, der etwas ahnt, lautet irreführend: *Eine immer älter werdende Gesellschaft führt automatisch zu steigenden Krebszahlen.*
Eine Aussage übrigens, die ebenfalls auf zahlreiche andere expandierende Krankheiten, etwa Herz-Kreislauf-

[2] https://www.br.de/klimawandel/eisschmelze-eis-polkappen-antarktis-arktis-100.html.

[3] https://www.swr.de/odysso/bitte-kein-krebs-kann-man-sich-vor-krebs-schuetzen/-/id=1046894/did=14975962/nid=1046894/1qs5z64/index.html.

[4] https://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/jeder-zweite-erkrankt-im-laufe-des-lebens-an-krebs-a-1182031.html.

[5] https://www.youtube.com/watch?v=bVQ58hzbwWI.

Erkrankungen, Diabetes, Demenz usw., bezogen wird.

„Man kann alle Leute einige Zeit und einige Leute alle Zeit, aber nicht alle Leute alle Zeit zum Narren halten." *(Abraham Lincoln)*

Um den Wahrheitsgehalt dieser (Falsch-)Aussage zu beurteilen, muss man sich allerdings nur kurz die Statistikdiagramme zur Entwicklung der Lebenserwartung auf Statista.com anschauen, die eindeutig aufzeigen, dass sich hinsichtlich der Lebenszeitverlängerung beim deutschen Volk seit 2012 kaum nennenswert etwas getan hat.[6]

Erwarten würde man zu dieser lebensbedrohlichen Krebsepidemie selbstverständlich unzählige mediale Berichterstattungen auf allen TV-Kanälen, intensive Debatten im Bundestag, drastische Gesetzesänderungen im Gesundheitssystem und strengste Auflagen für die Lebensmittelindustrie ohne größere Übergangsfristen auf der einen Seite sowie einen Aufschrei des empörten Volkes durch die Republik, Massendemos und Schülerproteste im Stil „Fridays for Future" (als Vorschlag: „Fridays for Now!") auf der anderen Seite. All dies wäre nun höchste Eisenbahn – doch FEHLANZEIGE!

Schaut man sich zudem die erschreckende Entwicklung anderer Erkrankungen an, die ebenfalls nicht selten tödlich enden, erkennt man das, was längst zu vermuten war – nämlich, dass Krebs lange keine Ausnahme der verschwiegenen Epidemien darstellt!

In Deutschland ist beispielsweise die Anzahl der Diagnosen von Asthma innerhalb von zehn Jahren um erschreckende 24 % gestiegen (von 2005–2014, laut Analysen von IMS Health).

Diabetes als weiteres Beispiel, an dem alle zehn Sekunden irgendwo auf dieser Welt ein Mensch verstirbt,[7] hat sich laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) allein in dem Zeitraum zwischen 1980 und 2012 von 108 Millionen auf 422 Millionen Betroffene nahezu VERVIERFACHT, was übrigens verdächtig mit dem Anstieg von Medikamenten am Markt korreliert.

Wie das Ärzteblatt berichtete, erkranken Kinder und Jugendliche, die mit Antidepressiva behandelt wurden, doppelt so häufig an einem Typ-2-Diabetes. Ergeben hat dies eine Kohortenstudie, nachzulesen in *JAMA Pediatrics* (2017; doi: 10.1001/jamapediatrics.2017.2896). Betroffen waren selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRI), Serotonin-Noradrenalin-Wiederaufnahmehemmer (SSNRI) und trizyklische Antidepressiva.[8]

„Was der Pöbel nicht weiß, macht ihn nicht heiß!" scheint die oben herrschende Devise zu lauten, die zu allem Übel

[6] https://de.statista.com/statistik/daten/studie/185394/umfrage/entwicklung-der-lebenserwartung-nach-geschlecht/.

[7] https://weltdiabetestag.de/diabetes-mellitus.

[8] https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/82979/Antidepressiva-als-Diabetesrisiko-bei-Jugendlichen.

auch noch aufzugehen droht.

Statt also wahrheitsgemäß sofort über die akute Lebensgefahr für jeden von uns samt erprobter Lösungsansätze zu informieren, verantwortungsvoll die eigene Bevölkerung vor einer wirklichen akuten Bedrohung, wie sie akuter gar nicht mehr sein kann, zu schützen, entsprechend dringend für Präventionsprogramme zu sorgen, die bereits im Kindergarten ansetzen sollten, in der Schule über Entgiftung, Entsäuerung, Antioxidantien, natürliche Zytotoxika und Immunmodulatoren von Mutter Natur zu unterrichten (noch bevor der im Verhältnis nichtige Satz des Pythagoras und die Relativitätstheorie überhaupt Erwähnung finden), parallel dazu der Industrie fristlose, strengste Richtlinien in Hinblick auf den Einsatz von Giftstoffen aufzuerlegen und der Pharmaindustrie, wie seinerzeit der Tabakindustrie, die Flügel zu stutzen, indem die Ärzteschaft schlicht per Gesetz dazu gezwungen wird, beim Thema Krebs (als guter Anfang) ganzheitliche Behandlung anzubieten, die ggf. aus staatlichen Kassen mitgetragen würde, folgt man der Lobby der Industriekonzerne, verschweigt die wahren Epidemien, konzentriert sich auf politischer Ebene auf Pseudorisiken, erfindet bösartige Verordnungen, etwa die Health-Claim-Verordnung, die wohl vor allem dem Zweck dienen, die Ausbreitung der Informationen, die Sie in diesem Buch vorfinden, weiter zu unterbinden, und spielt mit all dem der Pharma-Lobby und der Ärzteschaft wohlwollend in die Karten.

Was ist seit Erscheinen der letzten Auflage denn noch so Nennenswertes passiert?

„Ärzte geben Medikamente, von denen sie wenig wissen, in Menschenleiber, von denen sie noch weniger wissen, zur Behandlung von Krankheiten, von denen sie überhaupt nichts wissen." (Voltaire)

Erschreckenderweise rutschte Diabetes – zuvor die dritthäufigste Todesursache – inoffiziell auf den vierten Platz ab, und es stellt ein Armutszeugnis für die Pharmaindustrie und die gesamte Ärzteschaft dar, dass es keine andere Erkrankung ist, die sich, wie zu erwarten wäre, den dritten Platz unter den Todesursachen erkämpft hat, sondern ganz im Gegenteil handelt es sich dabei um Substanzen, die eigentlich Erkrankungsausbrüche eindämmen sollen, nämlich unsere höchst offiziell zugelassenen **Medikamente**!

Epidemie des Medikamentenabsatzes

Während wir also zu einer epidemischen Entwicklung des Krebs (aber auch Diabetes, Alzheimer usw.), die

jeden zweiten Deutschen betrifft und das Leben eines jeden Vierten fordert, aus der politischen Richtung allenfalls ein gelangweiltes Gähnen ernten, explodierte parallel dazu ebenso klammheimlich der tödliche, pharmazeutische Medikamentenabsatz, als sei das eine die direkte Nebenwirkung des anderen.

Und so fordern offiziell zugelassene Medikamente, wie Sie im späteren Verlauf noch detailliert lesen werden, aktuell jährlich allein in Deutschland 60.000 Todesopfer,[9] während es 2010 noch 25.000 Tote waren,[10] ohne dass diese skandalöse und durchaus ebenfalls als eindeutig epidemisch zu bezeichnende Entwicklung überhaupt jemanden interessiert. (lt. DHS Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, sind im Übrigen bis zu 1,9 Millionen Deutsche abhängig von Medikamenten[11]).

Unterdessen konzentrieren sich sämtliche Medien und der gesamte Bundestag auf die vermeintlich drohende Masern-„Epidemie", die laut Infektionsepidemiologischen Jahrbüchern des Robert-Koch-Instituts im Jahr 2018 in ganz Europa 35 Menschen das Leben kostete,[12] während es in Deutschland keinen einzigen Todesfall aufgrund Masern gab – 2016 ebenfalls nicht –, dafür aber laut Datenbank des Paul-Ehrlich-Instituts 16 Tote durch die Masernimpfung selbst, was völlig wertungsfrei die Frage legitimiert:

Mit welchem Maß wird hier eigentlich gemessen …?!

Peter C. Gøtzsche, Professor für klinische Studien an der Uniklinik Kopenhagen, wundert sich passend dazu gleichsam über diese Unverhältnismäßigkeit und findet dafür deutliche Worte:

„Ich wundere mich, dass das kein öffentliches Thema ist, wenn wir so viele Leute mit Arzneien umbringen. Wenn ein neues Virus nur einen Bruchteil dieser Leute umbringen würde, würden wir uns sehr anstrengen, um das Virus zu bekämpfen. Aber wenn es sich um Medikamente handelt, tun wir praktisch nichts. Der Grund dafür ist, dass die Pharmaindustrie unglaublich mächtig und reich ist und weite Bereiche unserer Gesellschaft korrumpiert hat."*

*siehe Coronavirus

Exakt diese aktuellen, in unser aller Leben einschneidenden Entwicklungen haben mich sehr verärgert und mich dazu bewogen, am Rande der eigentlichen Inhalte des Codex Humanus ebenfalls manipulative Aspekte der Pharmaindustrie und die auf Arroganz, Ignoranz, Unwissenheit sowie nicht selten auf Korruption vorsätzlich basierenden Fehltritte der Ärzteschaft in dieser aktuellen Auflage etwas näher zu durchleuchten.

[9] https://www.welt.de/gesundheit/article138568439/So-gefaehrlich-sind-die-beliebtesten-Medikamente.html.

[10] https://www.sueddeutsche.de/wissen/medikamente-und-nebenwirkungen-bis-zu-25-000-todesfaelle-durch-medikamente-1.793240.

[11] https://www.aponet.de/aktuelles/aus-gesellschaft-und-politik/20170412-tablettensucht-ist-weit-verbreitet.html

[12] https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/89318/WHO-beklagt-35-Maserntote-in-Europa.

(sehr gerne können Sie diese Kapitel überspringen, um sich den Hauptinhalten im Hauptteil des „Codex Humanus“ zu widmen!)

Viel zu schnell wird man heutzutage als Verschwörungstheoretiker abgestempelt, sobald man aktuelles System kritisiert. Der Gedankengang *„Es kann nicht sein, was nicht sein darf!“* ist allerdings einfach nicht mehr zeitgemäß, und zuweilen benötigt es leider überzeugender Hintergrundinformationen, um beispielsweise zu begreifen, warum all die phänomenalen Naturheilsubstanzen, über die Sie im Hauptteil dieses Buches im Anschluss noch so viel lesen werden, der Öffentlichkeit und sogar Ärzten und Therapeuten von höchsten Stellen aus bewusst vorenthalten werden!

„Nie haben die Massen nach Wahrheit gedürstet. Von den Tatsachen, die ihnen missfallen, wenden sie sich ab und ziehen es vor, den Irrtum zu vergöttern, wenn er sie zu verführen vermag. Wer sie zu täuschen verseht, wird leicht ihr Herr, wer sie aufzuklären sucht, stets ihr Opfer.“

Gustave Le Bon (1841 - 1931), franz. Arzt und Soziologe

Zu verdanken haben wir die mutige Erkenntnis, dass Medikamenteneinnahme nun die dritthäufigste Todesursache darstellt, übrigens niemand Geringerem als dem weiter oben bereits erwähnten Peter Gøtzsche, einem Professor für klinische Studien an der Uniklinik Kopenhagen, der zugleich ein unabhängiges Institut zur Bewertung pharmazeutischer Studien, das „Nordic Cochrane Center“, leitet. Und wer sollte es besser wissen?
Es kam, wie es kommen musste, am 26. September 2018 wurde Gøtzsche aus der Cochrane Organisation ausgeschlossen und seine Mitarbeit im Führungsgremium, in das er 2017 gewählt worden war, beendet.[13]

Der Pharma-Kritiker ist ein Insider und kennt die Branche von innen wie kaum jemand anders. So hat Professor Gøtzsche vor 40 Jahren als Außendienstmitarbeiter beim schwedischen Pharmaunternehmen Astra begonnen.
Heute gibt er zu, dass die Pharmaindustrie die Öffentlichkeit mit falschen Informationen in die Irre führt und pharmazeutische Studien, die nicht die gewünschten Ergebnisse erbringen, manipuliert oder schlicht geheim gehalten werden.

[13] https://de.wikipedia.org/wiki/Peter_C._Gøtzsche

Seine Intention ist es nach eigener Bekundung, *„die Leute darauf hinzuweisen, dass Medikamente die dritthäufigste Todesursache sind. Nach Herz-Kreislauf-Krankheiten und Krebs.“*[14]

Schauen wir uns diese Manipulationen mal etwas genauer an…

II. Allgemein-Teil

2. Die tödlichen Manipulationen der Pharma-industrie

„Die Pharmaindustrie führt Krieg um die Köpfe mit der Schlagkraft einer modernen Armee und allen Tricks zur Manipulation der Öffentlichkeit.“ **(Kurt Langbein)**

2.1. 60.000 Tote jährlich aufgrund Medikamenteneinnahme

Laut einem Artikel von Welt.de werden allein in Deutschland ca. 650 Millionen Arzneimittel pro Jahr[15] verschrieben. So kommt der einzelne Patient dadurch auf eine durchschnittliche Medikamentendosis von 1,5 Einheiten pro Tag.

Die Redakteure von Welt.de stellten fest:

„[…] dabei wird er [der Patient] getragen von der Hoffnung, dass ihm die Mittel helfen – und möglichst wenige Kollateralschäden anrichten. Doch gerade der letztere Wunsch geht nur selten in Erfüllung. Trotz aller Forschung sterben jährlich bis zu 60.000 Menschen an Arzneimittelnebenwirkungen – mehr als zwölfmal so viel wie die Zahl der Todesopfer im Straßenverkehr. Die zehn beliebtesten Arzneimittelgruppen verdanken ihre Umsatzerfolge keineswegs ihrem geringen Risiko. Oft wird dies von Ärzten und Patienten bewusst in Kauf genommen.“[16]

Größtenteils dürfte es sich bei den 60.000 Toten pro Jahr in Deutschland aufgrund der Medikamenteneinnahme um Opfer handeln, die wegen Wechselwirkungen, aber auch der Manipulationen der pharmazeutischen (Zulassungs-)Studien für Medikamente zustande kommen, die offensichtlich an der Tagesordnung sind. So beziffert Dr. Wolfgang Becker-Brüser die Studienmanipulation in einer ungeheuerlichen Größenordnung von bis zu 90 %.

Und kaum jemand sollte es für den deutschsprachigen Raum besser wissen als der Arzt und Apotheker, der sich seit über 30 Jahren mit Medikamentenstudien der pharmazeutischen Industrie beschäftigt und seit über 20 Jahren Herausgeber der Informationsschrift „Arznei-Telegramm“ ist.

[14] https://alpenschau.com/2017/08/07/medikamente-sind-dritthaeufigste-todesursache/.

[15] https://www.welt.de/gesundheit/article138568439/So-gefaehrlich-sind-die-beliebtesten-Medikamente.html.

[16] https://www.welt.de/gesundheit/article138568439/So-gefaehrlich-sind-die-beliebtesten-Medikamente.html.

2.2 Bis zu 90 Prozent der medizinischen Studien manipuliert

Seine Einschätzung ist mehr als erschreckend:

„Man kann fast sagen, dass bis zu 90 Prozent der Studien in irgendeiner Form manipuliert sind. Und keiner kümmert sich richtig drum.“[17]

Dieses offensichtlich von ganz oben gedeckte Trauerspiel wird durch einen weiteren Insider und Whistleblower aus dem direkten Dunstkreis der Big Pharma untermauert: Dr. Virapen.

Der ehemalige Manager von „Elli Lilly and Company“, einem der größten und einflussreichsten Pharmaunternehmen weltweit, hat 35 Jahre lang größtenteils in führenden Positionen verschiedener Pharmaunternehmen gearbeitet.[18]

Als Fazit seiner Einblicke bleiben die folgenden denkwürdigen Statements sicherlich noch lange nach seinem Tode (2015) in Erinnerung:

„Wir müssen anfangen, die Ärzte zu hinterfragen und aufhören, Medikamente zu nehmen. Wir brauchen sie nicht. Es gibt nicht ein einziges chemisches Medikament, das von der Pharmaindustrie verkauft wird, dessen Nutzen höher ist als sein Schaden! […] Sie verkaufen Ihnen gefährliche Medikamente, um Geld zu machen, nichts anderes. Falls Sie denken, dass die Pharmaindustrie Medikamente auf den Markt bringt, um Ihnen zu helfen – vergessen Sie es!“[19]

Dieses Fazit von Dr. Virapen könnte man in der Tat als Abschluss für dieses traurige Kapitel in diesem Buch so stehen lassen, denn eigentlich ist dem nichts weiter hinzuzufügen.

Wenn da nicht die Gewissheit wäre, dass es sich bei den genannten Fakten lediglich um die berühmte Eisbergspitze handelt und die „hilfreiche“ Zuwendung der Pharmaindustrie und der konventionellen Medizin weit über den oben geschilderten Aspekt der Medikamenteneinnahme (zur Erinnerung: Todesursache Nr. 3 mit steigender Tendenz!) hinausgeht.

Statistiken, in denen Krankheiten aufgeführt werden, die erst durch die Nebenwirkungen von Medikamenten gegen andere Erkrankungen erzeugt wurden, gibt es meiner Erkenntnis nach nicht, würden aber meiner Überzeugung nach das Ganze auf noch andere Stufe stellen.

2.3 Pharma-Täuschung sorgt für Milliardenumsätze

Manipulation und Täuschung stellen wichtige Tools aus dem Werkzeugkoffer der ausschließlich umsatzorientierten Pharmaindustrie dar. Wie wichtige Bestandteile dieser Täuschung im Einzelnen konkret aussehen, erklärt Frau Prof. Petra Thürmann vor dem SWR.

[17] https://www.swr.de/odysso/es-geht-um-viel-geld-gefaelschte-pharmastudien/-/id=1046894/did=2258782/nid=1046894/n7lu2n/index.html.

[18] https://de.wikipedia.org/wiki/John_Virapen.

[19] ZDF Frontal 21 „Das Pharmakartell“.

Prof. Thürmann unterrichtet an der Universität Witten/Herdecke Pharmakologie und prüft außerdem Tausende von Arzneimittelstudien für große Ketten von Privatkliniken. Sie kennt die Tricks, mit denen die Ergebnisse immer wieder geschönt werden, am beliebtesten sei dabei das *„selektive Publizieren“*.

Selektive Veröffentlichungen

„Selektive Veröffentlichung bedeutet, dass ich mir aus einer großen Studie die Ergebnisse und Daten heraussuche, die mir gefallen – die in meine Ideen und Konzepte passen – und die ich dann entsprechend publiziere. Das ist eine Möglichkeit, Studiendaten zu verfälschen.“

„Die Beschreibung von Nebenwirkungen in klinischen Studien wird sehr häufig vernachlässigt. Wenn überhaupt Nebenwirkungen geschildert werden, dann häufig nur in sehr, sehr kurzen Absätzen. Und da es häufig auch nicht die Zielgrößen der Untersuchung waren, kann man hier auch sehr leicht umcodieren. Das heißt, dass man Ereignisse wie ***Selbstmorde*** *in der Gruppe der emotionalen Labilität zusammenfasst und auf diese Art natürlich auch verschleiern kann.“*

So die Arzneimittelexpertin Prof. Petra Thürmann.

Die Mammografie-Lüge

Ein weiteres Beispiel neben unzähligen anderen, die Mammografie... Wie der *„Stern“* berichtete, wird der Nutzen weitaus überschätzt. Zitiert wird ein Wissenschaftler:

„Bezogen auf 1000 Frauen senkt die Mammografie das Sterblichkeitsrisiko allerdings nur um 0,2 Prozent.“[20]

Konkret also sterben von 1.000 Frauen, die regelmäßig eine Mammografie machen, nur zwei Frauen weniger an Brustkrebs!

Natürlich wundert man sich sehr über diese lächerlich kleine Zahl und stellt sich die Frage, wie die Ärzteschaft darauf kommt, den Patientinnen in den gynäkologischen Praxen 25 % und mehr zu versprechen.

Ganz einfach: Hier werden relative statt absolute Vergleiche erhoben, damit aber betrügerisch Äpfel mit Birnen verglichen!

[20] http://www.stern.de/gesundheit/2-brustkrebsvorsorge-neue-studie-stellt-screening-infrage-1553454.html.

Fachärztin Ingrid Mühlhauser von der Universität Hamburg klärt diesen menschenfeindlichen Trick auf:

„Sterben von 1.000 Frauen in zehn Jahren acht ohne Screening und wären es mit Screening im selben Zeitraum sechs, dann sind sechs statt acht rechnerisch eine Senkung um 25 Prozent", so Frau Mühlhauser. [21]

Während die Relation 8 zu 6 einen Wert ergibt, der mit 25 % sehr gut zu verkaufen ist, da er sich sehr hoch anhört, erwartet die Patientin (i. d. R. auch ihr Arzt) selbstverständlich eine völlig andere Gegenüberstellung von Zahlen, nämlich der verstorbenen Patientinnen zu 1.000 Personen, die sich regelmäßig einem Brustscreening unterzogen haben, im Vergleich zu den verstorbenen Patientinnen, die sich keinem Brustscreening bzw. keiner Mammografie unterzogen haben.

Das Ergebnis dieses einzig richtigen und fairen Vergleichs wären die lächerlichen 0,2 % – wenn dies bekannt würde, wäre die Einnahmequelle „Mammografie" allerdings versickert, denn keine einzige gesunde Frau ohne Brustkrebsvorgeschichte, die noch bei Verstand ist, würde sich mehr darauf einlassen und kein patientenfreundlicher Arzt mehr diesen Quatsch empfehlen …

Prof. Gøtzsche gehört zu den schonungslosen Kritikern der Branche, beurteilt entsprechend die Mammografie zur Früherkennung von Brustkrebs als schädlich und plädierte dafür, sie abzuschaffen.[22]

Aber selbst das „Ärzteblatt" bläst in einem Artikel von 2001 in das gleiche Horn mit der Überschrift: „Mammographie: Für ein Screening fehlt die wissenschaftliche Grundlage"[23].

Geändert hat sich seitdem leider nichts, ganz im Gegenteil sieht man wieder gehäuft Werbung für diesen, die Frauen selbst und die Krankenkassen schädigenden Blödsinn…

Die gefährliche Chemotherapie-Lüge, die Ärzte nicht durchschauen

Ein weiteres Paradebeispiel sind die prozentualen Angaben zu „Erfolgsaussichten" bei Chemotherapie. Auch hier werden trickreich Äpfel mit Birnen verglichen und relative statt absolute Vergleiche vorgenommen.

[21] http://www.stern.de/gesundheit/2-brustkrebsvorsorge-neue-studie-stellt-screening-infrage-1553454.html.

[22] https://www.infosperber.ch/Gesundheit/Nach-sachlicher-Kritik-an-HPV-Impfstudie-rausgeschmissen

[23] https://www.aerzteblatt.de/archiv/29144/Mammographie-Fuer-ein-Screening-fehlt-die-wissenschaftliche-Grundlage.

Wie kommt es also dazu, dass der Patient in der Klinik häufig einen ganz anderen Eindruck gewinnt, wie kommt es, dass der Doktor von *„besseren Chancen"* spricht, wenn er ihm seine Chemotherapie nahelegt?

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus"

2.3.1. absolut vs. relativ – die Tricks, die Ärzte nicht durchschauen

Die Manipulation der Ärzteschaft, wie oben beispielhaft beschrieben, fällt leicht, da das ohnehin unbeliebte Fach „Statistik" im Medizinstudium nicht von ungefähr zu kurz kommt und Ärzte schlicht „absolut" mit „relativ" verwechseln.

So benennt Teppo Järvinen der Universität Helsinki ein weiteres Beispiel für diese Art von Manipulation der Ärzte und deren Patienten seitens der Pharmaindustrie und kritisiert:

„Ärzte verschreiben enthusiastisch ein neues Osteoporose-Mittel, weil es die Wahrscheinlichkeit, eine Hüftfraktur zu vermeiden, von 97,9 auf 98,9 Prozent erhöht", so Järvinen. *„Wahrscheinlich wurde das als 50-prozentige Risikominderung angepriesen, um den Nutzen eindrucksvoller aussehen zu lassen."*

„Das ist ein beliebter Trick. Doch den Unterschied zwischen absoluter und relativer Risikoreduktion kennen viele Ärzte nicht.

Die absolute Risikoreduktion in diesem Beispiel ist, dass die Gefahr für eine spätere Fraktur von mickrigen 2,1 gerade einmal auf 1,1 Prozent verringert wird. Relativ gesehen jedoch verringert sie sich um stolze 50 Prozent, was sich als Werbung für ein neues Produkt natürlich viel besser macht. Eigentlich ganz einfach."[24]

Und dennoch darf man nicht davon ausgehen, dass alle Ärzte ahnungslos sind, wenn sie trotz eigener Überzeugung eine gefährliche Therapie anordnen, die oben geschilderte Haltung der Ärzte zur Chemotherapie im eigenen Krankheitsfall verdeutlicht dies zu Genüge.

2.3.2. Kontrollmechanismen der EU dreist umgangen

Dabei gibt es auf EU-Ebene einen Kontrollmechanismus für Arzneien, die eigentlich derartige katastrophalen Zustände vermeiden sollten. Diesen sowie den Haken daran erläutert Prof. Petra Thürmann:

[24] https://www.spektrum.de/kolumne/viele-aerzte-muessen-glauben/1543245.

„Für Arzneimittelstudien gibt es bei der europäischen Zulassungsbehörde eigentlich ein Register, in das alle Studien eingegeben werden müssen, sonst können sie gar nicht beginnen. Das Problem ist nur: Wer hat den Zugriff auf dieses Register?

Und es wäre zu fordern, dass die Herausgeber der Zeitschrift und auch die Gutachter, wenn jetzt eine Studie publiziert werden soll, in dieses Register hineinschauen dürfen und dann abgleichen können:

Ist die Studie auch genauso geplant gewesen, stimmt das mit den Patienten, und sind die Zielkriterien und auch die Statistik genau die gleichen, die ursprünglich geplant waren."

Das Abschlusswort des SWR-Beitrags lautete dann übrigens sehr ernüchternd:
„Das wäre schon ein Fortschritt. Wer aber glaubt, alle Pharma-Studien würden je ganz lauter und transparent, ist naiv. Dazu geht es hier einfach um viel zu viel Geld."

(Quelle: http://www.swr.de/odysso//id=1046894/nid=1046894/did=2258782/um7mvw/index.html)

Wie aber ist dies möglich, dass all diese skandalösen Zustände in einem Rechtstaat wie Deutschland so extrem auf Kosten der Bevölkerung ausufern konnten und hier die Justiz nicht dazwischengrätscht…?

3. Schulmedizin als Todesursache Nr. 1?

„In einer Welt der universellen Täuschung ist das Aussprechen von Wahrheit ein revolutionärer Akt." (George Orwell)

All die erwähnten Machenschaften münden bereits in einer Entwicklung, die für uns Patienten immer gefährlicher wird.

Was wäre aber, wenn man weitere Aspekte des herrschenden medizinischen Establishments analysiert und dessen einzelne, unerfreuliche Statistiken aufaddiert, um das fest etablierte System, das sich erstens beschämender Weise gänzlich an die Pharmaindustrie verkauft hat, sich zweitens arrogant über die seit Jahrtausenden erfolgreich praktizierte Naturheilkunde erhebt und diese abwertend zur „Alternativ-Medizin" degradiert, in ihren Grundfesten zu erschüttern?

3.1. Ärztefehler fordern allein in den USA 250.000 Tote jährlich

Um lediglich einige weitere tödliche Aspekte der konventionellen Medizin neben der Medikamenteneinnahme (die als Todesursache Nr. 3 bereits durchgefallen ist) zu benennen, beanspruchte Ärztepfusch zuvor, nämlich 2016, nach Hochrechnung der Ärztefehler in den USA für sich alleine bereits Platz 3 der häufigsten Todesursachen – und zwar mit ca. 250 000 Toten pro Jahr.[25]

Wenn man aber die Opfer der Medikamenteneinnahme (aktuell Platz 3 der häufigsten Todesursachen) mit den Opfern des Ärztepfuschs (2016 bereits Todesursache Nr. 3) aufaddieren würden, wären wir damit in der Summe nicht längst mindestens auf Platz 2 aller Todesursachen, die die Schulmedizin verschuldet, vorgerückt?

War‘s das …?

Leider nicht, denn die Medikamenteneinnahme und der Ärztepfusch stellen nur die berühmte Eisbergspitze dar, wenn man den übrigen enormen Aktionsradius der konventionellen Medizin analysiert.

Und so begeht die sich als sehr fortschrittlich rühmende Schulmedizin einen „Fauxpas“ nach dem anderen.

Bohren wir dies aus Zeitgründen lediglich ein wenig weiter auf, bevor wir im Hauptteil des Buches zu den eigentlichen, den erfreulichen Inhalten des Codex Humanus kommen …

3.2. Rettet ein Paradoxon unzählige Menschenleben?

Ein Paradoxon sondergleichen könnte man als Krönung des Ganzen bezeichnen, eine Krönung, die allerdings sämtliche Alarmglocken schrillen lässt…

Jahr für Jahr werden wir aufs Neue von der alljährlichen Streikwelle überflutet. Von der Bahn über das Flugpersonal bis hin zu Post und Kindergärten kämpfen die Gewerkschaften um mehr Lohn und bessere Arbeitsbedingungen – zum Verständnis vieler, aber auch leider Gottes zum Leidwesen zahlreicher Unbeteiligter.

Schließlich ist es ein Ärgernis, wenn man als Bahnreisender verspätet oder erst gar nicht am Zielort ankommt, wenn man vergeblich auf ein wichtiges Postpaket wartet oder aber sein Kind nicht in der Kita abgeben kann, um entspannt zu seiner Arbeitsstelle zu fahren. Alles Dinge, die belastend sind, jedoch allenfalls bedingt existenziell wichtig.

[25] https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/66550/US-Studie-Medizinische-Irrtuemer-dritthaeufigste-Todesursache?.

Doch was passiert eigentlich, wenn Ärzte streiken und nicht zugegen sind, während wir auf deren Hilfe angewiesen sind? Ein Schreckensszenario, würde man meinen, richtig?

Die meisten zucken bei dieser Vorstellung regelrecht zusammen und glauben, die Antwort ganz sicher zu kennen, die sie kaum auszusprechen wagen.

„Wenn ein Arzt hinter dem Sarg seines Patienten geht, so folgt manchmal tatsächlich die Ursache der Wirkung." (Robert Koch)

Paradoxer und nicht minder schockierender Weise fällt die Antwort komplett entgegengesetzt aus zu der, die man eigentlich erwarten würde. Das renommierte Wochenmagazin *„DIE ZEIT"* ist nämlich exakt dieser Frage nachgegangen[26] und kommt zu einem erstaunlichen Ergebnis:

Es versterben weniger Patienten!

Und zwar viel weniger!

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus"

3.3.1. Wenn Medikamente mehr Menschenleben fordern als alle Kriege zusammen

*„Ich habe berechnet, dass Vioxx **125.000** Leute umgebracht hat. Wir haben auch Psychopharmaka. Eins der populärsten ist Olanzapin (Zyprexa), das zum Beispiel bei Schizophrenie verschrieben wird. Nach meinen Schätzungen hat allein dieses Medikament **200.000** Leute umgebracht."*

So Professor Peter Gøtzsche, Professor für klinische Studien an der Uniklinik Kopenhagen.

Demnach führte ein Anti-Depressivum zur Steigerung von Selbstmordversuchen. Peter Gøtzsche dazu: *„Der Pharmahersteller Eli Lilly hat seine Mitarbeiter angewiesen, nicht von Selbstmordversuchen zu sprechen. Sie sollten von*

[26] DIE ZEIT 49/94, S. 86.

Krankenhauseinweisungen sprechen, von emotionaler Labilität, fehlender Wirkung, Depression, was auch immer – aber nicht von suizidalem Verhalten.“[27]

Um die Größenordnung dieser durch lediglich zwei von 103.296 in Deutschland zugelassenen Medikamenten[28] verursachten Todesopfern besser beurteilen zu können, bedienen wir uns doch mal der Opferzahlen, die Wikipedia zum Jugoslawienkrieg benennt:[29]

- Bosnien und Herzegowina: Während des Bosnienkriegs sind insgesamt wahrscheinlich **100.000** Menschen ums Leben gekommen.
- Kroatien: Nach Angaben der kroatischen Regierung aus dem Jahr 1995 waren **12.131** Tote und **6.780** Tote aufseiten der dort lebenden Serben zu beklagen.
- Slowenien: Bei den slowenischen Truppen waren es **18 Tote** und bei der jugoslawischen Volksarmee **44 Tote**.
- Kosovo: Es wurden **4.000** Leichen oder Leichenteile bis 2002 ausgegraben, etwa **800** albanische Tote wurden bislang in Serbien gefunden.
- Serbien: Die NATO-Operation 1999 führte zu etwa **5.000** Todesopfern.

Der gesamte jugoslawische Krieg hat laut Wikipedia also hochgerechnet ca. 127 973 Tote verursacht, während lediglich **zwei** offiziell zugelassene Medikamente (Vioxx und Zyprexa, s.o.) **325.000 Menschenleben** forderten!

Es bedarf keines schwarzen Humors oder allzu bunter Fantasie, um sich in etwa ausrechnen zu können, wie viele Tote nicht zwei, sondern die insgesamt 103.296 allein in Deutschland zugelassenen Medikamente[30] verursachen – von Zulassungen in der ganzen Welt ganz zu schweigen …

Alleine die Gruppe der s.g. nicht-steroidalen Entzündungshemmer (NSAID) führt laut einem Bericht des American Journal of Medicine jedes Jahr zu etwa 16 000 Todesfällen und zu mehr als 100 000 Krankenhauseinweisungen (Singh, G. 1998). Ein Bericht im New England Journal of Medicine zeigte die Ähnlichkeit der Zahl an Todesfällen durch NSAID im Vergleich zu AIDS auf (Wolf et al. 1999).

Und so bleibt es nicht aus, dass einige aufmerksame Ärzte, darunter beispielsweise Dr. Gerd Reuther davon überzeugt sind, dass die Schulmedizin die häufigste Todesursache in Deutschland darstellt, und meine

[27] http://forum.3sat.de/page/?source=/nano/medizin/180931/index.html.

[28] https://de.statista.com/statistik/daten/studie/513971/umfrage/anzahl-zugelassener-arzneimittel-in-deutschland-nach-verschreibungs-abgabestatus/.

[29] https://de.wikipedia.org/wiki/Jugoslawienkriege.

persönliche Einschätzung tendiert nach Abwägen all der beschriebenen Aspekte leider ebenfalls dahin gehend.[31]

4. Der Irrweg der Medizin und warum Medikamente niemals heilen (können)

100 Jahre nach Rockefellers Vorgriff, über den Sie im eigenen Kapitel im Weiteren noch detailliert lesen werden, produzieren medizinische Universitäten am laufenden Band Ärzte, die keinen blassen Schimmer mehr über die heilende Wirkung von Naturheilsubstanzen haben und regelrechte Gifte unter das Volk bringen.

In den chemischen Schmieden der Pharmaunternehmen werden seitdem, quasi am Parallelband, untaugliche Naturplagiate in Form synthetischer Medikamenten produziert.

Das Prinzip ist grundsätzlich nicht neu und in allen anderen Fällen durchaus legitim, denn seitjeher bedient sich bekanntlich der Mensch innerhalb technischer Entwicklungen in sämtlichen Industriebranchen erfolgreich der Natur als großem Vorbild.

4.1. Medikamente – die untauglichen Plagiate der Naturheilmittel

Flugzeuge entstanden, indem man die Anatomie des Vogels nachgeahmt hat, die Aerodynamik der Autos wird häufig den Fischen abgeschaut, und selbst das Fallschirmprinzip basiert auf Blättern, die langsam von den Bäumen in Richtung Erde schweben. Selbiges Prinzip macht sich die Pharmaindustrie seit Rockefellers feindlicher Monopolisierung zunutze.

Es werden hochwirksame Natursubstanzen aufwendig auf ihre biochemische Wirkung erforscht, um einzelne chemische Wirkstoffe hierin zu identifizieren, diese dann zu extrahieren oder synthetisch nachzubauen, um im Anschluss darauf ein künstliches und damit PATENTIERBARES Plagiat herzustellen.

Dass dies nicht von Erfolg gekrönt sein kann, versteht sich eigentlich von selbst.

Denn genauso, wie die Flugzeuge niemals die Perfektion eines Adlers erzielen können und im Gegensatz zu denen schon mal vom Himmel fallen, erreichen die medikamentösen Derivate niemals die Wirksamkeit, geschweige denn die Sicherheit der kopierten Natursubstanz!

[31] https://renegraeber.de/blog/toedliche-medikamente/.

Da man faktisch versucht, die biochemische Perfektion, bestehend aus unzähligen aufeinander abgestimmten biologischen Substanzen, die in ihrer Gesamtheit zur Heilung führen, durch Isolation oder Nachbau einer einzelnen chemischen Substanz nachzuahmen, für die die Natur selbst Hunderte von Millionen Jahren biofunktioneller adaptiver Entwicklung benötigt hat, scheitert dieses Unterfangen kläglich und führt zu all den nicht selten tödlich endenden Nebenwirkungen.

Dieser unbeholfene Reproduktionsversuch der natürlichen Substanzen in den Pharmalaboren zum Zwecke der Medikamentenherstellung ist meines Erachtens sehr wohl bildhaft mit der fehlerhaften Zellteilungen des Organismus beim Kopieren der DNA vergleichbar, die bekanntlich die Mutation der Zellen und häufig Krebs bedingt.

Dass aber fehlerhafte (da ohnehin unvollständige) Kopien von Naturheilsubstanzen nur Probleme bereiten können, begreifen die Mediziner offenbar nicht!

Dies wäre vergleichbar etwa mit einem Fahrzeug, das Ihnen der Händler andreht, das aber über keine Bremsen und kein Lenkrad verfügt. Äußerlich die perfekte Kopie eines vollständigen Autos, wird Sie dieses nicht nur daran hindern, dass Sie Ihren Zielort erreichen, sondern es wird zugleich Ihren Laib und Ihr Leben stark gefährden.

Überträgt man diese Metapher auf Medikamente, bedeutet dies zweierlei, nämlich die unzureichende Wirksamkeit der Medikamente bei unverhältnismäßig hohen Neben- und Wechselwirkungen!

Wie bereits erwähnt, lässt sich Mutter Natur nicht gänzlich in die Karten schauen und vertraut ihren uneinsichtigen Kindern, die ihre (Natur-)Gesetze nicht respektieren, ihre letzten Geheimnisse zur Wirkung ihrer Geschenke nicht an, für die sie selbst Hunderte von Millionen Jahren biofunktioneller, adaptiver Entwicklung benötigt hat.

4.5. Der Mensch als zerlegbare Maschine ohne Zusammenhang

Um also möglichst viele Medikamente absetzen zu können und den eigenen Umsatz zu steigern, erweist es sich als sinnvoll, Symptome statt Ursachen zu bekämpfen, da wie wir sehen konnten, eine einzelne Ursache in der Regel zu vielen Symptomen führt, deren Behandlung aber niemals zur Heilung!

Dies lässt sich mit etwas Fantasie natürlich auf die Spitze treiben, und wie das geht, weiß Big Pharma am besten.

Kennen Sie die „Matrjoschkas“, diese aus Russland stammenden, aus Holz gefertigten und bunt bemalten eiförmigen Puppen, die man ineinander schachteln kann?

Wenn man die symptom- (statt ursachen-)orientierte Behandlung weiterhin aufbohren möchte, um den Umsatz noch weiter zu vervielfachen, teilt man im nächsten Schritt den menschlichen Organismus einfach in dessen Bestandteile auf!

Während traditionelle Ausrichtungen, etwa die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) oder das indische Ayurveda den Körper in seiner Gesamtheit betrachten und im Zuge der Diagnosestellung – etwas überspitzt dargestellt – auf die Zunge schauen, um die Beschwerden im kleinen Zeh des linken Fußes zu ergründen, beschloss die erst ca. 150 Jahre alte Schulmedizin, diese Vorgehensweise kurzerhand als „doof“ zu erklären und den Menschen sprichwörtlich in seine Bestandteile zu zerlegen, um den größtmöglichen finanziellen Profit aus der symptomorientierten Behandlung zu generieren.

Von oben nach unten betrachtet sind sämtliche Krankheiten, die mit dem Hirn und dem Nervensystem zusammenhängen, der sog. *Neurologie* zugewiesen worden. Für die Augen wurde die *Ophthalmologie (Augenheilkunde)* erfunden, für unsere Zähne hat man uns der *Dentalmedizin* zugewiesen, für die Haut hat man die *Dermatologie* auf die Beine gestellt, Knochen und Gelenke der sog. *Orthopädie* zugeordnet, für die inneren Organe ist die *innere Medizin* zuständig, die man dann praktischerweise weiter aufgesplittet hat in *Angiologie (Gefäßsystem), Endokrinologie (Stoffwechsel und Hormone), Gastroenterologie (Verdauungsorgane), Kardiologie (Herz und Kreislauf)* etc.
Für die konventionelle Medizin sind wir also eine Art „Maschine“, deren Mechanik streng von der Elektrik, die Elektrik streng von der Hydraulik und die Hydraulik streng von der Pneumatik unterschieden wird …

Steht der Umsatz (nicht etwa die Heilung) im Vordergrund, ergibt diese differenzierte Betrachtungsweise des menschlichen Organismus auch sehr viel Sinn.

Warum?

Wenn Sie als Künstler beispielsweise ein großes Gemälde in unzählige Mosaiksteine unterteilen und stundenlang jeden einzelnen dieser Steine betrachten, werden Sie sehr viel mehr differenzierte Aspekte als mögliche Angriffspunkte für einen weiteren Pinselstrich erkennen, ABER dabei leider den Blick für das Gesamtbild immer mehr aus den Augen verlieren und das zuvor großartige Gemälde verschandeln! Dies ist auch der Grund, weshalb ein Maler niemals ein Bild beendet, ohne es im Ganzen zu betrachten.

Für die konventionelle Medizin (Schulmedizin), die sich schleichend über Jahrzehnte praktisch gänzlich an die ausschließlich umsatzorientiert agierende Pharmaindustrie verkauft hat, geht es aber bekanntlich nicht darum, das Gesamtbild „Mensch“ zu verstehen und im Auge zu behalten, sondern möglichst viele Maßnahmen (vor allem in Form von Medikationen) für möglichst viele einzelne „Mosaiksteine“ (Bestandteile unseres Organismus) zu (er-)finden.

Wie irrsinnig und zugleich ignorant dieser Ansatz gegenüber Naturgesetzen ist – und der Mensch ist im Gegensatz zur Maschine ein Kind der Natur –, wird deutlich, wenn man sich vergegenwärtigt, dass jegliche Heilung strenggenommen ausschließlich aufgrund von Selbstheilungsprozessen unseres Körpers erfolgt und zu diesem Zwecke Zellen unterschiedlicher Organe miteinander kommunizieren (müssen), weshalb nicht zufällig ein Netz aus unzähligen Nervenzellen und rund 100.000 km[32] Blutgefäßen alle unsere Organe miteinander verbindet.

Und so gilt beispielsweise die Zunge als Träger von Reflexzonen für unseren gesamten Körper. Der kundige, ganzheitlich praktizierende Mediziner erkennt an einem dicken, weißen Belag eine Magen-Darm-Störung, an einer trockenen Zunge und eingerissenem Mundwinkel gar Diabetes mellitus, gelbbraune Beläge im hinteren Zungenbereich deuten auf ein Leberproblem hin, Braunfärbung ist ein Hinweis für Verdauungsstörungen und Darmprobleme, eine Zungenschwellung weist auf evtl. Schilddrüsenunterfunktion hin, dicke Venen an der Zungenunterseite legen den Verdacht für Herzinsuffizienz nahe usw.

Die Zunge, ähnlich wie die Handflächen, Fußsohlen und die Ohrmuschel, bildet also den gesamten Menschen ab und verdeutlicht dabei, wie sehr doch der menschliche Organismus eine untrennbare EINHEIT verkörpert!

Unsere ach so fortschrittliche Apparatemedizin kann auf diese physiologischen und by the way einzig logischen Aspekte, offensichtlich gern verzichten. Es wird einfach alles getrennt voneinander durchgemessen und behandelt – wie ein Auto, an dessen Elektronik man das Diagnosegerät anschließt, ein Direktangriff auf die Naturgesetze..!

5.1. Verrat an hochkarätigen Kollegen

Die „NICHT repräsentativen" Studien von Professoren und Doktoren aus aller Welt

„Ordnungsgemäß zugelassene" Medikamente haben jahrelange, aufwendige Zulassungsstudien durchlaufen, die Unsummen an Kosten verschlungen haben, und gelten deshalb in Ärztekreisen als „repräsentativ".

[32] https://www.netdoktor.de/anatomie/kapillaren/.

Über seitens der Pharmaindustrie auferlegte Standards, z. B. placebokontrollierte Doppelblindstudien, hat man, wie Sie weiter oben lesen konnten, die künstlich erzeugten Kosten für die Zulassungsstudien eines einzelnen Medikaments in astronomische Höhe (1–1,6 Milliarden EU) getrieben, wohl wissend, dass es sich kein pharmaunabhängiges Institut, geschweige denn ein einzelner Professor jemals leisten wird, nichtpatentierbare Naturheilmittel „ordnungsgemäß" als Medikament zuzulassen.

Konkret bedeutet dies beispielsweise Folgendes: Wenn ein Forscherteam von drei Professoren an der berühmten Harvard University of Medicine in Zusammenarbeit mit zwölf Doktoren und Wissenschaftlern an 3.500 Patienten über fünf Jahre lang konkrete Untersuchungen erstellt und beispielsweise der Omega-3-Fettsäure eine uneingeschränkte Wirksamkeit bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder aber Krebs attestiert, erhält diese Studie mangels des vorgeschriebenen, unbezahlbaren und übrigens moralisch unvertretbaren Prozederes der placebokontrollierten Doppelblindstudien (wie Sie weiter oben lesen konnten, im Ergebnis bis zu 90 % ohnehin manipuliert) NICHT den Status einer *„repräsentativen Studie"* und findet folglich nicht den Platz in den Lehrmaterialien der Medizinstudenten!

Wissen Sie, ich mache den behandelnden Ärzten keinen Vorwurf daraus, dass sie bestimmte Sachverhalte nicht kennen, weil sie diese aufgrund der Pharma-Zensur an ihren Hochschulen niemals erlernt haben und nicht über die Zeit verfügen, um es nachzulesen…

Sehr wohl aber mache ich den Vorwurf, wenn die Arroganz gepaart mit Ignoranz (und wohl nicht selten Dummheit) so viel wiegt, dass man jahrelange, hochwertige, fleißtreibende Arbeit selbst höher graduierter, viel erfahrener KOLLEGEN (ich möchte es an dieser Stelle noch mal betonen: Kollegen!) so abwertet, indem man deren („nichtrepräsentative") Studien nicht nur schlicht ignoriert, sondern sogar infrage stellt und nicht selten gar belächelt!

Dies ist in vielen Fällen vergleichbar mit dem Lehrling bei Siemens an der Werkbank, der die Erkenntnisse des Herrn Siemens persönlich infrage stellt … In keiner anderen Branche als der Medizin ist so etwas denkbar – in der Schulmedizin dafür Gang und Gäbe!

5.2. Die missverstandenen „Universalwerkzeuge" in der Gestalt einzelner Naturheilsubstanzen

Einen sehr häufigen Anlass zur Skepsis seitens der Ärzteschaft, nicht selten gar verbunden mit einer gehörigen Portion an Hohn und Spott, bieten Aussagen von Therapeuten und Verfechtern der Naturheilkunde zu einzelnen Naturheilmitteln bzw. Nahrungsergänzungsmitteln, die einer einzelnen Naturheilsubstanz eine ellenlange Liste an Krankheiten und Beschwerden zuweisen, die diese zu bessern, gar zu heilen vermag.

Diese „Universalwerkezeuge“ inklusive der besagten Listen werden Sie im Weiteren im Hauptteil Ihres Codex Humanus zuhauf finden, die Erklärung für deren Existenz gibt jedoch keinen Anlass zur Skepsis und schon gar nicht zum Spott – sie ist nämlich beim genaueren Hinsehen durchaus logisch und nachvollziehbar!

So ist jedem bekannt, dass Krankheiten durchaus aufgrund einzelner Auslöser im Körper hervorgerufen werden können.

Es gilt beispielweise als bekannt und auch anerkannt, dass ein Großteil aller Krankheiten mit einer Entzündung einhergehen bzw. von einer solchen ausgelöst werden – ein Fakt, mit dem auch die Schulmedizin gänzlich konform geht. Selbst beim Krebs entsteht etwa jede fünfte Erkrankung aufgrund einer chronischen Entzündung, wie Professor Curtis C. Harris vom US-National Cancer Institute in Bethesda schätzt.[33]

Es gebietet daher bereits die pure Logik, wenn einer einzelnen Natursubstanz (wie beispielsweise der Omega-3-Fettsäure) in Tausenden von Studien zweifelsfrei signifikative, entzündungshemmende Eigenschaften zugesprochen werden konnten, dass diese einzelne Natursubstanz tatsächlich positiven Einfluss auf die Genesung unzähliger Krankheiten bis hin zu deren Heilung nehmen kann – nämlich all derjenigen, die auf Entzündungsprozessen basieren!

Für die Entstehung zahlreicher Erkrankungen und Beschwerden ist die Ursache sehr oft ein und dieselbe. Entzündungen, oxidativer Stress oder aber beispielsweise auch kollagene Degeneration können für sich allein, aber auch im Verbund unzählige Krankheiten auslösen.

Die Symptome zeigen sich allerdings nur deshalb an unterschiedlichen Organen zuerst, weil jeder Mensch ein Individuum ist und entsprechend (häufig genetisch bedingt) individuell andere Schwachpunkte aufweist.

Anschauliches Beispiel hierfür bieten klassische Alterungssymptome, die sich sichtbar äußern. Während Ihnen Menschen in den Vierzigern bekannt sein werden, die noch über eine glatte, faltenfreie Haut verfügen, gibt es andere, die bereits graue Schläfen haben.

Eine Brille kann bei dem einen die Alterung der Augen in dessen Vierzigern manifestieren, während er weder graue Haare noch Falten hat. Bei dem anderen wird die Brille selbst mit 70 noch nicht notwendig, dafür ist er völlig ergraut, und seine Haut ist faltig usw.

Unterschiedliche individuelle Schwachstellen des Menschen manifestieren sich also unterschiedlich schnell in Form von Symptomen und echten Krankheiten. Umgekehrt verschwinden diese in der Regel zuerst, sobald

[33] https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/krebs/article/378381/chronische-entzuendungen-krebs-weg-ebnen.html.

man diesen mit entsprechend spezialisierten Wirkstoffen oder aber gleich mit potenziellen „Allroundern“ begegnet.

Wenn also beispielsweise die Augen, die Haut, die Gelenke oder das Herz von Entzündungen, oxidativem Stress oder einem kollagenen Abbau bedroht sind, dann ist es doch nur verständlich, wenn sie im Umkehrschluss alle gemeinsam von ein und derselben Natursubstanz bis hin zum Abklingen sämtlicher Beschwerden profitieren – nämlich von einer Natursubstanz, die Entzündungen reduziert, oxidativen Stress abbaut und auch noch Kollagene repariert.

Dies wären beispielsweise die in diesem Buch intensiv thematisierten „Allrounder“, nämlich u. a. Vitamin C, Silizium oder aber OPC – regelrechte Multitalente, die exakt diesen Anforderungen gerecht werden und seitenlange Listen an Indikationen (Krankheiten und Missständen) anführen, die aber dafür vom Schulmediziner, der dann nur noch Bahnhof versteht, weil er dies von seinen chemischen Medikamenten natürlich gar nicht kennt, belächelt werden.

Und so sind wir imstande, mit entsprechendem Wissen und einer Handvoll erlesener Vitalstoffe uns vor unzähligen Krankheiten zu schützen bzw. diesen den Garaus zu machen, zumindest aber den Krankheitsverlauf deutlich positiv zu beeinflussen.

Während Unwissende (nicht selten wie gesagt promovierte Mediziner und gar deren Professoren) sich wundern oder gar hämisch darüber spotten, ist die Erklärung für dieses „Phänomen“, das ja eigentlich nun wirklich keins ist, sobald man die Mechanismen dahinter verstanden hat, eine doch sehr einfache.

Dies ist exakt das, was ich meine, wenn ich sage: Heilung muss verständlich und plausibel (nachvollziehbar) sein – für die meisten Schulmediziner ein mystisches Wunder, für Sie als aufmerksamen Leser nun lediglich einfache Logik, die Sie Ihrem Hausarzt gerne erklären dürfen.

Die Frage hingegen, was man von der Heilungsrate von Medikamenten aus der Schmiede der Pharmaindustrie halten kann, erübrigt sich, sobald man in der Zeit etwas zurückblickt…

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

7.1. Komplementäre Medizin - oder aber die Lösung für all das Desaster!

All dies erscheint abschließend als sehr traurig, wenn man bedenkt, dass die Schulmedizin in bestimmten Bereichen (z. B. Notfall- und Wiederherstellungschirurgie, Palliativmedizin sowie Geburtshilfe) tagtäglich durchaus wunderbare Arbeit leistet und unersetzbar ist, aber Korruption, tödliche Medikamente und patientenfeindliche Regelungen, etwa die beschriebene Fallpauschale, die aus ethischen Gründen am besten erst gar nicht erfunden worden wären, einen dunklen Schatten darüber werfen.

Die Forderung an die Schulmedizin und alle Verantwortlichen:

Schuster, bleib bei deinen Leisten und spezialisiere dich auf deine Kernkompetenzen, die du beherrschst und für die wir dir alle dankbar sind, so u.a. die erwähnten Bereiche rund um die Palliativmedizin, Geburtshilfe, Notfall- und Wiederherstellungschirurgie.

Siehe die Naturheilkunde für alle anderen Indikationen nicht bloß als die schlechtere „Alternative" an, die man ignoriert und denunziert, sondern als ernstzunehmenden, hilfreichen Partner mit einer Jahrtausende alten Erfolgsgeschichte, und behandle im komplementären Sinne die Naturmedizin gleichberechtigt und die Patienten endlich ganzheitlich im Einklang der Schulmedizin mit der Naturheilkunde!

Ein denkbares Beispiel:

Konkret sollte die korrekte Behandlungsweise jeweils das Beste aus beiden medizinischen Ausrichtungen (Naturheil- und Schulmedizin) enthalten, denn diese schließen sich nicht aus, sondern ergänzen sich bei näherem Hinsehen bestens.

Diese Vorgehensweise würde erst dann eine ursächliche, statt die landläufig symptomatische Behandlung erlauben. Der Prophylaxe (Vorbeugung) wäre dabei ein großer Stellenwert beizumessen, in dem der Hausarzt, der sich entsprechend weitergebildet hat, immer wieder aufklärend auf die Notwendigkeit einer Prophylaxe in Form von gesunder Ernährung in Verbindung mit exzellenter Nahrungsergänzung, Entgiftung und aktive Stressbewältigung hinweist.

Am Beispiel von Bluthochdruck wäre die folgende Vorgehensweise denkbar:

Der Arzt klärt in seiner Sprechstunde ganz nebenbei darüber auf, dass Vorbeugung besser als Heilung ist und benennt deren wichtigste drei Stützpfeiler (Ernährung mit Hinweis auf Nahrungsergänzung, Entgiftung, Stressbewältigung).

Ist die Vorbeugung trotz entsprechender Aufklärung nicht geglückt, stellt der auch in Naturheilkunde geschulte Mediziner auf Grundlage moderner Messparameter der Schulmedizin in Verbindung mit gängigen Tests aus der Alternativmedizin die sichere Diagnose und unterrichtet den Patienten darüber, dass sein

Bluthochdruck in seinem Fall beispielsweise ursächlich durch Arteriosklerose (Gefäßablagerungen) begründet ist.

Er verschreibt dem Patienten daraufhin Natursubstanzen wie Vitamin C, Bromelain, Granatapfel und Silizium, die in zahlreichen Studien und im Therapiealltag unmissverständlich haben Arteriosklerose abbauen, zumindest aber stabilisieren können, während die Blutgefäße ihre ursprüngliche Elastizität zurückerhielten. Dies macht er nicht etwa aus Sympathie gegenüber der Naturheilmedizin, sondern ganz pragmatisch aufgrund des simplen Faktes, dass kein synthetisches Medikament hierzu in der Lage ist, Naturheilmittel hier deshalb (um es mit Merkels Worten auszudrücken) alternativlos sind.

Zur allgemeinen Herzstärkung verschreibt er zusätzlich Co-Enzym Q10, Beta Carotin, L-Carnitin und Strophanthin.

Statt mit Kanonen auf Spatzen zu schließen und stark nebenwirkungsbehaftete Betablocker, ACE-Hemmer, Sartane, Calciumantagonisten und Diuretika zu verschreiben, setzt er auf „Biological Response Modifiers" (BRMs) von Mutter Natur.

Der Granatapfel beispielsweise funktioniert nach demselben Prinzip wie die synthetischen ACE-Hemmer, allerdings mit dem entscheidenden Unterschied, dass er nicht einfach nur willkürlich hemmt, sondern die Enzymaktivität bedarfsgerecht runterreguliert!

Die durch schädliche Calciumantagonisten angestrebte Gefäßweitung erfolgt bedarfsgerecht u. a. mit den folgenden Natursubstanzen: Ginkgo, Omega-3-Fettsäuren, Acetyl-L-Carnitin, OPC, Vitamin C

Ist diese natürliche und vor allem sichere Vorgehensweise nach einer Anwendung von ca. 6-8 Wochen wider Erwarten nicht von Erfolg gekrönt, darf gerne unterstützend der vorsichtige Einsatz synthetischer Medikamente erwogen werden.

Sollte es wider Erwarten im späteren Verlauf zu Komplikationen kommen, die gar eine OP erfordern, wird auch hier dankbar auf die modernen schulmedizinischen (chirurgischen) Möglichkeiten zurückgegriffen, wobei die Nachsorge körperschonend wieder auf natürlichem Wege zu erfolgen hat.

All dies erscheint in weiter Ferne, denn während ich diese Zeilen schreibe, erreicht mich eine besorgniserregende Nachricht aus Frankreich darüber, dass die Kostenerstattung von Homöopathie mit dem heutigen Tag (10.07.2019) in Frankreich gestrichen worden ist …[34]

Die Pharmaindustrie und die Ärzteschaft bereichern sich weiter an parallel dazu explodierenden Opferzahlen. Die Politik schaut dabei nicht nur tatenlos zu, sondern beugt sich der mächtigen Pharmalobby und unterstützt das Treiben, das zunehmend zu einem mörderischen Spiel ausartet.

[34] https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/news/artikel/2019/07/10/frankreich-streicht-kostenerstattung-fuer-homoeopathie/chapter:2.

8. Wie funktioniert Heilung eigentlich – Demystifizierung einer vermeintlichen Abstraktion

„*Lasst die* Nahrung *unsere Medizin sein* und die *Medizin unsere Nahrung.*“ (Hippokrates)

Unter „Heilung“ versteht man zunächst einmal per Definition die „völlige Wiederherstellung des Gesundheitszustands“. Der Lateiner pflegt diesbezüglich zu sagen: *„Restitutio ad integrum.“*

Schockierender Weise handelt es sich beim Begriff „Heilung“ nicht nur für medizinische Laien, sondern seit der Abschaffung der Naturheilmedizin (innerhalb der vorherrschenden Medizin) durch John D. Rockefeller um 1900 gar für die meisten Mediziner selbst nach sechs Jahren des Medizinstudiums und unzähligen Praxisjahren um einen abstrakten Begriff.

Letzteres verwundert natürlich wenig, da weder synthetische Medikamente noch der symptomorientierte Behandlungsansatz aus bereits in den vorherigen Kapiteln detailliert beschriebenen logischen Gründen jemals in der Lage sind, Heilung herbeizuführen.

Und so erfährt der angehende Mediziner nach entsprechend menschenfeindlich erfolgter Umstrukturierung der Lehrinhalte um 1900 nicht mehr, wie Heilung überhaupt funktioniert – schließlich soll er lediglich Medikamente der Big Pharma an ~~Patienten~~ Kunden ~~verordnen~~ verkaufen und nicht etwa durch Heilung ~~Patienten~~ Kunden dezimieren.

Um offenbar von diesem Fakt abzulenken, wird „Heilung“ ad absurdum geführt und dem Medizinstudenten anhand abstrakter Modelle bruchstückweise erklärt, stets mit den eingestreuten Hinweisen darauf, dass die wissenschaftliche Klärung entscheidender Aspekte ohnehin noch ausstehe.
Die Vermutung liegt dabei nahe, dass „Heilung“ erst gar nicht verstanden werden soll, entspringen schließlich ihre eigentlichen Wurzeln, wie Sie im Weiteren noch detailliert lesen werden, stets der molekularen Ebene in Form natürlicher, s.g. orthomolekularer Substanzen …

8.1. Der Begriff „Heilung“ oder: Warum einfach, wenn es auch kompliziert geht?

„Wollte ich Vollkommenheit anstreben, würde mein Buch nie fertig.“
Tai T‘ung, chinesischer Gelehrte, 13. Jahrhundert

Ein kluger Mann, an dessen Namen ich mich leider nicht mehr erinnere, hat mal gesagt, man müsse Heilungsmechanismen dem Menschen von der Straße in wenigen Sätzen verständlich erklären können, sonst sei es keine Heilung, sondern ein Betrug.

Diese Überzeugung teile ich ebenfalls, denn erst wenn ein Heilkonzept völlig plausibel bzw. logisch klingt, den Patienten also überzeugt, wird dieser sich gänzlich darauf einlassen und sich hierfür öffnen können.

Letzteres ist sprichwörtlich zu nehmen und stellt für eine optimale Genesung eine wesentliche Grundvoraussetzung dar. Erst wenn Sie verstanden haben, wie eine Therapie funktioniert und warum diese Sie heilen wird, werden Sie diese innerlich für sich bejahen und aus dieser ein Optimum rausholen. Und erst aus dieser Bejahung heraus resultieren positive Eigenschwingungen, die in Ihren Zellen unzählige kleine „Türchen“ öffnen, um Heilungsmechanismen auf Zellebene geschehen zu lassen. Zu den besagten Schwingungen bzw. deren Frequenzen kommen wir an späterer Stelle …

Bedauerlicher Weise erfragen Patienten übrigens viel zu selten die bezweckte Wirkung der jeweiligen Medikamente, die ihnen verschrieben werden, und hinterfragen noch seltener die Logik dahinter, die sie aber stets verstehen sollten.

Der verstaubte Arztstatus „Halbgott in Weiß“, dem blindlinks zu vertrauen ist, ist im aktuellen Informationszeitalter, in dem wir per Internet in wenigen Minuten eine Zweit, Dritt-, Viert-Meinung etc. eines Experten erfragen können, nicht mehr zeitgemäß.

Sowohl Körper als auch der Geist verantworten Heilung. Verständnis und Logik bzw. Plausibilität sind also auf geistiger Ebene hinsichtlich der Heilung, die parallel zur physiologischen Ebene verläuft, die beiden Schlüsselbegriffe.

Zu meiner eigenen Verwunderung ist mir bis dato unter den Hunderten von Büchern, die ich zum Thema studiert habe, kein einziges Buch untergekommen, das es geschafft hat, die vermeintliche „Abstraktion Heilung“ nur annähernd plausibel, geschweige denn verständlich zu erklären.

Meistens wird aufgrund der Komplexität des Themas und der noch ausstehenden Beweise erst gar nicht der Versuch unternommen. Trotz guter Ansätze bringen aber diejenigen Autoren, die sich an diese anspruchsvolle Aufgabe doch noch heranwagen, das Wesentliche entweder nicht auf den Punkt, oder aber speziell medizinisch und wissenschaftlich vorbelastete Autoren verfangen sich auf unzähligen Seiten in Details aus biochemischem Kauderwelsch, was letztlich mehr Verwirrung stiftet, denn Wissen schafft … in etwa so, wie sie es an ihren Universitäten erlernt haben. Es bleibt wie gesagt anzuzweifeln, ob „Heilung" vom Volk und dessen Ärzten überhaupt verstanden werden soll.

So verwundert es kaum, wenn Ausführungen schulmedizinischer Laien ob von Robert Franz, Lothar Hirneise oder aber meiner Wenigkeit – bei der normalen Bevölkerung mehr Anklang finden als die vermeintlicher Fachexperten. Letztere haben für gewöhnlich selten das Interesse oder die Zeit, neben ihrer strapazierenden Tätigkeit in der Klinik oder der eigenen Praxis die unzähligen Forschungsarbeiten und Studien der „alternativen Medizin" der ohnehin offiziell wenig anerkannten, medizinischen Ausrichtung zu studieren. Je häufiger man aber ausschließlich die sich immer gegenseitig bestätigenden (schulmedizinischen) Quellen nutzt, umso unwahrscheinlicher ist es, wahre Zusammenhänge zu erkennen, die aber die Grundlage jeglicher Problemlösung, so auch innerhalb der Heilung, darstellen.

Autodidakten, die zudem geistig frei von festgefahrenen Dogmen des medizinischen Establishments sind und keinem Druck der eigenen Branche unterliegen, haben Heilung zumeist zunächst selbst erlebt, bevor sie sich für deren theoretische Hintergründe interessierten. Da sie auch noch die Sprache des Volkes sprechen, können sie über eine verständliche und logische Erläuterung entsprechender Abläufe die erstrebenswerte Brücke zwischen Erfahrungsheilkunde, Wissenschaft und Wissensvermittlung schlagen und gleichzeitig eine Faszination für die Geschenke von Mutter Natur entfachen.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus"

8.6.1. Der unumstößliche Beweis dafür, dass Krankheiten durch Vitalstoffe geheilt werden

Dass dem so ist, erschließt sich bereits aus der schulmedizinisch bestätigten Tatsache, dass unser Organismus bei sämtlichen Erkrankungen zu einem regelrechten Vitalstoff-Sauger mutiert. Beispielsweise verbraucht unser Körper bei Krebs nachweislich viel mehr Vitamin C und Selen. Knochenbrüche, die für die Heilung der Fraktur höhere Mengen an Calcium und Vitamin D benötigen, zapfen entsprechende Substanzen stärker an – selbst der banale grippale Infekt braucht mehr Vitamin C und Zink auf.

Sämtliche Krankheiten, die durch die sog. freien Radikale verursacht werden, zapfen nachweisbar entsprechend größere Mengen an antioxidativen Substanzen an.

Dies ist auch mehr als logisch, benötigen wir, um bei unserer Hausmetapher zu bleiben, von einem bestimmten Baumaterial oder Werkzeug zur Reparatur bestimmten Schadens mehr, so wird dieses Baumaterial schneller zuneige gehen oder aber das Werkzeug schneller verschleißen…

Ein weiterer medizinischer Irrsinn besteht also darin, dass ein Arzt im Blutbild jeden einzelnen Vitalstoff messen kann. So weiß dieser bestens, dass je nach Erkrankung spezifische Vitalstoffe im Organismus eines Kranken zigfach höher verbraucht werden als beim gesunden Patienten.

Die Logik aber, dem Körper diese „Werkzeuge“ und „Baumaterialien“ , nach denen er ja regelrecht schreit, für dessen Selbstheilung trotz dieses Wissens zu reichen, lehnt der Schulmediziner im Normalfall kategorisch ab.

Solange der Himmel blau, die Sonne hell und das Wasser nass ist, müssen wir an dieser Stelle nicht darüber debattieren, ob es sich hierbei um pure Idiotie handelt – vor allem angesichts der Opferzahlen, die dieses irrationale Verhalten fahrlässig produziert.

Es sind diese ärztlichen, dogmenbehafteten „Phänomene“, die einen regelrecht zum Verzweifeln bringen. Denn an fehlender Intelligenz wird es nicht liegen, erfordert das ärztliche Studium, trotz der Tatsache, dass es sich zum großen Teil um die falschen Lehraspekte dreht, schließlich ein durchaus gehobenes, geistiges Niveau …

Ärzte müssen sich darüber nicht länger wundern, wenn sich ihre Patienten angesichts so vieler Diskrepanzen zwischen dem ärztlichen Handeln und der einfachsten Logik emanzipieren und die Gesundung im Informationszeitalter in ihre eigenen Hände nehmen.

Als Fazit benötigen wir also im Krankheitsfall mehr von unseren biochemischen „Werkzeugen“ und „Baumaterialien“, und dies ist keine These, sondern eine erwiesene Tatsache, die gar über Blutbildmessungen durchaus als schulmedizinisch erwiesen gilt.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

8.9.1. Monologe vs. Dialoge innerhalb der Zellkommunikation

Indem sämtliche körperverwandten (= orthomolekularen) Substanzen, die wir von außen in Form von Nahrungsbestandteilen oder aber direkt über die Nahrungsergänzung zu uns nehmen und die mithilfe der durch Biophotonen erzeugten Lichtstrahlen oder aber aufgrund von natürlichen Schwingungen entstehenden Frequenzen eine „Sprache“ sprechen, die bereits im Inneren des Körpers aufgrund der direkten molekularen Verwandtschaft „verstanden“ wird, erkennt dies unser Organismus sofort und verwendet diese nach entsprechender Absprache („Kommunikation“) wohlwollend für die besagten Mechanismen, die uns gesund erhalten und heilen.

Künstliche Medikamente (= zytomolekulare Substanzen) entstammen keinen lebenden Zellen und verfügen folglich über keine Biophotonen. Aufgrund derer verhältnismäßig primitiver, da von Menschenhand künstlich erzeugter Molekularstrukturen verfügen diese über völlig andere, (unnatürliche) Schwingungsmuster als Vitalstoffe. Auf diese Weise erzeugen sie unnatürliche, wenn man so will „kranke“ Frequenzen (sog. pathologische Schwingungsfrequenzen) und sprechen damit nicht nur keine gemeinsame Sprache mit unseren Zellen, sondern stören gar deren Kommunikation im Sinne eines “Störsenders”.

Dies führt außerdem dazu, dass künstliche Medikamente auf das (künstlich erzeugte) eindimensionale On-Off-Prinzip reduziert sind, was ihre Wirkungsintelligenz sehr stark begrenzt. Sie können faktisch im Körperinneren chemische Vorgänge einleiten, hemmen oder stoppen. Auf diese Weise sind sie dazu verdammt, gegen den Willen des sich dagegen wehrenden Organismus, lediglich Symptome zu bekämpfen, da echte Heilungsmechanismen, wie Sie später noch an konkreten Beispielen detailliert lesen werden, viel mehr erfordern als On-Off-Schemata.

8.9.2. Gestörter Informationsfluss führt zur Krankheit

Medikamente erzeugen über ihre pathologischen Schwingungen so gesehen ausschließlich „Monologe“. Die Fähigkeit zur Aktion und Reaktion im Dialog mit Körperzellen (oder Trialog mit einer weiteren unterstützenden Naturheilsubstanz) ist ihnen nicht gegeben, weil ihnen hierzu die Grundlage fehlt, nämlich die gemeinsame „Sprache“, an der die angenommene Kommunikation (über die besagten Schwingungsfrequenzen und/oder Biophotonen) mit entsprechenden Körperzellen scheitert.

Die Folgen dieses Mankos sind Ihnen unter dem Begriff “Nebenwirkungen” und „Wechselwirkungen“ bekannt. Diese fallen leider nicht selten tödlich aus.[35]

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

[35] https://www.t-online.de/gesundheit/id_61631846/toedliche-wechselwirkungen-so-gefaehrlich-ist-der-medikamentenmix.html.

8.10. Orthomolekularmedizin – die „Mutter“ aller Therapien

Es mag zunächst vermessen klingen, wenn man eine einzige Medizinform gleich als die Mutter aller Therapieformen bezeichnet, also die absolute Grundlage der Heilung.

Da sich aber echte Heilung von Krankheiten und Verletzungen stets auf tiefster Ebene abspielt, ergibt es logischerweise Sinn, das jeweilige Heilungsgeschehen bis zur tiefsten, der molekularen Ebene, zurückzuverfolgen.

Hier stellt man dann fest, dass (fast) alle Fäden, die zur Heilung führen, tatsächlich der orthomolekularen Medizin entspringen.

Wie dies geschieht?

Die meisten medizinischen Eingriffe, etwa Operationen aller Art, Korrekturen, Gipsverbände usw., stellen bei genauer Betrachtung eine reine Heilungsvorbereitung dar, wenn auch oftmals eine zweifelsfrei nötige. Für diese sind wir der Schulmedizin unendlich dankbar, da sie hierfür die nötige Kompetenz mitbringt und eine ausgezeichnete Arbeit zu leisten vermag!

Ob nun verletzte Organe „geflickt“ oder gebrochene Knochen geschient werden – die eigentliche Heilung erfolgt logischerweise stets erst beim Prozess des Zusammenwachsens der Knochen bzw. der Gewebeerneuerung auf zellulärer bzw. molekularer Ebene unter der Inanspruchnahme entsprechender orthomolekularer Substanzen (unserer „Baumaterialien“ und „Werkzeuge“), und zwar nach dem Vernähen bzw. Schienen des im Anschluss zu heilenden Organs bzw. Gewebes!

Abgesehen von einigen wenigen Ausnahmen verhält es sich je nach Indikation bei allen anderen Therapieansätzen sehr ähnlich. Ein versierter Therapeut kann beispielsweise manuell durchaus wertvolle „Heilungsimpulse“ von außen setzen, etwa über die Stimulation von Muskeln, Sehnen, Nerven oder über die Körperflüssigkeiten in Blutbahnen und Gewebe mithilfe von manuellem Druck, Strom, Wärme, Kälte, unter Einsatz von Heilwasser, Spritzen (Balneotherapie, Chiropraktik, Craniosacrale Therapie, Elektrotherapie, Eigenbluttherapie, Massage, Neuraltherapie, Osteopathie, Wärme-Kälte-Behandlungen). Diese dienen in den meisten Fällen der Anregung biochemischer Heilprozesse im Inneren des Körpers, die im Anschluss ablaufen.

Wo kommt aber die Grundstoffe für die Chemie her für die biochemischen Prozesse, die zur Heilung führen?

Ex nihilo nihil fit – Von nichts kommt nichts.

Die wenigsten denken über diesen Punkt nach, den man offensichtlich als selbstverständlich ansieht. Selbst Ärzte und Therapeuten übergehen diesen vollständig, als sei unser Körper ein Selbstläufer, ein Perpetuum mobile.

Zur Erklärung finden zunächst einmal alle Lebensvorgänge in Anwesenheit von Wasser statt. Das wichtigste chemische Element für den Aufbau organischer Substanzen ist der Kohlenstoff (C). Daneben sind Sauerstoff (O) und Wasserstoff (H) ebenfalls zu großen Anteilen vorhanden. Ausserdem sind Stickstoff (N), Phosphor (P), Schwefel (S), Kalium (K), Calcium (Ca) sowie Natrium (Na) mengenmäßig bedeutsam, während Chlor (Cl), Jod (I), Eisen (Fe), Kupfer (Cu), Selen (Se) und einige andere Elemente nur in Spuren vorkommen, dennoch aber essenziell sind.[36]

Abgesehen von Luft, aus der wir den Sauerstoff und den Stickstoff beziehen, sowie Wasser und Sonnenlicht benötigen wir für all diese biochemischen Vorgänge, die im Inneren unseres Körpers zur Heilung führen, unsere Werkzeuge und Baumaterialien in Form der orthomolekularen Substanzen (Mineralien, Vitaminen, Enzymen, Aminosäuren, Fettsäuren …), die zum großen Teil von unserem Organismus nicht selbst synthetisiert (erschaffen) werden können und daher mit der Nahrung oder aber per Nahrungsergänzung zugeführt werden müssen.

Phytotherapie, Mykotherapie, traditionelle Chinesische Medizin, Ayurveda, Indiomedizin, Bachblütentherapie, gewissermaßen sogar Steinheilkunde und andere zuweilen schwierig nachvollziehbare Ansätze, die man nicht selten abwertend der Kategorie „Esoterik“ zuweist, stellen dabei eine wertvolle Unterstützung dar und komplettieren den Begriff „Naturheilmedizin“.

Diese beinhalten sehr häufig (z. B. Phytotherapie, Mykotherapie, TCM, Ayurveda, Indiomedizin) von Haus aus unsere orthomolekularen Substanzen, regen aber zusätzlich durch weitere Substanzen entsprechende Heilungsmechanismen an.

Selbst Homöopathie harmoniert wunderbar mit orthomolekularer Therapie, und es ist als bedauerlich zu

[36] https://flexikon.doccheck.com/de/Lebewesen.

werten, dass viele klassische Homöopathen weitere Therapieformen neben der Homöopathie ablehnen aus Sorge vor evtl. störenden Interaktionen.

Diese Sorge ist in den weitaus meisten Fällen unbegründet, denn während sich die orthomolekulare Medizin auf *grobstofflicher*, materieller Ebene (unseren „Werkzeugen“ und „Baumaterialien“) abspielt, spielt sich Homöopathie auf einer völlig anderen Ebene ab, nämlich der *„feinstofflichen“*, informationellen Ebene, auf der mit energetischen Reizen gearbeitet wird.

Auch andere energiebasierte Therapien wie Akupunktur, Bioresonanz, nichtinvasive Magnetfeldtherapie/Magnettherapie, Kinesiologie stellen hier keine Ausnahme dar und benötigen (abgesehen von wenigen Indikationen) die Anwesenheit unserer orthomolekularen „Werkzeuge“ und „Baumaterialien“, um zu funktionieren.

Selbst Geist-Körper-Methoden wie Qi Gong, Tai-Chi, Yoga und Meditation sowie sonstige Geistheilung haben ihre Daseinsberechtigung, denn grundsätzlich funktionieren diese, allerdings nicht etwa über einen mysteriösen „Hokuspokus“, sondern auf neurophysiologischer Ebene. Konkret setzt selbige wieder über das Hirn Energieimpulse (u. a. in Form der beschriebenen Frequenzen) für die Anregung besagter biochemischer Prozesse im Körper frei, die zur Heilung führen. Woraus aber wird die Biochemie für diese Prozesse hergestellt?

Die Antwort lautet stets: aus unseren orthomolekularen Substanzen (Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, Fettsäuren)!

„Achte auf deine Gedanken, denn sie werden Worte, achte auf deine Worte, denn sie werden Handlungen!“ (Charles Reade)

Faktisch mit jedem einzelnen Gedanken, jedem Wort, jeder Handlung erzeugen wir über elektromagnetische Energie Impulse – es handelt sich um einen nachvollziehbaren, rein physikalischen Vorgang, der in unserem Gehirn abläuft, bevor das Gehirn diese Impulse zur weiteren Ausführung an unseren Körper weitergibt. Es folgen Worte, und es folgen Handlungen …

Ohne zu tief in dieses komplexe Thema eintauchen zu wollen (dieses könnte für sich ganze Bücherregale füllen), kann diese Energie sogar auf Dritte übertragen werden.

Da unser Kopf über keinerlei Abschirmmechanismen verfügt, wirkt die gedanklich erzeugte Energie sowohl nach innen, kann aber ebenfalls nach außen dringen und problemlos andere Menschen durchdringen. Auf diese Weise werden Negativschwingungen von schlecht gelaunten Menschen auf andere übertragen, während umgekehrt positiv gestimmte Menschen positive Schwingungen an unser Resonanzfeld

(Schwingungsfeld) abgeben und in uns zu positiven Eigenschwingungen führen. Die positive Eigenschwingungen lassen sich sogar zu Heilungszwecken nutzen, man nennt dies auch „Geistheilung“.

Selbst Steine können innerhalb der Edelsteintherapie bzw. Lithotherapie zur Heilung beitragen und erhalten dann die Bezeichnung „Heilsteine“ bzw. „Gesundheitssteine“.

Wie das funktioniert? Verschiedene Steine bestehen aus unterschiedlichen Mineralien, Elementen, Metallen und sind bekanntlich entsprechend ihrem Aufbau (Zahl der positiv, negativ und neutral geladenen Teilchen/Atome im Kern und auf der Schale) in verschiedene Gruppen eingeteilt. Diese energetische Aufladung der Atome der Elemente, Mineralien, Metalle, selbst deren Farbe führen zu diversen Schwingungen und Strahlungen, die unsere Körperzellen als heilsame Frequenzen wahrnehmen können, ohne dass diese bislang mit gewöhnlichen medizinischen Messgeräten gemessen werden können. Wenn wir schon von Farben sprechen, so ist selbst deren Wirkung über unsere Psyche auf unseren Körper, etwa im Sinne einer Psychoimmunologie, gegeben.

8.10.1. Selbstheilung ist in Wirklichkeit keine …

Der aktuell fast schon inflationäre Begriff „Selbstheilung“ ist an sich etwas irreführend, denn er verrät nicht, dass die ominöse Selbstheilung zwar durchaus von unserem Organismus selbst vollzogen wird, der Organismus aber hierfür unsere biochemischen Werkzeuge und Materialien benötigt, die orthomolekularen Grundsubstanzen also, die entweder in körpereigenen Speichern vorrätig sind oder aber über die Nahrung (heutzutage vorzugsweise zusätzlich über Nahrungsergänzung) zugeführt werden.

Ich bin weit davon entfernt, missionieren zu wollen, und respektiere andere Sichtweisen – Logik ist mir allerdings sehr wichtig (Sie wissen schon, Heilung muss nachvollziehbar und logisch sein).

Denn selbst wenn man unterstellen würde, dass ein gesetzter energetischer Reiz fallabhängig das eine oder andere biochemische „Werkzeug“ im Körper zu überbrücken imstande ist oder anderswie zu ersetzen vermag, wissen wir doch alle, dass es spätestens bei grobstofflicher Materie (z. B. Calciummolekülen für den zu heilenden Knochen, Kollagenen für das zu heilende Weichgewebe und Organe usw.), also den „Baumaterialien“ scheitern würde, wenn diese im Zuge reparativer Maßnahmen im Körper völlig fehlen würden.

Der energetische Reiz kann also stets nur dann eine (heilsame) Reaktion bewirken, wenn die Zelle über alle Stoffe für den Bau („Baumaterialien“) und die Funktion („Werkzeuge“) verfügt.

Sowohl all diese Schwingungen als auch Strahlungen, so minimal diese auch sein mögen, können über ihre Frequenzen biochemische Prozesse im Körper anregen. Für diese biochemischen Prozesse stellen allerdings unsere orthomolekularen Substanzen wie immer den Rohstoff dar.

Leider wird Letzteres von zahlreichen Therapeuten (ob aus Schulmedizin oder der Alternativmedizin stammend) als gegeben erachtet, und eine Optimierung der Heilungsmechanismen über die entsprechende Substitution orthomolekularer Substanzen findet nur selten statt.

Für alle „ungläubigen Apostel", die an dieser Stelle jetzt die Stirn runzeln oder gar schmunzeln, sei in diesem Zusammenhang noch einmal daran erinnert, dass die Schulmedizin nach über 100 Jahren Spott und Hohn die Akupunktur anerkannt hat, die seit Tausenden von Jahren von der traditionellen Chinesischen Medizin völlig intuitiv erfolgreich angewandt wird…

Richtig, nämlich dann, als sie mit ihren modernen Messgeräten zu ihrem eigenen Erstaunen den von den chinesischen Therapeuten völlig intuitiv nachvollzogenen Energiefluss erstmals zu messen imstande war (was unser „drittes Auge", unser Intuitionszentrum im Hirn doch alles zu vollbringen vermag … verpassen Sie in diesem Zusammenhang hierzu übrigens nicht im Hauptteil das Kapitel „Kolloidales Gold"!).

Und so wurde auf dem Deutschen Ärztetag 2003 die Zusatz-Weiterbildung Akupunktur neu in die (Muster-) Weiterbildungsordnung (MWBO) der Bundesärztekammer eingeführt.[37]

Immerhin, besser spät als nie …

Warten wir also noch ein paar Jahre ab, wenn der moderne Schulmediziner Energien misst, von denen er nicht einmal zu träumen gewagt hätte, und beschämt Therapien bestätigen muss, die der Mensch nicht von ungefähr seit Jahrtausenden erfolgreich anwendet (die Big Pharma wird schon dafür sorgen, dass dies eher nicht bekannt wird…).

MERKE:

Die meisten Therapien nehmen die Rolle einer Zündkerze ein, die den Zündfunken setzt. Das Benzin, das den Motor zum Laufen bringt, stellen aber orthomolekulare Substanzen zur Verfügung, die die Inhalte dieses Buches bilden, und die man von außen ständig zu sich nehmen muss (der Körper ist wie das Auto kein Perpetuum mobile!).

Die Heilung findet mithin stets auf der tiefsten physiologischen, der molekularen Ebene statt, weswegen die Molekularmedizin (Einsatz der in diesem Buch vorgestellten orthomolekularen Substanzen inklusive ihrer

[37] https://www.bundesaerztekammer.de/fileadmin/user_upload/downloads/MKB-Akupunktur.pdf.

„Helfer“ aus der Natur) bereits der Logik entsprechend die Grundlage für fast alle Ihnen bekannten Heilmethoden, inklusive schulmedizinischer Eingriffe darstellt – die Mutter aller Therapien!

8.10.2. Heilung (vermeintlich) ohne orthomolekulare Substanzen

Der eine oder andere wird an dieser Stelle lautstark Einspruch erheben und argumentieren, dass er mal durch eine Operation, manuelle Therapie, Akupunktur, Geistheilung, Qigong, was auch immer, Heilung erfahren haben, OHNE dass er zusätzlich orthomolekulare Substanzen in welcher Form auch immer (Phytotherapie, Mykotherapie, Nahrungsergänzung …) eingenommen habe.

Das ist richtig, allerdings hat dieser weiterhin Nahrung zu sich genommen, die immer einen gewissen, wenn auch heutzutage stark schwindenden Anteil an unseren biochemischen Werkzeugen und Baumaterialien, den Orthomolekularsubstanzen, enthält. Diese werden für seinen Heilungsprozess gereicht haben, den er hätte natürlich viel besser unterstützen können, wenn er die für die Heilung spezifischen Orthomolekularsubstanzen zusätzlich zur Verstärkung des Heilungseffekts eingenommen hätte.

Sind die besagten orthomolekularen Substanzen gerade nicht im Blut vorhanden oder aber in den Körperdepots gespeichert (in Organen und Geweben wie der Leber, Nebenniere, der Hypophyse, der Augenlinse, der Milz, dem Gehirn, Fett- und Muskelgewebe usw.), weil der Patient diese nur notdürftig durch natürliche Nahrung aufgefüllt hat, bringen meist weder die manuelle Therapie, die Geistheilung, Akupunktur noch etwaige andere Therapieformen (die nicht von Haus aus orthomolekulare Substanzen beinhalten) den erhofften Heilungserfolg.

In dem Fall besteht sogar das Risiko, dass sich der Organismus durchaus auch selbst kannibalisiert, indem er sein eigenes Organgewebe anzapft, wenn etwa unser Überleben akut davon abhängt (das „Prioritätsprinzip“). Dieses führt unnötig zu weiteren (Mangel-)Erkrankungen.

Beispiel Calcium:

Calcium wird für zahlreiche, u. a. auch lebenswichtige Körperfunktionen benötigt. Es spielt eine wichtige Rolle für die Blutgerinnung, die Muskel- und Nerventätigkeit, die Abwehr von Entzündungen und Allergien sowie die Funktion von Herz, Lungen und Nieren. Wie weiter oben bereits geschildert, besteht die bekannteste Aufgabe des lebenswichtigen Mineralstoffs jedoch im Aufbau und Erhalt von Knochen und Zähnen. Etwa 99 % – ungefähr 1,2 kg – des gesamten Körpercalciums befinden sich in unseren Knochen und Zähnen.

Steht in den Blutbahnen nicht ausreichend freies Calcium zur Verfügung, weil wir den Körper unzureichend mit Calcium oder aber Vitamin D über die Nahrung oder Nahrungsergänzung versorgt

haben, zögert dieser bei lebenswichtigen Prozessen, die das fehlende Calcium benötigen (z. B. innerhalb der Herztätigkeit oder der Blutgerinnung) keine Sekunde, gnadenlos die Knochen anzuzapfen, was längerfristig zu Osteoporose (Knochenschwund) und Zahnschmelzabbau führt.[38] Dies verwundert auch wenig, denn wenn das Hirn aufhört zu arbeiten oder aber das Herz aufhört zu schlagen, sterben wir – ohne Zähne und mit brüchigen Knochen kann man dagegen durchaus leben …

Der Schulmediziner, der mit Säuren und Basen herzlich wenig anfangen kann, empfiehlt zur Calciumdeckung dann auch noch gerne Milchprodukte, nicht ahnend, dass diese das Säure-Basenverhältnis zugunsten von Säuren dermaßen stören, dass das körpereigene Calcium zwecks Entsäuerung ab-, statt aufgebaut wird!

Zwar geht auch hier der Körper nach dem Prioritätsprinzip vor und schädigt zunächst die Knochenmasse, die eine geringe statische Bedeutung hat, wie z.B. Schädelknochen und Brustbein, sind aber auch diese Calcium-Vorräte aufgebraucht, holt sich der Körper sein Calcium als Nächstes aus den tragenden Knochen!

An dieser Stelle ist es durchaus angebracht zu betonen, dass Milch für erwachsene Säugetiere, so auch Menschen, alles andere als gesund ist. Hier verweise ich gerne auf die mehr als repräsentative Studie an immerhin 61 433 Frauen aus Schweden (Alter zwischen 39 und 74 Jahre), die täglich drei Gläser Milch und mehr tranken und dabei über 20 Jahre lang beobachtet wurden. Erschreckender Weise lag die Sterberate um 93% höher als bei Frauen, die keine Milch tranken.

FAZIT

Selbst wenn man aktiv zum gegebenen Zeitpunkt keine Nahrungsergänzung zugeführt hat, kann eine Heilung geglückt sein. Diese wird zumeist auf Sparflamme abgelaufen sein, wenn die hierzu benötigten orthomolekularen Substanzen notdürftig etwa aus körpereigenen Speichern entzogen werden mussten, was leider zum späteren Zeitpunkt schleichend zu einer Sekundärerkrankung führen kann!

Um Erkrankungen sicher vorzubeugen und die Genesung im Krankheitsfall optimal zu unterstützen, sollte Sorge dafür getragen werden, dass der Körper zu dessen „Selbstheilung“ sämtliche biochemischen Werkzeuge und Baumaterialien erhält (zur Erinnerung: Vitamine, Mineralstoffe, Enzyme, proteinogene Aminosäuren und Fettsäuren).

[38] https://www.doppelherz.de/ratgeber/gesundheits-lexikon-von-a-z/calciummangel-hypokalzaemie/.

10.Der katastrophale Nährstoffverlust in unserer Nahrung

„Eine Nation überlebt nur so lange wie ihre Böden. Auf der Gesundheit ihrer Äcker ruht das Schicksal ihrer Böden…“ (Hamaker und Weaver in „Survival of Civilization“)

Kommen wir zu einem weiteren sehr ernsthaften Schlüssel-Aspekt, der dazu führt, dass es solche Bücher wie den Codex Humanus überhaupt geben muss, wenn schon die ehrliche Aufklärung von offiziellen Stellen zu wünschen lässt …

Wie Sie bereits lesen konnten, ist das Hungergefühl nichts anderes als eine perfekte Absicherung von „Mutter“ Natur, um alle ihre Säugetiere und Menschen notfalls dazu zu zwingen, über die Nahrungsaufnahme u. a. die existenziell wichtigen orthomolekularen Baumaterialien und Werkzeuge mehrmals am Tag aufzunehmen.

Leider hat die Natur die Rechnung ohne den Wirt (den Menschen) gemacht, denn dieser ist ihr und somit auch sein eigener größter Feind!

Indem er im Zuge rigoroser Industrialisierung einerseits für verseuchte Atemluft, Vergiftung von Wasser und Lebensmitteln, gar Kleidung gesorgt und andererseits schrittweise u. a. dafür Sorge getragen hat, dass all diese genialen Nähr- und Vitalstoffe, die diese Probleme u. a. über Entgiftung des Organismus kompensieren könnten, aber in unserer natürlichen Nahrung kaum noch vorhanden sind, hat er die größte Welle an sog. Zivilisationskrankheiten (Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Asthma, Demenz, Arthrose, Allergien usw.) seit Menschengedenken ausgelöst.

Während uns nämlich zu Urgroßmutters Zeiten all diese orthomolekularen Vitalstoffe in unseren gewöhnlichen Lebensmitteln reichlich zur Verfügung standen und diese Krankheiten kaum bekannt waren, ermittelten das renommierte *Lebensmittellabor Karlsruhe* und unabhängig davon das schweizerische Pharmaunternehmen *„Geigy“* zwischen 1985 und 2002 einen schockierenden Rückgang der Vital- und Nährstoffe in unserem Obst und Gemüse um bis zu **95 %**!

Vergleich zwischen einer 1985 erstellten Studie und den 1996 und 2002 in einem Lebensmittellabor ermittelten Werte in Obst und Gemüse

Mineralien u. Vitamine in mg je 100g Lebensmittel	untersuchte Inhaltsstoffe	Ergebnis 1985	Ergebnis 1996	Ergebnis 2002	Differenz in % 1985 - 1996 und 1985 - 2002	
Brokkolie	Calzium	103	33	28	-68	-73
	Folsäure	47	23	18	-52	-62
	Magnesium	24	18	11	-25	-55
Bohnen	Calcium	56	34	22	-38	-51
	Folsäure	39	34	30	-12	-23
	Magnesium	26	22	18	-15	-31
	Vitamin B6	140	55	32	-61	-77
Kartoffeln	Calcium	14	4	3	-70	-78
	Magnesium	27	18	14	-33	-48
Möhren	Calcium	37	31	28	-17	-24
		21	9	6	-57	-75
Spinat	Magnesium	62	19	15	-68	-76
	Vitamin-C	51	21	18	-58	-65
Apfel	Vitamin-C	5	1	2	-80	-60
Banane	Calcium	8	7	7	-12	-12
	Folsäure	23	3	5	-84	-79
	Magnesium	31	27	24	13	-23
	Vitamin B6	330	22	18	-92	-95
Erdbeeren	Calcium	21	18	12	-14	-43
	Vitamin-C	60	13	8	-67	-87

Ursachen: Ausgelaugte Böden, Luftverschmutzung, zu schnelles Wachstum und lange Lagerung
Quelle: 1985 Pharmakonzern Geigy (Schweiz). 1996 Lebensmittelabor Karlsruhe/Sanatorium Oberthal 2002

Begründet wird dieser katastrophale Rückgang übrigens sehr plausibel durch ausgelaugte Böden, Luftverschmutzung, Einsatz von Wachstumsbeschleunigern sowie lange Lagerungszeiten.[39]

Mineralienverlust – ein globales Problem

Bestätigung für diese katastrophale Entwicklung kommt durch weitere Studien aus dem Ausland. Wie beispielsweise eine Studie der Vereinten Nationen aus dem Jahr 1992 belegt („Earth Summit Report", Rio de Janeiro), sind ca. 75 % des Mineraliengehalts der Humusschicht der Erde allein während der vergangenen 100 Jahre verschwunden. In Südamerika sind es 26 %, in Australien 55 %, in Europa 72 %, in Asien 74 %, in Afrika 76 %, und Nordamerika punktet gleich mit 85 %.

Folgende Faktoren haben laut dieser Studie zum Mineralstoffverlust geführt:

[39] Pharmakonzern Geigy (Schweiz), 1985; Lebensmittellabor Karlsruhe/Sanatorium Oberthal, 1996/2002.

- saurer Regen, der Mineralien aus den Böden zieht,
- intensiver Anbau von Pflanzen, der den Mineraliengehalt der Erde reduziert,
- der Einsatz von Pestiziden und chemischen Düngemitteln,
- der Anbau von schnell wachsenden Hybrid- und Genpflanzen,
- Transport und Lagerung von unreif geerntetem Obst und Gemüse.
- Lediglich ca. drei bis vier Mineralien (etwa Stickstoff, Phosphat, Kalium) werden dem Boden in Form künstlicher Mineraliendünger zurückgegeben. Viele Gemüsearten werden heutzutage nicht mehr in Erde angebaut, sondern nur in Wasser, vermischt mit Dünge- und Pflanzenschutzmitteln.[40]

Obst und Gemüse aus dem Supermarkt reichen nicht mehr aus

Eine weitere Untersuchung, die Sie kennen sollten, wurde von Chemtech-Ford Analytical Laboratories in Salt Lake City im Mai 2000 durchgeführt.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

12.Das Kuriosum um Nährstoffempfehlungen, Dogmen und Realität

Die vorherrschende Kuriosität um *Empfehlungen*, *Dogmen* und *Realität* spiegelt sich darin wider, dass staatliche Ernährungsgesellschaften und sämtliche anderen Fachgesellschaften einerseits Nährstoffempfehlungen aussprechen, die (wie Sie im nächsten Kapitel detailliert lesen werden) ohnehin viel zu gering sind, um die Gesundheit eines Bürgers zu gewährleisten, dennoch aber bereits viel zu hoch sind, um vor dem Hintergrund der schwindenden Nährstoffe in der Nahrung auf dem „natürlichen“ Wege über die Nahrungsaufnahme erfüllt werden zu können. Andererseits sind da diese strikten Dogmen, die auf dem Mist der Pharma-Lobby gewachsen sind, und es untersagen, der Bevölkerung „reinen Wein“ einzuschenken und sie auf die einzig existierende Alternative zur natürlichen Nahrung, der die Vitalstoffe fehlen, nämlich Nahrungsergänzung hinzuweisen.

[40] https://ein-langes-leben.de/einleitung/12-mineralien-spurenelemente-mehr-gesundheit-mit-der-mikromineralien-ur-essenz.

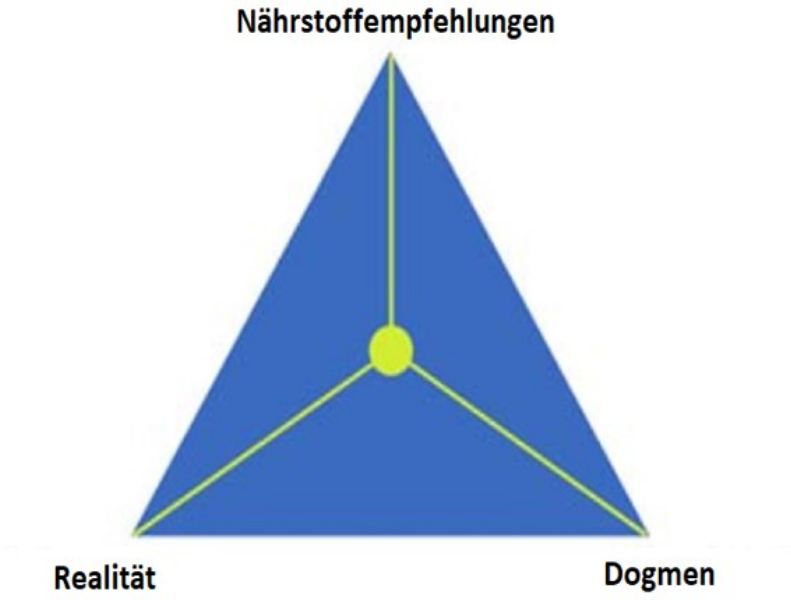


Abb. oben: das Kuriosum von Nährstoffempfehlungen, Dogmen und Realität

Um auf die empfohlene Tagesdosis bei nur einigen wichtigen Mineralien wie Magnesium, Calcium und Zink zu kommen, müssten riesige Mengen an Gemüse und Obst verzehrt werden, was einem Menschen bereits aus physiologischen Gründen unmöglich. Schauen wir es uns mal an…

Die tatsächliche tägliche Verzehrmenge von Obst und Gemüse, die nötig wäre, um den Körper mit wichtigen Mineralien zu versorgen[41]:

Mineralien	**Verzehrmenge**
Eisen	4,49 kg
Calcium	5,7 kg

[41] https://ein-langes-leben.de/einleitung/12-mineralien-spurenelemente-mehr-gesundheit-mit-der-mikromineralien-ur-essenz

Zink	3,99 kg
Phosphor	3,15 kg
Kupfer	2,0 kg

Demnach müsste man also mindestens vier bis fünf Kilogramm Obst und Gemüse täglich vertilgen, um nur einigermaßen mit den wichtigsten Mineralien versorgt zu sein. Selbst diese utopisch großen Mengen reichen aber nicht aus, um den Körper mit der Vielfalt der benötigten Spurenelemente zu versorgen.

Wie die *Nationale Verzehrsstudie II* an den Tag legte, die das Essverhalten mehrerer Tausend Bundesbürger untersuchte, die eine Zeitlang jedes Nahrungsmittel und Getränk protokolliert haben, das sie zu sich genommen haben, erfüllt ein Großteil der Bevölkerung erschreckenderweise noch nicht einmal die Vorgaben der grotesk anmutenden Mengen, die die Deutsche Gesellschaft für Ernährung und andere staatlichen Organe empfehlen.

So hielten beispielsweise 90 % der jungen, erwachsenen Frauen im Alter zwischen 19 und 34 Jahren nicht einmal die alte Zufuhr-empfehlung der DGE (Deutschen Gesellschaft für Ernährung) von 5 µg (= 200 IE), geschweige denn die immer noch viel zu geringen 20 µg (= 800 IE) ein.

Bedenkt man, dass gerade die jungen Frauen bis zum 34. Lebensjahr ihre Spitzenknochenmasse (sog. Peak Bone Mass) aufbauen müssen, weil die Knochendichte danach kontinuierlich sinkt und Vitamin D als wichtigstes „Werkzeug“ neben dem „Baumaterial“ Calcium eine zentrale Rolle bei Erhaltung der gesunden Knochendichte spielt, sprechen wir von einer erschreckenden Entwicklung.

Sie müssten übrigens 400 g Makrelenfilet, 20 Eier, 4 kg Schnitzel oder 20 L Vollmilch bzw. eine Mischung daraus täglich zu sich nehmen, um auf die geforderten und – wie Sie im Kapitel „Vitamin D“ noch lesen werden – immer noch zu geringen Empfehlungen zu kommen.

Ähnliches werden Sie noch detailliert im Kapitel zu „Camu-Camu“ lesen. So müssten wir täglich 40 Orangen oder aber 7 kg Sauerkraut essen, um entsprechend die von Naturmedizinern und Molekularbiologen geforderte Menge an Vitamin C aufzunehmen. Dabei erreichen laut der besagten Studie drei Viertel aller jungen Männer nicht einmal die skandalös geringe Menge von neuerdings „großzügig“ auf

95–110 mg pro Tag erhöhte Vitamin C-Zufuhr, die die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt. Bei jungen Frauen sieht es nicht viel besser aus …

Lediglich exemplarisch sei an dieser Stelle noch die extrem wichtige Zufuhr von Folsäure als Vitamin erwähnt, die besonders während der Schwangerschaft von großer Bedeutung ist. Laut Studien erreichen 78–87 % die Mindestempfehlung von Folsäure erst gar nicht.[42]

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

12.1.Fehlende Aufklärung der staatlichen Fachorganisationen und Bildungsträger

Während uns also die moderne Landwirtschaft und die Industrie primär sämtlicher Vitalstoffe berauben, wäre es angesichts des massiven Rückgangs der Nähr- und Vitalstoffe in unserer Ernährung existenziell unabdingbar, die Bevölkerung seitens Fachorganisationen und Bildungsträgern über die Möglichkeit und vor allem NOTWENDIGKEIT einer (Nahrungs-)Ergänzung mit diesen in unserer natürlichen Ernährung nun fehlenden biochemischen „Baumaterialien“ und „Werkzeugen“ aufzuklären, was bedingt, dass die Menschen (inklusive der Ärzte) wenig bis gar kein Wissen darüber haben, um sich entsprechend zu schützen.

Diese fehlende Aufklärung, inklusive der Lügen in die entgegengesetzte Richtung, indem man uns suggeriert, alles sei in Ordnung und normale Ernährung (Synonym: „gesunde Mischkost“) reiche vollkommen zur Gesunderhaltung aus, kosten die Bevölkerung Jahr für Jahr Abermillionen von Menschenleben in den Industrienationen – ein trauriges und doch so einfach abwendbares Schicksal…

Was tun – wie können wir uns trotz Vitalstoffmangels hinreichend schützen?

Den meisten unter uns dürfte es widerstreben, zugunsten der Gesundheit seine Heimat zu verlassen und in die Wildnis auszuwandern. Wie wir weiter oben gesehen haben, ist die Nährstoffsituation, bis auf evtl. Südamerika, woanders nicht viel besser …

[42] Volker Schmiedel: Nährstofftherapie – orthomolekulare Medizin in Prävention, Diagnostik und Therapie, 4. Auflage, 2019, S. 24.

Und selbst wenn wir auf den Nordpol auswandern würden, wären wir zumindest von Industriegiften nicht vollständig verschont. Wie das ZDF[43] berichtete, findet sich sogar im Blut von Eisbären beispielsweise die hochgiftige Perfluoroktansäure wieder, wie sie in Markenkleidung[44] verwendet wird – eine gefährliche, chemische Substanz, die beim Waschen unserer Kleidung in den natürlichen Kreislauf und irgendwann auch in die Meere bis zur fernen Antarktis ihren Weg gefunden hat!

Was uns bleibt, ist die konsequente, bewusste Umgestaltung unseres Lebens.

Neben einem gesunden Lebensstil, bestehend aus einer Ernährungsform, die ausschließlich auf biologisch angebaute Lebensmitteln setzt (Rohkost sehr empfehlenswert), regelmäßiger Entgiftung, Entsäuerung und Entschlackung der „Klärgrube Mensch", täglicher Bewegung an der „frischen" Luft und aktiver Stressbewältigung (Meditation u. Ä.), kommt also der moderne Mensch eindeutig nicht mehr umhin, auf qualitativ hochwertige Nahrungsergänzungsmittel zu setzen, um den beschriebenen drastischen Rückgang an Vitalstoffen in unserer natürlichen Nahrung zu kompensieren.

Gemeint sind mit hochwertiger Nahrungsergänzung keine künstlichen Derivate, wie Sie sie im Supermarkt um die Ecke vorfinden, sondern möglichst schonend gewonnene Extrakte tatsächlicher Obst- und Gemüsesorten, Kräuter, Algen, Heilpilze aus biologischem Anbau – häufig exotischen Ursprungs und ganz ohne künstliche Zusatzstoffe.

Und von diesen benötigen wir meist mehr, als wir annehmen, etwas das leider mit den offiziellen Nährstoffempfehlungen von DGE&Co auf´s Schärfste kollidiert!

12.2. Die grotesken Nährstoffempfehlungen von Fachgesellschaften

Obwohl Primaten einen beinahe identischen Nährstoffbedarf wie wir Menschen haben, sehen merkwürdiger Weise zoologische Richtlinien für diese eine weitaus nährstoffreichere Nahrung vor. Der Grund dafür ist, dass man sich an ihrer natürlichen Nahrung im Regenwald orientiert – einer extrem vitalstoffreichen Nahrung mit hohen Mineralien- und Vitaminmengen.

Da man eine solche Orientierung bei uns Menschen offenbar nicht den Urzeiten abgreifen wollte, als der Mensch noch eine ausschließlich naturbelassene, unbelastete, zumeist pflanzliche Nahrung genießen durfte und dabei beispielsweise zwischen 500 mg und mehreren Gramm Vitamin C zu sich nahm, beging man einen der denkbar verheerendsten Fehler, indem man lediglich ca. 100 Jahre zurückblickte und sich beim Menschen

[43] ZDF „Volle Kanne-ZDF" am 29.10.2012.

[44] https://www.umweltprobenbank.de/de/documents/profiles/analytes/14124.

absurder Weise an einer Ära orientiert, in der man die Vitaminmangelerkrankungen entdeckte.

Fataler Weise empfehlen die Fachgesellschaften für unsere Nährstoffe entsprechend tatsächlich exakt nur die Vitalstoffmenge, die dazu führt, dass die klassischen Mangelerkrankungen gerade so vermieden werden.[45] Diese Empfehlungen richten sich zudem nach dem gesunden und leistungsfähigen Durchschnittsbürger. Keine Berücksichtigung finden dabei Kranke und von Krankheit bedrohte Personen, Sportler und Personenkreise, die einer höheren psychischen und physischen Belastung ausgesetzt sind und damit einen signifikant höheren Vitaminbedarf aufweisen.

Dass dieser Ansatz sowohl biologisch als auch biochemisch schlicht unsinnig ist, scheint in den Köpfen der Verantwortlichen noch nicht angekommen zu sein. Ich hoffe, der eine oder andere kommt in den Genuss (oder die Verlegenheit), dieses Buch zu lesen, und so erkläre auch ich ihm das Problem sehr alltagsnah, direkt mal wieder am „des Deutschen liebsten Kind", dem Auto:

Wenn Sie Ihr Auto lieben, werden Sie bekanntlich neben dem regelmäßigen Ölwechsel immer wieder Motorölstandkontrollen durchführen. Der hierzu vorgesehene Ölmessstab ist nicht von ungefähr auf entsprechender Höhe mit einer Maximum- und Minimum-Marke versehen. Wenn Sie die maximale Menge überschreiten, könnte das austretende Öl die Dichtungen zerstören, bei zu geringer Menge riskieren Sie gleich den Motortod in der Gestalt von Kolbenfressern.

Während die Überschreitung des Öl-Maximums in etwa mit den Hypervitaminosen, also dem eher seltenen Vitaminüberschuss, vergleichbar ist, ist die Unterschreitung der Öl-Minimums mit den üblichen Hypovitaminosen, also einem klassischen Vitaminmangel, zu vergleichen, der neben zahlreichen Erkrankungen ebenfalls den Tod bewirken kann (Vitamin-C-Mangel bedingt Skorbut und führt schließlich zum Tod!).

Die Empfehlung für die optimale Ölmenge lautet logischerweise, sich mindestens mittig zwischen Min.-Marke und Max.-Marke, tendenziell aber mehr zum Max.-Strich[46] hin zu bewegen, um auf diese Weise optimale Sicherheit für den Motor zu gewährleisten. Es wird hingegen nicht empfohlen, sich lediglich nahe an der Min.-Marke zu orientieren.

[45] Rüdiger Schmitt und Simone Homm: Handbuch Anti-Aging & Prävention, 1. Auflage, 2008, S. 462.

[46] https://www.autobild.de/artikel/oelstand-pruefen-1938891.html.

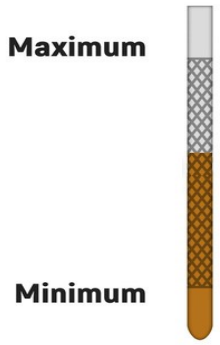


Abb.: Der korrekte Motor-Ölstand gemessen mit einem Ölmessstab

Die Verantwortlichen der Fachgesellschaften, an deren Empfehlungen sich unsere Ärzte und Therapeuten orientieren, empfehlen fern von diesem Optimum völlig irratonal, nur so viel von unseren Vitaminen und anderen Vitalstoffen zu sich zu nehmen, dass eine direkte Mangelerkrankung gerade so abgewendet werden kann, oder wie Dr. Volker Schmiedel in seinem Buch „Nährstofftherapie –Orthomolekulare Medizin in Prävention, Diagnostik und Therapie" korrekt anmerkt, stellen diese Empfehlungen *„eine Mindestanforderung dar, die ausreicht, um manifeste Mangelerscheinungen zu verhindern"*[47].

Der Nährstoffbedarf beruht dabei auf einem Schätzwert, der an einer gesunden Population von Erwachsenen und deren Ernährungsweise vor teilweise mehr als 50 Jahren als Mittelwert für jedes Vitamin ermittelt wurde. So spricht man bis heute von einem mittleren geschätzten Bedarf (EAR). Lag die Zufuhr unter diesem Mittelwert, so stieg erwartungsgemäß das Risiko für einen Mangel, lag sie darunter, sank das Risiko.

Und was hat man gemacht? Statt zu überprüfen, wie hoch die Zufuhr anzusteigen hat, um für die Bevölkerung das gesundheitliche Optimum zu erreichen, hat man durch einen Sicherheitszuschlag in Höhe von zwei Standardabweichungen auf diesen Mittelwert den Wert festgelegt und als Empfehlung für die Nährstoffaufnahme definiert.[48]

Dieses skandalöse Vorgehen entspricht bezogen auf den Ölstand des Automotors dieser Abbildung:

[47] Volker Schmiedel: Nährstofftherapie – orthomolekulare Medizin in Prävention, Diagnostik und Therapie, 4. Auflage, 2019, S. 129.

[48] Hans Konrad Biesalski: Vitamine, Spurenelemente und Minerale – Indikation, Diagnostik, Therapie, 2. Auflage, 2019, S. 26.

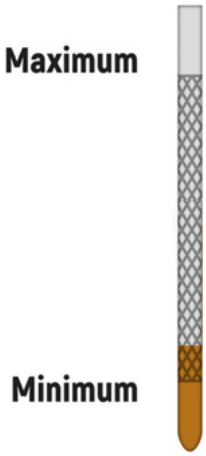


Abb.: Empfehlung für die Nährstoffzufuhr (Metapher: Ölmessstab)

Wie bereits beschrieben, erreichen die meisten Deutschen nicht einmal die Werte für diese dürftigen Empfehlungen.

Während Sie also – um Ihr Auto bemüht – regelmäßig den Ölstand prüfen und dafür sorgen, dass der Ölstand mindestens mittig auf dem Ölmessstab angezeigt wird, eher etwas darüber, befinden Sie sich selbst, wenn Sie zum Durchschnitt der Bevölkerung gehören, was die lebensentscheidenden Vitamine, Mineralien, Enzyme usw. anbetrifft, an der Minimal-Marke, wahrscheinlich sogar darunter!

Geradezu beispielhaft für dieses irrationale Vorgehen ist die offizielle Vitamin-C-Empfehlung, die neuerdings „großzügig" auf 95–110 mg pro Tag erhöht wurde. Hierzu muss man zunächst wissen, dass Menschen, Primaten, Meerschweinchen und einige Vogel- und Fischarten die einzigen Lebewesen sind, die kein Vitamin C selbst herstellen können. Die Menschen haben die Fähigkeit, aus Blutzucker Vitamin C zu synthetisieren (herzustellen), vor ca. 25 Millionen von Jahren verlernt. Dies war nicht weiter schlimm, da der Mensch ohnehin ca. 500 mg bis mehrere Gramm Vitamin C über die damalige, fast rein pflanzliche Ernährung zu sich nahm. So hat die Natur – wohl zwecks Schonung der Ressourcen im menschlichen Organismus (die vor allem der Fortpflanzung zugutekommen sollen) – die Möglichkeit der Vitamin-C-Synthese kurzerhand ausgeknipst.

Schaut man sich interessehalber nun diejenigen Säugetiere an, die weiterhin selbst Vitamin C herstellen, so produzieren diese auf 75 kg Eigengewicht gerechnet täglich Vitamin C im Grammbereich, bei Erkrankungen sogar in 10-Gramm-Bereichen. Dies scheint somit für den Menschen ebenfalls die optimale Vitamin-C-Zufuhr zu sein …

Dass hingegen die Orientierung der Vitaminempfehlungen am Minimum nicht unsere optimale Gesundheit fördern, geschweige denn bei akuten Erkrankungen heilungsfördernd sein können, versteht sich von selbst.

Die ärztlicherseits erfolgende, ausschließlich laborchemische und klinische Prüfung bereits messbarer Parameter einer Vitalstoff-Unterversorgung ist demnach nicht so aussagekräftig wie latente Mangelzustände, die zwar noch nicht messbar bzw. klinisch feststellbar sind, schleichend aber bereits Funktionen im Organismus stören und mit der Zeit nach dem Prinzip *„steter Tropfen höhlt den Stein"* zu zahlreichen Erkrankungen führen können.

12.3.Vitamin-Mangelerscheinungen vs. chronische Vitamin-Mangelerkrankungen

An dieser Stelle ist es grundlegend wichtig, zwischen einer Vitalstoff-Mangelerscheinungen und bereits chronisch sich manifestierenden Vitalstoff-Mangelerkrankungen zu unterscheiden.

Um bei meiner beliebten Metapher „Auto" zu bleiben, äußert sich eine Vitamin-Mangelerscheinung beispielsweise in etwa wie ein stotternder Motor, wenn der Tank nur noch wenig Sprit beinhaltet, noch nicht aber ganz leergefahren ist.

Eine Erkrankung ist hingegen vergleichbar damit, wenn nach einigen Kilometern dieses Stotterns der Motor schließlich komplett stehenbleibt.

Es bedarf faktisch wenig Zeit und wenig Aufwand, um den noch stotternden Motor mit etwas Benzin wieder reibungslos zum Laufen zu bringen (Vitalstoff-Mangelerscheinung behoben), hingegen ist es aufwändiger, den komplett leergepumpten stehenden Motor (Vitalstoff-Mangelerkrankung) wieder zum Laufen zu bringen, da störende Symptome bereits vorhanden sind, wie z.B. Luft im Kraftstoffsystem usw.

Leider ist der Übergang von Vitalstoff-Mangelerscheinung bis zu echter Vitalstoff-Mangelerkrankung fließend und wird verheerender Weise von den Ärzten schlicht übersehen..

Vorstellen muss man sich dies wie die berüchtigte Eisbergspitze, die man sieht, während der große Teil des Berges aber verborgen bleibt, der jedoch die gesamte Gefahr repräsentiert.

Diese „unsichtbare" Gefahr verläuft dabei in vier Schritten.

1) Der latente Vitalstoffmangel bleibt zunächst völlig unbemerkt und *leert die Vitalstoffspeicher*, Tage später laufen bei weitestgehend aufgebrauchten Speichern erst 2) *biochemische Veränderungen mit verminderter Enzymkapazität* ab, die der Arzt allenfalls mit Spezialuntersuchungen nachweisen könnte, erst Tage oder

Wochen später tritt der 3) *subklinische Mangel mit unspezifischen Symptomen* auf, bevor 4) der *klinische Mangel mit spezifischen Symptomen* im Sinne der Eisbergspitze „sichtbar“ wird und sich als Krankheit manifestiert. Irgendwo zwischen Schritt 3 und 4 wird der Arzt konsultiert, tendenziell eher bei Schritt 4):

Abb.: Verlauf einer unbemerkt auftretenden Erkrankung aufgrund Vitalstoffmangels

Gewöhnliche Bluttests sind also nicht in der Lage, einen Vitalstoffmangel verlässlich zu bestimmen, da der Körper beim Vitalstoffmangel sich entsprechend eigener Prioritäten kannibalisiert und an (körper-)eigene Speicher herangeht. Am Beispiel von Calcium zieht der Körper das Calcium aus den Knochen heraus, um die lebenswichtige Funktion von Nerven, Muskeln und Herzmuskel zu gewährleisten, so dass diese Reserven im Blut irreführend hinreichende Calciumpräsenz im Körper suggerieren, während aber bereits unsere Knochen einen Schaden erleiden…

Und so fordert der Mediziner Dr. Raimund von Helden in seinem Buch zu Vitamin D korrekterweise: *„Wir dürfen also nicht danach fragen, was bei einer von Krankheit gezeichneten Bevölkerung normal ist. Vielmehr müssen wir Werte anstreben, die nötig sind, um Gesundheit und Leistungskraft auch im Alter zu bewahren. Also nicht der durchschnittliche und damit statistisch normale Vitamin D-Spiegel ist als Zielwert zu betrachten, sondern der optimale.*“[49]

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

[49] Dr.med Raimund von Helden: Gesund in sieben Tagen – Erfolge mit der Vitamin-D-Therapie, 22 Auflage, 2016, S.59

Schreie nach Anpassung von Nährstoffempfehlungen prallen aufgrund alter Glaubenssätze und Bürokratie ab

Im Fall von Vitamin E beträgt beispielsweise die durchschnittliche Zufuhr in den Industrienationen nur 6 bis 23 IE pro Tag. Eine optimale Schutzwirkung allein im Bereich des Immunsystems würde etwa das 20- bis 30-Fache erfordern, nicht selten noch mehr.

Obwohl immer wieder Stimmen seitens der Wissenschaft laut wurden, die Nährstoffempfehlungen am tatsächlichen ermittelten Bedarf des Menschen auszurichten, sind diese bald wieder verstummt, denn dies hieße für die Dogmen behaftete Medizin und Ernährungsmedizin, die seit Jahrzehnten an längst verstaubten Glaubenssätzen festhält, sich davon zu trennen und die neuen Werte u. a. in sämtlichen Kliniken, Heimen und anderen Einrichtungen zu etablieren.

Ein wohl unvorstellbarer Gedanke wäre es für die Fachgesellschaften und das herrschende medizinische Establishment, wenn man ausgerechnet von dem alten Dogma abrücken müsste, eine sog. ausgewogene Ernährung liefere sämtliche Substanzen, die der Mensch zu seiner Gesunderhaltung benötigt.[50]

12.4. Was ist von der Abrede zu halten, Nahrungsergänzungen seien sinnlos?

Regelmäßig erscheinen in der Mainstream-Presse Berichte über die ach so unnützen, oftmals sogar vermeintlich schädlichen Nahrungsergänzungsmittel (Vitamine, Mineralien & Co.), die mal wieder in einem großen Test durchgefallen seien. Der Verdacht eines gezielten Sponsorings dieser Berichte inklusive Manipulation von Studien aus einer bestimmten Ecke ist hier sehr naheliegend …

Das Stichwort lautet dabei *fragwürdiges Studiendesign*. Man hat konkret drei Ansatzpunkte am Studiendesign, um eine Studie ins schlechte Licht zu rücken::

1) zu kurze Versuchsdauer,
2) zu niedrige Dosierung,
3) qualitativ schlechtes Studienobjekt (Präparat).

Schauen wir uns dies einmal genauer an:

[50] Rüdiger Schmitt und Simone Homm: Handbuch Anti-Aging & Prävention, 1. Auflage, 2008, S. 98.

Zu 1) zu kurze Versuchsdauer

Unter anderem ausgerechnet zu Omega-3-Fettsäuren werden regelmäßig Negativ-Studien angestrengt, um die Bevölkerung davon abzuhalten, sich mit dieser segensreichen Fettsäure unzählige Erkrankungen vom Leibe zu halten. Zumeist setzt man vorsätzlich entweder die Versuchsdauer zu kurz an, oder aber die Dosen sind schlicht zu gering, um die entsprechende Wirkung zu erzielen.

Zur Veranschaulichung eignet sich eine bestimmte Rheumastudie besonders gut. Diese setzte mit 2 g EPA/DHA eine genügend große Menge ein und lief über neun Monate. Nach sechs Monaten gab es nur eine nichtsignifikante Tendenz zugunsten von Omega-3-Fettsäuren. ABER: Nach neun Monaten konnten ca. 40 % der Rheumatiker ihre NSAR-Dosis signifikant reduzieren, während dies in der Placebo-Gruppe nur bei ca. 10 % der Fall war.[51]

Indem man aber die Ergebnisse vor Abschluss der laufenden Studie kommentiert, beeinflusst man deutlich das vermeintliche Ergebnis der Studie.

Zu 2) zu niedrige Dosierung

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

12.5 Die folgenschwere „Vitamine schaden“-Lüge

Es gehört ehrlich gesagt schon enorm viel kriminelle Energie dazu, wenn man einerseits mit offiziell zugelassenen Medikamenten allein in Deutschland 60.000 Todesopfer pro Jahr „produziert“ und bestens darüber informiert ist, dass das Volk an Vitaminmangel leidet, aber andererseits Warnungen vor sog. Hypervitaminosen (Vitaminüberdosis) ausspricht, insbesondere angesichts dessen, dass man meines Wissens nach nicht einmal einen einzigen Todesfall nachweisen kann, der eindeutig auf Hypervitaminosen zurückführbar ist! (siehe auch Kapitel 12.7.)

Auch hier bieten fingierte Negativ-Studien Möglichkeiten, um Vitamine zu verunglimpfen, vorzugsweise mit synthetischen „Vitalstoffen“, die nicht selten Medikamenten näher stehen als natürlichen Mitteln. Ich

[51] Volker Schmiedel: Nährstofftherapie – orthomolekulare Medizin in Prävention, Diagnostik und Therapie, 4. Auflage, 2019, S. 214.

habe mich bereits im Kapitel über die Plagiate der Natursubstanzen, die „Medikamente“ genannt werden, zum besseren Verständnis der Metapher „Auto“ bedient und erklärt, dass eine unvollständige Kopie eines Fahrzeugs (ohne Lenkrad und Bremsen) Sie als Fahrer gefährdet und ganz bestimmt nicht zum Ziel bringt.

Diese trifft nicht nur auf Medikamente, sondern oftmals auch auf diverse synthetische Vitalstoffe gleichermaßen zu.

12.6 Annäherung an eine realistische Nährstoffempfehlung

Wie Sie sicherlich nachvollziehen können, ergibt es für mich beim besten Willen überhaupt keinen Sinn, angesichts all der beschriebenen Fakten die grotesk niedrigen Nährstoffempfehlungen von Fachgesellschaften wie der DGE an dieser Stelle abzubilden, zumal Sie diese in jedem (~~Fach~~-)Märchenbuch sowie dem Internet problemlos selbst nachlesen können. (Eine Tabelle zu den wichtigsten Vitalstoffen mit der Empfehlung der DGE im Vergleich zu den tatsächlich innerhalb der orthomolekularen Medizin angewandten Zufuhrmengen finden Sie weiter unten.)

Sehr viel interessanter wäre es natürlich, sich gegenüber realistischeren Werten zu öffnen. Doch woher diese nehmen, wenn derartige Publikationen schlicht nicht vorliegen, da offenbar niemand hierfür die Verantwortung übernehmen möchte?

Ich habe länger überlegt und einen Weg gefunden …

Für gesunde und erwachsene Menschen ohne überdurchschnittliche psychische und physische Belastung kann man eine völlig unverbindliche Annäherung (nicht mehr und nicht weniger) an eine realistische Nährstoffempfehlung wagen, indem man beispielsweise die Mittelwerte von hochwertigen und bewährten Multivitamin-Präparaten heranzieht, die alteingesessenen Herstellern entstammen, die mit hervorragenden, pharmaunabhängigen Wissenschaftlern und Forschern zusammenarbeiten und sich über viele Jahre innerhalb der eigenen Forschung um das Wohl anderer Menschen verdient gemacht haben.

Im günstigen Fall haben diese Hersteller bereits heftige juristische Auseinandersetzungen mit Behörden um Zulassungen von Nahrungsergänzungen geführt, im allergünstigsten Fall diese dann auch gewonnen.

Im Ergebnis könnte eine solche Annäherung wie folgt ausfallen:

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

12.7 Hypervitaminosen – Panikmache, oder was davon zu halten ist?

Jeder kennt die zutreffende Weisheit „Die Menge macht das Gift“, abgeleitet von dem original Zitat des Paracelsus: *„Alle Dinge sind Gift, und nichts ist ohne Gift; allein die Dosis machts, dass ein Ding kein Gift sei.“*

Diese Erkenntnis gilt für alles, sogar für Wasser und auch Sauerstoff, die sog. Sauerstofftoxikose.

So lässt überschüssiges Wasser die Salzkonzentration der Körperflüssigkeiten im Organismus kippen, was zum Natriummangel führt – etwas, das US-amerikanische Forscher eindrucksvoll in einer Studie an 500 Marathonläufern nachweisen konnten. Ihre Ergebnisse teilten sie in dem Fachmagazin „New England Journal of Medicine“ (NEJM).

Dieser Salzmangel verursacht zunächst nur Muskelkrämpfe, „führt aber in gravierender Form sogar zu Bewusstlosigkeit“, so der Mediziner Christopher Almond von der Bostoner Harvard University.[52]

Die Frage, ob es sog. Hypervitaminosen, also negative Erscheinungen aufgrund eines zu hohen Vitaminkonsums gibt, kann dementsprechend mit aller Sicherheit mit einem klaren JA! mit Ausrufezeichen beantwortet werden, denn selbst Wasser oder Sauerstoff können giftig und sogar tödlich sein.

Meines Erachtens wird aber der Begriff „Hypervitaminosen“ (ausgenommen bei Schwangeren) von Ärzten, Therapeuten und Medien deutlich inflationär verwendet, ja sogar missbraucht!

Dies vor allem vor dem Hintergrund, dass einerseits exakt das Gegenteil davon, nämlich die Hypovitaminosen (Vitaminmangel) dazu führen, dass Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Demenz, Allergien usw. überhaupt auf dem Vormarsch sind und jährlich Millionen Menschenleben auslöschen, andererseits nachweislich die Mehrheit aller Deutschen exakt unter einem Vitaminmangel leidet, wie ich bereits weiter oben unter Nennung konkreter Studien belegen konnte. (Im Grunde stünde der Staat aufgrund eigener Säumnisse in der Schuld, die Herstellung von guter Nahrungsergänzung zu subventionieren und dem Volke zum Selbstkostenpreis weiterzugeben bzw. die Weitergabe durch Krankenversicherungen zu finanzieren!)

[52] https://www.welt.de/wissenschaft/article896133/Bei-zuviel-Wasser-saeuft-der-Koerper-ab.html.

Des Weiteren werden Vitaminpräparate seit Jahrzehnten von Hunderten von Millionen von Menschen (vor allem in den USA) tagtäglich eingenommen, ohne dass die höchst motivierte Pharmaindustrie offensichtlich imstande ist, hier eindeutige Todesopfer zu benennen.

So benennt selbst Wikipedia in seinem Beitrag zu Hypervitaminosen einen einzigen konkreten Fall, dem viele Jahre lang Hypervitaminose A als Todesursache angedichtet wurde, nämlich den Schweizer Polarforscher Xavier Mertz, der irgendwann mal im vergangenen Jahrhundert an einer Antarktisexpedition teilnahm und sich im eingetretenen Notfall von Grönlandhunden ernähren musste, einschließlich derer Vitamin-A-reichen Leber.

Allerdings widerruft Wikipedia im selben Artikel[53] diese Hypervitaminose-These selbst. So käme laut Wikipedia eine neuere Untersuchung dann doch zu dem Schluss, dass der bis dahin streng vegetarisch lebende und unter starkem psychischen Stress stehende Mann schlicht die Umstellung auf eine rein fleischliche Ernährung nicht vertragen habe.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

14. Direkte Alternativen zu Medikamenten

„Wer heilt, hat recht!“ – Dies ist mehr als nur ein Slogan, den die Unterdrückung der Alternativmedizin geprägt hat.

Mit der konsequenten Durcharbeitung des Codex Humanus werden Sie nicht nur unzählige Natursubstanzen finden, die Ihre Gesundheit sichern, sondern ebenfalls direkte Alternativen zur fragwürdigen, zumeist risikobehafteten Medikation erfahren, um der gefährlichen Abwärtsspirale schulmedizinischer Medikamente zu entfliehen und sich vor der dritthäufigsten Todesursache, der Medikamenteneinnahme,[54] zu schützen.

Zur Veranschaulichung des Prinzips um den Austausch von Medikamenten gegen gesunde Alternativen von „Mutter“ Natur, die ja (naturgemäß) eigentlich stets das erste Mittel der Wahl sein sollten, nehmen wir lediglich als Beispiel die standardisierte Behandlung von Bluthochdruck durch die konventionelle Medizin unter die Lupe, die typischer Weise *Betablocker*, *ACE-Hemmer*, *Sartane*, *Calciumantagonisten* und *Diuretika* verordnet. Hier ist es wichtig zu betonen, dass Sie bei Bluthochdruck und anderen lebensgefährlichen

[53] https://de.wikipedia.org/wiki/Hypervitaminose.

[54] https://alpenschau.com/2017/08/07/medikamente-sind-dritthaeufigste-todesursache/.

Erkrankungen einen solchen Austausch von Medikamenten gegen Naturheilsubstanzen nicht auf eigene Faust und ohne Kontrolle eines kundigen Therapeuten vornehmen sollten.

I. Betablocker und die besseren, gesunden Alternativen

Wie der Name bereits verrät, blockieren diese synthetischen Medikamente im Körper die β-Adrenozeptoren und damit die Wirkung des „Stresshormons" Adrenalin und des Neurotransmitters Noradrenalin. Auf diese Weise werden die Ruhe-Herzfrequenz und der Blutdruck gesenkt.

Niemand stellt dabei die Frage, welche Funktionen bzw. Rezeptoren noch blockiert werden – schließlich wirken die Mittel systematisch im gesamten Körper. Ähnlich wie bei den Mandeln, die man bei häufigerer Entzündung einfach entfernt, beraubt man des Weiteren den Körper einer evtl. lebenswichtigen Funktion, die wohl kaum da wäre, wenn sie so überflüssig wäre!

So stellte u. a. der Forscher P. J. Devereaux fest, dass bei Betablockern ein großes Wirkungspotenzial vorhanden ist, das gravierende Schäden verursachen könnte.

Des Weiteren stellten beispielsweise US-amerikanische Forscher fest, dass ehemalige Brustkrebs-Patientinnen, die im späteren Lebensverlauf aufgrund von Bluthochdruck oder Herzproblemen ACE-Hemmer und/oder Betablocker verschrieben bekamen, möglicherweise ihr Risiko für ein Rezidiv (einen Brustkrebs-Rückfall) durch die Einnahme dieser Medikamente erhöhten.55

Wie könnte hier die bessere Alternative aussehen?

Wie bereits im Vorspann erläutert, sind einzig Naturheilmittel in der Lage, über „intelligente" Molekularstrukturen (im Gegensatz zu primitiven, da synthetischen Molekülen, aus denen Medikamente bestehen) fein zu justieren, statt zu hemmen bzw. auszuschalten, und zwar in Form der ebenfalls bereits beschriebenen „Biological Response Modifiers" (BRMs).

Exakt aber dies sind die Mechanismen, die den Blutdruck regulieren und heilen, statt dem Körper zu schaden!

Wie zahlreiche Naturheilexperten immer wieder bedauern, ist den wenigsten Kardiologen beispielsweise bekannt, dass Strophanthin – ein natürliches Mittel, das noch in den 1960er-Jahren das Medikament der Wahl in der Kardiologie darstellte – sehr viel effizienter und sicherer das vegetative Nervensystem reguliert als sämtliche Betablocker und dem Bluthochdruck auf diese Weise sicher und nebenwirkungsfrei

[55] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/blutdruck-medikamente-ia.html.

entgegenwirkt! Genau dies allerdings wurde Strophanthin zum Verhängnis: Es wurde zur Geldvernichtungsmaschine erklärt und musste synthetischen (patentierbaren) Medikamenten den Weg räumen, weil es die Pharma-Lobby so wünschte (siehe auch entsprechendes Kapitel).

II. ACE-Hemmer, Sartane und die besseren, gesunden Alternativen

Alternativ oder aber auch zusätzlich könnte man Ihnen ACE-Hemmer oder Sartane verschreiben, wenn Sie unter Bluthochdruck leiden. Diese beeinflussen ihrerseits wiederum die Herstellung körpereigener Hormone, die unseren Blutdruck steuern. Auch an dieser Stelle schaltet man nach dem beschriebenen On-Off-Muster einfach ein wichtiges Enzym aus, das an der Bildung des blutdrucksteigernden Hormons Angiotensin beteiligt ist!

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

III Calcium-Antagonisten und die besseren, gesunden Alternativen

Last but not least stellen Calcium-Antagonisten ein weiteres Mittel der Wahl innerhalb der Medikation der Schulmedizin bei Bluthochdruck dar. Und so könnte man Ihnen gegen Ihre Hypertonie auch Calcium-Antagonisten verschreiben, die grundsätzlich eine Gefäßweitung bezwecken. Eine Gefäßweitung sollte jedoch stets bedarfsgerecht und angepasst an die individuellen Begebenheiten erfolgen, womit wir wieder beim Thema Regulationsmechanismen von „Mutter“ Natur wären.

Wie das renommierte „Arznei-Telegramm“ mitteilte, ist der Nutzen von Calcium-Antagonisten höchst fraglich, ganz im Gegenteil können diese schaden und gar zum Herzinfarkt führen – etwas, das Sie mit Ihren Bluthochdruckmedikamenten eigentlich ja mit aller Macht zu vermeiden versuchen.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

14.1. Der fehlende Blick der Mediziner über den schulmedizinischen „Tellerrand“ hinaus

Wie selbst der medizinische Laie unschwer erkennen konnte, sind die beschriebenen Zusammenhänge sowohl logisch als auch skurriler Weise in Spuren innerhalb der konventionellen Medizin verankert, ohne dass der Schulmediziner den Braten riecht – oder aber nicht riechen möchte.

Fällt beispielsweise im Beisein eines Mediziners das Stichwort „Osteoporose“ (Knochenabbau), weiß dieser mit etwaigen Calcium-Verbindungen, die entsprechend der Arzneimittel-Richtlinie, Anlage I, Nr. 11 und 12, durchaus verordnungsfähig sind, spontan einen hilfreichen Rat. Warum? Weil Calcium der wichtigste strukturelle Bestandteil des Knochens ist und in Verbindung mit Phosphat für dessen Festigkeit sorgt – PUNKT!

Bei Anämien fällt dem Schulmediziner ebenfalls spontan Eisen ein, bei der Prophylaxe von Fehlbildungen von Föten setzt dieser auf Folsäure, Jod verschreibt er bei Struma-Prophylaxe (Schilddrüsenvergrößerung), Magnesium bringt er noch in Verbindung mit Muskelkrämpfen und Herzrhythmusstörungen.

Immerhin gehört zumindest dieser Mini-Exkurs in die Orthomolekularmedizin zu dem sehr einseitigen „Speisemenü“, das dem Medizinstudenten auf der Universität als Lehrmaterial brühwarm auf dem Teller serviert wird – fünf Aspekte der Orthomolekularmedizin in ihrer Reinkultur in der alltäglichen, schulmedizinischen Praxis verankert, die wieder mal die Frage aufwerfen:

Was ist los mit euch Ärzten, warum könnt ihr oder wollt ihr hier geistig keine Brücke zu sämtlichen anderen Erkrankungen schlagen, die exakt auf diese Weise vermeidbar und auch heilbar wären?!

Statt aber spätestens als erfahrener Arzt zu hinterfragen, weshalb das Prinzip der Orthomolekularmedizin *(Gib dem Körper zwecks Heilung mit der Nahrung das, woraus er besteht*), das aus oben beschriebenen, molekularen Gründen bei den benannten Indikationen (Anämie, Struma, Osteoporose, Herzrhythmusstörungen usw.) selbst in den Augen des Schulmediziners funktioniert, nicht auch von Kopf bis Fuß, angefangen bei Haaren, Haut, Hirn, Augen, Zähnen, Nervenzellen, Herz, Leber, Nieren, Gelenken, kurz: sämtlichen Gewebeformen und Organen, funktionieren sollte und den Blick über den schulmedizinischen Tellerrand zu werfen auf Abertausende von ernst zu nehmenden, leider selbst dem konventionellen Mediziner verheimlichten Studien, die exakt dieses nahelegen, wird hier irrationaler Weise mit zweierlei Maß gemessen.

Sehr befremdlich und bedauerlich in diesem Zusammenhang ist, dass beispielsweise postoperativ (nach Operationen) kein Vitamin C mit Zink, Lysin und Prolin zur besseren Wundheilung eingesetzt wird, was übrigens auch die Infektionsgefahr senkt,

… oder beispielsweise aber, dass zur Diuretika-Medikation kein Kalium und Magnesium verschrieben werden, um die typische Entstehung von Mineralmangel während der Diuretika-Medikation zu verhindern,

… oder aber das Coenzym Q10 nicht spätestens bei einer Statin-Therapie eingesetzt wird, die nachweislich das Q10 im Körper senkt – eine Substanz, die wie kaum eine andere der Todesursache Nr. 1 in Form von Herz-Kreislauf-Erkrankungen trotzt und von der bereits Professor Karl Folkers sagte:

„Die intellektuelle Ethik von Ärzten und speziell Kardiologen ist zu hinterfragen, wenn sie alle möglichen verfügbaren und indizierten Medikamente verabreichen, ohne Q10 einzuschließen. Denn kein Herzmittel kann den Q10-Mangel beheben."

Und dies sind nur einige Beispiele …

Der Forderung an den Mediziner sich weiterzubilden und Naturheilsubstanzen Vorzug zu gewähren wird von ganz oben prompt Einhalt geboten, denn was die Leisten für den Tischler verkörpern, sind ganz klar die orthomolekularen Substanzen für den Mediziner.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus"

III. Hauptteil

15. Heiltherapie-/Präventionskonzepte

Kommen wir schlussendlich zu dem Herzstück des „Codex Humanus", den Heiltherapie- und Präventionskonzepten.

Aus den zahlreichen Erkrankungen, die die Schulmedizin nicht im Entferntesten im Griff hat, gehören die folgenden zu den unangenehmsten und gefährlichsten, weshalb sie an dieser Stelle ausführlicher abgehandelt werden.

Im Folgenden finden Sie Vorschläge für Heiltherapie-Konzepte auf orthomolekularer Basis mit der größtmöglichen Aussicht auf Erfolg inklusive *Wirkstoff-Wirkungstabellen* für die häufigsten Erkrankungen und

Missstände, die dem Menschen das Leben erschweren oder es gar gefährden. Diese sind problemlos ebenfalls prophylaktisch umsetzbar, um etwa einer gefürchteten Krankheit, etwa Krebs, Diabetes oder aber der Alterung vorzubeugen. Wichtig an dieser Stelle zu betonen, dass sich die Tabellen stets auf die im jeweiligen Band thematisierten Wirkstoffe beziehen, die Fortsetzung der Wirkstoff-Wirkungstabellen entsprechend in den anderen Abschnitten dieses Dokuments mit jeweiligem Band des "Codex Humanus" erfolgt.

Wie ich bereits mehrmals betont habe, muss ein Heil- bzw. Präventionskonzept verständlich und vollumfänglich plausibel sein – erst dann überzeugt es, und man ist bereit, sich darauf einzulassen.

Letzteres ist für die Genesung ein grundlegender Aspekt. Zweifelt man nämlich eine Therapie an, wird sie niemals optimal anschlagen können. Erst wenn Sie eine Therapie verstanden haben und diese innerlich für sich bejahen, entsteht eine Akzeptanz. Aus dieser inneren Akzeptanz heraus resultieren positive Eigenschwingungen, die ihrerseits entsprechende Frequenzen im Inneren des Organismus erzeugen, die in Ihren Zellen quasi unzählige kleine „Türchen" öffnen, um Heilungsmechanismen auf molekularer Ebene zuzulassen.

Wirkstoff-Wirkungstabellen

Ihr Codex Humanus handelt rund 100 Erkrankungen ab. Im Folgenden finden Sie die Wirkstoff-Wirkungs-Tabellen für die häufigsten Erkrankungen und Missstände, die dem Menschen das Leben erschweren oder es gar gefährden.

Abgesehen von den Heiltherapie-/Präventionskonzepten und den Wirkstoff-Wirkungstabellen, die Sie im Folgenden finden, thematisiert Ihr Codex Humanus übrigens Hunderte weitere Erkrankungen samt entsprechender Naturheilmittel, die dagegen helfen. Sollten Sie also eine Krankheit oder Beschwerde, die Sie interessiert, im Folgenden nicht finden, finden Sie ganz hinten im Ebook das „Krankheiten-Index."

ACHTUNG: Sollten Sie Medikamente einnehmen, halten Sie bitte Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt (am besten Naturheil-kundigen Therapeuten) über die Natursubstanzen aus diesem Buch, die Sie einzunehmen gedenken, um evtl. Wechselwirkungen auszuschließen. Die Einnahme der in diesem Buch beschriebenen Natursubstanzen wird aller Voraussicht nach eine schrittweise Senkung der Medikamentendosis ermöglichen. Eine Kooperation mit Ihrem Arzt ist daher empfehlenswert. Ist dieser

nicht kooperativ, suchen Sie sich einen anderen, einen Patienten-zugewandten Arzt, setzen Sie Ihre Medikamente aber auf keinen Fall auf eigene Faust ab!

15.1. Herzerkrankungen und Herzinfarkt – Todesursache Nr. 1

alle 35 Sekunden verstirbt ein Mensch an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung[56], Jeder zweite Todesfall in den Industrienationen geht auf das Konto einer *Herz-Kreislauf-Erkrankung*. So fordern Herz-Kreislauf-Erkrankungen allein in Deutschland Jahr für Jahr über 350.000 Menschenopfer, jedes vierte Todesopfer geht dabei direkt auf das Konto von Herzinfarkt und Schlaganfall.[57] Innerhalb der Europäischen Union sterben jährlich ca. zwei Millionen Menschen an den Folgen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen – ein Kostenpunkt, der allein in Europa jährlich mit 196 Milliarden Euro zu Buche schlägt![58]

Trotz Forschung, die jährlich Abermillionen Euro schluckt, scheint diese Fehlentwicklung ausgerechnet in den industriell und technologisch am stärksten aufgestellten Ländern kein Ende zu nehmen. Gibt es hierfür eine rationale Erklärung?

Das *„Bermuda-Dreieck"* der Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Der katastrophale Rückgang unserer Nähr- und Vitalstoffe sowie die fehlende Aufklärung und Pharmaforschung in die falsche Richtung bilden das „Bermuda-Dreieck der Herz-Kreislauf-Erkrankungen" und damit die Hauptursache für deren stetigen Anstieg.

Eine zunehmende Unterversorgung der Bevölkerung mit fundamentalen, potenziellen Instandhaltungs- und Reparatursubstanzen unserer Zellen ist für diese Misere verantwortlich, denn unsere Herzzellen sowie die Zellen unserer Blutgefäße, die im Übrigen eine Gesamtlänge von ca. 100.000 km aufweisen,[59] altern und degenerieren logischerweise umso schneller, je nachlässiger sie von innen repariert werden. Es erübrigt sich die Erklärung, dass man ein Kapillarnetz aus 100.000 km nicht von außen reparieren kann – ebenso wenig kann das Herz mit synthetischen Mitteln (Medikamenten) vitalisiert werden.

Diese Instandhaltung und allfällige Reparaturen können also einzig und allein die von „Mutter" Natur hierfür vorgesehenen Vitalstoffe in Form von Vitaminen, Mineralstoffen und Enzymen übernehmen. Sie sind dabei für unser Herz-Kreislauf-System genauso wichtig wie der regelmäßige Ölwechsel an ihrem Automotor. Während Ihr Werkstattmeister Sie auf Letzteres aufmerksam machen wird, hüllt sich Ihr Arzt, dem das

[56] https://www.vitaminexpress.org/de/astaxanthin

[57] https://www.presseportal.de/pm/30303/4073063.

[58] https://www.gesundheitsforschung-bmbf.de/de/6505.php.

[59] https://www.medizin-netz.de/umfassende-berichte/der-kreislauf/.

Grundlagenwissen zu diesem Thema fehlt, in Schweigen darüber, dass die weitaus komplexere „Konstruktion Mensch“ ebenfalls gut „geschmiert“ werden möchte, um reibungslos zu funktionieren.

Zur Erklärung: Das gesamte Blut des Menschen zirkuliert Tag für Tag 1.440-mal durch die besagten 100.000 km an Kapillargeflecht, die durch den gesamten Organismus verlaufen und diesen auf diese Weise mit Sauerstoff, Energie- und Nährstoffen versorgt.

Etwa 70-mal in einer Minute presst das sogenannte linke Herz mit hohem Druck circa 55 Gramm Blut (ca. eine Kaffeetasse voll) in die Hauptschlagader. Über den gesamten Tag verteilt, schlägt das Herz dabei ca. 100.000-mal. Bezogen auf das gesamte Menschleben schlägt es ca. drei Milliarden Mal![60]

Es versteht sich von selbst, dass eine derartige Mammutaufgabe nur möglich ist, wenn rund um die Uhr unsere Herz- und Arterienzellen instandgehalten und repariert werden. Doch wer oder was erledigt diese dermaßen wichtige Aufgabe?

Hierfür stellt uns die Natur unsere bereits ausführlich thematisierten, biochemischen Werkzeuge zur Verfügung, die noch vor hundert Jahren in unseren natürlichen Lebensmitteln zuhauf vorhanden waren, weshalb Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs und andere Krankheiten kaum bekannt waren.

Mit der richtigen Nährstoffkombination ist der Herzinfarkt bei frühzeitiger Prävention und sogar im Erkrankungsfall (nahezu) zu 100 % vermeidbar! Dennoch wird der Patient mit oftmals nutzlosen, dafür aber umso gesundheitsschädlicheren Blutdrucksenkern (Betablockern) und Cholesterin-Hemmern (Statine) bearbeitet, bis er schließlich doch einem Herzinfarkt erliegt oder sich anderweitige gesundheitliche Probleme einhandelt.

Mit den Informationen des Codex Humanus erhalten Sie exklusives Wissen über die besseren Alternativen zu den eingesetzten Medikamenten und schützen sich und Ihre Liebsten – denn eine Prophylaxe ist absolut problemlos und Heilung selbst im schwersten Zustand möglich.

Der funktionelle Therapie-Ansatz bedient sich dabei Naturheilsubstanzen, die parallel fünf Wirkungsmechanismen auslösen und die eine „Komplettsanierung“ des Herz-Kreislauf-Systems ermöglichen, untermauert durch repräsentative Studien und Expertenaussagen. Diese fünf Wirkungsmechanismen werden im weiteren Verlauf als „Grundpfeiler“ bezeichnet. Um welche fünf Grundpfeiler handelt es sich nun?

Gehen wir das Problem logisch an. Sie wissen ja: Eine Heilung muss logisch und plausibel sein!

[60] https://www.welt.de/welt_print/wissen/article5297720/Das-Herz-in-Zahlen.html.

1) Zunächst muss der *Herzmuskel eine allgemeine Stärkung* erfahren, also nehmen wir Natursubstanzen ein, die in eindeutigen Studien und im Therapiealltag dies haben unmissverständlich unter Beweis stellen können.
2) Parallel dazu sollte der Blutdruck normalisiert werden, da hoher Blutdruck stetig das Herz schwächt. Entsprechend lautet der logische Punkt: *Blutdruck normalisieren*.
3) Da wir nun das Herz gestärkt haben und den Blutdruck normalisiert haben, wäre es nun nur von Vorteil, ebenfalls die *Herzdurchblutung zu steigern.*
4) Und weil hohe Cholesterinwerte die Blutgefäße schädigen, sollten wir die *Cholesterin-Werte senken* und
5) die bereits entstandene *Arteriosklerose (Arterienverkalkung) abbauen*, soweit dies möglich ist.

Ein ursächlich ganzheitlicher, logischer Therapieplan sollte entsprechend zusammengefasst auf den folgenden fünf Grundpfeilern fußen:

Grundpfeiler I: Herzmuskel allgemein stärken

Mit erlesenen orthomolekularen (Natur-)Substanzen stärken wir zunächst einmal unseren Herzmuskel als Basis allen weiteren Handelns.

Grundpfeiler II: Blutdruck normalisieren

Parallel dazu entlasten wir unseren Herzmuskel, indem wir den Blutdruck mit Natursubstanzen normalisieren, die im Praxisalltag und in Studien pharmaunabhängiger Forscher und Therapeuten einen signifikanten Erfolg erzielen konnten.

Grundpfeiler III: Herzdurchblutung steigern

Eine Mehrdurchblutung des Herzens, erzielt durch erlesene Substanzen, bessert in wenigen Wochen spürbar den Allgemeinzustand, indem dem Körper nun mehr Sauerstoff, Energie und Nährstoffe zugeführt werden.

Grundpfeiler IV: Cholesterin-Werte senken

Cholesterine werden durch natürliche „Cholesterin-Senker“ wieder normalisiert und können sich nicht als Arteriosklerose in unseren Blutgefäßen festsetzen.

Grundpfeiler V: Arteriosklerose abbauen

Die gefürchtete Gefäßverkalkung, die sog Arteriosklerose, wird mit nachweislich wirksamen Natursubstanzen mittel- bis langfristig abgebaut und auf diese Weise Herzinfarkten vorgebeugt.

Nur die Kombination von mehreren erlesenen Naturheilsubstanzen, die im Therapiealltag und in Studien eindeutige Erfolge haben nachweisen können, vermag all diesen Anforderungen auf synergetischem Wege gerecht zu werden.

Sie erfahren dazu in Ihrem Codex Humanus phänomenale Fakten, u. a.:

- dass Prof. Dohrmann in einer Berliner Klinik bei akutem Herzinfarkt mit Strophanthin die *weltbesten Überlebensraten* erzielte. Hierfür wurden über 1.000 Infarkte analysiert! Ähnliche Erfolge wurden ebenfalls von Prof. Agostoni in Mailand nachgewiesen.
- dass in einer Umfrage aus dem Jahr 1984 von insgesamt 3.650 Ärzten 98 % angaben, Strophanthin (Ouabain) sei extrem wirksam!
- dass Alpha-Liponsäure den Cholesteringehalt im Blut um 40 % und in der Aorta um 45 % reduzieren kann; die Sauerstoffaufnahme des Herzens steigt um 72 % an, in der Aorta sogar um 148 % und in der Leber um 128 %!
- dass bei 20 Patienten, die mit Astragalus membranaceus behandelt wurden, der Blutausstoß aus dem Herzen in einer Rekordzeit von nur zwei Wochen von 5,09 auf 5,95 Liter erhöht werden konnte. Kontrolliert wurde dies mit einem Echokardiogramm.
- dass die EKG-Werte bei 92 Patienten mit einer Behandlung mit Astragalus membranaceus um 82,6 % verbessert werden konnten.

- dass Beta-Carotin in Studien das Herzinfarktrisiko um 50 % senken konnte.
- dass man in einer zwölf Jahre dauernden Studie an 240 Männern im Alter von 50 bis 79 Jahren den Einfluss von DHEA auf die Lebensdauer untersucht hat. Ein Anstieg der DHEA-Konzentration von 1 mg/Liter konnte das Risiko, einen Herzinfarkt zu erleiden, stark senken und die Sterblichkeit an Herzinfarkt um 48 % reduzieren.
- dass einer Langzeitstudie zufolge der Granatapfelsaft die Entwicklung der Arteriosklerose (Blutverkalkung, die zu Herzinfarkt und Schlaganfall führt) aufhalten und sogar um bis zu 30 % rückgängig machen kann.
- dass mit Propolis, einem Erzeugnis der Bienen, in einer bulgarischen Studie an 34 krankhaften Hypertonikern der Bluthochdruck im Schnitt systolisch um 10–15 mmHg und diastolisch um 5–10 mmHg gesenkt werden konnte.
- dass der Lapacho-Tee längerfristig die Ablagerungen an den Arterien (diese führen zum Herzinfarkt) zu lösen, die Blutgefäße wieder elastisch zu machen und die Arteriosklerose teilweise zu revidieren vermag.
- dass MMS (Miracle Mineral Supplement) in nur 30 Tagen Arterien, die zu 80 % verstopft waren (schwerste Arteriosklerose!), mit täglich 3 x 15 Tropfen zu 50 % wieder frei machen konnte.
- dass die Einnahme von Omega-3-Fettsäuren in einer Langzeitstudie an über 11.000 Patienten die Herzinfarkt- und Schlaganfallrate um 30 % gegenüber der Kontrollgruppe senken konnte; der plötzliche Herztod sank sogar um 45 %, das Cholesterin fiel um bis zu 30 %.
- dass eine Studie an 2.664 Herzpatienten nach nur 90 Tagen mit Coenzym Q10 folgende Verbesserungen aufgezeigt hat:

SYMPTOME	**LINDERUNG IN %**
Herzrhythmusstörungen	63,4 %
Starkes Herzklopfen	75,4 %
Schwindel	73,1 %

Kurzatmigkeit	52,7 %
Zyanose	78,0 %
Ödeme	77,8 bis 78,6 %
Schlaflosigkeit	62,8 %
Nächtlicher Harndrang	53,6 %
Vergrößerung der Leber	49,8 %
Schwitzen	79,8 %

15.1.1. Wirkstoff-Wirkungstabelle Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Die folgende Tabelle informiert Sie über die Naturheilsubstanzen, die Sie brauchen, um das Herz-Kreislauf-System zu stärken und ganzheitlich zu sanieren, und informiert Sie zeitgleich über deren Hauptwirkung.

HINWEIS:

Die Wirkstoff-Wirkungstabelle stellt die wichtigsten Naturheilsubstanzen dar, die sich innerhalb der Heilung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen in allen Epochen und Kulturkreisen bewährt haben, ob innerhalb der *Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)*, der *indischen Medizin (Ayurveda)*, der überlieferten Heilmittel der *Ureinwohner Nordamerikas* sowie der *Indios* u. a.

Jede einzelne dieser Substanzen hat sich bereits unzählige Male nachweislich bewährt und hat sogar im Praxisalltag für sich allein Herz-Kreislauf-Erkrankungen heilen können.

Es ist natürlich nicht nötig, sie alle gleichzeitig einzunehmen, da sie sich zwar sehr gut ergänzen und gegenseitig verstärken, aber auch teilweise ersetzen.

Sie können beispielsweise zunächst mit den ersten (wichtigsten) sechs Naturheilsubstanzen beginnen, z.B.:

Vitamin C (Band I), Beta Carotin (Band I), Acetyl-L-Carnitin (Band II), Omega 3 Fettsäuren (Band II), Strophanthin (Band III), Magnesium (Band III) und abwarten, wie Ihr Körper in den nächsten sechs Wochen darauf reagiert, ob Ihr Gesamtbefinden sich bessert, Ihre Ausdauer steigt, ob unangenehme Symptome (Bluthochdruck, Cholesterinspiegel, EKG) sich deutlich verbessern. Sollte dies nicht der Fall sein, nehmen Sie weitere drei Substanzen aus der Tabelle hinzu, warten wieder einige Wochen ab, usw.

(Die in den Tabellen aufgeführten Heilpilze erhalten Sie ebenfalls häufig als Kombi-Präparat!)

Der multifaktorielle Aktionsradius der zu diesem Zweck auserlesenen Natursubstanzen ermöglicht dabei eine übergreifende und synergetische Wirkung

Ergänzend empfahl die leider bereits verstorbene Naturheilkoryphäe Dr. Hans Nieper Kalium-Magnesium-Aspartat und Wobenzym plus Zink-Asparat.

WIRKSTOFF-WIRKUNGSTABELLE DER NATURHEILSUBSTANZEN BEI HERZKREISLAUFERKRANKUNGEN (1/2)							
Natur–substanz	**Sei-te**	**Allgemeine Stärkung des Herzmuskels**	**Steigerung der Herzdurch–blutung**	**Regulierung des Blutdrucks**	**Senkung Cholesterin –spiegel**	**Verhinder-ung der Arterio–sklerose**	**Abbau der Arterio–sklerose**
Strophan-thin	2235	X	X	X	X	X	
Coenzym Q10	1888	X	X	X	X	X	
Beta-Carotin	731	X		X	X	X	
Omega-3-Fettsäuren	1704	X	X	X	X	X	

L-Carnitin	1524	X	X	X	X	X	
Magnesium	2503	X	X	X	X	X	X
Fortsetzung der Tabelle im Buch							

15.2. Krebs – Todesursache Nr. 2

„Jeder sollte wissen, dass der Krieg gegen den Krebs größtenteils ein Betrug ist!" **(Prof. Dr. Pauling, zweifacher Nobelpreisträger und Begründer der orthomolekularen Medizin)**

Jeder zweite Mensch erkrankt daran, jeder vierte verstirbt an Krebs – und wo bleiben dabei die „forschenden Pharmaunternehmen"? Krebs ist nach wie vor DIE Geißel der Menschheit, da sie vollständig auf Korruption und Lügen aufgebaut ist.

Eine Chemotherapie führt nachweislich zu einer sehr fragwürdigen Erfolgsquote von durchschnittlich lediglich 2,3 % aller Behandelten, untermauert durch Langzeitstudien aus den USA und Australien an insgesamt 200.000 behandelten Patienten. Prophylaxe wie etwa Brust-Screening weist eine „Erfolgsquote" von 0,2 % statt der versprochenen 25 % auf, wie Sie in meinem Buch „Medizinskandal Krebs" (www.vitaminum.net) ausführlich nachlesen können.[61]

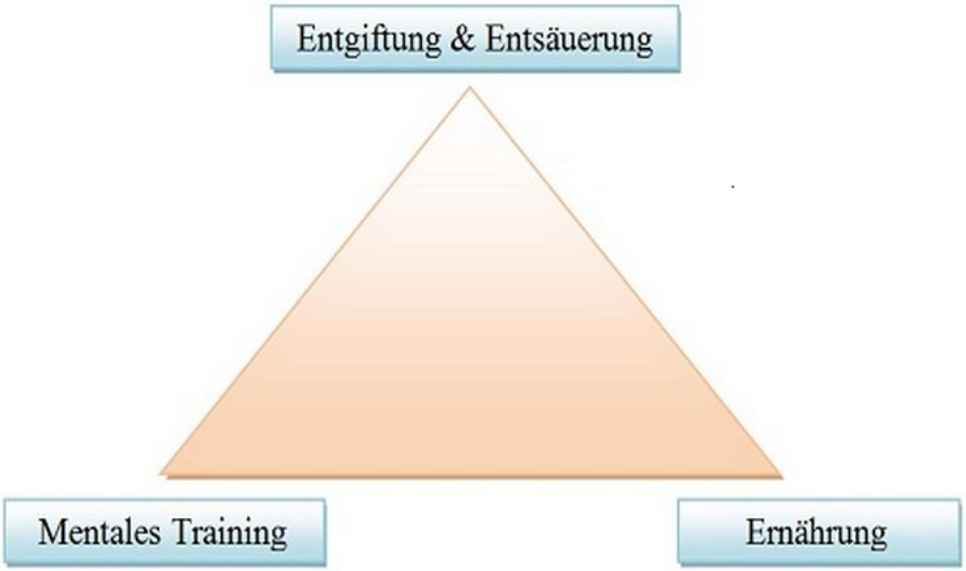
Operation, Bestrahlung und Chemotherapie… ein mehr als zu hinterfragendes Dreieck eines offensichtlich fehlgeleiteten, symptom- statt ursachenorientierten Krebstherapiekonzepts einer vermeintlich fortschrittlichen Medizin, die sich ganz offensichtlich seit Jahrzehnten in einer Sackgasse befindet.

Die Heilung von Krebs ist möglich, vorausgesetzt, man entscheidet sich für die richtige Krebsbehandlung – Krebsvorbeugung (Prophylaxe) ist mittlerweile ein Muss und mit der richtigen Kombination an Natursubstanzen durchaus einfach und kostengünstig!

Im Falle einer akuten Krebserkrankung und Nachsorge sollte man auf das „goldene Dreieck der

[61] Siehe www.brisante-krebsheilung.com.

Krebsheiltherapie“ setzen, das aus 1) mentalem Training, 2) Entgiftung und Entsäuerung sowie 3) Ernährung (inkl. sinnvoller Heilsubstanzen in Form bestimmter Nahrungsergänzungsmittel) besteht:



Die Prophylaxe:

Ein funktionelles, maximal Erfolg versprechendes Prophylaxe-Konzept würde ich in zwei Fälle einteilen: *Prophylaxe für gesunde, unvorbelastete Menschen* und *Prophylaxe mit Vorgeschichte* (ehemaliger Krebspatient bzw. mit familiärer Vorbelastung).
Da unser Immunsystem ständig mit Krebszellen kämpft, die übrigens jeder gesunde Mensch in sich trägt, ergibt es zunächst sehr viel Sinn, unsere körpereigenen Reparaturmechanismen sowie unser Immunsystem bei der Arbeit zu unterstützen, indem wir 1) natürliche Zytotoxika (Krebszellen zerstörende Natursubstanzen), 2) natürliche Zytostatika (das Krebswachstum hemmende Natursubstanzen) und 3) immunaufbauende Natursubstanzen zu uns nehmen, die sog. Immunmodulatoren.

Es konnte zweifelsfrei nachgewiesen werden, dass in sämtlichen Stadien der Krebsentstehung freie Radikale eine wichtige Rolle spielen. So erweist es sich ebenfalls als sinnvoll, 4) wirksame Antioxidantien aufzunehmen. Bei entsprechender familiärer Disposition ist anzuraten, das Präventionsprogramm auszubauen und 5) natürliche Neoangiogenese-Hemmer einzunehmen, Natursubstanzen also, die die Bildung von Krebsblutgefäßen hemmen, sowie des Weiteren 6) natürliche Apoptose-Aktivatoren zuzuführen – Natursubstanzen, die das Selbstmordprogramm (ausschließlich) der Krebszelle initiieren. Last but not least ist bei Vorgeschichte mit hormonabhängigem Krebs ebenfalls 7) der Einsatz natürlicher Hormonregler (relevant bei hormonbedingten Krebsarten wie Brustkrebs, Gebärmutterkrebs, Prostatakrebs usw.) in Erwägung zu ziehen

FALL 1: Prophylaxe für gesunde Menschen

Grundpfeiler I:
Einsatz natürlicher Zytotoxika (Krebszellen-zerstörende Natursubstanzen, die die gesunden Zellen verschonen)

Grundpfeiler II:
Einsatz natürlicher Zytostatika (das Krebszellwachstum hemmende Natursubstanzen, die die gesunden Zellen verschonen)

Grundpfeiler III:
Einsatz natürlicher Immunmodulatoren, die das Immunsystem anregen

Grundpfeiler IV:
Einsatz von Antioxidantien als Schutz vor freien Radikalen, die in jedem Vor- sowie in jedem Stadium von Krebs eine wichtige Rolle spielen

FALL 2: Prophylaxe nach Krebs bzw. mit familiärer Disposition

Grundpfeiler I:
Einsatz natürlicher Zytotoxika (Krebszellen-zerstörende Natursubstanzen, die die gesunden Zellen verschonen)

Grundpfeiler II:
Einsatz natürlicher Zytostatika (das Krebszellwachstum hemmende Natursubstanzen, die die gesunden Zellen verschonen)

Grundpfeiler III:
Einsatz natürlicher Immunmodulatoren, die das Immunsystem anregen

Grundpfeiler IV:
Einsatz von Antioxidantien als Schutz vor freien Radikalen, die in jedem Vor- sowie in jedem Stadium von Krebs eine wichtige Rolle spielen

Grundpfeiler V:
Einsatz sog. Neoangiogenese-Hemmer – Natursubstanzen, die die Bildung von Krebsblutgefäßen hemmen

Grundpfeiler VI:

Einsatz natürlicher Apoptose-Aktivatoren – Substanzen, die das Selbstmordprogramm (ausschließlich) der Krebszelle initiieren

Grundpfeiler VII:

Einsatz natürlicher Hormonregler; relevant bei hormonbedingten Krebsarten wie Brustkrebs, Gebärmutterkrebs, Prostatakrebs usw.

Die Therapie

Die Therapie sollte möglichst unter Aufsicht eines auf dem Gebiet der Naturheilkunde erfahrenen

Krebstherapeuten und mithilfe des „goldenen Dreiecks der Krebsheiltherapie“ (siehe oben) stattfinden. Zu den Grundpfeilern I–VII gesellt sich bei bestehendem Krebsschmerz ebenfalls Grundpfeiler VIII, der den Einsatz von natürlichen Schmerzmitteln, sog. Palliativa, vorsieht.

Wird eine Chemotherapie angewandt, empfiehlt sich als weiterer Grundpfeiler IX der Einsatz von Chemo-Sensitizern und Chemo-Protektoren, Natursubstanzen also, die die Krebszelle für die Chemotherapie sensibilisieren und die gesunden Zellen vor Zerstörung schützen. Während der Strahlentherapie sollte man entsprechend auf Strahlen-Sensitizer und Strahlen-Protektoren setzen.

Grundpfeiler I:
Einsatz natürlicher Zytotoxika (Krebszellen-zerstörende Natursubstanzen, die die gesunden Zellen verschonen)

Grundpfeiler II:
Einsatz natürlicher Zytostatika (das Krebszellwachstum hemmende Natursubstanzen, die die gesunden Zellen verschonen)

Grundpfeiler III:
Einsatz natürlicher Immunmodulatoren, die das Immunsystem anregen

Grundpfeiler IV:

Einsatz von Antioxidantien als Schutz vor freien Radikalen, die in jedem Vor- sowie in jedem Stadium von Krebs eine wichtige Rolle spielen

Grundpfeiler V:
Einsatz sog. Neoangiogenese-Hemmer – Natursubstanzen, die die Bildung von Krebsblutgefäßen hemmen
Grundpfeiler VI:
Einsatz natürlicher Apoptose-Aktivatoren – Substanzen, die das Selbstmordprogramm (ausschließlich) der Krebszelle initiieren

Grundpfeiler VII:

Einsatz natürlicher Hormonregler; relevant bei hormonbedingten Krebsarten wie Brustkrebs, Gebärmutterkrebs, Prostatakrebs usw. ggf. beim Krebsschmerz :

Grundpfeiler VIII:

Einsatz natürlicher Palliativa, also den Krebsschmerz stillende Natursubstanzen

ggf. bei Chemotherapie:
Grundpfeiler IX a)
Einsatz natürlicher Chemo-Sensitizern, also Natursubstanzen, die die Krebszellen für die Chemotherapie empfindlicher machen

Grundpfeiler IX b)
Einsatz natürlicher Chemo-Protektoren, also Schutzsubstanzen, die die gesunden Körperzellen nachweislich vor der Chemotherapie schützen

ggf. bei Strahlentherapie:

Grundpfeiler X a)

Einsatz natürlicher Strahlen-Sensitizer – Natursubstanzen, die die Krebszelle für die Bestrahlung empfindlicher machen

Grundpfeiler Xb)
Einsatz natürlicher Strahlen-Protektoren, die die gesunden Zellen vor der Bestrahlung schützen

All dies finden Sie durch überzeugende, repräsentative Studien sowie Aussagen pharmaunabhängiger Experten in diesem Buch kompetent untermauert *(siehe auch „Wirkstoff-Wirkungstabelle Krebs“).*

In Ihrem Codex Humanus erfahren Sie dazu detailliert u. a.,

- dass bittere Aprikosenkerne (Vitamin B17) seit über 60 Jahren Anwendung zu 98 % die Krebserkrankung von Millionen von Menschen verhindern.

- dass es mit Resveratrol eine Power-Substanz gibt, die in Studien die Erkrankung von Brustkrebs (Mammakarzinom) zu 100 % verhindern konnte.

- dass Bromelain das Wachstum von Lungenkrebs, Lymphdrüsenkrebs und Leukämie um mindestens 80 % hemmt.

- welcher Enzym-Mix laut Prof. Wrba (Wien) die Krebsrate auf der Welt allgemein **halbieren** könnte.

- dass 600 mg Bromelain pro Tag in wenigen Wochen gemäß dem französischen Internisten Gérard zu einem *„beachtlichen Rückgang"* von bösartigen Tumoren führen konnten, besonders bei Brust-, Darm- und Magenkrebs.

- dass es nach Expertenaussagen keine einzige Krebsart gibt, die nicht auf die Behandlung mit Curcumin positiv reagieren würde.

- dass im Jahr 2005 Curcumin auf einem Ärztekongress in den USA als einziges Naturheilmittel, das zur vorbeugenden und therapeutischen Behandlung von Krebs – unabhängig von der jeweiligen Krebsart – eingesetzt werden kann, anerkannt wurde.

- dass im länderübergreifenden Vergleich statistisch gesehen die Erkrankungsquote von Brust-, Prostata-, Dickdarm- und Lungenkrebs in Indien zehnmal niedriger ausfällt als in den USA, was dem täglichen Anteil an Curcumin innerhalb der traditionellen indischen Ernährung zugeschrieben wird.

- dass Dr. Schwartz in seinen Studien mit DHEA eine Reduktion der Krebsrate um bis zu 80 % beobachten konnte.

- dass das organische Germanium im Tierversuch die Wirkung der natürlichen Killerzellen von 10 % auf 33 % verdreifachen konnte.

- dass Prof. John Pezzuto in seinem einmaligen, weltweit größten Forschungsprogramm mit seinem Team 2.500 natürliche Substanzen auf deren krebshemmende Wirkung hin untersucht hat und zu folgendem Fazit kam: *„Von allen Pflanzenstoffen, die wir auf ihre chemopräventive Wirksamkeit untersucht haben, war Resveratrol die vielversprechendste Substanz.*"

- dass stolze 600 Krebsstudien zu Papain die hervorragende Wirkung von Papaya und Papain

untermauern.

- dass am Hahn-Meitner-Institut in Berlin Selen unter der Leitung von Prof. Dr. Peter Brätter unter Beweis stellen konnte, dass eine tägliche Dosis von 300 Mikrogramm Bio-Selen die Brustkrebsrate bei Frauen auf null senkt.[62]

- dass Untersuchungen an der renommierten Harvard School of Public Health an 34.000 Männern aufzeigen konnten, dass Männer mit hoher Selenaufnahme ein halb so hohes Risiko aufweisen, an Prostatakrebs zu erkranken.[63]

- dass der chinesische Heilpilz Maitake in einer Studie an 165 Krebspatienten eine Rückbildung des Tumors bzw. signifikante Verbesserung bei 73 % der Brustkrebspatienten, 67 % der Lungenkrebspatienten und 47 % der Leberkrebspatienten nach sich ziehen konnte.[64]

- und vieles mehr …

[62] Hademar Bankhofer : BIO-SELEN – natürlicher Schutz für unser Immunsystem, 5. Auflage, Juli 1998, S. 148.

[63] Prof. Dr. med. Josef Beuth, Dr. Verena Drebing : Selen gegen Krebs – Unterstützung in der Tumorprävention und -therapie, TRIAS-Verlag, 2006, S. 70.

[64] Werner Goller : Was verschweigt die Schulmedizin?, 2009, S. 148.

15.6 BLUTHOCHDRUCK (HYPERTONIE)

Die Bezeichnung *„Der stille Tod“* hat dem Bluthochdruck dessen heimtückische Eigenschaft beschert, über viele Jahre unbemerkt bleiben zu können und auf diese Weise unbehandelt das Herz-Kreislauf-System nachhaltig zu schädigen.

Eine weitere Heimtücke äußert sich dadurch, dass tendenziell auch immer mehr junge Menschen von Bluthochdruck betroffen sind. Steigender Leistungsdruck, denaturierte Ernährung (= Vitalstoffmangel!), Bewegungsmangel und nicht zuletzt Medikamenteneinnahme werden hierfür offiziell verantwortlich gemacht.

Einem aktuellen Bericht der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zufolge stellt der Bluthochdruck weltweit das größte Gesundheitsrisiko dar – sogar noch vor Rauchen und Alkoholgenuss!

Die Krone auf im negativen Sinne setzte diesem Missstand zuvor bereits die „*Global Burden of Disease Study 2010“,* laut der Bluthochdruck gar unglaublicher Weise das bislang führende Risiko *„Hunger im Kindesalter“* abgelöst hat und damit aktuell weltweit als TODESURSACHE Nr. 1 gilt.

Faktisch unzählige Studien untermauern unmissverständlich die Rolle der Hypertonie (med. Fachausdruck für Bluthochdruck) als potenziellen Risikofaktor für zahlreiche Herz-Kreislauf-Erkrankungen, trauriger Weise ebenfalls für die hieraus oft resultierenden und häufig tödlich endenden Herzinfarkte und Schlaganfälle.

In Zahlen ausgedrückt sollen ca. 50 % aller Todesfälle in Deutschland direkt oder indirekt auf Bluthochdruck zurückzuführen sein – mehr als 400.000 Todesfälle aufgrund von Herz-Kreislauf-Erkrankungen gehen indessen direkt auf das Konto von Bluthochdruck.

Mit 55 % aller Einwohner, die unter Hypertonie leiden, hat sich Deutschland dabei übrigens an die wenig rühmliche Spitze vorgekämpft …

Eine gewisse Skepsis sei erlaubt, wenn man einerseits die unfassbaren Fortschritte der Schulmedizin registriert (so ist diese seit einem halben Jahrhundert bekanntlich in der Lage, Herzen zu verpflanzen und seit über 20 Jahren gar Säugetiere zu klonen), sie aber bis zum heutigen Tage an dem Unterfangen scheitern sieht, ohne entstehende Schäden dauerhaft Blutdruck zu regulieren.

Auf unsere Metapher „Automobil“ übertragen, würde dies heißen:

Wir können zwar den kompletten Motor austauschen, diesen sogar duplizieren – wir können diesen aber nicht einstellen!

Weshalb die Schulmedizin dies nicht beherrscht, wurde bereits zur Genüge im Allgemein-Teil dieses Buchs erörtert. Der ausschließlich symptomatische Therapieansatz sowie die fehlende Fähigkeit der synthetischen Medikamente zur exakten Regulation führen dazu, dass der Bluthochdruck keine Heilung auf Zellebene findet.

Auch die besagten Alternativen zu Betablockern, ACE-Hemmern, Sartanen und Calciumantagonisten habe ich bereits im Allgemein-Teil (Kapitel 14) des Buches erläutert, wodurch sich Wiederholungen an dieser Stelle erübrigen…

Ein funktionelles Heiltherapie-Präventions-Konzept

Über die folgenden sechs Grundpfeiler gehen wir den Bluthochdruck logisch und vor allem ganzheitlich an.

Grundpfeiler I:

1) Das *vegetative Nervensystem ausgleichen* (Gegenspieler von Sympathikus: Parasympathikus und Adrenalin)

Grundpfeiler II:

2) Unsere *Blutgefäße weiten*

Grundpfeiler III:

3) Dem *PAF (Blutplättchen-aktivierender Faktor) entgegenwirken*

Grundpfeiler IV:

4) Antioxidativ *vor Erstarrung der Blutzellen-Membranen schützen*

Grundpfeiler V:

5) Das *ACE-Enzym regulieren*

Grundpfeiler VI:

6) Unsere *Blutgefäße von Arteriosklerose befreien, rundum erneuern und flexibel machen*

Dass diese parallel ablaufenden regulativen und reparativen Prozesse dieser sechs Punkte nicht in wenigen Tagen vonstattengehen können, versteht sich von selbst – spätestens aber nach einer acht- bis zwölfwöchigen Einnahme von Substanzen aus diesem Buch, wird sich Ihr Bluthochdruck im Normalfall (Voraussetzung: keine ursächlichen, organischen Schäden!) signifikant senken und in weiteren Wochen der Einnahme nach und nach normalisieren.

15.6.1 Wirkstoff-Wirkungstabelle Bluthochdruck

Die folgende Tabelle ermöglicht Ihnen eine schnelle Orientierung über die Naturheilsubstanzen, die Sie brauchen, um eine optimale Bluthochdruck-Therapie aufgrund der oben genannten Wirkungsfaktoren durchführen zu können. Gleichzeitig informiert Sie diese über deren Hauptwirkung.

In Ihrer Auswahl der Wirkstoffe aus der unteren Tabelle sollten Sie auf alle Fälle versuchen, möglichst den folgenden sechs Aspekten aus unserem Sechs-Punkte-Therapieansatz gerecht zu werden, denn diese stellen (neben der konsequenten Entsäuerung und Entschlackung) schließlich die Grundlage innerhalb unserer funktionellen Bluthochdruck-Therapie dar.

Sie können beispielsweise zunächst mit diesen sieben Naturheilsubstanzen gegen Bluthochdruck beginnen :

- *Strophanthin,*
- *Ginkgo,*
- *natürliches Vitamin C (2000–5000mg!),*
- *OPC,*
- *Omega-3-Fettsäuren,*
- *Co-Enzym Q10,*
- *Silicium.*

Beobachten Sie, möglichst unter ärztlicher Kontrolle, wie Ihr Körper in den nächsten acht Wochen darauf reagiert, wie stark sich Ihr Blutdruck senkt, ob Sie sich beispielsweise fitter und ausdauernder fühlen. Sollte dies wider Erwarten bis dahin nicht eingetroffen sein, nehmen Sie weitere drei Wirkstoffe hinzu, warten wieder einige Wochen ab usw.

Zu beachten ist, dass die folgende Tabelle nicht über die vollständige Wirkungszuweisung der jeweiligen Naturheilsubstanzen gegen Bluthochdruck verfügt bzw. verfügen kann. Hierzu fehlt es noch an weiteren aussagefähigen Studien, die die nachgewiesene, blutdruckregulierende Wirkung bestimmten Mechanismen zuweisen.

WIRKSTOFF - WIRKUNGSTABELLE DER NATURHEILSUBSTANZEN BEIM BLUTHOCHDRUCK						
Natur-substanz	Seite	Weitung der Blutgefäße	Entgegenwirken der Verklumpung von Blutplättchen und dem PAF	Antioxidativer Schutz vor Erstarrung der Blutzellen	Regulierung des ACE-Enzyms	„Runderneuerung“ /Befreiung der Blutgefäße von Arteriosklerose (Blutgefäßverstopfung)
Ginkgo B.	1051	X	X	X		
Coenzym Q10	1888			X		
Omega 3	1704	X	X	X		X
Granatapfel	1142		X	X	X	X
Strophanthin	2235	Gleicht das vegetative Nervensystem aus (Gegenspieler von Adrenalin und Sympathikus = Parasympathikus!) und ist dabei lt. Aussage zahlreicher Mediziner sogar erfolgreicher als Betablocker.				
L-Carnitin	1584	X		X		
Bromelain	630		X	X		X
Papain	894	Fortsetzung der Tabelle im Buch!				

ZUSAMMENFASSUNG

Krebs ist längst kein automatisches Todesurteil mehr, ***Herzkrankheiten***, ***Herzinfarkte*** und ***Schlaganfälle*** lassen sich vermeiden und erfolgreich behandeln, Krankheiten wie ***Arthrose*** und ***Arthritis*** sind in den meisten Fällen heilbar, ***Diabetes*** sowie sämtliche ***Allergien*** lässt es sich erfolgreich begegnen, ***Depressionen***, ***Asthma***, ***Hepatitis***, ***Migräne***, ***Impotenz*** sowie alle Erkrankungen, die auf „-itis" enden, sind nicht nur vermeidbar, sondern mit entsprechenden Natursubstanzen auf zellulärer Ebene nicht selten heilbar – diesen Ansatz nennt man auch orthomolekulare Medizin. Detailliertere Informationen zur Therapierung einzelner Erkrankungen finden Sie auch in unserem Shop auf www.vitaminum.net.

Der Codex Humanus, ein einzigartiger Insider-Report, ein unverzichtbares Nachschlagewerk und ein Muss für jeden neuzeitlichen Menschen, beugt Krankheiten vor und heilt diese – untermauert durch aussagefähige, repräsentative Studien und Expertenaussagen.

Zu allen Erkrankungen aus den Wirkstoff-Wirkungstabellen finden Sie tiefergehende Informationen in entsprechenden Büchern meiner Medizinskandale-Buchreihe.

Es folgen nun beispielhaft einige Original-Passagen aus unserem Buch *„Codex Humanus-das Buch der Menschlichkeit"*.

Zu Ihrer Information sind die detaillierten Beschreibungen der einzelnen Natursubstanzen der optimalen Übersicht halber systematisch im Buch nach dem folgenden Schema aufgebaut:

1) **Um welche Natursubstanz handelt es sich?** (Name, Herkunft, Aussehen, Geschmack)
2) **Wirkstoffe** (welche Mikrowirkstoffe im Einzelnen begründen die Wirkung dieser Natursubstanz?)
3) **Wirkung** (gezielte Wirkung der Wirkstoffe vorbeugend und therapeutisch gegen Krankheiten und Missstände => *wogegen*, *warum* und *wie* genau wirkt die Natursubstanz?)
4) **Studien und Expertenaussagen** (welche objektiven, wissenschaftlichen Beweise gibt es für die Wirkung und wer bürgt für diese?)
5) **Anwendung** (wie sollte ich zu welchem Zweck die jeweilige Natursubstanz einnehmen und wo kann ich diese beziehen?)

6) **Nebenwirkungen** (ist mit irgendwelchen Nebenwirkungen und/oder Wechselwirkungen zu rechnen, wenn ja – mit welchen konkret?)

Dieser didaktisch strukturierte Aufbau ermöglicht ein besseres Verständnis für die behandelten Themen, bietet eine schnelle Orientierung innerhalb der Texte und zieht idealerweise einen Lerneffekt nach sich.

Wirkstoff-Wirkungstabellen

Des Weiteren finden Sie neben dem obligatorischen Inhaltsverzeichnis und Stichwortverzeichnis zu den populärsten Erkrankungen als ein weiteres Alleinstellungsmerkmal die weiter oben beispielhaft dargestellten, einzigartigen *Wirkstoff-Wirkungstabellen*, die die exakte biochemische Wirkungsweise abbilden.

Diese sind das Herzstück des Codex Humanus und stellen einen absolut neuen Ansatz dar, der es jedem medizinischen Laien endlich ermöglicht, die spektakuläre, multifaktorielle Wirkung von Naturheilmitteln nachzuvollziehen!

Als Nächstes folgen nun einige konkrete Textpassagen aus dem Buch *„Codex Humanus – das Buch der Menschlichkeit“*

CODEX HUMANUS, BAND II

Wir steigen ein in eine Textpassage aus dem Kapitel „Kolloidales Silber“:

KOLLOIDALES SILBER

„Kolloidales Silber ist einer der wirkungsvollsten Bakterienkiller. Kolloidales Silber entpuppt sich als ein Wunder der modernen Medizin. Ein herkömmliches Antibiotikum eliminiert vielleicht ein Dutzend verschiedene Krankheitserreger, aber kolloidales Silber tötet etwa 650!“ **Science Digest, März 1978**

Wie das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) am 10.03.2015 mitteilte, wurden in Deutschland bei etwa der Hälfte (50%) aller Proben geschlachteter Masthähnchen an der Zahl ganze 2013 potenziell krankmachende Keime nachgewiesen.

In Zeiten, in denen neue Virenepidemien, angefangen mit Vogelgrippe über Schweinegrippe bis hin zu Ebola zunehmend Ängste verursachen und mit Antibiotika verseuchte Lebensmittel für erschreckende Antibiotika-Resistenz beim Menschen sorgen, gewinnen wirksamen Alternativen immer mehr an

Bedeutung – denn sie könnten in Zukunft lebensrettend sein!

Der Entdecker des Penicillins (Antibiotikum), Alexander Fleming, warnte bereits:

„Mikroben können im Labor resistent gegen Penicillin gemacht werden, wenn sie Konzentrationen ausgesetzt werden, die nicht ausreichen, um sie zu töten. Es besteht die Gefahr, dass Unwissender sich eine zu niedrige Dosis verabreicht und die Mikroben resistent macht, weil er sie nichttödlichen Mengen aussetzt."

Die „Unwissenden" sind nicht wir, sondern unsere Ärzte, die Antibiotika fast schon wahllos verschreiben und die Lebensmittelindustrie, die bis zum heutigen Tag das Fleisch mit Antibiotikum verseuchen darf, und dies auch im zunehmendem Maße tut. Vegetarier zu werden, ist dabei keine Lösung mehr, denn Antibiotika finden sich ebenfalls in unserem Trinkwasser – die Erreger werden also passiv resistent gemacht, mit unserer Gesundheit und schlimmstenfalls unserem Leben bezahlen wir..!

Viren, Bakterien, Pilze und andere Erreger sind vehement auf dem Vormarsch, und zahlreiche Forscher warnen vor ernsthaften Epidemien in naher Zukunft.
Dies, während gleichzeitig die stärksten Waffen der Schulmedizin (Antibiotika) versagen – schützen können wir uns allein nur über unser Wissen, an dieser Stelle liegt es in der Verantwortung eines jeden einzelnen Bürgers, sich für bewährte (und weitaus effizientere) Alternativen aus der Natur zu interessieren, gegen die die Erreger nicht immunisiert werden können, um sich und seine Familie zu schützen!

Kolloidales Silber, aber auch MMS, Grapefruitkernextrakt u.a. Substanzen, über die wir ausführlich im „Codex Humanus" berichten, gehören zu diesen äußerst effektiven Alternativen zum Antibiotikum – leider hat die Schulmedizin und die Pharmaindustrie sehr viel daran gesetzt, diese traditionell verwendeten Schutzsubstanzen aus der Erinnerung der modernen Menschheit zu eigenen materiellen Gunsten zu löschen. Konkret wurde zeitgleich mit der Patentierung des Penicillin den besagten Substanzen der Kampf angesagt!

Worüber sprechen wir? Beim kolloidalen Silber handelt sich um eine höchst effiziente, kostengünstige und zugleich in aller Regel nebenwirkungsfreie Behandlungsform gegen sämtliche Parasiten, wie Bakterien, Viren, Pilze, *Streptokokken,* Staphylokokken und andere pathogene Organismen.

Kolloidales Silber vermag in einer Rekordzeit von sechs Minuten sage und schreibe bis zu 650 Krankheitserreger abzutöten, und als wäre dies nicht genug, unterstützt es auch unser Immunsystem bei seiner Arbeit.
Viele Untersuchungen deuten darüber hinaus darauf hin, dass das kolloidale Silber gleichzeitig das Zellwachstum fördert und damit eine Zellerneuerung anregt.

Gemäß Dr. Robert O. Becker, einem bekannten Wissenschaftler der Biomedizin der *Syracuse University* (USA), vernichtet Silber nicht nur feindliche Lebensformen, sondern unterstützt darüber hinaus die Neubildung des lebensnotwendigen Gewebes. Zellteilung bedeutet Leben, und eine Substanz, die einerseits unsere Zellen vor externen Angriffen von Erregern und Parasiten wie kaum eine andere schützt, andererseits unsere Körperzellen dazu anregt, sich zu erneuern, ist ein unsagbares Geschenk von „Mutter" Natur, für das wir nur dankbar sein können…!

Was genau ist kolloidales Silber?

Bevor wir zu den Eigenschaften des Silbers als zweites Wort innerhalb des zusammengesetzten Begriffs „kolloidales Silber" kommen, widmen wir uns zunächst dem ersten Wörtchen „kolloidal". Unter einem Kolloid versteht man die zweitkleinste Einheit der Materie, direkt nach dem Atom. Es beschreibt also die kleinstmögliche Form, in die eine Materie (Körper, Material) zerlegt werden kann, ohne dabei seine ursprünglichen Eigenschaften einzubüßen.

In dieser mikroskopisch kleinen und dennoch völlig funktionellen Form wird es dem Silber ermöglicht, unseren Körper bis in die letzte Zelle zu durchdringen, um dort die erwünschte Wirkung zu erzielen: die Eliminierung sämtlicher körperschädigender Parasiten, Bakterien, Viren und Pilze.

Ein weiterer Vorteil dieser extremen Zerkleinerung ist der, dass dadurch die Gesamtoberfläche der Silberpartikel um ein Vielfaches vergrößert wird, was direkt zur Folge hat, dass ein Großteil der Oberfläche des Körperinneren damit abgedeckt werden kann.
Dies zum Begriff „kolloidal".

Was aber hat es mit dem Silber auf sich?

Wirkung des kolloidalen Silbers

Es wird ein magnetisches Feld der Silberatomgruppe angenommen, das um die Silberpartikel entsteht und zu deren erstaunlicher Wirkung führt.
Im kolloidalen Silberwasser entsteht die sogenannte „Brownsche Bewegung", also ein kollektiv magnetisches Feld, dessen elektrische positive Ladung sich auf Krankheitserreger störend auswirkt.

Diese positive Polarisierung zerstört Enzyme, die bei einzelligen Krankheitserregern wie Bakterien, Pilzen und Viren für die Sauerstoffgewinnung verantwortlich sind. Da dadurch die Atmungskette dieser Parasiten unterbrochen wird, ersticken sie innerhalb weniger Minuten jämmerlich.
Des Weiteren fördert offensichtlich die Anwendung von kolloidalem Silber unser Immunsystem, das dann seinerseits ebenfalls gegen die Krankheitserreger effektiv ankämpfen kann.

Die antibakterielle, antivirale und pilzhemmende Wirkung des kolloidalen Silbers ist übrigens seit Jahrtausenden bekannt. Im 19. Jahrhundert wurde es standardmäßig therapeutisch angewandt, und seine

Wirkung wurde erst kürzlich an der medizinischen Fakultät der Universität Los Angeles offiziell bestätigt.

Die folgenden Kapitel sind fundierten Informationen zu diesem für jeden Menschen erschwinglichen und äußerst effektiven Naturmittel gewidmet . Diese sollen Ihnen Antworten auf alle Ihre Fragen zum kolloidalen Silber liefern, inklusive Studiennennung und Expertenaussagen...

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

Wir steigen ein in eine Textpassage aus dem Kapitel „Vitamin C“:

VITAMIN C - die komplette Wahrheit über das meistunterschätzte Vitamin der Menschheitsgeschichte…!

„*Wer die Wahrheit* nicht *kennt, ist nur ein Dummkopf. Wer sie aber kennt, und sie eine Lüge nennt, ist ein Verbrecher.“*(Galileo Galilei)

Sie mögen sich an dieser Stelle wundern, wie wir um Himmelswillen auf die Idee kommen konnten, ausgerechnet Vitamin C in einem Buch, wie dem *„Codex Humanus“* zu thematisieren...!

Was Aufregendes soll es schließlich an Vitamin C denn geben - sind nicht alle Fakten bekannt? Jeder weiß, dass Vitamin C, bzw. Askorbinsäure wenig spektakulär ist, ein verstaubtes „Utensil“ aus den späten 70er Jahren…Das meiste scheiden wir über Urin bekanntlich ja aus, und war da nicht sogar etwas mit Studien, die nachgewiesen haben, dass Vitamin C nicht nur kaum Wirkung aufweist, sondern sogar schädlich sein kann, Nierensteine u.a. unangenehme Probleme verursachen kann...?

Was aber, wenn alles anders ist...?

Was, wenn hinter dem vermeintlich altbackenen Vitamin mehr steckt, als Sie ahnen - viel, viel mehr…?

Was ist wenn es sich am Ende um einen (bislang sehr gelungenen) Versuch der geldorientierten, mächtigen Industrie handelt, das wichtigste existierende Vitamin, gar die Grundlage unseres Lebens gleich hinter Sauerstoff und Wasser, dermaßen in der Bevölkerung zu verunglimpfen, dass diese das tut, was von ihr erwartet wird:

auf zusätzliche Einnahme des Vitamin C zu verzichten, schneller zu altern, zu erkranken und ihren Ärzten, und damit der größten Industrie der Welt, der Pharmaindustrie, Aber-Milliarden Euro für Medikamente und Krankenhausaufenthalte zu bescheren..?!

und schließlich..:

was wäre, wenn der Mensch sein genetisches Potential gänzlich ausschöpfen könnte und 120 Jahre in bester Gesundheit erreichen könnte – wenn, ja wenn er nur endlich vollständig verstehen und zur Kenntnis nehmen würde, wie wichtig Vitamin C tatsächlich für ihn ist..?!

Sie werden erstaunt sein über das unglaubliche Wirkungsspektrum des Vitamin C und die wissenschaftlich bestens fundierten Fakten, auf die wir heute zugreifen können – und es explizit im Codex Humanus auch tun. Bereits nach wenigen Leseminuten werden Sie das Vitamin C mit anderen Augen sehen – und bewusst konsumieren, versprochen!

Doch zunächst zurück zu Grundlagen, und zum besseren Verständnis damit zu der Frage:

Was überhaupt sind Vitamine?

Die meisten Menschen haben eine lediglich vage, manchmal sehr abstrakte Vorstellung von Vitaminen. Zumeist unterschätzen sie die Wirkung der Vitamine gänzlich, schließlich erfährt man ja selbst dann nicht viel darüber, wenn man krank bei seinem Arzt zur Visite ist.

Wussten Sie aber, dass das Studium der Mediziner keinen Platz für Ernährungswissenschaft vorsieht? Laut einer Umfrage von 593 deutschen Jungärzten fühlten sich 74,5% dieser auf dem Gebiet der Ernährung unzureichend ausgebildet.[65] Ein Arzt wird Ihnen stundenlange Vorträge zu Pharmakologie halten, aber über Substanzen, auf die es wirklich ankommt (wenn man nicht nur behandeln, sondern auch heilen möchte), Makro- und Mikronährstoffe, Vitamine, Spurenelemente, Enzyme, Bioflavonoide usw., werden Sie von ihm nicht viel erfahren – denn er hat in seinem Studium selbst nicht viel darüber erfahren dürfen!

Bevor wir also umfassend das „Übervitamin" Vitamin C durchleuchten, eine kurze Erklärung dazu, was Vitamine überhaupt sind und welche Rolle sie in unserem Körper spielen:

Vitamine – biochemische Werkzeuge unseres Körpers

Stellen Sie sich vor, Sie möchten einen Nagel in die Wand schlagen oder ein Stück Holz zersägen – für all das brauchen Sie Werkzeuge, wie in diesem Fall den Hammer und die Säge.

[65] http://www.aerzteblatt.de/archiv/73243

Unser Körper hat tagtäglich gleichzeitig Tausende von ebenfalls sehr wichtigen Aufgaben zu verrichten. Ob es nun um die Muskeltätigkeit geht, die Neutralisierung von Giftstoffen oder um die Instandhaltung unserer Blutgefäße – der Körper braucht hierfür ganz spezielle Werkzeuge. Und diese Werkzeuge sind die Vitamine und die Enzyme. Vitamine sind also nichts anderes als biochemische Werkzeuge unseres Organismus.

Ohne Vitamine kann der Körper diese Aufgaben gar nicht oder nur sehr unbefriedigend erledigen, und beides führt mittelfristig zu ernsteren Erkrankungen.

Vitamine, und ganz besonders Vitamin C, nehmen Einfluss auf unser gesamtes Dasein; sie entscheiden größtenteils darüber, wie lange wir gesund und jung bleiben und inwieweit wir vom harmlosen Schnupfen bis hin zu gefährlichen Erkrankungen heimgesucht oder aber verschont bleiben.

Vitamin C – nach Sauerstoff und Wasser der wichtigste Stoff für den Menschen!

Vitamin C ist aufgrund seines vielfältigen Wirkungsspektrums auf unser Leben und unsere Gesundheit nach Wasser und Sauerstoff mit Sicherheit DER wichtigste Stoff für unseren Körper. Vitamin C ist quasi DER Inbegriff von Vitaminen und zurecht ein Synonym für diese.

Wenn man bedenkt, dass das Vitamin C auf 95 % unseres gesamten Stoffwechsels (also unseres Daseins) Einfluss nimmt, angefangen vom kleinen Schnupfen über Allergien bis hin zu lebensbedrohenden Herzerkrankungen oder gar Krebs (siehe die komplette Auflistung inklusive der Studien-Nachweise in der Tabelle 1 im weiteren Textverlauf) Krankheiten zu verhindern und sogar zu heilen vermag, wird einem die Wichtigkeit dieses „Übervitamins“ erst so richtig bewusst! Und es wird noch um einiges deutlicher, wenn man sich vergegenwärtigt, dass

der Mensch ohne Vitamin C nur eine zerlaufender Zell-Brühe wäre!

Zu diesem wichtigen Aspekt erlauben wir uns, Dr.Rath, eine Koryphäe der Orthomolekularmedizin zu zitieren:

„Wussten Sie, dass etwa ein Drittel aller Eiweiße in unserem Körper Kollagenmoleküle sind? Kollagen ist der Hauptbestandteil des Bindegewebes. Es dient z. B. dem Aufbau von Blutgefäßen, Knorpel, Knochen, Zähnen und unserer Haut. Bindegewebe bildet ein biologisches Netz, das unseren Körper stärkt und ihm Halt und Stabilität verleiht.

Kollagenfasern haben eine ähnliche Stabilitätsfunktion wie Stahlbetonträger für einen Wolkenkratzer. Millionen dieser Stabilitätsmoleküle bilden das Bindegewebe des Körpers, der Knochen, der Haut sowie der Wände unserer Blutgefäße. Vitamin C ist für die Zellen des Körpers erforderlich, damit sie eine ausreichende Menge an funktionsfähigen Kollagenfasern produzieren können.“

Erwiesenermaßen ist es also Vitamin C, das dafür Sorge trägt, dass unser gesamtes Bindegewebe und damit unsere Haut, unsere Knochen, unsere Zähne, unsere Organe, unsere Blutgefäße überhaupt eine feste Materie darstellen…

ODER UM ES AUF DEN PUNKT ZU BRINGEN:

ohne Vitamin C wären wir eine zerlaufende Zellbrühe, ohne Halt und Stabilität!

Wenn Sie die folgenden Punkte lesen, halten Sie nach jedem Punkt für drei bis fünf Sekunden inne und überlegen Sie kurz, was es für Sie, Ihre Gesundheit und Ihr Leben bedeutet…:

Wussten Sie, dass …

- Vitamin C insgesamt 95 % unseres Stoffwechsels beeinflusst und es daher kaum eine Erkrankung gibt, auf die das Vitamin C keinen signifikanten, positiven Einfluss hätte?
- Unser Bindegewebe zu 30% aus Kollagenen besteht und für die Festigkeit unserer Knochen, Zähne, Organe und Haut sorgt – Vitamin C zur Produktion von Kollagenen aber unabdingbar ist?
- Vitamin C aufgrund dessen DER wichtigste Stoff hinter Sauerstoff und Wasser für uns Menschen ist?
- der Mensch ohne oder mit sehr wenig (<10 mg/Tag) Vitamin C höchstens sieben bis acht Wochen überleben kann? Danach verblutet man innerlich (Krankheitsbild: „Skorbut").
- Menschen nur sehr langsam altern und kaum erkranken würden, wenn sie ausreichend Vitamin C erhielten?
- man nach Ansicht des Vitamin-Papstes und zweifachen Nobelpreisträgers Prof. Dr. Linus Pauling mit Vitamin C sein Leben um 20 Jahre und mehr verlängern kann?
- Sie täglich 40 Orangen oder aber 7 kg Sauerkraut essen müssten, um entsprechend die von Naturmedizinern und Molekularbiologen geforderte Menge an Vitamin C über die Nahrung zu bekommen?
- sich in Krankheitsfällen der Vitamin-C-Bedarf um Vielfaches erhöht, weil der Körper seine Vitamin C-Speicher zügig aufbraucht, um mit dieser hochpotenten Waffe gegen die Erkrankung anzukämpfen?
- dass man den optimalen, persönlichen Vitamin C-Bedarf einfach selbst testen kann? (Testbeschreibung im Buch weiter unten!)
- dass nur Menschen, Primaten, Meerschweinchen, Hausschweine und Fledermäuse die Fähigkeit nicht besitzen, Vitamin C selbst herzustellen?
- ein Hund dagegen bis zu **5000 mg**, eine Katze bis zu **1000 mg** und eine Ziege bis zu **12 000 mg am Tag** herstellt?
- dass sich die Mehrzahl der Molekularforscher und Vitaminexperten weltweit darüber einig sind, dass der Bedarf des Menschen an Vitamin C bei 30–50 mg/kg Körpergewicht liegt? Dies

entspricht bei einem Erwachsenen mit 75 kg ca. **2000–3500 mg** Vitamin C/Tag?

- die heutige offiziell genannte Empfehlung für den ausgewachsenen Menschen gemäß der *Weltgesundheitsorganisation* (WHO) und der *Deutschen Gesellschaft für Ernährung* (DGE) STATTDESSEN skandalöser Weise **95–110 mg pro Tag** lautet?

- UND: dieselben offiziellen Empfehlungen für ein Meerschweinchen (Körpergewicht 0,5-1,5kg) eine tägliche Vitamin C-Zufuhr **10–30 mg pro Tag** vorsieht?[66]

Im folgenden Kapitel erfahren Sie:

- Wo der Unterschied zwischen dem künstlich erzeugten Vitamin C und dem echten, natürlichen Vitamin C liegt, das beispielsweise in großen Mengen in der Camu Camu-Frucht oder in der Acerola vorkommt, was Vitamin C überhaupt ist und warum es für uns Menschen von unschätzbarem Wert ist.
- Auf welche Erkrankungen und unter welchen Voraussetzungen Vitamin C direkt und indirekt positiven Einfluss nehmen kann – untermauert durch konkrete, repräsentative Studien.
- Wie Sie sich schützen können, wie man Erkrankungen mit entsprechender Vitamin-C-Dosis vermeiden und schlimme Krankheitsverläufe sogar rückgängig machen kann.
- Wie man einen beginnenden Schnupfen auf natürliche Weise mit Vitamin C verhindern kann.
- Wie Sie Ihre physiologischen Alterungsprozesse stark verzögern und sogar Verjüngungsprozesse in Gang setzen können.
- Welche Personengruppen einen erhöhten Vitamin-C-Bedarf aufweisen.
- Ob, und wenn ja, welche Nebenwirkungen Vitamin C haben kann.
- Wie Sie Ihren persönlichen, individuellen Vitaminbedarf im gesunden Zustand und auch während einer Erkrankung leicht selbst testen können, um den größtmöglichen Nutzen aus Ihrem Vitamin C zu schöpfen.
- Worauf Sie beim Einkauf von Lebensmitteln achten müssen und wie Sie bei der Zubereitung Ihrer Nahrung starke Vitamin-C-Verluste vermeiden können.
- Warum Vitamin C nur selten vollständiges Vitamin C ist und wo Sie das vollständige Vitamin C, (z.B. aus der Camu Camu- oder aber Acerolafrucht) erwerben können.

Wirkung von Vitamin C

Wir steigen ein in das Kapitel: *Die Rolle des Vitamin C als Antioxidans*

[66] http://de.wikipedia.org/wiki/Ascorbins%C3%A4ure

Vitamin C ist nicht nur u.a. für unsere Kollagene, unser Nervensystem und unser Immunsystem unabdingbar – es ist zugleich das wichtigste wasserlösliche Antioxidans!
Was genau ist ein Antioxidans und wofür brauchen wir es?

Rund 80 % aller Krankheiten, einschließlich der vorzeitigen Alterungsprozesse, gehen lt. aktuellen Forschungen auf das Konto der Zellzerstörung durch freie Radikale.

Tagtäglich werden unsere ca. 70 Billionen Zellen rund 10–80 000 Angriffen von freien Radikalen ausgesetzt.

Was sind freie Radikale?

Freie Radikale sind aggressive Moleküle, ständig auf der Suchen nach einem Elektron, das ihnen zur Paarbildung fehlt, und das sie brutal unseren Körperzellen entreißen. Freie Radikale entstehen durch Ozon, UV-Strahlung, Nikotin, Medikamente und Stress, aber auch ganz natürlich durch verschiedene Stoffwechselprozesse in unserem Körper. Wenn das Auto rostet oder der Apfel faul wird – all dies geht auf das Konto sogenannter freier Radikale, und die menschlichen Körperzellen bilden hier keine Ausnahme!

Was bedeutet Oxidation durch freie Radikale für den menschlichen Körper?

Um es mit den Worten von Prof. Kulkinsky für jeden Laien anschaulich auszudrücken:

„Sie schwimmen wie weiße Haie im biochemischen Meer unserer organischen Kleinbetriebe, gehen dabei blitzschnell nicht umkehrbare Verbindungen ein, attackieren empfindliche Aminosäuren, Fette, Zellmembranen und machen auch vor der Erbsubstanz nicht Halt.

Sie provozieren Kettenreaktionen und bilden Zwischen- und Abbauprodukte sowie „Molekülgemische", die ohne biologischen Nutzen sind. Am Ende derartiger Reaktionen verbleiben Substanzen, mit denen der Körper nichts anzufangen weiß, oder gar völlig zerstörte Zellen. Sukzessive füllen sie die Deponien in unserem Organismus und behindern dessen Funktionen, bis eines Tages nichts mehr geht!"

Freie Radikale - warum „rosten" unsere Zellen?
Kaum etwas ist in der Natur so paradox, wie die Sache mit dem notwendigen Sauerstoff und den freien Radikalen. Denn einerseits benötigen wir ja die Luft zum Leben, andererseits aber führt der Sauerstoff in der Atemluft dazu, dass unsere Körperzellen und damit unsere Organe „rosten".

Ähnlich dem ungeschützten Eisen, das rostet oder der Schnittfläche eines Apfels, die an der Luft braun wird, oxidieren unsere Körperzellen, wenn sie mit bestimmten Formen des Sauerstoffs in Kontakt kommen. Man nennt diese aggressiven Sauerstoffteilchen, die die Haut verwelken und den Menschen alt und krank werden lassen „freie Radikale", oder auch „Oxidantien".

Schutz vor freien Radikalen durch das Antioxidans Vitamin C – unser Experiment

Während die konventionelle Medizin nach wie vor gerne das längst überholte Dogma verbreitet, dass Krankheiten uns altern lassen, hat die weniger korrumpierte Gerontologie (Alternswissenschaft) in den letzten Jahren mehrmals eindeutig bewiesen, dass nicht die Krankheiten alt machen, sondern umgekehrt:

die biologische Alterung führt zum (altersbedingten) Funktionsnachlass unserer Zellen und exakt dieses führt erst zu zahlreichen Krankheiten!

Eigentlich doch ein sehr logischer Ansatz, wenn man eine Minute darüber nachdenkt..!

Was allein Vitamin C aufgrund dessen antioxidativer Wirkung (Schutz vor freien Radikalen) gegen die Alterung und damit zahlreiche Erkrankungen zu tun vermag, sehen Sie nachfolgend in unserem kleinen, einfachen Experiment, zu dem wir Sie gerne auch selbst ermuntern.

Zu diesem Zwecke haben wir einen ganz normalen Apfel in zwei Hälften zerschnitten. Anschließend haben wir eine Hälfte mit einer dünnen Schicht Vitamin-C Pulver (Ascorbinsäure) bestreut, die andere Hälfte blieb gänzlich unbehandelt:

Oben: nach 1 Woche - Apfel mit Vitamin C (links) und derselbe Apfel unbehandelt (rechts)

Oben: nach 3 Wochen – Apfel mit Vitamin C (links) und derselbe Apfel unbehandelt (rechts)

Die gute Nachricht:
ähnlich, wie die linke Apfelhälfte auf den oberen Bildern sichtlich erfolgreich mit Vitamin C gegen die gefressigen, freien Radikale geschützt wurde, können auch wir uns über die hinreichende Einnahme der Antioxidantien wie Vitamin C, OPC, Q10, Selen oder Vitamin E regelrecht von Innen heraus konservieren und uns vor Alterung und Krankheiten effizient schützen!

ALLERDINGS: dieses ist in keinster Weise mit den unzureichenden Empfehlungen der offiziellen staatlichen Zentralen und der Schulmediziner möglich – welche Mengen tatsächlich für diesen Schutzeffekt benötigt werden, erfahren Sie in entsprechenden Kapiteln zu den besagten Substanzen in diesem Buch…

Wenn man bedenkt, dass es exakt die freien Radikale sind, der die moderne, nicht korrumpierte Wissenschaft den größten Anteil an der körperlichen Alterung und zahlreichen Erkrankungen zuschreibt, ist es mehr als skandalös zu werten, dass das Volk so wenig darüber erfährt, und selbst Ärzte zumeist ahnungslos sind.

Das schlicht als ungenügend zu bezeichnende Wissen und die unzureichende Aufklärung der Bevölkerung über die Zusammenhänge zwischen der zellzerstörerischen Wirkung freier Radikale und dem Auftreten von zahlreichen Zivilisationskrankheiten (sowie Alterung) hat Wissenschaftler verschiedener medizinischen Fachrichtungen bereits 1992 dazu bewogen, mit einer Deklaration an die Öffentlichkeit zu gehen. Seit dem haben weit über 200 namhafte Experten dieses Dokument unterschrieben – geändert an dem Bewusstsein innerhalb der Bevölkerung hat es nur wenig!

Hier können Sie die besagte *Deklarotion von Saas Fee* im Original nachlesen:

1. Intensive weltweite Forschungsarbeiten der letzten 15 Jahre zum Thema "freie Radikale" erlauben jetzt im Jahre 1992 die Feststellung, dass antioxidativen Mikronährstoffen in der Prävention einer Reihe von Krankheiten erhebliche Bedeutung zukommen dürfte. Unter diesen Krankheiten sind so schwere Leiden wie Herz-Kreislaufkrankheiten, cerebrovaskuläre Störungen, verschiedene Formen der Krebskrankheit sowie andere, in höherem Alter gehäuft auftretende Erkrankungen.

2. Es besteht heute generelle Übereinstimmung über die Notwendigkeit weiterer Forschungsarbeiten, sowohl auf der Ebene der Grundlagenforschung und groß angelegter epidemiologischer Studien als auch in der klinischen Medizin, so dass noch umfassendere Information verfügbar wird.

3. Wesentliches Ziel dieser Bemühungen ist die Prävention von Krankheiten. Dieses Ziel ist durch die Anwendung von Antioxidantien erreichbar, die in der Natur vorkommen und physiologische Bedeutung haben. Leitlinie des präventivmedizinischen Vorgehens sollte es sein, eine optimale Versorgung mit diesen antioxidativen Mikronährstoffen sicherzustellen.

4. Luftschadstoffe wie Smog, Ozon, Stäube etc. sowie Sonnenlicht und andere Strahlungsquellen sind als Umweltnoxen bekannt. Eine ***optimale Versorgung mit nutritiven Antioxidantien*** *leistet einen wichtigen Beitrag zum vorbeugenden Schutz vor ihren Schadwirkungen.*

5. Der präventive Nutzen einer Einnahme antioxidativer Mikronährstoffe soll im öffentlichen Bewusstsein stärker verankert werden. Für die Anwendungssicherheit antioxidativer Mikronährstoffe wie Vitamin E, Vitamin C, Carotinoide, alpha-Liponsäure und anderen liegen unumstößliche Erkenntnisse vor, auch bei sehr hoch dosierter Zufuhr.

6. Es besteht nunmehr tief greifende Übereinstimmung, dass Regierungsstellen, Angehörige der Gesundheitsberufe und die Medien bei der Verbreitung von Präventivkonzepten in der breiten Öffentlichkeit aktiv mitwirken sollen, speziell vor dem Hintergrund des hohen gesundheitlichen Nutzens und der dramatischen Kostenexplosion im Gesundheitswesen.

Saas Fee (Schweiz), am 15. Juni 1992

unterzeichnet u.a. von diesen namhaften Ärzten und Wissenschaftlern:

Prof. Dr. I. Afanas (Moskau)
Prof. Dr. J. E. Buring (Harvard)
Prof. Dr. Dr. A. T. Diplock (London)
Prof. Dr. Dr. C. H. Hennekens (Harvard)
PD Dr. B. Kuklinski (Rostock)
Dr. M. Maiorino (Padua)
Prof. Dr. L. Packer (Berkeley)
Prof. Dr. M. S. Patel (Cleveland)

Prof. Dr. Dr. K. H. Schmidt (Tübingen)

I. Tabellarische Übersicht der präventiven und therapeutischen Wirkung von Vitamin C:
(kleiner Ausschnitt aus der Original-Tabelle im Buch!)

Symptome einer zu geringen Vitamin C-Einnahme:	Vorteile und Wirkung einer ausreichenden Vitamin C-Zufuhr:
<10 mg/Tag Eintritt des biologischen Todes	30–50 mg/kg/Tag/Körpergewicht langes, vitales Leben
Allergien	Regulation der Histamin- und Histidinproduktion führt zu weniger Allergien und verbessert oder verhindert allergische Symptome.[67]
Asthma	Vitamin C wirkt sich entzündungshemmend und antiasthmatisch aus, was den Krankheitsverlauf erheblich bessert oder Erkrankungen vermeidet.
Entzündungen	Als hocheffektive Antioxidantien verhindern Vitamin C erfolgreich entzündliche Prozesse.
Erkältung, Grippe, Schnupfen, Tuberkulose	Vitamin C aktiviert die körpereigene Abwehr, verhindert und behandelt zuverlässig die links genannten Symptome. Vitamin C hilft bei der Inaktivierung vieler Bakterien und Viren.[68]
Depressionen	Depressionen lassen nach oder durch die Überwindung der Blut-Hirn-Schranke und der Optimierung des Calciumumsatzes treten erst gar nicht auf.[69]
Hepatitis	In Studien konnte Hepatitis zu 93 % vermieden

[67] Clemetson C. A. B.: Histamine and ascorbic acid in human blood. Journal of Nutrition 1980; 110, S. 662–668

[68] Ritzel G.: Kritische Beurteilung des Vitamin C als Prophylaktikum und Therapeutikum der Erkältungskrankheiten. Helv. Med. Acta 1961; 28, S. 63–68

[69] Fortschreitende Beeinträchtigung geistiger Fähigkeiten als Folge krankhafter Veränderungen der Hirnarterien bei langjährigem Bluthochdruck.

	werden. [70]
Stress	Durch die Neurotransmitter-Synthese und die Adrenalin- und Noradrenalin-Synthese wird Stress bewältigt und die Nerven werden beruhigt. Die Bildung von Nebennierenhormonen wirkt Stress entgegen.
Leberzirrhose und andere Leberleiden	Toxische Substanzen werden neutralisiert, die Leber wird vor Viren und Bakterien geschützt.
Energiemangel	Durch eine optimierte Carnitin-Synthese wird hauptsächlich aus Fetten mehr Energie gewonnen.
Konzentrationsschwäche/ Intelligenz	Durch die Überwindung der Blut-Hirn-Schranke und die Einleitung antioxidativer Prozesse sowie der daraus resultierenden Durchblutungsverbesserung im Hirn steigt die Konzentrationsfähigkeit und die Intelligenz.
Demenz	In Verbindung mit Vitamin E konnte Vitamin C in einer Studie die Anfälligkeit für Demenz um 88 % senken.[71]
Verbrennungen jeglicher Art	Durch den beschleunigten Kollagen- und Elastinaufbau sowie die Erneuerung von Hautzellen heilen alle Verbrennungen schneller.
Übergewicht	Durch die Regulierung des Fettstoffwechsels (hauptsächlich durch die Carinitin-Synthese) normalisiert sich das Körpergewicht oder es kommt zu keiner unerwünschten Gewichtszunahme.[72]
Diabetes Mellitus (Zuckerkrankheit)	Vitamin C senkt den Plasma-Insulinwert deutlich, der Glucosespiegel wird positiv beeinflusst. Vitamin C hemmt die Eiweißverzuckerung in den Arterien und schützt vor Gefäßzerstörung.

[70] Morishige F. und Murata A.: Vitamin C for prophylaxis of viral hepatitis B in transfused patients. Journal of the International Academy of Preventive Medicine 1978, 5, S. 54–58

[71] Dr. Kamal, H. Masaki

[72] Levine, 1996

Impotenz	Vitamin C-Mangel fördert die Impotenz des Mannes.
Fieber	Fieber, entzündliche Prozesse und Schmerzen kann Vitamin C über die Synthese des PGE 1 (Prostaglandin) eindämmen, der auf die Regulierung des Immunsystems Einfluss nimmt.[73]
Zyklusstörung	Bei der Frau führt Vitamin C-Mangel zur Störung und zum Ausfall des Zyklus.
Raucherbein	Als zuverlässiges Antioxidans schützt Vitamin C die Blutgefäße, verbessert die Blutzirkulation und verhindert das Raucherbein.
Migräne	Durch antioxidative Prozesse und bessere Durchblutung im Hirn wird Migräne verhindert.
Tagesmüdigkeit	Bereits 400 mg Vitamin C täglich können Studien zufolge die Tagesmüdigkeit halbieren.
Alle Krankheiten, die auf „-itis“ enden (Neurodermitis, Gastritis, Meningitis, Bronchitis, Arthritis, Rhinitis usw.)	Da Vitamin C zu den effizientesten Radikalenfängern (Antioxidantien) gehört, gleichzeitig durch Kollagensynthese den Gelenkknorpel schützt, verhindert es erfolgreich entzündliche Prozesse und schützt den Knorpel. Des Weiteren wird Schmerz vorgebeugt.
Arthritis/Arthrose	Da Vitamin C zu den effizientesten Radikalenfängern (Antioxidantien) gehören, verhindern sie erfolgreich entzündliche Erkrankungen und schützen gleichzeitig über die Kollagensynthese den hyanilen Knorpel.[74]
Gicht	Da Vitamin C zu den effizientesten Radikalenfängern (Antioxidantien) gehören, verhindern sie erfolgreich entzündliche Erkrankungen schützen gleichzeitig über die Kollagensynthese den hyanilen Knorpel vor Gicht.

[73] Horrobin D. F. et al.: The regulation of prostaglandin E1 formation: A candidate for one of the fundamental mechanisms involved in the cctions of vitamin C. Medical Hypotheses 1979; 5, S. 849–858

[74] Lunec Blake, J.: The determination of dehydroascorbic acid and ascorbic acid in the serum and synovial fluid of patients with rheumatoid arthritis. 1985, Free Radical Research communications, Vol 1, No. 1, S. 31–39

Unfruchtbarkeit /Infertilität	Die Mitochondrien der Spermien werden mit Vitamin C vor Antioxidation geschützt, was die Fruchtbarkeit signifikant steigert.
Infekte (Grippe, Erkältung usw.)	Aktive Abwehr von Viren und Bakterien durch Anreicherung in den Leukozyten und Aktivierung der T-Helfer-Zellen.[75]
Zahnfleischbluten	Durch den aktiven Kollagen- und Elastinaufbau wird das Zahnfleisch fest und elastisch; antivirale Effekte des Vitamin C schützen vor Parodontose usw.
Lockere Zähne/Zahnausfall	Durch den Kollagen- und Elastinaufbau wird das Zahnfleischgewebe gestärkt – Zähne sitzen fest.
Haarausfall	Vitamin C schützt zuverlässig vor Schwermetallbelastungen, die auch zum Haarausfall führen können.[76]
Parodontose	Vitamin C-Mangel führt zum Untergang der Kapillare im Zahnfleisch, und die Blutversorgung wird gestört. Durch den Kollagen- und Elastinaufbau wird das Zahnfleischgewebe gestärkt – Zähne sitzen fest.
Lungen-Atemwegserkrankungen	Die antioxidativen Effekte des Vitamin C schützen die Lunge und beeinflussen die Lungenfunktion (besonders bei Sportlern)
Bandscheibenvorfall, Bandscheiben-degeneration	Gerade die Schmerzsymptomatik, die bei Bandscheibenproblemen von der Muskulatur ausgeht, kann mit hohen Vitamin C-Dosen gemildert werden. Die meisten Bandscheibenoperationen wären bei einer Vitamin C-Zufuhr unnötig.

Tabelle oben: Teilausschnitt der tabellarischen Darstellung der vorbeugenden und therapeutischen Wirkung von Vitamin C

[75] Stone I.: The healing factor: Vitamin C against disease. 1972, Grosset and Dunlap, New York

[76] Ziemann B. und Enzmann F.: Vitamin C Ascorbinsäure, Ein lebensnotwendiger Schutzfaktor, 1998, MSE Pharmazeutik

I. Ausführliche Erläuterung der präventiven und therapeutischen Wirkung von Vitamin C

ARTERIOSKLEROSE: Herzinfarkt, Schlaganfall, Lungeninfarkt, Thrombosen

Als Arteriosklerose (volkstümliche Bezeichnung: „Verkalkung von Adern") bezeichnet man die Einlagerung von Blutfetten und Kalzium an der Innenwand der Blutgefäße (Arterien). Die Einlagerung führt nach und nach zu einer Verstopfung der Blutgefäße, sodass das mit Sauerstoff angereicherte Blut nicht mehr richtig fließen kann.

Ist die Verstopfung der Arterie so groß, dass das sauerstofftransportierende Blut beim Herzen nicht in benötigter Menge ankommt, erhält das Herz keinen Sauerstoff, was zum Herzinfarkt führt.

Ist wiederum die Versorgung zum Hirn durch die Verstopfung der Blutgefäße unterbunden, führt dies zum Hirnschlag. Der Lungeninfarkt basiert auf dem gleichen Prinzip, Thrombosen sind ebenfalls ein Ergebnis von Arteriosklerose.

Warum ist es so wichtig, dies zu wissen?

DARUM:

Weil ca. 50 % aller Mitteleuropäer (so auch Deutsche) lt. aktuellem Stand exakt an diesem Mechanismus versterben.

ABER: dieser gefährliche Mechanismus aufhaltbar und sogar bis zum gewissen Grad umkehrbar ist!

Die absolute Voraussetzung für die Einlagerung von Blutfetten (Cholesterine) und Calcium in unseren Blutgefäßen, und damit für die Entstehung der Arteriosklerose, ist zunächst eine „brüchige" Intima (Innenwand der Blutgefäße).

Erst wenn kleinste Risse, sogenannte „Mikroläsionen" in den Blutgefäßen vorhanden sind, können sich die im Blut befindenden Blutfette und Calcium an der Innenwand der Blutgefäße festsetzen und der gefährliche Mechanismus nimmt seinen Lauf.

Ist dagegen die Innenwand der Blutgefäße glatt, gleiten die Blutfette und das Calcium daran wie an einem Spiegel entlang und bilden keine Arteriosklerose.

Während irrtümlicherweise immer noch der Ernährung die Schuld für ein hohes Cholesterin gegeben wird (siehe Punkt „Cholesterin-Lüge"), ist hinlänglich untersucht und nachgewiesen worden, dass die

Nahrung lediglich 5 % des Gesamtcholesterins ausmacht – 95 % des Cholesterins wird zum Zwecke des „Abdichtens“ durch die Leber erzeugt, nämlich dann, wenn das Hirn dieser meldet, dass es Läsionen (Brüche) in den Gefäßwänden gibt.

In Deutschland werden jährlich 1,2 Milliarden Euro für Medikamente zur Senkung des Cholesterinspiegels ausgegeben – ein sehr profitables Geschäft! Des Weiteren profitiert die Margarineindustrie extrem von dieser Lüge. Es gibt also genügend Gründe, diese Lüge aufrechtzu-erhalten. (Siehe Punkt: *„Die Cholesterin-Lüge“*)

Eine achtjährige Studie aus den USA an 50 000 älteren Frauen, in der die Hälfte (25 000 Frauen) fettarm und die andere Hälfte (25 000 Frauen) fettreich aß, ergab nach diesen acht Jahren KEINEN gesundheitlichen Unterschied.[77]

Da die Struktur unserer Blutgefäße hauptsächlich aus den beiden Eiweißen Kollagen und Elastin besteht und, wie ausführlich berichtet, Vitamin C zu den wichtigsten Stoffen zählt, die das Kollagen-Elastin-Gewebe neu erhalten und reparieren können, können mit ausreichend Vitamin C Mikrotraumen (Risse) in der Gefäßwand vermieden werden – womit der Prozess der Arteriosklerose erfolgreich unterbunden wird!

ODER ANDERS AUSGEDRÜCKT:

Arteriosklerose ist nichts anderes als die Vorstufe zum Skorbut!

Während man das totale Aufplatzen der Blutgefäße (= Skorbut) mit nur sehr wenig Vitamin C (<10 mg/Tag) verhindern kann, können die offiziell empfohlenen Dosen von 95–110 mg zwar zuverlässig Skorbut verhindern (an Toten lässt sich schließlich kein Geld verdienen), ABER ermöglichen vorsätzlich zugleich kleinste Platzer, in denen sich Ablagerungen ansammeln können, wodurch die Entwicklung der Arteriosklerose mit ihren schrecklichen Folgen (Herzinfarkt/Hirnschlag) beginnt und über Jahre und Jahrzehnte die besagten Erkrankungen, bis hin zum Ableben verursacht.

Studien für die Prävention von Arteriosklerose mit Vitamin C:

Und während man vonseiten der Schulmedizin allerlei Gründe für die Arteriosklerose vorschiebt und dabei dem Menschen auf der Straße die abstraktesten bio-chemischen Hypothesen unterbreitet, um von der Einfachheit der Prävention und Rehabilitation der Herzkreislauferkrankungen abzulenken, gibt es hinreichend repräsentative Studien, die Vitamin C als verlässlichen Schutzfaktor für unsere Blutgefäße

[77] ARD W wie Wissen

und damit als Schutzfaktor vor der oft tödlich endenden Arteriosklerose bezeugen.[78]

ARTERIOSKLEROSE IST UMKEHRBAR!

Nach wie vor behauptet die Schulmedizin, eine vorhandene Arteriosklerose sei nicht reversibel (umkehrbar). Leider werden im selben Zuge skandalöser Weise repräsentative Studien verschwiegen, die beweisen, dass Arteriosklerose sehr wohl UMKEHRBAR ist – u.a. mit Vitamin C! (sowie anderen Substanzen, die Sie im Codex Humanus kennenlernen werden).

Beweisstudien für die Umkehrung von Arteriosklerose mit Vitamin C

So konnte beispielsweise der kanadische Arzt Dr. G. C. Willis aufzeigen, dass Arteriosklerose in Beinarterien auf natürliche Weise abgebaut werden konnte. Hierzu wurden die arterosklerotischen Ablagerungen zunächst mithilfe einer Kontrastmitteluntersuchung (Angiographie) ermittelt.

Eine Testgruppe der Patienten erhielt danach 1,5 g Vitamin C pro Tag, die andere Kontrollgruppe erhielt kein zusätzliches Vitamin C.

Bei Patienten, die täglich 1500 mg Vitamin C/Tag erhielten, waren nach einem Jahr bei den Kontrolluntersuchungen in 30 % der Fälle die arteriosklerotischen Ablagerungengen zurückgegangen. Hingegen zeigten die Patienten ohne zusätzliche Vitamin C-Einnahme keine Abnahme der arteriosklerotischen Ablagerungen oder teilweise sogar weitere Zunahme.[79]

Eine weitere Studie hat an 12 000 Menschen den therapeutischen Nutzen von Vitamin C untersucht. Die Hälfte (6000 Probanden) erhielt die normale Dosis Vitamin C, wie wir sie in der Nahrung täglich aufnehmen, nämlich 60 mg am Tag. Die andere Gruppe aus 6000 Probanden erhielt 300 mg Vitamin C täglich. Man hat innerhalb dieser Studie herausgefunden, dass die Einnahme dieser 300 mg Vitamin C die Herzinfarktrate bereits halbiert hat.[80]

Und wir sprechen hier von lediglich 300 mg – nicht auszudenken, wie diese Studie mit 1000, 2000 oder gar 3000 mg ausgefallen wäre!

Die Hälfte aller Mitteleuropäer und Amerikaner sterben an Herzinfarkt oder Hirnschlag – und bereits mit einer relativ geringen Dosierung von lediglich nur 300 mg Vitamin C statt den üblichen 60 mg, die wir täglich einnehmen, könnte man also diese enorme Todesrate halbieren – ein Skandal sondergleichen!

---

[78] Studie von C. H., Gaziano J. M., Manson J. E., Buring J. E., Studie von Gey K. F., Moser U. K., Jordan P., Staehelin H. B., Eichholzer M., Luedin E. , Studie von Jialal I., Fuller C. J., Mehra M. R., Lavie C. J., Ventura H. O., Milani R. V. und die Studie von Biesalski H. K. und Frank J.

[79] Dr. med. Matthias Rath, Warum kennen Tiere keinen Herzinfarkt - aber wir Menschen, 1989

[80] Dr. Gottfried Lange im Film zu „Codex Alimentarius“

KREBS (bösartige Tumore)

Auch den Krebs (Todesursache für über 25 % aller Mitteleuropäer und US-Amerikaner) bekämpft Vitamin C über verschiedene Mechanismen,

Vitamin C:

- entgiftet sehr zuverlässig unseren Organismus von krebserregenden Stoffen,[81]
- senkt die Belastung durch Schwermetalle,[82]
- erhöht die Eisenaufnahme (Schutz vor Blutarmut),[83]
- aktiviert das Immunsystem und schützt über die Kollagensynthese das menschliche Gewebe vor den gefräßigen Krebszellen.

Angesicht der Tatsache, dass jeder Dritte an Krebs erkrankt (und jeder Vierte daran stirbt!) ist Prävention (Vorbeugung) ein absolut Muss!

Therapeutischer Nutzen von Vitamin C bei Krebs

Aber auch therapeutisch hat sich das natürliche Vitamin C im Kampf gegen Krebs als hocheffizient erwiesen.

Eine Studie, von der Sie sicherlich bislang nichts gehört haben, ist die des Forschungsteams des *National Institutes of Health* in Bethesda.

Den Wissenschaftlern war die Aufgabe gestellt worden zu erforschen…

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

Wir steigen ein in eine Textpassage im Kapitel „OPC“ :

OPC - um was genau handelt es sich, wie und wogegen hilft es?

OPC, eine Abkürzung für Oligomere Proanthocyanidine, gehört der verhältnismäßig jungen Gattung der sekundären Pflanzenstoffe (Bioflavonoide) an, mit erstaunlichen Eigenschaften in der Vorbeugung und Therapie von Erkrankungen und vorzeitiger Alterung.

---

[81] Mirvish S. S.: Letters to the editor: Vitamin C inhibition of N-Nitroso compound formation. 1993, Amer. J. Clin. Nutr. 57, S. 598–599

[82] Pauling L.: How to live longer and feel better. 1986

[83] Hallberg L.: Effect of vitamin C on the biovailability of iron from food. In: Counsell J. N. und Hornig D. H.: Vitamin C (Ascorbic Acid) 1981; Applied Science, London

Zumeist sind die Menschen anfangs sehr skeptisch, wenn sie von einer Naturheilsubstanz hören mit einem großen Spektrum an wunderbarer Wirkung.

Wie kann denn ein und dieselbe Substanz bei Augenproblemen helfen, Hautfalten reduzieren, Gelenke wieder schmerzfrei machen, Herzinfarkten vorbeugen und auch noch der biologischen Alterung entgegenwirken?
Die Schulmedizin lehrt uns schließlich eine sehr isolierte Sichtweise - wir haben einen spezialisierten Augenarzt, einen Dermatologen und einen Orthopäden für die besagten Wehwehchen– ein fataler Fehler, denn unser Körper ist eine Einheit und daher sehr ganzheitlich zu betrachten..!

Wie aber kann nun eine einzige Naturheilsubstanz positiven Einfluss auf all die Dinge nehmen? Während Unwissende (nicht selten darunter promovierte Mediziner) sich wundern oder aber hämisch darüber spotten, ist die Erklärung für dieses Phänomen, das eigentlich keins ist, eine doch sehr einfache:

für die Entstehung zahlreicher Erkrankungen und Beschwerden
ist die Ursache nämlich sehr oft eine und dieselbe:
Entzündungen, oxidativer Stress oder kollagene Degeneration beispielsweise.

Die Symptome zeigen sich allerdings nur deshalb an unterschiedlichen Organen zuerst, weil jeder Mensch ein Individuum ist und entsprechend individuell andere Schwachpunkte aufweist!

Wenn die Augen, die Haut, die Gelenke, das Herz von Entzündungen, oxidativem Stress oder kollagenem Abbau bedroht sind, dann ist es doch nur verständlich, wenn sie im Umkehrschluss alle gemeinsam von ein und derselben Natursubstanz, bis hin zum Abklingen jeglicher Beschwerden profitieren – nämlich von einer Natursubstanz, die Entzündungen reduziert, oxidativen Stress abbaut und Kollagene repariert – hier wären wir bei OPC, einem Multitalent, das exakt diesen Anforderungen gerecht wird!

Und da biologische Alterung vordergründig durch freie Radikale, Entzündungsprozesse und Kollagendegeneration im Körper verursacht wird, schützt OPC auch vor der biologischen Alterung sehr zuverlässig und hemmt diese deutlich.

Worum handelt es sich?

OPC ist ein verhältnismäßig „junges“ Bioflavonoid, das weitestgehend wohl aufgrund seines breitgefächerten Wirkungspotenziales seitens der Pharmaindustrie und Ärzteschaft sabotiert wird. Deswegen gibt es nicht annähernd so viele Studien zum OPC, wie es etwa für andere Vitamine gibt. Jene Studien aber, die uns zur Verfügung stehen, sind enorm verheißungsvoll und deuten auf bisher ungekannte positive Wirkungen auf unsere Gesundheit hin; gleichzeitig unterstreichen sie die völlige Sicherheit von OPC, selbst bei Höchstdosen!
Auch Erfahrungsberichte von Therapeuten und Personen, die OPC bereits konsumieren, lassen auf ein

immenses Geschenk der Natur schließen.

Neben der Kollagen- und Elastinsynthese und damit dem Aufbau und der Reparatur des menschlichen Gewebes, die wohl kein anderer bekannter Stoff dieser Welt so erfolgreich regelt wie OPC *(zur Erinnerung: OPC ist der einzige Stoff, der sich direkt an die Körperproteine bindet, um seine Arbeit zu verrichten)*, schafft es OPC mit einer unglaublichen Kraft, die uns bedrohenden freien Radikale zu neutralisieren – mit der 20fachen Wirkung von Vitamin C und der 50fachen Wirkung von Vitamin E. Desweiteren wirkt OPC sehr erfolgreich Entzündungen im Organismus entgegen.

Diese drei sehr gut belegten Eigenschaften bilden wohl die Basis für die in der obigen Tabelle aufgeführten Wirkungsweisen bei diversen Krankheitsbildern – ähnlich der Wirkung von Vitamin C, aber etwas differenzierter und teilweise auch um ein Vielfaches effizienter.
Im Kapitel zu Vitamin C weiter oben konnten Sie die erstaunliche Wirkung des selbigen gegen freie Radikale in unserem Experiment am Apfel anschauen – diese Wirkung wird durch die Einnahme von OPC tatsächlich verzwanzigfacht!

Vitaminmangel und die Rolle des OPC

Wie bereits weiter oben im Buch berichtet, ist der chronische Vitalstoffmangel in der Bevölkerung das derzeit größte gesundheitliche Problem überhaupt.
Unabhängige Studien, wie die des renommierten *Lebensmittellabors Karlsruhe (Sanatorium Oberthal)*, sowie des schweizer Pharmaunternehmens *Geigy* sind den staatlichen Beratungszentralen ein Dorn im Augen, und werden nicht an die Ärzte und die Bevölkerung weitergetragen.

Waren es schließlich exakt diejenigen Studien, die unabhängig voneinander einen erschreckenden Rückgang der Vitalstoffe in unserem Obst und Gemüse in den letzten 30 Jahren um bis zu 92% attestiert haben! Als Gründe hierfür nennen die Studienverantwortlichen: *ausgelaugte Böden, Luftverschmutzung, lange Lagerung* und *zu schnelles Wachstum*.

Die Ergebnisse der beiden Studien sehen im Einzelnen wie folgt aus:

Mineralien & Vitamine Gehalt in mg je 100g Lebensmittel		1985	1996	Differenz
Brokkoli	Calcium	103	33	minus 68%
	Folsäure	47	23	minus 52%
	Magnesium	24	18	minus 25%
Bohnen	Calcium	56	34	minus 38%
	Folsäure	39	34	minus 12%
	Magnesium	26	22	minus 15%
	Vitamin B6	140	55	minus 61%
Kartoffeln	Calcium	14	4	minus 70%
	Folsäure	27	18	minus 33%
	Vitamin C	20	25	plus 25%
Karotten	Calcium	37	31	minus 17%
	Folsäure	21	9	minus 57%
Erdbeeren	Magnesium	62	19	minus 68%
	Vitamin B6	200	82	minus 59%
	Vitamin C	51	21	minus 58%
Bananen	Calcium	8	7	minus 12%
	Folsäure	23	3	minus 84%
	Magnesium	31	27	minus 13%
	Vitamin B6	330	22	minus 92%
Spinat	Calcium	21	18	minus 14%
	Magnesium	12	13	plus 8%
	Vitamin C	60	13	minus 67%

Quelle: 1985 Geigy (Schweiz). 1996 Lebensmittellabor Karlsruhe/Sanatorium Oberthal.

Während der Vitamin- und Nährstoffgehalt in unseren Früchten und im Gemüse von Jahr zu Jahr sinkt (teilweise bereits gegen Null), erreichen laut Untersuchungen nur 11 % der Männer und 14 % der Frauen in Deutschland die ohnehin bereits extrem untertriebene Vitamin-C Empfehlung der *Deutschen Gesellschaft für Ernährung* und der *Weltgesundheitsorganisation* (WHO) von 95–110 mg am Tag.

Ähnlich dürfte es sich bei allen anderen Vitaminen verhalten – und exakt hier kommt OPC ins Spiel :

OPC vermag die Wirksamkeit von Vitaminen zu verlängern und zu vervielfachen. So weisen Forschungsergebnisse darauf hin, dass im Beisein von OPC die Vitamine A, C und E zehnfach länger aktiv sind.[84]

[84] http://www.vitalstoff-journal.de/aus-der-forschung/bioflavonoide-und-kraeuter/opc-superantioxidans-gegen-das-altern/

Die Wirkung von OPC

Bevor wir differenziert auf die einzelnen Krankheiten zu sprechen kommen, die OPC zu vermeiden und sogar zu heilen vermag, wird auf einige wichtige Mechanismen eingegangen, die das OPC so unsagbar wertvoll machen:

- Während Vitamin C 95 % des gesamten Stoffwechsels positiv beeinflusst, besitzt OPC die Fähigkeit, diese Wirkung zu VERZEHNFACHEN.[85]

- OPC gilt als eines der stärksten Antioxidantien, 18–20 x so stark wie Vitamin C und 40–50 x so stark wie Vitamin E.[86]

- Im Gegensatz zu Vitamin C bindet sich OPC (Vitamin P) an Protein, besonders an Kollagen und Elastin. Da diese Organe hauptsächlich aus Elastin und Kollagen bestehen, verstärkt OPC die Effizienz der Reparaturvorgänge an Haut, Blutgefäßen, inneren Organen, Knochen usw. um ein Vielfaches.

- Die Widerstandsfähigkeit der Blutgefäße **verdoppelt** sich beispielsweise bereits 24 Stunden nach der ersten Einnahme von OPC; insgesamt verdreifacht sie sich im Laufe der Zeit.

- Dies ist besonders bei Schlaganfallpatienten und Schlaganfallgefährdeten nicht hoch genug einzuschätzen, wird der Schlaganfall (Hirnschlag) doch durch innere Blutungen im Hirnbereich verursacht.

- Noch stärker als Vitamin C vermag OPC die Haut zu regenerieren, Falten zu glätten und weiteren vorzubeugen.

- OPC verbessert die Fließeigenschaft des Blutes, verhindert die Verklumpungsneigung desselben und erhöht die Gefäßelastizität.

- In seiner Eigenschaft als Protektor verhindert OPC das Eindringen von UV-Strahlen in die Haut und wirkt hier ähnlich wie eine Sonnenschutzcreme, was für Solariumgänger von Interesse ist.

- Während Vitamin C als das stärkste wasserlösliche Antioxidans gilt, wirkt OPC sowohl als wasserlösliches als auch als fettlösliches Antioxidans, erreicht also schützend alle Zellen des menschlichen Körpers.

- Ebenso wie Vitamin C durchdringt OPC die Hirnschranke und entfaltet seine antioxidative Wirkung auch an den Hirnzellen; dabei stärkt es die Blutgefäße und hält diese elastisch.

- OPC reguliert die Histamin- und Histidinherstellung, also die beiden Hauptauslöser für diverse Entzündungen und Allergien.

---

[85] Werner Goller: Was verschweigt die Schulmedizin?, 2009, S. 10

[86] Anne Simons und Alexander Rucker: Gesund länger leben durch OPC, 2005, S. 10

- Dadurch verhindert oder lindert Vitamin P alle entzündlichen und allergischen Reaktionen im Körper.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

Wir steigen ein in eine Textpassage zum Kapitel „bittere Aprikosenkerne / Laetril“

BITTERE APRIKOSENKERNE / LAETRIL

Völlig unnötig stellt die Erkrankung „Krebs“ bis zum heutigen Tag eine Schreckensgestalt sondergleichen dar, dies mit steigender Tendenz. So erkrankt mittlerweile jeder 3te Mensch an Krebs, jeder 4te verstirbt daran. Die Zukunftsaussichten sehen dabei alles andere als rosig aus, und so rechnet die Weltgesundheitsorganisation (WHO) mit einem Anstieg von 70% an Neuerkrankungen in den kommenden Jahren..!

Eine Geißel der modernen Menschheit, die es in dieser Form nicht mehr geben müsste, würde die Schulmedizin im Sinne eines komplementären Ansatzes endlich mit der alternativen Heilkunde kooperieren und diese dabei zu einem gleichberechtigten Partner machen.
Die Interessen der mächtigen Pharmaindustrie und der etablierten Ärzteschaft kollidieren jedoch mit diesem Gedanken, da Natursubstanzen nicht patentierbar sind und sich deren globaler Einsatz schlicht finanziell nicht rechnet!

Zu diesen äußerst effektiven, weitestgehend verheimlichten und seinerzeit aufs Übelste bekämpften Natursubstanzen zählt ohne Frage Laetril, ein Wirkstoff gewonnen aus den bitteren Aprikosenkernen, auch unter dem Synonym „Vitamin B17“ bekannt.

Laetril, auch Vitamin B17 genannt, wurde von Dr. Ernst Krebs, jr. entdeckt, der es aus bitteren Aprikosenkernen isoliert hat.
Laetril gehört der Gruppe der zyanid-haltigen Substanzen, auch „Nitriloside“ genannt, an. Diese finden sich natürlicherweise in bestimmten Pflanzen, so unter anderem in:

- bitteren Aprikosenkernen

- Pfirsichen
- Beeren
- Kirschen
- Hirse sowie in einigen Gräsern.

Man schätzt, dass Vitamin B17 (Laetril, Amygdalin) in ca. 1200 verschiedenen Pflanzenarten vorkommt, zumeist aber in den Kernen und Samen der Nicht-Zitrusfrüchte.
Bittere Aprikosenkerne (und nur die bitteren!) verfügen jedoch über die weltweit größte Konzentration an Vitamin B17.

Natürliche Chemotherapie – nur ohne Nebenwirkungen!

Ähnlich wie z.B. der Wirkstoff Curcumin aus dem indischen Kurkuma-Gewürz (siehe entsprechendes Kapitel) und zahlreiche andere in diesem Buch erwähnten Substanzen, verfügt Laetril nachgewiesenermaßen über regelrechte ***zytotoxische*** und ***zytostatische*** Wirkung…

Zur Erklärung, bedeutet *„zytotoxisch"* übersetzt aus dem Griechischen so viel wie „zellzerstörend" und *„zytostatisch"* bedeutet „Zellwachstum hemmend".

Exakt also diejenigen Mechanismen, die wir aus der Chemotherapie kennen, allerdings mit dem einen wesentlichen Unterschied:

die Mutter Natur sorgt für uns und will uns nicht schaden! So beziehen sich diese äußerst effizienten, zellzerstörerischen (zytotoxischen) und zellwachstumshemmenden (zytostatischen) Eigenschaften ausschließlich auf die bösartigen Zellen, die Krebszellen – die gesunden Zellen werden dabei gänzlich verschont!

Aus biochemischer und funktioneller Sicht haben wir es also bei Vitamin B17 (Laetril) nachgewiesenermaßen mit einer völlig natürlichen Chemotherapie zu tun, deren Wirksamkeit und Sicherheit zugleich im mittlerweile über 50jährigen Therapiealltag und in zahlreichen repräsentativen Studien bestätigt werden konnte.

Was bleibt, ist der bittere Nachgeschmack, nicht der der bitteren Aprikosenkerne…Viel mehr, dass all diese Studien den konventionellen Krebsärzten nicht bekannt sind, sie hingegen weiterhin nach dem Prinzip *„Stahl-Strahl-Gift"* (Operation, Bestrahlung und Chemotherapie) praktizieren und sie nicht müde werden, die ahso *„repräsentativen"* Medikamentenstudien der Pharmaindustrie zu zitieren, die leider ohnehin laut Arzt und Apotheker Wolfgang Becker-Brüser, dem Herausgeber der Informationsschrift

„Arznei-Telegramm" in bis zu 90% der Fälle manipuliert sind![87] Aber eben auch die Hoffnung, dass sich eines Tages die Wahrheit durchsetzt und sich der Mensch darauf besinnt, dass er eben ein Teil der Natur ist, und nicht einem Reagenzglas aus dem Chemielabor entsprungen ist…

Studien zu Laetril (Vitamin B17)
NCI-Studie erfolgt aufgrund von Druck durch die Öffentlichkeit

„Wer heilt hat Recht!" lautet ein bekannter und wahrer Slogan der alternativen Medizin. Und so verwundert es nicht, dass sich die wachsenden Menschenmassen der nach einer Vitamin B17-Therapie von Krebs geheilten Amerikaner zu Gruppen organisierten und eine nationale Organisation mit dem Namen *Committee for Freedom of Choice in Cancer Therapy (Komitee für Wahlfreiheit in der Krebstherapie)* gründeten.

Tausende von Menschen und Hunderte von Ortsgruppen organisierten Pressekonferenzen und Versammlungen, in denen sie die Freigabe von Vitamin B17 forderten!
Es entstand ein immenser Druck für das *National Cancer Institute* um Laetril-Studien zuzustimmen.

Konkret sah dies so aus, dass man 93 an Krebs erkrankte Menschen, die mit Laetril behandelt worden waren und eine eindeutige Dokumentation dazu vorlag, die auf die Behandlung mit Laetril schließen ließ, 12 Experten zur Beurteilung vorführte.

Unter diese Gruppe hatte man ebenfalls konventionell behandelte Krebspatienten gemischt, wobei den Gutachtern nicht bekannt war, wer konkret eine Laetril-Behandlung und wer eine konventionelle Krebstherapie (Chemo, Bestrahlung) erhalten hatte.

Als Ergebnis kam die Prüfungskommission zu dem Schluss:

- *Zwei der geprüften Laetrilfälle zeigten eine vollständige Remission (Tumor komplett verschwunden),*
- *vier der mit Laetril behandelten Menschen zeigten eine Teil-Remission (Tumor zu mehr als 50 % abgebaut),*
- *neun der Laetril-Patienten waren „stabilisiert" (Tumorwachstum gestoppt!),*
- *drei der Laetril-Patienten konnten „mehr krankheitsfreie Zeiten" aufweisen.*

Als Fazit hieraus:
18 von 22 mit Vitamin B17 (Laetril) behandelten Patienten reagierten positiv, wir sprechen von grandiosen 82 Prozent!

[87] http://www.swr.de/odysso/es-geht-um-viel-geld-gefaelschte-pharmastudien/-/id=1046894/nid=1046894/did=2258782/um7mvw/index.html

Erstaunlicherweise fiel die Beurteilung im offizielle Abschlussbericht des NCI skandalöser Weise trotz der sensationellen Ergebnisse ganz und gar nicht positiv aus, denn diese lautete:
„Diese Ergebnisse erlauben keine endgültigen Schlussfolgerungen zugunsten einer krebshemmenden Wirkung von Laetril.“[88]

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

Wir steigen ein in eine Textpassage zum Kapitel „Aroniabeere“ :

Wirkung der Aroniabeere bei Diabetes mellitus

In einer Studie der *Medizinischen Universität Plovdiv* in Bulgarien konnten die Wissenschaftler nachweisen, dass der Saft aus der Aronia melanocarpa bei Diabetes Typ 1- und Diabetes Typ2-Patienten nicht nur keine Erhöhung des Blutzuckerspiegels nach sich zog (die Süße der Aroniabeere ist auf Sorbit, einen für Diabetiker geeigneten Austauschzucker, rückführbar!), sondern ganz im Gegenteil, dass die 200 ml Aroniasaft 60 min nach der Einnahme zu niedrigeren Blutzuckerwerten als die Ausgangswerte führten!

Konkret hat man 16 Patienten mit Diabetes-Typ 1 und 25 Patienten mit Diabetes-Typ 2 (25 des weiblichen und 16 des männlichen Geschlechts im Alter zwischen 3 und 62 Jahren), die zwischen einem Monat und 13 Jahren Krankheitsgeschehen aufwiesen, 200 ml Aroniasaft verabreicht. Die Messungen ergaben als Ausgangswert 14,23 ± 1,32 mmol/l. Exakt eine Stunde nach dem Konsum der 200 ml Aroniasaft hatte sich der Blutzuckerwert bereits auf 11,4 ± 0,89 mmol/l gesenkt.

Eine andere Studie untersuchte die Auswirkungen des regelmäßigen Aroniasaftkonsums auf den Blutzuckerspiegel über eine Dauer von drei Monaten. Hier lag der Blutzuckerspiegel anfänglich bei 13,28± 4,55 mmol/l und sank nach diesen drei Monaten Konsum von Aroniasaft (200 ml/Tag) auf 9,10 ± 3,05 mmol/l. Neben der hypoglykämischen Wirkung hatten sich ebenfalls der Gesamtcholesterinwert, die Lipidwerte sowie der HbA1c-Wert verbessert.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

[88] N. M. Ellisons: Special Report on Laetril: The NCI Laetril Review. Results of the National Cancer Institute´s Retrospective Laetril Analysis. New England Journal of Medicine 299, 7. September 1978, S. 549–552.

Wir steigen ein in eine Textpassage zum Kapitel „Curcumin bei Übergewicht“ :

Curcumin aus dem Kurkuma-Gewürz hilft beim Abnehmen

- Es erhöht die Durchblutung und den Fettstoffwechsel.
- Curcumin aktiviert den Gallenfluss und fördert die Fettverdauung.
- Es bricht den Insulinwiderstand der Zelle
- Es wirkt Es wirkt Hyperlipidämie, Hyperglykämie und anderen Symptomen entgegen, die sich beim Abnehmen störend auswirken können.
- Curcumin beschleunigt den Verdauungsvorgang, die Fettsäuren werden schneller aus dem Darm befördert, noch bevor sie als Körperfett eingelagert werden können.
- Curcumin stimuliert die körpereigene Synthese von Hormonen Neurotransmittern, die sich auf das Abnehmen positiv aus wirken.
- Es hemmt die Entwicklung von Blutgefäßen im Fettgewebe und damit deren Wachstum und Ausbreitung.
- Curcumin stört die Synthese der Fettsäuren und erhöht die Fettabauprozesse (Beta-Oxidierung).
- Es fördert den Zelltod von Fettzellen, den sogenannten Adipozyten.[89]

Gerade Letzteres gilt als Sensation, denn bislang hat man angenommen, dass einmal bestehende Fettzellenanzahl unter keinen Umständen reduziert werden kann-Curcumin scheint die einzige Substanz zu sein, die dies vermag..!

Eine Untersuchung des *European Journal of Nutrition* führte zu folgendem Fazit:

„Die Umsetzung der Nutzung von Curcumin in der klinischen Praxis zur Behandlung und Prävention von Adipositas-assoziierten chronischen Erkrankungen ist möglich. Darüber hinaus machen die relativ geringen Kosten von Curcumin es möglich, dieses zum Bestandteil Ihrer regelmäßigen Ernährung zu machen. Curcumin ist sicher und nachgewiesenermaßen auch wirksam“.

Des Weiteren folgern die Forscher:
„Unsere Ergebnisse zeigen deutlich, dass Curcumin auf zellulärer Ebene und im ganzen Organismus einen bemerkenswerten gesundheitlichen Nutzen für die Prävention von Übergewicht und den damit verbundenen metabolischen Störungen zeigt."

„Unsere Resultate vermitteln die Hoffnung, dass Curcumin Übergewicht und Fettleibigkeit verhindern kann.“

[89] Klaus Oberbeil: Kurkuma – die heilende Kraft der Zauberknolle, 6/2012, S. 88

Dieser Ansicht ist Dr. Ejaz von der *Tufts University* in Medford, nachdem in ihren Studien Mäuse, die mit hohem Fettanteil und Zusatz an Curcumin gefüttert wurden ihr Körpergewicht reduzieren konnten.[90] *„Diese Ergebnisse zeigen auf, dass Curcumin deutlich fettsenkende Eigenschaften hat",* sagt Dr. E. M. Jang von der *Sunchon-Nationaluniversität* in Jeonnam (Südkorea), nachdem er in Studien Kenntnis darüber erlangt hat, dass Curcumin die Fatburning-Enzyme erhöht.[91]

Studien und wissenschaftliche Arbeiten zum Curcumin aus der Kurkuma-Pflanze

Die Kurkuma-Pflanze und ihr Wirkstoff „Curcumin" werden seit rund 50 Jahren intensiv erforscht. Mittlerweile existieren über 3700 Studien zu diesem bemerkenswerten Gewürz.

Studien zur hirnschützenden Wirkung von Curcumin

- Curcumin unterstützt die Neurogenese im Hippocampus, indem es die Proliferation (Vermehrung) neuraler Progenitorzellen (Nervenzellen) fördert.[92]
- Curcumin schützt vor Abeta-Ablagerungen im Hirn, die mit als Ursache von Alzheimer angesehen werden.[93]
- Curcumin schützt vor den negativen Folgen der Phenotoin-Therapie auf das Hirn.[94]

Studien zur Wirkung von Curcumin bei Alzheimer und Parkinson

Vielversprechende Ergebnisse von Studien machen Alzheimer- und Parkinsonpatienten Mut.[95]

Studien zur antitumoralen Wirkung von Curcumin

- Curcumin nimmt Einfluss auf den Androgenrezeptor und wirkt so dem Prostatakrebs entgegen.[96]
- beim Ovarialkarzinom führt Curcumin eine Apoptose der Krebszellen aus und kann so die Therapie günstig beeinflussen.[97]
- Beim Lungentumor leitet Curcumin ebenfalls das Selbstmordprogramm der Krebszellen ein.[98]

---

[90] Klaus Oberbeil: Kurkuma – die heilende Kraft der Zauberknolle, 6/2012, S. 49

[91] Klaus Oberbeil: Kurkuma – die heilende Kraft der Zauberknolle, 6/2012, S. 91

[92] Biol Chem. Mai 2008 23; 283 (21), S. 14497–14505

[93] Exp Neurol. September 2009

[94] Brain Res. September 2009

[95] Doggui S. J. Alzheimers Dis. März 2012

[96] Anticancer Agents Med Chem. September 2009

[97] Mol Carcinog, August 2009

[98] Yang CL et al.: DNA Cell Biol. Juni 2011

- Bei Hypophysentumoren wirkt Curcumin hormonell auf die Krebszellen ein und führt so zu antitumoralen Effeken.[99]
- Curcumin hemmt die Metastasenbildung.[100]
- Curcumin verhindert in vitro das Wachstum von Krebszellen beim Schwarzen Hautkrebs.[101]
- Curcumin kann in ca. 40 % aller Lungen-, Darm-, Prostata- und Hauttumore die weitere Ausbreitung verhindern.

Studien zu herzschützenden Eigenschaften des Curcumin

Curcumin vermochte im Tierversuch das Herzinfarktrisiko sowie die Folgen eines Herzinfarktes zu minimieren.[102]

Curcumin schützt in Studien vor Leberzirrhose und Leberfibrose

Curcumin schützt nachweislich vor Leberfibrose und Zirrhosebildung im Falle einer Fettleber, indem es die PPAR-Gamma aktiviert.[103]

Curcumin schützt bei entzündlichen Darmerkrankungen (Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa)

Indem Curcumin die entzündliche Reaktion auf Giftstoffe (Toxine) im Darm verhindert, zeigt es eine positive Wirkung gegen entzündlichen Darmerkrankungen wie Morbus Crohn, Colitis ulcerosa.[104]

Curcumin verhindert in Studien negative Folgen von Diabetes mellitus

In Experimenten konnte Curcumin den oxidativen Stress mindern sowie antientzündliche Prozesse in der Netzhaut nachweisen, die dazu führen, dass diese vor Zerstörung geschützt wird.[105]

Des Weiteren wirkt Curcumin Diabetes-2-Komplikationen wie Neuropathie, Retionpathie, Leberfibrose und Nephropathie dadurch entgegen, dass es die PPARgamma-Aktivität erhöht.[106]
Entsprechend einer Studie von 2005 verzögert Curcumin bei Ratten die Entwicklung des Grauen Stars, der aus Hyperglykämie resultiert.

---

[99] Endocrinology. August 2008; 149 (8), S. 4158–4167

[100] 2005, 11, 7490–7498

[101] Cancer 2005, Onlineausgabe, DOI:10.1002/cncr.21216

[102] Adv Exp Med Biol. 2007; 595, S. 359–377

[103] Br J Pharmacol. August 2009; 157 (8), S. 1352 f.

[104] Curr Pharm Des. 2009;15(18), S. 2087–2094

[105] Kowluru et al.: Effects of curcumin on retinal oxidative stress and inflammation in diabetes Nutr Metab (Lond). (2007) Apr 16; 4, S.8, PMID 17437639

[106] Stefanska B.: Br J Pharmacol. 2012 Mar 27

Curcumin wirkt in Studien bei Uveitis (Entzündung der mittleren Augenhaut)
In einer Studie an 32 Patienten, denen man drei Monate lang 3 x täglich 375 mg Curcumin verabreicht hat, wurden 13 der Patienten dauerhaft geheilt; bei immerhin 30 hat sich der Zustand gebessert.

Anwendung von Curcumin

Was sollte man innerhalb der Verwendung von Curcumin wissen?

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

CODEX HUMANUS, BAND III

Wir steigen ein in eine Textpassage zum Kapitel „Hanf“ :

Endocannabinoid-System regelt das Gleichgewicht im Organismus

Wie die meisten Untersuchungen zu diesem Thema herausgefunden haben, besitzen die meisten Zelltypen diese Rezeptoren, und die Forscher sind sich einig, dass Cannabinoide auf beinahe alles in unserem Körper Einfluss nehmen.

Wie sie nachweisen konnten, schützt das EC-System unsere Homöostase, also das Gleichgewicht im Körper, das für den Ausgleich und die Selbstregulation von so wichtigen Parametern wie z. B. der Körpertemperatur, dem pH-Wert im Blut usw. zuständig ist.

Die Anwesenheit von Cannabinoiden in einer Nervenzelle bedeutet, dass weniger Neurotransmitter ausgeschüttet werden müssen, um das Gleichgewicht etwaiger nervaler Funktionen wiederherzustellen. Ergo werden als allererste Moleküle die Cannabinoide im Körper produziert, sobald eine Situation oder ein Signal unsere Homöostase herausfordert. [107]

[107] Dr. Tanja Bagar: Die Hanfmedizin – Wie Hanf bei Schmerzen, Rheuma, Krebs und Stress hilft, 2019, S. 24.

Als Fazit lässt sich festhalten, dass Cannaboide, wie sie in der Hanfpflanze vorkommen, ein natürlicher Teil unseres Organismus sind. Weder können wir auf sie verzichten, noch ist es überhaupt möglich, Cannaboide aus dem Körper zu entfernen.

Mehr als dies, sprechen wir funktionell bei Hanf über ein Lebensmittel, das aufgrund seiner hohen Nährstoffdichte in ausgewogener Form und dessen vielfältiger Wirkung sehr häufig auch als „Superfood" bezeichnet wird.

Woher aber bekommen wir dieses Superfood – wie können wir unser Endocannabinoid-System aktiv unterstützen?

Wie Sie in diesem Buch im entsprechenden Kapitel zu Omega-3-Fettsäuren lesen können, bilden diese zu einem beträchtlichen Anteil das „Baumaterial" für unser Hirn. Was ich Ihnen an dieser Stelle verschwiegen habe, ist, dass Omega-3-Fettsäuren zugleich auch Bausteine unseres Endocannabinoid-Systems sind.

Die regelmäßige Aufnahme von Omega-3-Fettsäuren regeneriert und schützt also nicht nur unser Hirn, sondern ebenfalls das Endocannabinoid-System, das für das überlebenswichtige Gleichgewicht (Homöostase) in unserem Organismus sorgt!

Was liegt da also näher, als Hanfsamen und kaltgepresstes Hanföl zu konsumieren, die beide reichlich Omega-3-Fettsäuren beinhalten?

Und wenn wir schon von Hanf als Lebensmittel sprechen, sollte nicht unerwähnt bleiben, dass der Hanfsamen in zahlreichen Kulturkreisen (u. a. China, Indien, Persien, Ägypten, Babylon, Ägypten und den Eingeborenen aus Nord- und Südamerika) durchaus als Lebensmittel galt und bis heute teilweise noch gilt, besteht dieser doch zu 20–24 % aus hochwertigem Protein in Form aller essenziellen Aminosäuren. Dies geschah bzw. geschieht, indem man Hanfsamen zu Mehl vermahlen oder aber zu Öl und Butter weiterverarbeitet hat.[108]

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus"

Wir steigen ein in ein Kapitel zu DMSO

[108] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/hanf-ia.html.

DMSO – Dimethylsulfoxid

„DMSO bietet die größte Anzahl und Bandbreite von Wirkeigenschaften, die jemals für ein einzelnes Mittel nachgewiesen werden konnten.“[109]

DMSO – was ist das?

Da sehr häufig im Zusammenhang mit DMSO von „Chemikalie“ und „Arzneimittel“ die Rede ist, sei zunächst einmal vorausgeschickt, dass Dimethylsulfoxid (DMSO) eine völlig natürliche Schwefelverbindung ist, die auch im Regenwasser vorkommt, da Meeresplankton im Rahmen seines Stoffwechsels aus vulkanischem Schwefel ein organisches Sulfid erzeugt. Dieses erst ermöglicht es der Natur, bestimmte essenzielle (lebensnotwendige) Aminosäuren zu bilden, die die Bausteine unseres Körpers darstellen.[110]

Auch in uns Menschen findet sich DMSO in Spuren wieder. In einem Milliliter Blut befindet sich eine winzige Menge (ca. 40 Nanogramm) DMSO.

So verwundert es wenig, dass DMSO ebenfalls in unseren Nahrungs- und Genussmitteln vertreten ist. Hierzu zählen u. a. Tomaten, aber auch Kaffee, Tee und Bier.

DMSO bietet die größte Anzahl und Bandbreite von Wirkeigenschaften, die jemals für ein einzelnes Mittel nachgewiesen werden konnten.[111]

Fehlinterpretation von Tierstudien schädigt nachhaltig den Ruf von DMSO

Kaum eine Natursubstanz, die gerade aufgrund ihrer ausgezeichneten Wirkung bei seitens der Schulmedizin unheilbaren Erkrankungen und Missständen von sich hören lässt, wird aktuell weltweit so kontrovers diskutiert wie DMSO. Es handelt sich um ein Faktum, das irrsinniger Weise immer noch auf Fehlinterpretation einer alten Studienreihe zurückzuführen ist, die am 11.11.1965 ihr jähes Ende nahm, als Veränderungen der Augenlinsen bei einer Anzahl von mit DMSO behandelten Säugetieren beobachtet wurden.

Konkret wurden bei Hunden, Hasen und Schweinen Veränderungen des refraktiven Index (Trübung) festgestellt: Nachdem DMSO mit ca. 5g/kg (dies entspricht der 50- bis 100-fachen Dosis einer normalen therapeutischen Dosierung beim Menschen!) über drei Monate dosiert wurde, wurden die Tiere schwach

[109] Dr. rer. Nat. Hartmut P. A. Fischer: Das DMSO-Handbuch – verborgenes Heilwissen aus der Natur. Daniel-Peter-Verlag, 9. Auflage, 2019, S. 36.

[110] https://www.daniel-peter-verlag.de/was-ist-dmso/.

[111] Dr. rer. Nat. Hartmut P. A. Fischer: Das DMSO-Handbuch – verborgenes Heilwissen aus der Natur. Daniel-Peter-Verlag, 9. Auflage, 2019, S. 36.

kurzsichtig. Hingegen konnte man keine mikroskopischen oder chemischen Unterschiede zwischen den Linsen der behandelten sowie der Kontrolltiere feststellen.

„Nach langfristiger Anwendung an Hunden, Schweinen und Kaninchen“, so ein Alarmbrief, der daraufhin an 80.000 deutsche Doktoren und Apotheker versendet wurde, *„sind bei neueren experimentellen Untersuchungen Veränderungen des Brechungsindex der Augenlinsen beobachtet worden […].“* [112]

Dieser Serienbrief und die Rücknahme von DMSO aus klinischen Studien führte dazu, dass DMSO seitdem ein Image von Toxizität anhaftet, obwohl die im Tierversuch beobachteten Veränderungen der Augenlinse beim Menschen weder in Humanstudien noch im Therapiealltag jemals auftraten – obwohl DMSO seit Jahrzehnten von Millionen von Menschen angewandt wird.[113]

DMSO und seine Wirkung

Kommen wir damit zum spannenden Thema, nämlich der Wirkung von DMSO auf unseren Organismus. Diese ist schlicht als einzigartig und zugleich außergewöhnlich zu bezeichnen: Indem es unsere Körperfunktionen reguliert und gleichzeitig unsere Körperzellen regeneriert, deckt es bereits mehr medizinische Indikationen ab als zahlreiche populäre Vitalstoffe.

Wie bereits kurz erwähnt, war es dies aber noch lange nicht, denn zusätzlich öffnet es, quasi am Parallelband, die Zellkanäle und transportiert Wirkstoffe in den Organismus, sodass aus beidem insgesamt ein höchst bemerkenswertes Kombipräparat resultiert, das bis zum heutigen Tag die Fachwelt erstaunt.

Um die Wirkung der einzelnen Wirkstoffe bedeutend zu erhöhen, kann DMSO beispielsweise mit zahlreichen Vitalstoffen aus diesem Buch, u. a. Vitaminen, Aminosäuren, Magnesiumchlorid, Milchsäure, Jod (Lugolsche Lösung), Wasserstoffperoxid, Schwefel, Selen, kolloidalem Silber/Gold Hämatoxylin/ Bengalrosa, Galactose, Grapefruit-Kernextrakt, Furfural, Chelat-Mittel, Borax und Alpha-Liponsäure kombiniert werden.[114]

Die Kombination von DMSO mit essenziellen Aminosäuren zeigt beispielsweise in früheren Studien positive Wirkung sowohl bei Entwicklungsstörungen, Lernschwierigkeiten, Down-Syndrom als auch bei allen neurodegenerativen Erkrankungen.[115]

Die Kombination von DMSO mit Amygdalin (siehe Kapitel „Laetril“ in diesem Buch) und Vitamin C bewirkt wiederum bei Krebskranken die Rückkehr des Appetits, Linderung der Schmerzen und Aktivierung des Immunsystems.[116]

---

[112] https://www.zeit.de/1965/48/das-letzte-rezept.

[113] https://www.dr-peterklose.de/wp-content/uploads/2012/08/DMSO-Dr.Morton.Walker.pdf.

[114] https://www.daniel-peter-verlag.de/was-ist-dmso/.

[115] Ebenda. /

[116] https://krebsliga.hpage.com/wundermittel.html.

DMSO ist selbstredend kein Wundermittel. Was es jedoch auszeichnet, sind die besondere Wirkungsweise durch seine Trägerfunktion, die kanalöffnende Wirkung, die vielfältigen Möglichkeiten der Anwendung, die einfache und sehr kostengünstige Art, es zu verabreichen, sowie die geringen Nebenwirkungen.

Aufgrund seiner großen Bandbreite an Wirkungen und der dualen Wirkungsweise sollte es folglich eher als eigenständiges Therapiekonzept denn als einzelnes Arzneimittel verstanden werden. Und so wird DMSO inzwischen oft als „das neueste Heilungsprinzip des 21. Jahrhunderts“[117] gefeiert.

Bevor wir differenziert die Wirkung von DMSO bei Erkrankungen und Missständen betrachten, erweist es sich als sinnvoll, zunächst die Eigenschaften von DMSO zu ergründen, die schließlich die Wirkung verantworten.

DMSO verfügt über die folgenden Eigenschaften:

Es ist:

- antiinflammatorisch (entzündungshemmend),
- analgetisch (schmerzstillend),
- gefäßerweiternd,
- wundheilungsfördernd,
- antioxidativ,
- antibakteriell,
- antiviral,
- antifungizid (gegen Pilzbefall),
- durchblutungsfördernd,
- antisklerotisch,
- zellstärkend,
- zellentgiftend,
- abschwellend,
- muskelentspannend,
- herzstärkend,
- gerinnungshemmend (Blutplättchen werden an der Verklumpung gehindert),
- antiallergisch sowie
- kollagenlösend, damit narbenglättend.

- Es durchdringt die biologischen Membranen im Organismus.
- Es transportiert wirksame Moleküle in den Blutkreislauf.
- DMSO bietet Gewebeschutz gegen Strahlen, Durchblutungsstörungen und Frost.
- Es senkt die Blutfettwerte (Cholesterin).

[117] Neuestes Heilungsprinzip des 21. Jahrhunderts.

- Es wirkt diuretisch (entwässernd).
- Es verbessert die Sauerstoffsättigung im Gewebe.
- Es verfügt über das Potenzial, die Wirkung von Medikamenten zu modulieren und zu verstärken.

Wie begründen sich diese Eigenschaften im Einzelnen? Schauen wir uns die wichtigsten an:

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

Wir steigen ein in ein Kapitel zu Vitamin D3

VITAMIN D

Vitamin D – die Energie der Sonne in Kapselform?

Ohne das Licht der Sonne wäre kein Leben auf der Erden möglich, und ohne die direkte Sonneneinstrahlung auf unsere Haut würden wir nicht ausreichend Vitamin D erhalten.

Dies sind zwei ineinander greifbare Erkenntnisse, deren herausragende Bedeutung weit über dies hinausgeht, was landläufig mit dem Begriff „Vitamin D“ in Verbindung gebracht wird, und die wir gemeinsam in dieser Abhandlung klären und passender Weise mit einem Zitat von Dr. med. Hollick, Arzt und Biochemiker am Boston University Medical Center, einleiten wollen:

„Heute gibt es Hinweise, um Sonneneinstrahlung und Vitamin D mit jeder Facette der Medizin und Gesundheit zu verbinden. Ausreichende Mengen an Vitamin D können die Fruchtbarkeit verbessern, Schwangerschaft schützen, Entzündungen verringern, bei der Gewichtskontrolle helfen, vor Infektionskrankheiten wie der Grippe und Tuberkulose schützen, Schlaganfall und Demenz verhindern, das Immunsystem stärken, Erinnerungskraft steigern und Muskelkraft unterstützen.“

Und tatsächlich gehört die Sonnentherapie als eine Möglichkeit, Vitamin D im Körper aufzubauen, zu den ältesten Therapien der Menschheit überhaupt und reicht bis zur Antike zurück, wobei bereits der in diesem Buch oft zitierte Hippokrates das tägliche Sonnenbad empfahl …

Per Definition können Vitamine nicht vom Körper selbst hergestellt werden. Im eigentlichen Sinne handelt es sich bei Vitamin D3 daher um kein Vitamin, sondern um einen hormonähnlichen Stoff, den der Körper (mithilfe von Sonnenlicht) selbst bilden kann.

Allererste Erkenntnisse in diesem Zusammenhang sammelte man bereits um 1650, als man die ersten Mangelsymptome von Vitamin D wissenschaftlich beschrieben hat und eine Erkrankung – eine Störung

des Knochenstoffwechsels im Kindesalter, die zu einer
ungenügenden Mineralisation bzw. Demineralisation der Knochen führt – „Rachitis“ nannte.

Das Bekanntwerden von Vitamin D3

Knapp 300 Jahre später experimentierte ein Wissenschaftler an Hunden, die er in geschlossenen Räumen unter Ausschluss von Sonnenlicht hielt. Erwartungsgemäß bekamen die Hunde Rachitis, die jedoch heilte, wenn man den Hunden Lebertran verabreichte oder sie aber alternativ wieder an die Sonne ließ. Da man zuvor die Vitamine A, B und C entdeckte, hat man den „hormonähnlichen Stoff“ (Steroid) kurzerhand Vitamin D genannt, und dabei sollte es bleiben.

Die erste Aufmerksamkeit, die Vitamin D3 zuteilwurde, fand allerdings erst in den 1920er-Jahren des letzten Jahrhunderts statt, als Kinder, die unter Knochenerweichung litten, erfolgreich mit Vitamin D behandelt wurden, was erst zur Popularität des bis dahin wenig bekannten Vitamins beitrug. Man setzte die besagten Kinder ultravioletter Strahlung aus, wodurch die Vitaminproduktion angeregt wurde und sich das Gleichgewicht zwischen Auf- und Abbau der Knochen wiedereinstellte.

Fällt im Beisein eines konventionellen Mediziners seitdem der Begriff „Vitamin D“, assoziiert er damit schlagartig den Knochenstoffwechsel, denn dieser hat gelernt: Vitamin D schleust Calcium in die Knochen und festigt sie auf diese Weise.

So weit, so gut und soweit auch richtig – wenn da nicht mal wieder ein großes Aber wäre.

Denn während für den Schulmediziner damit mal wieder alles gesagt wäre, in etwa so wie beim Vitamin C, das bei leichtem Schnupfen zu helfen vermag, ahnt der wissenshungrige Leser spätestens dann, wenn er erfährt, dass das Vitamin D an unzähligen anderen Stoffwechselvorgängen und Funktionen im Körper beteiligt ist, dass es mehr als ein „Knochen-Vitamin“ ist – und zwar gigantisch mehr, um es noch gelinde auszudrücken …

Nach neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen ist Vitamin D für die Regulierung der Expression von Hunderten Genen (Schätzungen von 200 bis 1.000) verantwortlich. Darüber hinaus wurden Vitamin-D-Rezeptoren (VDR) in zahlreichen verschiedenen Gewebe- und Zellarten im menschlichen Organismus, z. B. im Herzmuskel, Gehirn, endokrinen Drüsen sowie B- und T-Lymphozyten, identifiziert.[2, 3, 4]

Vorstehend wurde erläutert, dass grundsätzlich jedes einzelne Gewebe und jede Zelle im Körper einen VDR besitzen und folglich eine Voraussetzung für Vitamin D aufweisen.[27]

Und so soll sich Vitamin D bei genauer Analyse zahlreicher Studien und Therapieberichte als eine der wichtigsten LEBENSVORAUSSETZUNGEN schlechthin erweisen!

Schauen wir uns zunächst jedoch einmal die Grundlagen von Vitamin D an, bevor wir tiefer in die Materie eintauchen. Zunächst fällt auf, dass es offensichtlich mehre Arten von Vitamin D gibt.

Was sind die Unterschiede zwischen den einzelnen Vitamin-D-Formen?

Ist von Vitamin D die Rede, wird damit zumeist Vitamin D3 gemeint, die natürliche Form von Vitamin D, die im Körper hergestellt wird.

Die eher selten anzutreffenden Formen Vitamin D1, D2, D4 und D5 gehören zu den künstlich erzeugten Vitaminen, die schon mal den Lebensmitteln zugesetzt werden.

Es gibt exakt drei Möglichkeiten, dem Körper Vitamin D3 zukommen zu lassen:

1) über die Sonnenstrahlung,
2) über die Ernährung,
3) über Nahrungsergänzung (Vitamin-D3-Supplemente).

Wie es sich im Therapiealltag pharmaunabhängiger Mediziner herausstellen soll, was aber leider innerhalb der klassischen Schulmedizin weitestgehend tabuisiert wird, reichen das sommerliche Sonnenbad und der großzügige Aufenthalt im Freien innerhalb unserer Breitengrade zwar zur Deckung des absoluten Vitamin-D3-Minimums gerade aus, jedoch nicht zum Eintritt in den Optimum-Bereich (denken Sie an dieser Stelle an unsere Metapher aus dem Vorspann des Buchs mit dem Ölmessstab, der optimaler Weise knapp über der Hälfte der Min./Max.-Markierung mit Öl benetzt wird).

Und dieser Optimum-Bereich scheint laut Studienerkenntnissen und Aussagen von unbefangenen Ärzten eher in dem Bereich zu liegen, der allenfalls unter den Naturvölkern in den sonnenreichen Ländern vorherrscht. Beim Erreichen dieses Optimal-Levels, das im Übrigen im Blut messbar ist, stellen sich laut Ärzten und Therapeuten „unglaubliche Heilungserfolge“ ein, beginnend bei Allergien, Migräne, Schwindelanfällen mit Hörsturz, chronischen Rückenschmerzen bis hin zur Besserung der allgemeinen Stimmung, Wadenkrämpfen, chronischer Müdigkeit, Depressionen und natürlich Knochenschmerzen.[118]

Glücklicher Weise ist eine Vitamin-D-Therapie in Form von Supplementen oder aber Bestrahlung nicht nur preiswert, sondern auch einfach und weitestgehend risikofrei. Während die Bestrahlung allerdings keine genaue Dosierung erlaubt, können natürliche Supplemente exakt dosiert werden. Mithilfe von Bluttests kann in kurzer Zeit der optimale Vitamin-D-Spiegel im Blut eingestellt werden.

Dagegen dauert die „Aufladung“ der körpereigenen Speicher mit Vitamin D über die Bestrahlung länger – selbst bei einer Höhenkur sind hierfür meist zwei Monate erforderlich.[119]

[118] Dr. med. Raimund von Helden: Gesund in sieben Tagen – Erfolge mit der Vitamin-D-Therapie, 22. Auflage, 2016, S. 12.

[119] Ebenda.

Was ist der „ominöse“ optimale Vitamin-D-Spiegel?

Wie Sie bereits im Vorspann des Buchs haben lesen können, empfehlen die Fachgesellschaften für unsere Nährstoffe irrationaler Weise tatsächlich exakt nur die Vitalstoffmenge, die dazu führt, dass die klassischen Mangelerkrankungen gerade so vermieden werden.

Tauchen Symptome eines Vitamin-D-Mangels wie Muskelzucken, Kopfschmerzen, erhöhter Schlafbedarf oder Kreislaufbeschwerden nicht auf, klassifiziert man den Patienten und schließlich seinen Vitamin-D-Spiegel als „normal“.

Völlig uninteressant scheint bei dieser fahrlässigen Vorgehensweise, dass diese Symptome erst entstehen, wenn der Vitamin-D-Spiegel sich weit im unteren Bereich befindet, hier bereits aber die Leistungsfähigkeit nachlässt und die Gesundheit alles andere als optimal ist!

„Wir dürfen also nicht danach fragen, was bei einer von Krankheit gezeichneten Bevölkerung normal ist. Vielmehr müssen wir Werte anstreben, die nötig sind, um Gesundheit und Leistungskraft auch im Alter zu bewahren. Also nicht der durchschnittliche und damit statistisch normale Vitamin-D-Spiegel ist als Zielwert zu betrachten, sondern der optimale.“[120]
Dr. med. Raimund von Helden

Schauen wir uns also an, welche Werte in unseren Breitengraden tatsächlich vorherrschen …

Auf das gesamte Jahr bezogen erreichen wir im Durchschnitt einen Vitamin-D-Spiegel von 16 ng/ml (im Winter 8–12 ng/ml, im Sommer ca. 24 ng/ml).

Werte unter 20 ng/ml gehen allerdings bereits mit Beschwerden einher, etwa Müdigkeit, Schlappheit, Schlafstörungen, Muskelzucken, Beinschmerzen u. Ä.

Wir können also nicht davon sprechen, dass ein Durchschnittsbürger optimal gesund und leistungsfähig ist, wenn er diese Symptome bereits aufweist oder aber die Werte dabei sind, diese Symptome erst zu erzeugen.

Während wir im Winter (Oktober bis März) aufgrund zu geringer UVB-Strahlung kein Vitamin D bilden und der Vitamin-D-Spiegel zu allem Übel auch noch um ca. 20 % pro Monat sinkt, erreichen selbst Sonnenanbeter nicht die optimalen Werte, sobald sie effektive Sonnenschutzmittel verwenden, die die UVB-Strahlung blocken.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

[120] Ebenda, S. 59.

Wir steigen ein in ein Kapitel zu „Astaxanthin“

AstAXANTHIN

Das wohl stärkste Antioxidans der Welt!

Vorwort

Die höchste je in der Natur beobachtete physische Leistungsfähigkeit können zweifelsohne die Lachse für sich verbuchen. Diese Fische schaffen es erstaunlicherweise problemlos, sieben Tage lang ohne Pause flussaufwärts gegen erdrückende Wassermassen anzuschwimmen.

Es handelt sich um ein Phänomen, das den Forschern lange Zeit Kopfzerbrechen bereitete, bis sie auf einen mehr als bemerkenswerten Stoff stießen, der zugleich die rosarote Färbung der Lachse begründet – der Name lautet: Astaxanthin.

Einerseits ist es auffällig, dass kein anderes Lebewesen weltweit über eine derart hohe Konzentration dieser einzigartigen Natursubstanz innerhalb der eigenen Muskulatur verfügt, andererseits vermag kein anderes Lebewesen auch nur annähernd eine derartige physische Leistung zu vollbringen. Eine Parallele scheint zweifelsfrei nahezuliegen – wie aber sollte trotz allem eine derartige Kraftausdauerentfaltung aufgrund einer einzigen Substanz erklärbar sein?

Der Zusammenhang erschließt sich aus der Anhäufung von freien Radikalen (Oxidantien) in den Muskeln während der Energiegewinnung. Es handelt sich um einen limitierenden Faktor, den es zu überwinden gilt, will man über eine längere Zeit eine maximale körperliche Anstrengung vollbringen. Indem die Natur den Lachsen massenweise den aktuell weltweit stärksten bekannten Antioxidanten zur Verfügung stellt, schützt sie dessen Muskeln und befähigt so die Lachse zu diesen schier unfassbaren Kraftausdauerleistungen!

Wie extrem gut das „Schutzschild“ Astaxanthin funktioniert, wird ebenfalls sehr eindrucksvoll am Beispiel von Algen (z. B. Mikroalge *Haematococcus pluvialis*) deutlich. Auch wenn diese natürlich nicht gegen Flussströme ankämpfen müssen, beinhalten Algen dennoch reichlich Astaxanthin. Der Grund hierfür sind die teilweise extrem wechselhaften Lebensbedingungen, denen die Alge ausgesetzt ist. Algen leben häufig in Pfützen, die naturgemäß schon mal austrocknen. Um die Trockenperiode lebend zu überstehen, benötigen die Algen einen Schutzstoff – Sie ahnen es bereits: Astaxanthin.

Die von Haus aus eigentlich grüne Alge füllt sich in Stresssituationen (Nahrungsmangel, Wassermangel, intensivem Sonnenlicht, sogar bei Kälte) mit Astaxanthin, wird in kürzester Zeit rot und auf diese Weise vor den besagten Stresssituationen geschützt.

Ein relativ alltagsnahes, anschauliches Beispiel für dieses Spektakel bietet die Vogeltränke. Eventuell werden Sie sich schon mal gewundert haben, dass eine ausgetrocknete Vogeltränke einen rosaroten Belag bildet. Bei diesem Belag handelt es sich um nichts anderes als Astaxanthin-haltige Algen, die in Stress gerieten, weil sie unter Wassermangel litten und sich zum Schutz mit Astaxanthin vollsaugten.

Allein die kaum fassbare Tatsache, dass die Alge auf diese Weise mehr als 40 Jahre bei sowohl brütender Hitze als auch eisiger Kälte ohne Nahrung und Wasser zu überleben vermag, spricht für sich und, wie es scheint, damit für die phänomenale Wirkung von Astaxanthin.

An dieser Stelle möchte ich Ihnen eine echte Astaxanthin-Erfolgsgeschichte nicht unterschlagen, nämlich die von einem Herrn namens Max Burdick.
Max Burdick ist ein Ironman-Triathlet. Zur Erklärung: Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Extrem-Sportveranstaltung der Superlative, bei der die Teilnehmer zuerst eine Strecke von ca. 3,9 km schwimmen und anschließend 180 km Radfahren, und als wäre dies nicht genug, schließt sich unmittelbar danach ein klassischer Marathon über eine Strecke von 42,2 km an.

Wer bereits 50 km geradelt oder aber 20 km gelaufen ist, weiß diese unmenschliche Anstrengung entsprechend zu würdigen. Das Besondere an Max Burdick ist aber nicht der Fakt, dass er zu denjenigen gehört, die diese bis zum Ende gemeistert haben, sondern die Tatsache, dass er zu dem Zeitpunkt 78 Jahre alt war und Astaxanthin zu sich genommen hat!

Jetzt könnten Sie zu Recht argumentieren, dass die Einnahme von Astaxanthin keinerlei Beweis dafür darstellt, dass ausgerechnet dieses ihm dazu verholfen hat, diese irrsinnige Leistung zu vollbringen. Das ist richtig, wäre da nicht der Punkt, dass Max zuvor seit Jahren versucht hat, den Ironman zu Ende zu laufen, stets aber bereits beim Radfahren aufgrund brennender Beine aufgeben musste. Bis er schließlich das Astaxanthin (zwei Kapseln täglich) für sich entdeckte.[121]

Zusammenfassend können Sportler von den folgenden Vorteilen von Astaxanthin profitieren:

- Steigerung der Kraft,
- Steigerung der Ausdauer,

[121] Bob Capelli und Gerald R. Cysewski PhD: Natürliches Astaxanthin – der Stoff der Zukunft, ESOVita Limited, 1. Auflage, 2009, S. 7.

- Verbesserung der Kraftausdauer,
- beschleunigte Regeneration,
- weniger Muskelkater und Gelenkbeschwerden.

Für Sportler, Extremsportler und Wüstenüberquerer bietet Astaxanthin zweifelsfrei einige sensationell interessante Aspekte. Verständlicher Weise eifert jedoch nicht jeder den Lachsen nach und möchte eine olympische Medaille einer Schwimmdisziplin ergattern oder aber den Triathlon gewinnen. Und längst nicht jeder plant in Joey-Kelly-Manier eine Sahara-Wanderung ohne Wasser und Nahrung …

Die nicht ganz unberechtigte Frage, die sich Ihnen also stellen könnte, wäre nach dem sonstigen Mehrwert, den Astaxanthin für den Durchschnittsmenschen (der keinen Leistungssport betreibt) in unseren Breitengraden bietet. Abgesehen von der allgemeinen stärkenden und stressmindernden Wirkung, von der ja ausnahmslos jeder gesunde Mensch profitiert, besonders aber Kranke und Ältere (bei beiden besteht häufig eine Erschöpfung der körpereigenen antioxidativen Schutzsystems), hält Astaxanthin so einige positive Überraschungen für uns alle bereit.

Astaxanthin als Super-Antioxidans gilt aktuell als der stärkste Radikalfänger von Singulett-Sauerstoff-Molekülen. In Zahlen ausgedrückt:[122]

- 6000-mal stärker als Vitamin C,
- 800-mal stärker als CoQ10,
- 550-mal starker als Katechine aus grünem Tee,
- 550-mal stärker als Vitamin E (Alpha Tocopherol),
- 75-mal stärker als Alpha-Liponsäure,
- 40-mal stärker als Betacarotin,
- 17-mal stärker als OPC-Traubenkernextrakt.

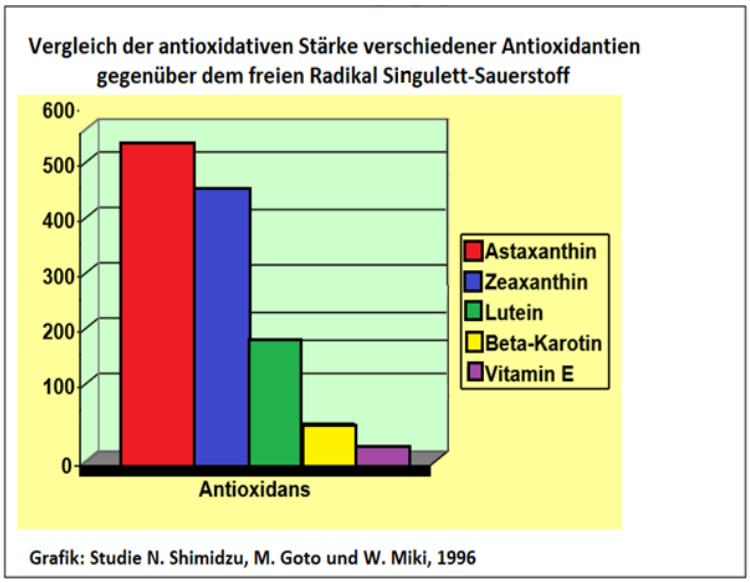
Eine weitere Studie bescheinigte Astaxanthin im Vergleich zu anderen Antioxidantien die folgende Wirkung gegen freie Radikale:[123]

- Astaxanthin wirkt fast 20-mal besser als Vitamin E,
- über 50-mal stärker als Beta-Carotin und

[122] https://www.vitaminexpress.org/de/astaxanthin.

[123] Bagchi, 2001, Creighton University.

- über 60-mal besser als Vitamin C.



So beeindruckend all diese Zahlen aussehen mögen, gilt es zu betonen, dass erstens verschiedene Studien unterschiedliche Ergebnisse liefern, wobei Astaxanthin in jedem Fall alle anderen Antioxidantien hinter sich lässt, und zweitens es nicht DAS Super-Antioxidans gibt, sondern es stets die Synergie aus mehreren Antioxidantien ist, die als Team unsere Zellen optimal vor den gefräßigen freien Radikalen schützen.

Warum aber wirkt Astaxanthin so viel besser gegen freie Radikale als andere Radikalfänger?

Auch hier spielen strukturelle Details die entscheidende Rolle. So können dessen langkettige Struktur und seine polaren Endgruppen die doppelschichtige Zellmembran überziehen. Im Gegensatz dazu kann beispielsweise Vitamin E (oder aber auch Beta-Carotin) entweder nur auf der Innenseite oder z. B. Vitamin C nur auf der Außenseite der Zellmembran wirken.[124]

[124] McNulty H., Jacob R. F., Mason R. P.: Biologic activity of carotenoids related to distinct membrane physicochemical interactions. The American journal of cardiology. 2008 May 22;101(10A):20D-9D.

Ferner kann Astaxanthin freie Radikale sowohl in wasserlöslichen als auch fettlöslichen Zellmembran-Bereichen neutralisieren (Vitamin C kann dies nur in wässrigem Milieu, Vitamin E nur im fettlöslichen Milieu).

Astaxanthin wird selbst niemals zur pro-oxidativen Substanz

So wichtig die Kombination verschiedener Antioxidantien auch ist, verfügen zahlreiche Top-Antioxidantien, etwa Vitamin C, E, Zink, aber auch andere Karotinoide, z. B. Betacarotin, Zeaxanthin (Martin et al. 1999), über eine Kehrseite der Medaille, die sich darin äußert, dass diese unter bestimmten Umständen selbst zu einer „pro-oxidativen" Substanz werden und im Organismus Oxidation verursachen, statt vor Oxidation zu schützen.

Astaxanthin gehört als ein weiteres wichtiges Merkmal, das es zum Sieger unter den Antioxidantien macht, zu den wenigen gesegneten Antioxidantien, die selbst NIEMALS pro-oxidativ werden.[125]

Entzündungshemmende Wirkung von Astaxanthin

Entzündungen als der *„böse Zwilling der Oxidation"*.

Mit den Entzündungen verhält es sich in etwa so wie mit den freien Radikalen: Die Menge macht das Gift. Entzündungen als Immunreaktion sind, ähnlich wie freie Radikale, durchaus für unsere Gesundheit förderlich, z. B. innerhalb der Beseitigung von Bakterien nach einer Verletzung oder aber als Anstoß zur Selbstheilung des Organismus. Sie sind ein Zeichen dafür, dass unser Immunsystem gerade arbeitet, und sollten im Normalfall mit der Genesung abklingen.
Nehmen die Entzündungen im Körper allerdings überhand, werden sie chronisch und können zu zahlreichen Gewebeschädigung bis hin zu handfesten Erkrankungen, etwa Rheuma, Asthma, Diabetes, Arteriosklerose, Grüner Star, Parkinson, Alzheimer, Schlaganfall, Prostatavergrößerung, aber auch Krebs führen.

[125] Beutner et al. 2000.

„Noch vor einem Jahrzehnt haben Forscher oxidative Schädigungen für alles – von Krebs bis zu Herzkrankheiten – angeklagt. Jetzt stehen chronische, geringgradige Entzündungen im Scheinwerferlicht. Entzündung ist der böse Zwilling der Oxidation", so der Neurowissenschaftler James Joseph von der Tufts-Universität. Und er fährt fort: „Wo der eine ist, ist auch der andere"[126], womit er uns (neben den Giften und Säuren) die beiden Hauptfeinde unseres Organismus auf einem goldenen Teller präsentiert, die es bereits vorbeugend und erst recht im Krankheitsfall therapeutisch zu eliminieren gilt, um gesund und vital zu bleiben.

Verheerend, weil nicht wirklich wahrnehmbar, verhält es sich mit sog. stummen Entzündungen. Dabei handelt es sich um geringgradige Entzündungszustände, die unterhalb der spürbaren Schmerzreizgrenze liegen und deshalb bei den meisten Menschen unserer Breitengrade (75 % der Amerikaner betrifft es ebenfalls[127]) ihr Unheil anrichten, ohne dass diese davon überhaupt Notiz nehmen. Nach dem Prinzip „Steter Tropfen höhlt den Stein" richten diese Entzündungen unbemerkt über Jahre, oft Jahrzehnte einen immensen Schaden in unserem Körper an und setzen dabei gleichzeitig die Grundlage für zahlreiche Erkrankungen, die der Arzt jedoch nur selten mit diesen noch kaum messbaren Entzündungen in Verbindung bringt.

Um lediglich einige Beispiele für die Krankheiten zu benennen, die mittlerweile mit stummen Entzündungen in Verbindung gebracht werden, handelt es sich u. a. um Herz-Kreislauf-Erkrankungen (inkl. Schlaganfälle), Diabetes, Krebs, Alzheimer, Parkinson, Asthma, rheumatoide Arthritis, Geschwüre, Reizdarmsyndrom etc.

CODEX HUMANUS – BAND IV

1. EINLEITUNG

Against all odds – Fortsetzung folgt!

Leichtfüßig „musikalisch" in diesen nunmehr bereits vierten Band der Buchreihe reingetänzelt, möchte ich

[126] Bob Capelli und Gerald R. Cysewski PhD: Natürliches Astaxanthin – der Stoff der Zukunft, ESOVita Limited, 1. Auflage, 2009, S. 29.

[127] Sears, B. 2005.

anmerken, dass ich meine persönliche Bewertung eines Songs, soweit ich in die frühen Jugendjahre zurückblicken kann, niemals primär vom Klang, Reim oder Rhythmus eines bestimmten musikalischen Stücks abhängig gemacht habe. Trash Musik war noch nie mein Ding, vielmehr präferierte ich schon immer den inhaltlichen Ausdruck des Interpreten, mithin die tatsächlichen Textinhalte, als den entscheidenden Faktor eines Songs, der zunächst aufgrund seiner überzeugenden textlichen Aussagen und erst dann aufgrund des Rhythmus und der Melodie bei mir einen entsprechenden Eindruck hinterlassen konnte, … oder eben auch nicht.

Against All Odds, zu Deutsch: *„Gegen alle Widerstände*", lautete 1981 der Erfolgshit von Phil Collins, m. E. einem der genialsten Musiker des vergangenen Jahrhunderts, der im Übrigen leider seinerseits offensichtlich versäumt hat, sich für bestimmte Natursubstanzen zu interessieren, um dem Verschleiß des strapazierenden Musikerdaseins erfolgreich zu trotzen…

„Against All Odds" oder *„gegen alle Widerstände"*…Exakt so könnte ich den hier vorliegenden Buchband ebenfalls titulieren, wenn er aufgrund der eindeutigen Zugehörigkeit zur gleichnamigen Buchreihe nicht schon einen einschlägigen und erfreulicherweise etablierten Namen hätte, nämlich „*Codex Humanus – Das Buch der Menschlichkeit",* oder in Insiderkreisen kurz auch *„Codex"* genannt.

Throwback…Die Veröffentlichung der dritten Auflage des *Codex Humanus* im März 2020 ging rückblickend seinerzeit mit einer kompletten Überarbeitung der Buchreihe sowie einem weiteren (dritten) Band einher. Dabei betraf die Bearbeitung nicht nur die Inkludierung völlig neuer und gleichsam die Aktualisierung überholter Inhalte an zahlreichen Stellen, sondern die Struktur der zugehörigen Bücher änderte sich gleichsam dahin gehend, dass es ab da möglich sein würde, weitere künftig entstehende Bände des *Codex Humanus* – so auch diesen – einzeln zu erwerben, so wie es uns von etwaigen Lexika her ebenfalls bekannt ist.

Bis zur Fertigstellung des vierten Bandes, den Sie gerade in Ihren Händen halten, ist zugegebenermaßen so einiges passiert. Leider nicht ausschließlich nur Erfreuliches …

So konnte der *Codex Humanus – Das Buch der Menschlichkeit* zu meiner Freude (und auch gewissem Stolz) zum deutschsprachigen Standardwerk der Alternativmedizin avancieren und tatsächlich sogar regelmäßig Platz 1 der Gesamtmedizin belegen (es war mir dabei eine Genugtuung, gewisse „Herrschaften" auf die Plätze zu verweisen!),…

Mit dem Bekanntheits- und Beliebtheitsgrad dieser bewusst stark polarisierenden Buchreihe, die es sich zum Ziel gemacht hat, ihre Leserschaft schonungslos über die wichtigsten Fakten aufzuklären, die es zu den schier unerschöpflichen Themen *„Gesundheit“* und *„Anti-Aging“* gibt, und dabei über den m.E. unabdingbaren Abstecher in die politischen Gefilde sogar über den Tellerrand der üblichen Bücher der Alternativmedizin ein ganzes Stück hinauszuschauen, war es für mich stets nur eine Frage der Zeit, wann sich gewisse „Herrschaften da oben“ davon gestört fühlen und diesem Treiben ein Ende setzen möchten.

Und während ich diese einleitenden Zeilen des Bandes IV tippe, weiß ich noch nicht einmal, ob er jemals veröffentlicht werden wird, da ich mit Spannung auf Reaktion und evtl. neue Aktionen derjenigen süddeutschen Verbraucherzentrale warte, die mich aufgrund vermeintlich irreführender Aussagen (wie könnten schließlich Natursubstanzen zur Heilung beitragen, wenn sie keine Medikamente sind?!) Anfang Februar 2021 verklagt hat und in der Berufung vor dem OLG Hamm im Mai 2022 erwartungsgemäß siegreich den Prozess für sich entscheiden sollte.

Nun gut, man kennt es: *„Das System schützt sich selbst…“*. Da Sie erfreulicherweise Monate später diesen Band in Ihren Händen halten, ist zumindest meine größte Befürchtung bis dato nicht eingetreten. Die Vermittlung unzensierter Informationen zu unserem wichtigsten Gut, der GESUNDHEIT, kann und muss weitergehen … frei nach Phil Collins: *Against All Odds“,* oder aber Freddy Mercury: *„Show must go on!“*

„Überstanden“, so sehr man es sich wünschen würde, wäre wahrscheinlich der falsche Begriff, man darf gespannt sein, was da so als Nächstes folgt…Dies ist auch u.a. der Grund, warum ich für diesen 4ten Band entschieden habe, soviele potenziell „wundersame“ Naturstoffe (doppelt soviele, wie bisher pro Band!), wie irgendwie möglich unterzubringen, bevor dem „von oben“noch ein Riegel vorgeschoben wird….

Mein *„Aha-Wow“*-Erlebnis - das Selbstexperiment

Um die Spannung aber etwas vorwegzunehmen…Wenn Sie mich heute fragen würden, welche einzelne der vielen Anti- und Reverseagingsubstanzen aus meinem persönlichen Einnahmeplan (siehe Anhang „Einnahmepläne von Experten“) in immerhin ca. 10 Jahren Selbstversuchs für mich persönlich am wirksamsten funktioniert hat, weil sie den sichtbarsten und fühlbarsten Effekt hinterlassen hat, so würde ich Ihnen wiefolgt antworten:

Die Kraft der Synergie mehrerer erlesener Wirkstoffe ist m.Ü.n. immer noch extrem relevant!

Sollte ich aber vor der Wahl stehen, nur ein EINZIGES Naturmittel einnehmen zu dürfen, könnte ich mich schwer zwischen Nicotinamid-Mononukleotid (NMN) und H2-Wassser (Wasserstoff-Wasser) entscheiden, wobei ich NMN schon aufgrund der in Studien sensationllen Verdoppelung der Telomere in Blutzellen beim Menschen nach nur 90 Tagen dem Wasserstoff-Wasser knapp den Verzug geben würde…!

Am liebsten würde ich ehrlich gesagt in die Welt schreien wollen:

„Steinigt mich, aber gebt dem Volke NMN, und zwar aufgelöst in Wasserstoff-Wasser…!“

Während ich bereits den nahen „Verwandten“ (beides NAD+ Booster) in Form von liposomalem Nictonamide Riboside zu mir nahm, erreichte mich vor wenigen Monaten eine Whatsapp-Nachricht meines Freundes Shar, der mit mir gemeinsam mit Reverse-Aging experimentiert und im Übrigen Dr.med ist….

Völlig begeistert, fast schon aufgelöst, schrieb er, ich müsse unbedingt das Nicotinamid-Mononukleotid (NMN) mal ausprobieren….Bereits vor wenigen Monaten merkte er mehrmals an, dass er bei dem Nictonamide Riboside keinen Effekt spüre, also hat er das Nahrungsergänzungsmittel gegen NMN ausgetauscht…

Euphorisch berichtete er mir, er habe nach 2 Wochen der Einnahme von NMN einen deutlichen Energieschub verspürt, er schlafe nur noch 6 Std, und selbst nach 24h -Diensten in der Klinik hüpft er fröhlich energiegeladen durch die Gegend, statt wie früher totmüde ins Bett zu fallen…Was sich neben deutlicher Libidosteigerung und einem verstärktem Haarwachstum erfreulicherweise nach ca. 4 Wochen bei ihm offenbarte, war eine deutliche Hautstraffung, die er beim Lächeln bemerkt hat, anhand der nun verschwundenen Falten, die er aber nach eigener Aussage seit ca. 10 Jahren gehabt hätte…

Da mir bewusst war, dass er bei diesen Dingen niemals zum Übertreiben neigt, er ausserdem seit einigen Jahren dieselben Nahrungsergänzungsmittel einnimmt, die ich auch einnehme, hat er mich mit seiner Euphorie angesteckt, und ich beschloss nach Erfahrungsberichten im Internet zu forschen, wie es anderen NMN-Konsumenten so ergangen ist, um erfreulicherweise die Erfahrungen meines Freundes Dr.Shar bestätigt zu bekommen. Lange Rede, kurzer Sinn…:

NMS bestellt, Vorherfotos geknipst, und einen Selbstversuch gestartet…!

Und da Bilder mehr sagen als Worte, hier das Ergebnis nach 12 Wochen:

Bild links (2 Tage vor der Einnahme): Augenbraue hängt tiefer, oberes Augenlid überlappt sich und verdeckt zu ca. 1mm den oberen Rand der Iris, unteres Augenlid hängt etwas (ca. 2mm Abstand zum unteren Rand der Iris), deutliche Falten unter den Augen.

Bild rechts (nach 12 Wochen regelm. Einnahme): Augenbraue durch Hautstraffung höher gerutscht, oberes Augenlid liegt frei (überlappt sich nicht mehr!) und legt den oberen Rand der Iris fast komplett frei, unteres Augenlid hängt im Vergleich zum unteren Rand der Iris weniger (ca. 1mm), Falten unter den Augen stark gemildert.

Man muss natürlich relativierend die unterschiedlichen Lichtverhältnisse auf den beiden Fotos berücksichtigen, aber auch die Tatsache, dass ich verstärkt Wasser (Wasserstoff-Wasser, siehe entsprechendes Kapitel!) zu mir nahm, das die Haut stark hydriert hat, entsprechend Falten geglättet hat! Dennoch der Effekt enorm, sichtbar wie spürbar, finde ich…

Um es etwas auszuführen: Tatsächlich habe ich, wie bereits mein Freund Shar bei sich beobachten konnte, nach ca. 10Tagen bis zwei Wochen einen merklichen Energieschub erfahren, der sich von Tag zu Tag steigerte. Meine Haare und Nägel wachsen seitdem wie verrückt, dies obwohl sie durch die vielen Nahrungsergänzungsmittel, die ich seit Jahren einnehme, ohnehin sehr schnell wuchsen…!

Und auch wenn es schön ist, seine Augenlider wieder in Form zu bekommen und Fältchen zu eliminieren, ist doch dabei aber das Ausschlaggebende, dass es äusserlich lediglich die Gesamtheit dessen widerspiegelt, was im Inneren an den anderen kollagenen Strukturen so passiert sein muss…:

Blutgefäße, Herz und andere Organe, Knorpel, Knochen, Sehnen, Bänder, Zähne…!

Wie lange ist es her, dass meine Augen so aussahen, ich denke mind. 5-10 Jahre…ergo eine biologische Verjüngung um wieviele Monate (Jahre?) nach lediglich 3 Monaten der Einnahme…?!

Lassen Sie uns nicht darüber spekulieren, ich freu mich riesig und bin auf die weiteren Effekte gespannt, die da nach und nach hoffentlich noch kommen mögen…

Was ist da konkret geschehen…? Richtig, das NMN hat den NAD+ Spiegel schlagartig relevant erhöht und damit über Sirtuine unzählige Reparaturprozesse in meinem Körper ausgelöst! Nichts anderes als erfolgreiche Rückabwicklung destruktiver biologischer Prozesse = REVERSE AGING...!!!

Es gibt nichts Gutes, außer man tut es …

…also los…! Ohne uns weiter unnötig in Theorien, Thesen und Spekulationen zu vertiefen, wollen wir in gewohnter Manier direkt in die Themen und damit in die Praxis einsteigen, dies wie immer einleitend mit den bewährten *Wirkstoff-Wirkungstabellen*, bevor wir inhaltlich in die Tiefe gehen.

Wirkstoff-Wirkungstabelle gegen das Covid-Virus („Corona“)

5)

2.18. WIRKSTOFF-WIRKUNGSTABELLE gegen das Covid-Virus *(„Corona“)*			
Natursubstanz	**Band Codex Humanus**	**Antivirale Wirkung gegen Covid/ SARS-CoV-2**	**Studienverweis**
CDL/MMS	Band II	X	1)
Artemisinin	Band IV	X	2)
EGCG (Grüntee)	Band II	X	3)
Vitamin D3	Band III	X	4)
Curcumin	Band I	X	5)
Quercetin	Band IV	X	6)
Melatonin	Band II	X	7)

Verweise:

1) https://www.hilarispublisher.com/abstract/determination-of-the-effectiveness-of-chlorine-dioxide-in-the-treatment-of-covid-19-67319.html

2) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35744958/

3) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34054222/

4) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32768697/https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35057437/

6) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36779438/

7) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37336193/

Wirkstoff-Wirkungstabelle gegen das Post-Vaccine-Syndrom (Impfnebenwirkungen!)

2.19. WIRKSTOFF-WIRKUNGSTABELLE gegen Post-Vac-Syndrom					
Natursubstanz	**Seite**	**Bekämpfung der Entzündungs-mediatoren**	**Bekämpfung des chronischen Müdigkeits-syndroms *(Chronic Fatigue)***	**Anti-thrombo -tische Wirkung *(gegen Blutgerinnsel)***	**Antitumorale Wirkung *(gegen Krebs, „Turbo-Cancer")***
Nattokinase	740	X	X	X	
Bromelain	Band I	X		X	X
Papain	Band I	X		X	X
Omega-3-Fettsäuren	Band II	X	X	X	X
NMN	154	X	X	X	X
Curcumin	Band I	X			X
Weihrauch	465	X			X
Katzenkralle	452	X			
Teufelskralle	432	X			
Artemisinin	647	X			X
Ashwagandha	284	X	X		X
Ginseng	368	X	X		X
Co-Enzym Q10	Band II	X	X		X
Magnesium	Band III	X	X		
Grüntee (EGCG)	Band II	X			X
Sulforaphan	334	X			X
Quercetin	353	X			X
Resveratrol	Band III	X			X
Heilpilze	Band III	X			X

Nicotinamid- Mononukleotid (NMN)

„Nehmen Sie jeden Morgen NMN ein!" – „Was ist NMN?" – „Gute Frage … Vor etwa 20 Jahren entdeckten Lenny Gurente und sein Team eine Reihe von Genen, die das Altern in Hefezellen steuern, genau wie Bier und Hefe in Bier vorkommen und Brot, und diese Gene werden Sirtuine genannt, und es gibt sieben davon in unserem Körper. Und was sie tun, ist, dass sie alle Organismen auf dem Planeten, Pflanzen, Bakterien und Menschen, vor Verfall und Krankheit schützen. Sie sind wie ein Fünfeck, sie spüren, wenn wir hungrig sind, spüren, wenn wir Sport treiben, und sie schicken Truppen, um uns zu verteidigen. Wir können also davon ausgehen, dass diese Gene für die Wirkung von Diäten und körperlicher Betätigung verantwortlich sind. Das ist großartig. Ich meine, wir können diese Moleküle nachahmen. NMN ist eines dieser Moleküle. Was NMN also bewirkt, steigert den NAD-Spiegel des Körpers auf ein jugendliches Niveau."

Interview mit Prof. Dr. David A. Sinclair (Harvard University)

Kaum eine andere Substanz wird so oft als das neue "Wundermittel" gegen die Alterung tituliert und unmittelbar in einem Atemzug mit dem Begriff „Reverse-Aging" genannt, wie Nicotinamid-Mononukleotid, kurz „NMN". Wie Eingangs betont, halte ich selbst diese Substanz für die mit wirkungsvollste existierende Option, wenn nicht gar DIE wirkungsvollste überhaupt, wenn es darum geht, spürbar Energie zu laden und parallel Alterungsanzeichen nicht nur zu trotzen, sondern ebenfalls zurückzuspulen…Gründe genug, das NMN intensiver unter die Lupe zu nehmen…!

Nicotinamid-Mononukleotid („NMN") ist nicht umsonst die aktuell meist dikutierte Natursubstanz in sämtlichen Anti-Aging-Communities und gleichzeitig das erstgenannte Mittel unter allen, die beispielsweise Prof. Sinclair von der Harvard Univerity benennt, wenn er seine eigene Liste von Anti-Aging/Reverse-Aging Wirkstoffen verrät. Ich selbst kann den Energieboost nach wenigen Tagen Einnahme nur bestätigen, wobei in allerlei Foren noch ganz andere „Wunder" berichtet werden, so z.B. wiedereinsetzender Eisprung bei eigentlich bereits älteren Frauen, unglaubliche Kraft- und Ausdauerschübe beim Sport usw…

Wie nicht anders zu erwarten, weil bei extrem wirkungsvollen natürlichen Mitteln mehr die Regel als die Ausnahme, handelt es sich auch bei NMN selbstverständlich nicht um ein offiziell zugelassenes Nahrungsergänzungsmittel! Rein rechtlich betrachtet wird es innerhalb der EU als s.g. „Novel Food" (neuartiges Nahrungsmittel) eingestuft und darf entsprechend nicht als Nahrungsergänzungsmittel in Verkehr gebracht werden. Wir sprechen also hiermit offiziell von einem Stoff für Forschungszwecke und Laboruntersuchungen…

So weit, so eigentlich tatsächlich vielversprechend klingend, nicht wahr? Worüber reden wir aber konkret…?

Wie ich bereits betont habe, kann man das quantitative Vorkommen einer bestimmten Substanz im Organismus als direkten Maßstab für dessen Relevanz, bzw. Wichtigkeit für unsere Gesundheit ansehen.

Nicotinamid-Mononukleotid findet sich als natürliches Molekül in den Zellen sämtlicher Lebewesen. Es zählt zu den Nukleotiden, den grundlegenden Komponenten von RNA und DNA, auf der molekularen Ebene.

Nicotinamid-Mononukleotid (NMN) ist eine bioaktive Nukleotidverbindung, die in der Natur in einigen Lebensmitteln vorkommt, darunter Brokkoli, Avocado, Gurke und Tomaten. Dies selbstverständlich in zu geringen Mengen, um ausschließlich darauf zu setzen…

Es handelt sich bei NMN um einen Vorläufer von Nicotinamid-Adenin-Dinukleotid (NAD+), einem essentiellen Molekül, das in allen lebenden Zellen vorkommt. NAD+ spielt wiederum, wie bereits mehrmals berichtet, eine zentrale Rolle in verschiedenen biologischen Prozessen, einschließlich dem *Energiestoffwechsel*, *DNA-Reparatur*, *Zellalterung* und der *Genexpression*…!

In unserem Organismus trägt NMN zur Biosynthese von NAD+ bei, indem es eine Schlüsselrolle in den Stoffwechselwegen spielt, die NAD+ produzieren.

Im menschlichen Körper ist NAD+ nach Wasser das zweithäufigste Molekül und essentiell für das Leben. Als Coenzym unterstützt NAD+ Enzyme bei ihrer notwendigen Funktion.

Grundsätzlich sehen wir uns, wie Sie im *Codex Humanus* regelmäßig lesen können, mit dem unangenehmen Phänomen konfrontiert, dass die Spiegel ausnahmslos aller Substanzen, die unserer Energieproduktion und -freisetzung dienen, mit fortschreitendem Alter stetig sinken, was letztlich unsere stetige biologische Alterung bedingt, die ihrerseits wiederum die genauso stetige, als „Alterserkrankungen" bezeichnete Zunahme etwaiger sekundärer Krankheiten und Gebrechen nachsich zieht.

Während wir wie selbstverständlich für unser alterndes Auto nach und nach mehr Motoröl vorsehen, um dem Kolbenverschleiß entgegenzuwirken und den für den Automotor tödlichen „Kolbenfresser" zu vermeiden, erachten es nicht mal unsere Ärzte für wichtig, die mit unserem eigenen Alter einhergehenden Substanzverluste in unserem Organismus entsprechend schrittweise mit fortschreitendem Alter ebenfalls auszugleichen…!

Eine vernünftige, menschenbezogene Medizin würde sich exakt darum drehen, die Vitalstoffverluste eines jeden Menschen ab einem bestimmten Alter regelmäßig zu prüfen und auszugleichen, doch während die moderne „Apparatemedizin" durchaus dazu im Stande ist, solche Verluste zu messen, sind die Substanzen, die es dann nachzufüllen gelte, nicht patentierbar und somit für die Pharma nicht von Interesse…Ein

„Manko“, das Jahr für Jahr völlig unnötig nur Leiden verursacht und Abermillionen Menschenleben kostet…!

Es bleibt uns also wohl oder übel nichts anderes übrig, als sich mit Büchern, wie dem *„Codex“* zu bewaffnen, und das „Nachfüllen“ dieser elementaren Substanzen selbst zu übernehmen. Wie ich weiter oben schon schrieb, überschätzen Sie nicht die Intelligenz oder aber das Herz Ihres Arztes, spätestens wenn er Sie von sich aus nicht auf diese Zusammenhänge hinweist. Denn entweder hat er es selbst noch nicht begriffen oder aber ist es ihm schlicht Wurst, weil er sein Geld auf die konventionelle Weise viel besser verdienen kann…Dies kurz also dazu, als treuer „Codex“-Leser merken Sie, dass ich nicht müde werde, immer und immer wieder auf diese elementar wichtigen und gleichzeitig doch so logischen Zusammenhänge hinzuweisen…! Bilder sage oft mehr als Worte: Googeln Sie doch mal spaßeshalber das Foto des Dr. David Sinclair, der Mitte 50 ist und auf NMN&Co schwört, dabei wie ein 30 Jähriger aussieht, und vergleichen Sie ihn mit jedem beliebig anderen Schulmediziner in seinem Alter. Die einzig nachvollziehbare Antwort auf dieses Phänomen kann nur lauten: der Arzt denkt nicht einmal in seinen kühnsten Träumen daran, dass es diese Interventionsmöglichkeiten gegen den Zellverfall („Alterung“) überhaupt gibt, sonst würde er sie selber nehmen, wenn er sie schon seinen Patienten aus bestimmten Gründen vorenthält...!

Da auch die NAD+-Spiegel nachweislich mit dem Alter abnehmen, aber auch im Falle von chronischen Leiden wie Übergewicht, Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, neurodegenerativen Zuständen und Sarkopenie (dem mit dem Alter verbundenen Abbau von Muskelmasse) sinken und mit einer Vielzahl weiterer altersbedingter Erkrankungen sowie mit Stoffwechselstörungen in Verbindung gebracht werden, hat die Forschung zu NMN und anderen NAD+-Vorstufen in den letzten Jahren erheblich zugenommen, als man eben erkannte, dass NMN sehr effizient die besagten NAD+ Spiegel zu boosten versteht!

Studien, sowohl an Tieren als auch in begrenztem Umfang an Menschen, konnten eindrucksvoll nachweisen, dass die Ergänzung mit NMN die NAD+-Spiegel erhöhen kann, was wiederum positive Effekte auf die Energieproduktion, die Zellgesundheit, das Krankheitsaufkommen und logischerweise auch die Langlebigkeit hat.

Doch wie tun sie dieses konkret…?

……

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

Alpha-Ketoglutarat (AKG)

Kommen wir also zum nächsten bemerkenswerten Wirkstoff, den ich aus gutem Grund bereits kurz im Vorwort zum Thema *Reverse-Aging* erwähnt habe: das Alpha-Ketoglutarat, abgekürzt „AKG“.

Was genau ist Alpha-Ketoglutarat?

Alpha-Ketoglutarat (auch als 2-Oxoglutarat bezeichnet) ist ein wichtiges Zwischenprodukt im Krebszyklus, einer Reihe von biochemischen Reaktionen, die in den Mitochondrien von Zellen ablaufen und an der Produktion von Energie (ATP) aus den Makronährstoffen unserer Nahrung, namentlich den Kohlenhydraten, Fetten und Proteinen, beteiligt sind.

Es handelt sich bei Alpha-Ketoglutarat um eine organische Säure und eine Alpha-Ketosäure, die an mehreren Stoffwechselprozessen im Körper beteiligt ist, einschließlich der Produktion von Aminosäuren und Neurotransmittern.

Alpha-Ketoglutarat kann auch als Substrat für Enzyme dienen, die an der DNA- und Proteinsynthese sowie an zellulären Entgiftungsprozessen mitwirken. Wie wichtig Letzteres ist, muss ich an dieser Stelle nicht mehr betonen…

Als Nahrungsergänzungsmittel wird es in Form von Alpha-Ketoglutarat-Salzen angeboten und wurde wie so häufig bereits längst von Sportlern entdeckt, während die Zielgruppe der Gesundheitsbewussten gerade dabei ist, zögerlich die Vorteile des Alpha-Ketoglutorats für sich zu erfahren.

Wollen wir hoffen, dass dieses Buch dazu beitragen kann, es ist es nämlich wert!

….

Reverse- und Anti-Aging:

Die ersten Hinweise auf klare Anti-Aging-Effekte stammen aus einer Studie von 2015 (Chin. R., M., 2015).

AKG verjüngt nach nur sieben Monaten um acht Jahre:

Überwältigende Ergebnisse, die so richtig für "Furore" gesorgt haben und mich hellhörig haben werden lassen, brachte hingegen eine Studie an 42 gesunden Probanden, in der über eine Dauer von sieben Monaten AKG eingenommen wurde, was zu einer unglaublichen biologischen Verjüngung von ganzen acht Jahren führte! (Demidenko, O., 2021).[128]

Da es sich um eine Studie handelt, die alles bisher Dagewesene an Reverse-Aging beim Menschen in den Schatten stellt, wenn natürlich schon aufgrund der geringen Anzahl an Teilnehmern, aber auch aufgrund eingeschränkter Bemessungsgrundlangen, m.E. nicht umfassend repräsentativ, wollen wir uns diese Studie trotzdem etwas näher ansehen:

Die randomisierte, retrospektive Studie mit 42 Teilnehmern, die in der Zeitschrift *"Aging"* veröffentlicht wurde, zeigt, dass "Rejuvant" - ein patentiertes, zeitverzögert freisetzendes Präparat bestehend aus CaAKG (Calcium-Alpha-Ketoglutarat) plus Vitamin A für Männer und Vitamin D für Frauen - das biologische Alter im Durchschnitt um acht Jahre reduziert, nachdem das Nahrungsergänzungsmittel ungefähr sieben Monate lang eingenommen wurde.

Brian Kennedy, PhD, einer der Hauptautoren der Studie und Professor sowie Direktor des Zentrums für gesundes Altern an der National University of Singapore, betonte die bemerkenswerte fast achtjährige Umkehrung des biologischen Alters der Personen, die Rejuvant vier bis zehn Monate lang einnahmen….

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus"

7.SPERMIDIN

[128]Demidenko, O., 2021

„Nächstes Jahr werden alle über Spermidin sprechen. […] Es kann das Herz schützen und die Lebensdauer verlängern, selbst wenn es erst in der Lebensmitte verabreicht wird."

Prof. Dr. David Sinclair, Harvard Medical School, Juni 2021

Spermidin – eine weitere medizinische Sensation bahnt sich ihren Weg.

Man könnte es durchaus als die gefundene berühmte *Nadel im Heuhaufen* bezeichnen, wenn man einerseits um die enormen, jahrzehntelangen Bemühungen der Ärzte, Wissenschaftler und Altersforscher in aller Welt Bescheid weiß, um dem biologischen Alterungsprozess ein Schnippchen zu schlagen, und einem andererseits bewusst wird, dass mit Spermidin neben NMN uns nun evtl. gar DIE stärkste Waffe gegen die Zellalterung des Menschen und die damit einhergehenden Sekundärerkrankungen wie u. a. *Krebs*, *Herz-Kreislauf-Erkrankungen*, *Diabetes*, *Arthrose, Alzheimer, Demenz usw.* frisch vorliegt …
Und ob Sie es glauben oder nicht, waren es primär diese neuen, unfassbar verheißungsvollen Studien und Forschungsarbeiten zum Thema Spermidin, NMN, Fisetin, Wasserstoffwasser & Co, die bei mir für Begeisterung sorgten und mich regelrecht beflügelt haben, nach schlussendlich drei Jahren der Recherche und des Materialsammelns diesen vierten Band des *Codex Humanus – Buch der Menschlichkeit*, den Sie gerade in Ihren Händen halten, zu vollenden und in Verbinung mit anderen phänomenalen Naturheilsubstanzen dieses brisante Wissen darin mit meiner Leserschaft schnellstmöglich zu teilen!

….

Wirkung von Spermidin

Autophagie – Spermidins Schlüssel zum Erfolg

Selbstverständlich stellt sich nach derartigen vielversprechenden Studien sofort als Nächstes die Frage, über welche Mechanismen Spermidin all dies bewerkstelligt.

Die Antwort lautet fast schon unglaublicherweise, dass fast sämtliche positiven Auswirkungen auf unseren Organismus, die mit der Einnahme von Spermidin einhergehen, einem einzigen Mechanismus zugesprochen werden können, nämlich der sog. AUTOPHAGIE, dem dritten Begriff im Bunde, den sich unbedingt zu merken ich Sie bereits im Vorwort dieses Buchs neben den Begriffen „Gerontologie" und „Seneszenz" gebeten habe.

Faktisch fast nur der Autophagie wegen hungern sich zu jedem Zeitpunkt, besonders aber im Frühjahr, Millionen von Menschen in den Industrienationen über einen Zeitraum von 5–21 Tagen freiwillig ab, um

ihrer Gesundheit Gutes zu tun. Richtig, es geht um das allseits bekannte „Heilfasten“.
Mit Spermidin scheint somit phänomenalerweise eine Alternative für das Fasten gefunden worden zu sein …

Was aber ist die Autophagie und was hat sie mit Spermidin gemeinsam?

Abgeleitet aus dem Altgriechischen „auto“ = selbst und „phagus“ = fressen, zusammengesetzt also „sich selbst verzehrend“, beschreibt es sehr passend den Vorgang der Autophagie, die darin besteht, vor allem nach einem kurzen Zeitraum einer Mahlzeitenaussetzung (aber auch beim intensiven Sport und während eines Infekts), in dem der Körper zunächst auf seine Kohlenhydrate und dann auf Fettsäuren und körpereigene Proteine zurückgreift, um faktisch als Nächstes alles Zersetzbare anzuvisieren, das entweder defekt, überflüssig oder gar körperfremd ist.

Perfekterweise „vertilgt“ unser Körper dabei defekte Proteine, gealterte Mitochondrien sowie anderen „Körpermüll“ nicht einfach nur, um ihn wieder auszuscheiden. Vielmehr ist unser Organismus tatsächlich in der Lage, beschädigte oder einfach nur überflüssige Zellbestandteile abzubauen und zum Neuaufbau gesunder Zellen wiederzuverwerten. Faktisch ein perfektes Recyclingsystem!

Die eigentliche Arbeit erledigen dabei die Zelleinheiten mit dem passenden Namen *„Autophagosomen“*. Sie entstehen im Zellplasma und gehören den Membranbläschen einer Zelle an. Während ihrer Arbeit umschließen sie das abzubauende zu recycelnde Objekt und übergeben es einer Verdauungseinheit, dem sog. Lysosom. Dort wird das Objekt zersetzt und verwertbares Material wieder dem Zellplasma zugeführt.

Sollten Sie sich übrigens mal gefragt haben, warum man während einer grippalen Erkältung oder einem Infekt keinen Hunger verspürt, so geschieht dies mit dem Hintergrund, den Menschen zum Fasten zu verleiten, um die Autophagie während eines Infekts zu aktivieren und mit ihrer Hilfe die Krankheitserreger, infizierte und tote Zellen zu entsorgen.

Neben Viren, Bakterien und anderen Pathogenen, defekten Proteinen und Organellen ist die Autophagie in der Lage, ebenfalls schädliche Ablagerungen an den Blutgefäßen und sogar Tumore anzuzapfen, womit wir ebenfalls der „Arteriosklerose“ (siehe auch mein Buch „Medizinskandal Arteriosklersose“) und dem „Krebs“ (siehe mein Buch „Medizinskandal Krebs“) zu Leibe rücken…

Die verrückte „Es gibt keine Schlacken“-Debatte

Im Übrigen heißen dann die Körperschlacken, deren Existenz die konventionelle Medizin bis heute vehement abstreitet (wohl um den Sinn von Entgiftungs- und Entschlackungskuren infrage zu stellen), in deren Fachsprache „falsch gefaltete Proteine“ und „geschädigte Zellorganellen“, deren sich die Autophagie

annimmt, was aber ehrlich gesagt am Ende des Tages nichts anderes ist als was? Genau, ein schlackiger Körpermüll, der aus dem Körper raus muss …

Ein also konsistenziell betrachtet schlacksiger Körpermüll … man könnte auch sagen... Trommel, Trommel….: „Schlacken"…! ;)

Und weil wir dabei von einem praktisch unverzichtbaren Vorgang für das Leben sprechen, betreibt nicht nur der Mensch, sondern jedes höhere Lebewesen – angefangen von einer Pflanze, einem Insekt, Regenwurm, Fisch, Vogel bis hin zum Säugetier – Autophagie, um die eigenen Lebensvorgänge funktionsfähig zu erhalten.

Wie im Vorspann des Buchs erwähnt, funktioniert dieses System bis zum etwa 30. Lebensjahr einwandfrei. Die Autophagie läuft faktisch auf Hochtouren, unsere Haut besitzt jungendliche Spannkraft, unsere Organe sind voll funktionsfähig, Anfälligkeit für Infekte und Krankheiten praktisch Fehlanzeige …
Jenseits der Dreißiger nimmt dies schrittweise ab, nach und nach laufen die Autophagieprozesse langsamer ab, unser körpereigenes Reinigungs- und Recyclingsystem lässt uns schleichend immer mehr im Stich.

Während die Schulmedizin nicht nur nichts von Schlacken, sondern genauso wenig von der einzig logischen Schlussfolgerung hält, dass die Zellalterung funktionell als übergeordnete *(primäre)* Krankheit zu betrachten ist, die selbstredend aufgrund eines stetigen Zellfunktionsnachlassens erst zu den ganzen *(sekundären)* Krankheiten im Alter führt, fanden Wissenschaftler heraus, dass die Einnahme von Spermidin unsere Autophagie-Fähigkeit selbst im hohen Alter noch zu beschleunigen vermag, indem es das Enzym EP300, ein sog. Acetyltransferasen, blockt, das ansonsten seinerseits die Autophagie hemmt – ein wichtiger Teil des von mir bereits im Vorwort dieses Bandes erwähnten „Resets", im Übrigen m. E. der einzige für den Menschen erstrebenswerte „Great Reset".

„Wenn ich mich für den Rest meines Lebens auf ein Ergänzungsmittel beschränken müsste, wäre es Spermidin."
Dr. Elizabeth Yurth, zweifach zertifizierte Ärztin für Medizin, mit Stanford-Praktika

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus"

12.MARIENDISTEL (Silymarin)

©Maryna Osadcha – stock.adobe.com

„Silymarin ist eine der wenigen Verbindungen, die nachweislich die Leberfunktion bei Menschen mit chronischen Lebererkrankungen verbessert."
Dr. Mark Hyman, MD, Experte für funktionelle Medizin und Autor

Stellen Sie sich vor, es gäbe etwas, das nicht nur die Leber schützt, sondern die bereits zerstörten Zellen dieses für uns wichtigsten Stoffwechsel- und Entgiftungsorgans wundersam gar zu regenerieren vermag …

Nein, keine Stammzelltherapie…! Sie werden es schon ahnen – es kann sich selbstverständlich ausschließlich nur um ein Erzeugnis von „Mutter Natur" handeln, da für derartige „Wunder" eine unglaublich komplexe Fülle an Mechanismen erforderlich ist, die aufgrund selbstverständlich fehlender geistiger „Ressourcen" nicht aus Menschenhand stammen kann *(„was Mutter Natur in Abermillionen von Jahren Evolution geschaffen hat, ist der Mensch nicht in der Lage perfekt nachzubauen...!").*

Gemeint ist damit die Mariendistel bzw. Silymarin.

Was aber ist die Mariendistel?

Mariendistel ist eine Pflanze, die in Europa und Teilen Asiens beheimatet ist und seit Jahrhunderten als traditionelles pflanzliches Heilmittel zur Behandlung von Leberproblemen, einschließlich Hepatitis, Zirrhose und Gelbsucht, verwendet wird.

Der Wirkstoff der Mariendistel setzt sich aus einer Gruppe von Flavonoiden namens Silymarin zusammen. Silymarin wiederum ist ein Komplex von Flavonoiden, der *Silybin*, *Silydianin* und *Silychristin* enthält.

Mariendistel und ihre Geschichte

Schauen wir uns einmal mal eine kurze Zusammenfassung der Geschichte der traditionsreichen Mariendistel an, bevor es sehr spannend mit der Wirkung weitergeht …

Antike:

Die Verwendung der Mariendistel kann bis in die antiken Zeiten zurückverfolgt werden. Historischen Aufzeichnungen zufolge wurde die Pflanze bereits von den alten Römern und Griechen geschätzt, während sie in der antiken griechischen Medizin zur Behandlung von Lebererkrankungen und Verdauungsproblemen eingesetzt wurde.

Mittelalter:

Während des Mittelalters wurde die Mariendistel im europäischen Raum häufig für ihre medizinischen Eigenschaften genutzt. Insbesondere auch da wurde sie als Mittel zur Unterstützung der Lebergesundheit und bei Verdauungsbeschwerden verwendet.

Legenden und religiöse Verbindung:

Der Name „Mariendistel" geht auf eine Legende zurück, die besagt, dass die weißen Flecken auf den Blättern der Pflanze von Marias Milch stammen, als sie während der Flucht nach Ägypten ihr Kind Jesus stillte. Diese Verbindung zur religiösen Ikonographie führte zum Namen *„Mariendistel"*.

Traditionelle medizinische Anwendung:

Im Laufe der Jahrhunderte wurde die Mariendistel in verschiedenen Kulturen und Gebieten kultiviert und für eine Vielzahl von Beschwerden eingesetzt. In der traditionellen Medizin wurde sie wie gesagt primär zur Unterstützung der Lebergesundheit, bei Verdauungsproblemen, Gelbsucht und anderen Lebererkrankungen verwendet.

Wiederentdeckung in der modernen Zeit:

Obwohl die Verwendung der Mariendistel in der traditionellen Medizin kontinuierlich vorhanden war, erlebte die Pflanze eine erneute Aufmerksamkeit in der modernen wissenschaftlichen Forschung.

In den vergangenen Jahrzehnten wurden zahlreiche Studien durchgeführt, um die bioaktiven Verbindungen in der Mariendistel, insbesondere des Flavonoidkomplexes Silymarin, und ihre möglichen gesundheitlichen Vorteile zu untersuchen. Gerade aber die Entdeckung, dass die Mariendistel imstande ist, zerstörte Leberzellen zu regenerieren, verlieh ihr Popularität und –dies zu Recht – einen enormen Aufschwung!

Aktuelle Anwendung:

Heute wird die Mariendistel in vielen Teilen der Welt als Nahrungsergänzungsmittel und pflanzliches Heilmittel für die Unterstützung der Lebergesundheit verwendet.

Silymarin, das Hauptwirkstoffkomplex der Mariendistel, wird dabei oft zur Behandlung von Lebererkrankungen, einschließlich Leberzirrhose und Leberentzündung, eingesetzt.

Eine hochinteressante Frage stellt sich natürlich:

Wie schützt und regeneriert sie unsere Leber?

Silymarin ist wie gesagt der Hauptwirkstoff bzw. Wirkstoffkomplex der Mariendistel und verantwortlich für ihre potenziellen gesundheitlichen Vorteile. Es verfügt über antioxidative und entzündungshemmende Eigenschaften und schützt die Leber, indem es das Eindringen schädlicher Toxine verhindert und die Regeneration von Leberzellen fördert.
Bereits ein effektiver Schutz vor freien Radikalen und Entzündungen lässt natürlich auf ein weites Spektrum an Indikationen schließen. Darüber hinaus hat die Forschung gezeigt, dass Silymarin mehrere potenzielle gesundheitliche Vorteile bietet, darunter u. a. die Senkung des Cholesterinspiegels und die Verbesserung der Insulinsensitivität.

Schauen wir es uns aber gemeinsam mal genauer an …

Wirkung von Mariendistel (Silymarin)

Unterstützung der Lebergesundheit:

Sowohl in Studien als auch im Therapiealltag konnte Silymarin unter Beweis stellen, dass es die Leberzellen vor Schäden durch Toxine und freie Radikale schützt, die Regeneration von Leberzellen fördert und die Leberfunktion verbessert.

Infolgedessen kann Mariendistel bei der Behandlung von Lebererkrankungen wie *Zirrhose*, *Hepatitis* und *Fettlebererkrankungen* mehr als hilfreich sein, oder um es etwas drastischer auszudrücken:
Es degradiert jeden Gastroenterologen und Hepatologen zu einem Laien, der bei Leberproblemen nicht automatisch an Silymarin denkt!

Mariendistel bzw. ihr Wirkstoff „Silymarin“ kann aber, wie erwähnt, noch viel mehr. Sehen wir es uns an:

Senkung des Cholesterinspiegels:

Einige Studien deuten darauf hin, dass Silymarin helfen kann, den Cholesterinspiegel zu senken, indem es die Aufnahme von Cholesterin im Darm verringert und den Abbau von LDL oder „schlechtem“ Cholesterin in der Leber erhöht.

Reduzierung von Entzündungen:

Silymarin hat nachweislich entzündungshemmende Eigenschaften, die helfen können, Entzündungen im ganzen Körper zu reduzieren. Die Betonung liegt hierbei wohlgemerkt auf *im ganzen Körper*.
Silymarin kann ergo ebenfalls für Menschen mit Erkrankungen wie rheumatoider Arthritis, Asthma, entzündlichen Darmerkrankungen etc. ein Gamechanger sein!

Unterstützung der Herzgesundheit:

Silymarin kann helfen, oxidativen Stress und wie erwähnt Entzündungen im Körper zu reduzieren, die zur Entstehung von Herzerkrankungen beitragen können. Es kann auch helfen, den Cholesterinspiegel zu senken und die Insulinsensitivität zu verbessern, die beide wichtig für die Aufrechterhaltung der Herzgesundheit sind.

Unterstützung der Gesundheit des Gehirns:

Einige Studien zeigen, dass Silymarin neuroprotektive Eigenschaften besitzt, die für die Gesundheit des Gehirns von Vorteil sind. Es kann helfen, Entzündungen und oxidativen Stress im Gehirn zu reduzieren, von denen man ebenfalls mittlerweile weiß, dass sie zur Entwicklung von Erkrankungen wie der Alzheimer-Krankheit und der Parkinson-Krankheit beitragen.

Wie konkret schützt und regeneriert Mariendistel bzw. Silymarin die Leber genau?

Mariendistel und ihr Wirkstoff Silymarin haben nachweislich mehrere leberschützende Mechanismen, die helfen können, Leberzellen zu schützen und zu regenerieren. Es folgen einige Möglichkeiten, wie

Mariendistel und Silymarin wirken können:

Antioxidative Eigenschaften:

Die besagten starken antioxidativen Eigenschaften von Silymarin schützen vor freien Radikalen im Körper, die u. a. auch die Leberzellen schädigen. Durch die Neutralisierung dieser freien Radikale kann Silymarin helfen, Leberzellen vor Schäden zu schützen.

Entzündungshemmende Eigenschaften:

Silymarins entzündungshemmende Eigenschaften können Entzündungen in der Leber reduzieren. Chronische Entzündungen können umgekehrt Leberzellen schädigen und zur Entstehung von Lebererkrankungen wie Leberzirrhose und Hepatitis beitragen.

Inhibition der Fibrogenese:

Silymarin kann die Fibrogenese in der Leber hemmen, den Prozess, der zu Narbenbildung und Fibrose führt. Es kann die Aktivität von Sternzellen in der Leber reduzieren, die für die Produktion von Fibrose verantwortlich sind.

Stimulation des Gallenflusses:

Silymarin wird nachgesagt, dass es cholagog wirkt, also den Gallenfluss stimuliert, was die Leberfunktion unterstützt und die Ausscheidung von Toxinen fördert.

Toxinblockierung:

Silymarin kann helfen, den Eintritt von Toxinen in Leberzellen zu blockieren. Es kann als Barriere wirken, die Giftstoffe daran hindert, die Zellmembran zu passieren, was dazu beitragen kann, Leberzellen vor Schäden zu schützen.

Regeneration der Leberzellen:

Silymarin fördert nachweislich die Regeneration der Leberzellen. Es kann die Produktion neuer Leberzellen anregen, die beschädigte Zellen ersetzen und die Leberfunktion verbessern können.

Die Regeneration der Leberzellen erfolgt vorwiegend über die folgenden beiden Mechanismen:

a) ***Stimulation der Proteinsynthese:***
Silymarin fördert die Proteinsynthese in den Leberzellen, was zur Regeneration und Reparatur der Leber beiträgt, indem es hilft, neue Leberzellen zu bilden und beschädigte Zellen zu ersetzen.

b) ***Stabilisierung der Zellmembranen:***

Silymarin kann dazu beitragen, die Membranen der Leberzellen zu stabilisieren, was die Zellen resistenter gegenüber toxischen Substanzen und pathologischen Veränderungen macht.

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

17.JIAOGULAN

Jiaogulan – ein weiterer Zungenbrecher, mit dem ich Sie konfrontieren, aber ganz bestimmt nicht ärgern möchte … ganz im Gegenteil!

Was mich an Jiaogulan besonders begeistert, ist die Tatsache, dass es als „ganzes“ Kraut offensichtlich all die biochemischen Mechanismen ebenfalls abspult, die die so wichtigen NMN, AKG, Spermidin usw. in ihrer isolierten Form bieten!

Gerade also für Menschen, die Isolaten (Substanzen also, die aus ihrer natürlichen Umgebung extrahiert und gereinigt wurden) gegenüber sehr skeptisch eingestellt sind und/oder nicht über das nötige Geld verfügen, bietet sich hier eine tolle Alternative an, deren Name „Kraut der Unsterblichkeit“ ja bereits für sich spricht…!

Worüber reden wir?

Wenigen Fachexperten auch unter dem Fachbegriff *Gynostemma pentaphyllum* bekannt, handelt es sich bei Jiaogulan um eine krautige Kletterpflanze, die in China, Südostasien und anderen Teilen Asiens beheimatet ist. Es wird seit Jahrhunderten in der Traditionellen Chinesischen Medizin verwendet und natürlich nicht nur wegen seiner gesundheitlichen Vorteile sehr vielversprechend auch als ***„Kraut der Unsterblichkeit“***

bezeichnet…

Eine mehr als verheißungsvolle Bezeichnung, die auf die besagten Mechanismen und darauf zurückzuführen ist, dass Jiaogulan nicht nur über adaptogene Eigenschaften verfügt, was bedeutet, dass es dem Körper helfen kann, sich an Stress anzupassen und die allgemeine Gesundheit sowie das Wohlbefinden zu verbessern, wobei uns allen bewusst ist, welche Auswirkung Stress auf unsere Lebenserwartung hat…

Vielmehr überzeugten mich persönlich die Studien an der RNA-Sequenzierung, die besagten, dass G. pentaphyllum (Jiaogulan) die beteiligten Gene hochregulieren konnte in den Signalwegen oxidative Phosphorylierung (OXPHOS) und Sirtuin (SIRT), was ein Hinweis darauf ist, dass seine Wirkung bei der Förderung der Lebensfähigkeit der Zellen u.a. wohl auf die Rolle der Verbesserung der Mitochondrienfunktionen zurückzuführen ist.

Davon abgesehen scheint es auf die Signalwege der Telomere und Telomerase, PPAR-α, GLUTs, FOXO1, Caspase-3, Bcl-2 sowie SIRT1/AMPK, PI3K/Akt, NF-κB und Insulin/Insulin-like Growth Factor-1 Einfluss zu nehmen (siehe Details unter „Studien“).

Für diejenigen, die die in diesem Buch beschriebenen „Stellschrauben“ an der biologischen Alterung lieber per eine einzelne Pflanze bedienen möchten, scheinen diese womöglich mit Jiaogulan einen Weg dazu gefunden zu haben…!

Jiaogulan verfügt darüber hinaus über ausgeprägte antioxidative und entzündungshemmende Wirkungen und kann, abgesehen von Alterungsprophylaxe, dazu beitragen, den Cholesterinspiegel zu senken und die kardiovaskuläre Gesundheit zu verbessern. Studien deuten darauf hin, dass Jiaogulan zudem krebshemmende Wirkungen aufweist.[129]

Weitere potenzielle Vorteile von Jiaogulan sind u. a. die Verbesserung der kognitiven Funktion, die Verringerung von Angstzuständen und Depressionen sowie die Verbesserung der Schlafqualität, Vorzüge, die wir bereits von anderen Adaptogenen aus dem „Codex Humanus“ kennen und alles Gründe, um Jiaogulan näher unter die Lupe zu nehmen…

Jiaogulan ist in verschiedenen Formen erhältlich, u. a. als Tee, Nahrungsergänzungsmittel oder Kräuterextrakt, nun aber zunächst zu dessen botanischen Daten….
Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

[129]https://cmjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13020-016-0114-9

29.NATTOKINASE

Eine faszinierende Natursubstanz rettet unsere Endothelzellen…!

Was sich zunächst für manch einen nach einer geheimnisvollen Militäroperation mit einem kleinen Schreibfehler anhören mag, entpuppt sich bei näherem Hinsehen in Wirklichkeit als ein sehr vielversprechendes Enzym, das für die Qualität unseres Blutes und unserer Blutgefäße so viel tun kann, dass es über Leben und Tod zu entscheiden vermag und spätestens daher unbedingt in den *Codex Humanus* gehört!

Die Relevanz dieses fundamental unfassbar wichtigen Stoffs wird einem deutlich, wenn man bedenkt, dass wir aus Billionen von Zellen bestehen und all diese Zellen auf die Sauerstoff- und Nährstoffversorgung sowie den Abtransport schädlicher Substanzen angewiesen sind, die zumeist innerhalb des Stoffwechsels anfallen.

Die besagte Nähr- und Sauerstoffversorgung und der Abtransport schädlicher Substanzen geschehen dabei für jede einzelne Zelle über unsere kleinsten Blutgefäße, konkret die Arteriolen und Mikrokapillaren, die mit der Zeit aufgrund von Ablagerungen verstopfen und nach und nach ihre Funktion einbüßen, was schleichend einhergeht mit dem Zelluntergang sowie den damit eng verknüpften unzähligen Missständen und Erkrankungen – bis hin zum Tod. So wird nach wie vor offiziell die Todesursache Nr.1[130] tatsächlich diesen verstopften und degenerierten Blutgefäßen!

Mit Nattokinase steht uns eine Natursubstanz zur Verfügung, die wie keine andere bekannte Substanz nicht nur den oben genannten Veränderungen an unserem Gefäßsystem vorbeugt, sondern gar in der Lage ist, bereits bestehende Blutgefäßablagerungen wieder aufzulösen, damit potenziell für mehr Vitalität zu sorgen, unzähligen Beschwerden sowie Erkrankungen zu trotzen und gar Leben zu retten.

Nicht nur, aber gerade für diejenigen, die nach der Impfung an *Post-Vaccine-Syndrom* erkrankt sind und kardiovaskuläre Probleme aufweisen, kann Nattokinase der ersehnte Gamechanger sein…!

Was aber genau ist Nattokinase?

Nattokinase ist ein Enzym, das aus Natto gewonnen, einem traditionellen und damit harmlosen japanischen Lebensmittel, das aus fermentierten Sojabohnen hergestellt wird. Die Geschichte der Nattokinase ist eng mit der Geschichte des Natto verbunden, das in Japan seit über tausend Jahren

[130] https://www.presseportal.de/pm/30303/3533505

konsumiert wird (Letzteres spielt eine wichtige Rolle in der Einschätzung möglicher Nebenwirkungen, die man damit eher ausschließen kann!).

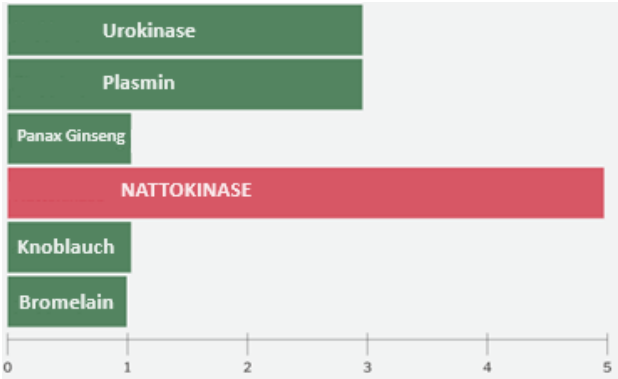
…..

Was kann Nattokinase konkret für uns tun?

Wie bereits kurz dargelegt, ist Nattokinase für seine fibrinolytische Aktivität bekannt, was bedeutet, dass es bei der Auflösung von Blutgerinnseln helfen kann.

Während also thrombotische Veränderungen zur Verklumpung des Bluts führen können, schlimmstenfalls zu tödlichen Ereignissen wie *Schlaganfall* (Arterie zum Hirn durch Blutgerinnsel verstopft), *Herzinfarkt* (Herzarterie durch Blutgerinnsel verstopft) und *Lungenembolien* sowie *Venenthrombosen* führen können und sich zusätzlich Entzündungen am Endothel dazugesellen, wie dies beim *Post-Vac-Syndrom* nach der Impfung beobachtet wurde, ist offensichtlich Nattokinase wie kein anderes weltweit bekanntes Mittel in der Lage, diese gefürchteten Blutgerinnsel wieder abzubauen bzw. erst gar nicht entstehen zu lassen…

Schauen wir uns das erstaunliche Wirkungspotenzial von Nattokinase im Vergleich zu anderen bekannten antithrombotisch wirkenden (Blutgerinnsel auflösenden) Mitteln einmal an:



Quelle:

Focus, Allergy Research Group Newsletter: Nattokinase-aktuelle klinische Berichte bestätigen ihre Sicherheit und Wirksamkeit (November 2008, deutsche Ausgabe)

Erklärung zur oberen Grafik:

Zu Testzwecken hat man die fünf bewährtesten Antithrombotika der Nattokinase gegenübergestellt.

Wie Sie dem oberen Balkendiagramm ersehen können, schlägt Nattokinase mit deutlichem Abstand alle verglichenen Substanzen um ein Vielfaches, sogar das Medikament *Urokinase*, das zur Behandlung von Herzinfarkt, Lungenembolie und sonstigen thrombotischen Gefäßverschlüssen eingesetzt wurde.

Selbst Bromelain, von dem der berühmte Dr. Hans Nieper mal sagte, es wäre ein *„Rohrreiniger"* für unsere Blutgefäße, wird in dieser Disziplin um sagenfach das Fünffache geschlagen (siehe Kapitel „Bromelain" im *Codex Humanus*, Band I).

Wirkung von Nattokinase

Vorbeugung von Blutgerinnseln:

Blutgerinnsel können zu schwerwiegenden Erkrankungen wie tiefer Venenthrombose, Lungenembolie, Herzinfarkt und Schlaganfall (siehe bei Interesse auch mein Buch „Medizinskandal Schlaganfall") führen.

Auf den Punkt gebracht, kann Nattokinase dabei helfen, die Bildung dieser gefährlichen Blutgerinnsel zu verhindern. Während falsche Ernährung, Genussmittel und bestimmte Medikamente und Impfungen in ihrer pharmazeutischen Funktion jeden einzelnen Tag stetig die Gerinnung des Blutes erhöhen können, ist regelmäßig eingenommenes Nattokinase in entsprechender Dosierung in der Lage, exakt hier dagegen anzuarbeiten und (nicht nur beim Post-Vaccine-Syndrom) Schlimmstes zu verhindern!

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus"

34.BOR/BORAX

Was ist Borax?

Keinesfalls mit Botox oder mit der Hauptfigur des ähnlich klingenden, dem Genre „Komödie" zuzuweisenden Kinokassenschlagers *„Borat"* zu verwechseln, handelt es sich bei Borax um eine höchst interessante, ja geradezu brisante Substanz, wie Sie im Weiteren lesen können …

Sollten Sie als Hinweis jedoch trotz phänomenaler Berichte unzähliger Therapeuten und Nutzer zur Wirkung von Borax u.a. bei Arthrose, Arthritis, Knochenabbau (Osteoporose), Alzheimer-Demenz, Wechseljahresbeschwerden, Pilzerkrankungen, Neurodermitis und sogar Krebs noch nichts davon gehört haben, so liegt dies vermutlich schlicht und ergreifend daran, dass Borax weder innerhalb der EU noch der USA als Nahrungsergänzungsmittel zugelassen und für Endverbraucher allenfalls als chemisches „Haushaltsmittel" zu erwerben ist. Aktuellen Infos zufolge will man selbst dies aber verbieten….Kommt Ihnen dies bekannt vor..?!

Richtig, hier sehen wir nichts anderes als direkte Parallele zu dem beispielsweise reichlich vom Mainstream diskreditierten, ich korrigiere mich, regelrecht bekämpften CLD (Chlordioxid) bzw. MMS (siehe *Codex Humanus*, Band II), oder aber dem DMSO (siehe *Codex Humanus*, Band III), oder auch Artemisinin (siehe aktueller Band!) usw…

Herzlich willkommen im *Codex-Humanus-Club der diskreditierten Heilmittel*, möchte man fröhlich dem Borax zurufen, ja, wenn es nicht so traurig wäre …

Wenn Sie meine Bücher (Buchreihe *Medizinskandale, Shop: www.vitaminum.net*) kennen, dann wissen Sie, dass ich aufgrund einschlägiger Erfahrungen einhergehend mit fundierter Recherche stets dazu rate, die Ohren gerade besonders dann zu spitzen und Augen weit aufzureißen, wenn einzelne Substanzen, die seitens der alternativen Medizin regelrecht angepriesen werden, vom Mainstream, der Schulmedizin und staatlichen Organen diffamiert, verunglimpft, diskreditiert, verleumdet und zu guter Letzt sogar verboten werden!

Wie bereits in meinem Buch „*Medizinskandal Krebs*" im entsprechenden Kapitel erwähnt, habe ich seinerzeit beim Kampf gegen den Krebs meiner Mutter aufgrund einschlägiger Erfahrungen gerade denjenigen Therapeuten (und deren Therapien) meine größte Aufmerksamkeit gewidmet, die verfolgt, des Landes verwiesen oder gar eingesperrt wurden, weil sie es gewagt haben, Menschen mit vermeintlich (aus Sicht des herrschenden medizinischen Establishments) unwirksamen bis giftigen Mitteln von tödlichen Krankheiten wie etwa Krebs zu heilen.

Unser Dank für diesen unerschütterlichen Kampf für die Menschheit gegen jeglichen Widerstand gebührt an dieser Stelle u. a. Dr. Issels, Dr. Hamer, Dr. Rath, Jim Humble und anderen Kollegen … mögen mir diejenigen verzeihen, die ich nicht gelistet habe, es sind sicherlich so einige …

Doch zurück zu Bor bzw. Borax. Worum handelt es sich konkret?

….

Schauen wir uns aber die besagten gesundheitlichen Vorteile mal etwas genauer an …

Allgemeine Wirkung von Bor stichpunktartig

- Aktivierung des Vitamin D (Knochengesundheit)
- entzündungshemmend
- krebshemmend
- antimykotisch (gegen Pilze)
- unterstützt die Wundheilung
- Erhöhung des Testosteronspiegels beim Mann und des Östrogenspiegels bei der Frau in den Wechseljahren
- optimiert die Aufnahme von Magnesium und Calcium

Borax und Borsäure zeichnen sich durch ihre starke desinfizierende Wirkung aus, die besonders gegen Pilze und Viren effektiv ist, wobei ihre antibakterielle Wirkung eher gering ausfällt. In der Biologie von Pflanzen und Tieren spielt Bor eine entscheidende Rolle für die Stabilität und Funktionsfähigkeit von Zellwänden und die Signalübertragung durch Zellmembranen.

- Im menschlichen Körper wird Bor weit verteilt und in hohen Konzentrationen in den Nebenschilddrüsen gespeichert, gefolgt von Knochen und dem Zahnschmelz. Es ist essenziell für die Gesundheit von Knochen und Gelenken. Bor beeinflusst die Nebenschilddrüsen, indem es die Aufnahme und den Metabolismus von Kalzium, Magnesium und Phosphor steuert, ähnlich der Bedeutung von Jod für die Schilddrüse.
- Ein Mangel an Bor kann zu einer Hyperaktivität der Nebenschilddrüsen führen, was eine übermäßige Ausschüttung ihres Hormons zur Folge hat. Dieses Hormon mobilisiert Kalzium aus Knochen und Zähnen, erhöht den Kalziumspiegel im Blut und kann zu Gelenkarthrose, verschiedenen Formen von Arthritis, Osteoporose und Zahnschäden führen. Im Alter können hohe Kalziumwerte zu Verkalkungen im Weichgewebe führen, was Muskelverspannungen und Gelenksteifigkeit nach sich zieht. Des Weiteren kann es zur Verkalkung der Arterien und Hormondrüsen, insbesondere der Zirbeldrüse und der Eierstöcke, sowie zu Nierensteinen und Nierenverkalkung kommen, die schließlich in Nierenversagen münden können. Ein Mangel an Bor und Magnesium wirkt sich besonders negativ auf Knochen und Zähne aus.
- Bor beeinflusst zudem den Stoffwechsel von Steroidhormonen, vor allem der Sexualhormone, erhöht den Testosteronspiegel bei Männern und den Östrogenspiegel bei Frauen in den Wechseljahren. Es unterstützt auch die Umwandlung von Vitamin D in seine aktive Form und fördert die Einlagerung von Kalzium in Knochen und Zähnen. Zusätzlich wird von weiteren positiven Effekten berichtet, darunter Verbesserungen bei Herzproblemen und Schuppenflechte, sowie eine Stärkung der Sehkraft, des Gleichgewichtssinns, des Gedächtnisses und der kognitiven Leistung.
- Der deutsche Krebsforscher Dr. Paul-Gerhard Seeger hat festgestellt, dass Krebserkrankungen oft mit einem Verfall der Zellmembranen beginnen. Da Bor eine wichtige Rolle für die Zellmembranfunktion spielt, könnte der verbreitete Bormangel heute ein signifikanter Faktor für das Tumorwachstum sein. Borverbindungen haben zudem tumorhemmende Eigenschaften und sind effektive Mittel gegen Osteoporose und Entzündungen. Sie wirken blutfettsenkend, gerinnungshemmend und verhindern Gewebsdegenerationen.[131]

Spezielle Wirkung von Bor

Stichpunktartig kann Bor u.a. gegen die folgenden Krankheiten und Beschwerden helfen:

- Arthritis u. Rheuma
- Arthrose
- Osteoporose

[131] https://www.dr-minas.de/tl_files/Downloads/Boraxverschwoerung.pdf

- Candida-Infektionen
- Hormonelle Ungleichgewichte
- Mangel an Mineralstoffen (als Nahrungsergänzung)
- Hauterkrankungen wie Psoriasis und Ekzeme (auch äußerliche Anwendung)
- Entzündliche Erkrankungen
- Knochendichte und -gesundheit verbessern
- Unterstützung der Wundheilung (äußerliche Anwendung)

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

….

37. WASSERSTOFF-THERAPIE

„Unser Körper kennt wirklich nur einen Treibstoff, den Wasserstoff…!“

(Albert von Szent-György, Nobelpreisträger und Erfinder des Vitamin C)

Was meint Alber von Szent-György mit dieser zunächst sehr gewöhnungsbedürftigen Aussage und welche Rolle spielen dann unsere klassischen Energielieferanten, die wir mit der Nahrung aufnehmen, so Kohlenhydrate und Fettsäuren dabei?

Die Aussage „Unser Körper kennt wirklich nur einen Treibstoff, den Wasserstoff!“ bezieht sich auf die biochemische Realität, dass der fundamentale Energielieferant auf zellulärer Ebene tatsächlich der Wasserstoff ist.

Wenn wir beim Essen Kohlenhydrate und Fette aufnehmen, zerlegt unser Körper diese Nährstoffe in kleinere Teile. Dabei werden Elektronen freigesetzt, die hauptsächlich von Wasserstoffatomen stammen.

Diese Elektronen werden von speziellen Molekülen, NAD+ und FAD, aufgenommen, die sich dadurch in NADH und FADH2 verwandeln. Diese Moleküle tragen wiederum die Elektronen zu den Mitochondrien, den Energiezentralen unserer Zellen. In den Mitochondrien bewegen sich die Elektronen entlang einer Kette von weiteren Molekülen. Während sie sich bewegen, setzen sie Energie frei. Diese Energie wird genutzt, um Protonen, die auch aus Wasserstoffatomen stammen, auf die andere Seite einer speziellen Membran in den Mitochondrien zu pumpen. Das Erzeugen dieses Protonenunterschieds über die Membran hilft bei der Bildung eines "Protonengradienten", einer Art Energieladung. Diese gespeicherte Energie im Protonengradienten wird dann verwendet, um ATP zu erzeugen. ATP ist eine

Art Energiespeicher, den die Zellen für alle möglichen Aktivitäten nutzen können. Die Protonen fließen durch ein Enzym namens ATP-Synthase zurück, wobei ATP aus ADP gebildet wird. Auf diese Weise hilft der Wasserstoff – in Form von Elektronen und Protonen – dabei, die Energie zu liefern, die unsere Zellen brauchen, um zu funktionieren.

Dieser Prozess demonstriert, wie essenziell Wasserstoff in der Energiegewinnung und -nutzung auf zellulärer Ebene ist und stellt zugleich die grundlegende Frage in den Raum:

Warum ergänzen wir unsere tägliche Nahrungsaufnahme nicht gleich direkt mit dem Wasserstoff in Form von Wasserstoff-Wasser (H2), zumal dieses, wie Sie noch lesen werden, weitere unglaubliche gesundheitliche Vorteile mitsich bringt…?!

Gleichzeitig dämmt Wasserstoff sehr effektiv entzündliche Prozesse und neutralisiert die aggressivsten freien Radikale wie kein anderer Stoff…Bereits 200 Milliliter Wasserstoff-Wasser verfügt über die gleiche Menge an Antioxidantien wie zehn gepresste Zitronen.[132] Dies kann man sich sehr vereinfacht so vorstellen, dass man das Trinkwasser über die Wasserstoffanreicherung mit den Elektronen auffüllt, auf die sich dann die gefressigen freien Radikale stürzen und somit gesättigt unseren Zellen keine Elektronen mehr rauben…!

Während wir uns dem Ende dieses nunmehr vierten Codex-Bandes nähern, möchte ich Ihnen zum Dank dafür, dass Sie mir geistig bis hierher gefolgt sind und mir damit Ihre wertvolle Zeit geschenkt haben, zum Abschluss dieses vierten Bandes außer der Reihe eine, wie ich finde, geradezu sensationelle, sehr neuartige Nicht-Supplement- und dennoch molekulare Therapie vorstellen.

Und wo wir beim Thema „Zeit verschenken" wären, verspreche ich Ihnen, dass Sie mit dieser noch sehr neuen und bis dato recht unbekannten Therapieform einer völlig anderen Dimension einen großen Batzen an (Lebens-)Zeit, aber auch Lebensqualität zurückgewinnen werden – nachgewiesen durch Studien, von denen Sie zugleich erfahren werden….

So viel muss man wissen, es gibt faktisch nicht nur Feststoffe, die es wert sind, ihnen unsere volle Aufmerksamkeit zu widmen, sondern auch Gase – in diesem Fall ganz besondere Gase…!

Spannend wird es, wenn man bedenkt, dass es sich auch noch tatsächlich um den Stoff handelt, der in unserem Universum am aller häufigsten vorkommt: den WASSERSTOFF (H2) !

Gleichzeitig handelt es sich um das kleinste und leichteste existierende Molekül überhaupt, so findet sich Wasserstoff 10min nach der Einnahme des H2-Wassers, in jeder einzelnen unserer Zellen[133], wo es seine schützende und regenerative Arbeit verrichten kann!

Wasserstoff macht etwa 75% der gesamten s.g. „baryonischen" (normalen) Materie im Universum nach Masse aus und etwa sage und schreibe 90% nach Anzahl der Atome. Diese Dominanz von Wasserstoff im

[132] https://www.handelsblatt.com/adv/firmen/wasserstoff-wasser.html

[133] Prof. Dr. Peter C. Dartsch: „Wasserstoff-Wasser wissenschaftlich geprüft." https://www.youtube.com/watch?v=7_4enZpsA7k

Universum ist ein Ergebnis der Prozesse, die während des Urknalls stattfanden, bei dem Wasserstoff zusammen mit Helium und Spuren von Lithium und Beryllium in den ersten Minuten nach dem Urknall gebildet wurde.

Für diejenigen, die sich ebenfalls gerne mit Esoterik beschäftigen und darin die ganzheitliche Verbindung zu unserer Gesundheit suchen: Wasserstoff spielt eine zentrale Rolle in der Astrophysik, da er der Grundbaustein für die Bildung von Sternen und Galaxien ist. Im Kern von Sternen fusioniert Wasserstoff unter extremen Druck- und Temperaturbedingungen zu Helium, ein Prozess, der Energie in Form von Licht und Wärme freisetzt und somit das Universum erleuchtet.

Bereits vor dem Hintergrund dieser Fakten also ein sehr spannender Stoff, von dem womöglich mehr zu erwarten ist, als von jedem anderen…Steigen wir ein:

Worüber reden wir konkret?

Die Wasserstofftherapie bezieht sich selbstredend auf die medizinische oder therapeutische, bei gesunden Menschen präventive Anwendung von molekularem Wasserstoff (H2). Molekularer Wasserstoff hat in den letzten Jahren in der medizinischen Forschung aufgrund seiner potenziellen antioxidativen, entzündungshemmenden und zellschützenden Eigenschaften Aufmerksamkeit erregt, exakt also den Aspekten, um die es sich vordergründig im „Codex Humanus“ dreht.

Wasserstofftherapie – die Wirkung

Welche gesundheitlichen Vorteile bietet uns H2-Therapie?

Die allgemeine Wirkung von Wasserstoff-Wasser:

Wasserstoff-Wasser ist in seiner Eigenschaft vor allem:

- antioxidativ,
- entzündungshemmend,
- entsäuernd,
- entgiftend,
- Energie anhebend,
- zellverjüngend,
- neuroprotektiv (schützt Nervenzellen),
- antidiabetisch,
- antiallergisch

Dass sich aus diesen acht Eigenschaften therapeutisch faktisch eine Brücke zu so ziemlich JEDER Erkrankung schlagen lässt, versteht spätestens jeder, der die *Codex-Reihe* bishierher verfolgt hat…Schauen wir uns aber die spezielle Wirkung etwas genauer an, wobei wir aufgrund der Fülle an Krankheiten und Krankheitszuständen natürlich nur die wichtigsten Aspekte anreissen können…:

Spezielle Wirkung von Wasserstoff-Wasser

Bisherige Studien zeigen deutlich auf, dass die Anwendung von Wasserstoff-Wasser positive Effekte bei sage und schreibe mind. 150 Krankheiten und Krankheitsbildern hat, darunter beispielsweise neurodegenerative Erkrankungen (Alzheimer, Parkinson, Demenz usw.), Herz-Kreislauf-Erkrankungen, metabolisches Syndrom usw.

Bei Nieren- und Hautverletzungen wurde eine Beschleunigung der Reparaturrate um spektakuläre 25% erzielt![134]

Schaut man sich übrigens in den Kliniken oder Dialysezentren die Schicksale an der Haut verletzter bzw. verbrannter Menschen und am Tropf hängender Dialysepatienten an, macht es direkt sprachlos, gar wütend, warum die behandelnden Ärzte keinen Schimmer von diesen spektakulären Erkenntnissen haben…!

Seit der Entdeckung im Jahr 2007, dass molekularer Wasserstoff (H2) über selektive antioxidative Eigenschaften verfügt, haben vielfältige Studien (insgesamt ca. 1400 an der Zahl!) die positiven Auswirkungen von H2 in unterschiedlichen Tiermodellen und bei menschlichen Erkrankungen aufgezeigt.

Bisher wurden präventive und therapeutische Effekte von H2 in verschiedenen Organen, einschließlich Gehirn, Herz, Bauchspeicheldrüse, Lunge und Leber, beobachtet. H2 kann oxidativen Stress abmildern und entzündungshemmende sowie antiapoptotische Effekte zeigen. Nicht nur bietet H2 einen sicheren und effektiven Ansatz zur Krankheitsbehandlung, es motiviert Forscher (aber auch Autoren wie z.B. meine Wenigkeit) auch dazu, die Rolle und den Nutzen medizinischer Gase im menschlichen Körper neu zu bewerten.

- **Neuroprotektion:** Schutz des Gehirns vor oxidativem Stress und neurodegenerativen Erkrankungen.
- **Kardioprotektion:** Schutz des Herzens vor Ischämie-Reperfusions-Verletzungen.
- **Anti-entzündliche Wirkung:** Verringerung von Entzündungen in verschiedenen Krankheitsmodellen.
- **Entsäurende Wirkung:** sorgt für Ausgleich des Säure-Basen-Haushaltes.
- **Sport und Erholung:** Verbesserung der Leistung und Beschleunigung der Erholung nach dem Training.
- **Metabolische Erkrankungen:** Management von Diabetes und Fettleibigkeit.
- **Biologische Alterung:** faktisch u.a. in den vorherigen Kapiteln beschriebenen Kontext des "Biohackings" an so wichtigen Stellschrauben wie Telomere, Sirtuine, Autophagie, m-Tor usw.

[134] Prof. Dr. Peter C. Dartsch: „Wasserstoff-Wasser wissenschaftlich geprüft." https://www.youtube.com/watch?v=7_4enZpsA7k

Es wird Sie nicht verwundern, dass es vor allem der letztgenannte Punkt ist, der mich hellhörig werden ließ, habe ich doch bisher selbst angenommen, dass diese für uns greifbaren, multifaktoriellen Einflüsse auf unsere biologische Alterung ganz allein Wirkstoffen wie NMN, Resveratrol & Co. vorbehalten sind…!

Hinzu gesellt sich der praktische Fakt, dass das Wasserstoff-Wasser die Bioverfügbarkeit Ihrer üblichen Nahrungsergänzungsmittel steigert, so dass diese schneller in die Körperzelle gelangen und Sie Ihr monatliches Budget hierfür deutlich senken können, wobei die Wasserstoff-Wasserflasche eine einmalige Investition bedeutet!

Weitere mögliche Indikationen

einige der Krankheiten und Zustände, bei denen H2 ebenfalls potenziell hilfreich sein kann:

1. **Neurodegenerative Erkrankungen:** Aufgrund seiner antioxidativen Eigenschaften wird angenommen, dass H2 bei der Prävention und Behandlung von neurodegenerativen Erkrankungen wie Alzheimer und Parkinson hilfreich sein kann.
2. **Herz-Kreislauf-Erkrankungen:** Wasserstoff könnte Schutz gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen bieten, indem er die Oxidation von Lipiden in den Blutgefäßen reduziert und die Herzgesundheit verbessert.
3. **Muskelermüdung und sportliche Leistung:** Einige Forschungsergebnisse legen nahe, dass Wasserstoff die Erholung nach dem Training beschleunigen und Muskelermüdung verringern kann, was zu einer verbesserten sportlichen Leistung führt.
4. **Diabetes:** Durch die Verringerung von oxidativem Stress und Entzündungen könnte H2 bei der Regulierung des Blutzuckerspiegels und der Verbesserung der Insulinsensitivität helfen.
5. **Strahlungsinduzierte Schäden:** Wasserstoff hat potenzielle Vorteile bei der Reduzierung der Schäden gezeigt, die durch Strahlungstherapie verursacht werden, insbesondere bei der Behandlung von Krebs.
6. **Ischämie-Reperfusion-Verletzungen:** H2 könnte bei der Verringerung von Schäden helfen, die durch den vorübergehenden Mangel an Blutversorgung und die anschließende Wiederherstellung der Durchblutung in Geweben entstehen, wie es bei Herzinfarkten und Schlaganfällen vorkommt.

Wir haben es also mit einer Fülle an interessanten Aspekten zu tun, vor allem vor dem Hintergrund, dass es sich um einen einzelnen Stoff handelt….Wie aber funktioniert H2-Therapie konkret? Werfen wir einen Blick auf die (angenommene) Wirkungsweise des H2 …

Fortsetzung im Buch „Codex Humanus“

Was meinen die Experten zu den Inhalten in unserem Buch?

Lesen Sie im Folgenden, was unabhängige Ärzte, Biochemiker, Gerontologen und andere Forscher zu den in unserem Buch detailliert behandelten Wirksubstanzen sagen. Im *Codex Humanus* finden Sie detaillierte Beschreibung all dieser Natursubstanzen uvm.

Es handelt sich dabei um Originalzitate einiger der „Hauptakteure" in unserem Werk *„Codex Humanus"*, die darin gemeinsam auf knapp 4000 Seiten in vier Bänden exklusiv einen Wissensschatz von Tausenden von Berufs- und Forschungsjahren zusammentragen.

"DMSO steht erst am Anfang seiner großartigen Möglichkeiten. Klinische Studien bestätigen die Wirksamkeit. Seine Anwendungsgebiete scheinen vielfältiger als die aller anderen vergleichbaren Wirkstoffe zu sein",
Dr. Morton Walker

„Es scheint, als ob Germanium eine Substanz ist, die direkt von bisher unbekannten Dimensionen stammt mit unmittelbarer Verbindung zu den vitalen Kräften des Lebens."
Dr.Asai

„Die Zahl der Bereiche, in denen das DHEA als Nahrungsergänzung hilfreich sein kann, ist geradezu alarmierend, weil es einen so breiten Bereich von Störungen abdecken kann."
Dr. Julian Whitaker, Herausgeber von *Health and Healing*

„Die intellektuelle Ethik von Ärzten und speziell Kardiologen ist zu hinterfragen, wenn sie alle möglichen verfügbaren und indizierten Medikamente verabreichen, ohne Q10 einzuschließen. Denn kein Herzmittel kann den Q10-Mangel beheben."
Professor Dr. Karl Folkers, Universität von Texas

„Das Wunderbare an Melatonin ist, dass es Ihr Leben verlängern und Ihre Gesundheit und Vitalität erhalten kann. Das

wirklich Wunderbare an Melatonin ist die grosse Wirkung, die es auf unsere und auf zukünftige Generationen haben wird. Wir begeben uns auf ein gemeinsames Abenteuer und sind die erste Generation, die die Macht hat, die Krankheiten und Schwächen zu vermeiden, die als typisch für eine "normale" Alterung gelten. Zum ersten Mal haben wir die Macht, unsere Jugendlichkeit zu bewahren und unser ganzes Leben lang kräftig und munter zu bleiben.
Zum ersten Mal können wir nicht nur den körperlichen Verfall vermeiden, der mit der Alterung verbunden ist, sondern wir sind in der Lage, den Alterungsprozess hinauszuzögern und sogar umzukehren. Das ist das echte Melatonin-Wunder."
Prof. Regelson und Walter Pierpaoli

„Es ist bekannt, dass Bewegung das Herz stärkt. Aber die gleiche Stärkung des Herzens erfolgt auch bei der Einnahme von Q10, ohne dass sich der Patient bewegt. Versuche haben gezeigt, dass auch eine Senkung resp. Normalisierung des Blutdrucks eintritt".
Dr. Burgerstein

„In der Papaya liegt der Schlüssel zur Körperverjüngung und Lebensverlängerung im Vollbesitz unserer Kräfte." **Dr. B. Lytton Benard**

„Von allen (2500) Pflanzenstoffen, die wir auf ihre chemopräventive Wirksamkeit (gegen Krebs) untersucht haben, war Resveratrol die vielversprechendste Substanz."
Prof. John Pezzuto

„Bei Rheuma habe ich mit Kombucha weltweit Erfolge. Ich hatte schon Patienten, die morgens nicht mehr vor Rheuma-Schmerzen aus dem Bett kamen. Ihre Gelenke waren steif. Ich verschrieb ihnen Kombucha. Der Erfolg: Nach einem Monat konnten sie ihre Gelenke wieder schmerzfrei bewegen!"
Prof. Dr. Winfried Laakmann, Direktor der Universität San Salvador
„durch intensive Langzeittherapie mit Bromelain werden die Koronargefäße von innen gewissermaßen durchgeputzt. Zur Verhütung von Herzinfarkt ist Bromelain wirksamer als Marcumar und Betablocker."
Dr. Hans Nieper, Hannover

„Q10 ist für das menschliche Leben einfach eine Voraussetzung – ohne Q10 kein Leben." **Professor Dr. Karl Folkers, Universität von Texas**

„Die Polyphenole der Aroniabeere können bei Prävention und Eindämmung der Krebsentwicklung eine wichtige Rolle spielen, da Antioxidantien in allen drei Phasen wirken: Entstehung, Wachstum und Fortschreiten des Krebsgeschwürs."
Prof. Dr. Iwona Wawer

„…So empfehle ich oft Kolostrum, wenn Leute von Problemen mit chronischen Infektionen oder Entzündungen jedwelcher Art oder von sonstigen Symptomen einer signifikanten Schwäche oder Störung des Immunsystems wie z.B. chronische Müdigkeit, Krebs, Geschwüre, Reizdarmsyndrom, Kolitis etc. berichten. Kunden, die die Wirksamkeit von Kolostrum testen, indem sie die Einnahme zwischendurch aussetzen, berichten von einem eindeutigen, signifikanten Nutzen, der sich hier nicht im Einzelnen beschreiben lässt."

Dr. med. Horton Tatadan

„Bei Bluthochdruck-Patienten normalisiert sich der Blutdruck in aller Regel nach 3-4 Monaten und auch Zuckererkrankte berichten mir regelmäßig darüber, dass sich die Blutzuckerwerte normalisieren."

Dr. Marco Prümmer, Arzt für Allgemein- und Sportmedizin

„Curcumin und Piperin sind als Psychodroge in Kombination eine sinnvolle und potente natürliche Alternative bei der Behandlung von Depressionen."

Dr. Kulkarni von der *Panjab Universität*.

„Wir konnten (in Propolis) Substanzen isolieren, die spezifisch das Wachstum von Tumorzellen in ihrem Wachstum stark behindern",

Prof. Dr. Peter Reusch Ruhr-Universität Bochum

„Nach 31 Jahren wissenschaftlicher Erforschung gilt Q10 heute als epochemachend auf den Gebieten Gesundheit und Ernährung. Die Q10 Fähigkeit, eine große Zahl von Gesundheitsproblemen zu verringern, ja sogar zu beseitigen, hat Ärzte wie Patienten in aller Welt in Erstaunen versetzt"

Dr. S. Wagner, American Institute for Health and Nutrition, USA

„DHEA verlängert das Leben und bringt zusätzliche Lebensqualität für die gewonnenen Jahre."

Dr. Arthur Schwartz, *Temple Universität*, Philadelphia USA

„Als Chirurg ist man ständig mit Krebsfällen konfrontiert. Der Schlüssel zur Krebskontrolle liegt in seiner Früherkennung. Meiner Ansicht nach ist die beste präventive (vorbeugende) Methode zur Zeit die Einnahme von Reishi-Ling Zhi."

Dr. Morishige

„Auch das Dehydroepiandrosteron scheint, ähnlich dem Melatonin, ein ökonomisches Hormon zu sein, das den Körper vor

unnötiger Energievergeudung schützt und damit sein Leben verlängert." **Prof. Dr. Huber**

*„*DHEA *beeinflusst Diabetes, Krebs, Tumorentstehung, Hautbeschaffenheit, Müdigkeit, Depressionen, Gedächtnis und Immunreaktionen. Mit diesem breiten Spektrum klinischer Anwendung ist es verwunderlich, warum nicht mehr Bücher über* DHEA *geschrieben worden sind!"*
Mohammed Kalimi und Dr. W. Regelson

„Diese Probanden, denen es ständig schlechter ging und die bei konventioneller Therapie nur noch 2 Jahre zu leben gehabt hätten, wiesen insgesamt außergewöhnliche klinische Verbesserung auf. Das weist darauf hin, dass die Q10 Therapie Leben zu verlängern vermag."
Dr. Langsjoen, Scott and White Clinic, *Texas A&M University*, USA

„Durch zahlreiche Untersuchungen und praktische Erfahrungen wissen wir, dass Kieselsäure in der Lage ist, den Alterungsprozess zu verlangsamen und die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit zu steigern.
Es wird vermutet, dass 80% der Weltbevölkerung einen Mangel an Silizium haben."
Prof. Dr. med. Karl Hecht

„Mit anderen Worten empfiehlt sich die Anwendung von Strophanthin, die die „Milch des Alters" sei. Erstaunlicherweise werden oft delirante Zustände, Apathie, Dösigkeit, sogar Abfall der Gedächtnisleistung damit wirksam bekämpft."
Dr. Stoerger, Nürnberg

„Glucosaminsulfat ist eine physiologische Substanz, für die eine gewisse Verlangsamung der Arthroseprogression nachgewiesen wurde. Das Nutzen-Risiko-Profil liegt günstig"
Prof. Dr. med. R. Jakob, Chefarzt Orthopädische Klinik, Freiburg

„Es erscheint, dass diese Komponenten (Glucosamin und Chondroitinsulfat) eine Rolle spielen bei der effizienten Behandlung von Gelenkerkrankungen."
***Journal of the American Medical Association als* Beurteilung 15 klinischer Studien zu Glucosamin und Chondroitinsulfat im März 2000**

„Eine der ältesten Kulturpflanzen der Menschheit erweckte in jüngster Zeit das Interesse der Wissenschaft: Punica granatum – der Granatapfel. Ergebnisse aus über 200 Veröffentlichungen neueren Datums zeigen, dass diese alte Obstart über ein beachtliches therapeutisches Potenzial verfügt."
Dr. Stefanie Burkhardt-Sischka, *comed* 12/2007

„Kontrollierte Studien unter Leitung von Dr. Aviram legen nahe, dass Granatapelsaft einen optimalen Schutz des Herzkreislauf-Systems bietet."

Natur&Heilen 5/2005

„Jede Art von Pilz, Virus, Bakterium, Streptokokken, Staphylokokken und anderen pathogenen Organismen wird in drei bis vier Minuten abgetötet. Tatsächlich ist kein Bakterium bekannt, das nicht durch kolloidales Silber innerhalb von höchstens sechs Minuten eliminiert wird, bei einer Konzentration von nur fünf Milligramm pro Liter (ppm). Und selbst bei hohen Konzentrationen über 100 ppm gibt es keine Nebenwirkungen."

Health Consciousness, Vol. 15, 4

„Es förderte in besonderer Weise das Knochenwachstum und beschleunigte die Heilung von verletztem Gewebe um mehr als fünfzig Prozent."

Dr. Robert O. Becker von der *Syracuse University,* USA

„Kolloidales Silber ist einer der wirkungsvollsten Bakterienkiller. Kolloidales Silber entpuppt sich als ein Wunder der modernen Medizin. Ein herkömmliches Antibiotikum eliminiert vielleicht ein Dutzend verschiedene Krankheitserreger, aber kolloidales Silber tötet etwa 650!"

Science Digest, März 1978

„Die Polyphenole der Aroniabeere können bei Prävention und Eindämmung der Krebsentwicklung eine wichtige Rolle spielen, da Antioxidantien in allen drei Phasen wirken: Entstehung, Wachstum und Fortschreiten des Krebsgeschwürs."

Prof. Dr. Iwona Wawer

„Selen schützt zusammen mit Vitamin E in hervorragender Weise jede der 60 Trillionen Zellen unseres Körpers gegen Zerstörung!"

Dr. Richard A. Passwater

„Kombucha hemmt bösartiges Zellwachstum" – „Ich habe Kombucha an meine Patienten weitergegeben. Die Ergebnisse sind gut und die Patienten sind sehr zufrieden. Kombucha wurde mit gutem Erfolg angewandt bei Prostatabeschwerden, rheumatoider Arthritis, Knochenmark-Krebs, Fasergeschwulst im Uterus, Bindegewebsentzündung in der Lunge usw."

Dr. Soraya Shantiay

„Es (kolloidales Silber) förderte in besonderer Weise das Knochenwachstum und beschleunigte die Heilung von verletztem Gewebe um mehr als fünfzig Prozent."

Dr. Robert O. Becker von der *Syracuse University,* USA

„Auf den Menschen übertragen würde die Wirkung der Substanzen (Acetly-L-Carnitin + Alphaliponsäure) aus einem 75 bis 80 Jahre alten Menschen eine Person mittleren Alters machen."
Dr. Tory M. Hagen

„die alten Ratten tanzten den Macarena."
Prof. Dr. Ames

„Glucosaminsulfat ist eine physiologische Substanz, für die eine gewisse Verlangsamung der Arthroseprogression nachgewiesen wurde. Das Nutzen-Risiko-Profil liegt günstig"
Prof. Dr. med. R. Jakob, Chefarzt Orthopädische Klinik, Freiburg

„In bisher 10 klinischen Studien an 200 Patienten konnte mehrheitlich eine Besserung von Psoriasis-Symptomen (Erythem, Infiltration, Schuppen, Juckreiz) festgestellt werden. Nach allen bisherigen Befunden ist es berechtigt, Fischölpräparate zumindest zur adjuvanten Behandlung der Psoriasis zu empfehlen."
Dr. med. M. Ständer, Fachklinik für Psoriasis, Bad Bentheim

„Ich bin siebzig Jahre alt. Zu meiner Überraschung bin ich mir plötzlich meiner Sterblichkeit bewusst geworden. Ich kann es mir nicht leisten, weitere dreißig Jahre zu warten. Ich möchte nicht zusehen, wie meine Kreativität, meine Fähigkeit, die Schönheit dieser Erde zu genießen, und die sinnliche Freude meines Körpers durch einen Prozess zerstört werden, den unsere Untersuchungen uns als reversibel und gar als vermeidbar darstellen."
Prof. William Regelson

„Bemerkenswert ist auch, dass der optimale Therapieerfolg bei 10 von 30 Coronarkranken bereits nach Beendigung des Strophoralstoßes, also schon nach 3 Tagen, erzielt wurde."
Prof. Hallhuber

„... unfehlbares Mittel gegen Gelenkrheumatismus." **Prof. Dr. Rudolf Kobert**

„Unsere moderne Zivilisationskost ist extrem arm an Omega-3-Fettsäuren. Wer nicht an Herzverfettung sterben will, sollte unbedingt regelmäßig Fischölkapseln, z. B. vom Lachs, zu sich nehmen. Fischöl gleicht alle ernährungsbedingten Defizite aus und macht uns zu gesünderen und glücklicheren Menschen."
Prof. S. K. Niazi, University of Illinois, USA

„Diese Probanden, denen es ständig schlechter ging und die bei konventioneller Therapie nur noch 2 Jahre zu leben gehabt hätten, wiesen insgesamt außergewöhnliche klinische Verbesserung auf. Das weist darauf hin, dass die Q10 Therapie

Leben zu verlängern vermag."
Dr. Langsjoen, Scott and White Clinic, *Texas A&M University*, USA

„Ohne Q10 gibt es keine Energie. Berauben Sie die Mitochondrien des Q10, ist die Zelle so potent wie ein 4-Zylinder ohne Zündkerzen. Die Maschine ist tot und springt nicht an."
Prof. Bliznakow

„Alle Anzeichen sprechen dafür: Bei einer unzureichenden Selenversorgung des menschlichen Organismus steigt die Gefahr, dass der Betreffende an einem Herzleiden erkrankt. Wir haben in Erfahrung gebracht, dass die Herzmuskeln das Spurenelement Selen brauchen."
Prof. Dr. R. J. Shamberger

„Die genannte Vielzahl anti-atherogener Wirkungen wird durch keinen anderen Naturstoff (als Omega-3-Fettsäuren) und kein Arzneimittel erreicht."
Dr. med. Peter Singer

„Mit zweimal täglich 1 Kapsel Strodival ist es mir gelungen, einen therapierefraktären und nicht ohne Grund auch von einer renommierten Herzklinik aufgegebenen Fall von schwerster Koronarsklerose mit Angina pectoris und Zustand nach Herzinfarkten schmerzfrei zu bekommen und nunmehr schon über Monate zu erhalten.
Damit aber ist eines der dringlichsten Probleme der praktischen Medizin unserer Tage gelöst, der Anschluss an altes ärztliches Wissen unter Verwendung modernster Grundlagenforschung und Techniken gelungen und endlich jedem Arzt eine wirksame Waffe im Kampf gegen den koronaren Herztod in die Hand gegeben worden.
Auf die volkswirtschaftliche Bedeutung dieser Herz-Kreislauf-Erkrankungen hinzuweisen, hieße wahrlich Eulen nach Athen tragen. Aber vielleicht machen sich die dafür Zuständigen einmal Gedanken darüber, wie viele Millionen von DM jährlich eingespart werden könnten, wenn der Schwerpunkt des Kampfes gegen den Herzinfarkt in die Hand des praktischen Arztes und Internisten gelegt würde."
Prof. Udo Köhler

„Es gibt kein Antiarrhythmikum (Medikament zur Behandlung von Herzrhythmusstörungen), welches so deutlich das Leben von an Herzrhythmusstörungen erkrankten Menschen erhält wie Omega-3-Fettsäuren – noch dazu praktisch ohne Nebenwirkungen."
Dr. Volker Schmiedel, Habichtswaldklinik Kassel

„Sie halten Herz und Blutgefäße gesund und schützen vor Herzinfarkt. Sie lindern entzündliche Erkrankungen wie z. B. Rheuma und Neurodermitis und können wahrscheinlich auch unsere Stimmung und die Entwicklung von Demenz im Alter abschwächen."

Dr. Singer, Internist und Biochemiker

„PQQ stimuliert nachweislich die mitochondriale Biogenese, was für die Aufrechterhaltung einer optimalen Gesundheit und die Verhinderung von altersbedingtem Verfall unerlässlich ist."

Dr. Isaac Eliaz, MD, Gründer der Amitabha Medical Clinic and Healing Center (Quelle: GreenMedInfo)

„AKG spielt eine Schlüsselrolle im Krebszyklus, der für die Energieproduktion im Körper unerlässlich ist. Eine AKG-Ergänzung kann die sportliche Leistung steigern, die Muskelregeneration fördern und Muskelschäden reduzieren."

Dr. Josh Axe, DNM, DC, CNS, Autor und Gründer von DrAxe.com (Quelle: DrAxe.com)

„AKG hat Potenzial zur Förderung eines gesunden Alterns gezeigt, indem es die mitochondriale Funktion unterstützt, die für die Energieproduktion und die allgemeine Gesundheit von entscheidender Bedeutung ist."

Dr. Joseph Mercola, DO, Gründer von Mercola.com (Quelle: Mercola.com)

„Fisetin ist eine vielversprechende natürliche Verbindung, die Potenzial zur Vorbeugung altersbedingter Krankheiten und zur Förderung eines gesunden Alterns gezeigt hat. Es kann auch krebshemmende Eigenschaften haben und die kardiovaskuläre Gesundheit unterstützen."

Dr. Josh Axe, DNM, DC, CNS, Autor und Gründer von DrAxe.com (Quelle: DrAxe.com)

„Nächstes Jahr werden alle über Spermidin sprechen. […] Es kann das Herz schützen und die Lebensdauer verlängern, selbst wenn es erst in der Lebensmitte verabreicht wird."

Prof. Dr. David Sinclair, Harvard Medical School, Juni 2021

„Sulforaphan ist eines der aufregendsten Moleküle in der Welt der funktionellen Medizin und ein wirksames Instrument zur Optimierung der Gesundheit und zur Vorbeugung chronischer Krankheiten."

Dr. Terry Wahls, MD

"Quercetin ist ein starkes Antioxidans und entzündungshemmendes Flavonoid, das das Potenzial hat, vor einer Vielzahl altersbedingter Krankheiten zu schützen."

Dr. Joseph Mercola, Verfechter alternativer Medizin und Autor

„Ginseng ist eines der am meisten respektierten und geschätzten Kräuter der Welt. Es wird seit Jahrtausenden als Medizin verwendet und gilt als Tonikum für den ganzen Körper."

Dr. David Hoffman, Medizinischer Kräuterkundler und Autor von „The Herbal Handbook: A User's Guide to Medical Herbalism"

„Silymarin ist eine der wenigen Verbindungen, die nachweislich die Leberfunktion bei Menschen mit chronischen Lebererkrankungen verbessert."

Dr. Mark Hyman, MD, Experte für funktionelle Medizin und Autor

„Goji-Beeren sind ein ernährungsphysiologisches Kraftpaket. Sie sind vollgepackt mit Antioxidantien, Vitamin C, Ballaststoffen und Kalium. Diese kleinen roten Beeren werden in der Traditionellen Chinesischen Medizin seit Tausenden von Jahren verwendet, um die Langlebigkeit zu fördern und die allgemeine Gesundheit zu verbessern."

Dr. Mark Hyman, praktizierender Hausarzt, Bestsellerautor sowie Gründer und medizinischer Direktor des UltraWellness Center

„Teufelskralle ist ein beliebtes pflanzliches Nahrungsergänzungsmittel, das zur Linderung von Schmerzen und Entzündungen eingesetzt wird. Obwohl die wissenschaftlichen Beweise für seine Verwendung begrenzt sind, haben einige Studien gezeigt, dass es bei bestimmten Erkrankungen wie Arthritis und Rückenschmerzen wirksam sein kann…"

Dr. Cathy Wong, zugelassene Ärztin für Naturheilkunde und vom American College of Nutrition zertifizierte Ernährungsspezialistin

„Die therapeutischen Eigenschaften von Weihrauch sind nicht auf ein bestimmtes System oder Organ beschränkt, was ihn zu einem wertvollen Werkzeug für ganzheitliche Gesundheit und Wohlbefinden macht."

Dr. Josh Axe, DNM, DC, ZNS

„Jiaogulan ist in China aus gutem Grund als Kraut der Unsterblichkeit bekannt. Seine gesundheitlichen Vorteile sind beeindruckend und reichen von der Verringerung von Entzündungen bis hin zur Verbesserung der kardiovaskulären Gesundheit."

Dr. Josh Axe, ein Experte für natürliche Gesundheit

„Fo-Ti wird seit Jahrhunderten in der traditionellen chinesischen Medizin für eine Vielzahl von Zwecken verwendet, einschließlich der Förderung des Haarwachstums und der Behandlung von Leber- und Nierenproblemen."

Dr. Brent A. Bauer, Direktor des Programms für Komplementär- und Integrative Medizin an der Mayo Clinic

„Yamswurzel ist eine großartige Alternative zu Kartoffeln, insbesondere für Menschen mit Diabetes oder für diejenigen, die ihren Blutzuckerspiegel kontrollieren möchten. Es ist auch eine gute Quelle für Mangan, das für die Knochengesundheit und Wundheilung wichtig ist."

Dr. Mercola, Experte für natürliche Gesundheit

„GABA hat das Potenzial, die Stimmung und den Schlaf zu verbessern und möglicherweise das Risiko neurologischer Erkrankungen zu verringern."

Dr. David Perlmutter, Neurologe und Autor.

„Yohimbin scheint eine nützliche Behandlungsoption für erektile Dysfunktion zu sein und wurde in klinischen Studien gut vertragen."

Dr. Richard K. Bernstein, Autor von „Diabetes Solution"

„Es wurde festgestellt, dass Capsaicin, der Wirkstoff in Peperoni, eine Vielzahl von gesundheitlichen Vorteilen hat, darunter Schmerzlinderung, kardiovaskuläre Vorteile und Krebsprävention." –

Dr. Joseph Mercola, osteopathischer Arzt und Autor

„Die bioaktiven Verbindungen in der Magnoliarinde, wie z.B. Honokiol und Magnolol, haben das Potenzial, Entzündungen im Körper zu hemmen. Diese Eigenschaften machen sie zu einem vielversprechenden Kandidaten für die Entwicklung neuer pflanzlicher Arzneimittel."

Prof. Emily Johnson, Pflanzenmedizinforscherin

„Der Fermentationsprozess, der zur Herstellung von schwarzem Knoblauch verwendet wird, konzentriert die Nährstoffe und bioaktiven Verbindungen im Vergleich zu frischem Knoblauch. Dies macht ihn zu einer interessanten Option für diejenigen, die die gesundheitlichen Vorteile von Knoblauch nutzen möchten, ohne den intensiven Geschmack frischen Knoblauchs."

Prof. Carlos Martinez, Lebensmitteltechnologe

„Mumijo ist ein unglaublich nährstoffreiches Material, das eine Vielzahl von gesundheitlichen Vorteilen bieten kann. Es wird oft zur Unterstützung der Energie, der kognitiven Funktion und des allgemeinen Wohlbefindens verwendet."

Dr. Anup Kumar, Ayurveda-Experte

„Maqui-Beeren könnten eine der gesündesten Beeren sein, die Sie noch nie gehört haben. Sie haben doppelt so viele Antioxidantien wie Acai-Beeren."

Dr. Oz, ein amerikanischer Fernsehmediziner

„Taurin hat eine unglaubliche Vielfalt von gesundheitlichen Vorteilen. Von der Unterstützung der Insulinsensitivität bis hin zur Vorbeugung von Herzkrankheiten – es ist eine Ergänzung, die ich jedem empfehlen würde."

Dr. Julian Whitaker

„Hyaluronsäure ist für ihre feuchtigkeitsspendenden und Anti-Aging-Eigenschaften bekannt. Sie kann helfen, die Sichtbarkeit von feinen Linien und Falten zu reduzieren und die Haut hydratisiert, geschmeidig und prall zu halten."

Dr. Maryam Zamani, Augenchirurgin und ästhetische Ärztin

„Oreganoöl ist eines der besten natürlichen Antibiotika. Es enthält natürliches Carvacrol, ein starkes Antioxidans, das helfen kann, Krankheiten abzuwehren und den Körper von toxischen Stoffen zu befreien."

Dr. Eric Zielinski, Chiropraktiker und Autor

21.Ein Schlusswort

Ich hoffe aufrichtig, dass die Inhalte des Codex Humanus Ihre Erwartungen erfüllt haben, Sie diese als hilfreich empfinden und Sie nun den größtmöglichen Schutz für sich selbst und Ihre Liebsten hieraus ziehen können. Sie können den „Codex Humanus“ in 4 Bänden à knapp 1000 Seiten (oder aber den Band 4 auch einzeln!) in unserem Shop auf www.vitaminum.net erwerben, oder aber bei einem unserer Partner.

Sollten Sie an meinen Büchern der Buchreihe *„MEDIZINSKANDALE“* interessiert sein, die explizit und ausführlich auf die einzelnen Erkrankungen eingehen, können Sie übrigens die gesamte Buchreihe begutachten und bestellen auf unserer Shopseite: http://www.vitaminum.net.

Nur gemeinsam können wir etwas bewirken! Wenn Sie daher über eine Website, ein Blog oder Social Media Präsenz verfügen und uns dabei unterstützen möchten, diese wertvollen Informationen unters Volk zu bringen, würde es uns freuen, Sie als weiteren Affiliate-Partner begrüßen zu dürfen!

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

https://partnerprogramm.vitaminum.net/

Herzlichst,

Ihr Thomas Chrobok

Index Krankheiten Codex Humanus

(Band I)

Abnehmen…..114, 115, 118, 129, 140, 348, 607, 617, 633, 687, 700, 703, 882, 916, 917, 918, 922, 933
Adipostas…….349,679 AIDS… 79, 103, 184, 190, 253, 254, 271, 273, 282, 285, 287, 288, 329, 335, 342, 372, 377, 512, 519, 551, 607, 686, 687, 840, 842, 861, 864, 901, 935

Akne.... 131, 245, 306, 328, 380, 480, 556, 561, 567, 705, 722, 732, 757, 849, 870, 879
Allergien2, 7, 27, 28, 35, 61, 62, 68, 87, 165, 184, 190, 195, 210, 241, 253, 262. 282, 286, 291, 292, 301, 328, 337, 407, 425, 464, 465, 500, 546, 551, 665, 679, 680, 700, 706, 712, 736, 757, 760, 763, 840, 842, 847, 862, 864
Altersflecken 25, 107, 113, 133, 304, 367, 386, 390
Alterung6, 23, 26, 50, 64, 65, 80, 105, 107, 112, 141, 160, 165, 172, 173, 197, 198, 199, 200, 204, 209, 218, 226, 233, 234, 304, 325, 329, 341, 359, 361, 370, 381, 389, 394, 399, 401, 429, 430, 501, 655, 666, 668, 682, 683, 716, 752, 885, 900, 918, 919, 920, 925, 939, 940, 941, 954, 955, 956, 957, 959, 968
Alzheimer2, 33, 57, 58, 64, 66, 67, 69, 78, 80, 87, 101, 160, 199, 293, 320, 327, 328, 333, 341, 350, 351, 363, 368, 369, 382, 386, 389, 395, 409, 417, 418, 431, 480, 483, 489, 512, 519, 529, 607, 613, 679, 899, 901, 920, 926, 935, 940, 944, 947, 949, 958, 963
Anämie.....258, 275, 843
Angina Pectoris 135, 191, 192, 206, 211, 513, 522, 619, 770, 901, 904, 931
Angstzustände..... 52, 292, 362, 373, 386, 391, 679

Appetitlosigkeit.....131, 183, 188, 285, 606, 632
Arterienverkalkung.....19, 77, 141, 237, 366, 375, 757, 769, 770, 771, 772
Arteriosklerose10, 26, 42, 44, 63, 64, 68, 77, 80, 98, 122, 127, 128, 131, 135, 136, 157, 167, 168, 235, 237, 329, 330, 333, 362, 366, 372, 375, 403, 409, 412, 415, 479, 481, 483, 505, 509, 512, 513, 521, 522, 524, 528, 592, 610, 620, 623, 624, 673, 747, 757, 768, 772, 802, 831, 835, 837, 840, 842, 901, 905, 951, 952, 953, 956
Arthritis2, 7, 20, 21, 22, 35, 37, 38, 64, 68, 80, 126, 132, 133, 134, 152, 165, 170, 171, 172, 184, 190, 199, 258, 268, 275, 285, 286, 290, 323, 326, 328, 334, 335, 376, 407, 423, 424, 441, 456, 479, 484, 489, 493, 512, 513, 519, 530, 551, 613, 665, 667, 679, 683, 686, 706, 732, 749, 757, 760, 770, 829, 837, 840, 843, 848, 864
Arthrose2, 7, 20, 35, 39, 40, 132, 134, 135, 165, 170, 171, 328, 335, 441, 442, 445, 448, 450, 455, 457, 458, 459, 461, 466, 470, 479, 483, 484, 487, 684, 685, 749, 757
Asperger 948, 949, 963
Asthma7, 35, 131, 165, 187, 190, 195, 268, 286, 292, 296, 329, 338, 395, 403, 406, 407, 409, 425, 434, 436, 479, 551, 679, 680, 760, 840, 843, 865
Aufmerksamkeitsdefizit.....386, 410, 423
Augenkrankheiten 166
Autismus.....940, 944, 948, 949, 963
Blähungen..... 132, 140, 328, 551, 585, 590, 632, 633, 732
Blaseninfektion 407, 420, 436
Blutarmut.....840, 843, 865, 902
Bluthochdruck10, 44, 127, 131, 155, 165, 167, 190, 260, 286, 331, 365, 366, 409, 412, 421, 479, 481, 509, 512, 514, 592, 609, 619, 624, 628, 758, 764
Bronchitis 281, 329, 395, 407, 409, 416, 551, 558, 840, 843, 850, 865, 871
Burnout.....2
Candida albicans132, 264, 281, 303, 549, 552, 554, 574, 583, 585, 707, 732, 751, 838, 840, 844, 865
Chorea Huntington 612, 613
Chronische Müdigkeit 386, 552
Colitis 131, 135, 301, 329, 339, 354, 546, 552, 712, 902
Colitis Ulcerosa.....329, 339, 354, 546
Darminfektionen 700
Darmpolypen.....236, 238, 239, 249, 328, 344
Demenz2, 7, 33, 78, 101, 132, 140, 160, 341, 386, 395, 404, 409, 417, 430, 483, 489, 512, 529, 679, 899, 902, 920, 925, 926, 947, 949
Depressionen2, 7, 28, 29, 30, 32, 35, 52, 53, 54, 131, 141, 292, 328, 340, 341, 360, 362, 365, 385, 386, 387, 388, 390, 404, 409, 422, 552, 650, 679, 687, 856, 926, 949
Diabetes2, 7, 15, 16, 17, 18, 26, 35, 41, 42, 64, 66, 67, 69, 80, 93, 95, 96, 97, 117, 130, 160, 165, 171, 172, 174, 190, 196, 274, 282, 286, 293, 320, 323, 331, 338, 339, 342, 354, 355, 360, 362, 363, 367, 374, 395, 408, 415, 421, 493, 500, 508, 512, 520, 528, 606, 612, 618, 629, 672, 707, 732, 764, 791, 836, 840, 846, 867, 902, 906, 907, 935, 944, 953, 956
Dickdarmentzündung..... 131, 707
Durchfall131, 179, 183, 188, 273, 288, 289, 329, 356, 408, 479, 494, 507, 552, 559, 606, 625, 626, 633, 706, 732, 758, 817, 845, 866, 880, 937
Ekzeme..... 132, 292, 563, 707, 732, 840, 847
Entzündungen26, 64, 69, 80, 113, 126, 128, 132, 133, 138, 151, 152, 165, 170, 173, 253, 256, 274, 285, 289, 331, 335, 336, 341, 343, 414, 471, 498, 502, 512, 552, 606, 625, 630, 665, 666, 685, 686, 697, 700, 707, 721, 732, 763, 829, 856, 860, 956
Epilepsie 293, 329, 480, 902, 935, 948, 949, 964
Erkältung.....83, 131, 141, 284, 625, 732, 757, 840, 847, 868
Falten26, 67, 79, 107, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 304, 305, 451, 673, 757, 774, 920, 944, 956
Fieber 285, 406, 408, 553, 625, 728, 732, 817
Furunkel 561, 705, 707
Gallensteine.....328, 340, 759
Gastritis 132, 172, 408, 425, 553, 592, 607, 632, 706, 741, 840, 848, 868
Geschwüre 132, 190, 256, 280, 308, 484, 556, 707, 733, 759, 832, 836
Gicht 132, 134, 441, 553, 592, 606, 626, 749, 769, 771, 772
Glaukom..... 410, 422
Gonorrhoe 407, 733
Grauer Star..... 17, 97, 160, 757, 840
Grippe. 131, 141, 284, 512, 519, 553, 558, 560, 567, 625, 705, 733, 786, 840, 848, 869
Grüner Star 329
Gürtelrose 557, 565, 705, 707, 733, 759, 841, 849, 869
Haarausfall.....289, 306, 763
Hämorrhoiden 480, 733, 759, 768, 771, 772, 841, 849, 871
Harnröhreninfektion.....166
Harnzwang 480
Hautausschläge 285, 556, 557, 562, 585, 590, 879
Hepatitis 7, 35, 64, 69, 76, 80, 102, 707
Herpes.....259, 260, 283, 303, 328, 338, 480, 557, 563, 564, 705, 722, 733, 838, 849
Herzerkrankungen.....8, 63, 67, 136, 190, 191, 235, 335, 481, 513, 607, 897, 902, 935
Hirnödeme 409, 414
Hirnschlag 98, 99, 413, 610, 619, 623
HIV8, 79, 103, 190, 260, 271, 272, 273, 285, 287, 288, 329, 342, 363, 372, 377, 378, 512, 519, 530, 607, 679, 686, 838, 864, 901

Hohes Cholesterin 512
Husten 8, 329, 406, 407, 416, 436, 553, 557, 625, 697, 841, 850, 871
Hyperaktivität 292, 301, 386, 407, 408, 410, 423, 546, 712
Impotenz 2, 7, 35, 59, 60, 133, 142, 306, 328, 424, 513, 520, 530, 689
Juckreiz 328, 426, 437, 488, 563, 879
Karies 557, 607, 614, 630
Kennedy-Krankheit 329, 340
Konzentrationsschwäche 328, 332, 386
Kopfschmerzen87, 266, 292, 391, 392, 419, 426, 437, 438, 488, 549, 554, 585, 590, 625, 627, 758, 763, 898
Krampfadern.....132, 328, 409, 479, 841, 850, 872
Krebs2, 7, 12, 13, 14, 35, 45, 46, 47, 48, 64, 66, 68, 80, 90, 102, 126, 128, 130, 131, 142, 144, 145, 155, 158, 160, 164, 165, 168, 172, 185, 186, 190, 193, 205, 214, 225, 226, 231, 236, 237, 238, 253, 256, 258, 277, 286, 296, 297, 320, 325, 326, 328, 336, 342, 343, 360, 362, 363, 364, 372, 373, 395, 405, 406, 408, 426, 472, 489, 493, 495, 498, 505, 506, 512, 514, 515, 518, 607, 610, 611, 619, 628, 665, 679, 680, 681, 733, 749, 750, 759, 760, 765, 770, 772, 786, 794, 795, 796, 797, 799, 802, 805, 807, 809, 810, 812, 815, 816, 819, 820, 821, 822, 823, 824, 825, 826, 829, 841, 851, 855, 860, 861, 866, 872, 907, 935, 950
Lebererkrankungen 117, 166, 190, 329, 480, 902, 906
Leberzirrhose 67, 247, 336, 354, 931
Legasthenie.....948, 949, 963
Leistenbruch 841, 852
Lepra 479, 733
Lupus e 215, 286, 376
Lymphknoten 285
Makuladegeneration 409, 421, 944
Malaria 479, 507, 554, 733, 832, 838, 841, 853, 873
Mandelentzündung 551, 561, 705, 708, 733
Masern 166, 276, 295, 296, 480, 733
Menstruationsbeschwerden 132, 328, 436, 554, 763
Migräne 6, 7, 35, 87, 371, 409, 419, 554, 763, 841, 853, 874
Milzinfektionen..... 841, 853
Mittelohrentzündung 554, 566, 708
Morbus Bechterew 152, 902
Morbus Crohn 275, 301, 329, 339, 354, 546, 552, 554, 712
MS 237, 253, 276, 293, 295, 326, 363, 409, 418, 616, 679, 689, 841, 853, 874
Müdigkeit183, 188, 256, 285, 328, 360, 362, 386, 390, 552, 585, 590, 606, 626, 627, 679, 728, 758, 771, 908, 911, 928
Mukoviszidose 64, 69, 80, 329, 340
Multiple Sklerose87, 258, 268, 275, 276, 286, 293, 294, 295, 323, 328, 363, 409, 607, 614, 665, 679, 689, 841, 853
Mundgeruch.....567, 568, 607, 631, 708
Muskelkrämpfe 764
Muskelschwäche.....286, 340, 817, 908, 928
Myokarditis.....187
Nachtblindheit 240, 245, 410
Narben.....113, 484, 720
Nebenhöhlenentzündung.....132, 139, 733, 841, 874
Nesselsucht 328, 425, 680, 733
Neurodermitis.....566, 679, 733, 758, 829, 841, 854, 874
Nierenerkrankungen 166, 190, 407, 410, 902
Nierensteine 328
Ödeme 11, 121, 132, 151, 190, 409, 411, 414, 758, 841
Osteoporose..... 199, 363, 368, 493, 511, 606, 616, 622, 909
Parkinson66, 67, 88, 160, 188, 190, 196, 351, 363, 368, 410, 607, 613, 940, 949, 963, 964
Parodontose 133, 494, 507, 562, 614
Pilze88, 130, 132, 265, 272, 281, 288, 289, 301, 400, 508, 534, 538, 539, 543, 545, 546, 551, 552, 553, 554, 583, 666, 693, 694, 695, 701, 703, 704, 713, 731, 735, 773, 793, 831, 835, 837, 847, 856, 867
PMS.....328, 426, 512, 520, 689
Polypen 344, 841, 855, 875
Progerie.....197
Psoriasis 132, 326, 328, 480, 855
Raucherbein 409, 415, 436, 902, 909
Reizblase 328, 407
Scharlach 166, 700, 708, 733
Schaufensterkrankheit 131, 409, 415, 416, 482, 928
Schizophrenie 362, 948, 949, 963, 964

Schlafstörungen 132, 329, 388, 679, 688, 763, 856
Schlaganfall.2, 7, 10, 18, 19, 43, 44, 64, 68, 78, 80, 98, 99, 131, 135, 136, 137, 158, 165, 167, 237, 327, 330, 362, 365, 366, 409, 413, 414, 481, 502, 509, 510, 524, 623, 842, 902, 927, 944, 949, 951, 952, 962, 963
Schuppenflechte 132, 301, 328, 479, 480, 546, 566, 708, 733, 758, 841
Schwangerschaftsstreifen 480
Schweißausbrüche 188, 285, 371
Schwellungen 121, 132, 133, 138, 151, 626, 683
Schwermetallvergiftung 67, 72, 86
Schwindel 11, 292, 410, 416, 437, 488, 771, 817
Sehschwäche 245, 421, 950, 962
Sodbrennen 133, 592, 606, 617, 622, 632, 633, 763
Sonnenbrand 107, 242, 426, 566, 607, 733, 877
Spermiendefizit 903
Strahlenschäden 166, 175
Stress17, 26, 52, 89, 97, 103, 107, 110, 126, 130, 160, 169, 173, 175, 208, 243, 284, 339, 354, 362, 365, 366, 367, 370, 373, 404, 413, 444, 478, 480, 485, 521, 524, 528, 647, 650, 689, 762, 774, 845, 847, 903, 931, 935, 945, 956
Thrombose 132, 137
Tinnitus 395, 410, 419, 420
Tripper 706, 733
Trockene Haut 245
Tuberkulose 406, 407, 436, 705, 733, 900, 903, 935
Übergewicht15, 16, 93, 329, 349, 363, 367, 513, 521, 674, 687, 757, 763, 903, 916, 935
Übersäuerung 130, 607, 763, 764
Unfruchtbarkeit 190, 306, 427, 931
Unruhezustände 408
Venenentzündungen 408, 479, 482, 486
Verbrennungen ... 132, 139, 241, 267, 269, 481, 484, 679, 709, 722, 733, 842, 856, 877
Verstopfung 98, 131, 140, 292, 633, 758, 768, 772, 845, 866
Vitiligo 410, 422
Warzen 555, 709, 722, 733, 842, 857, 877
Wunden 190, 259, 407, 717, 719, 720, 721, 722, 733, 842, 857, 909
Wurmbefall 406, 410, 555, 733
Zahnfleischentzündungen 133, 329, 763, 842, 857, 878
Zahnfleischschwund 709
Zeckenbiss 709
Zeugungsunfähigkeit 133, 141
Zirrhose 320, 903

Index Krankheiten Codex Humanus (Band II)

Abnehmen...279, 297, 381, 398, 418, 429, 642, 675, 691, 790, 924, 974

AIDS55, 79, 90, 98, 234, 256, 268, 283, 287, 324, 328, 338, 382, 409, 410, 498, 576, 603, 616, 627, 632, 633, 745, 780, 782, 785, 788, 793, 897
Akne204, 221, 282, 289, 324, 329, 340, 343, 559, 573, 675, 678, 691, 760, 803, 836, 919, 928
Allergien38, 73, 122, 183, 188, 192, 195, 212, 213, 310, 323, 324, 328, 337, 345, 353, 356, 382, 383, 462, 467, 468, 477, 497, 501, 561, 580, 603, 626, 633, 752, 753, 775, 810, 824, 849, 850, 863, 871, 893, 895, 930

Altersflecken 926, 934
Alterung26, 27, 30, 33, 34, 35, 36, 37, 49, 55, 56, 57, 59, 62, 70, 72, 74, 113, 147, 176, 177, 204, 207, 225, 267, 281, 298, 321, 353, 369, 371, 375, 413, 420, 423, 493, 498, 505, 521, 547, 551, 556, 588, 589, 590, 596, 611, 619, 627, 634, 754, 818, 820, 835, 839, 871, 872, 873, 896, 923, 936
Alzheimer24, 38, 49, 112, 116, 134, 137, 146, 206, 207, 213, 214, 223, 247, 321, 376, 383, 418, 423, 427, 436, 465, 553, 612, 757, 759, 796, 838, 839, 851, 857, 931
Anämie..... 468, 478
Angina Pectoris39, 249, 253, 382, 383, 391, 394, 395, 497, 499, 506, 706, 710, 723, 725, 730
Angstzustände..... 16, 354, 679, 755, 796
Arterienverkalkung..... 122, 354, 463, 548, 556, 576, 612
Arteriosklerose6, 8, 23, 96, 116, 122, 127, 128, 131, 145, 146, 151, 152, 153, 154, 157, 168, 188, 202, 205, 206, 209, 215, 223, 246, 253, 258, 279, 282, 286, 321, 325, 353, 375, 383, 384, 422, 426, 440, 463, 464, 467, 472, 473, 497, 548, 550, 558, 559, 566, 572, 576, 596, 597, 612, 613, 615, 620, 628, 743, 765, 778, 804, 805, 833, 836, 837, 840, 841, 842, 843, 844, 856, 884, 896, 897, 902, 909, 927, 930
Arthritis98, 99, 112, 121, 122, 129, 130, 156, 198, 199, 215, 219, 223, 234, 246, 254, 264, 266, 283, 295, 321, 327, 330, 343, 354, 357, 358, 375, 376, 386, 418, 425, 428, 443, 444, 457, 460, 465, 489, 498, 503, 506, 507, 508, 509, 559, 566, 582, 595, 616, 626, 630, 631, 654, 667, 758, 767, 775, 804, 828, 852, 857, 886, 897, 927, 931
Arthrose198, 199, 204, 219, 283, 327, 330, 428, 444, 549, 559, 566, 582, 589, 595, 628, 679, 828, 835, 898, 927, 931
Asthma38, 40, 68, 99, 112, 123, 130, 133, 146, 166, 195, 212, 216, 258, 278, 282, 289, 325, 383, 626, 633, 728, 758, 824, 849, 898, 899
Aufmerksamkeitsdefizit..... 138, 139, 159
Besenreiser 200, 219, 831
Blähungen..... 283, 290, 474, 476, 561, 571, 575, 655
Blasenentzündung 325
Blutarmut..... 354, 459, 468, 478, 846
Bluthochdruck8, 150, 153, 202, 206, 252, 258, 282, 323, 324, 338, 369, 382, 426, 456, 460, 499, 505, 533, 559, 578, 615, 623, 626, 628, 662, 728, 752, 755, 756, 775, 780, 789, 804, 805, 825, 833, 837, 872, 884, 889, 893, 900, 930
Bronchitis133, 146, 166, 196, 198, 212, 215, 216, 278, 282, 289, 324, 340, 756, 775, 828, 849, 852, 901
Brüchige Nägel 560
Candida albicans 257, 284
Chronische Müdigkeit 626
Colitis 282, 384, 796, 931
Colitis Ulcerosa..... 384
Darminfektionen 325
Dehnungsstreifen 835
Demenz 125, 137, 146, 159, 163, 259, 326, 355, 423, 727, 728, 826
Depressionen16, 47, 72, 77, 112, 135, 146, 163, 164, 196, 214, 259, 354, 384, 398, 402, 409, 462, 467, 477, 498, 502, 627, 632, 676, 679, 688, 728, 757, 796, 825, 852, 903, 918
Diabetes6, 24, 35, 38, 50, 98, 116, 132, 146, 158, 223, 246, 258, 278, 283, 285, 286, 293, 321, 353, 375, 382, 384, 387, 418, 425, 429, 435, 457, 461, 464, 497, 498, 501, 504, 505, 612, 615, 629, 646, 657, 671, 674, 676, 690, 722, 743, 756, 759, 771, 775, 786, 788, 789, 826, 854, 857, 893, 903, 931, 932, 967
Dickdarmentzündung 282
Durchfall92, 94, 102, 174, 278, 283, 291, 467, 474, 475, 476, 561, 571, 575, 801, 859, 863, 904
Ekzeme 141, 147, 161, 284, 469, 569, 673, 689, 905, 930
Entzündungen90, 95, 122, 145, 177, 178, 183, 192, 196, 215, 223, 247, 283, 318, 375, 384, 428, 443, 466, 467, 472, 497, 505, 559, 566, 569, 571, 574, 620, 630, 631, 685, 824, 852, 857, 889, 893, 906, 918, 919, 924, 936
Epilepsie 38, 52, 240, 254, 259, 384, 616
Erkältung 90, 196, 215, 257, 278, 282, 295, 561, 579, 824, 829
Falten182, 192, 203, 204, 225, 226, 363, 412, 413, 470, 547, 548, 549, 569, 587, 588, 591, 683, 684, 835, 851, 871
Fieber 197, 215, 313, 827, 852, 905
Furunkel 326, 930
Gallensteine..... 905, 931
Gastritis 147, 198, 259, 284, 291, 325, 457, 474, 575, 798, 828, 906, 913, 931
Geschwüre 140, 158, 326, 562, 758, 908
Gicht 198, 218, 676, 775, 828, 886, 906, 931, 967
Glaukom 257, 416, 425, 428, 446, 728
Graue Haare 893
Grauer Star 38, 202, 498, 833, 906
Grippe90, 196, 215, 228, 234, 257, 278, 282, 295, 325, 329, 339, 353, 803, 804, 824, 829
Grüner Star 834
Gürtelrose 284, 295, 325, 326, 329, 340, 803, 804
Haarausfall207, 222, 498, 502, 532, 541, 560, 586, 588, 593, 650, 680, 686, 801, 802, 829, 871, 893, 907, 924, 926, 927, 933, 938, 941, 942
Hämorrhoiden 201, 220, 259, 284, 293, 325, 330, 560, 572, 796, 832, 908, 916, 931
Hautausschläge 304, 507, 541
Hepatitis79, 90, 196, 223, 246, 376, 402, 626, 629, 756, 766, 773, 775, 786, 792, 804, 825, 857
Herpes79, 97, 143, 159, 256, 284, 294, 326, 329, 338, 340, 469, 472, 756, 791, 803, 804, 839

Herzerkrankungen.....282, 369, 384, 391, 418, 526, 705, 718, 726, 727, 764, 810, 813
Hirnödeme.....385
Hirnschlag.....182, 191, 202, 205, 222, 833, 836, 840, 842, 845, 856, 897, 909, 920
HIV55, 97, 256, 295, 328, 338, 381, 385, 409, 576, 616, 633, 756, 776, 780, 786, 791, 803, 804, 895
Hohes Cholesterin.....252, 775, 832
Husten.....278, 560
Hyperaktivität.....197
Impotenz.....32, 35, 48, 197, 216, 284, 288, 353, 357, 358, 680, 827
Jetlag.....38, 52, 53, 71, 197
Juckreiz.....124, 326, 355, 468, 469, 471, 560, 569, 581, 680, 906
Karies.....467, 541, 553, 554, 561, 583, 675, 676, 701, 911, 925, 930
Knochenbruch.....560
Koliken bei Säuglingen.....467
Konzentrationsschwäche.....52, 196, 560, 826, 911
Kopfschmerzen133, 147, 162, 212, 228, 264, 356, 384, 402, 467, 477, 541, 562, 581, 757, 775, 850, 889, 893, 895, 912
Krampfadern.....194, 200, 219, 556, 559, 572, 831, 924, 930
Krebs24, 26, 32, 35, 37, 38, 41, 42, 44, 45, 46, 65, 67, 71, 73, 79, 90, 98, 100, 101, 102, 112, 116, 147, 164, 188, 206, 210, 211, 212, 222, 223, 234, 236, 240, 246, 250, 251, 265, 269, 271, 273, 278, 283, 285, 286, 290, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 306, 308, 317, 321, 323, 332, 334, 335, 353, 356, 375, 382, 384, 403, 408, 418, 423, 425, 429, 430, 431, 435, 440, 443, 457, 460, 465, 467, 479, 480, 481, 488, 489, 490, 493, 495, 497, 509, 510, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 518, 519, 522, 523, 524, 525, 531, 533, 537, 541, 555, 562, 583, 584, 603, 613, 615, 616, 619, 624, 626, 635, 636, 637, 638, 639, 640, 644, 661, 676, 743, 752, 756, 760, 761, 771, 775, 776, 779, 783, 786, 787, 790, 796, 797, 802, 804, 805, 806, 810, 813, 838, 846, 847, 848, 849, 856, 857, 871, 912, 932, 968
Lebererkrankungen.....759, 786, 913
Leberzirrhose.....198, 240, 284, 293, 402, 626, 629, 825
Legasthenie.....931
Leistenbruch.....562
Lupus e.....140, 141, 147, 160
Magendarmbeschwerden.....474
Makuladegenaration.....202, 833
Malaria.....79, 82, 83, 84, 85, 86, 95, 255, 258, 278, 295
Mandelentzündung.....324, 561, 571, 914
Masern.....776
Menstruationsbeschwerden.....278, 296, 327, 680, 893
Migräne38, 51, 133, 147, 162, 198, 217, 467, 477, 581, 680, 757, 775, 776, 827, 893, 912, 918
Mittelohrentzündung.....325, 355
Morbus Bechterew.....498, 503
Morbus Crohn.....140, 142, 147, 160, 321, 465, 498, 795, 931
Morbus Huntington.....425
MS.....48, 132, 207, 253, 254, 283, 294, 382, 385, 428, 446
Müdigkeit52, 72, 212, 228, 285, 353, 532, 541, 561, 614, 626, 654, 680, 850, 890, 895, 913
Mukoviszidose.....223, 246, 375, 857
Multiple Sklerose.....147, 207, 253, 283, 382, 385, 418, 425, 616, 676, 914
Mundgeruch.....541, 914
Muskelkrämpfe.....893
Muskelschwäche.....386
Myokarditis.....385
Nachtblindheit.....143, 161
Nebenhöhlenentzündung.....283, 327
Nervenerkrankungen.....796
Nesselsucht.....326, 467, 469, 470
Neurodermitis125, 147, 156, 160, 161, 198, 215, 326, 384, 402, 469, 470, 560, 626, 634, 757, 796, 828, 852, 930
Nierenerkrankungen.....77, 140, 142, 147, 158, 385, 915
Nierensteine.....807, 915, 920, 931
Ödeme.....197, 284, 305, 396, 764, 801, 916, 926, 934
Osteoporose55, 139, 147, 159, 200, 219, 255, 283, 402, 552, 559, 566, 583, 589, 616, 676, 775, 786, 830, 916, 924, 927, 930
Parkinson.....55, 207, 213, 223, 247, 259, 355, 376, 382, 385, 386, 498, 839, 857, 931
Parodontose.....199, 218, 284, 297, 685, 829, 917, 925, 930
Pilze99, 284, 295, 307, 422, 425, 495, 529, 623, 742, 746, 765, 781, 917, 953, 954, 959, 966
PMS.....147, 164, 194, 199, 468, 478, 560
Progerie.....55, 386
Psoriasis.....124, 141, 160, 284, 326, 469
Raucherbein.....197, 253, 327, 329, 343, 827

Schaufensterkrankheit 327, 329
Schilddrüsenüberfunktion 382, 920
Schilddrüsenunterfunktion 497, 502, 532
Schizophrenie 136, 137, 259, 386
Schlafstörungen32, 38, 47, 51, 52, 54, 72, 147, 381, 462, 467, 477, 561, 585, 836, 890, 893, 920
Schlaganfall24, 39, 96, 127, 128, 133, 150, 154, 155, 182, 188, 191, 205, 209, 245, 253, 258, 272, 286, 353, 375, 424, 425, 426, 427, 436, 439, 500, 526, 558, 577, 596, 628, 644, 720, 726, 727, 728, 765, 773, 836, 840, 890, 900, 902, 909, 920, 927, 931
Schuppenflechte 141, 147, 156, 161, 284, 326, 386, 469, 471, 930
Schwangerschaftsstreifen 204, 221, 834, 835
Schweißausbrüche 51
Schwellungen 336, 355, 469, 470, 597
Schwermetallvergiftung 326
Schwindel 396, 757
Sehschwäche 38, 147, 202, 921
Sodbrennen 292, 561, 578, 795, 893, 913, 921
Sonnenbrand 326, 469, 471, 560, 569, 581
Strahlenschäden 132
Stress16, 38, 47, 48, 92, 177, 218, 285, 309, 320, 395, 406, 423, 434, 436, 437, 446, 489, 502, 533, 572, 632, 720, 816, 825, 860, 871, 891, 910, 918, 928, 935, 940, 941
Tennisarm 326, 329, 343, 922
Thrombose 168, 205, 283, 294, 837
Tinnitus 134, 142, 157, 258, 382, 680, 758, 775, 910
Trockene Haut 203, 834
Tuberkulose 79, 196, 215, 283, 824
Übergewicht 369, 397, 425, 627, 676, 786, 796, 826, 893, 922
Übersäuerung89, 285, 286, 296, 572, 626, 676, 720, 795, 868, 869, 870, 871, 891, 892, 893, 894, 895, 896, 897, 898, 899, 900, 901, 904, 906, 908, 910, 912, 913, 914, 915, 916, 917, 919, 920, 921, 923, 924, 929, 932, 933, 937, 938, 941, 944, 946
Unfruchtbarkeit 199, 217, 353, 386, 387, 533, 828
Venenentzündungen 517, 525
Verbrennungen 204, 256, 283, 296, 560, 569, 581, 763, 777, 826
Verstopfung 96, 209, 571, 709, 757, 840
Warzen 90, 256, 259, 326, 342, 355, 560, 573
Wunden 216, 241, 273, 296, 312, 369, 569, 574, 854
Zahnfleischentzündungen 95, 478, 553, 561, 582, 685, 893, 914
Zahnfleischschwund 561
Zeugungsunfähigkeit 353, 358, 497, 501

Index Krankheiten Codex Humanus, Band III

Aids 852, 886
AIDS 68, 95, 181, 257, 283, 295, 305, 310, 418, 454, 457, 460, 465, 852
Akne 241, 253, 350, 353, 366, 432, 474, 872, 880
Allergien 41, 44, 68, 69, 146, 152, 153, 162, 180, 184, 242, 261, 283, 304, 311, 426, 427, 449, 828, 850, 852, 884
Altersflecken 880, 887
Alterung 41, 55, 57, 61, 99, 105, 108, 177, 181, 188, 202, 229, 232, 237, 269, 270, 271, 276, 277, 290, 297, 305, 312, 428, 828, 829, 853, 877, 890
Alzheimer 61, 69, 103, 108, 112, 121, 149, 234, 291, 431, 432, 469, 885
Anämie 153, 163
Angina Pectoris 68, 69, 76, 80, 180, 182, 188, 383, 387, 399, 401, 406
Angstzustände 42, 356, 429, 469
Arterienverkalkung 42, 148, 230, 237, 257, 291
Arteriosklerose 4, 8, 10, 28, 32, 34, 41, 61, 69, 70, 107, 111, 125, 148, 149, 152, 157, 158, 180, 230, 231, 238, 240, 247, 253, 257, 277, 291, 292, 294, 298, 306, 418, 439, 452, 476, 477, 841, 853, 854, 858, 865, 881, 884
Arthritis 41, 45, 46, 61, 72, 103, 110, 113, 128, 129, 142, 145, 149, 172, 181, 185, 188, 189, 190, 191, 240, 247, 263, 276, 295, 304, 308, 309, 331, 344, 432, 441, 449, 476, 843, 854, 881, 885
Arthrose 113, 129, 230, 240, 247, 263, 270, 276, 306, 356, 854, 881, 885
Asthma 70, 305, 311, 403, 404, 432, 855
Blähungen 159, 161, 242, 252, 256, 331
Blutarmut 42, 144, 153, 163
Bluthochdruck 10, 28, 34, 55, 68, 111, 141, 145, 182, 188, 214, 240, 259, 294, 301, 304, 306, 339, 404, 426, 428, 430, 449, 454, 463, 476, 477, 829, 841, 846, 850, 857, 883
Bronchitis 430, 449, 857
Brüchige Nägel 240
Chronische Müdigkeit 304
Colitis 70, 469, 885
Colitis Ulcerosa 70
Demenz 43, 108, 403, 404
Depressionen 42, 70, 84, 88, 95, 146, 152, 161, 162, 181, 185, 305, 310, 353, 356, 365, 403, 431, 469, 859, 873
Diabetes 8, 41, 61, 69, 70, 73, 103, 110, 114, 119, 142, 146, 149, 180, 181, 184, 187, 291, 294, 295, 307, 323, 334, 348, 351, 353, 367, 398, 418, 430, 433, 445, 449, 460, 462, 463, 850, 859, 885, 886, 922
Durchfall 152, 159, 160, 161, 242, 252, 256, 474, 860
Ekzeme 154, 250, 350, 366, 860, 884
Entzündungen 61, 71, 113, 128, 151, 152, 157, 180, 188, 239, 240, 247, 250, 252, 255, 299, 308, 309, 362, 846, 850, 862, 872, 874, 878, 890
Epilepsie 71, 295
Erkältung 241, 260
Falten 50, 98, 155, 229, 230, 250, 268, 269, 272, 360, 361, 828
Fieber 861
Furunkel 884
Gallensteine 861, 884
Gastritis 141, 159, 256, 471, 861, 869, 885
Geschwüre 242, 432, 864
Gicht 353, 449, 843, 862, 884, 922
Glaukom 101, 110, 113, 131, 403, 404
Graue Haare 850
Grauer Star 181, 862
Grippe 41, 475, 476
Gürtelrose 475, 476
Haarausfall 181, 185, 214, 223, 241, 267, 269, 274, 327, 357, 363, 473, 474, 475, 828, 850, 863, 878, 880, 881, 887, 891, 892, 894, 895
Hämorrhoiden 241, 253, 469, 864, 871, 884
Hautausschläge 190, 223
Hepatitis 61, 88, 304, 307, 430, 440, 447, 449, 460, 466, 476
Herpes 154, 156, 430, 465, 475, 476

Herzerkrankungen 55, 70, 76, 103, 208, 382, 394, 402, 403, 437
Hirnödeme 71
Hirnschlag 854, 865, 875
HIV 67, 71, 95, 257, 295, 310, 311, 430, 450, 454, 460, 465, 475, 477, 852
Hohes Cholesterin 449
Husten 241
Impotenz 41, 45, 46, 357
Juckreiz 43, 153, 154, 155, 241, 250, 262, 356, 862
Karies 152, 223, 234, 241, 263, 264, 352, 353, 378, 866, 879, 883
Knochenbruch 240
Koliken bei Säuglingen 152
Konzentrationsschwäche 241, 867
Kopfschmerzen. 44, 70, 88, 152, 162, 223, 243, 262, 430, 449, 846, 850, 852, 867
Krampfadern 237, 240, 253, 878, 884
Krebs41, 44, 61, 69, 70, 89, 94, 103, 108, 110, 114, 115, 119, 125, 128, 142, 145, 149, 152, 163, 164, 165, 172, 173, 174, 177, 178, 180, 191, 192, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 203, 204, 205, 206, 213, 215, 219, 223, 236, 243, 264, 265, 283, 293, 294, 295, 297, 302, 304, 313, 314, 315, 316, 317, 321, 322, 338, 353, 418, 426, 430, 434, 435, 445, 449, 450, 453, 457, 460, 461, 464, 469, 470, 474, 476, 477, 478, 828, 868, 886, 923
Lebererkrankungen 432, 460, 868
Leberzirrhose 88, 304, 307
Legasthenie 885
Leistenbruch 242
Magendarmbeschwerden 159
Mandelentzündung 242, 252, 869
Masern 450
Menstruationsbeschwerden 357, 850
Migräne 152, 162, 262, 357, 431, 449, 850, 867, 873
Mittelohrentzündung 42
Morbus Bechterew 181, 185
Morbus Crohn 150, 181, 469, 885
Morbus Huntington 110
MS 68, 71, 113, 131
Müdigkeit 41, 214, 223, 241, 293, 304, 330, 357, 847, 852, 869
Mukoviszidose 61
Multiple Sklerose 68, 71, 103, 110, 295, 353, 869
Mundgeruch 223, 869
Muskelkrämpfe 850
Muskelschwäche 72
Myokarditis 71
Nervenerkrankungen 469
Nesselsucht 152, 154, 155
Neurodermitis 70, 88, 154, 155, 241, 304, 312, 431, 469, 884
Nierenerkrankungen 71, 870
Nierensteine 870, 875, 884
Ödeme 82, 438, 474, 871, 880, 887
Osteoporose88, 233, 234, 240, 247, 264, 270, 295, 353, 449, 460, 871, 878, 881, 884
Parkinson 43, 61, 68, 71, 72, 181, 885
Parodontose 362, 871, 872, 879, 884
Pilze 107, 110, 179, 210, 301, 417, 421, 439, 455, 872, 907, 914, 921
PMS 153, 162, 241
Progerie 72
Psoriasis 154
Schilddrüsenüberfunktion 68, 874

Schilddrüsenunterfunktion 180, 185, 214
Schizophrenie 72
Schlafstörungen 67, 146, 152, 162, 242, 266, 847, 850, 874
Schlaganfall 41, 61, 109, 110, 111, 112, 121, 124, 183, 207, 239, 258, 277, 306, 321, 397, 402, 403, 404, 439, 447, 847, 857, 858, 865, 875, 881, 885
Schuppenflechte 72, 154, 156, 884
Schwellungen 43, 154, 155, 277
Schwermetalle 31
Schwindel 82, 431
Sehschwäche 875
Sodbrennen 242, 259, 469, 850, 868, 875
Sonnenbrand 154, 156, 241, 250, 261
Stress 81, 92, 108, 118, 121, 122, 131, 173, 184, 215, 253, 310, 396, 828, 848, 866, 873, 881, 889, 894, 895
Tennisarm 876
Tinnitus 69, 357, 432, 449, 866
Übergewicht 55, 83, 110, 305, 353, 460, 469, 850, 876
Übersäuerung 253, 304, 353, 396, 469, 825, 826, 827, 828, 848, 849, 850, 851, 852, 853, 854, 855, 856, 857, 858, 860, 862, 864, 866, 867, 868, 869, 870, 871, 872, 873, 874, 875, 876, 877, 878, 883, 885, 887, 891, 892, 895, 897, 898, 900
Unfruchtbarkeit 41, 72, 73, 214
Venenentzündungen 198, 206
Verbrennungen 241, 250, 261, 437, 451
Verstopfung 252, 385, 431
Warzen 42, 241, 254
Wunden 54, 250, 255
Zahnfleischentzündungen 163, 234, 242, 263, 362, 850, 869
Zahnfleischschwund 242
Zeugungsunfähigkeit 41, 46, 180, 184

Krankheiten-Index Band IV

Hunderte weitere Erkrankungen….

Bezugsquelle Buch:

Das Werk „Codex Humanus“ können Sie direkt im Shop auf www.vitaminum.net (oder bei einem unserer Partner) als gebundenes Buch in 4 Bänden (bzw. den 4 Band auch einzeln!) erwerben oder aber als eBook (kostengünstige PDF-Variante)

Thomas Chrobok

Codex Humanus - 5 Bände - Das Buch der Menschlichkeit

4990 Seiten, geb.
erscheint 2026

Jetzt kaufen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de