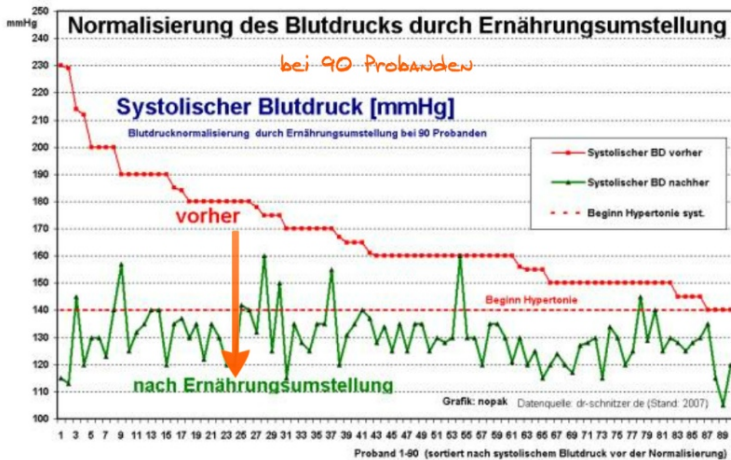


FAQ

Fragen und Antworten zum: BLUTHOCHDRUCK

Bluthochdruck ist keine schicksalhafte oder lebenslängliche Krankheit, sondern i.d.R. nur ein Symptom unserer "zivilisierten Fehlernährung"



© B. Paul

17. November 2012

Eine Seite von: soggesund.funpic.de

WEISHEITEN:

**Des Menschen Mund ist sein Heiler oder Henker
oder
Der Mensch ist was er isst.**

**Lass dein Lebensmittel Heilmittel
und dein Heilmittel Lebensmittel sein.
HIPPOKRATES.**

**Es gilt die Ursache der Krankheit herauszufinden,
und nicht nur die Symptome zu behandeln
Dr. JOACHIM MUTTER**

**Die bisherigen Gesundheitssysteme zeigen uns, dass es keinen Sinn macht,
die Verantwortung für den Körper beim Therapeuten abzugeben und
chemische Mittel zu schlucken, damit wir schnell wieder gesund werden. Wir
vergiften und degenerieren so immer mehr.
E.S. SCHELLER**

**Gegenstand der Medizin ist es Krankheiten zu verhüten
und das Leben zu verlängern;
das Ideal der Medizin ist es,
die Notwendigkeit des Arztes zu beseitigen.
DR. WILLIAM J. MAYO,
(Gründer der weltberühmten Mayo-Klinik)**

**Es gibt 3 Typen von Menschen:
- die, die sehen.
- die, die sehen, wenn man ihnen zeigt
- und die, die nicht sehen
4ter Typ: die, die es nicht sehen wollen.
LEONARDO DA VINCI**

**Ärzte wurden früher in China nur bei Erfolg bezahlt.
Geblieden ist in unserer Zeit meist nur das Bezahlen.**

Inhaltsverzeichnis

1.1	EINLEITUNG...	5
1.1.1	Hinweise	5
1.1.2	Warum diese FAQ?	6
1.2	WISSEN...	8
1.2.1	Vorbemerkung	8
1.2.2	Was ist Bluthochdruck?	8
1.2.3	Was sind die häufigsten Symptome?	9
1.2.4	Welche Blutdruckwerte sind normal bzw. belastend?	10
1.3	URSACHEN...	11
1.3.1	Was ist die UR-Sache für den Bluthochdruck?	11
1.3.2	Was ist die UR-Sache für Blutgefäßverengungen?	11
1.3.3	Gibt es eine Bestätigung für die Blutgefäßverengungen?	12
1.3.4	Gibt es andere Ursachen?	12
1.3.5	Gibt es weitere Zusammenhänge?	12
1.4	THERAPIE...	14
1.4.1	Wie therapiert die Standard-Medizin?	14
1.4.2	Was wäre denn eine bessere Lösung?	15
1.4.3	Wie können Blutgefäße wieder frei werden?	15
1.4.4	Gibt es für diese Methode Bestätigungen?	16
1.4.5	Wie sieht denn die Ernährungsumstellung aus?	16
1.4.6	Was gilt es zu beachten?	16
1.5	ERFOLGE...	17
1.5.1	Gibt es Erfolgsberichte etc.?	17
1.5.2	Persönliche Erfahrung des Autors:	17

1.6	ABBILDUNGEN...	19
1.6.1	Gesundheitswaage	19
1.6.2	Sterberisiken Herzinfarkt	20
1.6.3	Todesursachen nach Lebensstil	21
1.6.4	Warum zum Arzt in Deutschland?	21
1.7	INFOS...	22
1.7.1	LINKS?	22
1.7.2	VIDEOS?	22
1.7.3	LITERATUR?	23
1.7.4	FAQ's	25

Entwurf

1.1 EINLEITUNG...

1.1.1 Hinweise

- Alle Angaben in dieser FAQ-Dokumentenreihe geben die spezifischen Erfahrungen des Autors wieder. Sie sind ein Mix aus eigenen subjektiven Erfahrungen, Fachwissen aus Literatur und sorgfältigen Internet-Recherchen. Trotzdem können Aussagen komplett oder teilweise falsch, ungültig, untypisch, oder nicht mehr gültig sein! Prüfen Sie selbst die Richtigkeit. Dies wird über Links und Quell-Infos im Dokument erleichtert.
- Bei akuten Beschwerden oder Krankheitsfällen schalten sie deshalb immer zuerst den Arzt oder Therapeuten ihres Vertrauens in Diagnosen und Therapien ein.
- Alle nachfolgenden Angaben ersetzen in keinem Fall bei Gesundheitsproblemen die Konsultation eines Facharztes.
- Die Ausführungen können aber eine Starthilfe sein bei der Findung von Ursachen oder Therapien, bzw. der Korrektur der eigenen Lebensweise.
- Für externe Links kann keinerlei Gewähr übernommen werden.
- Links werden weitgehend auch als URL angezeigt, damit sie auch bei ausgedruckten Exemplaren erkennbar und nutzbar bleiben.
- Alle Rechte liegen beim Autor, die private Weitergabe als unverändertes PDF-Dokument ist erlaubt.
- Sie können diese FAQ in der Version: `faq-dateiname_a5.pdf` als Broschüre im Format DIN A5 ausdrucken. D.h. im A5-Format auf A4 Papier, wenn sie beim Ausdruck-Dialog eines aktuellen PDF-Readers unter 'Anpassen der Seitengröße:' 'Broschüren-druck' auswählen und bei 'Broschüre - Seitenauswahl:' 'beide Seiten'. Falten sie das ausgedruckte Dokument durch Halbierung und heften es direkt in oder neben der Faltung.

Allen Kranken wünsche ich Genesungserfolge. Bedenken sie, dass wesentlich mehr schwere Erkrankungen heilbar sind, als uns offiziell berichtet wird.

Bert Paul

Kontakt: [bert.paul](mailto:bert.paul@gmx.net) bei gmx.net

1.1.2 Warum diese FAQ?

Gesundheitliche Probleme des Autor wurden von diversen Schulmediziner, im Kreislaufverfahren über Jahre hinweg, praktisch erfolglos behandelt. Die üblichen Symptomtherapien, wurden dabei meist langfristig bis lebenslänglich angelegt. Behandlungen und Medikamente haben dabei mehrfach Situation wesentlich verschlechtert [Iatrogenie = durch medizinische Behandlung erzeugt]. Nebenwirkungen waren meist sogar (im Beipackzettel) dokumentiert. Sie führten sogar mehrfach zu dringend erforderlich scheinenden OP's.

Die Frage nach wahren Ursachen und deren Beseitigung stand auffälliger Weise nie im Fokus. Im Gegenteil, wenn begründete Hinweise gegeben wurden, aufgrund der eigenen Krankengeschichte, kam in günstigsten Fällen, selbst von Spezialisten, nur ein lächeln oder Standardphrasen zurück, wie z.B.: "Sie sind gesund", "Ursache unbekannt", "das bekommt man im Alter", "leben sie gesünder", Laborbericht: "o.B.", Röntgen: "o.B.", KHK: "o.B.", "Simulant?", "das ist bestimmt psychisch bedingt", "keine Zeit für weiter gehende Analysen", etc. etc.

Wirklich zielführende Ansätze wie: Lassen Sie uns gemeinsam ihre Lebens- und Krankengeschichte durchgehen, oder sammeln Sie doch mal ihre detaillierte Krankengeschichte für ein nächstes Gespräch, oder wie ernähren sie sich, bzw. liefern sie mir mal ihren detaillierten Speiseplan für 2 Wochen, inklusive Detailangaben über die Produktmengen, Namen und auch Getränke, oder ich weiß zu wenig über sie belastender Toxine, oder kennen sie ihren Speichel-pH-Wert? - gab es nie! Heute weiß ich, solche Fragen/Fragebögen sind Basis einer wirklich ganzheitlichen Ursachen-Therapie und oft nur bei integrativer oder naturheilkundlicher Denke anzutreffen.

Eigene hartnäckige UR-Ursachen-Verfolgung und eine schädigungs- bzw. nebenwirkungsfreie Beseitigung bzw. Selbstheilung stärkende Therapien, zahlten sich dagegen fast regelmäßig aus. Spezialisten waren bzgl. der Ergebnisse schon mal verwundert, aber bzgl. der erfolgten Maßnahmen fast immer sehr desinteressiert. Bei Bluthochdruck war z.B. eine angeblich lebenslang erforderliche Medikation, wie falsch vorhergesagt, recht rasch überflüssig geworden. Sogar klassische, invasive, onkologische Behandlungsansätze über Biopsie, OP, Chemo etc. konnten so in der Familie vermieden werden. Auch bei diversen anderen Symptomen – über 10 allein durch Amalgam als Ursache – konnten durch Ur-Sachen-Therapie-Orientierungen Heilung und Genesung erreicht werden. Das waren die Anlässe selbst aktiv zu werden, Erfahrungs-

und Erfolgserlebnisse mit anderen auszutauschen und meine Erfahrungen zu dokumentieren.

Speziell im Bereich Bluthochdruck konnte ich feststellen, dass gezielte Ernährungs-Umstellungen, oder die Nutzung heilkräftiger Ernährung, bedeutende Normalisierungen bewirken können. Ich konnte dadurch in nur wenigen Wochen eine Verbesserung meines Bluthochdruckes von 180/110 auf 135/90 erreichen. Ich habe damit, trotz vorhergesagter lebenslanger Blutdrucksenker-Medikamente, schnell eine dauerhafte Absenkung erreicht, zwei Jahre später (heute in 2011) habe ich sogar ideale Werte um 120/70 erreicht. Die sehr wirksamen Erfolge durch Ernährungsumstellungen spornen an, sich dauerhafter gesünder, artgerechter oder zeitweilig sogar speziell heilkräftig zu ernähren.

1.2 WISSEN...

1.2.1 Vorbemerkung

**Genesungs-Erfahrungen zeigen deutlich,
dass es nur wenige echte Krankheits-UR-Ursachen gibt:**

1. Direktbeteiligung

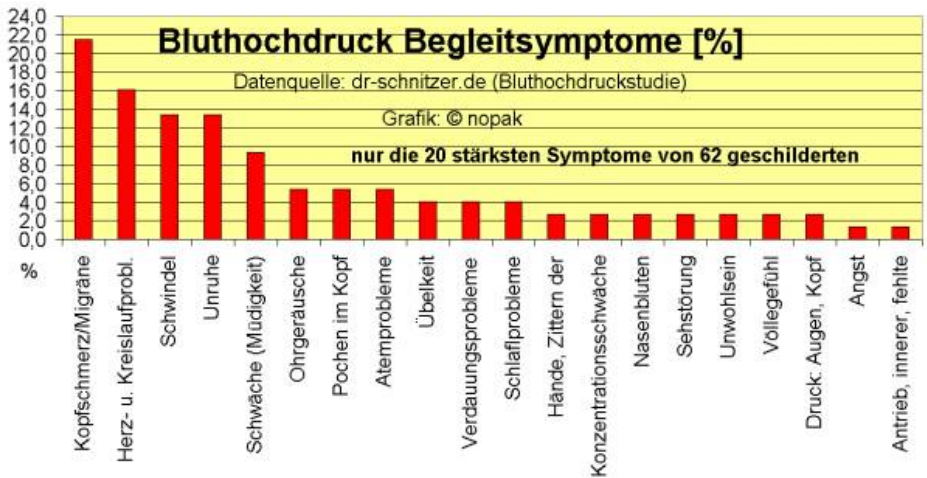
- **Selbstverursachungen:** durch Über-, Fehl- oder Unterversorgung (z.B. bei Ernährung, Pflege, Bewegung, Unfall)
 - **Fremdverursachung**, auch Fremden erlaubte Handlungen:
 - z.B. Iatrogenie (Nebenwirkungen, Toxine, Kunstfehler),
 - z.B. seelische Belastung (Streit, Konflikte, Schock, Verlust, Tod)
2. **Gifte:** In Chemikalien, Toxine, Xenobiotika über Umwelt, Gebrauchsgegenstände, Lebensmittel, Medizin, medizinische Behandlungen, etc.
3. **Mikroorganismen:** Bakterien, Viren, Pilze und Parasiten

Oder anders ausgedrückt, wer echte Ursachen hartnäckig sucht, findet, dauerhaft abstellt und therapiert, kann offiziell schnell zum unerklärlichen oder wundersamen Genesungsfall werden! [Ist dem Autor mehrfach geschehen!]

1.2.2 Was ist Bluthochdruck?

Bluthochdruck ist i.d.R. eine Fehlernährungs-Folgekrankheit. Eine Überlastung des Organismus mit Kohlenhydraten (Mehl- und Zuckerprodukte) führt langfristig zu einer Querschnittreduktion der Blutgefäße. Die inneren Gefäßwände, die Intima und die Media, schwellen dabei an und reduzieren den inneren Durchmesser. Die Folge ist ein steigender Blutdruck, weil die körpereigene Selbstregulation sofort versucht den Mangel auszuregeln. Genau genommen ist es ein sehr wertvolles Körperwarnsignal, wie eine rote Lampe, die darauf hinweist, "hier läuft etwas falsch!" Die Selbstregulation unseres Körpers regelt zwar zielführend die Blutdruckmenge neu aus, damit keine Unterversorgung eintritt, aber genau das funktioniert nur über eine Blutdruckerhöhung oder die Alternative, die Verengung wieder zu beseitigen.

1.2.3 Was sind die häufigsten Symptome?



Bluthochdruck (Hypertonie) hat oft auch folgende Symptome:

- Atemnot
- Brustenge
- Kalte Hände und Füße
- Kopfschmerz
- Kurzatmigkeit
- Müdigkeit
- Nervosität
- Nasenbluten
- Ohrensausen
- Pulsschlag spüren oder hören
- Schwindelgefühle

1.2.4 Welche Blutdruckwerte sind normal bzw. belastend?

Hier die Standardeinstufungen laut WHO:

Bereich	systolisch	diastolisch
optimal	<120	<80
normal	<130	<85
noch normal	130-139	85-89
Hypertonie (Stadium 1)	140-159	90-99
Hypertonie (Stadium 2)	160-179	100-109
Hypertonie (Stadium 3)	>180	>110
Hypertensive Krise	210-240	110-140
isolierte hystolische Hypertonie	>140	<90

1.3 URSACHEN...

1.3.1 Was ist die UR-Sache für den Bluthochdruck?

Die primäre Ursache im Organismus ist fast immer eine Verengung der Blutgefäße. Dies passiert über ein Anschwellen der inneren Blutgefäß-Häute. Sie werden Intima und Media genannt. Das ist die organische Ursache im Menschen!

Wie bei einer Wasserleitung, wenn der Querschnitt auf der gesamten Länge reduziert wird, z.B. durch eine massive Verkalkung, sinkt der Druck an den Zapfstellen am Ende immer mehr und auch die Durchflussmenge wird immer niedriger.

Im System unserer Blutgefäße gelten die selben hydraulischen Gesetze, das bedeutet für alle Organe und Zellen, dass ihnen durch blutdrucksenkende Medikamente gleichzeitig auch der Lebenssaft langsam aber sicher immer mehr entzogen wird. Steigt der Druck in einem Leitungssystem immer weiter, kann andererseits eine Leitung auch platzen oder brechen. Die empfindlichsten Organe wie Herz und Gehirn trifft es als Folge von Unterversorgung oder Hochdruck deshalb meist zu erst (Herzinfarkt oder Gehirnschlag). Deshalb kann nur eine echte Ursachenbehebung weiterhelfen.

1.3.2 Was ist die UR-Sache für Blutgefäßverengungen?

Die Verengung der Intima (innere Blutgefäßhülle) geschieht schleichend und ist i.d.R. die Folge einer andauernden nicht artgerechten Ernährung und ihrer Folgen. Belegen lässt sich dies dadurch, dass in Zeiten ohne Überfluss und ohne industrielle Zivilisations-Ernährungen solche Krankheiten wie die Arteriosklerose (Arterienverkalkung) völlig unbekannt waren und es noch heute sind. D.h. in Mangelzeiten wie in Kriegen oder in Kulturen mit einfacher aber natürlicherer Ernährungs- und Lebensweise, war und ist diese Krankheit praktisch unbekannt. Diese Erkenntnis ist extrem wichtig, wird aber von vielen Schulmedizinerinnen und Patienten zu selten beachtet.

1.3.3 Gibt es eine Bestätigung für die Blutgefäßverengungen?

Ja, das kann man z.B. nachlesen bei:

http://de.wikipedia.org/wiki/Tunica_intima oder

<http://www.onmeda.de/krankheiten/arteriosklerose-definition-3053-2.html>

Zitat: "Arteriosklerose (auch Arteriosklerose und im Volksmund Arterienverkalkung genannt) bezeichnet per Definition eine Erkrankung derjenigen Blutgefäße, die sauerstoffreiches Blut vom Herzen zu den Organen transportieren: der Arterien. **Die Arteriosklerose geht mit einer Gefäßverengung einher, die dadurch entsteht, dass sich Blutfette, Blutgerinnsel, Bindegewebe und Kalk in den Gefäßwänden der Arterien ablagern.**"

Die russische Wissenschaftlerin Tamara Lebedewa hat festgestellt, dass an diesen Stellen auch Parasiten Kolonien bilden. Diese Trichomonade können sich gegenüber unserem Immunsystem tarnen und sind in der Lage sich in speziellem Milieu zu vermehren. Sie gibt an, dass diese Parasiten beteiligt sind bei Krebs, Herzkreislauferkrankungen, u.v.m.

Eine weitere Bestätigung zeigt sich dadurch, dass Patienten die eine spezielle Ernährungsumstellung konsequent durchführen i.d.R. nach wenigen Wochen wieder einen normalen Blutdruck nachweisen können. Siehe dazu auch die Abbildung auf Seite 17, welche die möglichen Normalisierungen darstellt.

1.3.4 Gibt es andere Ursachen?

Ja, das ist möglich, wenn z.B. die Nieren, sie sind an der Blutdruckregelung beteiligt, erkrankt sind, oder wenn sie z.B. eingeengt werden durch größere Zysten etc. Auch ein Herzleiden kann ursächlich sein, weil ja das Herz die eigentliche Pumpleistung erbringen muss. Aber auch sehr simple Ursachen, wie überhöhter Salzkonsum kann beteiligt sein. Auch Schädigungen durch Toxine oder Schwermetalle sind in der Lage die Selbstregulierungsfähigkeiten des Körpers massiv zu schädigen. Deshalb ist die UR-Sachen-Diagnostik vor einer Therapie unverzichtbar.

1.3.5 Gibt es weitere Zusammenhänge?

Ja, die gibt es. Ein für die Schulmedizin noch sehr unbekannter aber sehr glaubhafter Zusammenhang, ist die Belastung durch eine besondere Parasitenart, die Trichomonade, wie oben bereits erwähnt. Sie kann sich bereits

ab Geburt von der Mutter übertragen und eingenistet haben, aber auch von Mensch zu Mensch übertragen. Bei fast allen Menschen ist diese Mikrobenart nachweisbar. Sie entwickeln und vermehren sich normalerweise extrem langsam in Form von Kolonien in einem für sie geeigneten Milieu. Es wurde festgestellt, dass diese Parasiten sich auch in der inneren Blutgefäßhautschicht, der Intima, einnisten und dort für die sogenannte "Verkalkung" verantwortlich sein können. Sie kapseln sich dort ein ("Verkalkung") und sind dadurch besonders geschützt. Dabei sind diese Parasiten selbst dreifach wandlungsfähig und verstehen es, sich vor dem Immunsystem zu verstecken. Damit sind sie fast unangreifbar und je schwächer die Immunsysteme des Körpers sind, bzw. die Vorbelastung durch Toxine oder eine Übersäuerung, um so leichter können sich diese Parasiten ausbreiten. Mehr darüber findet man im Buch von Tamar Lebedewa: Krebserreger entdeckt. Wobei dies laut Lebedewa nicht nur für Krebs gilt, sondern auch für Kreislauferkrankungen, Diabetes, Aids, usw., d.h. bei vielen Erkrankungen bei denen Immunreaktionen eine bedeutende Rolle spielen. Siehe auch: FAQ-Krebs.

1.4 THERAPIE...

1.4.1 Wie therapiert die Standard-Medizin?

Viele Schulmediziner zielen erfahrungsgemäß primär auf eine monokausale und medikamentöse Blutdruck-Reduzierung. Sie hoffen oder glauben, dass diese reine Symptom-Behandlung alle Probleme lösen kann. Sie kontrollieren den Blutdruck und wenn er sich durch Medikamente gesenkt/normalisiert hat, ist für sie das Problem praktisch gelöst!

Wer aber die simplen Gesetzmäßigkeiten hydraulischer Systeme nur grob verstanden hat - der Wasserinstallateur z.B. lernt das bereits in der Ausbildung - der weiß genau, dass bei kontinuierlicher Leitungsquerschnitts-Verringerung, z.B. durch eine echte Verkalkung in einer Wasserleitung, eine Druckreduzierung nicht das Versorgungsproblem am Ende einer Leitung löst, sondern es genau dadurch sogar weiter verschärft. - Der Körper hat ja genau deshalb den Druck erhöht, weil er die Versorgungsmenge für alle Zellen und Organe sicher stellen wollte.

Ein Blutdrucksenker wird folglich den Körper bzw. die Selbstregulation dazu verleiten, den Druck weiter zu erhöhen um sein Überleben bzw. eine ausreichende Versorgung zu garantieren. Daraufhin wird der Mediziner natürlich weitere stärkere Medikamente verschreiben die den Druck erneut wieder senken, usw. usw. Nebenwirkungen sind dabei meist garantiert (siehe auch in den Beipackzettel der Medikamente). Da die Versorgungsmenge wegen hydraulischer Naturgesetze so immer weiter absinken muss, kann man so zwar erfolgreich einen Druck senken, aber mit Heilung oder Genesung hat das sehr wenig zu tun, weil dem Organismus der Lebenssaft bei dieser Methode immer mehr entzogen wird, statt ihn zu einer Besserung bzw. Vollversorgung zu führen.

Dass bei akutem Bluthochdruck ein Blutdrucksenker vor akuter Schadensgefahr schützt, ist unbestreitbar. Nur die wahre Ursache nicht zu suchen, zu finden oder die Quelle des Übels nicht schnellstens abzustellen, das kann früher oder später sehr gefährlich werden, weil es direkt in eine Unterversorgung des gesamten Organismus führen muss. D.h. eine chronisch immer weiter sinkende Blutzirkulationsmenge durch zwangsweise Druckabsenkungen kann die erforderliche Vitalstoffversorgung des Organismus immer weniger befriedigen. Wer würde bei einem PkW, Rennwagen oder Laster die Spritversorgung sogar zusätzlich drosseln, wenn eine Versorgungsleitung sich durch

Aufquellen verengt hätte, statt die Leitung zu reinigen oder auszutauschen?
- kein vernünftiger Handwerker!

1.4.2 Was wäre denn eine bessere Lösung?

Ein Handwerker der in einem Rohrleitungssystem analoge Mängel feststellt, wird immer zuerst versuchen die wahre UR-Sache zu beheben. D.h. er würde die verstopften (oder verkalkten) Leitung von ihren querschnittreduzierenden Innen-Belägen befreien, denn das hilft immer und garantiert den Normalzustand wieder zu erreichen.

Für die Blutgefäße gilt genau das Selbe, nur hier muss man dafür sorgen, dass die angeschwollenen Innenhäute der Blutadern wieder abschwellen können.

1.4.3 Wie können Blutgefäße wieder frei werden?

Ganz einfach, durch die entgegengesetzte Maßnahme durch die sie angeschwollen sind! Das bedeutet in erster Linie die rigorose Reduzierung oder therapeutische Meidung aller Lebensmittel, die dafür verantwortlich gemacht werden können.

Erfolgreiche Therapeuten nennen als Hauptursache deshalb alle Produkte die übermäßig viel Stärke enthalten, bzw. Kohlenhydrate. Diese sind neben anderen Stoffen, die Hauptübeltäter in unserer "zivilisierten Ernährung" und für viele Verdauungsüberlastungen und Stoffwechselschäden zuständig.

Eine ständige Überlastung unserer Verdauungskraft erzeugt notgedrungen unverdaute Reststoffe und produziert Säuren, und ihre neutralisierten Restprodukte werden im Organismus durch Notspeicherprogramme in den Blutgefäßen und vielen anderen Körperzellen notdeponiert (Müllhalden). Wenn man den NACHSCHUB abstellt, wird automatisch wieder "entkalkt", eigentlich ganz einfach.

Wenn die Ernährungsumstellung oder Normalisierung nicht, oder zu langsam wirken sollte gilt es zu suchen welche UR-Sache ebenfalls eine Rolle spielen könnte. Falls Parasiten beteiligt sind, gibt es auch dafür entsprechende Therapien. Mehr darüber findet man über eine Suche nach Dr. Clark, Dr. Beck, Lebedewa, Dr. Schatalova.

Bemerkung: Der Autor hat so in 4 Wochen wieder Normalblutdruck erreicht, ohne die vorhergesagte lebenslang erforderliche Medikation.

Siehe auch: FAQ-SBH (Übersäuerung)

1.4.4 Gibt es für diese Methode Bestätigungen?

Ja, es ist zu empfehlen, sich damit selbst einmal näher zu beschäftigen und klassische und alternative Diagnose und Therapie zu hinterfragen. Eine sehr aufschlussreiche Quelle findet man in dem Buch von Dr. med. J. G. Schnitzer: Bluthochdruck heilen. Ein Besuch der Internetseite [dr-schnitzer.de](http://www.dr-schnitzer.de) lässt unter Bluthochdruckstudie mehr erfahren.

<http://www.dr-schnitzer.de/auswer02.pdf>

Siehe auch als Auszug die Abbildung auf Seite 17.

1.4.5 Wie sieht denn die Ernährungsumstellung aus?

Grob gesagt ist es die Umkehrung der uns eingeredeten Ernährungs-Gewohnheiten von Produzenten, Weiterverarbeitern, Händlern und ihren Lobbyisten. D.h. wir essen normal ca. 80% Kost die uns in die Übersäuerung treibt und nur ca. 20% Kost die uns ein basisches Leben, wie vorgesehen, garantiert. Dass man 'therapeutisch' gesehen, das noch verbessern kann für eine bestimmte Zeit, liegt auf der Hand. D.h. man kann über eine sogenannte "heilkräftige Ernährung" die Regenerierung von Belastungen mit biologischen Mitteln erreichen, d.h. in vielen Fällen mit einer gezielten Ernährungsumstellung. Darüber hinaus ist immer zu beachten, dass gesundheitliche Probleme durch erfahrene Ärzte zu beurteilen sind. Wer jedoch wahre Ursachen abstellen kann, wird durch den Arzt seines Vertrauens u.U. noch ein Lob erhalten. Erfahrungsgemäß ergibt sich drgl. aber eher selten, meist will der Behandler nicht einmal wissen wie das erreicht wurde. [Der Autor hat auch dieses erlebt: Lob und Desinteresse.]

1.4.6 Was gilt es zu beachten?

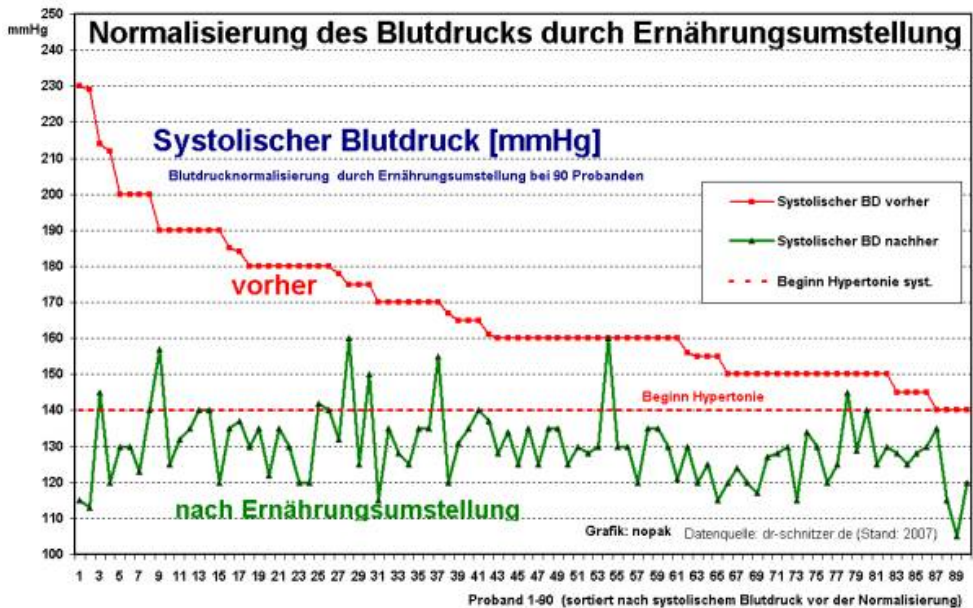
Da es nicht nur den Grund einer Fehlernährung als Ursache für einen Bluthochdruck gibt, ist eine gründliche diagnostische Ursachen-Findung sehr wichtig. Die Konsultation eines Facharztes ist also generell angeraten. Wenn jedoch die Ursache im Ernährungsbereich findbar auszumachen ist, kann jeder Patient diese Ursache auch persönlich wieder beeinflussen und bessern. Die Erfolge auf diesem Gebiet sind durch viele Patientenberichte bestätigt.

1.5 ERFOLGE...

1.5.1 Gibt es Erfolgsberichte etc.?

Die besten Fakten zum Thema hat Dr. Schnitzer gesammelt, in seinem Buch berichtet er über die Maßnahmen und Erfolge seiner Probanden und auf seiner Inernetseite findet man ein PDF-Dokument mit diesen Fakten und anschaulichen Grafiken. Sie belegen, dass fast alle Probanden sehr gute, gute und dauerhafte Besserungen erfahren haben.

Überzeugend ist dort die Auswertung vor und nach Ernährungsumstellungen bei 90 Probanden. Probanden mit schlechteren Ergebnissen waren meist in der Umsetzung nicht konsequent genug, das zeigen ihre eigenen Angaben in der Studie. Siehe nächste Abbildung.



1.5.2 Persönliche Erfahrung des Autors:

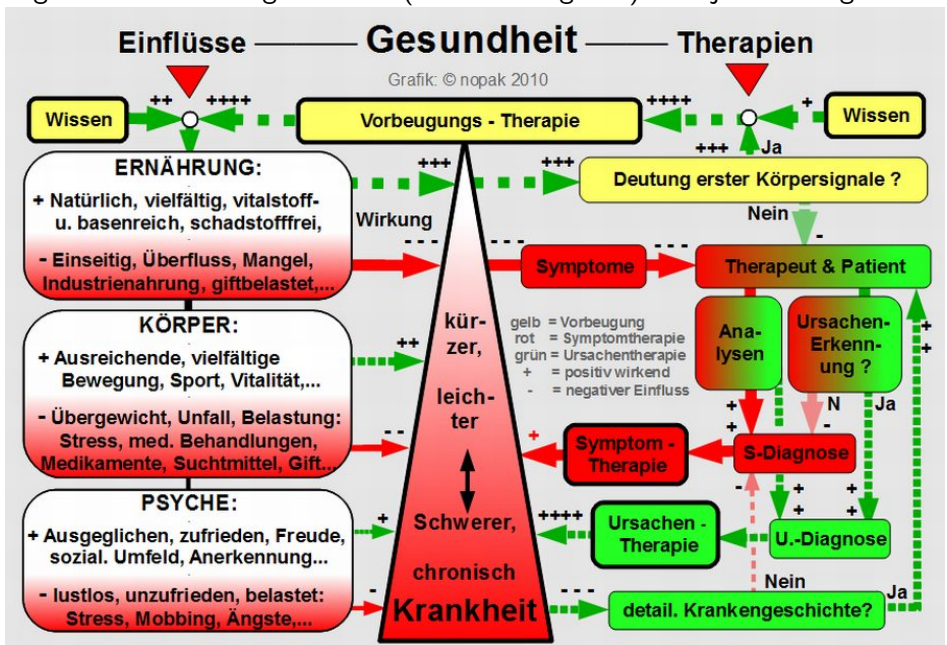
Er selbst hat über eine gezielte Ernährungs-Umstellung einen iatrogen verursachten, anhaltenden Bluthochdruck in nur 4 Wochen wieder normalisieren und dauerhaft bei Normalwerten halten können.

Der behandelnde Arzt war ungläubig bzgl. eines nachhaltigen Erfolges. Aber er kann sich in Abständen davon überzeugen, dass vorhergesagte Blutdrucksenker & Co. nicht, wie vorhergesagt, lebenslang benötigt werden.

1.6 ABBILDUNGEN...

1.6.1 Gesundheitswaage

Diese "Gesundheitswaage" stellt Gesundheitseinflüsse und Therapiearten gegenüber. Sie soll nicht als echte Waage verstanden werden, sondern mehr als ein System mit Krankheiten umzugehen. Deshalb sind links die Einflüsse auf Gesundheit und Krankheit und rechts die üblichen Therapiewege zur Gesundheit aufgeführt. Je pos. die Einflüsse desto eher ist Gesundheit zu erreichen. Je neg. die Einflüsse, desto eher kann drgl. zu Krankheiten führen. Die "Waage" zeigt auf der rechten Seite mit den drei Ampelfarben rot, gelb, grün die Haupt-Therapiewege auf: Symptomtherapie, Vorbeugung, Ursachentherapie. Auf der linken Seite erkennt man die Haupteinflussbereiche Ernährung, Körper und Psyche. Die wichtigsten positiven (weißer Hintergrund) und negativen Einflussmöglichkeiten (roter Hintergrund) sind jeweils aufgeführt.



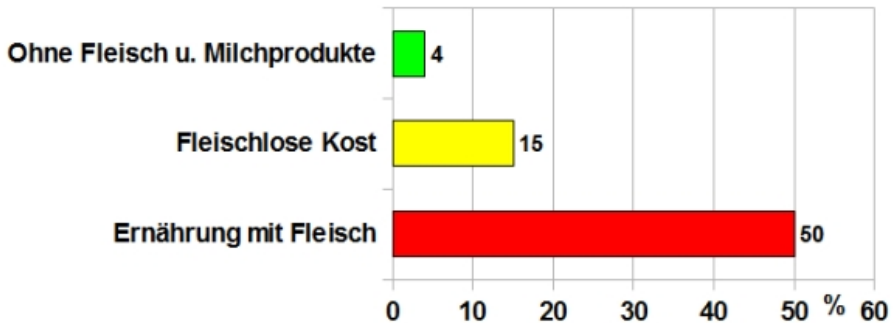
1.6.2 Sterberisiken Herzinfarkt

Immer mehr glaubhafte Aussagen von erfahrenen Medizinerinnen weisen darauf hin, dass die Ernährungsweise bei Krankheiten eine große Bedeutung hat. Beispiel ist die Erfahrung von Dr. G. Schatalova:

Sterberisiken für Herzinfarkt

In Abhängigkeit von Ernährungsarten

Quelle: Dr. G. Schatalova, Heilkräftige Ernährung, S.142 - Grafik (c) nopak 2011

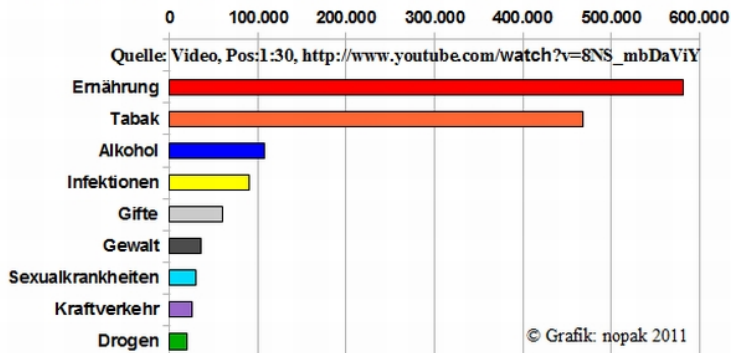


1.6.3 Todesursachen nach Lebensstil

Eine Studie aus USA zeigt auf, welche Lebensstileinflüsse bei Todesfällen festgestellt wurden. Die Differenz zu europäischem Lebensstil dürfte nicht sehr gross sein, außerdem werden solche Differenzen innert 2-3 Jahren fast immer nachgeholt. Die Daten stammen aus einem Videovortrag von Dr. Walter Veith, Heilung durch Pflanzen 1/7, Pos: 1:30

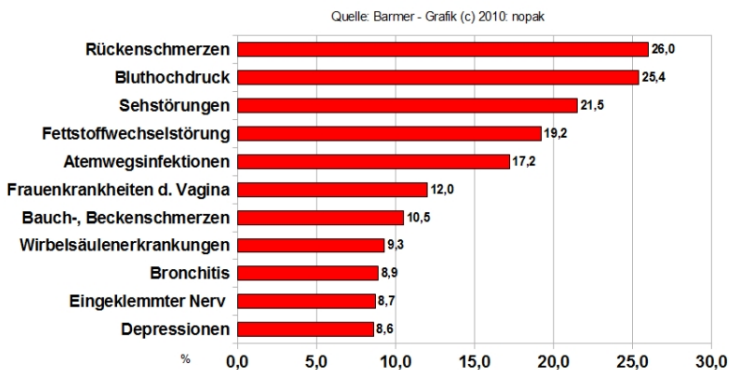
Quelle: http://www.youtube.com/watch?v=8NS_mbDaViY

Todesursache (USA 1990) - Begründete Lebensstil-Faktoren



1.6.4 Warum zum Arzt in Deutschland?

Warum zum Arzt in Deutschland?



1.7 INFOS...

1.7.1 LINKS?

- Bluthochdruck-Index, von Dr. Johann Georg Schnitzer

Bluthochdruck ist heilbar,

die Befreiung von Pillen und ihren Nebenwirkungen ist möglich.

ZITAT: "Das ist ein - allerdings überaus heilsamer - Schock für Millionen von Bluthochdruckpatienten, die bisher brav ihre Pillen schlucken, teils gravierende Nebenwirkungen erdulden und trotzdem kein Licht am Ende des lebenslänglichen Tunnels erkennen können. Mediziner-Tenor: "Bluthochdruck ist unheilbar, die Ursachen sind unbekannt, Sie müssen sich bis an Ihr Lebensende mit der Krankheit arrangieren, regelmäßig Ihre Pillen einnehmen und vor allem auch regelmäßig wieder zur Untersuchung kommen, dann passiert Ihnen schon nichts, die Pillen schützen Sie ..." - das ist alles unwahr!"

<http://www.dr-schnitzer.de/bluthochdruck-index.html>

- Blutdruckregulation der Nieren

Die Blutdruckregelung ist für das Funktionieren des menschlichen Organismus eine der wichtigsten Funktionen überhaupt, weil davon die Versorgungsmenge und Versorgungssicherheit aller menschlichen Zellen abhängt.

ZITAT: "Die Nieren sind die Zentralstelle der Blutdruckregulation im menschlichen Körpers. Der Blutdruck hängt engt damit zusammen, wie groß die gesamte Blutmenge ist, die in den Blutgefäßen zirkuliert. Die Nieren sind dasjenige Organ des Körpers, dass die Flüssigkeitsmengen reguliert. Das wirkt sich natürlich auch auf das Blutvolumen aus."

<http://www.medizinfo.de/urologie/anatomie/blutdruckregulation.shtml>

1.7.2 VIDEOS?

- Versklavung durch Tod und Krankheiten - Überleben durch Gesundheit, Dr. J.G. Schnitzer

<http://www.youtube.com/watch?v=9t1Xo9S2rSA&feature=related>

- Zellulärmedizin und Herzkreislauf-Erkrankungen, Ein 8 teiliger Grund-

kurs als Video mit Kommentar von Dr. Matthias Rath:

<http://www.dr-rath-gesundheitsallianz.org/videos/grundkurs/>

- Ende der Zivilisationskrankheiten: Diabetes, Karies, Krebs; Ende der Zivilisationskrankheiten; Geheimnisse der Gesundheit Dr Schnitzer 1, Ernährung ist der Schlüssel.
<http://www.youtube.com/watch?v=zCP2zSlyNo8>

1.7.3 LITERATUR?

- Bluthochdruck heilen, Risikofaktor Hypertonie lebensbedrohend aber heilbar!
<http://www.dr-schnitzer.de/bhd002.htm> ZITAT: "Bluthochdruck ist der Haupt-Risikofaktor für die häufigste Todesursache der Zivilisation: Die Herz- und Kreislauf- Krankheiten. Jeder zweite Mensch in Europa, USA, Kanada und weiteren Ländern verstirbt daran - trotz aller Bluthochdruckpillen. Das bedeutet, dass auch für Sie hier das Hauptrisiko Ihres Lebens liegt. Wahrlich Grund genug, sich damit zu befassen. Wer normal isst, wie die Meisten, wird auch krank, wie die Meisten. Die Ursache ist die ganz übliche denaturierte und teils außerdem artfremde Zivilisationskost, und zunehmend ihre Verschlimmerungen in Form von 'Fast Food' und 'Junk Food'."
- Bluthochdruck besiegen: auf natürliche Weise, Alfred Stehbeck
http://www.amazon.de/dp/3981056450/ref=pe_vfe_td3 ZITAT aus Rezension: "Nachdem mir der Hausarzt Tabletten gegen meinen Bluthochdruck verschrieben hatte, stieß ich nach einiger Zeit auf dieses Büchlein. Ich bin selbst ausgebildeter Sanitäter und konnte daher die geschilderten Sachverhalte gut in den Zusammenhang rücken. Aus meiner Sicht werden durch die von Autor Stehbeck vorgeschlagenen Maßnahmen die Selbstheilungskräfte unterstützt. Ich habe nur 2-3 Ratschläge befolgt, nicht alles. Immerhin reichte das bereits aus, dass ich das vorgeschriebene ärztliche Medikament nach und nach absetzen konnte. Immerhin bin ich inzwischen seit über einem Jahr beschwerdefrei. Heinz H."
- Warum kennen Tiere keinen Herzinfarkt, aber wir Menschen? Dr. med. Matthias Rath <http://www.amazon.de/Warum-kennen-Tiere-Herzinfarkt-Menschen/dp/9076332541>

ZITAT: "Instabilität, wie kleine Risse und Läsionen in den Wänden Ihrer Blutgefäße sind die Hauptursache für die Entstehung von atherosklerotischen Ablagerungen. Vitamin C ist der 'Zement' für die Blutgefäßwände, stabilisiert sie und verhindert Läsionen. Tiere kennen keinen Herzinfarkt, weil sie genügend Vitamin C in ihrer Leber produzieren, um ihre Gefäßwände zu schützen. Wir Menschen dagegen entwickeln atherosklerotische Ablagerungen, Herzinfarkte und Schlaganfälle, weil wir kein eigenes Vitamin C produzieren können und unsere Ernährung fast immer zu wenig Vitamine enthält."

1.7.4 FAQ's

Existierende FAQ's:

Startbar sind andere FAQ's per Link aus dieser Seite nur, wenn sie ebenfalls im selben Verzeichnis wie diese Datei existieren, z.B. nach einem Download.

- [FAQ-Adressen](#) (Suche, Therapeuten, Institute, Produkte,...)
- [FAQ-Amalgam](#) (einer der stärksten Krankmacher)
- [FAQ-Autismus](#) (ADS, ADHS)
- [FAQ-Bluthochdruck](#) (heilen)
- [FAQ-CFS](#) (+CFIDS + MCS)
- [FAQ-Ernährung](#) (Gesundheit - Heilung)
- [FAQ-Gesundmacher](#) (wie funktioniert Heilung?)
- [FAQ-Heilkraft](#) (Gesund bleiben und werden?) **NEU: 08.12**
- [FAQ-Krankmacher](#) (woher kommen Krankheiten?)
- [FAQ-Krebs](#) (Ursachen erkannt - Heilung möglich?)
- [FAQ-Übersäuerung](#) (Start einer Krankheitskette)

Geplant:

- [FAQ-Parasiten](#) (vergessene Ursachen schwerer Krankheiten)
- [FAQ-Diabetes](#) (unheilbar?)
- [FAQ-Darm](#) (Quelle der Heilung und Gesundheit)
- [FAQ-Krankenhauskeime](#) (MRSA, MRSE, ESKAP, ORSA, etc.)
- [FAQ-Reinigung](#) (Hygiene von innen)
- [FAQ-Stress](#) (Stressarten die schädigen)
- [FAQ-Zahngesundheit](#) (und Zusammenhänge)