

# „Ausleitung stimmt (nicht) immer“

## Erst Lebenskräfte stabilisieren, dann entgiften

Als ich vor über 25 Jahren meine Ausbildung zur Heilpraktikerin machte, sagte einer der Dozenten an unserer Schule: „Wenn ihr gar keine Ahnung habt, was ihr mit euren Patienten machen sollt, dann leitet aus, Ausleitung stimmt immer.“ Damals hatte unser Dozent damit sicher Recht, der zudem ein erfahrener und viel beehrter Heilpraktiker war. Meine Praxiserfahrung der letzten 15 Jahre zeigt aber, dass dieser Satz für den heutigen Patienten immer weniger stimmt. Unsere Umwelt- und Lebensbedingungen haben sich in den letzten Jahren schnell und tiefgreifend verändert, wie man z. B. an steigenden Belastungen durch Umwelttoxinen in Nahrung, Wasser und Luft oder psychischem Stress am Arbeitsplatz und in den Familien sehen kann. Zu schnelle Veränderungen erzeugen Druck, und viele meiner Patienten kommen mit einem Erschöpfungssyndrom, wenn nicht gar mit Burnout-Symptomatik, zur Erstkonsultation.

Ausleitungsverfahren, gleich welcher Art, bedürfen eines gewissen Maßes an Lebenskraft, um die Toxine über die natürlichen Ausleitungswege Leber/Darm, Niere/Harnwege, Haut/Schweiß sowie über die Lymphe auszu-

leiten. Sind keine Energiereserven vorhanden, werden die Ausleitungsorgane angeregt, aber die Stoffwechseltoxine nicht genügend ausgeschieden. Diese verlagern sich in ein anderes Organsystem und bringen so ein neues Beschwerdebild hervor.

Der Interzellularraum, auch Pischinger-Raum genannt, bedarf besonderer Aufmerksamkeit bei allen Ausleitungsverfahren. Der nur mikroskopisch erkennbare winzige Abstand zwischen den einzelnen Körperzellen ist mit einem klaren Sekret gefüllt, der Zwischenzellularflüssigkeit. Auf den ganzen Menschen bezogen macht diese bei einem Erwachsenen im Schnitt 17 Liter aus. In diesem „Raum“ findet der gesamte Stoffwechsel des Körpers statt, inklusive der Weiterleitung von Nervenimpulsen. Außerdem hat der Interzellularraum einen großen Einfluss auf die Festigkeit und Flexibilität der einzelnen Körpergewebe. Ist dieser Raum durch Stoffwechseltoxine belastet, so ist gut nachvollziehbar, dass Signale zwischen den Zellen nur unzureichend weitergegeben werden können und auch die Körpergewebestrukturen sich krankhaft verändern. Dies kann eine ganze Kaskade von Beschwerden in Gang setzen.

Ausleitungsverfahren reinigen nicht nur den Körper, sondern auch die Seele und den Geist. Wer schon einmal eine Heilfastenkur durchgeführt hat, weiß um die seelischen Achterbahnfahrten während dieser Zeit. Hoffentlich ist aber auch die höhere Sensibilität danach in Erinnerung geblieben, wenn die Welt in einem klaren Licht erscheint und Entscheidungen leicht fallen.

Fasten ist eine wunderbare traditionelle Methode der Körper-Seele-Geist-Reinigung. In der heutigen Zeit ist sie, neben der täglichen Arbeit, aber nur noch für die Stabileren unter uns angezeigt.

Daher sucht die Naturheilkunde immer wieder nach Wegen, um die positiven Auswirkungen einer Ausleitung dem belasteten Patienten zugänglich zu machen, ohne ihn dabei zu überfordern.

Im Folgenden teile ich mit Ihnen meine Erfahrungen und erläutere meine Vorgehensweise bei der Ausleitung von Stoffwechseltoxinen und Umwelttoxinen anhand eines Fallbeispiels:

**Ausleitung in der Praxis** Herr W., 40 Jahre, ist Pilot für Langstreckenflüge und leidet



seit Jahren an einer chronischen Sinusitis. Dies ist in seinem Beruf (Druckausgleich bei Start und Landung) eine sehr behindernde und unangenehme Erkrankung. Er hat viele Antibiotikatherapien hinter sich, doch keine führte zu einem dauerhaften Heilerfolg.

Der Patient wirkt erschöpft. Bei der körperlichen Untersuchung fällt in der Pulsdiagnostik eine starke nervliche Belastung auf, Leber und Niere sind geschwächt. Der Zungenbefund bestätigt die Leberbelastung. Er leidet an Obstipation. Die Gesichtshaut ist grau, ihr Turgor schlaff, zudem hat Herr W. tiefe dunkle Augenringe. Im Zahnbefund zeigen sich 12 (!) Amalgamplomben. Die Stirn- und Nebenhöhlen sind klopfempfindlich, die Ohren frei, die Sprache ist leicht nasal.

Herr W. erzählt, dass er versucht, auf genügend Schlaf zu achten, aber das Gefühl habe, nie wirklich ausgeschlafen zu sein. Er führt dies auf die häufigen Zeitverschiebungen zurück.

Weitere Auffälligkeiten sind: häufiger Gebrauch von Analgetika bei Sinusitis, unregelmäßige Nahrungsaufnahme und regelmäßiger Genuss von Alkohol nach Dienstschluss.

Ich mache Herrn W. darauf aufmerksam, dass eine nachhaltige Sanierung der Sinusitiden nur möglich sei, wenn zu gegebener Zeit das Amalgam entfernt würde, jedoch noch nicht jetzt, da er sich in einem energetisch geschwächten Zustand befinde.

Er ist von dieser Empfehlung nicht begeistert und will erst einmal ausprobieren, ob meine Behandlung überhaupt bei ihm anspricht.

### Meine geplante Vorgehensweise:

1. Aufbau und Rhythmisierung plus Stärkung der Abwehrkräfte mit Schmerzbehandlung der Sinusitiden

2. Ausleitung mit Schwerpunkt Leber- und Nierenstärkung

3. Erst nach Entfernung des ganzen Amalgams ist dessen Ausleitung geplant (nach Dr. med. Klinghardt)

4. Für die weitere Zukunft des Patienten: Aufbau und Ausleitung als Lifestyle

**Aufbau und Rhythmisierung** Aufbau und Rhythmisierung mit spagyrischen Mitteln (in meiner Praxis wende ich die Spagyrik nach Alexander von Bernus an) steht heute bei den meisten meiner Patienten zu Beginn eines Behandlungskonzeptes. Die der Sonne zugeordneten Goldmittel und das dem Mond

zugeordnete Silbermittel kräftigen den Körper und reinigen vor allem auch die Psyche. Körperlicher Aufbau und Rhythmisierung kann als Folge einer Ausleitung auf feinstofflicher Ebene interpretiert werden. Verflüchtigen sich erst die negativen Gedankenmuster und kehrt wieder eine heitere Gelassenheit ins Herz zurück, dann fühlt sich der Patient aus seinem Innersten heraus vitaler und kräftiger. Es ist ein Aufbau, der aller Erfahrung nach nachhaltiger und tiefer wirkt, als dies mit Nahrungsergänzungsmitteln erreicht werden kann.

### Herr W. erhält zunächst folgende Verordnung:

- Solunat Nr. 2 (Aquavit): stärkt in erster Linie bei körperlichen Schwächezuständen. Es regt die Verdauung an, ist ein Tonikum in der Rekonvaleszenz und bei vorzeitigen Alterserscheinungen. Es wirkt auf den ganzen Menschen stark positiv.

- Solunat Nr. 17 (Sanguisol): wirkt belebend bei allen psychischen Schwächezuständen und bei depressiver Stimmungslage. Es wird das seelisch-geistige Lebenselixier genannt und soll im Fall von Herrn W. die Goldwirkung von Aquavit verstärken.

- Solunat Nr. 4 (Cerebretik): als lunares Mittel wirkt Cerebretik psychisch und physisch entspannend und entkrampfend. Es stärkt das gesamte Vegetativum und führt zu tieferem und erholsamerem Schlaf. Durch das darin enthaltene Silber ist es der Gegenpol zu den Solunaten Nr. 2 und 17. Es wird anfangs immer in kleiner Dosierung verabreicht, da es bei zu hoher Dosierung zwar keinen Schaden setzt, aber kurzzeitig zu unangenehmen „Entladungen“ des angespannten, vegetativen Nervensystems kommen kann. Falls erforderlich, kann eine Steigerung der Mittelgabe nach ca. 10-14 Tagen angeordnet werden.

Bei der Rhythmisierung ist es wichtig, die solaren Goldmittel morgens und, je nach Fall, auch mittags zu verordnen. Das Silbermittel wird am Abend und ggf. auch zur Nachtruhe eingenommen.

Herr W. erhält die Anweisung, während seiner Arbeit als Pilot die Rhythmisierung entsprechend der Ortszeit seines Aufenthaltsortes durchzuführen.

### Zur Stärkung der Abwehrkräfte verordne ich:

- Solunat Nr. 3 (Azinat): reguliert gestörte immunologische Vorgänge und wirkt entzündungshemmend.

## Zur Schmerzbehandlung erhält er außerdem:

- Solunat Nr. 28 (Ätherische Essenz Nr. I) plus Solunat Nr. 29 (Ätherische Essenz Nr. II): 1:1 gemischt. Nr. 28 beruhigt Nerven und Muskeln und hat somit eine schmerzstillende Wirkung. Nr. 29 wirkt schleimlösend und durchwärmend. Beide Essenzen in einem Mischungsverhältnis von 1:1 eignen sich sehr gut zur Behandlung von Sinusitis und Otitis media. Herr W. soll diese Mischung nach Bedarf bis zu viermal täglich unverdünnt auf Stirn- und Nebenhöhlen auftragen.

Nach vier Wochen stellt sich Herr W. wieder in meiner Praxis vor. Trotz gleichbleibender Arbeitsbelastung wirkt er frischer. Seine Haut ist besser durchblutet, die Obstipation etwas gebessert, der Schlaf tiefer und die Sinusitis weniger schmerzhaft. Er ist dazu übergegangen, die Mischung der ätherischen Essenzen regelmäßig vor Start und Landeanflug aufzutragen, was ihm deutliche Erleichterung verschafft. Es ist in den vergangenen vier Wochen zu keinem erneuten akuten Schub der Sinusitis mehr gekommen.

Herr W. hat Vertrauen in meine Behandlung gefasst und sich bei seinem Zahnarzt über die Kosten einer kompletten Zahnsanierung informiert. Ich rate ihm ab, im augenblicklichen Zustand damit zu beginnen, der zwar erfreulich besser, aber noch nicht gefestigt erscheint.

**Ausleitung** Ich gehe jetzt zum zweiten Schritt meines Behandlungsplanes über und verordne Herrn W. für weitere vier Wochen:

- Solunat Nr.6 (Dyskrasin): wirkt im Sinne der Humoralpathologie reinigend auf alle Körpersäfte. Es leitet Toxine aus dem Interzellularraum über die Haut aus.
- Solunat Nr. 8 (Hepatik): aktiviert den Leberstoffwechsel und regt die Gallensaftproduktion an. Es entlastet das Leberparenchym von Stoffwechseltoxinen und leitet diese über den Darm aus. Ich beobachte bei mehreren meiner Patienten, dass das Verlangen nach alkoholischen Getränken unter der Einnahme deutlich nachlässt und sogar manche der regelmäßig Trinkenden nach einigen Wochen ganz auf Alkohol verzichten, da er ihnen nicht mehr schmeckt (dies ist jedoch nur eine Beobachtung und keine gesicherte Erkenntnis).
- Solunat Nr. 16 (Renalin): wirkt stärkend und anregend auf die Nierentätigkeit. Bei Patienten mit Belastung durch Amalgam ist seine Verordnung sehr wichtig, da gerade das Nierenparenchym besonders stark unter dieser Intoxikation leidet.

- Auf Solunat Nr. 9 (Lymphatik) verzichte ich im Falle von Herrn W., um die konkrete Umsetzung der Therapie für ihn während seiner Arbeit so leicht wie möglich zu gestalten.

- Die äußerliche Behandlung mit den ätherischen Essenzen behält Herr W. auch während der Ausleitungsphase bei.

Bei der Kontrolluntersuchung vier Wochen später klagt Herr W. über vermehrte Müdigkeit und bedauert, dass er die Aufbaumittel in den vergangenen Wochen nicht eingenommen hat.

Ich empfehle ihm jetzt folgende Vorgehensweise: Zwei Wochen Aufbau und zwei Wochen Ausleitung im rhythmischen Wechsel, idealerweise den Mondrhythmen angepasst, d.h. Ausleitung zum abnehmenden Mond und Aufbau zum zunehmenden Mond.

Herr W. schaut mich kritisch an, ist aber bereit, sich auf diesen „verrückten heilpraktischen Vorschlag“ einzulassen. Er kommt nach weiteren acht Wochen wieder zur Kontrolle und erzählt mir begeistert, dass er sich frisch fühle und bisher keine akute Sinusitis mehr hatte. Allerdings spürt er immer wieder einen Druckschmerz im Bereich der Nebenhöhlen. Herr W. plant jetzt die Amalgamentfernung.

**Amalgamsanierung** Diese wird mit Beta-Reurella-Algen (Süßwasseralgen) begleitet, entsprechend den Anweisungen nach Klinghardt, d.h., zunächst wird an den Tagen der Amalgamentfernung eine sehr hohe Dosis Algen eingenommen. Dadurch wird einer nicht zu vermeidenden zusätzlichen Amalgambelastung vorgebeugt. Die Aufbau- und Ausleitungsbehandlung mit den Solunaten läuft für Herrn W. weiter wie bisher. Er achtet darauf, dass die Zahnarzttermine immer in der Ausleitungsphase (abnehmender Mond) liegen. Nach vier Monaten sind alle Amalgamplomben entfernt.

Die Therapie wird jetzt wie folgt umgestellt: Herr W. führt nur noch die Ausleitungstherapie durch. Diese soll nur unterbrochen werden, wenn Schwächezeichen wie abnorme Müdigkeit und Abgeschlagenheit auftreten. Nach drei Monaten Ausleitung ist eine Aufbau- und Rhythmisierungskur über vier Wochen geplant, um dann wieder mit neuer Kraft eine weitere dreimonatige Ausleitung durchzuführen. Während der Aufbauphase behält er die weiter unten beschriebene Einnahme der Algen bei.

Erfahrungsgemäß dauern Amalgamausleitungen je nach Vitalität des Patienten mindestens ein Jahr, realistisch sind zwei Jahre.

## Ausleitung nach Amalgamentfernung

Die Solunate Nr. 6, Nr. 8 und Nr. 16 werden wie weiter oben beschrieben verordnet. Es sollte berücksichtigt werden, dass eine Ausleitung der Lymphe angezeigt sein kann, dann sollte zusätzlich zu Nr. 6 Solunat Nr. 9 gegeben werden. Es ist auch möglich, falls die Leber des Patienten keine Belastungszeichen zeigt, Solunat Nr. 8 ganz wegzulassen. Auf jeden Fall sollte immer die Compliance des Patienten im Auge behalten werden.

Zusätzlich verordne ich nach der Amalgamentfernung weiterhin die Algen-Tabletten, die das Amalgam binden. Während der ersten Phase der Amalgamausleitung, die ca. sechs bis acht Monate dauern kann, gebe ich weiterhin Ceres Allium ursinum Urtinktur. Bärlauch löst Amalgamintoxikationen aus dem Bindegewebe.

In der zweiten Ausleitungsphase, die sich der ersten unmittelbar anschließt, wird das Nervengewebe von Amalgamintoxikation gereinigt. Neben den oben genannten Solunaten und Algentabletten kommt jetzt Ceres Coriandrum Urtinktur zum Einsatz. Frischer Koriander ist meines Wissens bisher die einzige Heilpflanze, von der bekannt ist, dass sie Schwermetallionen aus dem Nervengewebe ausleiten kann. Die Ausleitung aus Binde- und Nervengewebe zeitlich zu trennen, hat sich bei Patienten mit großer beruflicher Belastung und/oder erhöhter Sensitivität bewährt.

Geht man beide Gewebe gleichzeitig an, werden die freigesetzten Toxine unter Umständen nicht vollständig ausgeschieden, und es kann zu Rückvergiftungserscheinungen kommen.

Herr W. stellt sich erst nach der ersten Phase der Amalgamausleitung, in seinem Falle nach neun Monaten, wieder vor. In der Zwischenzeit hielten wir monatlichen Telefonkontakt. Er führte die Medikation zuverlässig durch und hielt auch die Aufbauphasen ein. Es ging ihm in dieser Zeit gut, er war belastbar und hatte keine Schmerzen mehr im Bereich der Stirn- und Nebenhöhlen. Das Auftragen der ätherischen Essenzen hat er beendet und benötigt diese auch weiterhin nicht mehr. Ich schlage ihm eine Einnahmepause von ein bis zwei Monaten vor, was ich all meinen Patienten bei Amalgamausleitungen anbiete.

Nach so langer Zeit ständiger Tropfen- und Tabletteneinnahme kann auch den diszipliniertesten Patienten die Geduld verlassen. Es ist durchaus möglich, die Amalgamausleitung nach der ersten zu unterbrechen und dann mit neuem Elan in die zweite Phase zu gehen.

Nicht so Herr W. Er wollte die Ausleitung ein für alle Mal hinter sich bringen und zog sich über acht Monate aus meiner Praxis komplett zurück – kein Anruf mehr – nichts. Ich dachte manches Mal an ihn und war überzeugt, dass er die zweite Ausleitungsphase für sich gestrichen hatte. Wie habe ich das Durchhaltevermögen des Herrn W. unterschätzt! Nach acht Monaten kam er und meinte, jetzt sei es wohl genug.

Verglichen zu seinem ersten Besuch waren die Veränderungen gravierend: Vor mir stand ein vitaler, strahlender Mann, gut gelaunt, mit frischer Haut und seit knapp zwei Jahren ohne Sinusitis. Er hat aus Neugierde die Stirn- und Nebenhöhlen röntgen lassen – o. B.

Seinen Alkoholkonsum hat er drastisch reduziert. Er trinkt nur noch bei Feierlichkeiten ein Glas Wein oder Sekt, ab und an mal ein Glas Bier zum Essen. Trotz seiner beruflichen Belastung, bezogen auf einen rhythmischen Tagesablauf, ist sein Schlaf gleichbleibend gut geblieben, auch nach Absetzen der spagyrischen Mittel.

Ich rate ihm, ein- bis zweimal jährlich eine kombinierte Aufbau- und Ausleitungstherapie, sozusagen als Lifestyle-Maßnahme, präventiv beizubehalten.

**Ausleitung als Lifestyle** Alle Menschen über 35 Jahre, insbesondere in unserer westlichen Industriegesellschaft, sind gut beraten, einmal jährlich eine Ausleitungstherapie durchzuführen. Menschen über 50 sollten dies sogar eher zweimal jährlich beherzigen.

Wie viel Leid ließe sich vermeiden, wenn der kleine, innere Widerstand erfolgreich überwunden würde und es nicht nur bei guten Silvestervorsätzen bliebe.

Warum haben unsere Großmütter und Großväter ein- bis zweimal jährlich, traditionell vor Ostern und ein zweites Mal, je nach Landstrich, zur Traubenlese (Trauben- oder Federweißerkur), spätestens aber im Advent, eine Fastenzeit durchgeführt? Zu diesen Zeiten wurde schmalere Kost verordnet, begleitet von Kräuterteerezepturen. Nur aus religiösen Gründen?

Ich bin der Meinung, dass unsere Vorväter und -mütter ganz pragmatisch handelten. Es gab vor dem 20. Jahrhundert keine Krankenversicherung. Da hieß es: Alles tun, um gesund zu bleiben! Eine Krankheit, insbesondere eine chronische und schwere Krankheit, konnte den Ruin für die ganze Familie bedeuten.

Warum haben wir das vergessen? Ist es so bequem geworden und finanziell relativ ungefährlich, Krankheit zu riskieren – bis sie uns einholt?

Zuweilen komme ich mir wie eine Ruferin in der Wüste vor, aber ich gebe nicht auf und ermuntere auch Sie, liebe Kollegin, lieber Kollege, das Gleiche zu tun: Erinnern Sie Ihre Patienten immer wieder an ein rhythmisches, heilsames Leben.

Es gibt die Zeiten des Feierns und der Fülle, aber als Dauerzustand führt dies zur Krankheit. Es ist heilsam, auch Zeit für Stille und Loslassen auf körperlicher wie seelisch-geistiger Ebene

einzuplanen. Dann kann man auch die Fülle wirklich genießen.

Eine Ausleitungskur, bei Bedarf kombiniert mit einer Aufbau- und Rhythmisierungskur, ist so einfach durchzuführen. Wenn wir unserem Patienten für diese Zeit dann noch einen Ernährungsplan mit leichter Kost mit auf den Weg geben, dann kann es zwar passieren, dass er nicht mehr so häufig unsere Hilfe braucht, aber dafür wird er uns Freunde, Kollegen und Familienangehörige schicken.

Wir werden nicht arbeitslos, wenn wir unsere Patienten zu nachhaltiger Gesundheit führen.

Und vielleicht eines noch: Wir sollten selbst mit gutem Beispiel vorangehen.



Christina Casagrande

Heilpraktikerin

email@christina-casagrande.de

#### Literaturhinweise

C. Casagrande: Praxis Spagyrik nach Alexander von Bernus. Sonntag Verlag

H. Proeller: Therapiehandbuch der Solunate. Insole Verlag

C. Proeller: Eine Reise durch den Kosmos. Insole Verlag