



Heilpraktikerpraxis
Das Körperhaus
ankommen und weiterkommen

Der Darm – das unterschätzte Organ:
Darmgesundheit nach Plan

Der Darm – darf ich vorstellen?

Der Darm ist die Hauptkontaktfläche zur Umwelt. Also nicht die Haut wie man zuerst meinen möchte. Nein, es ist der Darm.

In Quadratmetern und Größe ausgedrückt bedeutet das:

Die Haut hat 2 qm / die Lunge hat 100 qm / unser Darm hat ca 400 qm.

Allein an dieser Größe kann man ermessen, wie viel er zu sagen hat, wo er seine Spuren hinterlassen könnte und wie kompliziert es sein kann, ihm „auf die Schliche“ zu kommen.

Der Darm hat ein eigenes Milieu

Der Darm ist besiedelt von einem ganz speziellen Milieu. Keime mit unterschiedlichen Aufgaben besiedeln Dick- und Dünndarm, alles hat seine Aufgaben und seinen Platz.

Der Darm zeigt direkt oder indirekt über Symptome, wie es ihm geht

Wenn in der Tiefe des Darms bestimmte Parameter langsam und ohne großes Aufheben eine Veränderung erleben, merken wir das. Entweder relativ schnell, beispielsweise wenn wir uns einen Darm-Virus eingefangen haben. Oder sehr langsam. Nämlich dann, wenn beispielsweise Keime ins Ungleichgewicht geraten. Oder wenn sich ein sogenanntes „Leaky-Gut“ bildet, also eine Entzündung. Oder wenn unsere Schutzschicht – die Darmschleimhaut – verloren geht.

Dann entstehen Symptome.

Im besten Fall bekommen wir mit, dass die Symptome aus dem Darm kommen. Das geht bei Übelkeit, Verstopfung oder Durchfall, Blähungen, Darmgeräuschen...



Heilpraktikerpraxis
Das Körperhaus
ankommen und weiterkommen

Aber es gibt auch Symptome, die nicht auf den ersten Blick ihre Ursache im Darm haben:

Hautreaktionen, Migräne, Schlafstörungen, Blutdruckproblematik, Rückenschmerzen, Gelenkproblematik, auch Fibromyalgie kann ein Symptom sein.

Der Darm braucht eine genaue Diagnostik

Viele Betroffene haben einen langen diagnostischen Weg hinter sich:
Blutanalyse, Darm- und Magenspiegelungen, Allergietest, Ernährungsumstellungen, Diät, Schmerztherapie.

Viele dieser Versuche waren entweder ohne Befund oder ohne befriedigendes Ergebnis.

Darmgesundheit nach Plan

Über eine spezielle Stuhlanalyse und deren Auswertung, über den darauf basierenden Therapieplan und eine daran gebundene Ernährungsempfehlung sowie die engmaschige Begleitung entsteht die *Darmgesundheit nach Plan*.
Die langjährige Erfahrung mit Schmerzpatienten zeigt, dass es Möglichkeiten gibt, Entzündungen und Schmerzen auf diese Weise zu behandeln.

Weitere Informationen, Hilfestellung und Darmanalyse:

Das Körperhaus – ankommen und weiterkommen
Heilpraxis Cornelia Gräcmann
Gräfstrasse 113 / 81241 München
Phon: 089 / 89 80 07 46
Mail: info@daskoerperhaus.de
www.daskoerperhaus.de

