

## Der Kaffee-Einlauf

Die Heil- und Schmerzlindernde Wirkung von Kaffee-Einläufe wurde zufällig während des 1. Weltkrieges entdeckt, als durch die Besetzung von Deutschland, das Morphinum und andere Schmerzmittel nicht mehr in genügenden Mengen vorhanden war. Ärzte und Krankenschwester gaben den verwundeten Soldaten aus lauter Verzweiflung, einfache Wasser-Einläufe. Einige Krankenschwestern kamen auf die Idee, den übrig gebliebenen Kaffee der Chirurgen, zu den Einläufen beizumischen. Siehe da, die Soldaten berichteten über eine enorme Entlastung und Schmerzlinderung durch diese Anwendungen.

Die beiden Ärzte, Professor O.A. Meyer und Professor Martin Heubner der Universität Göttingen, bestätigten dann auch ca. 1920, an Hand von kontrollierten Untersuchungen, die positiven Wirkungen des Kaffee-Einlaufes.

**Dr. Max Gerson** nutzte schließlich diese Erkenntnisse in seinen bemerkenswert erfolgreichen Behandlungen an Krebspatienten. Ihm ist es zu verdanken, dass dieses einfache Mittel nicht in Vergessenheit geraten ist.

### Was bewirkt ein Kaffee-Einlauf?

- ✓ Erweiterung der Blutgefäße des Pfortader-Kreislaufes und Öffnung der Gallengänge.
- ✓ Die Gallenproduktion wird angeregt. Einzigartig unter den sogenannten Choleretika (Galle anregende Mittel) ist, dass die Enzyme des Kaffees hierbei eine Rückresorption der toxischen Anteile der Galle über die Darmschleimhaut verhindern.
- ✓ Theophylline und Theobromine, wichtige Stoffe im Kaffee, erweitern die Gefäße des Darmes und wirken dort Entzündungen entgegen.
- ✓ Die Palmitate im Kaffee verstärken die sogenannten Glutathion S-Transferase, welche für die Entfernung toxischer Radikale im Blut und Serum verantwortlich sind.
- ✓ Die Flüssigkeit an sich, bewirkt eine Stimulation des Organ-Nerven-Systems.
- ✓ Da der Kaffee-Einlauf idealerweise bis zu 15 Minuten gehalten wird (das gesamte Blut des Körpers durchströmt die Leber ca. alle 3 Minuten), ist der Einlauf mit Kaffee einer Art Dialyse über die Darmschleimhaut gleich zu setzen. Es kommt somit zu einer starken Reinigung und Entgiftung des Körpers.
- ✓ Allgemeine schmerzlindernde Wirkung

Das Tolle am Kaffee-Einlauf ist, dass er sicher und einfach durchzuführen ist. Sogar bis zu alle 4 Stunden kann ein Einlauf genommen werden ohne negative Wirkung auf den Körper zu zeigen. In seltenen Fällen können stark vergiftete Personen (z.B. nach einer Chemotherapie) zu Beginn unangenehme Reaktionen entwickeln wie Übelkeit, Erbrechen, Durchfall bedingt durch die Ausschüttung der Gifte. Bitte immer Rücksprache mit einem Therapeuten halten!

## Wie wird ein Kaffee-Einlauf gemacht?



Ein Irrigator ist in jeder Apotheke erhältlich. Das kürzere Einlauffröhrchen ist für rektale Einläufe gedacht. (das lange für Scheidenspülungen) Durch das Loch in der Hinterwand lässt sich der Irrigator an einem Haken aufhängen, damit er während des Einlaufs nicht umkippt.

### REZEPT:

1. 2 große Tassen Bio-Filterkaffee, auch aus einem Vollautomaten. Kein löslicher Kaffee.
2. Kaffee in den Irrigator und mit Wasser auffüllen, so dass 1 Liter Gesamtflüssigkeit lauwarm entsteht.
3. Hahn am Irrigator aufdrehen, bis Flüssigkeit kommt und wieder schließen. Damit ist keine Luft mehr im Schlauch.
4. Das weiße Endröhrchen gut eincremen, das Einführen muss schmerzlos sein. Bei Schmerzen bitte Rücksprache mit dem Therapeuten.
5. Lage: Am besten die ersten Versuche in der Badewanne starten. Auf den Knien, Kopf nach unten, Po nach oben geht es meist am leichtesten. Alternative: auf der rechten Seite liegend, Beine leicht anziehen.
6. Flüssigkeit 10 Minuten halten. (Zeit für Bodengymnastik) Oder nehmen Sie sich die Zeit für eine liebevolle Bauchmassage, gerne auch mit einem feinen Öl !
7. Nach ca. 10 Minuten, bzw. sobald der Drang zu stark wird, entleeren Sie die Flüssigkeit wieder.

Es kann sein, dass Sie am Anfang nicht die gesamte Menge Flüssigkeit in den Darm bekommen. Zwingen Sie bitte nichts, und füllen Sie den Darm mit nur so viel Flüssigkeit wie Sie es halten können. Auch ist es Möglich, dass Sie am Anfang die Flüssigkeit keine 10 Minuten halten können. Auch dies ist kein Problem. Zwingen Sie nichts, und halten Sie die Flüssigkeit für nur so lange wie Sie es können. Übung macht den Meister!

Ein Kaffeeeinlauf hat sich bewährt bei:

- ✓ Kopfschmerzen
- ✓ Nasennebenhöhlen- Stirnhöhlenproblemen
- ✓ Müdigkeit, Schläfrigkeit
- ✓ zur Entgiftung, gerade bei Medikamenteneinnahme
- ✓ Bauchkrämpfe
- ✓ Darmprobleme, Darmdysbiosen
- ✓ Übersäuerung
- ✓ präkardiale Schmerzen (Hals, Brust, Herz)
- ✓ Tumorschmerzen