

# Maßnahmen nach der Darmsanierung



3-4 Liter kohlenstoffarmes und mineralstoffarmes Wasser am Tag unterstützen das Darmsystem.

## Was ist nach einer Darmsanierung zu beachten?

Mit einer Umstellung der Trink- und Essgewohnheiten, können Sie nach Abschluss der Darmsanierung die Darmflora in einem gesunden Gleichgewicht halten:

- Zum Essen Zeit nehmen
- Gut kauen. Gemäß dem Sprichwort „Gut gekaut ist halb verdaut“
- Kleine Portionen essen
- Viel Trinken. Dies unterstützt die Ausschwemmung von Schad- und Giftstoffen
- 4 Stunden Abstand zwischen den Mahlzeiten halten
- Basenreiche Kost essen, da die Übersäuerung des Körpers oft Ursache vieler Krankheiten ist
- Natürliche Kost wie Obst, Gemüse
- Vermeiden von Süßigkeiten und Zucker, viel Fleisch, Fertignahrung und Weißmehlprodukten

Lassen Sie sich zum Thema **Naturheilkunde in der Zahnmedizin** auch unsere weiteren **Patienteninfos** von Ihrem **Zahnarzt** geben!



Konzept, Redaktion & Copyright: Prof. Dr. Werner Becker, Köln, Grafik: Klaus Friedrich, 0653-9930033, Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftl. Genehmigung des Autors

## Der BNZ stellt sich vor

Der BNZ – BUNDESVERBAND DER NATURHEILKUNDLICH TÄTIGEN ZAHNÄRZTE IN DEUTSCHLAND E.V. – ist der Fachverband für ganzheitlich interessierte oder bereits naturheilkundlich arbeitende Zahnärzte und Kieferorthopäden, die u. a. erkannt haben, daß es wechselseitige Beziehungen zwischen den Zähnen, Mundraum und dem gesamten Organismus gibt.

Diese ganzheitliche Sichtweise in Bezug auf die Gesundheit des Menschen, steht im Mittelpunkt seiner Tätigkeit. Die Mitglieder verbinden moderne an den Universitäten gelehrt Zahnmedizin und qualifizierte naturheilkundliche Methoden zum Wohl der Patienten.

- **Die Mitglieder des BNZ lehnen Amalgam als Füllstoff grundsätzlich ab. Für Materialien, die auf den menschlichen Organismus toxisch wirken, gilt diese Ablehnung ebenfalls.**
- **Sie sind approbierte Zahnärzte mit einer komplementären Zusatzausbildung in verschiedensten naturheilkundlichen Fachbereichen.**
- **Sie unterziehen sich freiwillig einer Qualifikationskontrolle und verpflichten sich zusätzlich, mindestens eine - nicht von Firmen gesponserte - naturheilkundliche Fortbildungsmaßnahme im Jahr, nachzuweisen.**

Die Gesundheitspolitik unterliegt auf europäischer wie auf Bundesebene starken Veränderungen. Ein Zusammenschluß und gemeinsames Engagement wird immer wichtiger, um die Therapiefreiheit sowie naturheilkundliche Diagnostik und Therapiemethoden weiterzuentwickeln und zu sichern.

Die Aus- und Fortbildung der Zahnärzte und Kieferorthopäden wird durch die verbandseigene Fortbildungsakademie oder durch vom BNZ autorisierte Veranstalter nachhaltig gefördert und gesichert.

Eine transparente Abrechnungsmöglichkeit bietet die vom BNZ entwickelte LNZ – Leistungsbeschreibung für Naturheilverfahren in der Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde. Sie dient als Orientierungshilfe für naturheilkundlich tätige Zahnärzte, zur angemessenen Honorarfindung.

Über den Verband werden internationale Kontakte zu Kapazitäten der naturheilkundlichen Medizin, diversen Institutionen im Gesundheitswesen in Deutschland und Europa sowie den Universitäten und einzelnen Fachgesellschaften für ganzheitliche Therapieverfahren unterhalten.

**Nähere Informationen sowie eine bundesweite Empfehlung entsprechend ausgebildeter Mediziner erhalten Sie über die BNZ-Mitgliederliste im Internet oder unter folgender Adresse:**

### BNZ

BUNDESVERBAND DER NATURHEILKUNDLICH  
TÄTIGEN ZAHNÄRZTE IN  
DEUTSCHLAND E.V.

**BNZ Bundesgeschäftsstelle**  
Von-Groote-Straße 30  
D-50968 Köln-Marienburg  
Telefon: +49 (0) 221/376 10 05  
Telefax: +49 (0) 221/376 10 09  
Internet: [www.bnz.de](http://www.bnz.de)  
e-mail: [info@bnz.de](mailto:info@bnz.de)



FORTBILDUNGS-AKADEMIE  
DES BNZ

**BNZ Fortbildungsakademie**  
Von-Groote-Straße 30  
D-50968 Köln-Marienburg  
Telefon: +49 (0) 221/376 10 29  
Telefax: +49 (0) 221/376 10 12  
Internet: [www.bnz.de](http://www.bnz.de)  
e-mail: [info@bnz.de](mailto:info@bnz.de)

Best.-Nr.: PAT-108 • Nachbestellungen: Fax: 0221-3761009 • Tel.: 0221-3761005 • BNZ (Bundesverband der naturheilkundlich tätigen Zahnärzte in Deutschland e.V.) • Von-Groote-Straße 30 • D-50968 Köln • Internet: [www.bnz.de](http://www.bnz.de) • e-mail: [info@bnz.de](mailto:info@bnz.de)

PATIENTENINFO

## Die Darmsanierung (Mikrobiologische Therapie)

Warum kranke Zähne  
zu Darmstörungen  
führen können

Wie Sie Ihren Darm  
wieder fit machen

EINE INFORMATION DES

### BNZ

BUNDESVERBAND DER NATURHEILKUNDLICH  
TÄTIGEN ZAHNÄRZTE IN  
DEUTSCHLAND E.V.

# Mehr Lebens- qualität mit gesundem Darm



Eine Folge von Darmerkrankungen:  
Zu einseitiges und fettreiches Essen.

## Gut gekaut ist halb verdaut

**D** "Der Darm ist die Wurzel der Pflanze Mensch". Das erkannte schon der berühmte Arzt Dr. F.X. Mayr (1875-1963). Wenn die Funktion des Darms nicht stimmt, dann ist der ganze Organismus in Mitleidenschaft gezogen. Die Stimmung und Lebensfreude ist herabgesetzt.

Aus eigener Kraft wird der Darm heute oft nicht mehr mit einer oftmals falschen Lebensweise fertig. Es gelingt ihm nicht mehr, die Flut von Giftstoffen abzubauen und auszuschcheiden, statt dessen wird der Darm in seiner Hauptaufgabe behindert, Nähr- und Mineralstoffe ans Gewebe weiterzugeben. Die Folgen sind

Krankheiten. Hier kann eine Darmsanierung sehr hilfreich sein.

### Was versteht man unter einer Darmsanierung?

Mit der Darmsanierung sollen im Darm wieder gesunde Lebensverhältnisse geschaffen werden, das heißt, daß die dort lebenden Bakterienkulturen mit therapeutischen Mitteln wieder leistungsfähig gemacht werden können. Eine Darmsanierung ist eine mikrobiologische Basistherapie und notwendige Begleitbehandlung bei weiteren naturheilkundlichen Therapieansätzen.

Fragen Sie Ihren Arzt über die geeignete Behandlungsmethode.

## Der Darm in Höchstleistung

- 80% des Immunsystems ist im Darm „stationiert“.
- Die Oberfläche des Dünndarms ist größer als ein Tennisplatz.
- Ein 6 m langer Dünndarm mit seinen Millionen von winzigen fingerförmigen Zotten nimmt die großen Mengen lebenswichtiger Nährstoffe auf.
- Dadurch wird die Oberfläche des Darms auf 300 qm vergrößert!
- Täglich werden viele Millionen verbrauchter Darmzellen neu gebildet.

## Wann sollte eine Darmsanierung in Erwägung gezogen werden?

Wenn Ihr Zahnarzt, Arzt oder Therapeut folgende Anzeichen bemerkt, die für Störungen im Magen/Darmbereich sprechen, wird eine Untersuchung der Darmflora notwendig:

- häufiger Durchfall und Verstopfungen
- Hauterkrankungen und Fußpilz,
- Allergien und Heuschnupfen,
- Asthma und Gastritis
- Gallenwegserkrankungen
- erhöhte Infektionsanfälligkeit
- chronische Nierenerkrankungen
- Parodontose
- Karies und Zahnentzündungen

### Es gibt aber auch weitere Verdachtszeichen bei Pilzbefall, z.B.:

- Heißhungerattacken, speziell auf Süßes
- ständig weißer Belag im Mundraum
- hohe Leberwerte (wenn Alkohol oder Gelbsucht als Ursache ausschließen)
- Herzbeschwerden nach dem Essen ohne erkennbare org. Ursachen
- chronische Müdigkeit
- Blähungen

## Die Verdauung im Mund

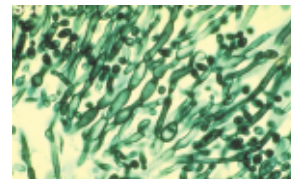
Erkrankungen im Mundbereich wie Karies und Parodontose sind nicht einfach nur die Ursache von Magen-, Darmstörungen, weil man mit geschädigten und lockeren Zähnen nicht richtig kauen kann. Sie sind bereits die Folge von Fehlernährung und Magen-Darmstörungen. Zu einer sinnvollen Darmsanierung gehört auch eine Zahn- und Mundraumsanierung.

## Was geschieht im Organismus bei einer Darmschwäche?

Bei einem gesunden Menschen befinden sie sich im Verdauungstrakt über vierhundert Arten miteinander konkurrierender Mikroorganismen in einem ausgewogenen Verhältnis. Kommt es zu einer Störung dieses Gleichgewichts, durch falsche Ernährung, innere oder äußere Stresseinwirkung oder Medikamente wie Antibiotika, können Hefepilze die normale Flora des Darms überwuchern.

Da Hefepilze über ihren Stoffwechsel Gifte ausscheiden und diese über die Darmschleimhaut aufgenommen werden, kann ein Befall oftmals zu starken gesundheitlichen Problemen führen.

Einer der bekanntesten und gefürchtetsten dieser Hefepilze ist *Candida albicans*.



Darmschädigender Hefepilz  
*Candida albicans*

