

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Prof. Dr. Christian Hechtl	13
Einleitung	15
1. Das System der Grundregulation	22
1.1 Was ist das System der Grundregulation?	23
Funktionseinheiten und Funktionsweise des Systems der Grundregulation	26
Grundlagen zum Verständnis des Systems der Grundregulation	27
1.1.1 Stoffwechsel	34
Aufbauender Stoffwechsel (Anabolismus)	34
Abbauender Stoffwechsel (Katabolismus)	35
1.2 Bindegewebe	40
1.2.1 Bindegewebe ist viel mehr als nur ein Füll- und Stützgewebe, es ist das Medium des Lebens	40
1.2.2 Das Bindegewebe ist ein aktives Organ	42
1.2.3 Grundsubstanz und Homöostase – die Aufrechterhaltung des inneren Milieus	44
1.2.4 Grundsubstanz und Lymphe	45
1.2.5 Bindegewebszellen regulieren das Säure-Basen-Gleichgewicht	47
1.2.6 Bindegewebe und Altern	48
1.2.7 Bindegewebe und Immunsystem	48
1.2.8 Grundsubstanz und Proteoglykane	50
1.2.9 Proteoglycane und Glyconährstoffe	51
1.2.10 Die Grundsubstanz als Informations-Speicher und ~Leiter	54
1.2.11 Störfelder – das Bindegewebe speichert Informationen	55
1.2.12 Umstimmung und Löschung der Störfelder	56
1.3 Das Regelsystem	58
1.3.1 Der Regelkreis	58
1.3.2 Anpassung	62
1.3.3 Die Dynamik des Lebens	63
1.3.4 Kompensation	65
1.3.5 Konstitution	68
2. Die Suche nach den Ursachen	71
2.1 Welche Ursachen behindern das Regulationssystem?	71
2.2 Einflüsse	73

Einleitung

„Ich wünsche Ihnen den Mut und die Kraft zur selbstverantwortlichen Wandlung.“ Dieser Wunsch steht am Ende meines Buches „Erwarte ein Wunder“, und ich äußere ihn bewusst nochmals am Anfang dieses Buches. Er soll die Brücke zwischen beiden Werken herstellen und die inhaltlichen Zusammenhänge symbolisch zum Ausdruck bringen.

Die Bereitschaft zur Wandlung, hin zu mehr Selbst-Verantwortung und zur Kultivierung der Denk- und Lebensweise ist wichtiger denn je, wenn wir der Gesundheit eine Chance geben wollen.

Es ist offensichtlich, dass die politischen Gesundheitssysteme nicht mehr in der Lage sind, die immer größer werdenden Probleme um den Gesundheitszustand der Bevölkerung zu lösen. Trotz des weltweit ungeheuer hohen technischen und finanziellen Aufwands, ist man beim Streben nach Gesundheit nicht viel weiter gekommen.

Ob unsere politischen Systeme „Gesundheit für die Bevölkerung“ überhaupt anstreben, und ob die wirtschaftlich und politisch mächtigen Lobbyisten überhaupt ein Interesse an einem anhaltend hohen Gesundheitsniveau großer Bevölkerungsschichten haben, kann hier nicht erschöpfend diskutiert werden. Aber insgesamt drängt sich einem inzwischen doch der Verdacht regelrecht auf, dass die Volksvertreter die Interessen der großen Konzerne zunehmend über die Interessen der Bürger stellen könnten. Da tun sich Fragen auf:

- Warum werden wir trotz besserer medizinischer Versorgung nicht gesünder, sondern kränker?
- Warum werden trotz immer größerer Investitionen die Krankheiten nicht weniger, sondern mehr?
- Warum gibt es trotz jahrzehntelanger Forschung nicht weniger Kranke, sondern mehr?
- Warum schaden die üblichen Behandlungen oft mehr als sie nützen?
- Wohin geht denn der so hoch gepriesene Fortschritt der modernen Medizin?
- Ist es wirklich wahr, was Karl Krafeld und Stefan Lanka in ihrem Buch „Impfen und AIDS: Der neue Holocaust“ beschreiben, dass noch niemand ein Virus nachweisen konnte, dass es keine Beweise für die Infektionstheorie gibt? Welchen Zweck hätten dann Impfungen? Was sind dann Influenza, AIDS, Vogelgrippe usw.? Mit dieser Auffassung kann ich zwar noch nicht richtig umgehen, zu gegenteilig sind die Meinungen, aber bis zur endgültigen Klärung muss man auch diese Mög-

lichkeit in Erwägung ziehen.

Je mehr man sich mit dieser Thematik auseinandersetzt, desto stärker gewinnt man den Eindruck, dass die medizinische Wissenschaft unbewusst einen Irr-Weg eingeschlagen hat. Oder dass es tatsächlich Interessengruppen gibt, die zur Erreichung ihrer egoistischen Ziele bewusst vom richtigen Weg ablenken. Ist es dann nicht widersinnig, dass die Bevölkerung diese Interessen mit 15,5 Prozent ihres Einkommens in Form des Krankenversicherungsbeitrags auch noch finanziert? Warum wird denn das Gesundheitswesen ständig reformiert? Das geschieht doch nicht zur Verbesserung des Gesundheitszustands der Bevölkerung, sondern vielmehr zur Deckung der immer höher werdenden Kosten unseres „Gesundheitswesens“ und somit auch zur Einkommenssicherung der Medizin- und Pharma-Industrie. Das ist jedenfalls ein höchst ungesunder Zustand.

Es ist leicht verständlich, dass der größte Industriebereich, das so genannte Gesundheitswesen, nur mit den Kranken Geschäfte machen kann, nicht aber mit den Gesunden, und auch nicht mit den Toten. Ein dauerhaft Kranker bringt der Medizinindustrie mehr ein als ein Gesunder. Heilung würde den wirtschaftlichen Erfolg verringern. Könnten die Marketingstrategen da nicht auf die Idee kommen, den Leicht- und Schwerkranken unter allen Umständen als Kunden zu erhalten und ihn mit endlosen Diagnosemaßnahmen bei der Stange zu halten? Dabei wird dem Kunden und Patienten der Eindruck vermittelt, dass er mit den vielen Untersuchungen gut „behandelt“ wird, bis er irgendwann Diagnose mit Therapie verwechselt.

Tatsächlich haben in der Regel die herkömmlichen Diagnose- und Therapiemaßnahmen mit dem wahren Heilbestreben nichts zu tun.

- Statt über die wahren Ursachen aufzuklären, werden lediglich Risikofaktoren wie Rauchen, Cholesterin, Übergewicht usw. diskutiert und beanstandet.
- Statt der Ursache werden Symptome behandelt, oft mit Mitteln, die außer den Nebenwirkungen keine Wirkungen zeigen.

Der modernen Medizin gelingt es aber zweifellos immer besser, den Kranken vor einem frühen Tod zu bewahren. Aber nicht tot zu sein bedeutet nicht zwangsläufig gut zu leben, und noch weniger, gesund zu sein. Das Dasein vieler Kranker kann man oft nicht mehr als Leben bezeichnen, sondern eher als ein Dahinvegetieren.

Diese Kritik richtet sich nicht an die sich redlich bemühenden, feinfühligsten Mediziner, die oft sehr hart arbeiten. Auch sie werden nicht über alle

medizinischen Möglichkeiten umfassend informiert und haben oft auch nicht die Zeit, sich nebenher noch mit Themen zu beschäftigen, die über die wissenschaftliche Lehrmeinung hinausgehen und diese zu hinterfragen.

Auch ihnen wurden und werden wichtige Erkenntnisse und Informationen vorenthalten – bereits während des Studiums und danach. Und auch sie werden mit gezielten Falschinformationen überschüttet. Die an Gewinnmaximierung orientierten klassischen wirtschaftlichen und so genannten wissenschaftlichen Lehranweisungen (Dogmen) bestimmen das medizinisch-therapeutische Konzept, an das sich der Arzt schon wegen seines Haftungsrisikos zu halten hat. Es geht hier wirklich nicht darum, die Ärzte der klassischen Medizin anzuprangern. Im Gegenteil: Das Interesse von Ärzten und Professoren an einer ganzheitlich orientierten Medizin und die Kombination von klassischer Allgemeinmedizin mit Naturheilverfahren in der Therapie haben trotz allem in den letzten Jahren zugenommen. Ebenfalls ausgenommen von dieser Kritik ist die hohe Kunst der Notfallmediziner und Chirurgen. Diese haben einen Qualitätsstandard erreicht, der bewundernswert ist.

Kann und darf es aber sein, dass sich Volksvertreter und andere Verantwortliche in ihren Entscheidungen mehr an den Interessen der Lobbyisten orientieren und weniger am Wohl der Bevölkerung?

Kann und darf es sein, dass unter dem Deckmantel der Wissenschaftlichkeit Krankheit erhalten und vielleicht sogar in Kauf genommen wird, statt dass sie verhindert und geheilt wird? Unter einem anderen Deckmantel, nämlich dem „Schutz der öffentlichen Gesundheit“, werden immer härtere Gesetze eingeführt, welche die Verbreitung von Informationen über die vielfältigen Naturheilverfahren und deren Anwendungen verbieten sollen. Muss man den Verantwortlichen Unwissenheit oder gar Unfähigkeit zum ganzheitlichen Denken unterstellen? Die Antwort auf diese Frage kann nicht Gegenstand dieses Buches sein. Muss es auch nicht, da es zu den Fehlentwicklungen unserer Gesundheitspolitik bereits viele seriöse Informationen und Bücher gibt. Eine kleine, sehr empfehlenswerte Auswahl davon:

- * „Heilen verboten, Töten erlaubt“ von Kurt G. Blüchel, C. Bertelsmann Verlag, München.
- * „Die Krebsmafia – Intrigen und Millionengeschäfte mit einer Krankheit“ von den Autoren Christian Bachmann und Frederic Vester, Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt.
- * „Die Cholesterinlüge“ von Prof. Dr. Med. Walter Hartenbach, Herbig Verlagsbuchhandlung, München.

- * „Das volle Leben – Lebensqualität in der Zivilisation“ von Dr. Johann G. Schnitzer, Azeb Schnitzer, Zeppelinstr. 88, 88045 Friedrichshafen.
- * „Impfen und Aids: Der neue Holocaust“ von Karl Krafeld und Stefan Lanka, klein-klein-verlag, Langenargen.

Viel wichtiger ist es mir dagegen, dem interessierten Laien die „Grundlagen ganzheitlicher Medizin“ näher zu bringen, und die wichtigsten Regeln zur Förderung der Gesundheit und zur Heilung der Krankheit zu erklären. Es soll ein Leitfaden zur Neu-Orientierung unseres medizinischen Denkens sein. Ohne diese Neu-orientierung ist echte Vorbeugung, Regeneration und Heilung nicht möglich.

Dieses Wissen ist Voraussetzung für die eigenverantwortliche Wandlung im Sinne einer Verhaltensänderung, die notwendiger ist denn je.

Möchtest
Du normal
sein oder
gesund?

Wer Verantwortung übernehmen will, muss informiert sein. **Nur wer informiert ist, kann selbst nach Lösungen für sich und sein Wohlergehen suchen.**

Jeder Einzelne muss sich so ausbilden, dass er selbst in der Lage ist, zwischen Scharlatanerie und Kompetenz seiner Berater zu unterscheiden. Er muss in der Lage sein, sich von der Umklammerung der wirtschaftlich orientierten, so genannten „Gesundheitssysteme“ zu befreien.

- Befreien Sie sich aus der Abhängigkeit. Lassen Sie sich nicht zum „ewig Kranken“ machen, den das System braucht, um weiter funktionieren zu können.
- Warten Sie nicht, bis Sie der Leidensdruck zur Handlung zwingt. Informieren Sie sich vorher. Bemühen Sie sich um Gesundheit, solange Sie noch gesund sind.
- Falls erforderlich, ändern Sie rechtzeitig Ihre Lebensweise.
- Übernehmen Sie selbst Verantwortung für Ihr Leben, für Ihre Gesundheit, sonst tun es andere Menschen oder Institutionen für Sie. Wer weiß, ob dann immer Ihr Wohl im Vordergrund steht?
- Lassen Sie sich Ihre Freiheit nicht nehmen, gerade wenn es um Ihre Gesundheit geht.

Man muss für den Weg der Gesundung nicht unbedingt Medizin studieren. Er setzt aber voraus, dass der Betroffene sich in alle Richtungen informiert. Das ist keine einfache Sache, zumal es nicht einmal in den Schulen Ansätze zur wahren Gesundheitsaufklärung gibt. Das „Einmaleins“ des gesunden Lebens wird nicht gelehrt.

Sämtliche Lebensfunktionen werden im Bindegewebe reguliert und aufrechterhalten. **Das System der Grundregulation** nach Prof. Alfred Pischinger ist daher maßgebend für Gesundheit und Leistungsfähigkeit oder für Krankheit. In diesem Zusammenhang gewinnt das **Milieu des Bindegewebes** seine umfassende Bedeutung. Mit diesen und anderen Themen die damit in Verbindung stehen, werden hier die Grundlagen ganzheitlicher Medizin vermittelt.

Wohlfühlen
und hohe
Lebensqualität
trotz
Zivilisation.

Wenn Sie dieses Buch gelesen haben, werden Sie ein Wissen besitzen, das die bestehenden Informationslücken schließt. Damit werden Sie in der Lage sein, den direkten Weg zur dauerhaften Gesundheit zu erkennen. Ob Sie diesen Weg gehen und wie Sie ihn gehen – schnell oder langsam – liegt allein in Ihrer Hand. Ihr zukünftiger Gesundheitszustand wird Ihnen das Ergebnis Ihrer Entscheidung zeigen.

Dieses Buch soll den Suchenden neugierig machen und zum Studium anregen. Und es soll ihm Wege aufzeigen, die nicht nur gesundheits- und leistungsfördernd sind, sondern auch lebensrettend sein können.

Wenn man versteht, wie Krankheit entsteht,
kann man Gesundheit besser erhalten.

Bei den meisten hier beschriebenen Erkenntnissen und Methoden handelt es sich meist nicht um brandneue Entdeckungen, sondern überwiegend um die Enthüllung von Fakten aus der medizinischen Wissenschaft und aus der Erfahrungsheilkunde, die entweder bisher nicht genügend beachtet, oder von bestimmten Interessengruppen bewusst verschleiert, unterdrückt, totgeschwiegen, oder gar bekämpft werden.

Neuen Entdeckungen wird oft so viel Aufmerksamkeit geschenkt, dass man das gute und bewährte alte Wissen allzu leicht vergisst. Auch wenn das Neue bald widerlegt wird, verdeckt der bleibende Eindruck des Neuen immer noch die Sicht auf die Wahrheit. Deshalb soll dieses Buch an Altbekanntes und Bewährtes erinnern, aber auch neue Erkenntnisse vermitteln.

Die Bewältigung der Probleme in unserem Gesundheitswesen
ist ohne die Einbeziehung der Naturheilkunde nicht möglich.

Wer sich um Gesundheit bemüht, muss wissen, dass das Leben ein dynamischer Prozess ist, der ständig Einflüssen und Veränderungen unterliegt. Deshalb ist Gesundheit kein statischer Zustand, genauso wenig wie Krankheit. Somit ist ein absoluter Gesundheitszustand nicht erreichbar und kann auch nicht das Ziel der Bemühungen sein. Vielmehr entspricht das Ziel der vereinfachten Definition der Salutogenese: Den körperlich-geistigen und seelischen Zustand mehr in den Bereich Gesundheit zu bringen und weiter weg vom Bereich der Krankheit.

Daraus folgt: Es ist besser, die Gesundheit zu fördern, und dafür die idealen Voraussetzungen zu schaffen, als die Krankheit mit zerstörerischen Mitteln zu bekämpfen und darauf zu hoffen, dass Gesundheit im Ergebnis übrig bleibt.

Gesundheit
fördern
statt
Krankheit
bekämpfen.

Dazu schreibt Dr. Johann G. Schnitzer in seinem Buch „Der alternative Weg zur Gesundheit“ www.dr-schnitzer.de/awg001.htm:
„In Wirklichkeit bleibt oft nicht einmal der Patient selbst übrig, weil er die heroische Bekämpfung seiner Krankheit nicht überlebt hat.“

Es ist aber nicht damit getan, den Volksvertretern, den Verantwortlichen der Krankheitsinstitutionen oder sonst irgendjemandem die Schuld an unserer Gesundheitssituation zu übertragen. Das bringt keine Lösung. Wir müssen erkennen, was das Hauptproblem unserer Zeit ist: **Der Mensch lebt nicht mehr artgerecht.**

- Unser Leben orientiert sich nicht mehr an der Ordnung und am Rhythmus der Natur.
- Das Wissen über unsere eigene Natur geht immer mehr verloren, und damit das Wissen über die natürlichen Wege, Gesundheit zu erhalten bzw. sie wieder zurück zu gewinnen.
- Der Mensch wird in der Regel gesund geboren, im Laufe seines Lebens sammelt er im Körper aber Giftstoffe und Schlacken, die er so ohne weiteres nicht mehr los wird (ca. 20 bis 25 kg).
- Der Mensch ist träge, wenn es um seine Gesundheit geht. Er kümmert sich erst darum, wenn er sie nicht mehr hat. Und dann soll der Arzt helfen – und schnell die Heilung herbeiführen.
- Immer mehr Menschen sind körperlich meist passiv, arbeiten am Schreibtisch, ernähren sich aber wie Schwerarbeiter.
- Der Mensch ruiniert seine Umwelt und beklagt sich, wenn er selbst unter dieser Belastung zugrunde geht.

Es wird höchste Zeit, dass wir zur Besinnung kommen. Die folgenden Erklärungen sollen den Weg weisen zur Änderung des Bewusstseins und des Verhaltens.

Schon jetzt betone ich ausdrücklich, dass die hier beschriebenen Betrachtungen und therapeutische Methoden nicht den Anspruch erheben, alle Krankheiten sofort zu heilen, und ewige Gesundheit erreichen zu können. Es sind auch keine Allheilmittel, die andere Maßnahmen überflüssig machen. Aber sie haben keine schädlichen Nebenwirkungen und funktionieren nach der Vorgabe:

Wer die Regulationssysteme günstig beeinflusst,
schafft die beste Voraussetzung für jede Art von Heilung.

Zell- und Organschäden lassen sich auch damit nicht in allen Fällen beheben. Sehr wohl sind diese Methoden aber meist in der Lage, begonnene Krankheits- und Degenerationsprozesse zu stoppen und in Richtung Gesundheit umzulenken.

Ohne die Berücksichtigung der hier beschriebenen Prinzipien lassen sich Krankheitsprozesse nicht dauerhaft umstimmen. Ob mit deren Anwendung Gesundheit je wieder erreicht wird, hängt zum einen vom Grad der bestehenden Entartung ab, zum anderen von der Intensität und Konsequenz der therapeutischen Durchführung. Aber denken Sie daran: Mit dem richtigen Bewusstsein gibt es in den allermeisten Fällen einen Weg zurück zu mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Vitalität. Auch wenn Sie bisher anders informiert wurden.

Gesundheit ist ein Geschenk, das man sich selber machen muss.

Schwedisches Sprichwort

Dieses Buch möge Sie in Ihrem Bemühen um eigenverantwortliche Wandlung stärken und Sie auf dem Regenerationsweg zur bestmöglichen Gesundheit und zur höchsten Lebensqualität unterstützen.

„Gib der Gesundheit eine Chance“

Günther Mayer

b) Die Stoffe wechseln (ändern) ihre Zusammensetzung

- Auch die Stoffwechselschlacken wechseln auf den verschiedenen Stationen ihre Zusammensetzung: Säuren werden neutralisiert, Gifte an harmlose Stoffe gebunden, für die Ausscheidung aufbereitet und den Ausscheidungsorganen „ausscheidungsgerecht“ zur Verfügung gestellt.
- Das Bindegewebe (Grundsubstanz) wird auch hier als Speicher (Müll-Zwischenlager) genutzt, in dem die Stoffe zum Abtransport bereit gestellt werden.

Ergebnis des abbauenden Stoffwechsels:

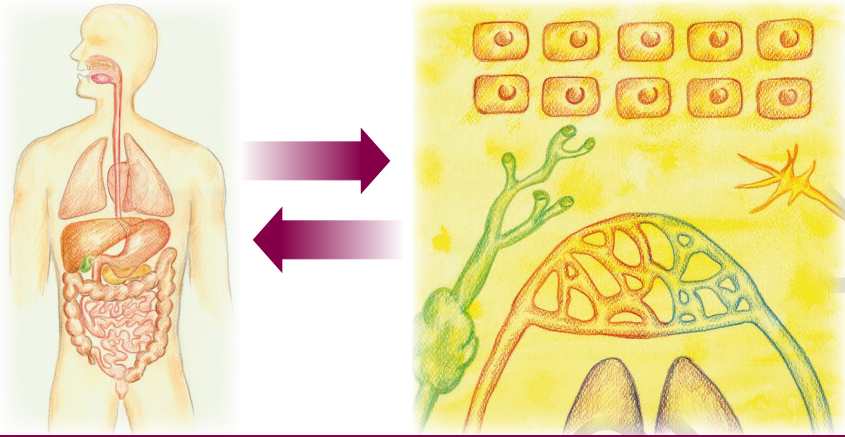
Produktion von Lebensenergie sowie Abbau und Ausscheidung von Abfallstoffen/Stoffwechselschlacken, die in der Zelle entstehen.

In den Stoffwechselprozessen laufen also alle biochemischen Reaktionen ab, die den Organismus aufbauen, versorgen und die notwendige Lebensenergie erzeugen.

Der aufbauende und abbauende Stoffwechsel sollte beim Erwachsenen möglichst im dynamischen Gleichgewicht sein. Überwiegt der abbauende Stoffwechsel, dann herrscht der Zellabbau vor. Damit einhergehend kommt es zu Energieverlust, Alterung und Organ-Rückbildung. Dieses Ungleichgewicht entsteht meist durch Mangel an natürlichen Nährstoffen/Energiespendern, den der Organismus ausgleichen muss, indem er als Notlösung körpereigene Stoffe umbaut/abbaut.

Der Mensch kann auf Dauer die Energie nicht aus sich selbst heraus erzeugen, er ist auf Energiezufuhr von außen angewiesen. Aufbauende Prozesse können nur erhalten werden, wenn mit der Nahrung Wirkstoffe bzw. Energien aufgenommen werden, die uns nur die lebende Natur liefern kann. Pflanzen nutzen mit Hilfe des Chlorophylls die Sonnenenergie zum Aufbau energiereicher Stoffe (Photosynthese – Biophotonen), deshalb sind pflanzliche Lebensmittel die besten Energiespender.

Der Zellaufbau und Zellabbau ist auch noch unter dem Aspekt der Entschlackung zu beachten. Bekanntlich werden pro Sekunde ca. 10 Millionen Zellen abgebaut, die durch neue Zellen ersetzt werden. Das bedeutet: 10 Millionen Zellen müssen entsorgt werden. Ist die Stoffwechselleistung eingeschränkt, bleiben die alten Zellen und deren Rückstände (Purine → Harnsäure) im Bindegewebe, belasten das Milieu und damit das Regulationssystem. Die neuen Zellen können sich nicht entfalten. Die Entwicklung chronischer Krankheiten



In den vielen Stoffwechselprozessen wechseln die Stoffe sowohl ihre Zusammensetzung als auch den Ort.

bis zum Krebs ist vorprogrammiert. Der massive Zellverfall muss besonders bei der Chemotherapie deshalb mit wirkungsvollen ausleitenden Maßnahmen begleitet werden.

Der aufbauende Stoffwechsel beginnt mit der Nahrungsaufnahme im Mund, setzt sich in der Speiseröhre und in den Verdauungsorganen Magen, Dünndarm, Dickdarm und weiter im Blut über das Bindegewebe in die Zellen fort.

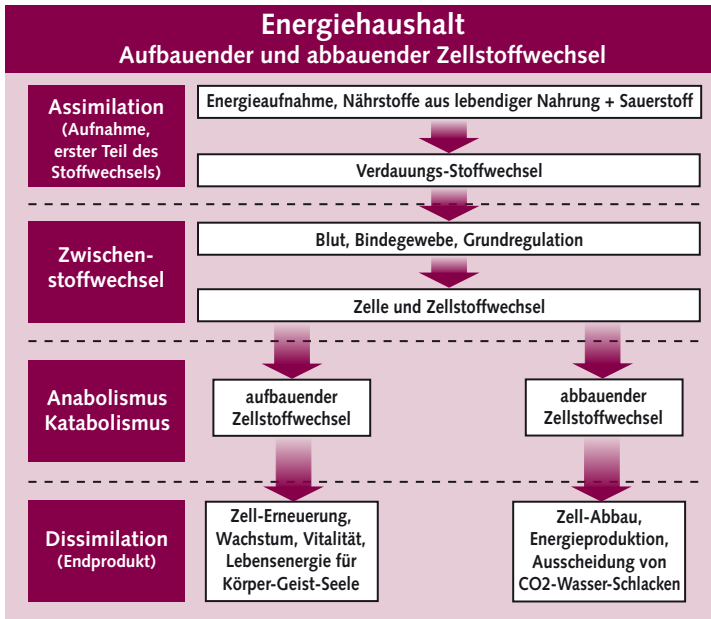
Der abbauende Stoffwechsel beginnt in den Zellen mit der Energieproduktion, Schlacken und Kohlensäure werden über die Blut- oder Lymphgefäße zu den Ausscheidungsorganen gebracht und ausgeschieden.

Gesundheit ist gewährleistet, wenn alle Stoffwechselvorgänge optimal funktionieren:

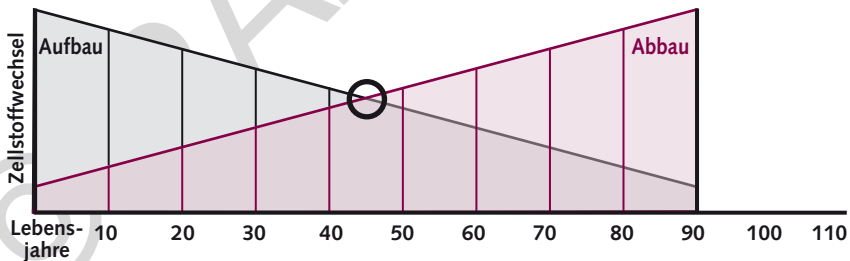
- Die Verdauung – Transport der Nährstoffe durch das Bindegewebe – die Versorgung der Zelle – der Zell-Stoff-Wechsel mit der Umwandlung der Nährstoffe in Lebensenergie – die Entsorgung von Schlacken aus der Zelle und aus der Grundsubstanz über die Ausscheidungsorgane. Aufbau und Abbau sind im Gleichgewicht.

Organzellen stehen mit ihrer Umgebung in wechselseitiger Beziehung.

1. System der Grundregulation



Schema: Aufbau und Abbau des Zellstoffwechsels (dieses Schema lässt sich auf die Verschlackung des Bindegewebes übertragen)



Der aufbauende Stoffwechsel (Wachstum, Entwicklung, Energie) ist in der Jugend größer als der abbauende. Mit zunehmendem Alter verschieben sich die Verhältnisse.

- Schwelle/Schnittstelle, an der der Abbau größer wird als der Aufbau.
- Anti-Aging = Verschiebung der Schwelle nach rechts