

Frau H.R. aus O. meint:

31



Seit ich wieder gut schlafe, bin ich wieder gelassener und habe nebenbei noch an Gewicht abgenommen.»

Die Stoffwechsel-Systeme

Damit alle Zellen und alle Mitochondrien wieder optimal versorgt werden, muss der folgerichtige Ablauf der Stoffwechsel-Systeme funktionieren. Deshalb erläutere ich dir die Systeme und ihre Funktionsweise.

a) Darmstoffwechsel-System

Stress wirkt meistens über das vegetative Nervensystem und schwächt zuerst den Verdauungstrakt. Alles was du zu dir nimmst, wird im Verdauungstrakt auf die molekulare Größe zerkleinert, damit es von den Lymphen und später vom Blut aufgenommen werden kann. Die phytotherapeutischen Stoffwechselprodukte (pflanzlich) werden, wie alle Nahrungsmittel, verkleinert und deren Wirkstoffe aufgenommen. Nur die orthomolekularen (körpereigen) Stoffwechselprodukte passieren direkt die Darmwand. Sie werden vom Körper erkannt und aufgenommen, weil sie passgenau für den Mikrostoffwechsel in den Zellen geeignet sind. Der ganze Verdauungstrakt sowie der Vorgang des Makrostoffwechsels sind abhängig von der Gesamtheit der Darmbakterien (Mikrobiom). Je mehr verschiedene gute Darmbakterien-Familien den Darm besiedeln, je besser ist der Stoffwechsel. Deshalb solltest du, nebst den gesunden Drogen, möglichst abwechslungsreich essen. Das Immunsystem arbeitet zu ca. 80% im Darm, weil bei über 300 Quadratmeter Fläche, der größte Kontakt zur Außenwelt besteht. Die Darmwand ist eine wichtige Barriere, die verhindert, dass keine körperfremden Stoffe ins Blut gelangen. An der Darmwand wird laufend entschieden, welche Stoffwechselprodukte vom Körper aufgenommen und welche wieder ausgeschieden werden. Deshalb ist die Pflege der Darmwand so wichtig.

Die Stoffwechsel-Komplexmittel sind so konzipiert, dass sie den Magen und dessen Säurequalität und die gesamten Magen-/Darmschleimhäute

sowie die Darmbarriere unterstützen. Zudem helfen sie direkt beim Aufbau von positiven Darmbakterien und des Mikrobioms. Schon Paracelsus wusste: «Der Tod sitzt im Darm» oder Hippokrates (300 v. Chr.) formulierte es etwas freundlicher: «Der gesunde Darm ist die Wurzel aller Gesundheit.»

b) Blut-Stoffwechsel-System

Das Blut ist der Saft des Lebens. Das Blut leidet sehr schnell unter Stress. Alle deine Regulations-Systeme, insbesondere dein Gehirn, sind darauf ausgerichtet, dass dein Blut stabil bleibt. Dein Immunsystem ist darauf ausgerichtet, das Blut so sauber wie möglich zu halten. Auch wenn der Körper übersäuert ist, ist das Blut meistens noch stabil. Dafür entstehen besonders im Bindegewebe Schlacken, weil die Säure statt ins Blut, ins Bindegewebe eingelagert wird. Und durch diese Verschlackungen entstehen oft unterschwellige oder sogar messbare Entzündungen und in der Folge Schmerzen.

Die Stoffwechsel-Komplexmittel sind so konzipiert, dass sie das Immunsystem überall dort unterstützen, wo das Blut von fremden Substanzen angegriffen wird. Zudem helfen sie die Durchblutung, den Blut-Stoffwechsel und insbesondere den Zucker-Stoffwechsel stabil zu halten. Ebenso wird das Bindegewebe unterstützt.

c) Leber-Stoffwechsel-System

Die Leber ist der Chef des Stoffwechselsystems. Sie ist robust, verzeiht viel und ist das einzige Organ, das sich regenerieren und sogar nachwachsen kann. Trotzdem leidet die Leber immer öfter unter Stress, weil immer mehr Umweltgifte auf sie zukommen und sie Höchstleistungen erbringen muss. Bei einer Entgiftung werden alle verbrauchten Stoffe, die im Blut zirkulieren, grobstofflich abgebaut. über die Galle zum Darm befördert und dann ausgeschieden. Der anabole Aufbau, wie auch der katabole Abbau der einzelnen Moleküle wird von der Leber überwacht. Zudem muss die Leber alle wasserlöslichen Gifte und Schlacken verpacken, damit diese von der Niere ausgeschieden werden können.

Die Stoffwechsel-Komplexmittel sind so konzipiert, dass sie die Leber antioxidativ unterstützen, damit die Entsorgung der Schlacken und Gifte reibungslos abläuft. Zudem helfen sie, alle drei Stoffwechsel energetisch hoch zu halten.

d) Nieren-Stoffwechsel-System

Der Wasserstoffwechsel ist Chefsache der Nieren. Die Nieren sind sehr empfindlich. Sie müssen einerseits alle wasserlöslichen Gifte und Schlacken ausscheiden und gleichzeitig auch entscheiden, welche Stoffe wieder resorbiert werden sollen. Die Nieren müssen die Fließgeschwindigkeit der Lymphe und des Blutes regeln und halten. Das Wasser im Blut und in der Lymphe ist der Feintransportweg für den An- und Abtransport aller Stoffe zu den Zellen. Die optimale Funktion dieser wichtigen Versorgungslinie der Zellen ist für die Zellgesundheit enorm wichtig. Besonders die Haut, als das äußerste Organ, ist von einer gut funktionierenden Niere abhängig. Ganz besonders spüren die Nebennieren den anhaltenden Stress. Sie sind wichtig, weil sie für die Mineralien und den Aufbau der Hormone, besonders für das Cortison, zuständig sind.

Diese Stoffwechsel-Komplexmittel sind so konzipiert, dass sie die Nieren sowohl antioxidativ als auch energetisch unterstützen. Zudem helfen Sie bei der Regulation der Venen und Arterien sowie bei der Feinversorgung des Bindegewebes und der Haut. Sie unterstützen auch die Nebennieren.

e) Gehirn- und Schilddrüsen-Stoffwechsel-System

Das Gehirn ist die Zentrale aller Informationen des Nerven- und Hormonstoffwechsels. Besonders die Hormon-Organen im Gehirn sind stressempfindlich. Alle körperlichen Informationen werden im Gehirn gemessen, analysiert und dementsprechend verarbeitet und eventuell korrigiert. Es gibt praktisch keine Information im Körper, die das Gehirn nicht überwacht. Das Gehirn ist einerseits durch den Knochen nach außen und andererseits durch die spezielle Blutbarriere (Bluthirnschranke) innen gut geschützt. Der Knochen schützt vor Strahlen und Schlägen,