

Denkens und Handelns – hier geht es darum, vorhandene Prozesse der Selbstreorganisation zu erkennen, anzuregen oder zu verstärken .

HOCHDOSIERTE HEILPFLANZEN-EXTRAKTE

Die pharmazeutische Industrie hat es mit ihrer sehr speziellen kaufmännischen Ausrichtung in den letzten Jahrzehnten geschafft, die Naturheilkunde in eine stau- bige Öko-Ecke zu schieben. Nennenswerte Profite können nur dann erwirtschaftet werden, wenn neue Formeln gefunden werden, die patentierbar sind. Studien über Heilkräuter oder gar Heilkräuterrezepturen können daher niemals profitabel sein, da es nun mal kein Patent auf z.B. Broccoli geben kann. Und dennoch gibt es in den letzten Jahren vor allem in den USA Forschungsgelder, mit denen die Wirksamkeit von standardisierten Heilpflanzen-Extrakten erforscht wird. Die neuen Erkenntnisse haben dazu geführt, dass es nun erste ernstzunehmende Erfolge bei der Anwendung von hochdosierten Heilpflanzen-Extrakten gibt. So können immer mehr pharmazeutische Produkte in ihrer Dosis reduziert werden bei gleichzeitiger Gabe von hochdosierten Naturmedizinrezepturen. Sogar der vollständige Verzicht auf Pharmazeutika erscheint bei einer Vielzahl von chronischen Erkrankungen nicht mehr ausgeschlossen. Ein ganz wichtiger Schritt!

PILZE UND HEILPFLANZEN STATT INSULIN

Diabetes mellitus ist in Österreich sowie Deutschland die Volkskrankheit schlechthin. Bewegungsmangel und schlechte Ernährungsgewohnheiten führen in der Gesellschaft seit langem zu einer weiter steigenden Anzahl an Diabetikern. Prävalenzschätzungen der International Diabetes Federation (IDF) gehen von der ungeheuren Zahl von 12 Prozent aller Erwachsenen in Deutschland aus, hiervon 90 Prozent Typ-2-Diabetiker.

Bis zu 10 Prozent aller Ausgaben in den Gesundheitssystemen der Industrieländer beansprucht die Zuckerkrankheit, gerade auch aufgrund der großen Anzahl an Begleit- und Folgeerkrankungen. Der manifeste Diabetes mellitus kann mit modernen Therapeutika gut eingestellt werden. Allerdings fehlt es an präventiven Behandlungsmöglichkeiten sowie der Verhinderung und Linderung der Komplikationen. Gerade hier bietet die Ethnomedizin vielfältige Therapieansätze!

Dazu muss man die verschiedenen Phasen der Erkrankung differenziert betrachten:

Die prädiabetische Phase speziell des Typ-2-Diabetes geht meist mit einer Glukosetoleranzstörung und einem begleitenden metabolischen Syndrom einher. Gerade in den Ländern der 2. und 3. Welt sorgt eine menschenverachtende Nahrungssuchtmittelindustrie für massive

Fehlernährung mit katastrophalen Auswirkungen auf den Zuckerstoffwechsel des Körpers und sich daraus ergebenden Krankheiten. Während für die Industriestaaten das ungünstige Nahrungsverhalten (nicht zuletzt durch geschickte Manipulationen von Gesetzen rund um Verpackung und Deklaration der Inhaltsstoffe) zur Gewohnheit geworden ist, so ist auch der Einsatz von Insulin zur Gewohnheit geworden. Nach dem Motto „Wir haben genug Insulin für alle - alles kann wieder bedenkenlos gegessen werden“. Doch sollte Medizin nicht immer das letzte Mittel sein, zu dem man greift, wenn alle anderen natürlichen Versuche fehlgeschlagen sind. Wer bereit ist, aufmerksam und bewusst zu leben, kann über Bewegung und klug ausgewähltes Essen im Zusammenspiel mit den richtigen Heilpflanzenextrakten aus den verschiedenen Teilen der Welt sein Diabetesrisiko in den Griff bekommen und Insulin überflüssig machen.

Hier eine Auswahl von Pflanzenextrakten, die in der Lage sind, den Zuckerspiegel signifikant zu senken:

- Rehmanniawurzel-Extrakt (aus *Rehmanniae radix*): Dieses alte Mittel aus der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) wirkt nachweislich antidiabetisch und kann beispielsweise durch Diabetes hervorgerufene Nierenschäden verhindern.
- Coprinuspilz-Fruchtkörperextrakt mit den darin enthaltenen 30 % Polysacchariden wird aus dem Vitalpilz



Kahi Academy

Laufende Ausbildungen im Schloss Laubegg:
09.02.19 Kahi Life Coach - Modul 4
16.02.19 Kahi Life Coach - Modul 1

Im Schloss St. Georgen:
12.02.19 Geistige Wirbelsäulenaufrichtung
Therapeutenausbildung

Vorträge im Feb.:
11.02.19 Change it - Power Vortrag, Fresing
19.02.19 Die Wirbelsäule - Stütze unseres Lebens, Straden

Weitere Informationen und Anmeldung unter:
www.kahi.academy

Coprinus (*Coprinus comatus*) gewonnen, welcher ebenfalls seit Jahrtausenden in der Traditionellen Chinesischen Medizin zur Anwendung kommt. Er wirkt durch das enthaltene Spurenelement Vanadium blutzuckersenkend und besitzt nachgewiesenermaßen eine Schutzwirkung auf die Langerhans-Inseln.

- Kurkuma-Extrakt (aus *Curcuma longa*) unterstützt die traditionelle Diabetes-Therapie, indem es die Insulinresistenz herabsenkt. Das in Kurkuma enthaltene Kurkumin (95 %) wirkt antioxidativ, entzündungshemmend und setzt die Insulinresistenz herab.
- Zimt (*Cinnamomum verum*) gehört zu den Lorbeer- gewächsen – die in ihm enthaltenen wasserlöslichen Polyphenole sind in der Lage, den Blutzuckerspiegel von Menschen mit Typ-2-Diabetes zu senken.
- Bockshornkleesamen-Extrakt (aus *Trigonella foenum-graecum*) beinhaltet die Aminosäure 4-Hydroxy- Isoleucin, welche die Insulinresistenz bei Patienten mit Typ-2-Diabetes senken kann.
- Brennnesselblatt-Extrakt (aus *Urtica*) beinhaltet 2% Kieselsäure (Silizium), welche unterstützend bei der Senkung des Blutzuckerspiegels wirkt.
- Wakame (*Undaria pinnatifida*) ist eine aus Ostasien stam- mende Braunalgenart, deren Antioxidans Fucoxanthin die Synthese von DHA in der Leber fördert. Gemeinsam mit der fettverbrennenden Funktion des Proteins UCP1 wirkt Wakame Diabetes effektiv entgegen.
- Buchweizenkrautpulver (*Fagopyrum*) trägt erwiesener- maßen dazu bei, den Blutzuckerspiegel aktiv zu senken.
- Grüner-Tee-Extrakt beinhaltet 50% Polyphenole wie etwa Flavonoide, Flavanole und EGCG (Haupt-Catechin), welche dazu beitragen, den Fett- und Zuckerstoff- wechsel zu modulieren und einen steilen Anstieg des Blutzuckerspiegels zu verhindern.
- Heidelbeer-Fruchtextrakt (aus *Vaccinium myrtillus*) weist 1 % Anthocyane auf – der Pflanzenfarbstoff reguliert den Blutzuckerspiegel und regt die Verbrennung von Bauchfett an.
- Chrom-III-Chlorid wirkt unterstützend bei der Senkung des Blutzuckers und der Blutfettwerte und trägt nach- gewiesenermaßen zu einer insgesamt verbesserten Lebensqualität bei.
- Maitake-Fruchtkörperextrakt, gewonnen aus dem in der TCM verwendeten Maitake-Pilz (*Grifola frondo- sa*), beinhaltet 10 % Polysaccharide. Der Extrakt erhöht insbesondere bei Diabetes-Typ 2 die Sensitivität der In- sulinrezeptoren, wodurch Glukose früher vom Körper erkannt werden kann.
- Strauchpäonienwurzelrinden-Extrakt (aus *Paeonia suffruticosa* Grp.) verfügt unter anderem über antioxi- datives Potenzial, das die Malondialdehydkonzentration verringern kann.
- Die Inhaltsstoffe des Yamswurzelstock-Extrakts (Stamm- pflanze: *Dioscorea*), zu denen unter anderem Stärke und Diosgenin gehören, sind in der Lage, die Blutzuckerwer- te signifikant zu senken.
- Kokospilz-Fruchtkörperextrakt (aus *Poriae sclerotium*

cocos albae) wirkt unter anderem anti-hyperglykämisch, was auf die enthaltenen Triterpene zurückzuführen ist.

- Orientalischer-Froschlöffelerspross-Extrakt (aus *Alisma orientale*) wird in der TCM bei Diabetes eingesetzt, da es sich dabei um ein harntreibendes Mittel handelt.
- Asiatische-Kornelkirsche-Fruchtextrakt (aus *Cornus offi- cinalis*) ist äußerst reich an Vitamin C und gleichzeitig für Diabetiker geeignet, da die Frucht nur wenig Zucker ent- hält.
- Pyridoxin HCl als Vitamin B6 beugt der Diabetischen Neuropathie vor. Eine weitere positive Eigenschaft des Vitamins ist, dass es die Umwandlung von Proteinen in Zucker hemmt.
- Zinkoxid wird sowohl zur Therapie als auch zur Propy- laxe von Diabetes eingesetzt: Das Spurenelement Zink unterstützt laut medizinischer Untersuchungen die Insu- linwirkung.

ERFAHRUNGEN MIT DER EINNAHME SPEZIELLER KRÄUTERREZEPTUREN

Die regelmäßige hochdosierte Einnahme von einzelnen die- ser Heilkräuter oder gar einer speziellen Rezeptur, die die wichtigsten dieser genannten Heilkräuter in hoher Dosis enthält kann, so beobachte ich dies seit vielen Jahren in meiner Praxis, dazu führen, dass der Einsatz von Antidi- abetika nicht nur verringert, sondern oftmals auch ganz überflüssig wird. Diese Heilkräuterrezepturen können ihr volles Wirkpotential besonders dann entfalten, wenn es gelingt durch Sport und Ernährungsanpassung günstige Rahmenbedingungen zu schaffen.

Eine spezielle Diabetes Komplex-Rezeptur, die ich in meiner Praxis mit gutem Erfolg einsetze, wirkt aufgrund ihrer viel- zähligen, bewährten und zuckersenkenden Ingredienzien sowohl prophylaktisch bei einer beginnenden Diabete- serkrankung als auch therapeutisch begleitend mit dem Ziel, den Zuckerspiegel so zu senken, dass weniger Anti- diabetika eingenommen werden müssen. So sind es unter anderem das enthaltene Kurkumin, Fucoxanthin, Zink und 4-Hydroxy-Isoleucin sowie Polyphenole, Omega-3-Fett- säuren und Anthocyane, die den Wirkkomplex bilden. Verschiedene Inhaltsstoffe wie Maitake, Coprinus und Wa- kame, die auch in der Traditionellen Chinesischen Medizin zum Einsatz kommen, finden hier außerdem Anwendung. Aus meiner täglichen Arbeit kann ich inzwischen von vie- len Dutzenden Patienten berichten, die mit dieser Rezeptur ihren Insulinbedarf deutlich reduzieren und in vielen Fällen auf 0 runterfahren konnten. Diejenigen, die ganz auf Insu- lin verzichten konnten, haben alle gemeinsam, dass sie ihre Sport- und Essensgewohnheiten vollständig transformiert haben.

Zutaten Rezeptur Diabetes-Komplex:

Rehmanniawurzel-Extrakt 10:1 (14,3 g/100 g), Zimt-Ex- trakt 10:1 (12,7 g/100 g), Bockshornkleesamen-Extrakt 10:1 (7,6 g/100 g), Brennnesselblatt-Extrakt 10:1 (6,3 g/100 g,

enthält 2 % Kieselsäure – 127 mg/100 g), Buchweizenkrautpulver (6,3 g/100 g), Grüner-Tee-Extrakt (6,3 g/100 g, enthält 50 % Polyphenole – 3,15 g/100 g), Heidelbeerfruchtextrakt (6,3 g/100 g, enthält 1 % Anthocyane – 630 mg/100 g), Kurkuma-Extrakt 20:1 (6,3 g/100 g, enthält 95 % Kurkumin – 6,0 g/100 g), Braunalgenpulver (3,2 g/100 g, *Undaria pinnatifida*), Coprinuspilz-Fruchtkörperextrakt (3,2 g/100 g, enthält 30 % Polysaccharide – 1,0 g/100 g), Maitake-Fruchtkörperextrakt (3,2 g/100 g, enthält 10 % Polysaccharide – 320 mg/100 g), Strauchpäonienwurzelrinden-Extrakt 10:1 (1,6 g/100 g), Yamswurzelstock-Extrakt (1,6 g/100 g, enthält 20 % Diosgenin – 320 mg/100 g), Kokospilz-Fruchtkörperextrakt 10:1 (1,6 g/100 g), Orientalischer-Froschlöffelerspross-Extrakt 10:1 (1,6 g/100 g), Asiatische-Kornelkirsche-Fruchtextrakt 4:1 (1,6 g/100 g), Zinkoxid (660 mg/100 g), Pyridoxin-Hydrochlorid (Vitamin B6, 104 mg/100 g), Chrom(III)chlorid-hexahydrat (2,5 mg/100 g) In ähnlicher Weise liefert das traditionelle Heilwissen der großen Kulturen unseres Planeten für fast jede chronische Erkrankung die passenden Heilpflanzen. Aktuelle Studienergebnisse zeigen, dass die modernen Extraktionsverfahren es ermöglichen neue klare Standards zu setzen. So kann der hochdosierte Einsatz von speziellen Heilpflanzenextrakten ganz neue Behandlungsoptionen eröffnen. ■

Literatur:

Die Ethno Health Apotheke, Via Nova Verlag 2017

Zum Autor:

Dr.med. Ingfried Hobert

Arzt für Ganzheitsmedizin und Ethnomedizin in eigener Praxis in Steinhude. Hier verbindet er das Beste aus verschiedenen Welten miteinander: Schulmedizin, Naturheilkunde und traditionelles Heilwissen anderer Kulturen. Er ist Autor zahlreicher Gesundheitsratgeber und Bücher über traditionelle Heilverfahren. Ihm wurde es zu Lebensaufgabe die Jahrtausende alten Weisheiten der Heilkünste anderer Kulturen zu erforschen und auf ihre Anwendbarkeit im Westen zu prüfen. In einem eigens entwickelten ganzheitlichen Therapiekonzept wendet er dieses Wissen mit großer Leidenschaft in seiner Praxis an.

Infos zur Diabetes-Rezeptur über:

www.drhobert.de oder www.medicalparc.de

Dr.med. Ingfried Hobert

Facharzt für Allgemeinmedizin, TCM, Ethnomedizin

Leinenweberstraße 19

D-31515 Steinhude am Meer

Tel. +49(0)5033/95030

e-mail: praxis@drhobert.de

www.drhobert.de

Margarete Ott

WAL- UND DELFINREISEN AUF DEN AZOREN

Inmitten des Atlantik befindet sich die Inselgruppe der Azoren und dort genau auf die Insel Faial begeben Sie sich mit mir zu den Walen und Delfinen. Einem Wal im weiten Ozean zu begegnen ist etwas ganz Besonderes und bleibt für immer in unserem Gedächtnis ... und in unserem Herzen. Wir hatten bei unserer letzten Reise wunderbare Begegnungen mit Blauwalen, Zwergwalen, Finnwalen, Buckelwalen, Seiwalen und natürlich den Pottwalen, welche das ganze Jahr über rund um die Azoren zuhause sind. Die Erhabenheit, mit welcher ein Wal im Wasser liegt, ist unbeschreiblich schön, ja nahezu majestätisch!

Wir sind auf dem Boot ganz leise und respektvoll, brechen nicht in Jubelschreie aus, wenn der Wal abtaucht und seine Fluke zeigt – was ein besonderes Geschenk für die Menschen ist, denen er begegnet. Meistens treffen wir auf unseren Ausfahrten zu den Walen auch Delfinen, denn wo Wale sind, da sind auch Delfine! Viele Menschen tragen die Liebe zu den Delfinen im Herzen und fühlen sich zu ihnen hingezogen, als würden die Delfine sie rufen. Und so wird es wahrscheinlich auch sein. Die Delfine sind wie Engel, welche durch die Meere ziehen. Wenn wir ihnen begegnen,

lösen sie eine ganz tiefe Freude in uns aus und zaubern sofort ein Lächeln auf unser Gesicht. Wenn wir zu ihnen ins Wasser dürfen, dann ist das etwas ganz Spezielles, ihnen so nahe zu sein, und manchmal kommen sie ganz nahe heran, begrüßen uns und sind erfreut uns zu sehen. Es kann aber auch sein, dass sie wegschwimmen, sobald wir ins Wasser gehen und wir dann nur noch ihre Blubberblasen sehen. Das respektieren wir dann und immer springen sie dann um unser Boot herum und reiten oft in den Bugwellen.

Es ist mir eine Herzensangelegenheit meinen Gästen die Begegnung mit den Walen und Delfinen zu einem einzigartigen und unvergesslichen Erlebnis werden zu lassen. ■

