



## Die Colon-Hydro-Therapie

**Mit der Colon-Hydro-Therapie wird der Dickdarm (Colon) mit einer sanften Infusion von gefiltertem Wasser unterschiedlicher Temperatur gespült. Es ist eine moderne und effektivere Form des Einlaufs oder Klysmas und stellt eine natürlich Lösung für Probleme dar, die durch eine veränderte oder krankhafte Funktion des Darmes entstehen können.**

### Der Darm ist ein Zentralorgan.

Der Darm ist ein Zentralorgan für wichtige Stoffwechselvorgänge und hat den größten Anteil unseres Immunsystems (ca. 70%!!) des lymphatischen Gewebes finden sich in der Darmwand. Eine gute Darmfunktion ist sehr wesentlich für unsere Gesundheit und Vitalität. Von seiner ungestörten Funktion hängt die Gesundheit und die einwandfreie Funktion mancher Organe ab.

Eine alte Volksweisheit besagt: „Der Tod sitzt im Darm“. Ein gesunder Darm bildet die natürliche Grundlage für einen gesunden Körper. Über gesunde Ernährung und Diäten wird viel gesprochen, die Wichtigkeit und Funktion des Darmes aber gern dabei vergessen. Der Darm ist mit seiner großen Oberfläche und seiner distinkten Flora, seinem Immunsystem nicht nur für die Aufnahme und Bildung von Nährstoffen, sondern auch für die Eliminierung von Stoffwechselendprodukten verantwortlich.

Für die ungestörte Funktion des Darmes mit seiner über 300 m<sup>2</sup> großen Oberfläche sind die Mikroorganismen lebensnotwendig, deren Zahl zehnmal höher ist als die Zahl unserer Körperzellen.

Ist das harmonische Gleichgewicht zwischen Darm und seiner Bakterienflora und damit die Symbiose zwischen Wirt und Bakterienwelt gestört, kommt es zu einer Fehlbesiedlung des Darms und damit zu

einer fatalen Dysbiose. Denn dann können Bakterien den Darm besiedeln, die sich dort normalerweise nicht befinden und zu Befindlichkeitsstörungen und Krankheiten Anlass geben.

So können jetzt verschiedene Giftstoffe (Endotoxine) gebildet werden und nicht mehr richtig abgebaut und ausgeschieden werden. Die Folge ist, dass Stoffwechselaktivitäten erlahmen und das Abwehrsystem geschädigt wird.

**Die moderne Ernährung, die überwiegend aus raffinierten, denaturierten und chemisch bearbeiteten Lebensmitteln besteht, leistet einen großen Beitrag zur allgemeinen Darmproblematik.**

**Haben Sie gewusst, dass unser Brot ca. 200 chemische Hilfsstoffe enthält und wir bei einem durchschnittlichem Brotkonsum davon 3 bis 4 kg jährlich aufnehmen?**

Da unsere Nahrung darüber hinaus reich an Fetten und arm an Ballaststoffen ist, trägt auch dies dazu bei, die Darmprobleme noch zu verstärken. Auch schlechtes Kauen sowie die Einnahme von chemischen Medikamenten (z.B. Antibiotika usw.) verändern die Darmflora langsam, aber sicher bzw. ruinieren sie.

Die Darmschleimhaut wird geschädigt, sie wird an einigen Stellen porös, wir sprechen vom „Leaky Gut Syndrom“. Nahrungsbestandteile, Giftstoffe und Stoffwechselendprodukte, die ausgeschieden werden sollten, können jetzt in den Körper und in die Blutbahn eindringen. Dies kann mit einer Nahrungsmittelunverträglichkeit, aber auch mit Allergien, so wie chronisch entzündlichen Darmerkrankungen einhergehen.

Die im Körper abgelegten „Schlacken“ oder Stoffwechselendprodukte belasten unser Binde- und Stützgewebe und das Immunsystem. Der Organismus ist dauerhaft belastet und befindet sich in einem permanenten unterschwelligem Vergiftungszustand.

## Die Folge hiervon kann sein:

- Abwehrschwäche / chronische Infekte der Atemwege (Nasennebenhöhlen, Bronchien) und des Unterleibes
- Hautprobleme wie Neurodermitis, Psoriasis (Schuppenflechte) und Akne
- Kopfschmerzen und Migräne
- chronische Gelenkbeschwerden
- Vitalitätsverlust, Depressionen und Angstzustände
- Pilzinfektionen des Darmtraktes und des gynäkologischen Bereiches
- Divertikulose (Ausstülpungen der Darmschleimhaut wegen erlahmter Darmmuskulatur und Krebs

## Die Ausscheidung unverdaulicher Nahrungsmittel und Abfallstoffe ist also genau so wichtig wie eine gute Aufnahme der Nahrungsmittel.

Die Colon-Hydro-Therapie hat das Ziel, abgelagertes Stuhlmaterial aus den Darmtaschen zu lösen und die Darmschleimhaut von eingekrusteten Substanzen zu befreien und damit die Leber zu entlasten, denn diese muss immer wieder die aufgenommen Gifte über den sog. entero-hepatischen Kreislauf entgiften.

Durch Colon-Hydro-Therapie wird die Darmpassage erhöht und damit auch der Dünndarm entlastet. Das Wasser entzieht den Darmwänden aufgrund seines geringeren osmotischen Druckes weitere belastende Stoffe. Man kann die Colon-Hydro-Therapie mit der Wirkung eines milden Abführmittels vergleichen, nur ohne deren Nebenwirkung. Der Erfolg der Colon-Hydro-Therapie misst sich nicht an der gelösten Stuhlmenge, sondern daran, wie sie die Leber entlastet und die Funktion des Darmes wieder herstellt.

Mit dieser Therapie wird bei richtiger Anwendung eine Entgiftung, eine gründliche Entschlackung und Wiederbelebung der normalen Darmfunktion sowie des Immunsystems erreicht.

## Therapieablauf.

Während der Therapie liegt der Patient in Rückenlage auf einer speziellen Behandlungsliege. Aus dem Colon-Hydro-Therapiegerät fließt durch ein eingeführtes weiches Rohr ähnlich einem Rectoskop Wasser in den Dickdarm und anschliessend durch ein beleuchtetes Sichtrohr wieder zurück in den Abfluss.

Das zugeführte Wasser hat Körpertemperatur. Bei 37 Grad löst sich die verkrampfte Darmmuskulatur. So können z.B. durch Spasmen (Verkrampfungen) verengten Darmabschnitte sich weitstellen, dadurch wird eine Passage leichter und die allgemeine Funktion verbessert.

Verwendet man kühleres Wasser, z.B. von 28 Grad, lässt dies die Muskulatur auf natürliche Weise kontrahieren und anschließend reflektorisch erweitern, bei gleichzeitiger Steigerung der Durchblutung der Darmmuskulatur.

Dadurch erhält der Darm neue Spannkraft. Röntgenologisch konnte z.B. nachgewiesen werden, dass durch eine Behandlungsserie mit der Colon-Hydro-Therapie schlaffe und durchhängende Därme in gekräftigte und wesentlich robustere verwandelt werden konnten, d.h. die meist träge Peristaltik Darmmuskulatur konnte erheblich verbessert werden.

**Mit diesem Verfahren wurde erstmals in der Geschichte der Naturheilverfahren die Wirkung eines Wasser-Temperatur-Reizes nicht von der Hautoberfläche, sondern von der inneren Darmoberfläche her ausgelöst.**

Diese „Kneipp-Therapie“ vom Darm her läuft im Gegensatz zu einem Einlauf in einem geschlossenen System ab. Der einfließende Wasserstrom kann zentimetergenau auf bestimmte Bereiche des Dickdarms gerichtet, beziehungsweise dort verstärkt werden.

Durch eine feine und gezielte Massage der Bauchdecke kann ein erfahrener Therapeut das Wasser gezielt an bestimmte Problemzonen heranführen. Weil mit niedrigem Druck pro Therapie gearbeitet wird, treten selten Krampferscheinungen auf. Darminhalt und Wasser fließen während der Anwendung ohne Geruchsbelästigungen in den Abfluss.

Während der 50-minütigen Therapiedauer fließen etwa 30 Liter Wasser in und aus dem Dickdarm, was eine gründliche und gezielte Reinigung garantiert.

Durch die Verwendung von Einwegmaterial für jeden Patienten und die Desinfektion des Gerätes nach jeder Therapie wird allen Hygieneansprüchen Rechnung getragen. Kontaminationen (Verunreinigungen) durch vorhergehende Behandlungen sind somit ausgeschlossen.

Falls indiziert, kann während der letzten Behandlungsminuten das Spülwasser mit Ozon angereichert werden, um einen spezifischen Immunreiz auszulösen oder auch pathogene Keime oder Pilze zu bekämpfen. Auch Lebertran oder Omega-3 Fette können verwendet werden, z.B. bei schweren Entzündungen.

Oft werden wir gefragt, ob mit einem Einlauf nicht die gleiche Wirkung erzielt werden kann. Bei einem Einlauf wird in der Regel nur 1 Liter Wasser benützt, womit lediglich der letzte Abschnitt des Dickdarms (das Rektum) erreicht werden kann. Das Wasser muss dort von der Muskulatur gehalten werden, wodurch krampfartige Schmerzen auftreten können. Für

die Entleerung muss die Toilette aufgesucht werden. Eine Alternative kann ein Kaffee-Einlauf sein (siehe hierzu Kaffee-Einlauf).

Normalerweise werden 6 bis 10 Sitzungen (im Idealfall zwei- bis dreimal wöchentlich) durchgeführt. Die Kosten werden im Rahmen der Zusatzversicherung für Komplementärmedizin von der Krankenkasse größtenteils übernommen.

### Begleitmassnahmen.

Für die Zeit der Colon-Hydrotherapie empfehlen wir Ihnen, eine möglichst entgiftungsunterstützende Ernährung einzuhalten. Ein entsprechendes Merkblatt erhalten Sie von uns bei Therapiebeginn.

Durch die isopathischen Mittel Fortakehl und Pefra-kehl gelingt es, den Aufbau einer gesunden Darmflora zu fördern. Diese Mittel erhalten Sie nach Therapieende für die Einnahme von drei Wochen.



Dr. med. Friedrich R. Douwes  
Ärztlicher Direktor der Klinik St. Georg

