

Robert Kopf  
Leaky Gut, Durchlässiger Darm  
Behandlung mit Homöopathie,  
Schüsslersalzen und  
Naturheilkunde



BookRix-Edition

Ein homöopathischer und naturheilkundlicher  
Ratgeber

Robert Kopf  
Leaky Gut, Durchlässiger Darm  
Behandlung mit Homöopathie,  
Schüsslersalzen und  
Naturheilkunde



BookRix-Edition

Ein homöopathischer und naturheilkundlicher  
Ratgeber

Robert Kopf

# **Leaky Gut, Durchlässiger Darm Behandlung mit Homöopathie, Schüsslersalzen und Naturheilkunde**

**Ein homöopathischer und  
naturheilkundlicher Ratgeber**

BookRix GmbH & Co. KG  
80331 München

# Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis "Leaky Gut, Durchlässiger Darm -  
Behandlung mit Homöopathie, Schüsslersalzen und  
Naturheilkunde"

Vorwort

## **1. Allgemeines**

Stoffwechselblockaden bei Leaky Gut  
Gesunde Leber - gesunder Darm

## **2. Naturheilkunde**

Leaky Gut behandeln mit Homöopathie  
Leaky Gut behandeln mit Schüsslersalzen

Nachwort

Meine weiteren eBooks und Taschenbücher

## **Vorwort**

Von Robert Kopf, Autor für Naturheilkunde und Heilpraktiker

Unter dem Leaky-Gut-Syndrom versteht man eine kranke und undichte Darmschleimhaut. Die natürliche Darmbarriere funktioniert nicht mehr. So können Giftstoffe, Krankheitserreger und unvollständig verdaute Partikel in den Blutkreislauf gelangen, die normalerweise mit dem Stuhl ausgeschieden werden sollten. Vorwiegend der Dünndarm ist betroffen. Das Leaky Gut Syndrom gilt als Mitverursacher zahlreicher chronischer Krankheiten.

Die Beschwerden im Bauchraum werden häufig irrtümlicherweise einem Reizdarm zugeordnet. Weitere unspezifische Symptome sind Migräne, Hauterkrankungen, eine Immunschwäche und erhöhte Krankheitsanfälligkeit, Stimmungsschwankungen, Muskel- und Gelenkschmerzen, ein schlechtes Allgemeinbefinden sowie Allergien, Asthma und Autoimmunerkrankungen.

Leaky gut ist oftmals das Werk von Lektinen (nicht zu verwechseln mit Gluten). Das sind Abwehrstoffe von Pflanzen gegen Fressfeinde. Weitere Ursachen sind falsche Ernährung und Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Genussgifte und Medikamente, eine gestörte Darmflora, Entzündungen der Darmschleimhaut, Pilzinfektionen (Candida), ein Vitamin- und Mineralstoffmangel, psychische und erbliche Faktoren, Stoffwechselstörungen und hormonelle Veränderungen.

Eine Übersäuerung des Körpers ist die Ursache von vielen Erkrankungen. Sie führt zu Stoffwechsel- und Hormonstörungen und schwächt das Immunsystem. Mit

Übersäuerung ist eine Anhäufung von Säuren im Blut und Körpergewebe gemeint.

Sie ist meist die Folge von falscher Ernährung und einer ungesunden Lebensweise. Der Körper muß die entstandenen Säuren neutralisieren. Dies geschieht mit Hilfe basischer Mineralien (vor allem Kalzium), die den Mineralstoffdepots des Körpers entnommen werden. Ein Leaky-Gut-Syndrom kann die Folge sein.

Toxische Darmgase: Ein wichtiger Punkt ist die Überernährung. Die durch falsche Ernährung entstehende Schwäche der Verdauungsorgane vermindert die Aufnahme von Mineralstoffen, Spurenelementen und Vitaminen aus der Nahrung.

Wer nicht nur Falsches isst, sondern davon auch noch zuviel, bekommt Gärung und Fäulnis im Darm. Die dadurch entstehenden giftigen Gase belasten und übersäuern zusätzlich den gesamten Organismus. Ein intaktes Verdauungssystem dagegen beeinflusst den Stoffwechsel, das Immunsystem und die Gesundheit positiv.

Bei der naturheilkundlichen Behandlung eines Leaky-Gut-Syndroms dienen Entgiftungs- und Ausleitungstherapien der Stärkung des Stoffwechsels, des Nerven- und Hormonsystems, der Verdauungsorgane, Abwehrkraft und Durchblutung.

Homöopathische und biochemische Heilmittel (Schüsslersalze) regen den Magen und Darm, die Leber-Galle-Funktionen, Bauchspeicheldrüse und Nieren an. Sie reinigen den Körper, kräftigen das Gewebe und scheiden die gelösten Stoffwechselschlacken, Säuren und Toxine über den Darm, die Harnwege, Lunge und Haut aus. Zugleich sorgen sie für einen ausgeglichenen Säurebasenhaushalt -

der Grundlage unserer Gesundheit sowie jeder Behandlung und Vorbeugung eines Leaky-Gut-Syndroms.

Einleitend möchte ich Ihnen die in diesem Ratgeber vorgestellten Therapien zur Behandlung und Vorbeugung des Leaky-Gut-Syndroms erläutern:

**Die Homöopathie** wurde vor 200 Jahren von Samuel Hahnemann entwickelt. Die drei grundlegenden Prinzipien der Homöopathie sind die Simile-Regel, die homöopathische Arzneimittelprüfung und die Erfassung des individuellen Krankheitsbildes. Das wichtigste Prinzip ist die Ähnlichkeits-Regel bzw. die Simile-Regel, die 1796 von Hahnemann formuliert wurde.

Sie besagt, daß ein Patient mit dem Arzneimittel behandelt werden soll, welches in seinem Urzustand beim Gesunden ähnliche Beschwerden hervorzurufen vermag wie die bestehende Krankheit. Nach Hahnemann sind die Symptome des Patienten das nach außen gekehrte Bild seiner Krankheit. Alle Symptome werden erfaßt, um der Ursache eines Leaky-Gut-Syndroms auf die "Spur" zu kommen und das passende Arzneimittel nach der Simile-Regel für die Behandlung zu finden.

Für die Einsteiger in die Homöopathie empfehle ich die Verwendung von niedrigen D-Potenzen. Höhere Potenzen (wie zum Beispiel D200, C- und LM-Potenzen) sollten nur vom Fachmann gegeben werden, da sie in ihrer Wirkung sehr tief gehen und oft nur einmal angewendet werden.

Homöopathische Arzneimittel können mit anderen Medikamenten oder sonstigen Behandlungen kombiniert werden. Ausgangsstoffe homöopathischer Heilmittel können pflanzlichen, tierischen oder mineralischen Ursprungs sein. Außerdem gibt es Medikamente aus unschädlich gemachten

menschlichen oder tierischen Krankheitsprodukten, die sogenannten Nosoden.

Was passiert, wenn Sie das falsche Mittel wählen? Nichts - so wie sich ein Schlüssel nicht umdrehen lässt, wenn es das falsche Schloss ist, so löst ein nicht passendes homöopathisches Heilmittel keine Reaktion im Körper aus.

Homöopathische Anwendung bei Kindern unter 12 Jahren:

1) Säuglinge bis zum 1. Lebensjahr erhalten, soweit nicht anders verordnet, ein Drittel der Erwachsenenendosis. Es hat sich bewährt, die Tropfen auf einen Wattebausch zu geben und diesen dann auf den Nabel aufzukleben. Die Globuli (Streukügelchen) geben Sie unter die Zunge oder zwischen Wange und Zahnfleisch. Die Tabletten vor der Gabe zerdrücken.

2) Kleinkinder bis zum 6. Lebensjahr erhalten die Hälfte der Erwachsenenendosis.

3) Kinder zwischen 6 und 12 Jahren erhalten zwei Drittel der Erwachsenenendosis.

**Die Schüsslersalze** (Biochemie) zur Behandlung des Leaky-Gut-Syndroms

Unordnung bedeutet Krankheit - Ordnung bedeutet Gesundheit. Bei einer Therapie mit den Schüsslersalzen werden Stoffwechsel- und Heilblockaden aufgelöst, der Körper entsäuert und der Säure-Basen-Haushalt ausgeglichen. Zusätzlich werden die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert, das Hormon-, Nerven- und Immunsystem gestärkt sowie der Zellstoffwechsel angeregt. Schüsslersalze gleichen Nährstoffdefizite aus und sorgen dafür, dass Stoffwechsel- und Zellfunktionen reibungslos ablaufen.

Bereits im 19. Jahrhundert entwickelte der deutsche Arzt Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler seine Heilmethode mit homöopathisch zubereiteten Mineralsalzen. Bei seinen Studien entdeckte Schüssler zwölf Mineralstoffverbindungen aus je einer Base und einer Säure, die für das Hormon-, Nerven- und Immunsystem sowie für den Stoffwechsel des Körpers eine entscheidende Rolle spielen.

Von der Homöopathie war Schüssler prinzipiell überzeugt, allerdings erschien sie ihm sehr umfangreich. Deshalb entwickelte er ein eigenes System, das nicht so komplex war, mit dem aber trotzdem viele Krankheiten behandelt werden konnten. Schüssler konzentrierte sich dabei auf Mineralsalze, die in jeder Körperzelle vorkommen und nannte seine Heilmethode Biochemie. Die Übersetzung lautet in etwa "Chemie des Lebens".

Sie basiert auf der Annahme, daß viele Erkrankungen von einer gestörten Aufnahme und Verteilung bestimmter Mineralsalze in den Körperzellen verursacht werden. Dadurch kommt es zu Darmstörungen, einer Stoffwechsel- und Immunschwäche sowie zu Fehlregulationen in der Zelle. Die Moleküle können sich nicht mehr ungehindert bewegen. Der Einsatz von Schüsslersalzen ist eine gute Möglichkeit, um diese Mineralstoffdefizite auf natürliche Weise auszugleichen und das Zell-Gleichgewicht wieder herzustellen.

Nach Schüsslers Vorstellung greifen die Salze auf molekularer Ebene in den Zellstoffwechsel ein. Durch die Einnahme des jeweils fehlenden Salzes in homöopathischen Dosen soll der Organismus angeregt werden, das Missverhältnis auf Zellebene auszugleichen. Der Körper kann dann die ihm zugeführten Mineralstoffe besser verwerten und einen Mangel beheben.

Ein Mineralsalz-mangel entsteht nach Schüssler dadurch, daß die Zellen die Mineralstoffe nicht optimal verwerten können. Um ihre Aufnahme zu verbessern, müssen die Mineralsalze deshalb stark verdünnt (potenziert) werden. Schüssler verwendete für seine Therapie die homöopathischen Potenzen D3, D6 und D12. In der Regel werden die D6 (Verdünnung 1:1 Million) oder die D12 (1:1 Billion) eingenommen.

In diesem Ratgeber erhalten Sie Empfehlungen, wie Sie ein Leaky Gut Syndrom mit Hilfe der Homöopathie, Urtinkturen und den Schüsslersalzen behandeln können. Vorge-stellt werden die bewährtesten Schüsslersalze und homöopathischen Heilmittel mit der entsprechenden Potenz und Dosierung.

Die Naturheilkunde wirkt ganzheitlich. Sie behandelt nicht nur einzelne Symptome, sondern hat den gesamten Mensch im Blick, also Körper, Seele und Geist. Ich wünsche Ihnen viel Erfolg, Lebensfreude und vor allem Gesundheit.

Robert Kopf  
[www.heilpraktiker-robert-kopf.de](http://www.heilpraktiker-robert-kopf.de)

## **Stoffwechselblockaden bei Leaky Gut**

Zur Behandlung des durchlässigen Darmes ist ein intakter Stoffwechsel sehr wichtig. Es gibt aber mehrere Stoffwechselblockaden.

### **1) Der Säure-Basen-Haushalt:**

Unnatürliche Ernährungsgewohnheiten führen dazu, dass der Basenanteil in unserem Körper ständig zu gering ist. Ein Zuviel an Zucker, Weißmehlprodukten, Fleisch und Wurst übersäuert den Körper. Um die Säuren zu neutralisieren, werden kostbare Basen (vor allem Kalzium) verbraucht.

Eine Übersäuerung des Körpers ist die Grundlage von vielen Beschwerden und Krankheiten. Was nicht neutralisiert wird, landet als "Sondermüll" im Bindegewebe und führt zu dessen Übersäuerung. Dadurch verlangsamten sich die Stoffwechselprozesse. Wir neigen zu Darmerkrankungen, Unverträglichkeiten und nehmen zu, auch wenn wir kalorienbewusst essen und uns viel bewegen.

### **2) Das Bindegewebe:**

Das Bindegewebe ist mehr als nur ein Bindeglied und Lückenfüller zwischen den Organen. Es dient als Nährstoffspeicher und Zwischenlager für Stoffwechselprodukte. Im Bindegewebe entsorgen die Zellen ihre "Schlacken".

Damit die Giftstoffe und Säuren den Körper verlassen können, müssen genügend Mineralsalze vorhanden sein. Bei einem Mangel verbleiben Säuren und Stoffwechselrückstände im Bindegewebe und binden Wasser. Es kommt zu Darmstörungen und Wassereinlagerungen (Ödeme) im Gewebe.

### 3) Die Verdauung:

Umweltbelastungen, zu üppige Ernährung, Genussgifte und Medikamente belasten die Leber, unser zentrales Stoffwechselorgan. Magen, Bauchspeicheldrüse und Darm leiden mit. Viele Stoffwechselfvorgänge geraten ins Stocken. Es kommt zum Leaky-Gut-Syndrom.

### 4) Unser Wasserhaushalt:

Jeden Tag schwemmt der Organismus Säuren und Schlacken, welche durch die Nieren herausgefiltert wurden, als Harn aus dem Körper. Ein Teil davon landet aber auch im Bindegewebe, weil für den Abtransport Mineralsalze wegen einer Übersäuerung des Körpers fehlen. Ein Leaky-Gut-Syndrom ist die Folge.

### 5) Die Eiweißverdauung:

Eiweiß ist wichtig für die Bildung von Enzymen, Hormonen, Muskeln und Bindegewebe. Bei der Spaltung von Eiweiß entsteht jedoch Ammoniak, ein starkes Zellgift. Die Leber wandelt Ammoniak in ungiftigen Harnstoff um, der mit dem Urin ausgeschieden wird. Eine hohe Zufuhr von Eiweiß bedeutet deshalb eine starke Entgiftungsarbeit für die Leber und unsere beiden Nieren.

### 6) Die Fettverdauung:

Wir brauchen Fette, denn sie liefern essenzielle Fettsäuren. Fett ist der beste Energiespeicher für Notzeiten. Der Körper bunkert es besonders gern an den Oberschenkeln und Hüften, an Bauch und Po. Im Fettgewebe lagert er aber auch Giftstoffe ab, die später freigesetzt werden. Mögliche Anzeichen hierfür sind Darmstörungen, depressive Verstimmungen, Krankheitsanfälligkeit und Kopfschmerzen.

### 7) Die Kohlenhydratverdauung:

Kohlenhydrate sind Energie pur. Im Überfluss sind sie aber auch für unser Übergewicht verantwortlich. Was nicht verbrannt werden kann, wird in Fett umgewandelt und gespeichert. Besonders Süßigkeiten und Weißmehlprodukte haben es in sich. Sie lassen den Blutzuckerspiegel rasant in die Höhe steigen. Das führt zu einer starken Insulinausschüttung.

Insulin normalisiert den Blutzucker, unterbricht aber gleichzeitig die Fettverbrennung. Es schleust Fette aus der Mahlzeit in die Körperspeicher, hält Wasser im Körper zurück und verursacht schnell neuen Hunger.

Wie Sie die genannten Stoffwechselblockaden überwinden können, lesen Sie in den folgenden Kapiteln.