

Naturheilkundliche Regulationstherapien

Der menschliche Organismus hat eine hohe Fähigkeit zur Selbstregulation. Wird der Mensch aber mit immer mehr schädlichen Stoffen konfrontiert, Chemikalien in Wasser, Luft und Nahrungsmitteln sowie dem Konsum von Nikotin, Alkohol, Kaffee, Süßigkeiten, fettem Fleisch und zu vielen Tabletten, sind die Hauptausscheidungsorgane Niere und Leber mit diesen Belastungen überfordert. Gift- und Schlackenstoffe werden als Folge im Körper eingelagert, anstatt vollständig ausgeschieden zu werden.

Bevorzugte **Speicherorte** für diese Toxine sind das Unterhautfettgewebe, Gelenkkapseln, Muskeln und Sehnen. Immer mehr „Schlackendepots“ führen letztendlich zu einer Versäuerung der Gewebe. Außerdem wird der Austausch zwischen Zelle und Zellumgebung erschwert. Als Folge kann es zu akuten und chronischen Erkrankungen kommen.

Typische **Folgekrankheiten**, unter denen immer mehr Menschen durch die passive oder aktive Aufnahme von Umweltgiften leiden, sind Allergien und Überempfindlichkeiten, Hauterkrankungen, rheumatische Erkrankungen, Morbus Parkinson, chronische Darmerkrankungen, Demenz und Morbus Alzheimer

Die **Naturheilkunde** verfügt über eine Reihe von Möglichkeiten, hier einzugreifen. Die therapeutischen Maßnahmen zur Anregung und Unterstützung des natürlichen Entgiftungssystems orientieren sich dabei am individuellen Beschwerdebild. Ziel ist es, die Abwehrkräfte zu steigern, Schlacken zu reduzieren und eine verbesserte Sauerstoffversorgung und Durchblutung der Gewebe zu erreichen.

Methoden zur Ausleitung

Nachdem durch geeignete Entgiftungsmaßnahmen abgelagerte toxische Stoffe im Gewebe wieder mobilisiert wurden, müssen diese über die Haut, die Leber und Galle, die Nieren, die Lymphe oder den Darm nach außen transportiert und ausgeschieden werden. Fettlösliche Toxine werden hauptsächlich über das Leber-Galle-System und das Lymphsystem ausgeschieden, wasserlösliche Toxine über die Nieren. Dafür haben sich zum Beispiel die folgenden naturheilkundlichen Methoden bewährt:

- Physikalische Verfahren zur Anregung des Schwitzens (Sauna, Bäder, Wickel etc.)
- Phytotherapeutika oder Homöopathika, die Schweiß, Harn oder Galle treibende Eigenschaften besitzen
- Stimulation des Lymphsystems, z.B. Lymphdrainage
- Darmstimulation (Einläufe, Abführmittel, Colon-Hydro-Therapie), Mikronährstofftherapie
- Stimulation der Leber und Galle, z.B. Mariendistel, Artischocke, Wermut, Schafgarbe oder Löwenzahn
- Stimulation der Bauchspeicheldrüse, z.B. durch homöopathische Präparate



Der Säuren - Basen - Haushalt

Im gesunden Körper halten bestimmte Stoffwechselfvorgänge das Verhältnis von Säuren zu Basen konstant. Überschüssige Säuren werden im Blut abgepuffert, mit dem Harnstoff über die Niere ausgeschieden oder mit Kohlendioxid über die Lunge abgeatmet. Steigt der Anteil von Säurebildnern in der Nahrung, können die Gewebe den Säureüberschuss nicht mehr abtransportieren oder neutralisieren mit der Folge der **Übersäuerung**.

Das veränderte Milieu beeinflusst die Funktion und Durchlässigkeit der Zellmembranen: Die Stoffwechselschlacken verbleiben in den Zellen. Stoffwechselstörungen dieser Art werden gefördert durch ungünstige Umweltbedingungen, falsche Ernährungsgewohnheiten, Stress, auch durch die Einnahme von bestimmten Medikamenten.

Die Übersäuerung des Bindegewebes ist Ursache vieler Erkrankungen. In dem sauren Milieu können wichtige Enzyme nicht mehr optimal wirken. Außerdem entwickeln sich freie Radikale, die vom Körper nicht mehr neutralisiert werden können. Im Ergebnis führt das zur Schwächung der Abwehrsysteme und typischen (manchmal diffusen) **Beschwerdebildern** wie zum Beispiel vegetativen Störungen (Migräne, Nervosität, Müdigkeit), rheumatischen Erkrankungen, Knochenerkrankungen (Osteoporose), Bindegewebschäden (Bandscheibenvorfall, Arthrosen), Krankheiten des Verdauungstraktes (Appetitlosigkeit, Sodbrennen, Durchfall, Verstopfung), Allergien und Pilzkrankungen, Hauterkrankungen (Akne, Neurodermitis, Schuppenflechte), psychischen Störungen (Schlafstörungen, Depressionen) und vielen anderen.

Behandlung von Übersäuerung

Als Sofortmaßnahme kann mit Medikamenten zum Säureausgleich behandelt werden (Basentabletten); fehlendes Alkali kann im Organismus nicht selbst erzeugt werden. Durch Anregung der Durchblutung und Basenbäder werden Stoffwechselschlacken gelöst und mit einer gleichzeitigen Trinkkur über Darm und Nieren ausgeschieden. Dauerhaft kann der Körper seine Basendepots durch Bevorzugung basischer Nahrungsmittel (z.B. Blattsalate, Gemüse, Obst, Kartoffeln, Kräutertee) auffüllen.



Eine ausreichende Zufuhr von Flüssigkeit (mindestens 2-3 Liter täglich) ist als ergänzende Trinkkur zu allen Therapien unumgänglich, oft ist auch eine begleitende Darmsanierung empfehlenswert.

Die Darmsanierung

Die Darmflora besteht aus Billionen von Bakterien, die im Darm lebenswichtige Wirkungen entfalten. Diese Mikroorganismen beschützen den Körper vor schädlichen Bakterien oder Pilzen und stärken das Abwehrsystem. Ziel der Magen-Darmsanierung (Symbioselenkung) ist, im Darm wieder gesunde Lebensverhältnisse zu schaffen, indem Schadstoffe abgebaut und die dort existierenden Bakterienkulturen wieder leistungsfähig gemacht werden.



Ulrike Vielau
Heilpraktikerin

Jahrgang 1947, verheiratet - langjährige Tätigkeit als Lehrerin und Fachbereichsleiterin in Grundschule, Gymnasium und Integrierter Gesamtschule - berufsbegleitend Studium von Homöopathie und TCM - Ausbildung zur Heilpraktikerin - amtsärztlich geprüft - Fortbildungen in weiteren anerkannten Therapieformen - eigene Praxis seit 2011.

Allen meinen Patientinnen und Patienten
biete ich eine auf sie individuell abgestimmte ganzheitliche Therapie.

Naturheilpraxis Ulrike Vielau

Schulstr. 19, 26180 Rastede-Wahnbek
Telefon: 04402-8636464
E-Mail: praxis@ulrike-vielau.de
Internet: www.ulrike-vielau.de

Termine nach Vereinbarung

Naturheilpraxis

Ulrike Vielau
Heilpraktikerin



Regulationstherapien

Klassische Homöopathie
Traditionelle Chinesische Medizin/
Akupunktur

im
Praxishaus
Schulstr. 19
26180 Rastede-Wahnbek