



Vom Leaky-Gut zum Lucky-Gut?

Was unser Darm uns immer schon mal sagen wollte

....ein offener Brief

„Lieber Mensch,

hat es sich zu Dir in der Hauptzentrale (wo ist die eigentlich?) herumgesprachen, dass wir hier (immerhin ca. 100 Billionen Darmkeime aus 1000en verschiedenen Stämmen. Also 10mal mehr Keime als Körperzellen) uns jede Sekunde abmühen, alles was „von da oben“ kommt, sinnvoll zu verarbeiten? Wir entgiften, vergären, stellen Vitamine und Hormone her, zerlegen die Essensladung in kleine Baustoffe, damit alles rund läuft.

Außerdem informieren wir regelmäßig die ganze Mannschaft per Lichtsignale über den derzeitigen Zustand. Wir haben den Eindruck, dass das nicht immer gehört wird. Warum sonst kommt soviel Zucker - der hier alle nur in Hektik bringt? Zusätzlich völlig unbrauchbares Gluten – keiner von uns weiß was damit anzufangen. Dieses Molekül ist so unhandlich gebaut! Und noch Glyphosat-belastetes Gemüse, unreifes Obst, quecksilber- und antibiotikabelasteter Fisch etc. Daraus entsteht doch schädlicher Alkohol! Die Leber hat schon Beschwerde eingereicht....!

Und bitte: nicht bei jedem Kopfschmerz eine Schmerztablette hier reinwerfen und bei Sodbrennen gleich so einen Dings-Blocker und bei Schnupfen Antibiotika! Kannst Du Dir vorstellen, was dann hier los ist? Die Linien kommen durcheinander, das pH-Milieu wird instabil, die Vitaminproduktion funktioniert nicht mehr einwandfrei!

Wir haben festgestellt, dass die innere Zelllinie schon aufgewühlt ist und die Grenzen nicht mehr dicht halten kann, sodass sie „leaky“ wird: undicht. Außerdem sind hier neuerdings Kameraden aufgetaucht, die gehören nicht zu uns: Pilze, Sporen, veränderte, unanständige Bakterien und Viren - die haben vielleicht Ideen!!

Es ist ja nicht nur das, was zu uns reingekippt wird. Die Stresshormone von Dir machen hier alle kirre, keiner kriegt mehr was auf die Reihe. Und bitte: beweg doch den ganzen Zellhaufen mal wieder! Das Rumsitzen stört den Lymphabfluss und hier unten kommt zu wenig sauerstoffreiches Blut an!

Weißt du denn nicht, dass wir allmählich für Nix mehr garantieren können? Jetzt können Entzündungsstoffe in die Blutbahn kommen, auch Giftstoffe, Schwermetalle und diese Pilze! Die rennen dann überall hin, richten Schaden an, lösen autoimmune Störungen aus und DU beschwerst Dich dann über Müdigkeit, Allergien und Infektanfälligkeit.

Hier unsere Petition an Dich:

- ✓ **gereinigtes** Wasser trinken, nicht aus der Leitung
- ✓ Obst und Gemüse essen, das reif ist!
- ✓ und lass die Lektine weg*! Die machen auch leaky
- ✓ Bio-Ware, also natürlich und unbelastet
- ✓ Fleisch von bewegten Tieren, so ECHTE Tiere – das andere Industriefleisch besteht doch fast nur aus Hormonen und Antibiotika, das können wir nicht brauchen
- ✓ Getreide nur, wenn es wenig Gluten hat. Das dreigedrehte Ding löst bei uns Rätselraten aus
- ✓ Und noch was: uns fehlen hier chronisch Vitamin D, Omega3-Fettsäuren, Magnesium, Jod, Selen, Mangan, oft auch Vitamine aus der B-Reihe und noch andere Vitalstoffe.

Sei so gut und kümmere dich darum. Dann sind wir wieder „lucky“.

Liebe Grüße von der Darm-Besatzung.

**Lektine sind Eiweiße, die Pflanzen herstellen, um sich gegen Fraßfeinde zu schützen. Sie stören im Übermaß unseren Darm und lösen ein leaky-gut aus.*

Hier kann man das nachlesen

Steven Gundry: The plant paradox. Für Englisch-Begabte

Amy Myers: Die autoimmune Lösung. Gibt es auch für deutsche Gehirne

Lektine – das heimliche Gift. Von Miriam Schaufler und Walter Drössler

Wussten Sie... ?

dass sich unser grösstes Immunsystem im Darm befindet, ein gesunder Darm ca. 2,225 kg wiegt & ein verschlackter bis zu 18 oder mehr Kilo auf die Waage bringt?

Unsere Vorfahren wussten, dass neben dem Frühlingssputz auch ein solcher wichtig ist für unseren Darm. Jüngste Forschungen zeigen, dass im Dünn- und Dickdarm ebenso viele Hormone produziert werden wie in den Hormondrüsen im Gehirn. Damit ist unser Darm weit mehr als nur ein Entleerungskanal.

Und zum Schluss noch ein Extra-Impuls:

Was wäre, wenn man Krebszellen durch richtige Information "umprogrammieren" könnte?

Sie "auf den richtigen Weg" bringen könnte?

Es gibt Erkenntnisse und Forschungen aus Biochemie, Epigenetik und Quantenphysik, die in diese Richtung weisen.

Näheres erkläre ich Ihnen gern persönlich.

Freundliche Grüße aus Flein!

Ihre Dr. Ute Dauenhauer

