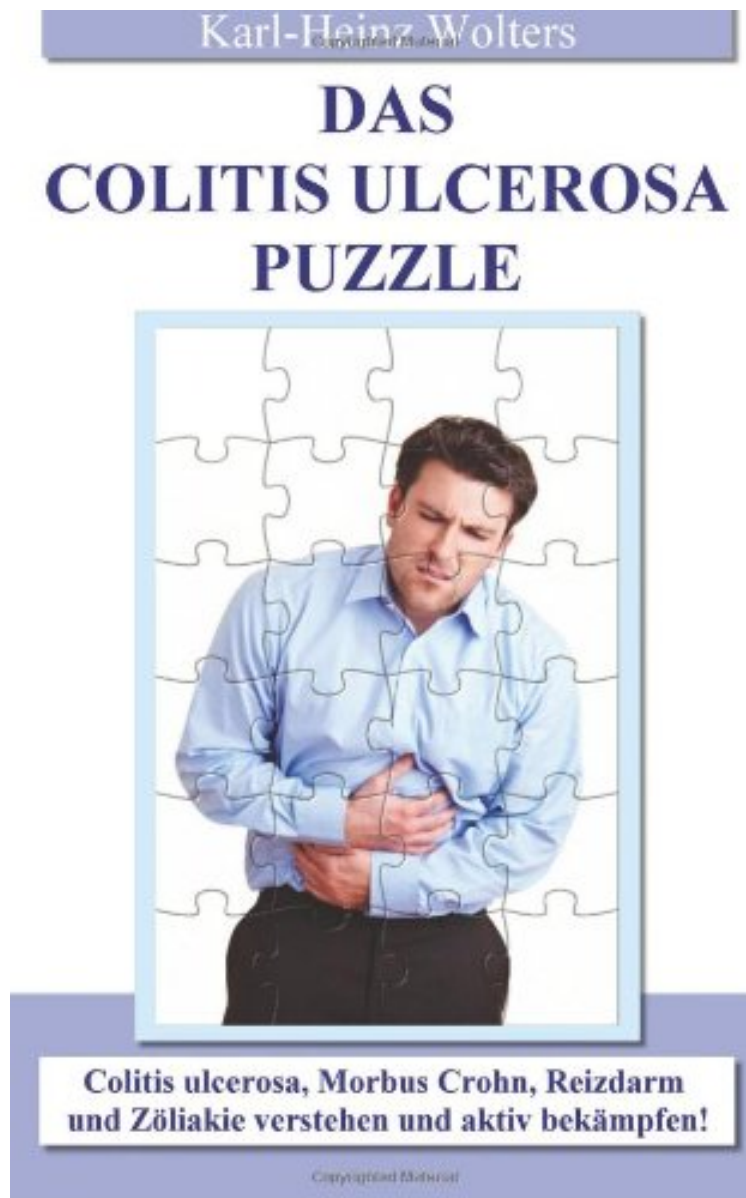


[Free download] Das Colitis Ulcerosa Puzzle: Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn, Reizdarm und Zliakie verstehen und aktiv bekmpfen!

Das Colitis Ulcerosa Puzzle: Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn, Reizdarm und Zliakie verstehen und aktiv bekmpfen!

Von *Karl-Heinz Wolters*
audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #933355 in BcherVerffentlicht am: 2013-08-29Abmessungen: 8.00 x .44b x 5.00l, Einband: Taschenbuch192 Seiten | File size: 71.Mb

Von Karl-Heinz Wolters : Das Colitis Ulcerosa Puzzle: Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn, Reizdarm und Zliakie verstehen und aktiv bekmpfen! before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Das Colitis Ulcerosa Puzzle: Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn, Reizdarm und Zliakie verstehen und aktiv

bekmpfen!:

Kundenrezensionen
Hilfreichste Kundenrezensionen
18 von 21 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ich hatte mehr erwartet
Von Birkenurwald Der Autor leidet seit 4 Jahren an Colitis Ulcerosa und hat diese 4 Jahre mit Recherche im Internet und Selbstversuchen verbracht. Die Ergebnisse mchte er nun mit anderen Betroffenen teilen. Dieser Vorsatz ist erst mal lblich, keine Frage. Aber - welche Ergebnisse hat er denn nun vorzuweisen?
1. Eine Menge Thesen, was die wahre Ursache fr die CED sein knnte. Beweisen kann er keine davon. (Info von mir: das vom Autor viel und gern gescholtene "gierige berfressen" und zu schnelle Essen kann ich schon mal ausschlieen, daran kann es zumindest bei mir nicht gelegen haben.)
2. Massenhaft Ernhrungskonzepte, die er allesamt richtig toll findet. Auch wenn er sie - wie das vom Herrn Konz - noch gar nicht so wirklich gelesen hat, aber der Mann hat schon mal recht. Super. Auch der Rat einer russischen rztin, mal solle sich das Essen überhaupt so gut wie abgewhnen, der Mensch komme locker mit 400 Kalorien (kcal) am Tag aus, will mir nicht recht einleuchten. Gut, man kriegt vielleicht keine Colitis, dafr aber Hungerdeme. Ich denke, der Ratgeber dieser rztin war fr Gulag-Kommandanten bestimmt. Normale Menschen kriegen mit dieser Art "Ernhrung" wohl todsicher alle mglichen Mangelkrankungen.
3. Die Selbstversuche! Super. Die werden allesamt anschaulich geschildert. Zu einer dauerhaften "Heilung" hat noch keiner gefhrt, ich denke, davon kann innerhalb der genannten Zeitspannen sowieso keine Rede sein. Allerdings haben einige der Versuche zu neuen und teils heftigen Schben der Krankheit gefhrt. Die Vermutungen des Autors, wenn er den Versuch nur etwas lnger, oder grndlicher, oder was auch immer durchgefhrht htte, dann wre er sicher geheilt gewesen, sind eben genau das: Vermutungen. Er wei es nicht. Htte vermutlich auch so richtig in die Hose gehen knnen. Ich htte es begrt, wenn der Autor im Zusammenhang mit seinen Selbstversuchen etwas genauer angegeben htte, wie viele Schbe er denn schon hatte, wie lange die andauerten, und wie lang dann jeweils die Ruhephase dazwischen war, wenn es eine gab. So kann man jedenfalls keinen Ratschlag als wirklich fundiert betrachten, da ein Erfolg in keinem der geschilderten Versuche bewiesen ist. Was auch schwerlich mglich sein drfte, wenn jeweils mehrere Theorien gleichzeitig ausprobiert werden. Wie will man dann wissen, woran es lag, wenn es dann tatschlich eine Besserung gibt? Richtig rgerlich finde ich dann solche "Tipps" wie: Schwangerschaft? Kein Problem, aber entbinden Sie lieber mit Kaiserschnitt, falls doch diese bsen Bakterien schuld sind, knnte sich das Kind sonst anstecken. Erstens sind auch die Bakterien nicht erwiesenermaen der Auslser, und zweitens ist ein Kaiserschnitt eine Belastung, die man sich wohl besser erspart und die auch kein verantwortungsvoller Arzt mal eben auf Bestellung durchfhrt, wenn es keinen zwingenden Grund gibt. Auch solche Ideen wie die, sich mal eben die Darmschleimhaut zu vertzen, scheinen mir nicht wirklich hilfreich. In anderen Fragen ist sich der Autor selbst nicht einig: Fleisch essen oder lieber vegetarisch? Beides gut. Nur nicht die achsobsen Kohlenhydrate. Und wenn schon Zucker, dann doch bitte Fruchtzucker. Hilfe! Das ist bekanntlich von allen Zuckerarten die schdlichste. Nichts gegen Obst, in Maen, aber isolierter Fruchtzucker geht gar nicht. Und: Vitaminprparate nehmen ist bestimmt hilfreich! Dann werden einige Vitamine und Mineralien aufgezhlt, die man zuztzlich nehmen sollte. Und dann heit es wieder, die natrlichen Quellen seien ja doch noch das beste. Ja was denn nun? Meine Meinung: wer sich ausgewogen, von guten, frischen Zutaten und ohne Industrie-Fra ernhrt, braucht keine knstlichen Vitamine. Das Verteufeln von Zucker und Weimehl und berhaupt von Kohlenhydraten kann ich aus eigener Erfahrung nicht besttigen, aber das sollte jeder fr sich selbst entscheiden, was er mag und was ihm bekommt. Ich finde eher, man sollte das Thema Ernhrung etwas weniger dogmatisch behandeln. Wenn man allerdings - wie der Autor mehrmals anfhrht - fr einen Toilettengang schon "eine halbe Rolle Klopapier" verbraucht - weil man ja ein reinlicher Mensch ist! - dann ist das schon kritisch zu betrachten. Gesund ist das nicht, auf jeden Fall nicht fr das geschundene Hinterteil, und es kann auch schon zwanghaft sein. (Kann! Muss nicht. Ich will niemanden diffamieren.) Auch hier wre etwas mehr Gelassenheit vielleicht hilfreich, man ist deshalb noch lange kein Ferkel... Auf jeden Fall darf man tunlichst nicht vergessen, dass hier niemand schreibt, der sich per fundierter Ausbildung mit dem menschlichen Krper auskennt, sondern jemand, der nach dem guten alten Adolf Tegtmeier-Prinzip vogeht: "Was man nicht selber wei, das muss man sich erkln"... Ob bei den zahlreichen Theorien vielleicht vereinzelt ein Zufallstreffer dabei ist, mag die zunehmende Erfahrung des Autors erweisen. Vieles klingt einfach nur abenteuerlich. Und damit meine ich nicht eine gesunde Ernhrung und alternative Medizin. Im brigen hat mir kein Arzt je gesagt, eine Colitis Ulcerosa sein unheilbar. Es ist eine chronische Erkrankung, das bedeutet, dass sie in Schben verluft. Ob und wann ein neuer Schub auftritt, ist natrlich nicht vorhersehbar. Aber es kann sehr lange Phasen ohne neuen Schub geben, auch ohne stndige Medikamenteneinnahme. Damit ist es aber auch unmglich festzustellen, ob eine Heilung "endgtig" ist oder berhaupt sein kann.
3 von 7 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Neue Hoffnung auf einen gesunden Bauch
Von Stلالuna Also dieses Buch macht wirklich Hoffnung und deshalb habe ich es geradezu verschlungen. Wenn ich meine rzte nach den Ursachen meines nervsen Reizdarms gefragt habe, bekam ich immer nur die gleiche Antwort. Nmllich, dass die Ursachen nicht erforscht sind. *augenroll* Ergebnis: Tabletten, Tabletten, Tabletten und letztendlich sogar eine OP im letzten Jahr. Sicherlich hatte ich mir einiges von dem, was der Autor schreibt, schon gedacht, aber die Flle von weiteren Ideen und Hinweisen hat mich doch berrascht und bescherte mir so manches Aha Erlebnis. So etwas habe ich noch an keiner anderen Stelle gefunden. Wahnsinnig interessant, fand ich die Schimpansenmedizin und die Sache mit den Gorillas. Manche Kapitel sind etwas kurz, was aber wie gesagt, durch die

sehr vielen Hinweise wieder wettgemacht wird. Dennoch geht der Autor ins Detail, beschränkt sich aber auf das Wesentliche. Dabei merkt man, dass er selber darmkrank ist, denn er gibt sehr viele Praxis Tipps, die mir noch nicht bewusst waren. Das Buch ist flüssig geschrieben, leicht verständlich und auch nicht so dröge, wie man es von einem Sachbuch erwartet. An einigen Stellen musste ich herzlich lachen. Zum Teil verwendet der Autor stark gekürzte Wikipedia Definitionen, die mir aber recht kamen, da ich gerne im Bett lese und so nicht noch im Netz nachschlagen musste. Das Buch hat bei mir Lust auf mehr geweckt und so habe ich bereits einige Hinweise aus den Kapiteln weiter im Internet recherchieren können. Bestimmt muss ich das Buch noch öfters lesen, denn so viele Infos kann ich auf einmal gar nicht verarbeiten. Ich hätte mir noch ein paar Berlegungen mehr gewünscht zum Punkt Psyche. Das Fazit des Autors, auf vegetarische oder vegane Ernährung umzustellen, ist schlüssig und kommt mir sehr entgegen, da ich dies eh schon beschlossen habe. Der Rezeptteil ist leider zu kurz, aber dennoch fünf Sterne da der Autor hierzu ein eigenständiges Buch angekündigt hat, was mir dann auch in der Küche lieber ist. 3 von 8 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr gut und ehrlich beschrieben, für CU und MC Patienten in der Praxis hervorragend anzuwenden. Von Margareta Schrter Der Autor beschreibt sehr ehrlich und zutreffend das Krankheitsbild Colitis Ulcerosa und Morbus Crohn. Ausserdem gibt er in einer geradezu herzerfrischenden Art und Weise die "Wirklichkeit der Schulmedizin" wieder. Seine persönlichen Erfahrungen und praktischen Anwendungen sind leicht verständlich und gut anwendbar im Alltag.

Kurzbeschreibung Eine Heilung von chronisch entzündlichen Darmerkrankungen, wie Colitis ulcerosa, Morbus Crohn, Reizdarm und Ziliakie ist möglich! Lesen Sie in diesem Buch, welche alternativen Heilmethoden Erfolg versprechen und wie sie funktionieren. Erfahren Sie Hintergründe, die Ihnen Ihr Arzt nie erzählen würde. Entdecken Sie altes Wissen neu und lesen Sie von neuen Erkenntnissen aus Wissenschaft und Forschung. Sie finden in diesem Buch das Ergebnis von 4 Jahren intensivster Recherche und Selbstversuchen des Autors, welcher seit 2009 von Colitis ulcerosa betroffen ist. Damit erhalten Sie ein geballtes Wissen zu den wichtigsten alternativen Heilmethoden, was Ihnen viel Zeit und Arbeit erspart. Es gibt genug lebende Beweise dafür, dass eine Heilung von chronisch entzündlichen Darmkrankheiten möglich ist. Die Diagnose "unheilbar" stimmt nur dann, wenn Sie sich damit abspeisen lassen. Lassen Sie sich nicht länger für dumm verkaufen und nehmen Sie Ihr Schicksal wieder selbst in die Hand! Colitis ulcerosa ist nicht psychisch oder genetisch bedingt. Es ist eine allergische Reaktion zur Entgiftung des Körpers, hervorgerufen durch Parasiten, mutierte Darmbakterien, falsche Ernährung und Umweltgifte. Mit diesem Buch erhalten Sie Hintergrundwissen und auch Hinweise darauf, was Sie tun können, um diese chronischen Darmerkrankungen in den Griff zu bekommen. Karl-Heinz Wolters ist Jahrgang 1967, Fachinformatiker und seit einigen Jahren als Berater und EDV Administrator eines chinesischen Handelsunternehmens tätig. Nachdem bei ihm 2009 eine Colitis ulcerosa festgestellt wurde, machte er sich auf eine umfangreiche Suche nach Ursachen und Heilmethoden. Der Autor ist ein Querdenker erster Güte, welcher seine Berlegungen mit Ihnen teilt. Er hat durch mehrfache Ernährungsumstellungen Wege gefunden, die Symptome der Krankheit langfristig zu beseitigen und frei von Medikamenten zu leben.