

So finden Sie viele Ansätze in diese Richtung. Heilpraktiker mit oder ohne Arzttitel und jede Menge Bücher mit und ohne Anleitungen, leben gut davon.

Es wird Detoxpulver geschluckt und geschluckt, Darmeinläufe folgen, Abführmittel kommen dazu. 16/8-Intervallfasten soll das Leben, ja sogar die Welt retten. Alles muss in wenigen Tagen raus, der Darm muss leer werden, die Gifte sollen ausgeschwemmt werden.

Und dann, ja dann folgen Probiotika-Produkte und jede Menge tote Nahrungsergänzungsmittel. Sie sollen alles was man herausgeschwemmt hat wieder aufbauen. **Darmsanierung nennt sich das.**

**Hilft das?** Ja, Sie werden überrascht sein. Zuerst fühlen Sie sich nicht so toll, aber dann geht es Ihnen für ein paar Tage besser. Bis, ja bis die Krankheit wieder «guten Tag» sagt.

Und schon suchen Sie nach neuen Möglichkeiten, meistens wieder bei einem Arzt. Sie denken, dass Detox und die Fastenkuren ja nichts gebracht haben. Der Arzt wird Ihnen das bestätigen.

Es bringt Ihnen auch nichts, wenn Sie in eine Fastenklinik gehen, viel Geld ausgeben und dann das Allerwichtigste vergessen wird oder wie fast immer tatsächlich echtes Wissen fehlt. Wir erleben das immer wieder. Nach einer dreiwöchigen Fastenkur für ein paar Tausend Franken/Euro geht es den Betroffenen gut. Wenige Wochen später sind Sie wieder krank.

Sparen Sie nicht am falschen Ort, wir informieren Sie kompetent. Und so können Sie dann tatsächlich sehr viel Geld sparen. Es braucht Wissen, ohne Wissen werden Sie weiter leiden. Mit Detox und Fasten erreichen Sie nichts. Das Danach ist wichtiger und natürlich der allgemeine Lebensstil.

Wir helfen Ihnen.

**Heilstollen:** Es gibt immer wieder Menschen, die Heilstollen oder ähnliche Einrichtungen wie Lourdes o.a. aufsuchen, dort Wasser trinken und noch Wasser abfüllen und mit nach Hause nehmen. Kaum getrunken kommt der «reinigende» Durchfall und die Leute freuen sich. Nur der Durchfall hört nicht auf, da das Wasser bakteriell verseucht ist. Beim Arzt bekommen Sie Antibiotika und vernichten so die restlichen guten Bakterien. Das Übel beginnt wieder von vorne. Das Mikrobiom muss wieder aufgebaut werden, aber bitte nicht mit den Probiotika-Produkten, die gar keinen Nutzen haben, auch wenn alles es meinen. Vor

allem die, die das Zeugs verkaufen.