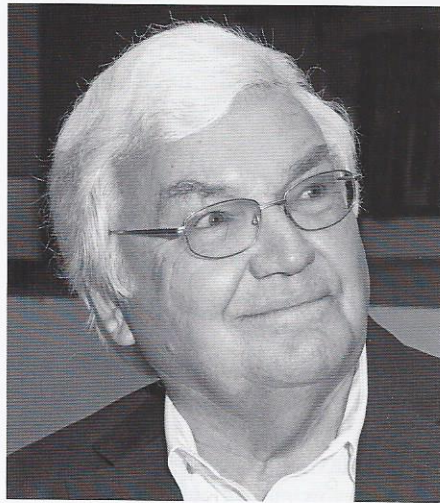


Spannender Vortragsabend beim NHV Bad Nauheim-Bad Vilbel

„Diagnostik und Therapie von Körper, Seele und Geist“

Zwei Nahtoderlebnisse als Kind und Jungendlicher brachten dem Facharzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Homöopathie und Akupunktur, Dr. Werner Chr. Nawrocki aus Frankfurt a.M. Wissen und Erfahrungen aus dem Jenseits oder Universum. Dadurch und durch intensives Üben konnte er sein sinnliches Wahrnehmungsvermögen außerordentlich steigern. Er studierte Medizin, Philosophie und Psychologie und beschäftigte sich intensiv u. a. mit Astrologie und Alchemie. Dies nach dem Motto von Paracelsus: „Nur derjenige ist ein Arzt, der Philosoph, Astronom und Alchemist ist.“

Dr. Nawrocki behauptete: „Es gibt keinen Zufall, und wir sind für alles selbst verantwortlich! Alles hat seinen tieferen Sinn und seine Wirkung. Deshalb ist Ärger unbegründet!“ Wir sollten positiv denken, handeln und niemals verurteilen! Der menschliche Körper sei ein gewaltiger Regelkreis, in dem ständig extrem zahlreiche biologische, chemische und elektrische



Dr. med. Werner Chr. Nawrocki

Vorgänge ablaufen in einer riesigen Zahl von Körperzellen und mit einer außerordentlich feinen Abstimmung mit der Außenwelt und im Körper selbst. Alle paar Tage, Wochen oder Monate fänden Erneuerungen der meisten Zellen statt.

Der Redner gab eine Reihe von Empfehlungen für ein gesundes und seelisch ausgeglichenes Leben: Man sollte auch unangenehmen Mitmenschen emotionslos begegnen und ihnen Frieden und Gutes wünschen. Emotionen sollte man weder hinunterschlucken, noch herausschreien, sondern „transformieren“. Außer Emotionen sollte man meiden: Alkohol, Drogen, Fleisch von Warmblütern, häufigen Sex, Kaffee, schwarzen Tee, Kakao, Schlafmittel, Knoblauch und alle Lauchsarten. Positiv und reinigend wären: Körner und Samen, Wasser ohne Kohlensäure, Salat, Gemüse, Obst, etwas Rohkost. Außerdem Nahrungsergänzungsmittel, harmonische Musik, besonders Meditationsmusik, natürliche Duftsprays, Räucherstäbchen, Kerzen, frische Luft, Meditationen, Hinwendung zum „Schönen, Wahren, Guten (Göttlichen), positive Gedanken, Worte und Werke.

Joachim Pollmar
NHV Wetterau

Nahrungsmittelunverträglichkeiten beim NHV Weserbergland

Was tun, wenn unser Essen krank macht?

„Das Thema ‚Nahrungsmittelunverträglichkeiten‘ zieht immer mehr Publikum an, umfassende Aufklärung ist offenbar notwendig“, so eröffnete Thomas Feist seinen Vortrag im Hamelner HefeHof. Der NHV Weserbergland e.V. hatte den Arzt und Therapeuten für eine seiner Septemberveranstaltungen gebucht. Auch in Hameln war das Interesse groß: Es mussten zusätzliche Stühle im Vortragsraum der Shopping Mall aufgestellt werden.

Thomas Feist, Inhaber einer Praxis für ganzheitliche Medizin in Hannover, zeigte schlüssig und nachvollziehbar Zusammenhänge zwischen unserer heutigen Ernährungsweise und „neuzeitlichen“ Erkrankungen auf. Zu Beginn erklärte er, wie man Nahrungsmittelunverträglichkeiten von -allergien unterscheiden kann. Während Allergien meist eine direkte und schneller abklingende Reaktion bewirken, bleiben die Nahrungsmittelunverträglichkeiten (NMU) oft sogar unerkannt, weil sie scheinbar unspezifische Symptome auslösen. Daher sei hier die Dunkelziffer hoch: Unter „NMU“ leidet heute etwa jeder zweite oder dritte Westeuropäer – viele ohne es zu wissen. Die Zahl der Betroffenen ist rasant gestiegen: Vor 15 Jahren

war es noch jeder Fünfzehnte, vor 7 bis 8 Jahren schon jeder Zehnte.

Die von NMU verursachten Beschwerden können sehr unterschiedlich sein: von Migräne, Müdigkeit, Muskel- oder Gelenksbeschwerden über Verdauungsprobleme, Konzentrationsstörungen bis hin zu Depressionen. Weil der Körper in den seltensten Fällen direkt nach dem Essen reagiert, lassen sie sich kaum zuordnen. Patienten erleben eine wahre Odyssee an Untersuchungen, wenn weder Fachärzte noch Heilpraktiker die Ursachen klären können. Um NMU aufzudecken und zu behandeln, setzt Feist in seiner Praxis neben der gründlichen Anamnese auf Blut- oder Stuhluntersuchungen in einem bewährten fachärztlichen Labor. Nach einer differenzierten, individuellen Auswertung beginnt die Behandlung. Dabei baut der Anthroposoph auch auf integrative Ansätze und die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Kollegen und Kliniken.

Dabei ist das Problem vom Menschen selbst verschuldet, wie das Beispiel Gluten plakativ zeigt: Seit Landwirte für ihr Getreide nicht nur nach dem Gewicht bezahlt wurden, sondern auch nach dessen Backfähigkeit, also dem Glutengehalt,

züchteten sie Getreide mit mehr Gluten. Seit wir deutlich mehr Gluten durch Backwaren verzehren als unser Körper von der Natur gewohnt war, tritt folglich vermehrt Gluten-Unverträglichkeit auf.

Ebenso vielfältig wie die Beschwerden sind auch die Auslöser für NMU: Außer auf Gluten reagieren Menschen häufig auf Milcheiweiß, aber auch auf Fruktose, Glukose, Sorbit oder andere Inhaltsstoffe. Wenn man weiß, dass im Darm 85 Prozent des menschlichen Immunsystems angesiedelt sind, versteht man, wie stark wir allein mit der Ernährung unsere Gesundheit beeinflussen.

Für ein Mindestmaß an Vorbeugung sollte man wenigstens auf stark verarbeitete Lebensmittel wie Fertig- oder Halbfertiggerichte verzichten. Frische und pure Nahrungsmittel selbst zubereiten ist der erste Schritt, um den Körper gesund zu versorgen. Wer aber bereits an Unverträglichkeiten oder Allergien leidet, dem kann ein kompetenter Facharzt helfen, der Erfahrung in geeigneter Diagnostik und Behandlung hat.

Kay Jordan
NHV Weserbergland