



Coaching

für Körper, Geist und Seele



- Verhaltenstraining
- Hypnocoaching
- klinische Hypnose
- Familienstellen
- Klopfen mit PEP
- NLP
- Kommunikationstechniken

Elmar Egold • Verhaltenstrainer Bad Orb • Tel. 06052-801880 • www.egold-konzept.de • coaching@egold-konzept.de

Übergewicht und Stoffwechselblockaden

Übersäuerung des Bindegewebes

Durch jahrelange Ernährungsfehler sind im Extrazellularraum Schlacken und Toxine abgelegt, die wegen Überlastung der Entgiftungsorgane nicht ausgeschieden werden können. Diese Stoffe behindern durch eine eingeschränkte Diffusion zwischen Blutbahn und Zelle den Stoffwechsel. Das heißt, dass Vitalstoffe (Vitamine, Elektrolyte und Spurenelemente) nur schlecht oder gar nicht zur Zelle gelangen, umgekehrt gilt das gleiche für Abfall, den die Zelle los werden will. Auch der Fettabbau aus der Fettzelle ist deshalb u.U. stark eingeschränkt. Zudem sind Stoffwechselfvorgänge an der Zellmembran im sauren Milieu grundsätzlich eingeschränkt.

Die sicherste Diagnose für die Bindegewebeübersäuerung und die seltene Zellazidose ist ein Säuretagesprofil. Das machen meine Patienten nach Anweisung mit Teststreifen selbst zu Hause und sparen eine teure Laboruntersuchung. Auswertung des Profils und Therapievor schläge erfolgen dann wieder in der Praxis. Eine weitere Methode ist die kinesiologische Austestung evtl. als Vortest.

In schwerwiegenden Fällen sind evtl. 6-10 Infusionen mit Basenstoffen nötig um den Stoffwechsel zu ermöglichen. Meistens reicht eine orale Therapie aus, hier ist jedoch meine Erfahrung, dass die üblichen Basenmittel



über Monate / Jahre eingenommen werden müssen, bevor sich messbar etwas tut. Ich setze jedoch häufig ein Arzneimittel in Kapselform ein, das sich erst im Dünndarm auflöst und sehr wirkungsvoll ist, weil die Basen nicht gleich durch die Magensäure abgepuffert werden.

Zudem ist es notwendig die Entgiftungsorgane (Leber, Niere, Lymphe) anzuregen, im weiteren Sinne gehören auch Haut und Lunge dazu.

Ein weiteres Problem bei Übersäuerung und Stoffwechselblockaden sind Patienten die sogenannte Protonenblocker wegen Sodbrennen einnehmen. Hier wird die Bildung von Magensäure chemisch unterdrückt. Bei der Bildung von Magensäure entsteht im Körper jedoch Hydrogencarbonat, ein benötigter Basenstoff. Dadurch werden zwar die Symptome wie Sodbrennen und Reflux besser, die hoffnungslose Übersäuerung des gesamten Körpers ist bei lang andauerndem Gebrauch jedoch vorprogrammiert.

Weitere Ausführungen zu den sehr nachteiligen Folgen von Übersäuerung im Bezug auf Schmerzsyndrome am Bewegungsapparat (hier sind auch die Harnsäurewerte wichtig), chronische Entzündungen, Herzinfarktrisiko usw. würden jetzt den Rahmen dieser Ausführungen sprengen.

Nahrungsmittelunverträglichkeiten/ Allergien

Oftmals haben Patienten einen extrem aufgedunsenen wabbeligen schwammigen Bauch, der unverhältnismäßig ist und gar nicht zur ganzen Figur passt. Blähungen und wechselnde Stühle mit oft nur mäßigen Verdauungsstörungen sind meist schon lange vorhanden. Bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten bildet der Körper – ähnlich einer Allergie - IGG4 Antikörper. Die Reaktion darauf ist bis zu 2 Tagen versetzt, sodass die Patienten gar nicht feststellen können auf was sie reagieren. Auch hier führen kinesiologicalische Tests weiter, durch ein Blutlabor kann festgestellt werden welche Nahrungsmittel unverträglich sind.

Die Therapie besteht aus Nahrungsmittelkarrenz, Bioresonanztherapie und oral Darm-schleimhautsanierung. Die meisten Personen, die ich behandelt habe konnten praktisch als Nebeneffekt 6 – 8 kg abnehmen. Es handelt sich meistens um Wasser, das in Form eines Ödems im gesamten Bauchraum vorhanden ist, ursächlich ist auch eine Stoffwechselblockade.

Hormonelle Dysbalance

Es gibt 3 Möglichkeiten

- a) Schilddrüsenunterfunktion (Blut-Labor für T3,T4 und TSH)
- b) Hormonstörungen im Zusammenhang mit dem weiblichen Zyklus bzw. der Menopause (Blutlabor/Urinlabor)
- c) Hormonstörung durch Stresshormone : Dauerstress erhöht das körpereigene Hormon Cortisol (Urin/Blutlabor: Stressprofil). Dieses wiederum erhöht permanent den Blutzuckerspiegel, die Fettverbrennung ist dadurch kaum möglich. Stressmanagement und/oder Entspannungstherapien sind nötig.

Mentale Ursachen

Seelische Konflikte, einschränkende oder bestimmende Glaubenssätze, Dauerstress, dysfunktionale systemische Loyalitäten, Familiendynamik, Stressverhalten, Traumata usw. können zu dauerhaften Stoffwechselblockaden führen.

Hier können Coaching, Familienstellen oder Psychotherapie helfen.

Der Aufsatz entstand 2007 in Zusammenarbeit mit Klaus Roskoni, Heilpraktiker, Birstein.