

Colon Hydro Therapie und Emotionen

Wissenswerte Zusammenhänge rund um den Darm



Diplomarbeit

Dipl. Naturheilpraktikerin TEN

Autor: Barbara Abdel Fattah

Copyright Diplomarbeit Paramed

Diese Diplomarbeit ist als Abschluss der Ausbildung zum Lehrgang Dipl. Naturheilpraktiker persönlich verfasst.

Veröffentlicht im September 2012.

Das Recht, diese Diplomarbeit zu kopieren, auf das Netz zu setzen, liegt bei der Verfasserin.

Alle gewählten Bezeichnungen gelten sinngemäß für beide Geschlechter.

Die in der Diplomarbeit vertretene Meinung entsprechen den Ansichten und Schlussfolgerungen des / der Autoren. Sie müssen sich nicht mit den Ansichten der Experten decken, welche die Diplomarbeit betreuen und bewerten, sondern liegen in der Verantwortung der Autorinnen und Autoren. Die Autoren sind angehalten, die geltenden ethischen Vorgaben einzuhalten, die nötigen Einverständniserklärungen korrekt vorzulegen und insgesamt einen respektvollen Umgang mit den an der Diplomarbeit Beteiligten zu führen.

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung der Arbeit.....	3
Einleitung	3
Colon Hydro Therapie - ein paar Fakten auf die Schnelle	3
1.2 CHT: Powerwirkung auf viele Ebenen - Absicht dieser Arbeit.....	4
1.3 Vorgehen und Abgrenzung	5
1.4 Wie kam ich zur CHT und was ist meine Motivation?	6
1.5 Methode.....	6
1.5.1 Colon Hydro Therapie näher betrachtet	6
1.5.2 Kontraindikationen.....	8
1.5.3 Intimsphäre und Loslassen	8
1.6 Geschichtliches zu Verdauung, Klistieren und Seelenheil	8
1.7 Stuhlgang – ein paar interessante Einblicke	10
1.8 Die Entdeckung des Bauchhirns.....	11
1.9 Schlussfolgerung der Einleitung.....	12
Hauptteil	13
2.1 Durch dick und dünn -ein Streifzug durch die körperliche Verdauung	13
2.2 Das Colon – Endstation der Verdauung	14
2.3 Vielversprechende Kolonien – Darmbakterien und ihr Nutzen	15
2.4 Keimblätter, Reziproke Wirkungen und Lymphe	17
2.5 Was kann im Dickdarm denn schief gehen?	18
2.6 Die Bauch-Hirn-Achse	19
2.7 Gliazellen und Darm-Gedächtnis.....	20
2.8 Wie wirkt die Colon Hydro Therapie?.....	21
Ergebnis	25
3.1 Auswertung der Fragebogen und Bemerkungen.....	25
3.1.1 Was erhofften Sie durch die CHT zu erreichen?.....	25
3.1.2 Welche ärztliche Diagnosen lagen vor?	25
3.3.3 Welche Medikamente oder naturheilkundliche Mittel, Nahrungsergänzungsmittel, ... wurden gleichzeitig im Behandlungszeitraum eingenommen?	25
3.1.4 Welche andere Therapien wurde in der Zeit der CHT zusätzlich gemacht?	26
3.1.5 Wie setzte sich ihr CHT-Zyklus zusammen?.....	26
3.1.6 Welche Reaktionen und Veränderungen wurden nach der CHT festgestellt?.....	26
3.1.7 Hielten die Veränderungen an?.....	28
3.1.8 Bitte kreuzen Sie die Aussagen an, welchen Sie zustimmen können und beenden sie den Satz:.....	28
3.1.9 Das möchte ich noch zum Thema Colon Hydro Therapie und Emotionen sagen: ...	29
3.2 Rückmeldung von Ärzten/ Therapeuten	30
3.3 Besonderes: Literaturrecherchen auf den Punkt gebracht	31
Diskussion bis und mit Quellenverzeichnis	31
4.1 Interpretationen der Ergebnisse	31
4.2 Resümee.....	33
Quellenverzeichnis.....	36
Literaturverzeichnis	38
Internet	39
Anhänge/Vorlagen	40

Colon Hydro Therapie und Emotionen

Zusammenfassung der Arbeit

Wer kennt sie nicht, die vielfältigen Gefühle der Leibesmitte. Die Bandbreite von „Schmetterlingen und Flugzeugen im Bauch“ hin zu „Wut im Ranzen“ ist wohl allen bekannt. Das Zentrum um den menschlichen Nabel wurde seit jeher mit Gefühlen und Gesundheit in Verbindung gebracht.

Viele Beschwerden und Krankheiten, die nicht auf den ersten Blick mit dem Verdauungstrakt in Zusammenhang gebracht werden, wurzeln jedoch nach heutigen Erkenntnissen der Forschung, auf einem gestörten Bakterienklima in unserem Darm. So gilt auch für Allergien, rheumatische Krankheiten, Depressionen, Burnout, sogar Autismus: Verbessert sich das Klima im Darm, vermindern sich die Krankheits-Symptome.

In meiner täglichen Praxis arbeite ich mit Colon Hydro Therapie, welche mit einem modernen Verfahren über ein geschlossenes System den Darm mit Wasser belebt und reinigt.

Bis heute gibt es keine bekannte und anerkannte wissenschaftliche Studie, die dieser naturheilkundlichen Therapieform Gewähr schenkt oder sie aber dementiert. Sie basiert vor allem auf Beobachtungen und Erfahrungen von Therapeuten und Anwendern.

Die Geschichte zeigt auf: Reinigungen des Darmes mit Wasser, wurde seit je her mit „Seelenheil“ in Verbindung gebracht. Die Umfrage von Kunden besagt jedoch: Die meisten Menschen melden sich fast ausschliesslich infolge körperlicher Beschwerden, insbesondere Verdauungsproblemen, für eine Colon Hydro Therapie an. Das Interessante: **Nebst den erhofften positiven Veränderungen auf der Körperebene, erlebten beinahe alle Befragten eine emotionale Erleichterung, die teils auch länger anhielt und etwas ins Rollen brachte.**

Diese Arbeit gibt Einblick in einige Zusammenhänge zwischen Darm und Emotionen und wie diese in die Colon Hydro Therapie hineinfließen. Ist die Colon Hydro Therapie doch eine oft unbekannt Methode, ist zu erhoffen, dass sie damit in ein neues Licht gerückt wird. Sie berührt nicht nur ein Tabu, sondern belebt möglicherweise den unabhängigen Geist, der in einem jeden Bauch lebt.

Einleitung

Colon Hydro Therapie - ein paar Fakten auf die Schnelle

Colon Hydro Therapie – kurz CHT - ist für viele Menschen unbekannt. Colon steht für Dickdarm, Hydro für Wasser. Werde ich gefragt, was CHT ist, übersetzte ich es mit „Darmspülung“. Die meisten Menschen entgegen dies mit einem Runzeln auf der Stirn. Oft wird versucht, es mit einer Magen- oder Darmspiegelung wett zu machen. Erkläre ich dann, dass weder das eine noch das andere zutrifft, sondern die Darmspülung gleichgesetzt werden kann mit einer modernen Version von aneinandergereihten Klistieren, stosse ich meist auf unbekanntes Terrain. Es scheint mir, diese Methode berühre immer wieder ein Tabu – man spricht nicht über Stuhlgang! Und für was sollte es gut sein, den Darm zu spülen?

Während wir offensichtlich kein Problem haben, uns über Ernährung, Mikronährstoffe daher „Zufuhr“ zu unterhalten, vermeiden wir es oft aufs dringlichste, dasselbe über die „Ausfuhr“ zu tun. Manfred A. Ulrich, Heilpraktiker und ein sehr erfahrener CHT- Therapeut in Deutschland, bringt es in seinem Buch „Chronische Krankheiten durch CHT erfolgreich behandeln“ auf den Punkt:

„Das Problem unserer Umwelt ist auch das Problem von uns Menschen: Die Versorgung ist gut, die Entsorgung ist mangelhaft.“

Schon Paracelsus sagte: „Der Tod sitzt im Darm“. Somit wohl auch die Gesundheit. Ähnlich den Wurzeln eines Baumes: **Geht es den Wurzeln gut, geht es dem Menschen gut.**

Laut Infoblatt der Firma Zeithelm (Vertrieb von Colon Hydro Geräten in der Schweiz) sind mehr als 30% der Bevölkerung von einem gestörten Stoffwechseln infolge eines Ungleichgewichts der Darmbakterien betroffen. Durch die moderne Welt haben sich einige Faktoren so verändert, dass die optimale **Ausscheidung immer schwieriger** wird. Dies sind insbesondere:

- **Industrielle Nahrungsmittel** – trotz Überfluss an Angeboten zeigt sich im Körper oft ein *Mangel an lebensnotwendigen Vitalstoffen*. Viele *raffinierte und konservierte Lebensmittel* können vom Körper nicht erkannt und verarbeitet werden und *belasten den Organismus*.
- **Mangelnde Bewegung**
- **Ungesunde Essgewohnheiten** – zu viel, zu häufig, zu schnell, zu wenig kauen
- **Stress – Gedankenstress**, Zeitdruck, Existenzprobleme
- **Mangel an Entspannung und Ruhe**
- **Zeitmangel und Prioritätsmangel, seinem „Geschäft“ Raum zu geben**
- **Medikamente, Amalgambelastung**

All diese Faktoren führen dazu, dass es ähnlich einem verstopfen Abfluss, im Dickdarm dazu kommt, dass die Ausscheidung nicht richtig vor sich geht. Dies führt zur sogenannten **Rückvergiftung** im Körper und **bringt Körper und Emotionen aus dem Gleichgewicht**.



Bild 1

1.2 CHT: Powerwirkung auf viele Ebenen - Absicht dieser Arbeit

Während 13 Jahren begleitet mich die CHT in meiner Praxis. Sie fasziniert mich vor allem deshalb, weil ich täglich beobachten kann, wie **unmittelbar auf Körper und Emotionen positive Veränderungen einwirken**. Positiv, weil meist etwas ins Rollen kommt. Meine Erfahrung lässt vermuten, dass sich im Darm **nebst alten Kotrückständen, auch vergangenen Ereignisse abspeichern**. Irgendwie scheinen **beiden Sorten von Altlasten miteinander verbunden zu sein**.

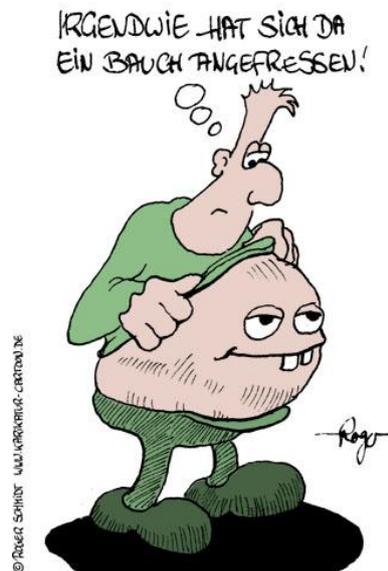


Bild 2

Um zu neuem Elan zu gelangen, ist es erforderlich, zu entrümpeln. Längst vergessenes, aber noch immer in einer gemütlichen Darmwindung verhaftetes „Geschichtsmaterial“ einen sauberen Abgang ermöglichen – das ist mit der CHT möglich.

Meiner Ansicht nach sind die Zusammenhänge von Darm und Emotionen, wie die Wirkung der CHT, zu wenig bekannt. Bilder, welche in den Köpfen vieler Menschen auftauchen, wenn es um Darmentleerung und Einläufe geht, sind eher suspekt. Es braucht viel Überwindung und meist besteht ein gewisser Leidensdruck, der die CHT dann ins Visier rücken lässt. Ausserdem scheinen wir Menschen zumindest unbewusst lieber an Altem festzuhalten, auch wenn es nicht optimal ist. Loslassen und nicht genau wissen, was kommt, macht „Schiss“.

Mit meiner Diplomarbeit möchte ich deshalb auf diese **Methode neugierig machen** und den für mich offensichtlichsten Teil beleuchten und aufzeigen: **Die Auswirkungen und Zusammenhänge des Darmes auf die Emotionen und wie diese in die CHT hinein fließen.**

1.3 Vorgehen und Abgrenzung

Da es keine wissenschaftlichen Studien gibt, welche die Wirkung der CHT beweist oder dementiert, hilft mir zur Klärung meiner These folgendes:

- Umfrage bei meine Kunden zu ihrem Erleben mit der CHT
- Literaturrecherchen
- Kurz-Interviews mit Ärzten, Therapeuten die mit CHT Erfahrung haben
- Eigene Beobachtungen

Was ich mit dieser Arbeit nicht möchte:

- Laboranalysen (Stuhl, Urin, Blut) im Verlauf zu dokumentieren
- Auf spezifische Krankheitsverläufe oder Krankheiten und CHT eingehen

Welche Klienten können an den Fragebogen teilnehmen?

- Alter: 20 bis 85 Jahre
- Geschlecht: Männer und Frauen
- Ärztliche Diagnose muss nicht vorliegen
- Bedingung:
- Es liegen keine Kontraindikationen vor
- Der CHT-Zyklus wurde in den vergangenen 6 Monaten gemacht und mindestens 2 Monate vor Befragung abgeschlossen

1.4 Wie kam ich zur CHT und was ist meine Motivation?

Vor 15 Jahren begegnete mir die CHT im Rahmen meiner Ausbildung zur Atemtherapeutin am Institut für Körperzentrierte Psychotherapie in Zürich das erste Mal. Unsere Ausbilderin verpflichtete uns, im Rahmen der Ausbildung fünf CHTs zu machen. Ihre Begründung war sehr pragmatisch: Sie wollte, dass wir uns von unserem vergangenen "Ballast" auf diese Art und Weise zusätzlich lösten, bevor wir selber therapeutisch tätig wurden und auf andere Menschen eingingen. Nun denn, wir liessen es wohl alle in den letzten Wochen unserer Ausbildung über uns ergehen. Fremd war es, aber es fühlte sich nicht „schlecht“ an. Heute bin ich dankbar für diese damals doch eher unverständliche Aufforderung. Später arbeitete ich bei jener Ausbilderin im Institut und machte damals noch in Deutschland die Ausbildung zur CHT-Therapeutin. Als gelernte Krankenschwester war mir das Thema Einlauf nicht ganz fremd. Nach einem Jahr im Institut war ich begeistert zu sehen, welche Wirkung die CHT in der komplementärmedizinischen Behandlung bei vielen Menschen hatte. Nun entpuppte sich die CHT für mich als der „Mercedes“ unter den Einläufen. Welche weiteren Zusammenhänge mir in meiner Ausbildung zum TEN an der Paramed in Baar dazu aufgingen, lass ich in diese Arbeit einfließen. Nun mehr zur Methode und Geschichte.

1.5 Methode

1.5.1 Colon Hydro Therapie näher betrachtet

Die CHT ist wie wir nun wissen, eine Therapie, die mit Wasser und spezieller Bauchmassage den Dickdarm reinigt. Begleitet wird diese Methode auch von einer Beratung, welche Massnahmen während oder in Folge an die Sitzungen zur Darmgesundheit unterstützend gut sein können. Gut bewährt haben sich:

- **Phytotherapie:** Teemischungen, Spagyrik, Gemmotherapie – um beispielsweise Leber, Niere, Lymphe, Darm und Psyche während der Entgiftung zu unterstützen
- **Pro- und Präbiotika**
- **Isopathische Mittel** nach Dr. Enderlein zur Millieusarnierung
- **Orthomolekulare Medizin** (Vitamine, Spurenelemente, Aminosäuren)
- **Ernährungsberatung**
- **Sinnvolle Bewegung und Erholung**
- **Wickel**
- **Erlernen von Entspannungstechniken**
(Autogenes Training, Muskelentspannung n. Jacobsen)

- Auflösen von wiederkehrenden gesundheitsstörenden Verhaltensmustern (Kinesiologie, Hypnose)

Die CHT Methode, wie Sie heute angewendet wird, wurde von der Nasa entwickelt. Man brauchte ein geschlossenes System zur Darmentleerung. Es gibt heute verschiedenste Geräte auf dem Markt, jedoch ist das Prinzip das gleiche geblieben. Der zu Behandelnde liegt in Rückenlage auf einer Liege und hat im Enddarm mittels Vaseline oder Gleitgel ein Kunststoffspekulum eingeführt (ca. 2 bis 3 cm tief). Dieses Kunststoff-Spekulum inklusive einem abführenden Schlauch ist ein Einmalmaterial und wird bei jeder Behandlung ausgewechselt. Der Durchmesser beträgt zwischen 0,8 cm bis 1.2 cm. An diesem Röhrchen sind zwei Anschlüsse: Einer leitet frisches Wasser in den Dickdarm und in einem weiteren läuft das Wasser und die im Darm gelösten Teile in den Schlauch ab und fließen durch ein Schauglas welches im Gerät eingebaut ist und direkt in die Kanalisation mündet. Dieses ermöglicht, die gelösten Teile – Kot, Schlacken, Nahrungsfasern, unverdaute Nahrung und hie und da auch Würmer (Parasiten) - zu sehen. Die Konsistenz und Farbe der Teile können auch Rückschlüsse auf die gesamte Verdauung geben.



Bild 3 / Spekulum&Schlauch



Bild 4 / CHT-Gerät und Liege

Nasa-Wissenschaftler haben im Darm von Erwachsenen Muttermilchresten gefunden. Dies deutet darauf hin, dass viele Leute ihr Leben lang verkrusteten Kot in ihren Därmen mit sich herumtragen.

Eine CHT-Sitzung dauert 45-60 Minuten.

In meiner Praxis fließt Grandeur Wasser, sogenannt „belebtes Wasser“. Grandeur Wasser ist der Struktur von Quellwasser ähnlich.

Wechselweise wird dies zwischen 25 und 40 Grad Celsius in den Darm geleitet und der Bauch gleichzeitig mit einem hochwertigen Öl, welches mit ätherischen Substanzen wie Angelika, Immortelle, Lavendel, Pfefferminze und Rosmarin versetzt ist, sanft massiert. Dies unterstützt die Verdauung zusätzlich, ist für die meisten Menschen sehr wohlriechend und wirkt entspannend.

Die Massage wirkt wohltuend und hilft, das Wasser weit in den Darm hinein zu leiten, daher Richtung Blinddarm (Appendix), um möglichst viele Schlacken über den Zeitraum der Spülung zu lösen. Mit etwas Erfahrung kann man somit vorhandene Problemzonen gut ertasten und das Wasser besser einleiten lassen.

Während der Druck nicht mehr als 100 mmbar beträgt, ist Vergleichsweise der der Druck auf den Bauchraum während man hustet ca. 300 mmbar. Somit wird also vermieden, dass irgendwelche Substanzen durch die Darmwand gepresst werden oder der Darm überdehnt wird. Die Temperaturunterschiede wirken wie Durchblutungsfördernd auf den Darm und die umliegenden Organe. Warmes Wasser hilft zudem im Darm verklebte Rückstände aufzuquellen, kühleres Wasser regt das Zusammenziehen und Vorwärtstransportieren an.

1.5.2 Kontraindikationen

Die Therapie eignet sich nicht für Menschen, welche:

- Blutverdünner, insbesondere Marcoumar einnehmen (Blutungsgefahr)
- über Jahre Cortison einnahmen (Veränderte Gefässwände, meist nicht mehr so elastisch und dünn – Gefahr von Verletzung und Blutung)
- unter akuten entzündlichen Darmgeschehen (Schübe) mit Fieber und Schmerzen leiden (zb. Colitis ulcerosa, Morbus Chron, Magen Darm Grippe, Divertikulitis)
- schwanger sind (Grundsätzlich kein Problem, jedoch falls ein Abort irgendwann stattfinden würde, käme vielleicht der Verdacht auf, dass die CHT Ursache sein könnte)
- schwere Herzkrankheiten haben (zu grosse Belastung für Herz-Kreislaufsystem)
- nach Operationen im Bauchraum die nicht länger als 6 Monate zurück liegen (Gefahr von Verletzungen, Perforation)
- einen Anus-Prater haben (Künstlicher Darmausgang)
- Krebs haben (nur nach Absprache mit Arzt)
- an schweren Herzkrankheiten leiden

1.5.3 Intimsphäre und Loslassen

Manchen Menschen fällt es anfänglich nicht ganz einfach, dem System zu vertrauen. Auch der Darm braucht oft ein paar Minuten Zeit, damit klar zu kommen, dass Wasser von „unten nach oben“, daher Rektum zum Appendix fliesst, und gleichzeitig wieder über seine Peristaltik nach vorne bewegt werden soll. Und der ganze Müll soll dann in ein Spekulum abfliessen und vor den Augen einer zu Beginn ja fremden Therapeutin von dannen ziehen – das sind schon ein paar Herausforderungen die es zu überwinden gilt.

Während der Therapiezeit entstehen meist sehr persönliche Gespräche mit Erzählungen aus dem Leben der zu Behandelnden. Oft höre ich den Satz: „Ich weiss gar nicht, weshalb ich das nun erzähle – das Ereignis liegt so viele Jahre zurück -das habe ich doch längst abgehakt.“ Wirklich? Wie kommt es denn, dass es doch noch „hoch kommt“? Gibt es da eine Erklärung?

1.6 Geschichtliches zu Verdauung, Klistieren und Seelenheil

Das Wissen über die positive Kraft von Einläufen reicht weit zurück. Klistier kommt vom Griechischen und heisst „klysteer“-Spüler, „klysterion“-Reinigung. Schon die alten Ägypter hatten für den jeweiligen Pharaon einen „Hüter/Hirte des Afters“, daher einen Arzt, der sich offensichtlich um die Verdauung, vor allem die gesunde Ausscheidung kümmerte. Man nahm damals Lianen und machte damit Einläufe. Diese kamen nicht nur bei Magen-Darm-Erkrankungen zum Zuge, auch bei Störungen der Leber oder Fieber. Nach Vorstellung der ägyptischen Zeitgenossen, verliessen die Krankheitsdämonen den Körper über den After.

Im Mittelalter wurde mittels Schilfrohr Wasser in den Darm „geblasen“ und damit Obstipationen, daher Verstopfungen behandelt. Es gibt auch Holzstiche aus dieser Zeit, die zeigen, wie sich Männer gegenseitig mit einer Art Metallklistier Einläufe machten. Man sprach damals von „Seelenreinigung“. Diese wurde auch präventiv eingesetzt, da man davon ausging, dass für die Erhaltung der Gesundheit regelmässig überflüssiger Ballast aus dem Körper geleitet werden musste. Interessant ist in diesem Zusammenhang die Herkunft des Wortes Ballast, sowie dessen Übersetzung:

„Als **Ballast** wird in der Seefahrt eine schwere, aber so gut wie wertlose Ladung bezeichnet, die zur Stabilität des Schiffes beitragen soll, wenn das eigentliche Frachtgut zu leicht ist. Ein Handelsschiff, das ohne Frachtgut unterwegs ist, fährt daher im maritimen Sprachgebrauch *unter Ballast*“. *Wikipedia, Sonntag 06.05.2012 22.25h.*

Im **Brief der Essener** wird ebenfalls darauf aufmerksam gemacht, mit Hilfe eines Kürbisses und Lianen einen hohen Einlauf zu machen und sich von den alten „Sünden“ zu befreien. „Wahrlich ich sage euch, heilig ist der Engel des Wassers, der alles Unreine säubert und allen übelriechenden Dingen einen süßen Duft verleiht. Kein Mensch kann vor das Gesicht Gottes treten, den der Engel des Wassers nicht vorbeilässt. Wahrhaftig, alles muss durch das Wasser und die Wahrheit wiedergeboren werden, denn euer Körper badet im Fluss des Erdenlebens, und euer Geist badet im Fluss des ewigen Lebens.....Denkt nicht, dass es ausreicht, wenn euch der Engel des Wassers nur äusserlich umarmt. Wahrlich ich sage euch, die innere Unreinheit ist um vieles grösser als die äussere Unreinheit. Und derjenige, der sich äusserlich reinigt, aber innen unrein bleibt, ist wie die Grabstätten, die aussen ansehnlich gestrichen sind, aber innen voller grauenerregender Unsauberkeiten und Abscheulichkeiten stecken.“

Aus dem Buch „Das Friedensevangelium der Essener“, Buch 1, ISBN: 3-9217-8601-0

Auch die **Humoralmedizin**, welche 5000 Jahre zurückgeht, lehrt uns, dass ein erster gesunder Spirit Voraussetzung ist für einen gesunden Menschen. Ohne diesen Schritt gemacht zu haben, führen keine anderen Therapien zum Erfolg. Mit dem ersten Spirit ist die ganze Verdauung gemeint von der Mundhöhle bis zum Enddarm.

Hippokrates von Kos (460-377 v.Chr.) lehrte, dass die Gesundheit auf dem Gleichgewicht der Körpersäfte beruhte. Dies hing ganz besonders von den Verdauungsorganen ab. Auch damals wurden Klistiere eingesetzt um überschüssige und krankmachende Säfte abzulassen.

Plato (428/427-348/347 v.Chr.) war ein griechischer Philosoph und Schüler von Sokrates. Während er sich für die Unsterblichkeit der Seele stark machte, war seine Position zur Verdauung folgende: Es sei schimpflich, dass man die ärztliche Kunst brauche, weil man durch Trägheit und durch üppiges Leben von Flüssen und Winden voll geworden sei wie ein überlaufender See. Auch sei es unverständlich, dass Bezeichnungen wie Blähungen und Katarrh überhaupt von Ärzten verwendet würden.

Von **Galen** (120-199 n.Chr.) weiss man, dass er Salzwasserklistiere in Verbindung mit seiner Arzneimittellehre zum Gesundwerden kombinierte.

Bis ins 19. Jahrhundert hinein wurden Klistiere zum Gesundwerden und auch prophylaktisch angewendet. Danach wurde infolge Abkehr der Säfte Lehre die Darmreinigung immer mehr vernachlässigt. Als ich in einem Dorf vor ein paar Jahren an einen Informationsabend über CHT gestalten durfte, erzählten mir auch die Dorfältesten, dass mit der Erfindung des Penicillins der Einlauf plötzlich aus dem Alltag verschwand. Bei Fieber griff man fortan nicht mehr zum Klistier, sondern zum Penicillin.

Da Teile von der Säfte Lehre heute noch in der Naturheilkunde aktuell sind, ist auch die CHT und andere ausleitende Verfahren wieder vermehrt ein Begriff.

Auch in der modernen Medizin gibt es immer mehr Forscher, die stetig interessiert sind, das Darmgeschehen in einem weitaus grösseren Zusammenhang zum gesunden oder kranken Menschen zu sehen als dies noch vor ein paar Jahren üblich war. Darüber später mehr.



Bild 5

Sich quasi öffentlich, im Beisein anderer, ein Klistier setzen zu lassen, ist heute undenkbar. Für den Sonnenkönig Louis XIV allerdings gehörte der Hofstaat als Zuschauer dazu.

1.7 Stuhlgang – ein paar interessante Einblicke

Stuhlgang kennen wir auch als Kot und weniger anständig als „Scheisse“.

Die ursprüngliche Bedeutung von „**Kot**“ ist „**Dreck**“ oder „**Schmutz**“.

Als Schimpfwörter benutzt man Synonyme wie „**Mist**“, „**Scheisse**“ und „**Kake**“.

Kot dient als Dünger und kehrt somit wieder in den **Kreislauf der Natur von „Werden und Vergehen“** zurück.

In Oregon(USA) wurde 2003 in einer Höhle der wohl älteste Kot aller Zeiten gefunden. Er soll angeblich 14.300 Jahre alt sein.

Das Wort „Stuhlgang“ rührt aus dem 18. Jahrhundert. Damals entledigte man sich seinem Kot auf einem Stuhl, der mit einem eingebauten Nachttopf versehen war. Das war die moderne Weiterentwicklung des vorangehenden Nachttopfes, welcher ursprünglich aus dem Fenster entleert oder später vor der Türe eingesammelt wurde.

Nachttöpfe waren übrigens sehr beliebt, nicht nur um seiner körperlichen Notdurft, sondern auch gleichzeitig seiner politischen Einstellung Kraft zu verleihen. So weiss man, dass z.B auf dem Boden dieser Töpfe das Abbild Napoleons ein Renner war. Bei jedem Geschäft, wurde somit der eigenen Meinung wieder Kund getan.

Während man in der Antike oder im Mittelalter beim Verrichten der Notdurft noch keine Geheimnisse und Schamgefühle hatte, **in Gruppen seinem Geschäft nach ging** und sogar politisierte, diskutierte und „Geschäfte aushandelte“, entstand das Bedürfnis nach mehr Intimsphäre erst später und entwickelten sich zeitlich zunächst in den größeren Städten.



Bild 6 / Latrinen



Bild 7 / Nachtstuhl



Bild 8 / Topfentleerung

Vielleicht hatte das Übertragen von Krankheiten mit Kot einen Einfluss, wohl aber auch die Nacktheit des Unterleibs und das Zurschaustellung der Geschlechtsorgane. Hemmungen hinderten viele, ihren Stuhlgang in Gegenwart anderer Menschen auszuführen. Während das stille Örtchen bei uns längst zur Norm gehört, gibt es in China nach wie vor Toiletten ohne Trennwände, in denen man sich auch noch gegenüber sitzt. Das Schamgefühl wird dabei nicht beeinträchtigt. So verschieden die Handhabungen auch sind, meist sind wir in unseren Breitengraden lieber für uns, wenn wir dann schon mal loslassen

Ein ganz spezielles Büchlein aus der Gegenwart stammt von Siegmund Christian Heisse und trägt den vielversprechenden Titel: „Kraft zum Scheissen – 12 Mantras des Scheissens“. Ich kann es nur jedem empfehlen. Es schenkt dem Leser eine völlig neue Einstellung zu diesem alltäglichen Akt des Loslassens auf dem Thron. Es erzählt von der Aufnahme der Nahrung, über das Rausdrücken was einem bedrückt, der Einsicht, dass alles einem Wandel untersteht und der Demut Teil eines Ganzen zu sein.

Wer immer noch Mühe hat, einen Sinn in dem ganzen Thema zu sehen, mache sich noch Gedanken zu folgender Geschichte aus dem ebenso empfehlenswerten Büchlein „Feng Shui gegen das Gerümpel des Alltags“ von Karen Kingston: „Alexis Carrel, Nobelpreisträger und Forscher am Rockefeller Institute, war in der Lage, Gewebezellen mittels Nahrung und Abwaschen von Gewebeexkrementen unbegrenzt am Leben zu halten. Die Zellen wuchsen und gediehen, solange die Ausscheidungen entfernt wurden. Unhygienischen Umweltbedingungen indes hatten geringere Vitalität, Verfall und Tod zu Folge. Carrel konnte ein Hühnerherz 29 Jahre lang lebendig halten, bis jemand vergaß, die Ausscheidung zu entfernen.“ Die Moral der Geschichte darf sich jeder selber ausmalen.

1.8 Die Entdeckung des Bauchhirns

Was Menschen von je her in ihrer Sprache im Sinne von „aus dem Bauch gehandelt“ ausdrückten, liest sich in der Geschichte der Entdeckung von der Verbindung „Darm und Hirn“ wie ein spannender Kurzkrimi mit offenem Ende:

Schon 1917 macht der deutsche Pharmakologe Paul Trendelenburg ein für die damalige Zeit grossartige Entdeckung: Er isolierte einem Meerschweinchen ein Stück Darm und lege es in eine Nährstofflösung die mit Sauerstoff versorgt wurde. Was in den Augen des Lesers jetzt noch völlig unspektakulär und vielleicht auch ein bisschen wehmütig klingt, erreichte kurz darauf eine grosse Sensation: Der Darm bewegte sich nämlich einfach in seiner natürlichen Art weiter und dies ohne irgendeine Nervenverbindung zum Hirn. Also funktionierte der Darm im Gegensatz zu allen anderen Organen unabhängig vom Gehirn!

Später nahm Dr. Michael Gershon, heute bekannter Neurologe auf dem Gebiet der „Bauchforschung“, diesen roten Faden wieder auf: 1965 ging es darum, dass er seine Doktorarbeit schrieb. Er entschied sich, den Darm weiter unter die Lupe zu nehmen. Wie er selber sagte, rechnete er insgeheim mit einer unkomplizierten Arbeit. So war er nicht wenig überrascht, als er schon bald die erste grosse Entdeckung machte:

Er fand heraus, dass das Serotonin, auch Glückshormon genannt, in der Darmschleimhaut und nicht wie bis anhin angenommen, im Gehirn gebildet wird. Das war wiederum ein Highlight!

Es wurde dem humorvollen Gershon schnell klar, dass er sich auf eine längere Forschungsarbeit einlassen musste. Hier wurde aus wissenschaftlicher Sicht somit die Idee eines enteralen Nervensystems, eines „Bauchhirns“ geboren mit der Frage: **Wohnt in unserem Körper ein unabhängiger Geist?**

Viele Experimente führten Gershon dazu 1965 folgende Ergebnisse zu veröffentlichen:

- **95% der Substanzen werden im Darm synthetisiert und gelagert**
- **Spezielle Nervenzellen senden diese Stoffe als Botenstoffe weiter**
- **Der peristaltische Reflex wird ebenfalls von diesen Botenstoffen ausgelöst.** Der peristaltische Reflex wird durch das Volumen des Darminhalts über den Reiz auf der Darmwand ausgelöst. Der Stuhl wird dadurch über wellenartige Darmbewegungen vorwärts transportiert.

Während einige Mediziner dies mit einem Lächeln quittierten, gab und gibt es weltweit viele Forscher, die sich diesen wahrlich komplexen und wohl noch lange nicht gänzlich erforschten Zusammenhängen und Auswirkungen auf uns Menschen annehmen.

1.9 Schlussfolgerung der Einleitung

Es kristallisiert sich heraus, dass Stuhlgang mit Emotionen irgendwie immer einherging. Man drückt sich aus – körperlich und gefühlsmässig. Wissenschaftler reden von einem „Bauchhirn“ und weil der Zustand vom Darm so elementar ist für gesunde Entgiftungsmechanismen, nennen sie ihn derweilen auch „die zweite Leber“.

Die Colon Hydro Therapie wirkt mit Wasser auf und über den Darm, löst mitunter alte Kotrückstände. Dies alles ist Anlass für mich, zu behaupten, dass die CHT kurz und mittelfristig Auswirkungen auf die Emotionen des Behandelten hat. Ob das stimmt?

Warum könnte sie Einfluss auf das Gefühlsleben haben? Welche Faktoren spielen mit? Wozu sollte das gut sein?

Hauptteil

2.1 Durch dick und dünn -ein Streifzug durch die körperliche Verdauung

Was ist verdauen? *Verdauen* könnte man als dem „*Sich-Eigen-Machen*“ übersetzen. Er hat die Fähigkeit, zurück zu halten oder nicht Brauchbares gehen zu lassen. Dies kann auch im übertragenen Sinn so gesehen werden.

Auf der Körperebene heisst dies, Teile der äusseren Welt so zu verarbeiten, dass diese übers Blut die Organe mit lebenswichtigen Nährstoffen versorgen kann. So gesehen beginnt die Verdauung im Mund. Was wir über die Zungenknospen genüsslich für ein paar Sekunden geniessen, hoffentlich gut kauen und einspeicheln, gelangt über das Schlucken via Speiseröhre in den Magen. Dort wird der Speisebrei von der ätzenden Magensäure und vielen Verdauungsenzymen weiter verarbeitet. Die 1 bis 2 Liter Magensäure die in der Magenwand täglich produziert wird, wirkt auch als chemische Barriere gegen mögliche Krankheitserreger, die wir über die Nahrung aufnehmen.

Magen bedeutete in der Humoralmedizin „ Beutel“. Ein Beutel war etwas sehr wichtiges, denn darin transportierte und bewahrte man jene Kostbarkeiten auf, die man zum Tausch für lebenswichtige Dinge brauchte. Dies ist leider in Vergessenheit geraten. Zu jener Zeit, also vor mehr als 5000 Jahren, waren die Lebensmittel sehr einfach und natürlich. Man kann sich vorstellen, dass die grosse Vielfalt und die oft raffinierten Nahrungsmitteln von heute einen manchen Magen, die gesamte Verdauung schlechthin, echt strapazieren können.

Je kalorienreicher die Nahrung ist, desto länger verweilt sie im Magen. Isst man zum Beispiel nur Früchte, verlassen diese den Magen bereits nach 30 Minuten. Fettiges Schweinefleisch braucht da mit 6 Stunden wesentlich länger.

Ist der Speisebrei also gut angedaut, verlässt dieser den Magen über den Pfortnermuskel (Pylorus) und gelangt in den Zwölffingerdarm. Dieser heisst so, weil er die Form von zwölf aneinandergereihten Fingern hat. In ihn münden täglich um die 0,5 l Gallensaft von der Leber und 2 l Enzymsaft von der Bauchspeicheldrüse. Diese helfen weiter bei der Aufspaltung der Nahrung und gelangen in den ungefähr 7 bis 8 Meter langen Dünndarm. Dort folgen noch die ca 2 l Dünndarmsekret, die beim Neutralisieren der Säure helfen.

Der ganze Dünndarm ist mit Zotten versehen. Während der Nahrungspassage im Dünndarm, werden über die Dünndarmzotten jene Stoffe aufgenommen und in den Blutkreislauf geleitet, welche der Mensch für ein einwandfreies Funktionieren des Körpers, Seele und Geistes braucht.

Alles was nicht benötigt wird, gelangt am Ende des Dünndarms über die Ileocecalklappe (welche eine Hautfalte und keine Klappe ist) in den Dickdarm. Hier beginnt der letzte Abschnitt, den wir etwas genauer betrachten.

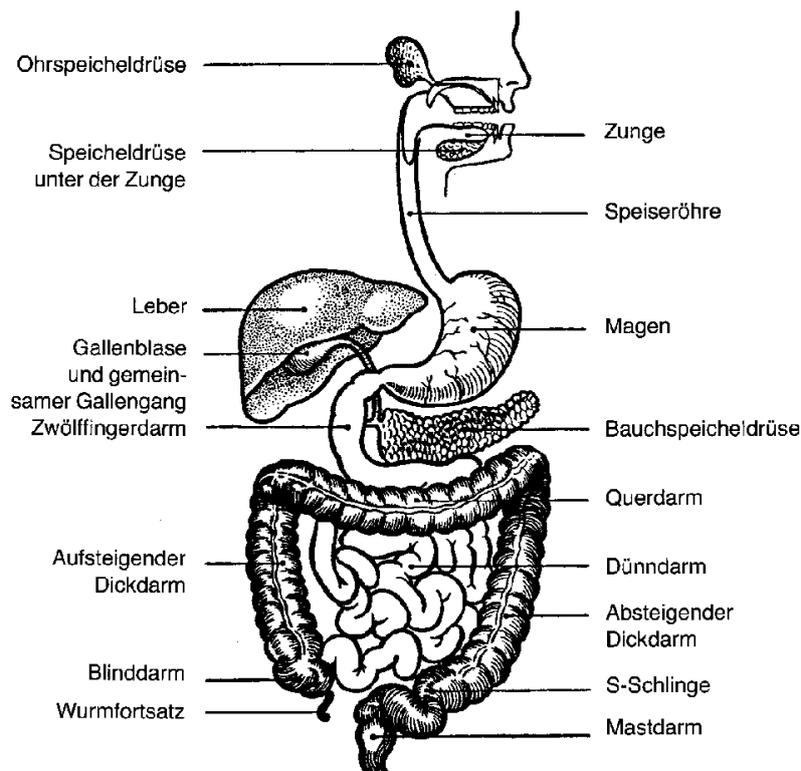


Abb. 3

Schematische Darstellung des gesamten Verdauungsapparates

Bild 9

2.2 Das Colon – Endstation der Verdauung

Das Colon ist auch bekannt als Grimmdarm oder Dickdarm. Es besteht aus vier Abschnitten und beginnt nach der Ileocoecalklappe:

- Dem aufsteigenden Dickdarm mit dem Blinddarm
- Dem querliegenden Dickdarm
- Dem absteigenden Dickdarm
- Dem Mastdarm mit dem After

Das Colon ist mit einer Länge von durchschnittlich 1,5 - 1,8 Meter um einiges kürzer als der Dünndarm. Der Durchmesser mit 7 bis 8 cm ist im Gegensatz zu den ca. 2cm des Dünndarms wiederum um einiges grösser. Er kann sich gar bis auf 18 cm ausweiten, wie es bei Operationen schon entdeckt wurde. Werden im Dünndarm ungefähr 2/3 der Nahrung rückresorbiert, sind es hier noch die restlichen 1/3. Dies sind vor allem Wasser und Elektrolyte. Besonders ist, dass es hier keine Zotten mehr hat.

Es finden sich hier tiefe Einstülpungen, die Dickdarmkrypten. Die Innenoberfläche nennt man Kryptenepithel. Dieses enthält vorwiegend Becherzellen, die einen zähen Schleim produzieren. Der Schleim hilft, den zunehmend eindickenden und zäher werdenden Nahrungsbrei/ Stuhl gleitfähig zu halten. **Andere Zellen, die Epithelzellen, sind für die Rückresorption**

besorgt. Sie bilden ins Darminnere hinein einen Bürstensaum (Mikrovilli) welche wie ein Filter fungieren.

Ausgewogene Bakterienkulturen sorgen unter anderem dafür, dass die Schleimhaut hier geschützt ist und sorgt damit dafür, dass nicht unkontrolliert Substanzen durch die Darmwand gelangen, die im Körper nichts zu suchen haben. Ausserdem helfen sie auch gewissen Stoffen dabei, sich so zu wandeln, dass sie wieder ausgeschieden werden können.

Die äussere Längsmuskelschicht nennt man Tänien und die Ausbuchtungen die sich ergeben, wenn sich der Darm zusammenzieht, nennt man Haustren. Das gesamte Darmrohr und seine Gefässe werden vom Bauchfell umhüllt und an der Rückwand des Körpers aufgehängt. Das Bauchfell wird auch als Gekröse oder Mesenterium bezeichnet.

Die sogenannte Eigenperistaltik (schlangenartige Fortbewegung) des Colons Richtung After, führt dazu, dass sich der Stuhl im Mastdarm sammelt. Ist dieser voll, nehmen wir im Hirn das Signal wahr, Stuhldrang zu haben und entleeren im Idealfall einen gesunden Kot. Kot wird medizinisch auch Fäzes genannt und enthält Wasser, abgeschieferte Zellen der Darmschleimhaut, Darmbakterien, Sekrete der Verdauungsdrüsen, Gärung- und Fäulnisprodukte und nicht resorbierte Nahrungsbestandteile.

Gesunder Kot entleert sich ohne Pressen oder grosse Anstrengung über den After und hinterlässt keine grosse „Spuren“ in der WC Schüssel. Er ist wurstförmig, ähnlich der Grösse eines Maiskolbens, braun, kompakt. Gesunder Stuhl stinkt nicht, riecht weder säuerlich noch faul und sinkt in der Kloschüssel ab. Die Analgegend bleibt recht sauber, daher braucht es nicht viel Klopapier. Die Entleerung findet im gesunden Darm täglich statt.

Pro Tag entledigen wir uns ungefähr 200 Gramm Stuhlgang, das sind pro Jahr stattliche 73 kg, in 50 Jahren gar 3,6 Tonnen! Wenn man diese Menge vor Auge hat und damit auch „Loslassen“ schlechthin miteinbezieht, dann zeugt es meiner Meinung nach von Respekt, diesem Thema Aufmerksamkeit zu schenken. Es ist nun einfach Mal so, es gehört zu uns Menschen:



Bild 10

2.3 Vielversprechende Kolonien – Darmbakterien und ihr Nutzen

Insgesamt beträgt die Oberfläche des Darmes unglaubliche 400 m², das entspricht **der Grösse eines Fussballfeldes oder zwei Tennisfelder**. Somit ist der Darm das grösste menschliche Organ.

Der Dünndarm wie der Dickdarm werden von über **400 verschiedenen Bakterienstämmen** besiedelt, insgesamt sind es **10 Mal mehr Bakterien als unser Organismus Zellen** hat. Die Kulturen in Dünn- und Dickdarm unterscheiden sich jedoch voneinander, da wie beschrieben ihre Aufgaben verschieden sind. Die **Aufgaben der Bakterien** ist es unter anderem auch, unser **Immunsystem intakt zu halten**. Sie **schützen wie wir nun wissen, die sensible Darmschleimhaut, helfen beim Abbau von Stoffwechselprodukten und bei der Produktion von Vitaminen, Enzymen, Aminosäuren und essentiellen Fettsäuren. Ihr Gleichgewicht ist daher von grösster Bedeutung.**

Beim Neugeborenen ist die Darmoberfläche steril. Erst bei der Geburt (ausgenommen Kaiserschnitt) und später beim Stillen kommt es zum ersten Kontakt mit Bifidobakterien und Laktobazillen. Diese breiten sich folglich auf der Darmschleimhaut aus und bilden eine immens wichtige Grundlage für die Gesundheit und Entwicklung.

Die tägliche Nahrung beeinflusst wesentlich die Zusammensetzung der Darmkeime. So leben insgesamt bis zu 1000 verschiedenen Mikroorganismen im Darm, mit einem Gewicht von bis zu einem Kilogramm, ernähren sich diese von voraussichtlich 1/5 unserer verzehrten Nahrung. Diese freundlichen Bakterien sind für uns absolut lebenswichtig. Klaus-Dietrich Runow schreibt in seinem Buch „Der Darm denkt mit“ dazu folgendes: „Wenn es gelingt, die Darmökologie positiv zu beeinflussen, bedeutet dies auch eine Reduzierung der Belastung der Leber durch toxische Stoffwechselprodukte, die von Pathogenen Bakterien, Pilzen und Parasiten freigesetzt werden.“

Nebst den bereits erwähnten Funktionen der freundlichen Darmkulturen sind sie noch für etwas Grossartiges verantwortlich: Sie sind Voraussetzung für die Produktion von Neurotransmittern (Botenstoffe des Gehirns), welche sich in der Darmschleimhaut bilden. So wird dort das Serotonin ausgeschüttet, welche wir alle als Glückshormon kennen. Serotonin ist aber auch die Vorstufe des Melatonins, welches für den Schlaf, daher tiefe Erholung, verantwortlich ist.

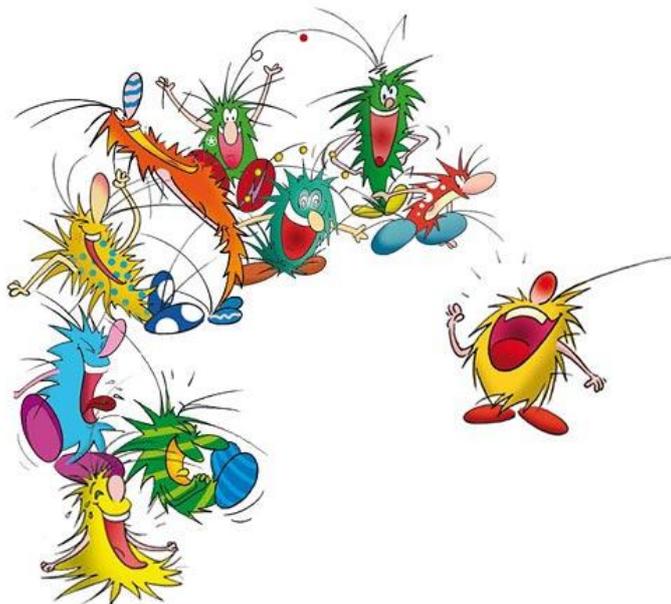


Bild 11

Freundliche Bakterien nennt man auch Pro- und Präbiotika. Sie fördern das gesunde Gleichgewicht an Bakterien im Darm. So kann die Schutzbarriere zum Körperinneren und die Bildung der Neurotransmitter aufrechterhalten werden.

Zusammengefasst:

Was tun freundlichen Bakterien:

- Sie spalten unverdauliche Kohlenhydrate auf
- Produzieren B-Vitamine
- Produzieren Vitamin K
- Produzieren Biotin(welches insbesondere Depressionen und Allergien vorbeugt)
- Entsorgen Schädliche Stoffe

Was tut der Hefepilz im Darm:

- Resorbieren (binden) gefährliche Schwermetalle und werden mit dem Stuhl ausgeschieden

2.4 Keimblätter, Reziproke Wirkungen und Lymphe

Bleiben wir noch ein bisschen beim Körpergeschehen.

Um die Wirkung und die Wirkung der CHT besser zu verstehen, ist ein kurzer Ausflug in die Embryologie sinnvoll.

Wir wissen, dass Zellen das Grundelement der Lebewesen sind. Nach der Befruchtung des Eis bildet sich im Mutterleib das sogenannte erste Keimblatt (Entoderm), gefolgt vom Mittleren Keimblatt (Mesoderm) und dem äusseren Keimblatt (Ektoderm). Aus ihnen entstehen anschliessend unterschiedliche Strukturen, Gewebe und Organe. Jede Zelle und jedes Organ ist über das Gehirn einem der drei Keimblätter zugeordnet. Die Gewebe sind nicht ganz identisch, gleichen sich aber sehr. Es sprengt den Rahmen, in die Tiefe dieser Keimblattentwicklung zu schauen, doch ein paar Zusammenhänge scheinen wichtig.

Unter den Organen besteht nämlich genau aus dieser Entwicklung eine Verbindung zu einander. Diese Interaktion besteht ein Leben lang und hilft, den Körper besser zu „lesen“.

Schauen wir uns zwei Beispiele, die für das Thema Darm wichtig sind, genauer an:

Aus dem **ersten Keimblatt** ausgebildete Organe haben die Funktion der Atmung, **Nahrungsaufnahme, Verdauung, Informationsaustausch** und Fortpflanzung.

Nehmen wir also an, jemand hat häufig Husten, oder ein Herpes an der Nasenwand. Es kann also sein, dass die Dysbalance eigentlich im Verdauungstrakt liegt und nicht dort, wo sich das Symptom zeigt. Man nennt diese auch reziproke Verbindung (aufeinander bezüglich, wechselseitig). Dieses Wissen kann ganz schön den Horizont erweitern. So ist doch manches miteinander verbunden, dass auf den ersten Blick gar nicht so erscheint.

Aus dem **Mittleren Keimblatt bildeten sich unter anderem die Lymphgefässe.**

Nebst Arterien und Venen sind sie der zweitwichtigste Flüssigkeitsumlauf im Körper, bestehend aus Lymphgefässen (ähnlich den Blutgefässen), Lymphknoten(Filterstationen und Rückresorption ins Blut) und Lymphorganen.

Zu den Lymphorganen gehören: Milz, **Gaumen- und Rachenmandeln, Darmlymphfollikel**, Thymus und **Blinddarm**.

Die Darmlymphfollikel werden auch „Peyer Plaque“ genannt und machen 80% des Immunsystems aus. Lymphe ist eine klare, wässrige, leicht gelbliche Flüssigkeit. Im Darm ist die Lymphe mit winzigen Fett-Tröpfchen versehen, welche über die Aufspaltung von Fetten im Darm dort hinein gelangen. Diese besondere Zusammensetzung wird Chylus genannt.

Das Lymphsystem versorgt das Gewebe mit Nährstoffen, transportiert nicht mehr verwertbare Substanzen ab und hat somit eine wichtige und unterstützende Schutzfunktion.

2.5 Was kann im Dickdarm denn schief gehen?

Normalerweise verweilt Nahrung, welche im Dickdarm landet, zwischen 12 bis 60 Stunden dort. Nach 36 Stunden beginnen jedoch alle im Darm befindlichen Stoffe zu gären und faulen an:

- **Kohlenhydrate vergären**
- **Eiweisse faulen**

Folgende **Faktoren** können wie anfangs erwähnt zu einem **Ungleichgewicht führen**:

- Antibiotika
- Junkfood (Zucker, Künstlicher Zucker, Konservierungsmittel, Farbstoffe)
- zu wenig gesunde Fette
- zu wenig gesunde Wasserzufuhr
- Stress
- zu wenig Bewegung
- zu wenig Schlaf und Erholung

So kann es infolge zu einer **Verminderung der freundlichen Bakterienkultur kommen**. **Man redet dann von einer „Dysbiose“ oder in Englisch „Overgrowth“**. Dies führt regelrecht zu einer **Rückvergiftung im Körper**. Das heisst, anstelle von *Zellnahrung* wird das Blut mit *Gärungsgiften* angereichert. Da jeder **Gärungsvorgang** Schlacken hinterlässt, welche sich an den **Darmwänden ablagern**, verhärten sich diese und werden **undurchlässig**. Ähnlich einem Sieb, das verstopft ist und einem Siphon, der nicht ablaufen kann.

Ein gärender Speisebrei setzt auch **giftige Alkohole frei**, die den Körper mit bis zu 0,2 Promille belasten können. Dass dies die Leber Tag und Nacht zusätzlich belastet, erklärt sich von selbst. Chronische Gärungen und Fäulnis, sowie stete Entzündungen der Darmschleimhäute führen zu allem Übel auch zu einer **Übersäuerung des Körpers**. Das heisst, der PH sinkt deutlich unter 7,0.

Viele körperliche Beschwerden basieren und entstehen über Kurz oder Lang daraus. Dies können zum Beispiel die häufig spürbaren Verdauungsprobleme wie Blähungen, Verstopfung sein, aber auch Allergien, Hautprobleme, Gicht, psychische Unstimmigkeiten bis hin zu Depressionen und Schizophrenie. Neuste Erkenntnisse deuten auch darauf hin, dass „Autismus“ mit einem Ungleichgewicht der Darmbakterienkultur zu tun haben. Ich möchte hier nun das Augenmerk vor allem auf die „Bauch-Hirn-Achse“ richten.

2.6 Die Bauch-Hirn-Achse

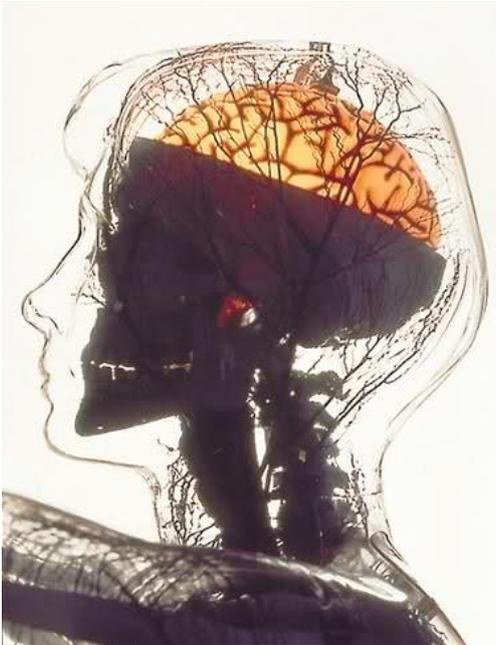


Bild 12



Bild 13

Frappante Ähnlichkeit zwischen Hirn und Darm.

Was wir in unserer Sprache mit Aussagen wie „ ich habe aus dem Bauch gehandelt“ oder als „Bauchgefühl“ beschreiben, ist tatsächlich so: Wir besitzen ein „Bauch-Hirn“. Die Forschungen der Neurogastroenterologie ist einer der wichtigsten Forschungsweige der letzten Jahre.

Früher ging man davon aus, dass das Gehirn die Verdauung steuert und beeinflusst. Heute weiss man, dass mehr Signale den umgekehrten Weg laufen, nämlich vom Darm zum Gehirn. Da diese Signale in beide Richtungen geleitet werden, nennt man dies bidirektional. **Ein gut funktionierender Darm ist daher eine der wichtigsten Therapien gegen Stress, denn ob der Nachrichtenkanal optimal funktioniert, hängt zu 90 Prozent von unseren Darmbakterien ab.**

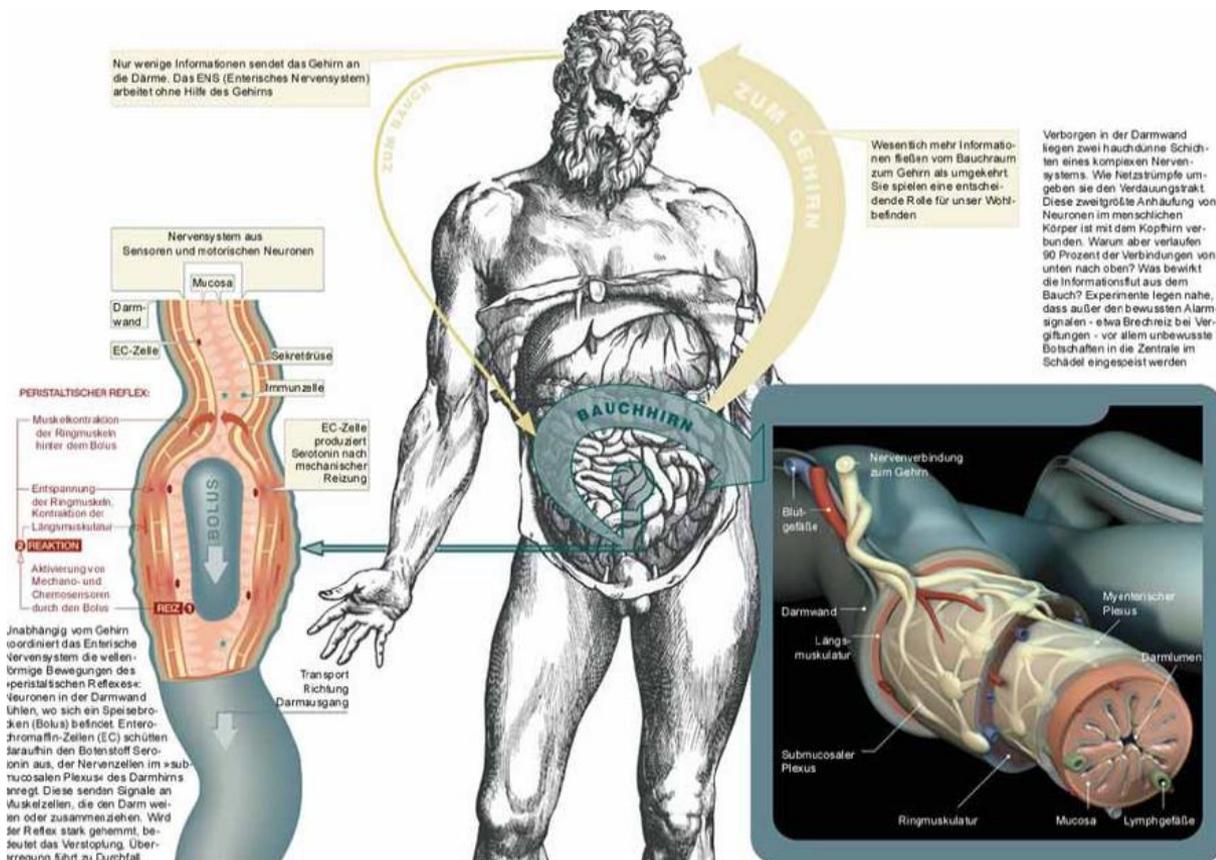


Bild 14 / Der Bauch sagt dem Kopf, was los ist - und lässt sich umgekehrt vom Kopf nur wenig sagen. Die Grafik erklärt, wie das Eigenleben des Bauchhirns funktioniert.

Würden wir den *Mensch als Makrokosmos* sehen, könnte man hier von einer inneren Welt, einem komplexen Mikrokosmos reden. Die Darmbakterien selber, und nicht das Gehirn, merken die speziellen Situationen, wie zum Beispiel Lampenfieber, und reagieren: Sie schütten Histamin und entzündungsfördernde Immunglobuline aus und darauf reagiert das Gehirn mit Angst und Nervosität. So werden **über die "Bauch – Hirn – Achse" Emotionen, Stimmung, Konzentration, Schmerz, Leistungsfähigkeit und Appetitkontrolle beeinflusst.**

2.7 Gliazellen und Darm-Gedächtnis

Im Gehirn gibt es die sogenannten Gliazellen. **Glia** könnte man als **Klebmasse** übersetzen. Nach neuen Erkenntnissen stützen diese nicht nur das Gehirn, sondern sind dessen Immunzellen. Da diese die Nervenfortsätze und Blutgefäße im Gehirn ummanteln, spricht man auch von der Blut-Hirn-Schranke. Während im Blutkreislauf aggressive Substanzen zirkulieren, schützen Gliazelle das Gehirn vor deren Einstrom.

Was hat dies nun mit dem Darm zu tun? **Die Gliazellen sind mit den Immunzellen des Darmes verbunden.** Wie wir gelesen haben, kann es durch ein Ungleichgewicht an freundlichen Bakterien, zu Entzündungsprozessen in der Darmschleimhaut kommen. Dadurch werden auch Allergien, schlechte Bakterien und Pilze begünstigt. Das Immunsystem setzt sogenannte **Zykotine** (wie es zum Beispiel Interferon eines ist) frei, welche über den Blutkreislauf in das Gehirn gelangen. Diese **Signalstoffe vermitteln dem Gehirn, das „Krieg herrscht“ und**

die Stress-Antwort des Gehirns äussert sich mit zum Beispiel einem Krankheitsgefühl, Müdigkeit, Schlafbedürfnis.

Über das Aktivieren der Gliazellen kommt es im Weiteren zu Nervenzellschädigungen und als Folge davon zu Depressionen und anderen Störungen der Gehirnfunktionen. Wie wir auch schon wissen, wird zusätzlich die Serotoninbildung in der Darmschleimhaut wegen den entzündlichen Prozessen vermindert. **Hier wird klar, weshalb ein gesundes Darmmilieu wichtig für eine ausgeglichene Gefühlswelt ist.**

In der Darmwand sind Nervenzellen und Nervenstränge eingebettet, die wie eingangs erwähnt, ohne den Kopf zu fragen die gesamte Verdauung steuern. Es scheint unglaublich, jedoch gibt es gleichviele Neuronen im Darm, wie im Rückenmark.

Dank den Neuronen kann der Darm sogar denken. Nebst dem, das er den Nachbarnorganen sagt, was zu tun und zu lassen ist, hat er –unglaublich aber wahr- sogar ein **Gedächtnis. Vor allem in jungen Jahren lernt das Bauchhirn, und frühe emotionale Erfahrungen des Darmes werden in Bauchreaktion chiffriert, abgespeichert und über die Nervenbahnen zum Gehirn gesendet. Dort werden diese in bestimmte Gefühle übersetzt und in der sogenannten „ Emotions-Gedächtnis-Bank“ gesammelt.**

So kann Erlebtes jederzeit abgerufen und daraus sinnvoll gehandelt werden.

Voraussetzung: Das Darmmilieu stimmt und wir sind gesund. Nur so ist die Kommunikation nach oben gewährleistet. Andernfalls fühlt zwar das Bauchhirn, was getan werden müsste, aber die Signale schalten fehl.

Neuste Erkenntnisse konnten bereits 50 Erkrankungen aufzeigen, bei welchen diese Fehlschaltung in Zusammenhang gebracht werden kann.

Weiter konnte man bei Untersuchungen feststellen, dass **vergangener Lebensstress Gehirn und Darm sowie die Sensibilität der Bauch-Hirn-Achse lebenslänglich prägt.** Werden die freundlichen Bakterienstämme gestärkt, wirkt sich dies auf die Überempfindlichkeit und die Mikroentzündungen im Darm in Akutphasen und lang darüber hinaus positiv aus.

2.8 Wie wirkt die Colon Hydro Therapie?

Wie wir nun wissen, setzen sich Schlacken bei chronischer Dysbiose an den Darmwänden fest. Bei operativen Teilentfernungen des Darmes, wurden angeblich schon von bis zu 18 kg über dreissig Jahre alter, hochgiftiger und verhärteter Kot gefunden. Verhärtungen verwachsen mit den Jahren in die Darmtaschen. Die Auswirkungen auf die Darmschleimhaut und Körper kennen wir nun ebenfalls.

F.X. Mayer (1875-19659 war ein österreichischer Arzt, der sich anhand von Bauchformen ein Bild über die gegenwärtige Verdauungsfunktion, Stoffwechsel und Gesundheit machen konnte. Er unterteilte diese Formen in verschiedene Typen.



Bei seinen Forschungen stellte er fest, dass eine gestörte Verdauung gestaute Lymphgefäße des Mesenteriums nach sich zog. Dies hat vielseitige Auswirkungen. Eine sehr wichtige ist die, dass die Darmschlingen sich nach vorn oder seitlich verschieben, infolge Anschwellens des Gekröses. Sie sind dann so zu sagen an einem Ort, an dem Sie nicht hin gehören und können damit andere Organe belasten und viele Krankheitssymptome auslösen (z.B. Kreuzschmerzen). Kotrückstände entstehen dann umso mehr, da die Veränderung der Spannung (Tonus) im Darm sich negativ auswirkt: Kot bleibt zu lange im Darm und trocknet aus. Oft ist die angesprochene Tonusverschiebung ein Spannungsabfall, der negativ auf das Immunsystem wirkt und für Übersäuerung in den Zellen sorgt. Rückvergiftung auf den gesamten Organismus nimmt dadurch ihren Lauf.

Genau in diesen Raum kann die CHT eingreifen.

Durch das Aufweichen und Ablassen der alten und mit der Schleimhaut verklebten Stuhlrückstände im Darm, wird es auch möglich, Schlacken in den Lymphen ab zu transportieren und den Tonus zu regulieren. Der Weg zum Mesenchym wird frei und die Zellen werden wieder fähig, sich mit Sauerstoff zu binden und den Körper gut zu versorgen. Die Entlastung hilft die gesamte Blutzirkulation im Bauchraum zu verbessern. **Der Stoffwechsel wird aktiviert.** Vorübergehend kann es zu erhöhten Leberwerten durch die starke Entgiftung kommen.

Die äussere Ansicht des Bauches nimmt Schritt für Schritt wieder Form an. Durch das regulieren der Darmsymbiose entwickelt sich auch wieder ein gesunder Appetit auf Nahrungsmittel und Heisshunger auf Süß und Junkfood klingt oft schnell ab.

Die **Nierenaktivität wird angeregt und durchbricht die sogenannte Durstblockade.** Dies führt zu einem gesunden Durstgefühl.

Äusserlich kommt es oft zu einer Glättung der Gesichtshaut und die Gesichtsfarbe ist rosiger und frischer, was vor allem in der Humoralmedizin ein wichtiger Parameter ist.

Natürlich kann der Darm durch das Freiwerden von blockierendem Ballast wieder eine normale Peristaltik ausüben. So wird der Darminhalt weitergeleitet, wie es sich gehört.

Das Ausmisten von so viel „Giftmüll“ lässt auch die Darmschleimhaut wieder regenerieren und ihren vielfältigen Aufgaben nachgehen. Nur in einem ausgeglichenen Darmmilieu lassen sich auch wieder freundliche Bakterien nieder.

Hier wurde durch die Einnahme von Kräutermischungen Schlacken im Darm gelöst und ausgeschieden. Solche Formen, oft auch filigraner, sieht man häufig durch das Abflusssystem während CHT-Zyklen im sogenannten Schauglas abgehen.

Die Bauchmassage mit Oel hilft einerseits mit, das Wasser gut ein- und auslaufen zu lassen, Problemzonen zu ertasten und **Verklebungen zu lösen**. Andererseits wird die **Berührung** auf dem Bauch bei den meisten Menschen als sehr angenehm empfunden. Während einer Stunde wird der Leibesmitte wohlwollende **Aufmerksamkeit** geschenkt. Angenehme Berührungen wirken entspannend und helfen hier eine gewisse Geborgenheit aufkommen zu lassen. Somit kann das Loslassen von vergangenen, teils Jahre alten „**Müllansammlungen**“ **auf körperlicher wie auf seelischer Ebene von Darnen ziehen**. So beobachte ich es zumindest.



Bild 16 / Darmschlacken mit typischer Form der Hausten

Einige Menschen möchten am Bauch nicht berührt werden. Oft ist es Unbehagen oder Kitzlig sein, welche als Grund genannt werden. Dort können ein paar Griffe aus der Atemtherapie zur Lösung des Beckens oder ein kurzes Ausstreichen der Beine und Füße über die Tücher aushelfen.

Da am Dickdarm, ähnlich wie an den Füßen, **Reflexzonen** des ganzen Körpers zugeordnet sind (siehe Abbildung) werden diese einerseits durch die Wechselwirkung des warm und kühl einfließenden Wassers, sowie die Bauchmassage angeregt und den in Verbindung gestellten Organe wird die **Durchblutung angeregt**.

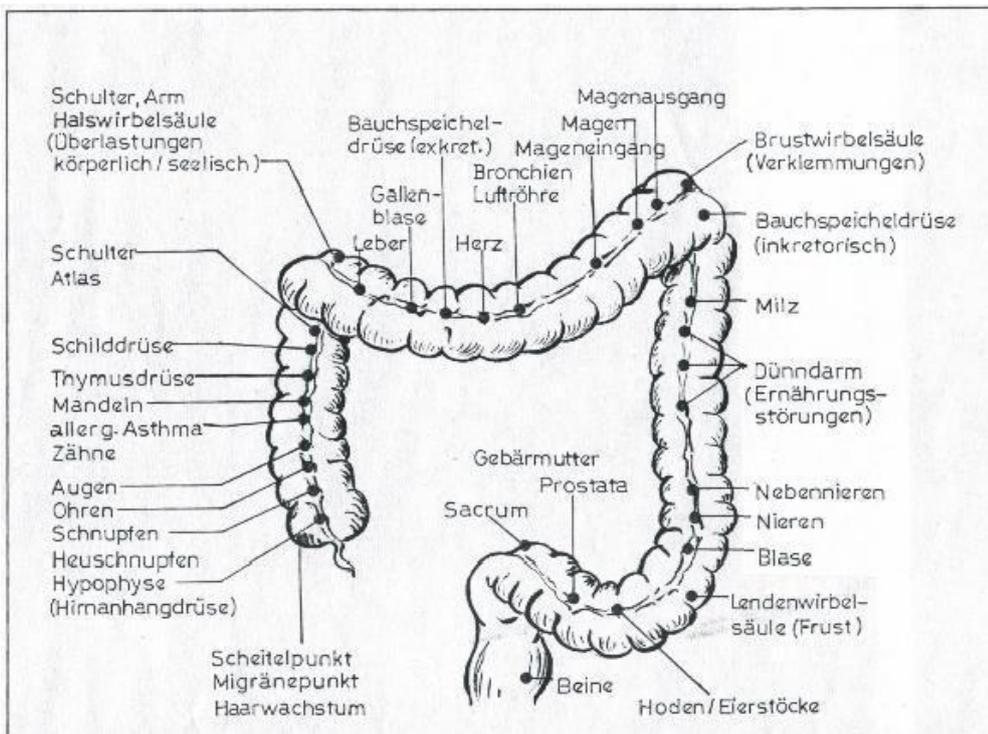


Bild 17

Die Entschlackung der Reflexzonen und das Ausleiten der liegengebliebenen, gärenden, faulenden Speisereste oder bereits mit der Darmwand verklebten „Kotsteine“, erfolgen nicht in einer Spülung, sondern fortschreitend und abschnittsweise.

Die Zahl der Spülungen variiert je nach gesundheitlichen Problemen und je nach Ansicht des Colon Hydro Therapeuten von meist 5 bis 10 Sitzungen, in Abständen von 1 bis 2 Mal wöchentlich. Manfred A.Ulrich plädiert in seinem Buch „Chronische Krankheiten durch Colon Hydro Therapie erfolgreich behandeln“ laufende CHT-Zyklen nicht zu früh abubrechen. Er nennt es unter anderem gar „dumm und widersinnig“.

Es gibt auch Menschen, die möchten die Erfahrung auf eins bis zwei Spülungen jährlich begrenzen im Sinne einer Gesundheitsvorsorge (Prävention) oder im Rahmen einer Fastenbegleitung. Zum sinnvollen Abstand und Anzahl der Spülungen sind sicher zu beachten, welche anderen Therapien im Zyklus begleitend angewendet werden und wie sich die Termine in die aktuelle Lebenssituation einbinden lassen. Dies ist wichtig, damit **die Sitzungen einen Rahmen zum Loslassen erlauben.**

Werden mehrere Spülungen gemacht, kommt es oft zu einer Erstverschlimmerung und dann in eine Heilphase. Es ist wie **ein Schälen der obersten Schichten hin zum ursprünglichen Kern.**

Ergebnis

3.1 Auswertung der Fragebogen und Bemerkungen

Von 25 versendeten Fragebogen, kamen 17 bis zum Abgabetermin der Diplomarbeit zurück. Im folgenden Text sind die Fragen, welche gestellt wurden und die abgegebenen Antworten dazu aufgelistet. Da die Bandbreite von „Emotionen“ sehr vielseitig ist, habe ich bewusst viel Platz gelassen, diesen freien Lauf zu geben und individuelle Wahrnehmungen zu dokumentieren. Alle Befragten hatten innerhalb der letzten 8 Monate bei mir CHT gemacht. Der befragte Zeitraum lag mindestens 2 Monate zurück. Hier nun die Fakten:

3.1.1 Was erhofften Sie durch die CHT zu erreichen?

- Geregelter Verdauung ohne Blähungen
- Reinigung und Entgiftung des Darmes
- Flacher Bauch, da mit Blähungen zu kämpfen
- Verbesserung der Lebensqualität, regelmässiger Stuhlgang, Abbau der Depressivität, Entschlackung
- Positiver Anstoss um mein körperliches Wohlbefinden zu starten
- Körperliches Wohlbefinden
- Im Rahmen der jährlichen „Frühlingsreinigungskur“ durch Basen-Fasten als Abschluss eine CHT um ein gutes Körpergefühl zu erreichen
- Keine Schmerzen mehr im Bauch
- Besseres Arbeiten der Verdauung, alten Abfall loswerden, Verbesserung der Hautunreinheiten
- Altlasten loswerden, leichter fühlen, eine bessere Verdauung, weniger Blähungen, eigenen Darm positiv in seiner Arbeit unterstützen, sich selber etwas Gutes tun
- Eigene Verdauung in den Griff bekommen
- „Altes“ loswerden mit dem Ziel „befreit“, entlastet in eine neue Phase zu gelangen
- Reinigung und Altlasten im wahrsten Sinne des Wortes loszulassen
- Intensive Reinigung von Altlasten
- Stärkung der Abwehr

3.1.2 Welche ärztlichen Diagnosen lagen vor?

- Colon irritabile – 2 Personen
- Verlangsamte Verdauung/ Motilitätsstörungen
- Zöliakie
- Träger Darm
- Alle anderen gaben vor, keine ärztliche Diagnose zu haben

3.3.3 Welche Medikamente oder naturheilkundliche Mittel, Nahrungsergänzungsmittel, wurden gleichzeitig im Behandlungszeitraum eingenommen?

5 Personen haben nichts eingenommen.

Alle genannten „Mittel“ sind aufgelistet, mehrere Personen haben gewisse Substanzen zusammen kombiniert. Wo nicht anders erwähnt, ist die Substanz nur von einer der befragten Personen eingenommen worden.

- Basica comp. Tabletten
- Solidago Tropfen von Ceres
- Spenglersan d13K
- Notakehl
- Pefrakehl
- Fortakehl – 2 Personen
- Sancombi
- Mucor racemosus comp.
- Hagebutte-Tabletten – 2 Personen
- Schwedenbitter-Tinktur – 2 Personen
- 7-Kräuter Erbe Pulver
- Algenpräparat
- Magnesium Orotat
- Kalzium
- Vitamin B
- Vitamin C
- Vitamin D
- Yamswurzel
- Mariendistel
- Heilerde
- Brennnesselkapseln
- Homöopathische Globuli
- L-Cystein
- L-Glutamin
- Hepatoron (Weleda)
- Spagyrikspray zur Entgiftungsunterstützung – 3 Personen
- Straht Aufbau-Tabletten
- Symbiolact comp. Sachets – 2 Personen
- Dafalgan Brausetabletten
- Blutdruckmedikamente
- Nuva Ring
- Resolor 2mg Tabletten

3.1.4 Welche anderen Therapien wurde in der Zeit der CHT zusätzlich gemacht?

- ESB/ Akkupunktmassage nach Radloff -1 Person
- Shiatsu – 1 Person
- Massagen – 3 Personen
- IBP Integrative Körper Psychotherapie- 1 Person
- Keine anderen Therapien: 11 Personen

3.1.5 Wie setzte sich ihr CHT-Zyklus zusammen?

- a) Nur eine CHT - 1 Person
- b) Im Schnitt 2 CHT pro Woche und über den Zeitraum von 4-5 Wochen – 5 Personen
- c) Mehrere CHTs mit Abständen von 1 Woche und mehr - 9 Personen

3.1.6 Welche Reaktionen und Veränderungen wurden nach der CHT festgestellt?

- a) **Körperlich:** - 14 Personen

- Verdauung viel geregelter und viel weniger Blähungen
- Besseren Stuhlgang, mehr Vitalität, keine bis sehr wenig Luft im Darm, keine Blähungen und Völlegefühle mehr
- Etwas flacherer Bauch und viel weniger Luft. Der Drang aufs WC zu müssen und Luft zu lassen ist weg. Toll!
- Schlafverbesserung, regelmässiger Stuhlgang, Verbesserung des Hautbildes
- Besseres Wohlbefinden wie Beweglichkeit
- Keine Übelkeit, kein Durchfall, kein Schwindel und keine Energielosigkeit mehr. Beim Wiederauftreten der Beschwerden nahm die Intensität nie mehr das Ausmass an, wie vor der CHT.
- Körperliche Leichtigkeit und der Bauch weich (nicht mehr prall und voll). Mehr Lust auf Bewegung
- Während Behandlung körperlich starke Reaktionen von fast ohnmächtig werden und Übelkeit. Enorme Schmerzen während des Ausleitens und Gefühl von „Schwer-Krank-Sein“. Nach jeweils zwei Tagen auf den Damm kommen wundervolles Gefühl von Erleichterung und „Bäume-Ausreissen“. Jahre angesammelte Verkrustungen im Körper machten es „hart“.
- Fitter, befreiter, leichter. Hautunreinheiten verbesserten sich. Verdauung arbeitete besser.
- Stabilere Verdauung, weniger Blähungen, weniger Völle-Gefühl
- Keine grosse Verbesserung, möchte noch weiter machen
- Gefühl von „Leerwerden“, Reinigen, Entlasten
- Gefühl von leichter sein, entspanntem Bauch. Dies fordert auf, zu beobachten was man isst und wie sich dies anfühlt.
- Erleichtert
- Hungergefühl

b) Psychisch: - 13 Personen

- Leichter und unbeschwerter fühlen
- Totale Befreiung: Gesunder Darm = Gesunde Psyche
- Freij; Loslassen lernen und Hinschauen
- Weniger Depressiv
- Leichter
- Durch körperliche Verbesserung ging es auch der Psyche viel besser
- Ein Gefühl von „Reinheit“ oder „aufgeräumt“ zu haben. Freude, etwas „Altes“ losgelassen zu haben. Das neue Körperbewusstsein fühlt sich gut an, Lust auf Neues – Neubeginn!
- Gefühl von froh sein, begleitet sein, dass sich jemand annimmt und sich kümmert während dem CHT-Zyklus. Im ersten Moment Gefühl von stärker sein und besser sagen können, was eigene Bedürfnisse angeht. Dadurch auch härter in eigenen Aussagen.
- Ausgeglicener, aufgestellter, fröhlicher. Aufräum- und Ordnungs-Tick
- Befreiter und leichter
- Gefühl von freiem Kopf, Altlasten losgelassen zu haben
- Körper lässt los, so auch die Psyche – Aufräumen von alten Glaubensmustern
- Eher aufgestellter

c) Keine Veränderungen: - 1 Person

d) Keine Reaktionen: - Keine Person

Keine Rückmeldung zu dieser Frage: -1 Person

3.1.7 Hielten die Veränderungen an?

- a) Ja – 7 Personen
- b) Nein – Keine Person
- c) Teils – 4 Personen

d) Kommentar: - 7 Personen

- Neu entstehende Blockaden lösen sich schneller, teils auch selbständig
- Geduld muss man haben, ist (leider/zum Glück☺) nicht mit einem Mal getan!
- Das Wohlbefinden hielt unterschiedlich lange an. Bei Spülungen in der Akutphase ging es mir aber jeweils gleich wieder besser. Die Beschwerden haben extrem an Intensität verloren. Die Abstände meiner Beschwerden sind inzwischen sehr gross. Die letzte „Krise“ hatte ich vielleicht vor ca 3-4 Monaten.
- Nach einer Weile klingt das Wohlfühl wieder ab – aber ich fühle mich seit ich CHT mache gesünder und nehme meine Verdauung und meinen Körper anders wahr!
- Die Verdauung arbeitet weiterhin sehr gut. Der Aufräum- und Ordnungs-Tick ist aber nicht mehr so ausgeprägt. ☺
- Veränderungen hielten bis jetzt an ☺ - und sonst gehe ich gleich wieder in eine neue Session.
- Sicher ist es sinnvoll, diese Behandlungen in Abständen zu wiederholen.

3.1.8 Bitte kreuzen Sie die Aussagen an, welchen Sie zustimmen können und beenden sie den Satz:

a) Die CHT hat sich meiner Meinung nach negativ auf meine Emotionen ausgewirkt, weil: - keine Person

b) Die CHT hat sich meiner Meinung nach positiv auf meine Emotionen ausgewirkt, weil: - 14 Personen

- Ich mich leichter fühle, und ich die täglichen Belastungen/Anforderungen damit eher leichter nehmen und umgehen kann.
- Ich ein besseres Körpergefühl habe und totale psychische Erleichterung spüre.
- Sich mit den Blockaden in den Därmen auch die Blockaden im Geist gelöst haben.
- Weil es wichtig ist, hinzuschauen und loslassen zu können. Man weiss immer was man isst (mehr oder weniger), aber selten was rauskommt. CHT macht den ganzen Prozess klar. Emotionen nicht festhalten sondern loslassen.
- Weil es der Auslöser war, sich über Magen-Darm und Wohlbefinden Gedanken zu machen
- Weil ich etwas gefunden habe, dass mir mein Wohlbefinden zurückgegeben hat!!
- Ich bin überzeugt von der CHT weil ich mich danach wirklich besser, fröhlicher und energetisiert fühle.
- Ich mich stärker fühle – emotional wie auch auf der körperlichen Ebene. Ich würde dies jederzeit wiederholen.
- Ich mich fitter fühlte, ausgeglichener war und mich von altem „Ballast“ befreit fühlte. Zudem merkte ich, dass ich etwas Gutes für mich und meinen Körper tue.

- Ich mich freier fühle und das Gefühl habe auch körperliche „Altlasten“ losgelassen zu haben.
- Ich mich tatsächlich gut fühlte.
- Die CHT ein Loslassen bewirkt. Was wir emotional nicht loslassen möchten, lagern wir im Körper und somit wirkt sich die Reinigung des Körpers auch wieder auf die Emotionen aus. Der Körper ist uns als Sensorium gegeben, der Darm hat viel zu verdauen, auch im übertragenen Sinn. Somit wirkt sich die Reinigung des Darmes auch wieder auf unsere Emotionen aus.
- Ich war in dieser Zeit in einer speziellen Situation und hatte das Gefühl, meiner Emotion besser freien Lauf zu geben.
- Ich etwas in Angriff genommen habe, wovor ich mich lange gefürchtet habe und finde es toll!

c) Die CHT hat sich weder positiv noch negativ auf meine Emotionen ausgewirkt: - 2 Personen

- **Keine Rückmeldung zur Frage:** - 1 Person

3.1.9 Das möchte ich noch zum Thema Colon Hydro Therapie und Emotionen sagen:

13 Personen

- Ich finde, die CHT ist eine hervorragende Therapie, die viel öfters angewandt, resp. auch von der Schulmedizin anerkannt und verordnet werden sollte!
- Mein Darmspezialist war total gegen eine CHT. Ich habe das selber beschlossen zu machen, gegen seine Aussage und Meinung. Bin sehr glücklich, es gemacht zu haben, denn mein Wohlbefinden ist sehr sehr sehr gut. Würde es jederzeit wieder machen. Werde es jährlich im Frühling machen und wenn es sein muss würd ich die Kosten auch selber tragen, denn mein Körper und meine Gesundheit sind mein grösstes Kapital.
- Ich kann sie jedem empfehlen! Meine Erfahrungen damit zeigen mir in dem Mass wie der Darm gereinigt, Blockaden gelöst, von Giftstoffen befreit wird, beginnt auch der Geist sich von altem Müll zu befreien. Es kommt Bewegung in alles.
- Sich nur schon einmal mit einem sogenannten „unangenehmen“ Thema zu beschäftigen ist gut. Man bekommt einen natürlichen Zugang zu ganz normalen Prozessen. Viele Leute schauen weg. CHT schaut hin und man entdeckt es ist total spannend. Vor allem mit jemanden wie Barbara, einfach super. Danke dir!
- Empfehlenswert/positive natürliche Reinigung ohne Chemie/ jeweils eine Stunde guter Austausch mit der Therapeutin.
- Ich erlebe die CHT in sehr engem Zusammenhang mit den Emotionen. Denn nur wenn ich körperlich fit bin, mich wohl fühle, dann geht es mir auch emotional viel besser.
- Ich kann es jedem nur empfehlen. Barbara ist eine hervorragende Therapeutin, die das Thema CHT ganzheitlich angeht und die Patienten auf allen Ebenen abholen kann. Merci!
- Es sollten viel mehr Menschen zu dieser Therapie bewegt werden können.
- Es kann sein, dass während einer CHT gewisse Verhärtungen, Blockaden oder ein Unwohlsein gelöst werden können. Dies in Begleitung einer erfahrenen Therapeutin zu erleben, ist eine wunderbare Art, sich um den „eigenen Dreck“ zu kümmern, sich zu reinigen und zu einem neuen Wohlgefühl zu gelangen.
- Ich habe die CHT vorher nicht gekannt und habe es einfach ausprobiert. Dass ich so gute Erfahrungen gemacht habe, konnte ich zuerst fast nicht glauben, Im Moment bin

- ich schmerzfrei –fühle mich psychisch „erleichtert“ – wie herausgeputzt und würde eine Therapie sofort wiederholen. Ich bin felsenfest vom Erfolg überzeugt – Physisch wie psychisch.
- Es gelang mir wirklich einiges an alten Geschichten loszulassen, befreit zu werden. Es hat mich überzeugt und ich werde wieder CHT haben wollen.
 - Wenn ich bei Louise Hay „Heile deinen Körper“ nachlese, symbolisiert der Dickdarm auch die Gedanken. Die Reinigung des Darmes hilft uns, alte Glaubensmuster loszulassen.
 - Emotionen kommen ja aus dem Bauch und daher finden wir dies eine der besten Therapien, die es gibt!
- **Keine Rückmeldung zu dieser Frage:** - 4 Personen

3.2 Rückmeldung von Ärzten/ Therapeuten

Im Weiteren wurden fünf Ärzte sowie zwei bekannte Naturheilpraktikerinnen die sich mit dem Thema Darm bestens auskennen angeschrieben um Ihre Ansicht zum Thema CHT und Emotionen preis zu geben. Ein Arzt liess sich entschuldigen, da er einen Unfall hatte. **Zwei Ärzte gaben mir freundlicherweise Hinweise und Unterstützung in meinen Recherchen. Dies sind Dr. S. Feldhaus und Dr. J. Hess, Paramed, Baar.**

Dr. Wolfgang Rohner aus Maur, Zürich, **hat über 30Jahre Erfahrung mit der CHT. Er bietet diese in seiner „Regenbogenpraxis“ an. Hier seine Rückmeldung:**

„Meiner Ansicht nach hat die Therapie eine indirekte Wirkung auf die Emotionen. Wenn wir den "Dreck" aus dem Darm entfernen, können aufgrund des Konzentrationsgefälles Schadstoffe aus dem Grundgewebe in den Darm gelangen und so wieder ausgeschieden werden. Haben wir aber viel Dreck im Darm, gelangen diese über den gleichen Mechanismus ins Gewebe, führen dazu, dass der Körper langfristig zu einer Sondermülldeponie wird und dann erstarrt.

Ich sehe immer wieder Patienten, die sich über ein neu gewonnenes Leben berichten. Eine emotionelle Wirkung hat die Colon ganz bestimmt.

Es gibt ja auch den Spruch: "Die Liebe geht durch den Magen, das Glück sitzt im Darm."

Inwieweit die richtige Darmflora direkt für die Serotoninproduktion zuständig ist, kann ich leider nicht beurteilen. Ich tendiere eher zur Annahme, dass der Plexus solaris bei einer ständigen Intoxikation durch Darmgifte weniger Serotonin synthetisiert. Das Buch "Bauchhirn" kennen Sie bestimmt. Es ist tatsächlich so, dass das Nervensystem des Bauchraums mehr Serotonin produziert als unser Gehirn."

Frau Rosmarie Stadelmann ist Atemtherapeutin-Ausbildnerin, arbeitet in Stilli, Aargau, seit Jahren auch mit Bioresonanz und Vitalfeld. Ihre Rückmeldung:

„Ich habe die CHT im Rahmen einer Leberreinigung kennen gelernt. Nach der CHT spürte ich eine Wärme und Zentrierung im Bauchgebiet, hatte weniger Blähungen und verspürte eine Leichtigkeit. Psychisch fühlte ich mich geerdet, ruhiger und es kam ein „Reinheitsgefühl“ auf. Diese Veränderungen hielten teilweise an. Ich fühle besser, wenn ich nicht mehr zentriert bin und wieder für mich sorgen soll.

Meine Messungen in der Vitalfeldtherapie zeigen auf, dass mehr als 90% aller Patienten, unabhängig von Krankheit und Symptom, an einer energetischen Unterfunktion von Darm und Lymphe betroffen sind. Medizinisch gesehen ist die Darmschleimhaut dann noch intakt, energetisch gesehen jedoch bereits in einem grossen Defizit.

Wasser - insbesondere belebtes Wasser - wie es in der CHT angewendet wird, wirkt aktivierend auf dieses System und rückwirkend auf die gesamte Verdauung: Darm - Lymphe - Leber. Jeder sollte sich anhand dieser Fakten jährlich durch die CHT etwas Gutes tun."

3.3 Besonderes: Literaturrecherchen auf den Punkt gebracht

Henry G. Tietze beschreibt in seinem Buch „ Entschlüsselte Organsprache“ folgendes: Die Ausscheidung von Ballaststoffen ist eine Möglichkeit, den Körper von Substanzen zu befreien, die für ihn nicht länger von Nutzen sind. Kommt dieses Ausscheiden aus der Balance, können viele psychosomatische Ursachen dafür verantwortlich sein: Mutter - Kind - Thematik, Angst sich hinzugeben, Festhalten an bestimmten Verhaltensweisen, Perfektionismus, Misstrauen - um einige davon zu nennen. Wut und Ärger, generelle unterdrückte Gefühle über einen längeren Zeitraum, hinterlassen ihre somatischen Spuren vor allem in den Darmschleimhäuten. Die Darmwände werden unter Stress übermässig stark durchblutet und entwickeln eine Hyperaktivität, so dass an einzelnen Gewebestellen Verletzungen entstehen. Häufig werden diese Erkrankungen von Depressionen oder Verzweiflungszuständen begleitet.

Der Bioenergetiker Alexander Lowen meldet sich im gleichen Buch mit der Aussage: „ In jedem gehemmtten und verklemmtten Menschen besteht eine tiefe Kümmeris, und viele Leute ziehen es vor, gehemmt zu bleiben, um dieses Gefühl, das meist an Verzweiflung grenzt, nicht an sich herankommen zu lassen. Man kann sich der Verzweiflung aber stellen und den Kummer durcharbeiten, wenn ein verständnisvoller Therapeut dabei hilft; ich möchte dabei allerdings betonen, dass es keineswegs leicht ist. Kummer und Weinen werden im Buch zurückgehalten, und hier sammelt sich auch die Ladung. Der Weg zur Freude führt unweigerlich durch Verzweiflung.“

Gerhard Miller, Astrologe, schreibt in „ Sternenwelten“: Der Dickdarm gehört zur Unterwelt, er repräsentiert die „Katakomben der Seele“. Diese unterirdischen Gänge dienten historisch zur Aufbewahrung von Toten. Ähnlich ist es mit dem Dickdarm. Schamanisch gesehen liegen dort „böse“ Erinnerungen, Enttäuschungen, nicht verwundene Entbehrungen und kaum beweinte Kränkungen begraben....."Totenstille", „emotionale Stille“ bis zu „stiller Wut“....“ .

Diskussion bis und mit Quellenverzeichnis

4.1 Interpretationen der Ergebnisse

Aus den Umfragen wird ersichtlich, **dass die meisten Menschen die CHT aufsuchen, weil sie an einem körperlichen Symptom leiden. Häufig stehen Verdauungsprobleme im Vordergrund.** Einige Menschen geben an, sich auf der Körperebene von Altlasten befreien zu wollen. Obwohl man diese „Altlasten“ ja nicht wirklich sieht, scheint es ein Gefühl dafür zu geben, diese angehen zu wollen. Dies kommt in der Wortwahl so rüber.

Fast scheint es, dass der Wunsch nach positiver Auswirkung auf Körper und Psyche gleichermaßen erhofft wird. Ein paar Stimmen mehr übertreffen dies dann doch und die Verbesserung des körperlichen Wohles macht das Rennen. **Nur eine einzige Person von 17 Befragten kommt mit der Einstellung, etwas für den emotionalen Ausgleich zu tun.**

Nur wenigen Befragten lag eine ärztliche Diagnose vor. **Keiner der Befragten wurde von einem Arzt zugewiesen.** Ein Arzt riet sogar von einer CHT ab, da diese gefährlich sei. Da seine Antibiotika-Kuren aber keine positiven Wirkungen auf die extremen Blähungen der Kundin hatten, beschloss sie sich in grosser Verzweiflung gegen diesen Rat und trat eine CHT an. Sie würde es jederzeit wiederholen, denn die Therapie hat ihr nach Ihren eigenen Aussagen „ein neues Leben geschenkt“.

Viele Befragte nehmen zusätzlich **Phytotherapeutika, Orthomolekulare Substanzen, homöopathische Mittel, Isopathische Mittel und Prä- und Probiotikas** ein. Nur ein Mittel aus der Schulmedizin, welches die Darmtätigkeit anregte, wurde von einer Person eingenommen. Jedoch erst am Ende des CHT-Zyklus (Resolor 2mg, Vorstufe von Serotonin).

Unterstützung mit diesen Mitteln scheint sinnvoll zu sein. Sie fügen sich gut in die **Vernetzung der ganzen Entgiftungsmechanismen** ein und helfen in Akutphasen Toxine schneller auszuleiten, eine weitere Rückvergiftung zu umgehen und sorgen später für einen guten Aufbau der neuen Kulturen. **Es macht keinen Sinn, nur im Müll zu wühlen – er muss auch den Weg nach draussen finden.**

Auch das **Loslassen von abgespeicherten Emotionen wird durch eben solche Naturheilmittel wie auch der zusätzlich in Anspruch genommenen Therapieformen wohlwollend unterstützt.** Es scheint, als wirke es wie ein Auffangbecken in Zeiten der Unsicherheit, welche durch das Ausleiten und Loslassen angezettelt wird.

Sich wohl zu fühlen während der Behandlung und eine gute Vertrauensbasis scheint ebenfalls gerade hier eine grosse Rolle zu spielen.

Interessant ist, dass die Wirkung der CHT bei den allermeisten körperlich wie auch emotional positiv vermerkt wird, obwohl ja die meisten den Fokus auf eine körperliche Verbesserung hatten. Viele waren darüber positiv überrascht.

Nur eine einzige Person konnte keine emotionale Komponente in Zusammenhang mit der CHT bringen. Persönlich ist mir jedoch bei dieser Person aufgefallen, dass Sie während des Zyklus über 5 CHTs sich für eine neue Stelle in ihrem Job beworben hatte, einmal mit einer sehr schlechten Stimmung die Behandlung antrat und mit einem „viel besseren Gefühl“ heraus ging, und sich die wirklichen sehr langen Haare in eine Kurzhaarfrisur umwandelte. Hat dieses Loslösen von „einem alten Zopf“ und der Elan neue Dinge ins Visier zu fassen, vielleicht doch auch mit der CHT zu tun? Ich lasse es offen.

Veränderungen über längeren Zeitraum hielten unterschiedlich an. Dies deutet darauf hin, dass die **CHT keine „allmächtige“ Therapieform ist. Sie ist eine Therapieform, die sich gut in den Rahmen der Naturheilkundlichen Therapie, der Ganzheitstherapie, einbinden lässt.** Sie **beschleunigt und bringt etwas ins Rollen**, wie es viele Rückmeldungen aufzeigen. Der natürliche Zugang zu anfangs eher einem **Tabu zugeordneten Körperprozess wird durchbrochen** und es **findet sich ein natürlicher Zugang der spannend empfunden wird.** **Die meisten erleben die CHT und die Emotionen in einem engen Zusammenhang.**

4.2 Resümee

Dr. Jürg Hess, von der Paramed in Baar, sagt über die Wirkung der CHT folgendes: „Die Colon Hydrotherapie macht ja vor allem mal eine Entgiftung. Dass danach viele energetische Abläufe wieder besser funktionieren können als vorher ist eigentlich logisch. Damit kommt der Mensch wieder mehr in seine Ordnungssysteme, die ja mit dem „Ursprungsplan“ gekoppelt sind. Er wird sich deshalb auch eher wieder bewusst, welche Wege, Ziele und willentliche Handlungskompetenzen schlussendlich die richtigen für ihn sind, da er nicht mehr so zugemüllt ist.“

Die Wichtigkeit der gesunden Darmflora wird in aktueller Literatur von vielen Forschern immer wieder unterstrichen. Nicht nur für das körperliche, sondern insbesondere psychische Wohl. Es gibt viele Wege, die dazu führen. Oft wird für die Regulierung und den Aufbau der Darmflora folgende Schritte angewendet: Eliminieren und Weglassen, Ersetzen und Hinzu-fügen, Neubesiedlung und schlussendlich Reparatur. Die Colon Hydro Therapie ist hier meines Erachtens ein guter Wegweiser.

Für mich wirkt es so, als dass die „**Vernebelung**“ die **durch die Rückvergiftung** im Körper entsteht, **langsam im Menschen aufsteigt**. So langsam, dass man es gar nicht bewusst wahrnimmt. **Die Zellen wirken auf mich oft wie „verklebt“**.

Wenn man davon ausgeht, dass sich die **Seele über den Körper und die Intuition ausdrückt, jede Zelle beseelt, sehe ich für beide im Rahmen der CHT guten Chancen bewusster wahrgenommen zu werden**. Wie meine ich das?

Wir haben es gelesen: Frühkindliche Emotionen schlagen sich im Bauch nieder und speichern sich in der „**Emotions-Gedächtnis-Bank**“. Nicht alles was da abgespeichert ist, kommt uns im gegenwärtigen Handeln zu gute. Dies zeigen insbesondere auch die Literaturrecherchen in der Auswertung auf.

Passend zur Zeit in der wir leben geht es darum, **SICH mit allem was man ist und mit sich trägt zu stellen, es zu zulassen, sich allenfalls zu lösen und somit zu sich zu kommen**. Mit der „**unvernebelten**“, **daher „geklärten und klaren Persönlichkeit“ unterwegs zu sein**, ist eine ganz andere Qualität. Frei sein, sein eigenes Leben zu leben und nicht eines durch unverarbeitete vergangene Erfahrungen getrübt.

Wie erwähnt: Viele Menschen brauchen einen gewissen Leidensdruck, um sich auf die CHT einzulassen. Was könnten Gründe dafür sein?

Könnte es sein, dass ein Teil von uns Angst hat, sich von abgespeicherten Informationen zu lösen? Menschen verlassen nicht gerne die sogenannte „Komfortzone“, das heisst: Auch wenn man noch so fühlt, dass es gut und richtig sein könnte, **lebt man lieber mit einer Situation die man kennt – auch wenn diese unangenehm ist. Wir haben „Schiss“ und machen noch den einen oder anderen Umweg, der wiederum weitere wertvolle Erfahrungen bietet**.
Es gibt wohl eine Zeit des Sammelns und eine Zeit des Loslassens.

Hier noch ein schönes Modell aus der Kybernetik, welches die Zusammenhänge sehr klar aufzeigt.

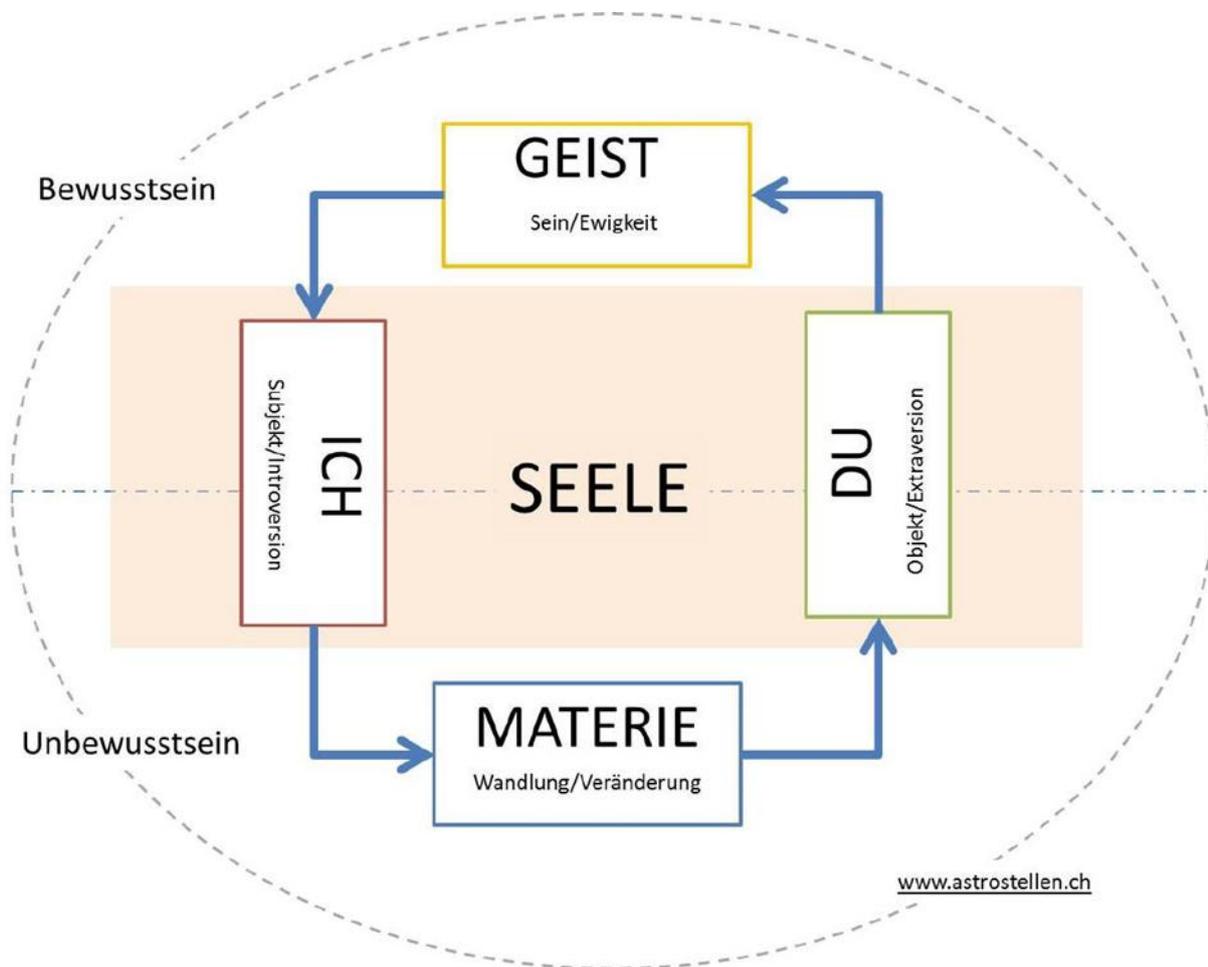


Bild 19

Alles in Allem steht für mich fest: Ich werde zukünftig weiter beobachten, was sich in der Darmforschung zeigt. Die Befragung der Behandelten, nicht nur unmittelbar nach der Sitzung, sondern auch ein paar Monate später, hat sich als spannend erwiesen und ich werde sie beibehalten, um weitere Zusammenhänge zu entdecken. **Für mich zeigt sich die CHT als eine wunderbare Methode, um in die Mitte zu kommen, zu sich zu kommen.**

Martin Luther sagte einst: „Aus einem traurigen Arsch kommt kein fröhlicher Furz“. Diese Aussage könnte meine These auf den Punkt bringen.

Auch wenn die Colon Hydro Therapie eine Erfahrungslehre und keine Wissenschaft bleiben sollte, so hoffe ich, diese Aufzeichnungen konnten Ihnen einen kleinen Einblick geben. Möge sich jeder selber ein Bild machen, was für ihn stimmig ist und was nicht.

Sollte es nun durch das Lesen der Lektüre im Bauch neuen Raum für Schmetterlinge der besonderen Art gegeben haben, schenke ich noch das Schmetterlings-Alphabet: Sämtliche Buchstaben und die Ziffern 1-9 sind auf den Flügel der Schmetterlinge zu erkennen. Diese wurden wohl längst vor der Entwicklung des Alphabets und den Ziffern durch die Welt geflogen. So ist vielleicht vieles nach wie vor für die Augen verborgen, obwohl es bereits da ist und wirkt. Auf ein gutes Bauchgefühl!

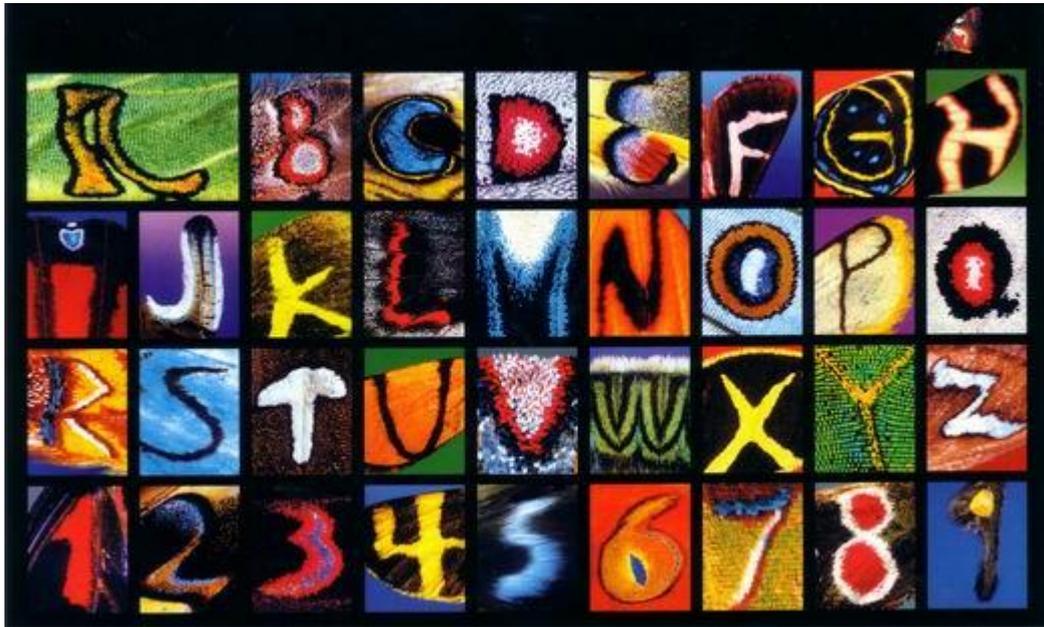


Bild 19

Quellenverzeichnis

Bilder Quellen:

- Titelbild: <http://www.sunbonoo.com/de/colon-hydro-therapie-arzt-paguera-mallorca-urlaub>
- Bild 1: <http://de.dreamstime.com/stockfotos-waage-image14992923> 07.12.2012 22.56h
- Bild 2: <http://das-kleine-nachtbuechlein.blog.de/2010/03/13/teilbewegte-bilderstoekchen-8171872/>16.08.2012 20.37h
- Bild 3: www.alibaba.com 17.08.2012 20.22 h
- Bild 4: www.bodyharmony.com 17.08.2012 20.14h
- Bild 5: <http://www.pta-forum.de/index.php?id=2133&type=4/> 12.08.2012;20.45h
- Bild 6: http://www.tripadvisor.de/Attraction_Review-g298005-d317502-Reviews-Public_Latrine-Ephesus_Izmir_Province_Turkish_Aegean_Coast.html 09.08.2012 21.35h
- Bild 7: <http://ab-ort.blogspot.ch/2010/06/genealogie-des-klos-4-nachttopf-und.html> 09.08.2012 22.04h
- Bild 8: http://www.planet-wissen.de/natur_technik/anatomie_mensch/verdauen/klo_kultur.jsp 09.08.2012 21.57 h
- Bild 9:
http://www.google.ch/imgres?q=verdauung&num=10&hl=de&biw=1396&bih=679&tbm=isch&tbnid=b1MAvt5o1J1kGM:&imgrefurl=http://www.nwzg.de/Verdauung-und-Gesundheit-Darmreinigung-Darmpflege_NWzG24.php&docid=FwehxegzDNVRpM&imgurl=http://www.nwzg.de/nwzg-images/verdauung.gif&w=965&h=1038&ei=XuErUOmxF8uM4gTnn4CoAQ&zoom=1&iact=hc&vpx=1140&vpy=169&dur=585&hovh=233&hovw=216&tx=155&ty=113&sig=103203600031828634461&page=1&tbnh=142&tbnw=130&start=0&ndsp=26&ved=1t:429,r:8,s:0,i:137
15.08.2012 19.51h
- Bild 10:
http://www.google.ch/imgres?q=bilder+stuhlgang+baby&start=118&um=1&hl=de&sa=N&biw=1239&bih=602&tbm=isch&tbnid=detpFPpyJNTDWM:&imgrefurl=http://www.spreadshirt.de/rot-shit-happens-no-2-baby-body-C4408A11671884&docid=BwxxSTHkr8_pbM&imgurl=http://image.spreadshirt.net/image-server/v1/designs/10977367,width%253D190,height%253D190/Shit-Happens-No.2.png&w=190&h=190&ei=aREsUPeWGdT14QTGs4H4Aw&zoom=1&iact=hc&vpx=1007&vpy=175&dur=6039&hovh=152&hovw=152&tx=164&ty=87&sig=103203600031828634461&page=6&tbnh=135&tbnw=150&ndsp=28&ved=1t:429,r:27,s:118,i:167 15.08.2012 19.05h
- Bild 11: www.wopax.de 17.08.2012 19.43h
- Bild 12: http://tomiwan.pagedeluxe.de/bauchhirn_48132697.html 15.08.2012 20.03h

- Bild 13: http://tomiwan.pagedeluxe.de/bauchhirn_48132697.html 15.08.2012 20.03h
- Bild 14: http://www.sokrateam.de/download/sokrateam_wissen_bauchhirn.pdf 17.08.2012 21.05h
- Bild 15: www.naturheilmagazin.de 5.8.2012/ 16.12
- Bild 16: <http://www.colonixreview.com/> 15.08.2012 20.04h
- Bild 17: <http://www.heilpraktikerin-koehler.de/colon.htm> 15.08.2012 19.44h
- Bild 18: www.astrostellen.ch 16.08.2012 19.35 h
- Bild 19: http://www.google.ch/imgres?imgurl=http://www.professor-heger.de/fotos/Dorffest_2007_Gottesdienst/Schmetterlingsalphabet.jpg&imgrefurl=http://www.professor-heger.de/dorffest2007/festgottesdienst.htm&h=313&w=520&sz=49&tbnid=1vGWPBugV1wNM:&tbnh=72&tbnw=120&prev=/search%3Fq%3Dschmetterlingsalphabet%26tbn%3Disch%26tbo%3Du&zoom=1&q=schmetterlingsalphabet&usq=3BRm97vM7ToydFOFrcnd89wD_eM=&docid=iSyu5C5_mKyQGM&hl=de&sa=X&ei=gRMsUKLtK8aj4qS6toFo&sqi=2&ved=0CGEQ9QEwBQ&dur=8370 15.08.2012 22.27H

Literaturverzeichnis

Buchmann,P., Degen,L.(2010). Chronische Bauchbeschwerden – Grundlagen – Diagnostik – Therapie. Bern: Verlag Hans Huber

Frauwallner, A, (2011). Was tun, wenn der Darm streikt? Probiotika sinnvoll einsetzen. Wien: Kneipp-Verlag GmbH & Co KG

Gershon, M.(2001). Der kluge Bauch-Die Entdeckung des zweiten Gehirns.Goldmann Verlag

Grillparzer, M,.(2007).Körperwissen – Entdecken Sie Ihre eigene Welt. München. Gräfe und Unzer Verlag

Heisse, S,C, (2002). Kraft zum Scheissen. Neukirchen-vluyn und Bochum. Books on Demand GmbH

Kingston, K, (2012). Feng Shui gegen das Gerümpel des Alltags-Richtig ausmisten.Gerümpel befreien. Reinbeck bei Hamburg. Rohwolt Taschenbuch Verlag.

Runow, K-D, (2011). Der Darm denkt mit. Wie Bakterien, Pilze und Allergien das Nervensystem beeinflussen. Südwest Verlag

Stossier, H,(2012).Viva Mayr! Gesund und Schlank dank Mayr Kur. Trias Verlag

Stossier, H (2008). F.X. Mayr: Medizin der Zukunft. Trias Verlag Ulrich, M, (2011). Chronische Krankheiten durch Colon-Hydro-Therapie erfolgreich behandeln. Baunach, Spurbuchverlag

Walker,N,(2008): Darmgesundheit ohne Verstopfung. Weil der Stadt, Waldthausen Verlag

Internet

www.astrostellen.ch 16.08.2012 19.35 h

<http://www.enveda.de/magazin/gesunde-lebensgestaltung/ernaehrung/entgiften/der-darm-und-seine-psychoenergetische-bedeutung.html> 12.08.2012 20.05 h

www.klinik-sgm.ch 20.07.2012 21.17h

<http://www.komm-praxis.de/menue/gesundheit/organsprache.html> 5.8.2012 14.25

www.homotox.de 05.07.2012 23.08h

<http://www.pferdemedizin.com/bauchhirn/>

<http://www.sternwelten.net/bereiche-astrologie/astro-medizin/575-dickdarm-seele.html>
16.06.12 20.52h

WWW.VITALSTOFFINFO.COM 16.06.2012 17.35h

www.sokrateam.de 26.05.2012 12.17h

http://arbeitsblätter.stangl_taller.at/GEHIRN/Bauchhirn.shtml 26.05.2012 15.47h

www.enveda.de 17.06.2012 17.30h

www.gesunde-darmflora.de 30.05.2012 13.49h

www.wasserundmehr.at 17.06.2012 23.06h

www.pflegewiki.de 16.06.2012 20.50h

www.kallisophie.dech 16.06.2012 21.55h

www.reprop.de 27.04.2012 19.58h: Hinweis auf Schweizerische Ärztezeitung, Bulletin 2007;88:7

www.zentrum-der-gesundheit.de 30.05.2012 23.15h

www.gesund-heilfasten.de 29.07.2012 17.20h

www.trenka.at 29.07.2012 23.05h

Anhänge/Vorlagen

- Fragebogenvorlage, welche an Behandelte abgeben wurde
- Informed consent
- Einhaltung des Datenschutzes

Juli 2012

Fragebogen zu Ihren Erfahrungen mit Colon Hydro Therapie (kurz CHT)

Liebe Kundin/ Lieber Kunde

Sie haben sich dieses Jahr von mir mit Colon Hydro Therapie behandeln lassen. Freundlicherweise haben Sie sich bereit erklärt, mir ein paar Fragen dazu zu beantworten. Dies sind folgende:

- 1) Personalien: Name / Vorname/Geburtsdatum:
.....
- 2) Was erhofften Sie durch die CHT zu erreichen?
.....
.....
.....
- 3) Sollte eine ärztliche Diagnose vorliegen, welche:
.....
.....
- 4) Nahmen Sie während der Zeit der CHT Medikamente oder Naturheilkundliche Mittel, Nahrungsergänzungsmittel ein?
 - a) Ja
Folgende:.....
.....
 - b) Nein
- 5) Haben sie noch andere Therapien in der Zeit der CHT gemacht?
 - a) Ja
Folgende:.....
.....
 - b) Nein
- 6) Wie setzten sich ihr CHT- Zyklus zusammen:
 - a) Ich hatte nur eine CHT
 - b) Ich hatte im Schnitt 2 CHT pro Woche und dies über den Zeitraum vom 4 bis 5 Wochen
 - c) Ich hatte mehrere CHTs mit Abständen von 1 Woche und mehr
- 7) Welche Reaktionen und Veränderungen haben Sie nach CHT festgestellt?
 - a) Körperlich?.....
.....
.....

- b) Psychisch?.....
.....
.....
 - c) Ich habe keine Veränderungen festgestellt
 - d) Ich hatte keine Reaktionen nach der CHT
- 8) Hielten diese Veränderungen an?
- a) Ja
 - b) Nein
 - c) Teils
 - d) Kommentar:.....
.....
.....
- 9) Bitte kreuzen die Aussagen an, welchen Sie zustimmen können und beenden sie den Satz:
- a) Die CHT hat sich meiner Meinung nach negativ auf meine Emotionen ausgewirkt, weil:.....
.....
.....
 - b) Die CHT hat sich meiner Meinung nach positiv auf meine Emotionen ausgewirkt, weil:.....
.....
.....
 - c) Die CHT hat sich weder positiv noch negativ auf meine Emotionen ausgewirkt.
- 10) Das möchte ich noch zum Thema Colon Hydro Therapie und Emotionen sagen:
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Ich danke Ihnen herzlich für die Mithilfe zur Vervollständigung meinen Recherchen der Diplomarbeit zum Thema „Colon Hydro Therapie und ihre Auswirkungen auf die Emotionen“. ☺

Barbara Abdel Fattah