

# Erich Rauch Lehrbuch der Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr.

## Leseprobe

[Lehrbuch der Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr.](#)

von [Erich Rauch](#)

Herausgeber: Thieme



<http://www.narayana-verlag.de/b19559>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>



# Inhalt

Geleitworte . . . . .	XIII
Vorwort . . . . .	XIX

## 1. Teil: Diagnostik nach F. X. Mayr

<b>1</b>	<b>F. X. Mayr – Leben und Werk . . . . .</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Der Gesundheitsbegriff F. X. Mayrs . . . . .</b>	<b>9</b>
2.1	Der optimale Gesundheitszustand . . . . .	11
2.2	Der suboptimale Gesundheitszustand . . . . .	11
2.3	Der durchschnittliche Gesundheitszustand . . . . .	12
2.4	Der noch-nicht-krankte Zustand (Ungesundheit) . . . . .	12
<b>3</b>	<b>Der Untersuchungsgang nach F. X. Mayr (Übersicht) . . . . .</b>	<b>14</b>
3.1	Beurteilung und Abnahme der Gesundheitsmaße im Stehen . . . . .	15
3.2	Beurteilung der humoraldiagnostischen Kriterien . . . . .	15
3.3	Untersuchung im Liegen . . . . .	15
3.4	Maßabnahme im Liegen . . . . .	15
3.5	Kartei-Eintragung und Anamnese . . . . .	16
<b>4</b>	<b>Kriterien des gesunden Abdomens . . . . .</b>	<b>17</b>
4.1	Inspektion . . . . .	17
4.1.1	Die Form . . . . .	17
4.1.2	Die Atmungsweise: Die Ruheatmung des Gesunden ist die Bauchatmung . . . . .	17
4.1.3	Das Bauchrelief . . . . .	17
4.2	Maßabnahme . . . . .	18
4.2.1	Das Bauchmaß (BM) . . . . .	18
4.2.2	Das Großbauchmaß (GBM) . . . . .	19
4.2.3	Das Dünndarmmaß (DDM) . . . . .	20
4.2.4	Das Nabelmaß (NM) . . . . .	20
4.3	Perkussion . . . . .	20
4.3.1	Feststellung der Lungen-Leber-Grenze rechts . . . . .	20
4.3.2	Feststellung der Beschaffenheit der Magenblase . . . . .	22
4.3.3	Feststellung der Schallart am übrigen Abdomen . . . . .	22
4.4	Palpation . . . . .	22
4.4.1	Palpationsreihenfolge . . . . .	23
4.4.1.1	Haut- und Unterhautzellgewebe . . . . .	23
4.4.1.2	Muskulatur . . . . .	23
4.4.1.3	Leber . . . . .	24
4.4.1.4	Dünndarm . . . . .	24
4.4.1.5	Dickdarm . . . . .	26

4.4.1.6	Gallenblase . . . . .	27
4.4.2	Widersprüche zum Röntgenbefund . . . . .	28
<b>5</b>	<b>Die Tonuslehre nach F. X. Mayr . . . . .</b>	<b>29</b>
5.1	Entstehung abnormer Tonuszustände . . . . .	30
5.2	Ablaufstufen der Intoxikation . . . . .	30
5.2.1	Das Exzitations- oder Erregungsstadium . . . . .	30
5.2.2	Das Paralyse- oder Lähmungsstadium . . . . .	31
5.2.3	Das Atrophie-, Degenerations- oder Verkümmierungsstadium . . . . .	31
5.2.4	Der Tod . . . . .	32
5.3	Diagnostische Konsequenzen . . . . .	32
5.4	Tonus des Verdauungskanals und Entzündung . . . . .	33
5.5	Die intestinale Autointoxikation . . . . .	35
5.6	Lage und Form der Eingeweide . . . . .	37
5.6.1	Dickdarm . . . . .	37
5.6.2	Magen . . . . .	38
5.6.3	Der Dünndarm . . . . .	40
5.7	Die Enteropathie und das Enteropathie-Syndrom . . . . .	42
5.7.1	Die Enteropathie nach F. X. Mayr . . . . .	42
5.7.2	Das Enteropathie-Syndrom nach F. X. Mayr . . . . .	44
5.7.3	Die 3 Stadien der Enteropathie . . . . .	44
<b>6</b>	<b>Die Bauchformen nach F. X. Mayr . . . . .</b>	<b>45</b>
6.1	Normalbauch . . . . .	45
6.2	Schiefer Bauch . . . . .	45
6.3	Kahnbauch . . . . .	46
6.3.1	Der Hungerbauch und der kleine Kahnbauch (= nicht entzündlicher Kahnbauch) . . . . .	46
6.3.2	Der entzündliche Kahnbauch . . . . .	46
6.4	Gasbauch . . . . .	46
6.4.1	Bildung von Divertikeln . . . . .	47
6.5	Kotbauch . . . . .	48
6.5.1	Der schlaffe Kotbauch . . . . .	48
6.5.2	Der entzündliche Kotbauch . . . . .	50
6.6	Gas-Kotbauch . . . . .	51
6.6.1	Der schlaffe Gas-Kotbauch . . . . .	51
6.6.2	Der entzündliche Gas-Kotbauch . . . . .	51
6.7	Reiner Fettbauch . . . . .	51
6.8	Stuhl . . . . .	53
<b>7</b>	<b>Bauchvergrößerung und Körperhaltung . . . . .</b>	<b>56</b>
7.1	Normalhaltung . . . . .	57
7.2	Streckung der LWS – Anlaufhaltung . . . . .	57

7.3	Überbiegung der LWS – Habtachthaltung . . . . .	58
7.4	Kombinierte Streckung und Überbiegung – Entenhaltung . . . . .	58
7.5	Lendenlordose und Brust-Kyphose – lässige Haltung . . . . .	60
7.6	Gas-, Gas-Kotbauch – Großstrommelträgerhaltung . . . . .	60
7.7	Kotbauch – Sämannshaltung . . . . .	61
7.8	Weitere Mayr-Maße . . . . .	62
7.8.1	Die Halslänge (HL) . . . . .	62
7.8.2	Der Schulterblattabstand (SA) . . . . .	64
7.8.3	Lordosemaß (LO) . . . . .	65
7.9	Schulung des „klinischen Blickes“ . . . . .	65
<b>8</b>	<b>Der Thorax – Thoraxformen nach F. X. Mayr . . . . .</b>	<b>67</b>
8.1	Gesunder Thorax . . . . .	68
8.1.1	Die Flankenhöhe oder Distantia ileocostalis minima (DICM) . . . . .	68
8.1.2	Die Brustbeinhöhe (BBH) . . . . .	68
8.2	Birnenförmiger Thorax . . . . .	69
8.3	Schellenförmiger Thorax . . . . .	69
8.4	Glockenförmiger Thorax . . . . .	69
8.5	Paralytischer Thorax . . . . .	70
8.6	Schutzbuckel nach F. X. Mayr . . . . .	70
<b>9</b>	<b>Die Atmung . . . . .</b>	<b>73</b>
9.1	Elastischer Lungenzug . . . . .	73
9.2	Zwerchfellkontraktion . . . . .	73
9.3	Intraabdomineller Druck . . . . .	74
9.4	Sauerstoffmangel und chronische Kohlensäureüberladung des Blutes . . . . .	75
<b>10</b>	<b>Humoraldiagnostik aus dem Gewebezustand . . . . .</b>	<b>76</b>
10.1	Farbe der Haut . . . . .	77
10.1.1	Normalfarbe . . . . .	77
10.1.2	Blaß-weißliche Verfärbung . . . . .	77
10.1.3	Graufahl-schmutzige Verfärbung . . . . .	77
10.1.4	Rot-blaurote Verfärbung . . . . .	78
10.1.5	Gelblich-grünliche Verfärbung . . . . .	79
10.1.6	Bräunlich-fleckige Verfärbung . . . . .	82
10.1.7	Mischformen . . . . .	82
10.2	Oberfläche der Haut . . . . .	83
10.2.1	Die vier Grade des Dermographismus . . . . .	83
10.3	Der Tonus der Haut, Gesichtsstadien . . . . .	84
10.3.1	Normalstadium (norm.) . . . . .	84
10.3.2	Erregungsstadium – Facies spastica (spast.) . . . . .	84
10.3.3	Erschlaffungsstadium – Facies rotunda und plicata . . . . .	85
10.3.3.1	Facies rotunda, Rund- oder Vollmondgesicht (rot.) . . . . .	85

10.3.3.2	Facies plicata – Faltengesicht (plic.)	85
10.3.4	Degenerationsstadium – Facies atrophicans I–III (A. I–III)	85
10.3.4.1	Facies atrophicans plana (A. I)	86
10.3.4.2	Facies atrophicans striata (A. II)	87
10.3.4.3	Facies atrophicans plicatissime plicata (A. III)	87
10.3.5	Die Tonusbewertung	87
10.3.6	Messen von Tonusveränderungen	92
10.3.6.1	Das Mamma-Dreieck	92
10.3.6.2	Faltenzahl am Rücken (F)	94
10.4	Haar	94
10.4.1	Schädigungsstadium des Haares (Haar 1)	94
10.4.2	Schädigungsstadium des Haares (Haar 2)	96
10.4.3	Schädigungsstadium des Haares (Haar 3)	96
10.4.4	Schädigungsstadium des Haares (Haar 4)	96
10.5	Nägel	96
10.6	Skleren	97
10.7	Konjunktiven	97
10.8	Mund	97
10.9	Zunge	98
10.10	Foetores	98
10.10.1	Foetor ex ore	100
10.10.2	Foetor sudoris	100
10.10.3	Foetor faecalis	101
10.10.4	Foetor urinosus	101
10.10.5	Foetor menstruationis	101
10.10.6	Foetor vaginalis	102
10.11	Die 6 Succusionen	102
10.11.1	Succussio hepatica (Succ. h.)	102
10.11.2	Die Succussio flexurae coli lienalis (Succ. sin.)	104
10.11.3	Die Succussio urinaria (Succ. u.)	104
10.11.4	Die Succussio enterica (Succ. e.)	105
10.11.5	Die Succussio gastrica (Succ. g.)	105
10.11.6	Die Succussio gastrohepatica (Succ. gh.)	105
10.12	Nierendruckpunkt nach Rauch	106
<b>11</b>	<b>Der Untersuchungsgang nach F. X. Mayr (detaillierter Ablauf)</b>	<b>107</b>

## 2. Teil: Therapie nach F. X. Mayr

<b>1</b>	<b>Medizinhistorischer Hintergrund</b> . . . . .	<b>113</b>
<b>2</b>	<b>Heilprinzipien nach Mayr</b> . . . . .	<b>117</b>
2.1	Das Schonprinzip . . . . .	117
2.1.1	Das Fasten . . . . .	117
2.1.2	Die Einschränkung der Nahrungszufuhr . . . . .	117
2.1.3	Die Esskultur nach Mayr . . . . .	118
2.1.4	Weitere diätetische Schonmöglichkeiten . . . . .	118
2.1.4.1	Vermeidung ballaststoffreicher und sonstwie belastender Nahrungsmittel. . . . .	118
2.1.4.2	Vermeidung aller Zwischenmahlzeiten . . . . .	118
2.1.4.3	Vermeidung oder Einschränkung des Abendessens . . . . .	119
2.1.4.4	Monotonie . . . . .	119
2.2	Das Säuberungsprinzip . . . . .	119
2.2.1	Die Verschlackung . . . . .	119
2.2.1.1	Verschlackung des Darmtraktes . . . . .	120
2.2.1.2	Verschlackung des Interstitiums . . . . .	121
2.2.1.3	Verschlackung von Blut und Gefäßen . . . . .	122
2.2.1.4	Verschlackung und Übersäuerung von Muskeln, Gelenken und Nerven . . .	123
2.2.1.5	Andere Schlackenablagerungen . . . . .	124
2.2.2	Therapie der Verschlackung . . . . .	124
2.2.3	Die salinische Berieselung . . . . .	125
2.2.3.1	Die einzelnen salinischen Mittel . . . . .	126
2.3	Das Schulungsprinzip . . . . .	128
2.3.1	Die ärztliche manuelle Bauchbehandlung (MBB) . . . . .	129
2.3.1.1	Verbesserung des Tonus der erschlafften Darmpartien und Anregung ihrer Motorik (Peristaltik) . . . . .	130
2.3.1.2	Verbesserung der Zirkulation im Bauchraum . . . . .	130
2.3.1.3	Entstauung der großen und kleinen Verdauungsdrüsen . . . . .	130
2.3.1.4	Reaktivierung der Atmung. . . . .	130
2.3.1.5	Verbesserung der Qualität des Blutes . . . . .	130
2.3.1.6	Kontaktgewinn zum Patienten . . . . .	131
2.3.2	Das Kau- und Einspeichelungstraining . . . . .	131
2.3.2.1	Herstellung der Kursemmel . . . . .	131
2.3.2.2	Essen bei Milchdiät . . . . .	132
2.3.3	Trinkkur . . . . .	132
2.3.4	Selbstbeherrschungstraining . . . . .	132
2.3.5	Wahrnehmung verkümmelter Sättigungsreflexe und Eigeninstinkte . . . . .	133
2.3.6	Übermittlung eines hohen Informations- und Motivationsstandes . . . . .	133

<b>3</b>	<b>Die ambulante Behandlung mit der Mayr-Therapie</b> .....	135
3.1	Die Vorkur .....	135
3.2	Tee- oder Heilfasten nach Mayr .....	138
3.3	Die Milchdiät und die erweiterte Milchdiät .....	139
3.3.1	Die Milchdiät (Milch-Semmelkur) .....	139
3.3.2	Die erweiterte Milchdiät .....	140
3.4	Die 3 Stufen der Milden Ableitungsdiät (MAD) .....	140
3.4.1	Die Kurausleitung .....	141
3.4.2	Die Milde Ableitungskur .....	143
3.5	Langzeittherapie in kleinsten Schritten .....	144
3.6	Das ergänzende vierte Heilprinzip: Die Substitution .....	145
3.6.1	Der Säure-Basen-Haushalt des Menschen .....	146
3.6.1.1	Die basophilen Drüsen .....	146
3.6.1.2	Die Aufrechterhaltung des Säure-Basen-Gleichgewichtes .....	147
3.6.1.3	Belastungen des Säure-Basen-Gleichgewichtes .....	147
3.6.2	Die Azidosen .....	149
3.6.2.1	Die latente Azidose nach Sander .....	149
3.6.2.2	Die lokale Azidose nach Kern .....	150
3.6.2.3	Die akute und die manifeste Azidose .....	151
3.6.2.4	Folgen des Basenmangels .....	151
3.6.3	Die Entsäuerungsmaßnahmen (Basentherapie) .....	152
3.6.3.1	Die Basenpulver .....	153
3.6.3.2	Die parenterale Basentherapie .....	155
3.6.3.3	Gegenanzeigen der Basentherapie .....	156
3.7	Mayr-Therapie in der Großstadtpraxis .....	156
<b>4</b>	<b>Die stationäre Behandlung mit der Mayr-Therapie</b> .....	160
4.1	Allgemeine Richtlinien .....	160
4.1.1	Vorteile der stationären Kur .....	160
4.1.2	Nachteile der stationären Kur .....	161
4.1.3	Beispiel eines stationären Kurprogrammes .....	161
4.2	Teefasten und die weiteren Diätstufen in stationärer Behandlung .....	161
4.3	Seelisch-geistige Dimension der inneren Reinigung .....	163
4.4	Kurreaktionen – Krisen .....	165
4.4.1	Anfangsreaktionen .....	165
4.4.2	Rekapitulationsreaktionen .....	166
4.4.3	Provokationsreaktionen .....	166
4.4.4	Entgiftungsreaktionen .....	166
4.4.5	Defizitreaktionen .....	166
4.4.6	Psycho-Reaktionen .....	168
4.4.7	Andere Kurreaktionen .....	168
4.4.7.1	Nüchternschmerz (Hypoglykämie) .....	168
4.4.7.2	Gallen- und Nierensteinkoliken .....	168

4.5	Richtlinien für eine vernünftige „milde Dauerkost“ .....	169
4.6	Kurdauer, Todesfälle, Komplikationen .....	170
4.7	Der untergewichtige atrophische Patient .....	173
4.8	Zum rheumatischen Formenkreis .....	177
4.9	Argumente gegen Intensivdiätetik .....	179
4.10	Lehrreiche Tierversuche .....	180
<b>5</b>	<b>Indikationen</b> .....	<b>185</b>
5.1	Indikationen im Sinne F. X. Mayrs .....	185
5.1.1	Die Primärindikationen .....	185
5.1.2	Die Sekundärindikationen .....	185
5.1.3	Die Tertiärindikationen .....	185
5.2	Indikationen im Sinne klinischer Diagnosen .....	186
5.3	Indikationsliste .....	187
5.4	Kontraindikationen der Mayr-Therapie .....	201
<b>6</b>	<b>Diagnostik und Therapie nach F. X. Mayr</b> .....	<b>203</b>
<b>7</b>	<b>Zitierte Literatur</b> .....	<b>208</b>
<b>8</b>	<b>Weitere Literatur über die Mayr-Methode</b> .....	<b>210</b>
	<b>Sachverzeichnis</b> .....	<b>213</b>





Erich Rauch

[Lehrbuch der Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr.](#)

Kriterien des Krankheitsvorfeldes, der Gesundheit und Krankheit

240 Seiten, geb.  
erschienen 2015



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise  
[www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)