

Selbsthilfe im Haushalt



Dr. med. Dr. med. habil. Max Dauderer

Juni 2012

Diagnostische Hilfsmittel sinnvolle

- Fieberthermometer
- RR messgerät (<http://www.heine.com/ger/content/view/full/4745>)
- BZ-Teststreifen (<http://www.glucoflex.de/produkte/glucoflex/glucoflex-r-teststreifen.html>)
- Handspiegel

Allergien

(1)

s. Asthma

(2)

s. Katzenallergie

(3)

2011 Antiallergikum neues gehört in jede Hausapotheke

Eine Allergie gehört zu den häufigsten unangenehmen Komplikationen eines modernen Lebens.

Antiallergikum oder Antihistaminikum, es gibt mehr als hundert Medikamente gegen Allergien, von denen die meisten kaum Wirkungen, aber viele zentralnervöse und atropinartige Nebenwirkungen haben.

[Fexofenadin](#), [Desloratadin](#) und [Levocetirizin](#) sind die neuen, wirkungsvollen und von Nebenwirkungen ärmsten Mittel gegen Allergien.

Ein Expositionsstopp gilt stets als der wichtigster erste Schritt!

Während die älteren, billigeren Medikamente der ersten Gruppe erhebliche Nebenwirkungen wie Müdigkeit, Wahnvorstellungen und Herzrhythmusstörungen hatten, waren sie sehr oft fast ohne Wirkung. Die zweite Gruppe wirkte erheblich besser.

Den Durchbruch erbrachte jedoch erst die dritte Gruppe. Ihren dreifach höheren Preis kann man durch Einnahme von ein Drittel der Menge kompensieren.

Fexofenadrin (Telfast 120 mg), das als einziges keinerlei Herzrhythmusstörungen hat, scheint am besten zu sein.

. In den USA ist Fexofenadin unter dem Handelsnamen *Allegra* rezeptfrei erhältlich.

[Desloratadin](#) (Aerius 5mg), wirkte bei uns erst nach einer Woche; man braucht dann nur eine Tabl. jeden zweiten Tag. Desloratadin ist ein Abkömmling und [Metabolit](#) des Antihistaminikums [Loratadin](#),

<http://www.toxcenter.de/artikel/Katzenallergie-eigene-Erfahrungen-als-Arzt.php>

Weiterer Wirkstoffe ist [Levocetirizin](#) (*Xusal* ([DE](#)), *Xyzall* ([AT](#)), *Xyzal* ([CH](#))).

Nebenwirkungen

Mögliche Nebenwirkungen sind Kopfschmerzen, Müdigkeit, Schläfrigkeit, Schwindel, Übelkeit, Magen-Darm-Störungen, Menstruationsbeschwerden, Rachenentzündung, Brechreiz, Erbrechen, Gewichtszunahme.

Ein Mittel gegen Allergien gehört in jede Hausapotheke!

Asthma

(1)

2011 Sauerstoff reiner wichtigste Lebenshilfe

Mein todkranker zehnjähriger Siamkater erholte sich durch Sauerstoff aus meinem Generator binnen Minuten und gibt mir die Anregung, über diese wichtige Krisenintervention zu schreiben.

In der Medizin gilt Sauerstoff als der **erste und wichtigste Schritt bei jeder ernsten Erkrankung**. Jede Operation – mit Ausnahme der unwissenden Zahnärzte – geschieht unter Sauerstoff. Es gilt als Ärztlicher Kunstfehler ohne Sauerstoff in Bereitschaft, eine (örtliche) Betäubung durchzuführen. Die guten Operationserfolge sind auch auf die gute Sauerstoffversorgung intraoperativ zurück zu führen. Der Anästhesist gibt dem Chirurgen die nötige Rückendeckung in schwierigen Fällen.

Deswegen hatte ich 1970 als jüngster Intensivmediziner im Ärztlichen Bereitschaftsdienst als erster in Deutschland stets eine Miniflasche mit Sauerstoff und ein Kleinst EKG mitgeführt. Dies führte dazu, dass ich stets die schwersten und interessantesten Fälle anfahren durfte. Nebenbei wurde ich zum reichsten Notarzt, weil jede Sauerstoffgabe und jedes Ekg je 30.- DM nebenher erbrachten.

Heute geben alle Rettungswagen im Einsatz dem Kranken gleich welcher Ursache als erstes sofort Sauerstoff. Falsch kann man damit nichts machen.

Alle Schwerkranken haben heute zuhause Sauerstoff aus der Flasche oder Konzentrator.

Unsere chronisch Vergifteten atmen bei jeder Komplikation Sauerstoff ein. Da die Wasserflasche sehr zur Kontamination neigt und die Atemmaske bestialisch nach Kunststoff stinkt, lässt man beides besser weg und hält das Ende eines ultrakurzen Schlauches einfach vor den Mund.

Dreimal 15 Minuten täglich 1 Liter Sauerstoff einatmen wirken wie ein kurzer Dauerlauf im Wald und stabilisieren die Gesundheit.

Nachdem Ozon zur tödlichen Embolie führen kann, ist das Einatmen von Sauerstoff die sicherste Form zur Heilung von Denkstörungen, Migräne, Asthma, Allergien, MCS, CFS, Schwäche, Herzsymptomen und vielen anderen Symptomen, er bessert alle Herz-, Nieren- und Stoffwechselstörungen, Depressionen.

[Bei Depressionen ist Sauerstoff wesentlich effektiver](#) als die gefährlichen Antipsychotika, die einen Nebenkriegsschauplatz auslösen!

Alternativ zur nach Kunststoff stinkenden Atemmaske aus Kunststoff gibt es eine Maske aus Keramik, bei einer Sauerstoffverabreichung von weniger als 6 l/min sollte eine Maske (Nase und Mund bedeckt) jedoch nicht angewendet werden, da die O₂ Konzentration nicht ausreichend ist.

Sauerstoff beruhigt alle Kranken ohne jegliche Nebenwirkung!

Natürlich zahlen Krankenkassen vorbeugende Maßnahmen so wie den Jahresurlaub an der Nordsee nicht, ein Antrag ist sinnlos. Im Finanzcrash werden die Leihgeräte von den in Konkurs befindlichen Krankenkassen sicher rückgefordert, sind also extrem unsicher.

Eine Flasche für Sauerstoff kostet ab 10 €, ein Generator neu 680 €, die Füllung der Flasche 20€. Gebrauchter Geräte kosten den Bruchteil. Eine Flasche ist fünffach effektiver als ein Generator.

Beide sollten auf 2 L Sauerstoff eingestellt werden.

Eine Flasche mit Sauerstoff ist die beste Lebensversicherung, gehört in jeden PKW, jeden Betrieb und jeden Haushalt mit chronisch Kranken, natürlich in jede Arztpraxis und jedes Arztauto. Bei Kleinkindern kann es Leben retten.

Es ist die wertvollste Anschaffung!

Für den kommenden Finanzcrash ist es goldeswert.

Mit der Flasche ist man unabhängig vom Strom.

Kleine Flaschen mit acht Liter Sauerstoff (20 €) [zum Amalgamböhren selbst mitbringen](#).

Münchener Generalvertreter, unsere Bezugsperson: <http://www.oxyparat.de/>

Neu:

[Sauerstoffgerät für 750 E zur Amalgamentfernung hat jeder gute Zahnarzt \[PDF; 0,1 MB\]](#)

<http://www.sauerstoffkonzentrator.org/sauerstoffkonzentratoren--sauerstoffgeraete/index.php>

<http://www.mercateo.com/kw/sauerstoffflasche/sauerstoffflasche.html>

Gebraucht:

<http://cgi.ebay.de/O-PUR-Sauerstoff-Dose-inkl-Maske-u-Schlauch-8l-O-Pur-/260674573466?pt=Notfallmedizin&hash=item3cb16a549a>

http://shop.ebay.de/?_from=R40&_trksid=p5197.m570.l1313&_nkw=sauerstoffkonzentratoren&_sacat=See-All-Categories

(2)

Sauerstoff beruhigt alle Kranken ohne jegliche Nebenwirkung!

Natürlich zahlen Krankenkassen vorbeugende Maßnahmen so wie den Jahresurlaub an der Nordsee nicht, ein Antrag ist sinnlos. Im Finanzcrash werden die Leihgeräte von den in Konkurs befindlichen Krankenkassen sicher rückgefordert, sind also extrem unsicher.

Eine Flasche für Sauerstoff kostet ab 10 €, ein Generator neu 680 €, die Füllung der Flasche 20€. Gebrauchtergeräte kosten den Bruchteil. Eine Flasche ist fünffach effektiver als ein Generator.

Beide sollten auf 2 L Sauerstoff eingestellt werden.

Eine Flasche mit Sauerstoff ist die beste Lebensversicherung, gehört in jeden PKW, jeden Betrieb und jeden Haushalt mit chronisch Kranken, natürlich in jede Arztpraxis und jedes Arztauto. Bei Kleinkindern kann es Leben retten.

Es ist die wertvollste Anschaffung!

Für den kommenden Finanzcrash ist es goldeswert.

Mit der Flasche ist man unabhängig vom Strom.

Kleine Flaschen mit acht Liter Sauerstoff (20 €) zum Amalgambohren selbst mitbringen.

(3)

Atemtipps

Atem-Tipp allgemein (aus dem Gesangsunterricht)

Es freut den Körper, wenn man beim Einatmen den Bauch dick und rund macht und den Bauch dann danach beim Ausatmen wieder flacher werden läßt.

Atem-Tipp gegen Seitenstechen: AUS-Atem Phase verlängern

Seitenstiche entstehen erst gar nicht, wenn man bei körperlicher Betätigung beim Ein- und Ausatmen immer so lange wie möglich AUS-atmet. Auch wenn Seitenstiche schon da sind, lassen sie sich so vertreiben

Atemtipp bei Asthma-Anfall

Wenn möglich auf einen Stuhl setzen. Leicht nach vorne beugen und Ellenbogen auf die Oberschenkel legen. Durch die Nase einatmen. Durch den Mund bei eng

zusammengepressten Lippen wieder ausatmen. Dies nennt sich Lippenbremse. Dabei möglichst ruhig atmen. Das Ausatmen sollte doppelt so lang dauern, wie das Einatmen. An der frischen Luft hilft dies am besten.

(4)

2010 Autogenes Training

1. Das Autogene Training ist die Voraussetzung für die Beherrschung und sinnvolle Nutzung des menschlichen Körpers.
2. Es sollte jedermann können.
3. Jede Krankenkasse bezahlt sein Erlernen beim Kassenarzt.
4. Über einen bedingten Reflex erlernt man Tatsachen („Arm schwer“) mit einem Wunsch („ruhig und entspannt“) zu kombinieren.
5. Durch tausende Male Üben entsteht der Reflex:

Ruhig und entspannt, wenn Arm herabhängt.
6. Erweiterungen folgen dann:

„Arm ganz warm“

„Unterbauch ganz warm“

„Stirne frisch und kühl“

„Herz kräftig und regelmäßig“

„Atmung ganz regelmäßig“

„Schlaf tief und erholsam“ usw.

dienen zur Vertiefung der Entspannung.
7. Nach Jahren des Übens wird es Bestandteil des Lebens, führt zu ungeahnten Leistungen.
8. Nervliche Beschwerden verschwinden hierbei völlig.
9. Kinder erlernen es ab dem 5. Lebensjahr, nach oben gibt es kein Limit.
10. Jedermann kann es erlernen ohne jegliche Kontraindikationen und Nebenwirkungen. Der Effekt ist garantiert.

Meine Kurse besuchten viele Chefärzte, Oberärzte und Problempatienten seit 1969, später wurde es zum festen Bestandteil meiner Kassenarztpraxis, insbesondere stets bei der Gruppentherapie von Abhängigen. Niemals bekamen meine Patienten Beruhigungsmittel, stets lernten sie das Autogene Training. Das Infoblatt lag stets im Wartezimmer aus.

Autogenes Training

(Kurzanleitung nach Prof. Dr. I. H. Schultz)

Mit dem Üben des Autogenen Trainings verbinden wir das Ziel, uns die Fähigkeit der raschen, sicheren, vollständigen und automatischen Entspannung selbsthypnotischer Art wiederzugeben. Viele Menschen neigen (besonders beim Bestehen irgendwelcher Beschwerden) zu einer dauernden seelischen und körperlichen Anspannung, zur »Verkrampfung«. Hierdurch aber werden körperliche und seelische Kräfte verbraucht, ohne daß eine sinnvolle Leistung zustandekommt. Auch wird durch eine »Verkrampfung« die Erholungsfähigkeit gemindert oder sogar unmöglich gemacht. Dem kann das Autogene Training abhelfen. Indem es dem Organismus Kräfte sparen und neue Kräfte aufbauen hilft, kann es nicht nur solche Störungen beseitigen, bei denen Anspannung und Verkrampfung direkt eine Rolle spielen, sondern es kann auch beitragen zur Heilung anderer Krankheiten, indem es die Abwehrkräfte des Körpers stärkt. Darüber hinaus vermag es auch beim Gesunden die sinnvolle, ruhige Steigerung der körperlichen, seelischen und geistigen Leistungen zu vermitteln.

Die körperliche Entspannung kann durch seelische Kräfte herbeigeführt werden, umgekehrt kann die körperliche Entspannung auch die seelische Lockerung fördern. Der lebende menschliche Organismus ist eine Einheit. Zur Durchführung des Autogenen Trainings können wir aber nur solche seelischen Kräfte gebrauchen, die nicht schon in sich selbst den Impuls zur Anspannung tragen. Wir wünschen ja die Entspannung. Jede Willensanspannung ist daher beim Autogenen Training störend und hemmend, ebenso Ehrgeiz, Reizsucht, Eile und ein angespanntes »Lauern« auf die Auswirkungen des Autogenen Trainings. Alle diese Regungen und Strebungen sollen Sie beim Autogenen Training beiseitelassen, wenn Sie zum Erfolg kommen wollen. Die ruhige Konzentration, die beim Üben des Autogenen Trainings nötig ist, soll lediglich ein gemächliches Zuschauen bei den körperlichen Wahrnehmungen sein.

Beim Üben setzen wir also nicht den Willen ein, sondern die Vorstellungskraft. Wir stellen uns – geleitet durch die »Übungsformeln« des Trainings – ganz einfach den Inhalt der einzelnen Übungen möglichst plastisch vor und lassen diese Vorstellungen etwa sechsmal in uns vorüberziehen. Mehr wird nicht getan, oder genauer: es wird überhaupt nichts »getan«, sondern es wird lediglich eine Vorstellung gebildet und etwa 6 mal wiederholt. Die »Vorstellungsformeln« des Autogenen Trainings lauten:

1. Übung: »Rechter Arm ist ganz schwer«
(Beim Linkshänder: »... linker Arm ...«)
2. Übung: »Rechter (linker) Arm ist ganz warm«
3. Übung: »Herz schlägt ruhig und kräftig.«
4. Übung: »Atmung ganz ruhig. Es atmet mich.«
5. Übung: »Unterbauch ganz warm«.
6. Übung: »Stirn ganz kühl«.

An das etwa sechsmalige Vorüberziehen der »Übungsformel« wird bei jeder Übung einmal die Vorstellung angeschlossen:

»Ich bin ganz ruhig und entspannt.«

Nach 10 – 15 Minuten wird die Übung abgeschlossen und »zurückgenommen« mit den »Formeln«:

»Arme fest! Tief atmen! Augen auf!»

Dies »Zurücknehmen« übt man von Anfang an mit. Nur wenn man aus dem Üben heraus in den Schlaf zu gleiten wünscht, läßt man das »Zurücknehmen« weg.

Wenn Sie dies wollen, so können Sie die einzelnen »Übungsformeln« in Ihrer Vorstellung von bildhaften Hilfsvorstellungen begleiten lassen. Viele Menschen können dadurch das Autogene Training vertiefen. Solche Hilfsvorstellungen sind z. B.:

Bei der Schwereübung: Der Arm liegt wie Blei neben dem Körper und drückt schwer auf die Unterlage.

Bei der Wärmeübung: Bei jedem Ausatmen rollt ein intensiver Wärmestrom von der Schulter durch den ganzen Arm bis in die Fingerspitzen hinunter.

Bei der Herzübung: Das Herz als ruhig und kraftvoll arbeitende Pumpe.

Bei der Atemübung: Der untere Rand des Brustkorbs dehnt sich beim Einatmen immer mehr aus und sinkt beim Ausatmen immer mehr zusammen.

Bei der Bauchübung: Von der Magengegend aus zieht ein angenehmer Wärmestrom in den Leib hinunter.

Bei der Kopfübung: Ein ganz angenehmer, leiser Lufthauch fächelt leicht über die Stirn hinweg.

Um durch richtiges und konsequentes Üben des Autogenen Trainings die Entspannung in vollem Umfang wieder zu erlernen, müssen folgende Regeln beachtet werden:

1. Es wird immer auf die gleiche Weise geübt, also mit den gleichen »Übungsformeln« und, wenn vom Üben besonders intensiv erlebt, Hilfsvorstellungen. Stets muß eine kurze, knappe, gleichförmige, »einschläfernde« Formel andauernd wiederholt werden. Niemals dürfen längere Sätze vorgestellt werden; sie würden dem Wesen des Autogenen Trainings widersprechen.
2. Es wird regelmäßig zwei- oder dreimal am Tag geübt, sofern es Ihnen von Ihrem Arzt nicht anders verordnet wurde.
3. Es soll zunächst jedesmal nicht länger als 10 – 15 Minuten geübt werden. Ist eine Übung vom Arzt kontrolliert und richtig befunden, so kann beim Zu-Hause-Üben solange geübt werden, als keinerlei Störung von innen oder außen eintritt. Stört etwas, so schließt der Übende im bekannten Sinne mit »Arme fest!«, »Tief atmen!«, »Augen auf!« die Übung ab.
4. Wenn Sie auf diese Weise üben, so benötigen Sie für das Einüben einer Übung etwa 2 – 3 Wochen. Erst wenn Sie die erste Übung voll beherrschen (d. h., wenn Sie deren Auswirkung am ganzen Körper spüren und Ihr Arzt die Verwirklichung der Übung kontrolliert hat), dürfen Sie die zweite Übung mit hinzunehmen. Erst wenn Sie die zweite Übung beherrschen, dürfen Sie die dritte Übung mit hinzunehmen usw. Wer meint, alles auf einmal üben zu können, wird bald feststellen, daß ein Erfolg sich nicht einstellt.

Gewöhnen Sie sich, bitte, von Anfang an daran, die Übungen nicht nur im Liegen, sondern auch im Sitzen durchzuführen:

Üben im Liegen: Man wählt eine bequeme Rückenlage, bei der die Arme leicht angewinkelt neben dem Körper liegen. Kopf und Nacken werden durch ein Kissen gestützt. Die Beine liegen nebeneinander, die Füße läßt man locker auseinanderklappen. Alle beengenden Kleidungsstücke werden geöffnet.

Üben im Sitzen: Man setzt sich etwas breitbeinig auf einen Stuhl oder Hocker. Die Füße sollen mit der ganzen Sohle den Boden berühren. Zunächst richtet man sich im Sitzen ganz steil auf und läßt dann den Oberkörper langsam wieder in sich zusammensinken. Er wird dann von der Wirbelsäule gehalten, ohne vornüberzufallen. Die Unterarme legt man schräg auf die Oberschenkel auf; den Kopf läßt man vornübersinken. In dieser »Droschkenkutschhaltung« wird dann die Übung durchgeführt.

Sehr wichtiger Hinweis:

Das Autogene Training darf wegen seiner starken Wirksamkeit nur unter Anleitung und Kontrolle durch einen Arzt eingeübt werden. Nur dadurch lassen sich Fehler beim Üben vermeiden, die zu erheblichen Störungen führen können. Wenn Sie bei den Übungen Mißempfindungen oder Beschwerden wahrnehmen, so stellen Sie das Üben solange ein, bis Sie weitere Anweisungen von Ihrem Arzt eingeholt haben.

Blutdruck erhöhter

(1)

s. Nierenschädigung

(2)

Blutdruck diastolischer erhöht Zeichen der Nierenbeteiligung

Der untere Blutdruckwert ist bei Veränderung Zeichen einer veränderten Nierenfunktion.

Was tun?

Eine Tablette zu einem Gramm Bikarbonat ms schlucken und abwarten, ob er sich normalisiert.

<http://www.toxcenter.de/artikel/Nierenschaedigung-Geheimtipp-Natriumbikarbonat-duendarmloeslich.php>

Fall vom 09.11.2011

Habe gestern mit Hilfe meiner Nichte das Medikament (Bikarbonat) um 17 Uhr 30 bekommen.

Das ist scheinbar ein "Wundermittel".

7.11.	22:00 Uhr	RR 164/98
8.11.	06:00 Uhr Früh	RR 155/83
8.11.	15:00 Uhr	RR 135/83

Druck im Nierenbereich, Übelkeit extreme Müdigkeit geschwollenen Augenlider seit Tagen.

Ansonsten starke Druckschwankungen innerhalb kurzen Zeitraum seit vielen Wochen. RR sinkt immer nach DMSA oder DMPS.

DANN gestern 18 Uhr 45 BICANORM 1 g

trotz schweren Nachtdienst RR

21 Uhr 45	RR 122/74 Puls 64
23 Uhr 40	RR 122/69 Puls 61

um 5 Uhr Früh RR 119/74 Puls 62 trotz Kaffee (habe ja Nachtdienst

7 Uhr 25 RR 125/75 Puls 63 (habe noch keine Betablocker genommen!)

Jetzt bin ich gerade nach Hause gekommen. Bin NICHT wie sonst erschöpft.

9 Uhr RR 134/79 Puls 60 erst jetzt habe ich den Betablocker genommen.

Der Druck im Nierenbereich ist momentan komplett verschwunden. Augenlider wieder ganz normal, keine Schwellung.

Jetzt gehe ich schlafen und hoffe das es anhält!

Danke Du bist einfach SPITZE!

Therapieplan:

fünf Tage Abends je 1 Bikanorm (nicht 3 wie auf der Packung steht)

viel Obst und Gemüse essen, um Kaliumspiegel zu halten
(Bikarbinat senkt Kalium leicht!)

Sofort Betablocker abrupt absetzen

Weiterhin RR messen, bei Anstieg über 150 eine Bikanorm dazu

Falls nach einer Stunde RR über 160 ansteigt, Betablocker nehmen
(ich bin mir sicher, Du brauchst sie nie mehr!)

12.11.2011: Leider habe ich wieder RR Schwankungen und habe den Betablocker heute eingenommen, da ich diastolisch hoch, war öfters mehr als 95 sogar 98.

Ich glaube es ist ein blöder Zufall, ich habe einen akuten Harnwegsinfekt. Bicanorm habe ich auch eingenommen, hat diesmal nicht angesprochen. War heute den ganzen Tag in der Uni.Klinik bei einem Kongress, da wollte ich keine Probleme haben. Temperatur habe ich keine, kann so gut wie nie Fieber bekommen! Gegenteil eher Untertemperatur.

Ansonst trinke ich Preiselbeer Konzentrat, Nieren und Blasentee und nehme Spasmo Urganin. Wärmeflasche im Bauch.

- 1.) Kann das durch die beleidigte Niere sein(Schwäche durch Vergiftung)?
Habe früher als ich noch beim Zahnarzt gearbeitet habe öfters HWI gehabt.
- 2.) Ich spüre eindeutig, dass Bicanorm trotzdem hilft, besonders gegen Erschöpfung. Du schreibst es ist sogar bei HWI sinnvoll. Kann ich Bicanorm bis zum Abklingen des Infektes weiter nehmen ?
- 3.) Kann der HWI in meinem Fall den RR beeinflussen ?
- 4.) Betablocker bei erhöhten diastolischen Wert? Du hast nur von Systolischen Wert geschrieben.

Bik. hilft bei diast. Hypertonie, Betablocker nur bei systol.! nie bei diast., daher Betablocker weg lassen!

Viel trinken + pinkeln!

Die diastol. Werte sind reine Folge von Quecksilber!!!

DA MAN DIE Ursache kennt, braucht man sich darum nicht sorgen!

Viele Fruchtsäfte + grünes Gemüse essen, um Kalium hoch zu halten,
das langfristig durch Bikarbonat gesenkt wird!
EILIG RESTZÄHNE ZIEHEN!!!!!!

13.11.2011: Bei Deinen Ratschlägen fühle ich mich so sicher.
Habe noch einen bösen Zahn (34) der hatte zwar nie Amalgam, aber eine Krone die Gold enthält. Ich glaube Gold macht auch hohen RR und verhindert die Quecksilber Ausscheidung. Außerdem ist er unter der Krone sicher gangrän. Das macht nicht Dr. B., da der Apex vom 34 sehr nahe am Foramen Mentale liegt. Dr. B. wird mich an Dr. P. den Oral Chirurgen überweisen.

Gold macht viel höheren RR als Amalgam!!
Diesen Zahn zu ziehen ist ein Kinderspiel, keinerlei Risiko
(ist er ein Hosenschießer??!!)

14.11.2011: Gestern waren meine RR Werte ohne Betablocker, nur mit Bicanorm bei einigen Messungen immer unter 140/85. Du hast recht der Betablocker hat den diastolischen Druck nicht gesenkt, Bicanorm schon. Heute Früh 146/93 Bicanorm eingenommen, nach 1,5 Stunden 136/78.
Also der Blutdruck reguliert sich mit Bicanorm bei mir besser als mit Betablocker. Außerdem verschwindet der Druck im Nierenbereich. Fast so schnell wie nach DMPS i.m.

2011 Alkalisierung bei Nierenschwäche mit Bikarbonat

(3)

Hochdruckkrise Halluzinationen durch Quecksilberentfernung aus Kiefer

Fall vom 5.10.2011:

Seit 2 Wochen habe ich massive Probleme mit dem Blutdruck. Mein gewohnter Blutdruck war 110/60 oder noch weniger.

Nun habe ich oft RR 180/110, trotz Betablocker im Durchschnitt RR 150/95. Dabei Kopfschmerzen rauschen im Kopf und Übelkeit. Ich fühle mich wie unter Strom. Ich dachte ich bin von der vielen Arbeit und den Nachtdiensten überlastet, bin schon seit 2 Wochen im Krankenstand. Interessant ist, dass ich seit dem auch Zahn 27 spürte, die Extraktion war für den 28.9.2011 geplant und wurde von Herrn Dr. B. durchgeführt. Herr Dr. B. sah unter der Zement Füllung röntgendichte Flecken, die er als Amalgam Reste!!! interpretierte. Gleich nach der Extraktion und beim ausfräsen der Wunde hatte ich beim aufstehen starken Drehschwindel, der sich auch später auf der Straße wiederholte. Da der Betablocker kaum Wirkung gezeigt hat, ging ich zur Internistin, die hat mir einen ACE Hemmer verordnet, auf dem ich leider nach der zweiten Einnahme typische ACE Hemmer allergische Symptome geboten habe.(Husten Glottisödem, Zungenbrennen).

Nun nehme ich den Betablocker weiter mit mäßigen Erfolg.

Blut und Harn Befunde sowie Sonographie der Gefäße wurden durchgeführt. Echokardiographie für 12.10.2011 geplant, dann Befund Besprechung mit der Internistin.

Seit gestern momentan massiver Schwindel, Hinterkopfschmerzen, starken Metallgeschmack, besonders beim Wechsel des Tetrazyklin Salbenstreifens von Zahn 27,lichtscheu,weinerlich, nervös. Der Salben- Streifen schmeckt stark nach Metall beim Wechsel, aber auch der Speichel schmeckt stark nach Metall. Meine Extremitäten wurden wieder ganz blau, Beine geschwollen, Druckgefühl im Nierenbereich wie vor 20 Jahren ,als ich durch die Amalgam Entfernung vergiftet wurde. Habe gleich 10 Kohletabletten genommen ([Kohle bei Betablockern](#)),trinke viel Wasser liege im dunkeln Raum. Nun wird es schon etwas besser, auch der Blutdruck ist nun auf 139/95 abgesunken. Ist aber für mich scheinbar noch immer zu hoch,denn es rauscht noch im Kopf.

Frage:

- 1) Kann das alles von diesem schwer vergifteten Zahn sein?
- 2) Kann ich außer Kohletabletten und dem Tetrazyklinstreifen noch etwas machen?
- 3) Soll der Kieferknochen so lange die Wunde noch offen ist besser aus- gefräst werden? Befund vom Abstrich noch ausständig, Blut Befunde und Sono Befunde im Anhang. Mit ganz lieben Grüßen und Bitte um Deinen Ratschlag.

Antwort:

sehr gefährlich!

Freisetzung von Quecksilber

Sofort DMPS oder DMSA schnüffeln, messen!!!

Verlauf:

[Prevotella intermedia im Eiterkiefer \[PDF; 0,5 MB\]](#)

[Eiterzahn mit Prevotella intermedia \[PDF; 0,9 MB\]](#)

[Eiter im Kiefer Gramnegative Anaerobier \[PDF; 1,6 MB\]](#)

Zum Zeitpunkt als ich die Therapieanweisung mit DMSA zu schnüffeln von Dir bekam, war ich leider nicht mehr in der Lage die akute Situation zu schildern. Habe mir nur sofort die DMSA Ampulle aus dem Medikamentenschrank geholt und sofort geschnüffelt. Ich hatte das Medikament nur deswegen zu Hause um den kleinen David aus Polen zu behandeln, nun hat es mich selber gerettet. Wie man sieht es kommt jede Hilfe von alleine zurück. Als ich Dein Mail gelesen habe, hatte ich trotz Betablocker einen Druck von 220/120, starken Brechreiz, hatte blaue Extremitäten, massive Hinterkopfschmerzen. Schmerzen in der Bauch und Nierengegend, stand wie unter Starkstrom. Nach dem schnüffeln bekam ich einen unkontrollierten

Weinkrampf, tobte im Bett wie eine Verrückte. Alles war mit genau bewusst, konnte es aber nicht kontrollieren. Ich wollt nur, dass dies alles endlich vorbei ist. Einerseits sehnte mich nach dem sterben, andererseits glaubte ich unbeirrbar an Deine Hilfe und wollte bei meinen Geschwistern bleiben. Dann wurde es schwarz vor Augen und dann ganz hell, dann nur Illusionen. Habe mein Zimmer nicht mehr bewusst wahrgenommen. Komplettes Blackout was die Realität angelangt. Ich erwachte in der Früh, mir war eiskalt, lag im nassen, scheinbar unkontrollierter Harnabgang. Ich war noch etwas schwindelig, Lichtempfindlich und noch leichte Hinterkopfschmerzen. Der Blick in den Spiegel hat mich erschreckt. Blass, Augenringe, kleine Pupillen, wirkter starr. RR 149/105. Ich nahm die Morgendosis Betablocker, habe zittrig den Salbenstreifen aus der Wunde entfernt und einen neuen gelegt. Der Metallgeschmack aus dem Mund war fast verschwunden. Ich schaffte es mein Bett zu überziehen, zu duschen und mir Tee zu kochen. Dann habe ich mich wieder ins Bett gelegt, da ich für alles andere zu schwach war. Zu Mittag war ich wie ausgewechselt, RR 138/85,alles war wieder normal. Ich hatte nur das Bedürfnis meine Familie zu sehen. Bin zu meiner Schwester in den Garten gefahren, war überglücklich sie zu sehen. Nun löste sich erst dieser Schock und ich brach in Tränen aus, vor Dankbarkeit leben zu dürfen. Habe den restlichen Tag im Garten im Liegestuhl bei bester Laune und guten Blutdruckwerten verbracht. Der höchste Wert war 149/90,sonst 135/85,jetzt am Abend sogar 129/85,kein Metallgeschmack, nur noch leises rauschen in den Ohren. Ich kann Dir gar nicht sagen wie dankbar ich Dir bin. Ich bin froh nicht im Krankenhaus gewesen zu sein, denn dort hätte keiner verstanden was mit mir los ist, hätten die DMSA Therapie verhindert, da sie dies nicht kennen. Sehr dankbar bin ich auch Herrn Dr. B., der mutig 10 schwer vergiftete und durch die Allergie vereiterte Zähne extrahiert hat, das Kiefer so gut wie möglich ausgefräst hat und mich mit all meinen Empfindlichkeiten ertragen hat. Sehr dankbar bin ich auch Herrn Dr. Freude, der mir mit seiner hohen medizinischen Kompetenz und seinem geduldigen offenen Ohr mir immer wieder Kraft gibt zum weiter kämpfen gibt und mir damit den Glauben an eine menschliche Medizin erhält. Warum müssen wir das alles ertragen? Wann wacht die Medizin endlich auf? Danke lieber Max, ich denke Du hast mich schon wieder gerettet. R.F.

Weiterer Verlauf: [Blutdruck diastolischer erhöht Zeichen der Nierenbeteiligung](#)

[Amalgamvergifteter Hausarzt als Komiker](#)

[2011 Alkalisierung bei Nierenschwäche mit Bikarbonat](#)

[2011 Nierenschädigung Geheimtipp Natriumbikarbonat](#)

(4)

Bluthochdruck Diagnostik moderne und Therapie, Fall

Hallo Herr Dr. Dauderer,

es ist mal wieder so weit und ich bräuchte mal wieder Ihren wertvollen ärztlichen Rat.

Seit ca. 30 Jahren schlage ich mich mit erhöhten Blutdruckwerten herum. Therapien hatte ich in den letzten Jahren bereits folgende durchgeführt, doch sie hielten nicht dauernd den Blutdruck in normalen Bahnen.

1) Aderlässe nach Prof. Dr. L. W. Eiweißspeicherkrankheit, nach seiner Erfahrung soll das Hämatokrit bei ca. 39-40 Vol.% liegen. Bei dieser Therapie musste ich 3 Wochen lang nur Weizensuppe essen, damit das Hämatokrit auf ca. 39-40 Vol.% wieder sank. Der Blutdruck ging zwar runter, und ich hatte mein Gewicht von 76KG auf 67KG reduziert, aber ich sah danach aus wie Christi ans Kreuz genagelt mit eingefallenen Wangenknochen. Eine solche Therapie hält man langfristig nicht lange durch.

2) Mayr Kuren, Kneipp Kuren etc. sind sehr anstrengend, hält man aber auch nicht lange durch.

3) Was mich immer wieder wundert ist, wenn ich in Urlaub bin und eine Luftveränderung habe, fühle ich mich immer wohler und der Kopfdruck ist nach ein paar Tagen wieder weg. Mein Wohnhaus hatte ich ja schon vor Jahren nach Ihrer Empfehlung hin saniert und zwar hatte ich alle Fenster incl. Haustür ausgetauscht, und dafür ca. 25.000 Euro bezahlt. Auch das Schlafzimmer wurde neu gekauft und mit einer Matratze aus Baumwolle bestückt. Das ganze Haus ist mit Fliesen ausgelegt. Mehr kann man eigentlich nicht mehr machen....

4) Ich bin nicht dick und wiege z.Z. 75 KG und bin muskulär gebaut und treibe seit 50 Jahren intensiv jeden Tag Sport. Wie Sie sich vielleicht noch erinnern können, bestieg ich im letzten Jahr den Gaulatiere 6.098 M. in Chile ohne jegliche Probleme. Auch hatte ich dort keinerlei Beschwerden mit dem Blutdruck. Manchmal habe ich gerade den Eindruck, es kann nur an meinem Haus liegen, aber ich habe doch alle eventuellen Giftquellen entfernt. Oder kann das auch hier vielleicht an der schlechten Luftbelastung liegen?? Der Dr. B. sagt immer zu mir, wenn ich ihn Frage was ich gegen den hohen Blutdruck machen soll, fahren sie mit dem Campingwagen 6 Wochen an die Nordsee.

5) Vor 2 Monaten war ich mal wieder 2 Wochen an der Nordsee in Büsum und hatte mich dort prächtig gefühlt. Kaum bin ich wieder ein paar Tage zuhause in Bad Kreuznach, gehen die Beschwerden wieder los.

6) In puncto Ernährung gibt es bei uns nur frische Lebensmittel und höchstens einmal Fleisch in der Woche. Wurst essen wir gar keine.

7) Bei einem Nephrologen war auch mal gewesen, aber auch der konnte nichts an den Nieren feststellen. Den Tipp mit dem Nephrologen hatte ich vor Jahren mal von Ihnen bekommen.

8) Dr. M. aus I. sagte mir mal, der hohe Blutdruck käme von der Quecksilberbelastung und wird auch in entsprechender Literatur beschrieben.

9) Der ehemalige Naturheilarzt Dr. A. aus S. sagte mal zu mir, ich wäre ein Blutdruckschwächling.

10) Tabletten, wie z.B. Betablocker nehme ich keine, denn die bekämpfen ja nur die Symptome, aber nicht die Ursache.

Nun meine Frage an Sie, haben Sie vielleicht noch einen Tipp parat, wie ich den

Blutdruck wieder in normale Bahnen bringen kann???ohne das ich gleich an die Nordsee ziehen muß und dann dort menschlich vereinsamen würde, da hier alle meine Freunde und Bekannte leben. Heute morgen um 09:00 Uhr hatte ich einen Blutdruck von 215/112 und Druck auf dem Kopf.

Für eine baldige Antwort wäre ich Ihnen wie immer sehr dankbar.

Hier muss entschieden eine Diagnostik erfolgen:

215/112 ist ein Risiko für alle Gefäße, führt zu Infarkten (Herz, Hirn)

und fördert Alzheimer!!!

Dieser Blutdruck muss unbedingt medikamentös gesenkt werden!

Betablocker alleine sind ungeeignet.

Heute nimmt man eine niedrige Konzentration von zwei Mitteln:

anfangen mit 2x5 mg Ramipril, einem ACE-Hemmer, der an der Niere angreift plus

2x5 mg Bisoprolol, einem Beta Rezeptoren Blocker.

Diese Kombination wurde mir von einem führenden Kardiologen empfohlen.

Sie ist teuer, aber prima verträglich!

Falls der untere (Nieren-) Wert des Blutdrucks nicht schnell genug sinkt,

kann man einmal wöchentlich 2,5 mg Torasemid dazu nehmen. RR messen!!!

Torasemid senkt Kalium.

Quecksilberbedingten Hochdruck kann man mit Alpha-1-mikroglobulin ausschließen.

Urin ins Tox-Labor nach Bremen, ist billig! Wenn ja, dann DMPS Spritzen.

Alles Liebe, Dr. Dauderer

CFS

(1)

s. Asthma

(2)

2009 CFS durch Kaliummangel zwingt zum sofortigen Beheben

Das „Chronic Fatigue Syndrom“ oder das „**Chronische Müdigkeits Syndrom**“ wird nach unserer Statistik verursacht in

95% der Fälle durch Kaliummangel im Serum und EKG

5% der Fälle durch frühen Alzheimer im Kernspin.

CFS durch Kaliummangel erkennt der Arzt in einer **Blickdiagnose** sofort im Elektrokardiogramm an der **abgeflachten T-Welle**.

Kaliummangel führt zur **Muskelschwäche**, Störungen der Herztätigkeit bis hin zum tödlichen **Kammerflimmern** (eigene Erfahrung!).

Der Beweis ist das erniedrigte Kalium im Serum, das vor dem vorsichtigen Zentrifugieren untersucht werden muss, denn beim Transport oder längeren Stehen platzen die roten Blutkörperchen und setzen ihr hohes Kalium frei.

Ursache für Kaliummangel sind **Hochdruckmittel, Nierentreibende Mittel** (Diuretika), Laxantia und Nahrungsmittelallergien durch Amalgam.

Kalium enthalten **Obst, Nüsse, Vollkornbrot, Kartoffel** und Gemüse (in µg/100g):

Getrocknete Aprikosen (1700)

Rosinen, Datteln, Feigen (800)

Spinat (660)

Pilze, Nüsse, Feldsalat, Avocado (500)

Schokolade, Aprikosen (440)

Vollkornbrot, Kartoffel, Knäckebrot, Ölsardine (400)

Banane, Hobigmelone (380)

Erbsen (310)

Da sich hinter dieser Diagnose eine mögliche tödliche, aber leicht vermeidbare Komplikation verbergen kann (s. oben mein Fall!), ist primär die Diagnostik und rechtzeitige Behandlung wichtig, nicht die von allen Seiten angesteuerte

Berentung!

Denkstörungen

(1)

s. Asthma

(2)

s. MCS

(3)

2011 Alzheimerprophylaxe Stirnhirntraining für Eiterkiefer

1. Ständig Neues Angst vor neuem bekämpfen. Nur was sich ändert, bleibt.
2. Neue Sprache, Instrument spielen Keine Kreuzworträtsel Neues anstrengend lernen.
3. Umräumen, ausmisten Merken, wo es neu steht. Aufschreiben, gliedern.

(4)

Hirntraining bestes mit Schachcomputer

Ein billiger Schachcomputer ist für die alleinstehenden chronisch Vergifteten die beste Form eines Hirntrainings.

<http://schachcomputer.biz/>

http://www.amazon.de/s/ref=nb_sb_noss?__mk_de_DE=%C5M%C5Z%D5%D1&url=search-alias%3Dtoys&field-keywords=schachcomputer&x=0&y=0

Depression

(1)

s. Asthma

(2)

2011 Depressionen heilt Sauerstoff wesentlich effektiver als Antipsychotika

Seit 40 Jahren hatte ich stets alle Depressiven und Psychotischen mit Sauerstoff wie durch ein Wunder geheilt. Ich setzte sie mit einem Vorwand an die Flasche mit Sauerstoff. Da es nicht weh tat und als besondere Wohltat empfunden wurde, machte jeder Patient jeden Alters mit. Sogar Leukämiekranken, die soeben erfahren hatten, dass man ihnen nicht mehr wirklich helfen konnte, kamen über ihre Todesangst leichter hinweg.

Bei Depressionen ist Sauerstoff wesentlich effektiver als die gefährlichen Antipsychotika, die einen Nebenkriegsschauplatz auslösen!

Die unglaubliche Wirksamkeit des Sauerstoffs belegt retrospektiv, dass jede Depression durch eine Minderfunktion des Gehirns ausgelöst wird. Die bisherige Schulmedizin mit Gabe von den Schlafmitteln ähnlichen Beruhigungsmitteln ist genau das Gegenteil dessen, was das durch Stoffwechselstörungen wie durch Amalgam braucht.

Alte Ärzte wie meine Eltern kochten Depressiven früher einen starken Kaffee und vertrieben damit jede Depression oder gar Psychose.

Sauerstoff hat durch die Besserung des Hirnstoffwechsels eine starke beruhigende Wirkung. Dies macht Kranke auch für ihre Umwelt erträglich. Da die diskrete positive Wirkung als angenehm empfunden wird, machen die Kranken nach einer ultrakurzen Überredungszeit auch gerne mit.

Die Flasche mit Sauerstoff gibt es ab 20 € . <http://www.oxyparat.de/>

Wenn allerdings die Ursache der Stoffwechselstörung der Depression oder Psychose, das Amalgam nicht radikal aus dem Körper entfernt wurde, muss die Sauerstoffgabe endlos lange wiederholt werden, was teuer und aufwendig ist.

Aber Zahnärzte meinen noch heute. Es ist am wichtigsten, dass sie am Amalgam recht viel verdienen, die Verarmung des Patienten ist ihnen egal!

(3)

Auszeit wichtig zum weiterleben

Der moderne Industriemensch braucht regelmäßig seine Auszeit zur Erholung und zum Kräftetanken.

Insbesondere der durch Umweltgifte Nervenranke braucht dies.

Wer diese Auszeit nicht rechtzeitig nimmt, dekompenziert.

Nach besonderen Ereignissen wird dies besonders augenfällig.

Auszeit ist:

- Schlafen
- gut essen
- Buch lesen
- Sport
- Gruppe
- lieben
- Urlaub
- Entspannungstraining
- Musik selbst ausführen
- nur eine Kanne Johanniskraut-Tee

Fernsehen und Bier trinken gehören nicht zur erholsamen Auszeit.

Wer die Notwendigkeit seiner Auszeit übersieht, stürzt in Befindlichkeitsstörungen mit Reizung aller Organe wie Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Schlaflosigkeit, Depression.

Wem Befindlichkeitsstörungen noch nicht Anlass für eine sofortige Auszeit sind, der stürzt in heftige Organstörungen.

Wer nun glaubt, ein Organspezialist hilft ihm aus seiner Störung der Lebensuhr, der irrt.

Der Hausarzt oder Kinderarzt mit Ganzheitlicher Medizin doktert nun nicht am Symptom herum, sondern rät zur **Persönlichen Methode der Auszeit**.

Wer selbst diese Auszeit nicht mehr organisieren kann, der ging früher mit irgendeinem Vorwand in die Klinik und ließ sich dort beruhigen.

Kranke, die sich in einen bedrohlichen Zustand mit der Gefährdung von sich und ihrer Umwelt fallen ließen und keinen Rückweg mehr fanden, erfahren ihre Auszeit

- durch eine **Beruhigungsspritze (Valium) vom Notarzt** oder
- in schwersten Fällen durch mehrere Beruhigungsspritzen in der Psychiatrie bei fehlender Einsicht.

Erfahrungsgemäß finden nur diejenigen wieder in ihr Leben zurück, die schnellstens wieder ihre persönliche Auszeit finden.

(4)

Johanniskraut als Tee am wirkungsvollsten

Gegen umweltgiftbedingte Nerven- und Immunschäden

Die Psychiaterin, mit der mein Vater als Hausarzt die letzten 50 Jahre zusammen arbeitete, empfahl den depressiven Patienten abends eine Kanne frisch übergossenen Johanniskraut-Tee zu trinken, zumal Depressive ohnehin dazu neigen, zu wenig zu trinken.

Mein Vater sagte, dass der Effekt wesentlich besser war als nach teuren Antidepressiva.

Er verordnete es auch den durch Wohngifte Vergifteten, da es das Immunsystem wesentlich besserte.

Mein Koautor unseres Lexikons der Weltgifte“Giftliste“, Dr.Lutz Roth, hatte seine Dissertation über die 170 Standortunterschiede von Hypericum, der Wirksubstanz, geschrieben.

Er sagte, Hyperikum ist in USA wegen seiner Immunstimulierenden Wirkung das einzige pflanzliche Therapeutikum, das bei AIDS zugelassen ist.

Meine intensive Erfahrung mit Hyperikum im Johanniskraut ist, dass

eine Depressionsbesserung nach Johanniskraut der indirekte Beweis dafür ist, dass die Depression durch Umweltgifte – meist Zahnquecksilber- verursacht ist.

Daher wartete ich schon seit Jahren darauf, dass unseren Patienten diese Linderung vermaledeit würde, um den Tod der Psychiatrie, die sich an Umweltvergifteten bereichert, hinaus zu zögern.

Es ist ohnehin klar, dass keine Krankenkasse irgendetwas zahlt, was die Symptome der Amalgamvergiftung lindert!

Die hohe Effektivität von Johanniskraut drohte längst die Existenz der Psychiatrie zu vernichten,

Gespräche über „die neurotische Mutter“ oder „den schädlichen Partner“ wirkten plötzlich fahl gegenüber der Effizienz der Entfernung der Amalgamzähne und der mit PCP verseuchten Sitzgarnitur.

Johanniskraut, das als Unkraut in jedem Garten und am Wegrand den Umweltgiften wie ein Gingko Baum trotzend wächst, hat sich als die

Wichtigste Hilfe für Umweltvergiftete

Herauskristallisiert.

Schön, dass die Pharmaindustrie dieses Wundermittel sich nicht mehr unter den Nagel reißen kann!

Nach wie vor empfehle ich **Depressiven abends eine Tasse bis Kanne voll Johanniskraut-Tee**. Die Pillen enthalten ohnehin nur nutzloses und schädliches Beiwerk wie Titan, Farbstoffe u.a.

Dr.D.

(5)

Küssen ist gesund

http://www.hilfreich.de/ist-kuessen-gesund_2949

(6)

2012 Selbstmord konnte stets verhindert werden

Nach Befragung von 700 geretteten Selbstmordkandidaten durch einen Doktoranten entwickelten wir eine Methode, die in ausnahmslos allen hundert Fällen zur Beseitigung einer Selbstmordgefahr führte.

1. Die quälende Suche nach einem billigen, sicheren und schmerzlosen Tod beendeten wir durch den Rat, sich sofort 40 rezeptfreie Schmerztabletten Paracetamol gegen Kopfschmerzen in verschiedenen Apotheken zu kaufen. Der Tod tritt völlig schmerzfrei nach drei Tagen im Leberversagen ein. Kein Arzt erkennt die Ursache, die Hinterbliebenen sind befreit vom Makel eines Selbstmörders. Entscheidend ist jedoch der zweite Schritt.
2. Der **wichtigste Schritt** ist jedoch die sofortige Vorstellung, dass man sich das Leben somit genommen hätte. Nun stellt man fest, dass alle Probleme wie eine Seifenblase sich in der Luft auflösen. Der Effekt ist ungeheuer verblüffend. Mit dem Zeitpunkt des gedachten Todes verschwinden fast mystisch alle das Weiterleben unmöglich erscheinenden objektiven Tatsachen. Die Lebensüberdrüssigen berichteten ausnahmslos über das Phänomen wie sich die Umgebung alleine durch ihre Verhaltensänderung veränderte.

Dieses Spielchen kann man bei allen weiteren Problemen erneut anwenden.

Zurück bleibt eine stabile Lebensführung ohne jegliche Gedanken, sein wertvolles Leben aus Nichtigkeit weg zu werfen.

Wir danken Allen, die intensiv an diesem Konzept gearbeitet hatten. Am wichtigsten war Prof. J.C.Brengelmann, der Urvater der Verhaltenstherapie, mein bester Lehrer.

In der Praxis wurde die geistige Vorstellung des eigenen Todes zur Problembewältigung von Lebenskrisen täglich eingesetzt, half Todkranken ihre Diagnose zu verarbeiten und unglücklich Liebenden, nach einem neuen Partner Ausschau zu halten, eine echte **Lebenshilfe**.

Erkältung

(1)

s. Infektionen

(2)

Rachenbeschwerden und Halsschmerzen bei Erkältungen und Infekten

Bei leichten Beschwerden:

Propolentum

ab ca. 4 € (30 Pastillen) z.B. bei <https://www.medikamente-per-klick.de/product?artnr=1146361>

Bei ernsten Halsschmerzen:

Ampho Moronal Lutschtabletten ([2010 Erkältung stoppen mit Nystatin Geheimtipp \[PDF; 0,1 MB\]](#))

(3)

2010 Hustensaft Santasapina N

Santasapina N, A.Vogel, Fichtenspitzenauszug 100g Sirup, Auszugsmittel Wasser

Schützt die Bronchien und Schleimhäute in Zeiten erhöhter Ansteckungsgefahr

Hersteller Bioforce AG, CH-9325 Roggwil

Pharm: Bioforce GmbH, D-78465 Konstanz

Rezept unten

Dieser Hustensaft half mir Wunder nach meiner Lungenembolie!

(ein einziger Teelöffel und der quälende Husten verschwand sofort und bleibend)

Seither wartet er als Talisman im Keller (endlos haltbar).

<http://www.avogel.de/shop/produkte/santasapina.php>

http://www.bioforce.ch/de/produkte/wohlfuehlprodukte/tannenspitzen-sirup_ohne-alkohol.php

www.toxcenter.de

Formaldehyd Allergie

(1)

Wasserstoffperoxid zur Entgiftung von Formaldehyd

Wenn Sie mit Wasserstoffperoxid noch etwas verbessern möchten, können Sie es mit folgender Konzentration/Menge in einem Gefäß im geschlossenen Bücher-Schrank versuchen: 3 % ige Lösung ca. 100 ml - ist aber in ca. 3 Tagen verdunstet und müsste somit ständig erneuert werden. Höhere Konzentrationen halten länger, sind aber noch gefährlicher! Prinzipiell sehr vorsichtig sein, da Wasserstoffperoxid ätzend ist!

Stoßlüften bringt auch sehr viel und reicht i.d.R. aus.

Sehr erfolgreich war Wasserstoffperoxid in neuen Pkws, wenn es nachts unter dem (Beifahrer-) Sitz in einem flachen Schälchen stand. Durchschlagend war der Erfolg jedoch erst nach etwa 3Monaten.

Trotz Uneinsichtigkeit der Industrie haben damit schwere Formaldehyd-Allergiker noch Überlebenschancen.

Formaldehyd ist krebserzeugend, insbesondere bei Kranken mit Formaldehyd-Allergie.

(Es zu meiden ist echte Krebsvorsorge).

Grippaler Infekt

(1)

s. Infektionen

Halsschmerzen

(1)

s. Erkältung

(2)

s. Infektionen

Hautallergie

(1)

[Histaxin bei Hautallergie \[PDF; 0,1 MB\]](#)

(2)

Hautpflege bei Kleinkindern bis zum Greis

Zur [Hautpflege](#) bei Kleinkindern bis zum Greis empfiehlt das ToxCenter [Euterfett](#).

Bei Allergie auf das aus Erdöldestillaten stammende Melkfett

Reinsubstanzen verwenden wie
Kakaobutter, Sheabutter oder auch Ghee Butter.

Kleinere Wunden trocken halten, mit frischem Taschentuch abdecken oder Frischluft.

Schürfwunden mit Wasser säubern und sauberem Tuch abdecken (wenn vorhanden Gazeverband wg. möglichem Ankleben der Wunde am Wundverband).

(3)

2012 Hautpflege Nachtkerzenöl Geheimtipp

Die Nachtkerze hat ihren Namen von ihren großen, leuchtenden gelben Blüten, die sich erst am Abend öffnen. Nachtkerzenöl gehört zu den teuersten Ölen der Welt, da etwa zehntausend Samenkörner zur Gewinnung von einem Gramm Öl benötigt werden. Das fette Öl der reifen Samen ist reich an wertvollen essentiellen Fettsäuren, Phospholipiden und Stereoölen.

Die im Nachtkerzenöl enthaltenen essentiellen Fettsäure Linolsäure und Gamma-

Linolensäure unterstützen den Aufbau der natürlichen Barrierefunktion der Haut und versorgen die Haut intensiv mit Fett und Feuchtigkeit.

Während das reine Öl relativ schwach wirkt, ist die Kombination mit Zink und Harnstoff am wirkungsvollsten. Diese Kombination verkauft nur Aldi einmal im Jahr billigst als „Ombia Nachtkerzenöl“ in der Tube zu 75 ml für 3,99 €.

Zinkoxid wirkt stark entzündungshemmend und sättigt die 75 Enzyme für den Zell-

Stoffwechsel, der besonders bei den Metall Allergikern erheblich gestört ist.

Oral zugeführt wirkt Zink bei Ihnen oft allergisierend.

Harnstoff oder Urea fördert die natürliche Feuchtigkeit.

Nachtkerzenöl ist optimal zur Behandlung jeglicher Hautschäden. Da es auch sorglos geschluckt werden kann, eignet es sich auch für (Klein-) Kinder und Haustiere. Allerdings brennt es im Ohr etwas, ist also keine Alternative dort zum Paraffinöl.

Der Effekt bei der Neurodermitis ist überwältigend.

Wir lernten das Nachtkerzenöl Anfang der 80er Jahre durch Pfarrer Fliege kennen. Täglich fuhr Dauderer in der S-Bahn mit ihm zur Sendung, Dauderer hatte ihm geraten anstelle eines Wortes zum Sonntag den Menschen etwas über

Krankheitsbewältigung zu erzählen. So war er ganz aufgeregt als seine durch die Mutter als Zahnärztin mit Amalgam vergiftete Tochter eine Wunderheilung erfuhr durch eine kleine Flasche Nachtkerzenöl für 100 DM.

Eine extreme Proktitis ulcerosa bei einer unserer Katzen heilte nach einmaliger örtlicher Anwendung problemlos aus.

Herzsymptome

(1)

s. Asthma

(2)

2011 Herzdruck Erste Hilfe

Sofort Nitro inhalieren bzw. schlucken (Isoket Spray, Tbl. 5 mg)

Dies verhindert sicher für Minuten ein Insuffizienz-Kammerflimmern bzw. Infarkt.

Ich bekam 2009 streng **marcumarisiert** (Quick 16%!!) einen Infarkt mit Kammerflimmern. Seither schlucke ich **zusätzlich Clopidogrel**.

Das dritte **Aspirin** vertrage ich leider wegen Allergie nicht.

Husten

(1)

s. Erkältung

Infektionen

(1)

s. Nierenschädigung

(2)

2011 Hygiene stille Feiung besserer Schutz vor Infektionen als Impfung

Händewaschen ist der wichtigste Schritt zur Infektionsprophylaxe.

Bei akuten Infekten auf Händedruck bei der Begrüßung verzichten und sich zehnmal am Tag die Hände mit Wasser und Seife ohne Desinfektionsmittel zu waschen. Von staatlichen Tuberkulosekliniken nach dem zweiten Weltkrieg wissen wir, dass sich dort niemand an den Patienten mit offener Lungentuberkulose angesteckt hatte. Allein die Hygienemaßnahmen wie Rauch- und Essensverbot bei der Arbeit mit einem vitaminhaltigen frischen Kantinenessen bewahrte alle vor einer Infektion. Meine Ordensschwestern auf meiner Leukämienstation im Schwabinger Krankenhaus infizierten sich nie mit einer akuten Hepatitis – obwohl es noch keine Impfung gab - ganz im Gegensatz zu den Schwesterschülerinnen, die ausnahmslos an Hepatitis B durch die infizierten Blutkonserven erkrankten. Natürliche Hygienemaßnahmen übten nur die Erfahrenen aus und blieben damit vor Ansteckung bewahrt.

Stille Feiung: Von Untersuchungen der Verstorbenen der Spanischen Grippe von 1918 und einigen Überlebenden 70 Jahre danach weiß man, dass die gleichen Antikörper bei beiden Gruppen nachweisbar waren. Dies deckt sich mit vielen Untersuchungen anderer Viren der saisonalen über die Erde ziehenden Grippeviren:

Leicht Infizierte sind besser geschützt vor einer Infektion als Geimpfte.

Wie so oft ist das natürliche das beste und bewahrt zudem vor den gefürchteten tödlichen Impfkomplicationen. Die frühere „Rötel Party“ ist heute die leichte Infektion auf der „U-Bahn-Fahrt“, die die Abwehr des Körpers anregt und für einen beständigen Schutz sorgt.

Insektenstich

(1)

Insektenstiche_Wespenstich Erste Hilfe

1. kühlen mit kaltem Wasser (üblichen Tipps wie Salz, Zitrone, Zwiebel, Alkohol sind Firlefanz)

Nur bei Stich in den Hals Cortisonspray einatmen

2. Hinlegen, Wärme zur Schockprophylaxe
3. Bei mehr als 100 Stichen Intensivtherapie

Juckreiz

(1)

s. Katzenallergie

Karies

(1)

1999 Karies nicht durch Zucker sondern Umweltgifte verursacht

Säuglinge und Kleinkinder ohne eigenes Amalgam mit Karies haben positive Epikutanteste auf alle Amalgambestandteile ihres mütterlichen Amalgams.

Zucker löst nie Karies aus, sondern erhält und verstärkt die Karies.

Zähneputzen kann nie Karies verhindern, nur verlangsamen, was jedoch langfristig völlig nutzlos ist.

Alle eingeatmeten Umweltgifte lösen über die Gifteinlagerung ins Kiefer und dadurch Stoffwechselstörung des Knochens über einen Eiterkiefer Karies aus. Wenn der Kiefer eitrig ist, setzt sich der Eiter in den Zahn fort, sprich Karies.

Auch Tiere, die nie Zucker essen – wie Löwen, Katzen oder Hunde– bekommen über die Umweltgifte Karies und sterben durch die Eiterherde im Kiefer.

Erstgeborene von Amalgammüttern haben mehr Karies als Spätgeborene – außer die Mutter bekam vorher wieder neues Amalgam.

Der Kranke wird zum Täter umfunktioniert mit der Behauptung, er sei an seiner Karies selbst schuld.

Das ist unwahr.

Wir fordern das sofortige Amalgamverbot und Bestrafung der Täter!

(2)

2010 Karies häufigste Eiterkrankheit durch Gifte

Karies wird verursacht durch spezielle Streptokokken und hunderte andere Bakterien, die den sichtbaren und unsichtbaren Knochen zerfressen, wie ein Herd die Organe zerstören (Seite 2 unter: [Herdschema](#)) und nach Einbruch in die Gefäße zur tödlichen Blutvergiftung führen können.

Bakteriologische Testung der Kariesursache im Labor ist obligatorisch! [Labor](#)

Da man Keime im Knochen niemals mit dem Auge sehen kann, ist ein bakteriologischer Abstrich ins Labor zu senden!

Die eigentliche Ursache sind Stoffwechselgifte wie Rauchen, Alkohol, Drogen aller Art, Wohngifte, insbesondere Lösemittel, Lacke, Metalle.

Ein ungesundes Essen und Zucker fördern die Stoffwechselstörung.

Der Ort der Karies im Gebiss ist bestimmt durch die Art des Giftes:

Rauchergebiss, Alkoholikergebiss, Fixergebiss, Malergebiss, Pestiziduser, Wohngifte u.a.

Mit der Entfernung der Karies muss unbedingt der Auslöser eruiert und ausgeschaltet werden.

Wenn Zucker so wichtig bei der Kariesentstehung wäre, würden sich Zahnärzte nie ihre Standespaläste von der Zuckerindustrie bauen lassen!

Die bakteriologische Austestung der Karieskeime ist für die Nachbehandlung enorm wichtig.

Keime im Zahnhals sind besonders folgenreich. Die Zahnwurzel darf nach Zerstörung durch Bakterien niemals mit einem Chemikaliencocktail ([Wurzelfüllung](#)) aufgefüllt werden, da dies die Stoffwechselstörung weiter verschlechtert und obligatorisch zum Krebs führt.

(3)

2010 Zucker lebensnotwendig

Frage:

Langatmig fragt ein Leser, ob es reicht, wenn man bei Eiterkiefer völlig auf Zucker bzw. Kohlehydrate verzichtet, das würde von alleine die Bakterien vernichten, da es ihnen die Grundlage zur Vermehrung entziehen würde.

Antwort:

Die Verteufelung von Zucker durch Bruker beruht auf einer Verwechslung

[Zucker mit Amalgam verwechselte Bruker](#)

Zucker ist lebensnotwendig.

Alzheimerkranke haben zu niedrige Zuckerspiegel in der Zelle.

Diabetiker haben zu hohe Blutzuckerspiegel.

Alle übrigen haben normale Blutzuckerspiegel.

In welcher Form der lebensnotwendige Zucker ins Blut gelangt, ist völlig egal. Wenn kein Zucker gegessen wird, verwandelt die Leber Fett und Eiweiß in Blutzucker.

Wer wissen will, ob sein Blutzuckerspiegel in den letzten Wochen mal zu hoch war, lässt im Blut Hb a1 bestimmen.

Wer wissen will, was zu hoher Zucker anrichtet (Augenschädigung, Gefäße, Infarkt), studiert Diabetes.

Zucker ist zum Denken extrem wichtig:

Wenn ich ein Problem lösen will, trinke ich eine Tasse Kaffee und esse etwas Süßes dazu. Das klappt prima.

Hungrig fällt mir nichts Zündendes ein.

Leute, die Zucker ängstlich meiden, sind meist gegenüber dem ganzen Leben ängstlich, weil sie zu unwissend sind.

Unsinn ist, dass nach Zucker ein Pilz wuchert oder Bakterien sprießen. Bakterien leben in einer physiologischen Kochsalzlösung, nur zur Vermehrung brauchen sie Zucker. So wie das Gehirn für seine optimale Funktion Zucker braucht, ihn sich langsam aus dem Blut holt.

Alle Extreme sind gleich unsinnig: zu viel und zu wenig!

Ungleich viel gefährlicher als Zucker im Mund ist dort Eiter:

Unser Ältester Zahnloser (Soinsky, 96 Jahre) aß in seiner Jugend aus Geldmangel nur täglich zehn Semmeln mit einer Handvoll Würfelzucker. Er glaubte, nur dadurch so viel arbeiten und verdienen zu können!

Katzenallergie

(1)

s. Allergien

(2)

s. Asthma

(3)

2011 Katzenallergie eigene Erfahrungen als Arzt

Nach Jahrzehnten intensivster Arbeit konnte erst im letzten Jahrzehnt vom Autor seine Katzenliebe gepflegt werden.

Anfangs zwanzig Junge, zuletzt 10 alte Katzen leben in engem Kontakt mit dem Autor, teilen Küche und Bett. Amalgam und Goldvergiftete fliehen seit jeher vor diesem Haus.

[Der selbst erkrankte Arzt gilt als gern gesehener Helfer unter den Kranken.](#)

Plötzlich trat von einer Stunde auf die andere eine Katzenallergie auf. Wie immer waren dafür mindestens drei Gründe verantwortlich:

1. Allergie auf Gold, Aspirin, Diclofenac, fast alle Hochdruckmittel, Formaldehyd
2. Allergie auf gelben Farbstoff von Tabletten
3. Kalium als Chemikalie gegen Mangel mit Wadenkrämpfen führte zur Kalziumerniedrigung.

Wesen der Katzenallergie

Die Katzenallergie besteht auf die Eiweißstoffe im Speichel der Katze (Katzenallergen Fel d 1), nicht - wie viele glauben – auf die Haare, allerdings haften die Allergene daran.

Schweregrad der Katzenallergie

I. Hauttyp – lästig

Juckende, tränende Augen, angeschwollene Nasenschleimhaut, verstopfte Nase, Lippenbrennen,

allgemeiner Juckreiz, Quaddelbildung mit dem Auge Entstehung zu beobachten, Hautrötung, Schwellung der Extremitäten. Kann dosisabhängig nahtlos in Typ II übergehen.

II. Lungentyp – gefährlich

Giemen, Röcheln, Atemnot, Asthmaanfall, Blauwerden, Angst.

Kann ohne sofortige Hilfe, Asthmaspray tödlich sein.

Die Tochter des bekannten Heilpraktikers Kühnlechner hier ums Eck starb im Astmaanfall mit Ihrer Katze im Arm.

Mit Typ I kombiniert.

Therapie

Expositionsstopp

Es ist nachgewiesen, dass nur jeder 5. Katzenallergiker sein Tier abgibt – also leben 4 von 5 Allergikern weiter mit ihren Tieren zusammen.

Beim Hauttyp reicht ein leichter Expositionsstopp nicht jedoch beim seltenen Lungentyp.

Nur Mut!

Schritte:

1. Kontakt mit Speichel reduzieren; feucht wischen, nicht kehren, niemals saugen, keine Teppiche oder Tapeten
2. Bettwäsche täglich waschen (reicht 40 Grad)
3. Stoßlüften
4. Katzen oft von anderen kämmen lassen
5. Bett tags zudecken, Bettwäsche tauschen nach Berührung mit der Katze. Nacht entscheidet!
6. Ursächliche Allergene Amalgam und Gold radikal sanieren mit Zahnextraktion.
7. Kreuzallergen Formaldehyd strikt meiden
8. keine Tabletten, sondern Salben und Asthmaspray im Haus im Notfall
9. Katzen nicht in Panik weggeben: Ihr Vorteil für die Psyche überwiegt die Probleme bei weitem!

Nur Mut!

Antihistaminika

1. Nachtkerzenöl auf Juckstellen (Aldi Ombia: 10% Salbe 75ml 2.99€, 5% Spray 150 ml 4.99€), Fenistil Gel (Dimetinden) nimmt zwar den Juckreiz, hinterlässt jedoch einen unangenehmen Film.

2. Von den Antiallergika half nur voll Aeries ([Desloratadin](#)) 5mg, aber erst nach einer Woche; dann eine Tabl. Jeden zweiten Tag. Vertreter der 3.Generation der Antihistaminika.

Weitere wie [Levocetirizin](#), und [Fexofenadin](#), das keine Herzrhythmusstörungen macht, werden jetzt probiert.

Telfast 120 mg <http://www.chirurgie-portal.de/medikamente/anwendungsgebiete/fexofenadin.html>

3. Die erste und zweite Generation erbrachte kaum etwas: Vomex A – Dimenhydrinat, Thesit (vorher Ingelan)

Ketefex – Ketofen (Auge), Loratadin (Lisino)10mg, Fenistil retard (Dimetinden), Tavegil- Clemastin, Vomex A – Dimenhydrinat, Zyrtec- Cetirizin u.v.a. linderten den Juckreiz nur um ein Drittel.

Asthmaanfall:

Lunge- spast.Bronchitis.

Zu Beginn eines Asthmaanfalls Sanasthmax- Beclametason 1-3 Hübe, Sauerstoff

(Die Tochter des Heilpraktikers Köhnlechner starb hier ums Eck mit ihrer Katze im Arm im Asthmaanfall!)

Sehr effektiv ist das [Autogene Training](#), das allerdings erlernt werden muss.

Während man bei einer allergisierenden Katze im Arm auf der Haut die Entstehung einer mörderisch juckenden Hautblase beobachten kann, verschwindet diese unter dem Autogenen Training eines Erfahrenen – ohne zu jucken!

Hilfen

1. Haut reinigen mit reinem Alkohol (Spiritus Liter 1,95 € im Kaufhaus) vertreibt sofort Allergen und Juckreiz
2. Wer als Plazebo Homöopathie braucht, soll sie nutzen.
3. Am besten hilft das Wissen, dass die Katzenallergie nicht gefährlich ist und andererseits seinen Träger fit und aktiv hält, aufregt.

Allergene meiden

Wirkungsverstärkung durch andere Allergene meiden:

Keine Allergene im Mund, der Kleidung, im Essen, Medikamenten, Wohnung

Warnung: nicht Katzen vermeintlich antiallergisch präparieren!

Die „Wirkung“ beruht auf einem Plazeboeffekt!

Allerpet/cat enthält andere dubiose Inhaltsstoffe:

DI UV water; quaternium-26; glycerin; quaternium-22; allantoin; panthenol; aloe vera gel; stearyltrimonium hydroxyethyl hydrolyzed collagen; sodium styrene/PEG-10 maleate/acrylates copolymer (and) ammonium nonoxynol-4 sulfate; hydrolyzed collagen; citric acid; methylchloroisothiazolinone (and) methylisothiazolinone.

<http://allerpet.ch/produkte/53688597760f0c415.html>

Therapieerfolg

Der Autor zog vier Wochen lang aus dem gemeinsamen Schlafzimmer mit seinen zehn großen, im Schnitt zwölf Jahre alten Katzen aus und mied alle übrigen Allergene im Haus, ließ seine Vollprothese weg, rieb seine gesamte Haut bei starkem Juckreiz mit Spray, bei leichterem mit Salbe aus Nachtkerzenöl ein, schluckte abwechselnd Antihistaminika. Tabletten erbrachten am gleichen Tag nichts.

Alle waren anfangs völlig wertlos, am nächsten Tag etwas besser. Jeder Neukontakt führte zur deutlichen Verschlechterung. Abends beim Ausziehen, unter der Dusche und morgens war der Juckreiz extrem stark.

Während des Autogenen Trainings konnte der Juckreiz total vergessen werden, selbst an Stellen, die vorher stark juckten, verschwand er völlig. Im warmen Zimmer war der Juckreiz stärker als im Kühlen. Bei Ablenkung war der Juckreiz weg, beim Nichtstun wurde er unerträglich, die Haut wurde im Schlaf blutig gekratzt..

Heute ist der Autor um eine Erfahrung reicher, das Leben geht wieder (fast) so wie vorher weiter.

Das Wissen, dass die Hautallergie lästig, aber folgenlos ist, half.

Unsere Patienten haben so schlimme Beschwerden und meist kommen sie nicht mehr davon los, dagegen ist diese Allergie fast ein Kinkerlitzchen.

Den Katzen mit ihrer Herzlichkeit, Liebenswürdigkeit und ihrem Naturinstinkt gilt weiterhin unsere große Aufmerksamkeit. Wir sind ihnen bleibend dankbar, dass sie uns täglich an die grandiose Schöpfung erinnern und alle Schwierigkeiten vergessen lassen.

Vermutlich würde man ohne die Schwierigkeiten überheblich und übermütig?

<http://www.katzen-links.de/katzenforum2/showthread.php?t=50591>

<http://www.klaas-points.de/katzenallergie.htm>

<http://ruth-lisa-knapp.suite101.de/was-tun-bei-katzenallergie-a51201>

<http://www.miau.de/tips/allg/allergie.html>

<http://de.wikipedia.org/wiki/Antihistaminikum>

Kopfschmerzen

(1)

s. Schmerzen

Latexallergie

(1)

s. Allergien

(2)

Kapok für Umweltgeschädigte sehr empfehlenswert

MCS-Kranke und Latex-Allergiker vertragen als Matratze, Kissen und Bettdecke oft nur noch Kapok im Epikutantest.

Kapok ist Natur-Baumwolle, die **nicht** von Motten befallen wird und daher auch keine Pestizide braucht. Sie ist naturbelassen, kann aber auch nicht maschinell bearbeitet werden.

Durch den Einsatz von Kapok im Vergleich zu anderen Naturfasermatratzen wird der Milbenbefall reduziert, Das kann für Allergiker von Vorteil sein.

Unter der Voraussetzung, dass ein kontrolliert biologischer Anbau des Bezuges (kbA) schriftlich garantiert wurde, ist Kapok geruchsarm.

Das Problem der Härte von Kapok lässt sich umgehen, wenn man einige Tricks kennt:

1. keine 10 cm Matratzen, sondern 18 cm stark
2. je nach Körpergewicht und Stärke der Rückenschmerzen 1-3 Kapok - Unterbetten auf die Matratze spannen.

In Deutschland beziehen fast alle Bio-Lieferanten die Kapok-Matratze direkt von der Fabrik, dem Kapok-Kontor. Besteller zahlen dort etwa 25% vom üblichen Laden-Verkaufspreis.

Das TOX-CENTER hat damit beste Erfahrungen gemacht und versorgt jede neue Telefonistin mit einer kompletten neuen Ausrüstung.

Wir haben einen Epikutantest auf Natur-Latex und einen auf Kapok!

Wir haben alle Varianten ausprobiert, ehe wir die Lösung aller Probleme fanden.

Wer Kapok lt. Epicutantest nicht verträgt, sollte sich zunächst keine neue Matratze anschaffen (Ausnahme: Baumwollmatratze*), sondern die notwendige Zahn-Kiefer- u. Wohnsanierung durchführen d.h. Entfernen der positiv getesteten Allergene.

Am preisgünstigsten und mit bestem Kundendienst ist nach unserer eigenen Erfahrung: [Bestellung www.kapok.de](http://www.kapok.de) info@kapok.de

*Baumwollmatratze: mögliche Bezugsquelle: ca. 13 Lagen Bio-Baumwolle
<http://www.natursendung.de/NATURMATRATZEN/JAPANISCHER-FUTON-aus-kbA-Bio-Baumwolle-SHANTI-DESHI::280.html>

(3)

Latexfreies für Mediziner und Pflegekräfte

[Reifen vergiften die Luft mit Latex](#)

Daher brauchen Chirurgen und Pflegekräfte [Vinyl-Handschuhe](#).

Das Tragen von Baumwollhandschuhe darunter ist sinnlos.

Zum Blutdruckmessen: <http://www.heine.com/ger/content/view/full/4745>

Mangelerscheinungen

(1)

2011 Nahrungsergänzungsmittel stattdessen billige, wirkungsvolle Nahrung

Chemie

Natürliche Nahrung

Algen

Fleisch, Fisch, Milch (-produkte), Nüsse, Getreide, Eier,
Salat

[Alpha-Liponsäure](#)

Fleisch, Spinat, Kartoffel

(Thioctsäure)

Allergen, schwefelhaltig

Betakarotin

Karotten

Chlorella

Chlorophyll im grünen Gemüse, Salat

Glutathion (Tationil)

frisches Fleisch, Avocados, Wassermelonen, Spargel,

(stark allergisierend!)

rohes Obst + Gemüse

Kalium

Obst, Gemüse (Kartoffeln, Petersilie, Bananen, Aprikosen,
Feigen), Nüsse

Koriander, Bärlauch

Petersilie, Brennessel

Vitamin A

Karotten, Aprikosen, Grünkohl, Tomaten

Vitamin B1

Kartoffeln, Hülsenfrüchte, Reis, Vollkornbrot

Vitamin B2

Brokkoli, Erbsen, Spinat, Rosenkohl, Vollkornprodukte

Vitamin B6

Bananen, Avocado, Blumenkohl, Kartoffeln,
Vollkornprodukte

Vitamin B12

Fleisch, Milch (-produkte)

Vitamin C

Kartoffeln, Paprika, Kiwi, Zitrusfrüchte

Vitamin D

Pilze, Käse, Butter

(Unter Einwirkung von Sonnenlicht ist der Körper in der Lage, Vitamin D selbst zu produzieren.)

Vitamin E	Avocado, Nüsse, pflanzliche Öle, Haferflocken, Reis
Vitamin F	Pflanzenöl (z.B. Olivenöl), Nüsse, Butter, Käse, Karotten, Fisch (essentielle Fettsäuren)

Würde man sich nach dem Lehrbuch ernähren und tatsächlich täglich fünf Portionen Obst und Gemüse zu sich nehmen, wäre die Grundversorgung mit Vitaminen und (Mineral-)stoffen gesichert.

Hätten Nahrungsergänzungsmittel wirklich eine positive Wirkung auf den Körper, unterlägen sie dem Wirkungsnachweis nach dem Arzneimittelgesetz, also sind sie juristisch völlig wirkungslos!!!

Zur Entgiftung eignen sich Pflanzen niemals, da sie methylieren (organischer Anhang) und damit das Gift sofort aus dem Blut ins Gehirn transportieren, jedoch nicht aus dem Körper entfernen! Statt Entgiftung geschieht eine gefährliche Umgiftung.

Allerdings können sie vor (!!!) der Giftaufnahme die Aufnahme ins Blut verringern.

Als Einzelsubstanzen sind alle starke Allergene, verträglich sind sie nur in der Kombination in der Pflanze. Einzelsubstanzen wirken ganz anders als die Pflanze:

Betakarotin krebserregend, Karotten krebshemmend.

Eine Chemikalienvergiftung ist nur mit Chemie zu bessern,

Pflanzen hätte man vorher schlucken müssen!

Natürlich alles in natürlicher Form, ausgewogen, selbst zubereitet und BIO!

<http://www.vegetarier.net/allgemeine-informationen/ist-das-gesund>

http://www.vitamineralien.de/html/welche_wirkstoffe.html

Magenbeschwerden

(1)

Helicobacter Bluttest viel besser als Gastroskopie

Seit über 10 Jahren macht das Tox-Labor in Bremen zum Nachweis v.H. einen IgG- und IgA-Antikörper Bluttest. Dies ersetzt die früher übliche Gastroskopie, die wegen BSE-Gefahr in Verruf geriet. Die hierfür eingesetzten Schläuche sind nicht von BSE zu befreien.

Der Aufwand und die Kosten einer Gastroskopie kann man sich gut ersparen. Wir hatten zahlreiche Patienten über die gesamte Zeit beobachtet und raten daher stets zum Bluttest, den jede Kasse bezahlt.

Helicobacter pylori: IgG, IgA-Antikörper

Probenmaterial Serum

Menge (optimal)	1 ml
Häufigkeit	2 x wöchentlich
Methode	ELISA

Bezeichnung	Wert	BAT-Bezeichnung	Grenzwert für Exponierte
negativ	< 9,0 U/ml		
grenzwertig	9,0 - 11,0 U/ml		
positiv	> 11,0 U/ml		

Probenmaterial Serum

Menge (optimal)	2 ml
Methode	Immunoblot

Bezeichnung	Wert	BAT-Bezeichnung	Grenzwert für Exponierte
	negativ		

Quelle: [http://www.mlhb.de/komfort-suche.html?&no_cache=1&L=&tx_sfmlhbanalysen_pi1\[action\]=detail&tx_sfmlhbanalysen_pi1\[source\]=analysen&tx_sfmlhbanalysen_pi1\[aID\]=1488](http://www.mlhb.de/komfort-suche.html?&no_cache=1&L=&tx_sfmlhbanalysen_pi1[action]=detail&tx_sfmlhbanalysen_pi1[source]=analysen&tx_sfmlhbanalysen_pi1[aID]=1488)

(2)

Wasser Entsäuerungstherapie

Die beste und lebenslang anwendbare Entsäuerungstherapie und zugleich optimale Entgiftungstherapie für alle wasserlöslichen Gifte ist täglich zusätzlich zwei Liter normales Leitungswasser trinken.

Natürlich kein Mineralwasser oder irgendwie behandeltes Wasser! Kein Soda, das die saure Magensaftproduktion stimuliert.

[Sodbrennen Verursacher Zahn 36 niemals Natron](#)

MCS

(1)

s. Asthma

(2)

1955 Arbeit ist die beste Therapie

Der Lehrer meiner beiden Eltern, der Münchner Ordinarius für Psychiatrie, Prof. Oswald Bumke (1855-1950), hatte dies als erfolgreichen Leitspruch für alle psychischen Probleme. Mit großem Erfolg hatten meine Eltern in ihren Praxen dies bei ihren Patienten geraten. So ersparten sie sich wertlose Psychopharmaka und teure Psychotherapien. Ich lese gerade voller Begeisterung "**Gedanken über die Seele**" von Oswald Bumke. Darauf steht in meiner Handschrift "Meine Psycho-Bibel" und drunter seit 12. Lj. darin gelesen. Prof. Bumke war einer der erfolgreichsten Psychiater, den es gab.

Wo keine Psychopharma möglich sind - wie beim MCS-Syndrom - mußten wir feststellen, dass diese Lehre das einzige Sinnvolle zum Bessern war. Wer sich nicht sinnvoll ablenkt von seiner Krankheit und sein Hirn beschäftigt, verblödet rapide weiter durch die Gifte und ihre Folgen. Auch von der Orthopädie wissen wir, dass nicht Medikamente, sondern

nur die aktive Bewegung im Alltag die entscheidenden Verbesserungen bringt. In einer Zeit, in der sehr viele schwer krank wurden, müssen einfache und billige Maßnahmen für **Alle** eingesetzt werden. Die Zeiten, in denen teure Therapien nur für einzelne zur Verfügung stehen sind ja zum Glück vorbei!

Auch sind die Zeiten für eine stationäre Langzeit-Therapie Vergangenheit.

Da die Einzel-Psychotherapie bei chronischen Vergiftungen völlig gescheitert ist, Medikamente stets zu einer wesentlichen Verschlechterung führen, muss auf die Wurzeln der erfolgreichen Psychotherapie zurückgreifen. Wer heilt hat Recht! Auf den Erfolg kommt es an! Nur Mut!

(3)

Kosmetik allergenfreie selbst herstellen

Deodorant

Achseln mit Magnesiumkalk vom Sportgeschäft als Klotz (50g 1,50 €) einreiben. Hält für tausende Anwendungen.

Haarwaschmittel

Die aus Nordafrika stammende Wascherde wird in Wasser gelöst, im Haar verteilt und dann einfach ausgespült.

Haarspülung

einen Teelöffel Kamille und Brennnessel mit 100ml Wasser überbrühen, einen Esslöffel Essig dazu, 10 Minuten ziehen lassen. Den Sud (Kräuter

absieben/abseihen) nach dem Waschen in die Haare massieren und nicht ausspülen. Wer die Haarspitzen vor Spliss schützen will: Einfach ein klein wenig Pflanzenöl, z.B. Olivenöl in die Haarspitzen massieren.

Sonnenöl

Oliven oder Sesamöl besitzen Lichtschutzfaktoren von 4 (Sesam) bis 10 (Oliven). Entweder einfach vor dem Aufenthalt im Freien einreiben oder – dann wirkt es noch besser - morgens nach dem Duschen ohne Abtrocknen in die Haut massieren, einwirken lassen und den Ölüberschuss mit einem Handtuch, Toilettenpapier o.ä. abnehmen. Dem Öl auf gar keinen Fall ätherische Öle beimengen, diese können unter Umständen - ähnlich wie Deo, Parfüm usw. – bei starker Sonneneinstrahlung zu Pigmentflecken führen.

Gesichtsreiniger

Gurkenschalen mit der Innenseite auf die Haut legen, einwirken lassen.

Duschbad, Shampoo oder Badezusatz

Zutaten: 100ml Betain, 100ml Wasser, Tees und Kräuter nach belieben.
Die Kräuter im Wasser kochen, abkühlen lassen und durch ein Teesieb abgießen, zum Betain geben.

Diese Alternativen sind nicht nur billig sondern auch umweltverträglich. Der geringe Zeitaufwand bei der Herstellung lohnt sich durch längere Gesundheit

Migräne

(1)

s. Asthma

(2)

2010 Migräneanfall mit Sauerstoff behoben

Nach 60 jähriger Erfahrung mit schwerer Migräne ist es an der Zeit, zu veröffentlichen, wie man damit fertig wird trotz extrem starker Arbeitsbelastung und wenig Ausgleich.

Fakten:

1. Migräne ist eine Autoimmunkrankheit durch Zahnmetalle
2. 98% haben Amalgam, 2% Gold als Verursacher
3. Stress und Diätfehler sind nur Auslöser
4. Gefäßkrämpfe können zur Lähmung, Erblindung führen
5. Harmloser sind Lichtempfindlichkeit, Geräuschempfindlichkeit, Schwäche
6. Sauerstoffzufuhr ist die wichtigste Erste Hilfe, Ruhe, Wärme, Flüssigkeit
7. Entfernung aller Zahnmetalle bis zur Totalsanierung
8. ASS bis Marcumarisierung bzw. Clopidogrel
9. Cyclandelat (Klösterl Apotheke, München) zur Anfallsprophylaxe
10. Infarkt als Langzeitfolge

Unsere Entdeckung, dass die sofortige Sauerstoffzufuhr die Gabe jeglicher Schmerzmittel erspart, hat die Lebensqualität und die Schmerzintensivität positiv beeinflusst. Migränepatienten brauchen in der Wohnung und am Arbeitsplatz ein Sauerstoffgerät am Bett. <http://www.oxyparat.de/>

Billiger wäre es jedoch zweifellos, wenn die Zahnärzte endlich ihrem Vergiften mit Metallen aufhören würden!

[Autoimmunfax](#)

(3)

Schmerzmittel Koffein optimal

Hallo M.,

Dein Artikel über (die Akupunktur und) Schmerzmittel, die zu Endorphinmangel führen war gut. Da ist mal wieder ein Groschen gefallen. Ich glaube daher kommen meine Fußschmerzen. Vermutlich in den Tagen nach der Einnahme. Da durchleide ich demnächst lieber die Kopfschmerzen.

Deine Schaffen ist ein Segen für "uns"

F.

Antwort:

Richtig, so mache ich es seit Jahrzehnten, Koffein hilft gegen Schmerzen optimal, es war früher der Hauptwirkungsmechanismus in allen Schmerzmitteln!

M.

Nahrungsmittelallergie

(1)

Nahrungsmittelallergie vorgetäuscht durch Darmentzündung

[Der Labortipp: Marker für einen entzündeten Darm](#)

Etwa 0,1 Prozent der Deutschen haben eine chronisch entzündliche Darmerkrankung (CED), Colitis. Jährlich werden knapp 5000 Neuerkrankungen registriert - mit steigender Tendenz.

Lactoferrin und Calprotectin im Stuhl, [mehr »](#) Damit sofort erkennbar und behandelbar!

Ursache stets früheres Zahnquecksilber!

Nierenschädigung

(1)

s. Asthma

(2)

2011 Nierenschädigung Geheimtipp Natriumbikarbonat dünndarmlöslich

Alte Toxikologen aus der Vorära der modernen Dialyse wissen, dass Bikarbonat im Blut – jedoch nicht im Magen- die Nierenfunktion startet. Im Handel gibt es für Nierenkranke Dragees mit einem Gramm und einer im Magensaft unlöslichen Hülle, denn im Magen wird durch die extreme Säure mit einem pH von 2 das Soda sofort inaktiviert und führt zu einer verstärkten Magensaftproduktion, die dann über die Nieren ausgeschieden werden muss und sie schädigt.

Die alkalische Diurese also Nierenfunktionsanregung wurde früher bei allen Vergiftungen mit sauren Substanzen wie dem gefährlichen Schlafmittel Barbitursäure angewandt. Sie hat sich aber bei allen Kreislaufproblemen und vielen Vergiftungen mit Medikamenten bewährt.

Nach Schlucken einer einzigen Kapsel sieht man, wie sofort eine ungewöhnliche Steigerung der Nierenproduktion einsetzt.

Die Alkalisierung bedeutet neben der Diureseförderung auch eine erhebliche Schutzfunktion für die Nieren, was bei jedem Infekt von Vorteil ist.

Kaisers Natron oder Soda sind die gleichen Substanzen, aber ohne die Magensaftresistente Hülle sind sie für die Nierenfunktion völlig unbrauchbar.

Wir haben alleine durch Natriumbikarbonat sehr oft eine Antibiotikatherapie dem Kranken ersparen können.

Kurioserweise ersparten wir uns auch einige Dialysen bei schweren Vergiftungen, da Natriumbikarbonat noch vorher ein toxisches Nierenversagen behob, ehe ein Dialysearzt in die Klinik gekommen war.

Solche billigen, einfachen, rezeptfreien Medikamente, mit denen man keinerlei Schaden anrichten kann, werden im Krisenfall Kranken eine wesentliche Hilfe sein!

Das Mittel gehört in die Notfall Apotheke.

Geheimtipp ist es deswegen, weil kein einziger Heilpraktiker und fast kein Arzt mit Ausnahme der Nephrologen den Unterschied zu den Magensaftresistenten Dragees kennt und die gegensätzliche Wirkung des Pulvers (Kaisers Natron) in Kauf nimmt.

Verschreibungsfähig ist das Mittel nur noch bei Dialysepatienten, sonst ist es frei verkäuflich. Es ist unbegrenzt haltbar!

Kinder wie Erwachsene erhalten die gleiche Dosierung: 1 Gramm.

Anwendung so selten wie möglich. Durch die Reizung des unteren Darms durch die alkalisierende Substanz kann es bei wiederholter Anwendung Durchfälle auslösen. Bei Kaliummangel nur ein bis zweimal.

Bezug:

T. Natriumhydrogencarbonat 1g dünndarmlöslich 100 Tbl., Fa.Fresenius

[Apotheken-Shop](#)

<https://www.medikamente-per-klick.de/shop/produkte/produktdetails.html?pzn=1654873>

[Nieren Antidot Natriumhydrogencarbonat magensaftresistent \[PDF; 0,1 MB\]](#)

(3)

2011 Nierenantidot Natriumhydrogencarbonat als Talisman

Ein Patient meinte, es nicht zu bekommen, daher die Nachfrage:

http://www.idealo.de/preisvergleich/OffersOfProduct/749136_-bicanorm-tabletten-100-stk-fresenius.html

Interessant, dass viele Versandkostenfrei sind, keines 30,- € kostet wie in der Stachus Apotheke in München. Früher gab ich allen Vergifteten eine Packung mit (Fresenius Natriumhydrogencarbonat), das letzte Glas ist mein Talisman am Bett.

Wenn ich eine schlucke, schlafe ich prima und wache mit Bärenkräften auf.

Während das nicht magensaftresistente Mittel jahrzehntelang als Hausmittel „KAISERS Natron“ ein reines Placebo war, weil es vom sauren Magensaft sofort zerstört wird, ist dieses hoch potent. Die Allergisierung führt zu einer Schutzfunktion für die Niere, Gifte werden aktiv daraus ausgeschieden,

meist muss man sofort zur Toilette, es hat eine beruhigende Wirkung, der untere, „Nierenwert“ des Blutdrucks normalisiert sich, man spart Arzneimittel. Die „Alkalisierende“ Diurese ist in der Klinik eine der wichtigsten Entgiftungsmethoden, erspart oft eine Hämodialyse bei schweren Vergiftungen.

Auch bei grippalen Infekten wirkt das Nierenantidot durch die Stoffwechsellnormalisierung.

Bikarbonat heißt für die Waschmaschine als Waschmittel Soda und ist mein Geheimtipp zum Geldsparen (ein Kaffeelöffel pro Trommel für 1 Cent!)

[Bicanorm kaufen Österreich bei idealo.at](#) 22€

[PreisSuchmaschine.at - Medikament Preis BICANORM, 100 Filmtbl. \(N3 ...](#)

www.preissuchmaschine.at/preis_328776.html

Ohrpropf

(1)

Paraffin flüssig heilt das Ohr

Eines der wichtigsten Notfallmedikamente für die Krise durch Laien anwendbar ist „Paraffinum subliquidum“ zum tropfen ins Ohr.

Früher wurde es häufig als „Otagan Ohrentropfen“ in der Kinderheilkunde eingesetzt.

Für unsere 13 Katzen am TOX CENTER verwenden wir es gelegentlich (höchstens einmal alle 3 Monate) gegen heftiges Ohrjucken bei Milben.

Da selten verwendet muss es die Apotheke bestellen.

250 ml reichen ein Leben lang.

Als Nebenwirkung heilt es nach Schlucken von 1-2 Kaffeelöffeln eine Stuhlverstopfung.

Es gehört in jede Hausapotheke, in die Notfallapotheke für den Krisenfall.

Oft wird es auch verwendet bei wunder Haut.

Bei Notfällen verwendet hat es keinerlei Nebenwirkungen.

(Olivenöl bei fehlendem Otagan ebenso möglich bei Ohrpropf; Teelöffel rein auf Seite liegend)

Pilzerkrankung

(1)

2010 Olivenöl effektives Antipilzmittel

Vor Jahren war Mode ein „Ölschlürfen“, das als Wundermittel alle denkbaren Gifte aus dem Körper schleusen sollte. Das tat es jedoch überhaupt nicht. Ganz im Gegenteil, denn Öl ist ein Förderer der Resorption, das die besonders gefährlichen organischen Gifte besonders gut ins Blut aufnimmt. Aber einige Leute fühlten sich danach wie neugeboren, daher untersuchten wir diese Frage besonders gründlich.

Im geschlürften Öl, also in dem minutenlang im Mund hin und her gespülten Öl fanden wir erwartungsgemäß keinerlei Giftstoffe. Aber im Mundabstrich waren bei denen, die sich danach wesentlich besser gefühlt hatten, viele Pilze, insbesondere *Candida albicans*. Dieser Sprosspilz ist für Amalgamvergiftete besonders gefährlich, da dadurch das harmlosere anorganische Quecksilber im Darm bei seinem Vorhandensein in hochgiftiges, krebserzeugendes organisches Quecksilber verwandelt wird, das zudem ein hochgefährliches Hirngift ist.

Nach dem Schlürfen von Olivenöl war der Pilz im Mund und unter Prothesen nicht mehr nachweisbar, die Prothesen brannten nicht mehr, das Gefühl einer Prothesenallergie war schlagartig weg.

Die Untersuchung auf *Candida* (trockener Abstrich ins TOX Labor oder unter einem Mikroskop) wiederholten wir mehrmals.

Der Effekt war identisch mit dem Lutschen einer Lutschtablette Ampho Moronal.

Olivenöl gilt wegen seiner heilungsfördernden Wirkung als eines der wichtigsten Hausmittel im Krisenfall bei einem Crash.

Indikation ist Zungenbrennen mit roter Zunge, Brennen des Zahnersatzes und rote, blutige Mundwinkel. Selbst Träger von Gallensteinen leiden nicht durch den Esslöffel voll Olivenöl. Zahnlose haben keine Gallensteine, nur Amalgamvergiftete.

Wirkmechanismus für die Antipilzwirkung sind die Ölsäuren. Ihre reizende Wirkung schmerzt bei der Anwendung im Ohr. Katzen mit ihrem häufigen Ohrpilz leiden an leichten Schmerzen bei der Applikation von Olivenöl, aber auch bei ihnen ist die Wirkung verblüffend.

Sonnenschutz: Diese Wirkung ist seit dem II. Weltkrieg durch das Afrika Corps belegt, ich konnte es beim Bücherschreiben in Kreta nachvollziehen. Olivenöl bringt einen Schutz von zwei Stunden pro Anwendung, ist im Gegensatz zu den handelsüblichen Mitteln nicht austrocknend und verschafft ein anhaltend angenehmes Gefühl, ist für Babys ideal und spottbillig. Selbst altes, ranziges erfüllt den gleichen Zweck. Ich habe fünf Jahre altes noch verwendet.

Prellungen

(1)

s. Rheuma

Rachenbeschwerden

(1)

s. Erkältung

(2)

s. Infektionen

Rheuma

(1)

2009 Rotlicht Lampen vom Markt

Rotlicht Lampen werden nicht mehr hergestellt, unrentabel.

Ideal bei Rheuma, Verstauchungen und Prellungen.

Früher setzten Ärzte (wie mein Vater) sie stets in der Praxis anstelle von Medikamenten und Pillen mit hervorragendem Heilungseffekt ein!

Unbedingt Reserve-Lampe kaufen!

**Die Lampen sind noch in Ebay erhältlich Stückpreis ca. 4,- €
Glas, ältere Lampen auch mit Metallkörper**

(2)

2012 Geheimtipp gegen Rheuma Benzylnicotinat

Weil Daunderer langfristig alle seine Rheuma Patienten durch Nebenwirkungen von Antirheumatika verloren hatte durch Magenblutungen, Nierenschwäche und Immunschäden, stieg er um auf das älteste und effizienteste Mittel, die „Rubriment Rheuma Salbe“. Weil diese sorgfältig von der Schleimhaut ferngehalten werden muss durch Hände waschen, hat man sie verlassen. Auch war sie zu billig mit 5€ für 100 g. Er verwendete sie selbst seit 50 Jahren mit bestem Erfolg.

<http://www.chirurgie-portal.de/medikament/rubriment-rheuma-salbe-100-g-riemser-arzneim-ag-pzn-889628.html>

Wer sorgfältig damit umgeht, wird sofort frei von Schmerzen und erspart sich oft eine Operation.

In der Krise kann man sie sich billig in der Apotheke herstellen lassen auf Rezept:

2,5 g Benzylnicotinat auf 100 Gramm Salbengrundlage

Rezept ausdrucken:

Rückenschmerzen

(1)

s. Schmerzen

Schilddrüsenfunktionsstörung

(1)

Schilddrüsenwerte zur Frage einer Jodgabe beim Gau

(nicht bei Hyperthyreose!)

TSH

Bezeichnung	Wert
Erwachsene (ab 20 Jahre):	
Euthyreose	0,27 - 4,20 mU/l
Hyperthyreose	< 0,05 mU/l
Graubereich	0,05 - 0,27 mU/l
Prim. Hypothyreose	> 4,20 mU/l
Kinder + Jugendliche:	
0 - 3 Tage	5,17 - 14,6 mU/l
4 - 30 Tage	0,43 - 16,1 mU/l
2 - 12 Monate	0,62 - 8,05 mU/l
2 - 6 Jahre	0,54 - 4,53 mU/l
7 - 11 Jahre	0,66 - 4,14 mU/l
12 - 19 Jahre	0,53 - 3,59 mU/l

FT3 = Trijodthyronin, frei

Bezeichnung	Wert
	1,7 - 3,7 ng/l

FT4 = Thyroxin, frei

Bezeichnung	Wert
Erwachsene (ab 20 Jahre)	9,3 - 17,1 ng/l
Kinder + Jugendliche:	
0 - 3 Tage	6,6 - 27,1 ng/l
4 - 30 Tage	8,3 - 30,9 ng/l
2 - 12 Monate	4,8 - 23,4 ng/l
2 - 6 Jahre	8,5 - 17,5 ng/l
7 - 11 Jahre	9,0 - 16,7 ng/l
12 - 19 Jahre	9,3 - 16,0 ng/l

Quelle: www.mlhb.de

Schlaflosigkeit

(1)

Auszeit wichtig zum weiterleben

Der moderne Industriemensch braucht regelmäßig seine Auszeit zur Erholung und zum Kräftetanken.

Insbesondere der durch Umweltgifte Nervenranke braucht dies.

Wer diese Auszeit nicht rechtzeitig nimmt, dekompenziert.

Nach besonderen Ereignissen wird dies besonders augenfällig.

Auszeit ist:

- Schlafen
- gut essen
- Buch lesen
- Sport
- Gruppe
- lieben
- Urlaub
- Entspannungstraining
- Musik selbst ausführen
- nur eine Kanne Johanniskraut-Tee

Fernsehen und Bier trinken gehören nicht zur erholsamen Auszeit.

Wer die Notwendigkeit seiner Auszeit übersieht, stürzt in Befindlichkeitsstörungen mit Reizung aller Organe wie Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Schlaflosigkeit, Depression.

Wem Befindlichkeitsstörungen noch nicht Anlass für eine sofortige Auszeit sind, der stürzt in heftige Organstörungen.

Wer nun glaubt, ein Organspezialist hilft ihm aus seiner Störung der Lebensuhr, der irrt.

Der Hausarzt oder Kinderarzt mit Ganzheitlicher Medizin doktert nun nicht am Symptom herum, sondern rät zur **Persönlichen Methode der Auszeit**.

Wer selbst diese Auszeit nicht mehr organisieren kann, der ging früher mit irgendeinem Vorwand in die Klinik und ließ sich dort beruhigen.

Kranke, die sich in einen bedrohlichen Zustand mit der Gefährdung von sich und ihrer Umwelt fallen ließen und keinen Rückweg mehr fanden, erfahren ihre Auszeit

- durch eine **Beruhigungsspritze (Valium) vom Notarzt** oder
- in schwersten Fällen durch mehrere Beruhigungsspritzen in der Psychiatrie bei fehlender Einsicht.

Erfahrungsgemäß finden nur diejenigen wieder in ihr Leben zurück, die schnellstens wieder ihre persönliche Auszeit finden.

Schmerzen

(1)

1964 Akupunktur nur zur Eigetherapie

Mein Lehrer für chinesische Medizin, der Gründer der medizinischen Fakultät, Prof. Dr. Albert Schretzenmayr, erzählte mir ab 1964 folgendes:

„In China machten sich Schulkinder, die Kopfschmerzen hatten, mit rostigen Nadeln **selbst eine Akupunktur**, z.B. am Handgelenk. Das half ihnen. Als er ihnen aber eine Aspirin-Tablette gab, sagten sie ihm, dass dies tausendmal besser half. Er hörte, dass alle Chinesen, die Schmerzmittel aus dem Westen bekamen, sofort auf diese umstiegen. Niemand wollte danach mehr etwas über Akupunktur hören. Akupunktur war nur damals nötig, als es noch keine Ärzte in China gab, nur „Barfußärzte“, also Heilpraktiker.

Das menschliche Nervensystem kann nur einen Schmerz wahrnehmen. Darauf beruht das Prinzip, fest eine Faust zu ballen, dann spürt man den Zahnarzt nicht so fest. Der Nadelstich bei der Akupunktur lenkt vom Schmerzort, z.B. dem Hexenschuss ab.“

Keinerlei Unterschied zwischen den echten Akupunkturpunkten und Phantasiepunkten

Da er nicht sicher war, ob die chinesischen Akupunkturpunkte nicht Firlefanz seien, bat er mich, diese zu überprüfen. Er glaubte nicht daran, da sie nicht eindeutig anatomisch fixiert waren und oft nicht in Verbindung mit Nervenpunkten standen. Tausende Male führte ich die Original chinesische Akupunktur durch. Von ihm bekam ich Gold- und Silbernadeln später geschenkt. Meist nahm ich sterile Einmal-Nadeln. Alle damals verfügbaren Atlanten der Akupunkturpunkte beschrieb ich als Rezensent für das Deutsche Ärzteblatt und erhielt dafür die teuren Bücher geschenkt.

Bei einer großen Praxisvertretung der Internistin Dr.Krott- Kurzer an der Landsbergerstrasse in München machte ich bei 400 Patienten einen Doppel-Blindversuch mit Punkten, die garantiert keine Akupunkturpunkte waren. Ausnahmslos alle Patienten waren mit der Akupunktur sehr zufrieden und gaben keinerlei Unterschied zwischen den echten Akupunkturpunkten und Phantasiepunkten an. Die Persische Regierung schickte sogar einen Schwerkranken mit dem Flugzeug zu dieser „erfolgreichen Akupunktur“.

Natürlich habe ich niemals Geld für eine Akupunktur genommen.

Akupunktur ist keine Leistung, sondern geschieht wie ein Händedruck beim Vorbeigehen beim üblichen Arztkontakt. Die Patienten bleiben etwa 20 Minuten mit ihren meist 6 Nadeln in einem ruhigen Zimmer liegen oder sitzen. Ihre Nadeln kamen in ein sauberes Gefäß und wurden wieder verwendet. Später gab ich den Patienten stets ihre Nadeln mit, um sie selbst zu setzen.

Telefonisch am Giftnotruf oder in der Zentrale des Ärztlichen Notdienstes empfahl ich den Patienten Nähnadel aus zu kochen und selbst etwa 1mm in die Haut u stechen.

Akupunktur ist wie in China ein **kostenloses Hilfsmittel** für Laien zuhause, wenn sie Schmerzmittel einsparen wollen.

In hunderten Fällen konnte ich nachweisen, dass es keinerlei Wirkungsunterschied gibt zwischen dem Nadelstechen durch einen Arzt oder den Patienten selbst.

Akupunktur ist mit Sicherheit keine Leistung der Krankenkasse. Da gibt es viel Wichtigeres!

Erst sehr viel später erkannte ich, dass die Ursache der quälenden chronischen Schmerzzustände (auch bei Krebs!) Eiterherde im Kiefer waren, die nach örtlicher **Betäubung des vereiterten Zahnes** oft sehr lange aufhörten und stets zum Ziehen dieses Eiterzahnes geführt hatten, um völlig von dem **Schmerz befreit** zu werden.

Akupunktur selbst gemacht viel besser als Schmerzmittel

Schmerzmittel senken Endorphine

Akupunktur erhöht die Endorphine

Nach der Einnahme von Schmerzmitteln sind die körpereigenen Bekämpfungsmethoden von Schmerzen, die Endorphine, verringert und nach dem Nachlassen des Schmerzmittels ist der Schmerz viel unerträglicher als er vorher war. Daher müssen Patienten mit starken Schmerzen wie bei der Migräne oder Krebschmerzen sofort wieder ein Schmerzmittel nehmen. Die Gewöhnung und Abhängigkeit ist daher eine große Gefahr.

Die Akupunktur, die der Patient sofort selbst – an irgendeiner Körperstelle (Migräne-Stirne; Tumorschmerz-Bauch o.ä.)- setzt, erhöht den körpereigenen Endorphinspiegel und bekämpft damit den Schmerz nachhaltig. Wiederholte Akupunkturen reduzieren damit den Schmerz langfristig kontinuierlich.

Wichtig für das Schmerzgedächtnis ist, dass ein Schmerz möglichst sofort mit der eigenen Nadel bekämpft wird, denn ein Warten verstärkt den Schmerz.

(Auszug aus meiner neuen Biografie)

(2)

1969 Akupunktur hilft zur Überbrückung bis Hilfe kommt

Seit 1969 führte ich bei fast allen Patienten, die ich in Kliniken, Praxen oder Notarzdienst betreute, zusätzlich zur Schulmedizin Akupunktur durch. Ich verwendete sterile 12er Nadeln, die die Patienten dann selbst zogen und wegwarfen. Die Akupunkturpunkte waren exakt diejenigen der chinesischen Akupunktur.

Ergebnis:

- ausnahmslos alle Patienten fühlten sich besser,
- jeder wollte eine Wiederholung,

- objektivierbare Besserungen gab es nur bei ausschließlich psychischen Beschwerden,
- langfristig brauchte jeder eine schulmedizinische Behandlung,
- das „Gratis“ förderte enorm den Zulauf (Heilpraktiker verlangte 100 DM zur selben Zeit).

In einer Studie als Vertreter einer großen internistischen Praxis bewies ich, dass Nadeln an willkürlichen „Nicht-Akupunktur-Punkten“ völlig das gleiche gute Ergebnis brachten.

(Auszug aus meiner neuen Biografie)

(3)

1977 Alkoholkranker Geisterfahrer ruinierte meine Gesundheit

Am Johannistag 1977 machten wir an der Isar alljährlich ein Feuer mit allen Bekannten. Ein Fass Bier und Würstchen gehörten ebenso dazu, wie ein großes Feuer. Zur Vorbereitung lieferte ich an und holte die Mitfeiernden von der S-Bahn ab. Die letzte Fuhre wurde zum Verhängnis. Auf dem Dach waren hochgetürmt die alten Holz Zäune. Mein Beifahrer war der Fahrer meines Giftbusses, ein Beamter der Berufsfeuerwehr in München. Meine fünfjährige Tochter stand hinter mir im Fond. Hinten saß ein Freund und die fünfjährige Tochter seiner Partnerin.

Plötzlich kamen uns auf der Bergstraße mit Terpentin von Kloster Schäftlarn waghalsige Fahrer im Eiltempo halb auf unserer Spur entgegen. „Fahr langsam“ rief mein Beifahrer. Ich bremste vor der nächsten Bergkurve ab, rollte hinein. Plötzlich fuhr ein PKW auf meiner Spur entgegen, der Fahrer nestelte im Haar und sah in den Rückspiegel. Er hatte eine Biene im Haar, bei einer Allergie auf Bienen. Ich lenkte schnell meinen BMW 2002 ganz rechts in die Leitplanke zum Tal, schrie laut „Festhalten“. Dann krachte es fürchterlich. „Igl“- Rufen zum Verschränken der Hände im Nacken und Kinn auf die Brust, um einen Aufprall abzufedern, hatte ich mit meinen 4 Kindern oft geübt: Überlebenstaktik beim Zusammenstoß. Trotz der geringen Geschwindigkeit beider zusammen von etwa 50 km/h war der Aufprall enorm. Durch die Warnung bekamen alle nur blaue Flecken, mich traf der Zusammenstoß von der Seite.

Mein Unfallgegner war volltrunken und wie tot in seinem Fahrzeug eingeklemmt. Wir holten mein Brecheisen und befreiten ihn mühsam. „Er lebt“ war mein überraschender Aufschrei, als ich seine Halsschlagader tasten konnte. Oft durchgeführt holte mein Feuerwehrmann mit mir den Bewusstlosen aus dem Fahrzeug, wir betten ihn auf seinen herausgeschleuderten Rücksitz. Er hatte eine offene Schädelverletzung. Ich hielt das nächste Fahrzeug an, beauftragte es mit: „Sofort Rettungshubschrauber für „offenen Schädel“, Notarzt Dr. Dauderer vor Ort mit Erstversorgung“. Die nächsten bat ich sich oben bzw. unten quer auf die Straße zu stellen, damit der Hubschrauber landen kann.

Venenzugang, Plasmaexpander, Beatmung folgten. Die Polizei holte das Unfallkommando, da mit dem Tod fest gerechnet wurde.

Beide Autos waren Totalschaden.

Der Hubschrauber war in 7 Minuten da. Der Patient wurde gerettet und genas rasch.

Nun sah ich erst, wie knapp ich überlebt hatte.

Der Geisterfahrer hatte im Fond des Karavans neben dem leeren Bierfass (er wollte ein neues besorgen!) einen Wagenheber. Dieser schoss wie eine Kugel beim Zusammenstoß durch seine Windschutzscheibe in Richtung auf meinen Kopf. Vorher wurde er durch meine beim Zusammenstoß aufspringende Vorderhaube gebremst und fiel links von mir zum Boden.

Erfolgter Abtransport des Verletzten und Mitteilung des „Beinahe-Todes“ erlaubten dann bei mir den Schock. Leichenblass taumelte ich in meinen zerbeulten Autositz. Den Mitfahrern und meiner Tochter ging es ähnlich. Da meine Frau zuhause von dem „schweren Unfall in der Nähe“ gehört hatte, fuhr sie los. Da der Schäftlarn -Berg gesperrt war, wartete sie lange, ging dann zu Fuß und sah die Misere und brachte alle heim.

Konsequenzen:

1. Niemand geht die Ursache des Unfalls etwas an (Alkoholiker, schwere Vergiftung), sonst zahlen Versicherungen nicht (Hubschrauber, Krankenhaus, Kfz), man erspart sich schadenfrohe Kommentare.
2. Kein Arzt interessiert sich für die Ursachen, nur die Folgen.
3. Für die irreversible Zerstörung der Gesundheit gibt es nie eine adäquate Entschädigung (ich erhielt 2000 DM). Eine Klage wäre völlig sinnlos.
4. Die Spätfolgen eines solchen Unfalls sind fürchterlich: Wirbelbrüche am 4.Halswirbel, 12.Brustwirbel und 4.Lendenwirbel mit jeweils Bandscheibenvorfall, Rippenfrakturen durch den Haltegurt; kontinuierliche Verschlechterung, 20 Jahre später Berentung wegen Querschnittssymptomatik (54j). 30 Jahre später fürchterliche Schmerzen durch die drei Bandscheibenvorfälle.
5. Der Beinahe-Tod hinterlässt ein unendliches Gefühl der Dankbarkeit, das man allen Kranken weitergeben möchte, die Angst bleibt.
6. Als Toxikologe weiß man genau, dass man keine Schmerzmittel schlucken darf, wenn man nicht an der Sucht sterben will.

Mir half gegen die stärksten Schmerzen

1. Ziehen aller Zähne, Eiterbeseitigung, Besserung nach 10 Jahren erst signifikant.
2. Ablenkung mit viel Arbeit, die eine Konzentration erfordert.
- 3.Meine 14 Katzen, die die Tränen durch Schnurren zum Versiegen bringen.

Während meine Patienten immer meinen, dass es hilfreich sei, sich an dem Verursacher zu rächen, musste ich erfahren, dass eine Ablenkung und Konzentration auf etwas Gutes der eigenen Psyche viel besser tut und die Organschäden bessert. Die leicht eitrigen Zähne kamen alle heraus, da sie die Schmerzen verstärkten.

Zahnärzte sind – ausnahmslos – fehlgeleitete Schönheitschirurgen, die außer Schönheit und ihrem saftigen Preis dafür nichts kennen. Wären sie ehrlich, würden sie ohne viele Worte statt Amalgam Kunststoff verwenden.

Aber sie machen lieber aus Kassenpatienten Privatpatienten und nur diese werden giffrei versorgt. Die anderen werden mit Gift bestraft.

Nie mehr im Leben brauche ich einen Zahnarzt oder habe verstärkte Unfallschmerzen oder Zahnschmerzen!

Meine Goldvergiftung mit Allergie machte mich zum Arbeitstier, was ohne Eiter nicht tödlich ist (kein Infarkt). Die Unfallfolgen waren die Ursache für meinen Wechsel von der Klinik in die Praxis, meine Pensionierung im 54. Lebensjahr und meine heutigen Schmerzen.

Jede Umweltvergiftung führt zu ähnlichen Folgen wie ein Unfall.

Die Maßnahmen danach sind identisch:

Keine Entgiftung, sondern mit den Folgen versuchen zu leben

Für meine Psyche und meinen Lebenswillen habe ich nie über den Unfall oder den Täter gesprochen, sondern nur über die Tricks, wie man die Folgen überleben kann.

Tausenden haben diese Tipps bis zu ihrem Tod geholfen:

Für Kranke gibt es nichts besseres, als einen Arzt, der ihnen vormacht, wie man mit Unfällen und Krankheiten fertig wird

(Auszug aus meiner neuen Biografie)

(4)

Auszeit wichtig zum weiterleben

Der moderne Industriemensch braucht regelmäßig seine Auszeit zur Erholung und zum Kräftetanken.

Insbesondere der durch Umweltgifte Nervenranke braucht dies.

Wer diese Auszeit nicht rechtzeitig nimmt, dekompenziert.

Nach besonderen Ereignissen wird dies besonders augenfällig.

Auszeit ist:

- Schlafen
- gut essen

- Buch lesen
- Sport
- Gruppe
- lieben
- Urlaub
- Entspannungstraining
- Musik selbst ausführen
- nur eine Kanne Johanniskraut-Tee

Fernsehen und Bier trinken gehören nicht zur erholsamen Auszeit.

Wer die Notwendigkeit seiner Auszeit übersieht, stürzt in Befindlichkeitsstörungen mit Reizung aller Organe wie Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Schlaflosigkeit, Depression.

Wem Befindlichkeitsstörungen noch nicht Anlass für eine sofortige Auszeit sind, der stürzt in heftige Organstörungen.

Wer nun glaubt, ein Organspezialist hilft ihm aus seiner Störung der Lebensuhr, der irrt.

Der Hausarzt oder Kinderarzt mit Ganzheitlicher Medizin doktert nun nicht am Symptom herum, sondern rät zur **Persönlichen Methode der Auszeit**.

Wer selbst diese Auszeit nicht mehr organisieren kann, der ging früher mit irgendeinem Vorwand in die Klinik und ließ sich dort beruhigen.

Kranke, die sich in einen bedrohlichen Zustand mit der Gefährdung von sich und ihrer Umwelt fallen ließen und keinen Rückweg mehr fanden, erfahren ihre Auszeit

- durch eine **Beruhigungsspritze (Valium) vom Notarzt** oder
- in schwersten Fällen durch mehrere Beruhigungsspritzen in der Psychiatrie bei fehlender Einsicht.

Erfahrungsgemäß finden nur diejenigen wieder in ihr Leben zurück, die schnellstens wieder ihre persönliche Auszeit finden.

Schwäche

(1)

s. Asthma

Sinusitis

(1)

Selbsthilfe in diesem Fall zu schwierig! mit? ohne Fieber, gewerblich/Hobby, familiär/rezidivierend u.v.a!! Allergene nicht einatmen, Staubinhalation!

Sodbrennen

(1)

s. Magenbeschwerden

(2)

Sodbrennen Verursacher Zahn 36 niemals Natron

Frage:

Lieber Herr Dr. Dauderer,
liebes Toxcenter Team,

vielen, vielen Dank für Eure Hilfe auf der Webseite www.toxcenter.de.
Ohne Eure Hilfe hätte ich nicht damit begonnen, meinen 36er Zahn zu ziehen.
Jetzt geht es mir schon sehr gut.
Mein einziges Problem:
Leider ist mein Magen nur noch manchmal zu sauer,
so dass ich meist täglich 5-10g Natron einnehme.
Es würde mich interessieren, ob ihr hierzu auch eine Lösungsidee habt.

Antwort:

Stopp !!

Niemals Natron! Das führt zur Gegenregulation und Übersäuerung!

Wenn (meist nicht sinnvoll!)*, dann nur **magensaftresistent**
Natriumhydrogencarbonat: [BicaNorm](#)

*Anwendung so selten wie möglich. Durch die Reizung des unteren Darms durch die alkalisierende Substanz kann es bei wiederholter Anwendung Durchfälle auslösen.
Bei Kaliummangel nur ein bis zweimal.

[2011 Nierenschädigung Geheimtipp Natriumbikarbonat dünndarmlöslich](#)

Wie nach jeder Eiterentfernung wird alles die ersten 1 bis 3 Jahre schlimmer. Wichtig ist es keinen Firlefanz („ausleiten“, Algen, Vitamine, Selen, DMPS-Kapseln u.v.m.) zu machen, sondern die persönlichen Allergene strikt zu meiden und

die Besserung abzuwarten.

(3)

Natron im Haushalt

"Natron" ist die einzige (und schädliche) Wirksubstanz aller alkalisierenden Pülverchen:
Natriumhydrogencarbonat,

Natriumbikarbonat,
Di-Natriumhydrogenphosphat.

Eine Alkalisierung des Magens führt sofort zu einer überschießenden Produktion der extrem sauren Magensäure (pH 2) und wird damit sofort neutralisiert.
Beides reizt die Magenschleimhaut unsinnig.

Die beste Alkalisierung wird erreicht durch Leitungswasser in ausreichender Menge (kein Sprudel!) oder durch Gurken, Tomaten u.ä.
s. "Alkalisierung"

Barbituratvergiftete, die genügend Infusionen erhielten, aber nicht Wasser lassen können, erhalten eine alkalisierende Infusion (250 ml 1 molares Natriumbikarbonat)-
so wie viele andere akute Vergiftungen.

Dadurch kommt die Nierenfunktion in Gang und Barbiturat wird 100 fach höher über den Urin ausgeschieden.

Chronisch Vergiftete bemerken ihre Nierenschwäche durch saure Stoffwechselprodukte erst, wenn sie viel trinken und kaum Wasserlassen können.

Eine Alkalisierung durch Kefir, frische Gurken, Möhren- oder Gemüsesaft oder Obstsäfte behebt diesen Umstand, regt die Niere an und belebt den Organismus.

Notfallmäßig kann man eine magensaftunlösliche Natriumbikarbonat-Tabl. mit 1 g schlucken lassen. Das ist aber wesentlich ungesünder und reizt den Darm zu Durchfall. Einfaches Natron ist eher gefährlich, denn es führt zur Gegenregulation und der Magen produziert mehr Salzsäure. Dies führt zur Übersäuerung.

Sterbeprozess

(1)

2011 Sterbebegleitung als Zeichen des Danks und der Liebe

Hilflos muss ich zusehen, wie der böse Keim [Chlostridium perfringens](#) und intensive Therapieschritte der Reihe nach alle meine lieben Katzen und Wegbegleiter schmerzlos dahinrafft.

Seit Weihnachten ist das TOX CENTER ein Sterbehaus. Einer nach dem anderen ist an der Reihe. Ein Ende ist nicht abzusehen.

Am 19.7.00 starb Schnecki, unser Naturbursche, am 8.9. wurde Fuchsi durch einen Klinikaufenthalt vorübergehend gebessert, am 10. Oktober 2010 starb die „Urmutter Lisa“ im Alter von 13 Jahren. Bis zum Tod am 20.1.2011 kämpfte ihr Enkel Sascha um jede Minute, Harty liegt im Arm am Computer und sieht mich verzweifelt an. Außenrum liegen andere mit geschwollenen Nieren, apathisch und traurig.

[2009 Dreizehn Mitarbeiter beim Toxikologen Max \[PDF; 9,7 MB\]](#)

Der Tod ist der strenge Wegbegleiter jedes Arztes. Seiner Existenz verdankt der Arzt jedoch seinen Wissensdurst und die Ernsthaftigkeit zum Handeln.

Als kleiner Bub war ich mit meinem Vater in Krün bei Mittenwald in Urlaub. Vater wurde zu einem Notfall ins Nachbarhaus gerufen und nahm mich wie immer als Arzt zu Hausbesuchen mit. Die Frau war sehr krank, hatte einen Schlaganfall und atmete oberflächlich. Ins Krankenhaus kamen nach dem Krieg nur sehr wenige, niemals Hoffnungslose. Vater sagte den Angehörigen, dass die Kranke sterben müsse. Alle Nachbarn kamen der Reihe nach, jeder half irgendetwas. Die Herzlichkeit und Selbstverständlichkeit gehörte damals zur bayerischen Volksseele. Nicht Trauer, sondern gegenseitige Hilfe war dominierend beim Sterben. Die alten Frauen beteten, die Männer machten Feuer und diskutierten, wie es weiter geht. Der Pfarrer drückte ihre Augen zu und stellte Kerzen auf. Die Kinder waren alle leise, niemand hatte Angst. Sterben galt als etwas ganz natürliches. Alle waren sehr lieb zu mir, trugen mir viele Fragen auf, die ich später Vater fragen sollte. Es entstand ein herzlicher Kontakt mit Wildfremden. Dies ging drei Tage so. Meinem Vater war zwar der Dreitagesurlaub verdorben, aber er ertrug es mit Würde. Er war erst aus der Kriegsgefangenschaft heim gekommen und hatte gehofft, einige Zeit kein Sterben mehr erleben zu müssen.

Der Tod war danach lange Zeit unser gemeinsames Gesprächsthema. Vater, dessen bester Freund Federl Krankenhauspfarrer wurde, hatte in seiner Kindheit viel „Pfarrer gespielt“ und packte alles von der religiösen Seite an, während Mutter stets die intellektuellen Argumente ins Spiel brachte. Beides zusammen ergab ein stabiles Weltbild. Beide Aspekte zusammen waren mir sehr viel wert.

Da ich kein Taschengeld bekam verdiente ich als junger Medizinstudent mein Geld bei Sitzwachen Sterbender. Meine Vorkenntnisse durch Vater mit EKG und Wiederbelebung waren besonders bei Privatpatienten hoch gefragt. 1960 war ich damit der einzige Student in München. Meine Sitzwachen waren sehr gefragt.

Für eine ganze Nacht bekam ich 20 DM. Dies erhielt ich jedoch nur, wenn der Patient die ganze Nacht am Leben blieb, sonst weniger. Es war die Kunst, ihn am Leben zu erhalten. So lernte ich, was Sterbenden gut tat. Von Ärzten hörte ich, was ihnen den schnellen Tod brachte. Niemals starb ein Kranker während meines Dienstes. Die anderen Studenten beneideten mich.

Natürlich lernte ich viele Tricks. Unruhig waren stets diejenigen, deren Gehirn zuwenig Sauerstoff bekam. Schlaf-, Beruhigungs- und Schmerzmittel reduzierten die Herzkraft und damit das Überleben. Eine Tasse Kaffee gab den Kranken Kraft, Energie und Überlebenskraft. Die Kranken redeten danach viel mit mir. So kochte ich Unruhigen oder Schmerzpatienten Kaffee, das beruhigte viel besser als Morphium und hielt sie zudem am Leben.

Meiner Mutter flösste ich als sie nach einem Sturz im 92. Lebensjahr tief im Koma war über die Magensonde etwas Kaffee ein, was ihr enorm gut tat, sie lächelte froh.

Die Gespräche mit den Sterbenden waren für beide sehr wichtig. Ich fragte, was sie jetzt bewegt, was sie sich jetzt wünschen, worüber sie im Leben stolz waren, was sie Angehörigen noch sagen wollen. Dies schrieb ich auf und legte es hin. Dadurch wurden alle ruhig. Komatösen erzählte ich etwas vom Tage, oft sang ich leise eine Arie aus der Oper.

Stets achtete ich darauf, dass der Mund stets feucht blieb trotz Sauerstoff und offenem Mund. Als Sitzwache musste ein eng bepacktes Programm durchgeführt werden. Daneben blieb jedoch viel Zeit zum unterhalten. Die Kranken waren froh, mit jemand reden zu können, der nicht ständig weint und viele Fragen beantworten kann.

Ich erfuhr, dass Sterbende unglücklich sind, dass sie mit ihren Angehörigen nie über den Tod reden können. Sie wurden ständig getröstet mit „das wird schon wieder“ oder „Du wirst bald wieder gesund“ – obwohl dies offensichtliche Lügen waren. Die Sterbenden fühlten sich völlig allein gelassen und abgeschoben.

Natürlich wurde bei der Übergabe des Falles exakt besprochen, dass medizinisch keinerlei Hoffnung mehr bestand, es keine Lebensverlängerung gab.

Oft hielt ich die Hand des Sterbenden, um den letzten Weg gemeinsam zu gehen. Sogar im Koma erfolgte oft ein Gegendruck, wenn ich Schönes erzählte.

Natürlich brannte stets schwaches Licht und es war ruhig.

Wo es ging versuchte ich Angehörige zu kontaktieren.

Nach meiner Klinik­tätigkeit führten mich wieder Sterbende in das Reich der Dankbarkeit zu Leben. Eine Siebenjährige Leukämie­kranke bat zunächst um Zytostatikaspritzen zuhause, da sie „keine“ Venen mehr hatte und ich durch meinen Goldbedingten „Handzitterer“ gewohnt war, sehr langsam und exakt zu spritzen, es tat überhaupt nicht weh, dauerte nur sehr lange. Dann half ihr nichts mehr, sie sollte sterben. Ihr Vater hatte sich abgesetzt, die Mutter war verzweifelt. Das Kind wollte nicht in der Klinik sterben. Ich besuchte sie täglich ganz in der Nähe. Die Kasse zahlte etwas. Die Gespräche wurden immer länger, die Gesundheitsprobleme immer größer. Drei Monate dauerte der Todeskampf. Die Dankbarkeit der Kleinen

entschädigte für alles. Danach trat eine ungeheuere Leere ein. Mein Sohn Peter, mein späterer Lebensretter, der mich auf der Strasse erfolgreich reanimiert und defibrilliert hatte, bat als Jugendlicher für den Opa seines besten Freundes, bei dem gerade das Endstadium eines Lungenkrebses durch Rauchen diagnostiziert wurde, ihm zu helfen, dass er das Sterben zuhause machen dürfe. Auch dies dauerte wieder drei Monate. Zuletzt übernachtete ich bei ihm im Ehebett, da er trotz seiner Morphium Infusion nachts zweistündlich Schmerzen hatte und ständig um einen Besuch bat. Er wohnte weit weg von mir. Morphiumpflaster gab es 1981 noch nicht. Die lebensbejahenden Gespräche des tapferen alten Mannes trösteten mich über alle Mühen hinweg.

Nach meinem vierten von fünf Herzstillständen durch Herzinfarkt 2009 freute ich mich riesig als ich meinen Sohn Peter und einen seiner Brüder nach meiner erneuten Reanimation sah, sie drückten mir schnell das Foto meiner (jetzt todkranken) Lieblingskatze Harty in die Hand, was mir einen ungeheueren Energieschub brachte. Kleinigkeiten können in einer solchen Situation oft Berge versetzen.

Glücklich sind diejenigen, die im Kreise ihrer Lieben abtreten dürfen. Alle sterbenden Katzen verziehen sich stets in die Abgelegenheit. Wenn man sie daraus holt, sind sie jedoch überschwänglich glücklich und teilen mit ihrer Bezugsperson ihr Leid. Mein Kater Sascha hatte sein Sterbelager im Schrank verlassen und wartete in meinem Bett auf mich. Das hat er in den letzten Jahren nicht mehr gemacht. Stets war er nachts eng an seine Schwester Sara geschmiegt und küsste sie in den Schlaf. Diese schläft nun auf dem warmen Computer und ist gereizt und traurig.

Sterbebegleitung bekommen nur die zu Lebzeiten Geschätzten, die anderen kommen in Einrichtungen, Tiere werden eingeschläfert. Wie man mit seinen Haustieren umgeht (Chemienahrung, Einschläfern), so geht man später auch mit seinen Mitmenschen um. Der Umgang mit Sterbenden ist ein Abbild dafür, wie man grundsätzlich Geschöpfe achtet.

Wer sein Leben lang sozial war, wird von den Seinen auch herzlich in den Tod begleitet, ein Weg findet sich immer. Jedermann sollte stets daran denken, wie es mit ihm im Alter weitergeht. Da die globale [BSE Vergiftung](#) Millionen Ältere nach Ablauf ihrer Latenzzeit von 30-50 Jahren dahinrafft, die zwar lapidar als „Alzheimer“ abgetan werden, kommt noch eine ungeheuere Welle von langsam Sterbenden auf uns zu. Es ist eine Herausforderung:

„Alles, was ihr wollt, das man euch tut, das tut auch eurem Nächsten!“

Stoffwechselstörung

(1)

s. Asthma

Verstauchungen

(1)

s. Rheuma

Wunden infizierte

(1)

Wasserstoffperoxidsalbe zur Wundreinigung

Der grosse Renner in der „alten DDR“ war die spottbillige Salbe mit 3% Wasserstoffperoxid bei nässenden, infizierten Wunden, dem Ulcus cruris und kleinen brandwunden. Zahlreiche Zahnärzte stopften sie in Eiterhöhlen nach Zahnextraktionen.

Heute muss man sie sich in der Apotheke herstellen lassen, sie ist zu billig für unsere gewunträchtigen Arzneimittelfirmen.

Nachwort

2012 Eiterfreies Kiefer Voraussetzung für ein frohes Alter

Als ich Diensthabender Theaterarzt im Münchner Gärtnertheater zur Festvorstellung der 75. Geburtstagsfeier von Johannes Heesters war, erfuhr ich von seinem Betreuer, dass die geistige und körperliche Frische nur dadurch gewährleistet sei, dass er alle seine Eiterzähne vor Jahrzehnten ziehen ließ und danach wie umgewandelt und unternehmungslustig war. Mein Vater erzählte mir an diesem Abend mit Tränen in den Augen, dass Heesters immer sein Vorbild für Disziplin und Arbeitseifer und Berufsfreude gewesen sei. Danach hatte ich Heesters aufmerksam beobachtet und kam aus dem Staunen nicht heraus. Viele Schlappen und Lebensuntüchtigen ermunterte ich mit Heesters.

Heesters bleibt uns allen ein Vorbild, wie man

1. Zahnlos erfolgreich durchs Leben gehen kann
2. Fleißige bis ans Ende ihrer Tage glücklich mit ihrem Beruf leben können.

So wie Johannes Heesters will ich auch bis zum letzten Atemzug meinem dankbaren, die Menschen erfreuenden Beruf dienen. Keine Sekunde will ich ans Aufhören denken.

Es muss mir der liebe Gott den Schreibstift/Computer zwangsweise aus der Hand nehmen!