

Haben Sie das auch schon gehört. Der Arzt meint zu Ihnen: «Aha, da haben wir es, typische Vererbung, da können wir nichts machen. Mit dem müssen Sie leben.»

Stimmt diese Aussage von Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt, immerhin hat sie oder er jahrelang studiert? **Nein, diese Aussage ist in der Regel komplett falsch.**

Die Betroffenen glauben die ärztlichen Aussagen, vertreten sie durch dick und dünn. Sie sind sogar stolz darauf eine Erbkrankheit mit sich herumzutragen. Das ist schliesslich etwas spezielles und immer wieder ein interessanter Gesprächsstoff unter Doofen (sorry).

Will man diese Leute aufklären, so werden Sie pampig und meinen, dass wir nichts verstehen würden und wir seien wohl die Falschen. Wir hätten kein Verständnis für sie usw.

Seit längerer Zeit ist es medizinisch untersucht und publiziert, dass nur rund 3 % der Krankheiten Erbschäden sind. «Dann gehöre ich halt dazu», höre oder lese ich von Interessenten oder Klienten.

In der Regel nein.

### **Warum nicht?**

Bei der Zeugung müsste Ihre Mutter oder Ihr Vater bereits erkrankt sein. Dann kann es möglich sein, dass diese Krankheit auf den Fötus, also auf das Baby, übertragen wird. Das ist zum Glück selten.

### **Was verursacht DNA-/Genschäden, resp. Krankheiten in jungen Jahren?**

Fast immer gestalten die Eltern die Gesundheit ihrer Kinder. Vor allem mit Ihrem Lebensstil, mit Ihrer Ernährung, chemische Substanzen, die sie nehmen, Rauchen und Alkohol. Aber auch Krach und Stress bekommt das Kind im Mutterleib mit.

### **Stellen Sie sich die Frage wie gesund sind Mutter und Vater?**

Viele meinen sie seien gesund, sind es aber nicht und schlucken immer wieder Medikamente. Ihre Körper sind bereits vergiftet und durch komplett falsche Ernährung Müllhalden. Der weibliche Körper vollgepumpt mit Hormonen, von der Pille und von Nahrung.

### **Was müssten Eltern vor der Zeugung tun?**

Drei wichtige Dinge:

1. Gesund werden, damit Sie alle chemischen Substanzen mind. ein halbes Jahr vor der Zeugung absetzen können.
2. Den Körper reinigen.
3. Sich gesund ernähren.

Sie werden staunen, dann funktioniert der Kinderwunsch ohne Probleme. Während der Schwangerschaft müssen Frauen nicht mit Unwohlsein und Übelkeit kämpfen. Bedenken Sie Ihr Körper will den Fötus so gut wie möglich schützen. Essen Sie ungesund, dann müssen Sie in den ersten paar Monaten mit Übelkeit kämpfen. Ernähren Sie sich gesund, so tauchen bei der Geburt keine Probleme auf. Das Baby hat keinen übergrossen Kopf, auch keinen Fettkörper und muss nicht mit einem Kaiserschnitt auf die Welt gebracht werden. Die Mutter ist schnell wieder auf den Beinen.

### **Zur Vergiftung durch Ernährung in der Schwangerschaft**

Leider kommen bereits viele Kinder mit einem vergifteten Körper auf die Welt. Warum? Durch eine ungesunde Ernährung der Mutter. So enthält die Nabelschnur mehr Gift als das Mutterblut. Bis zu 200 Giftstoffe werden nachgewiesen. Vor allem Quecksilber u.a. Schwermetalle. Nervenschäden, verringerte Intelligenz und Depressionen sind die Folgen. Pestizide sind ebenfalls vorhanden und schädlich.

*Quellen: Grandjean, P. et al. (2014). Neurobehavioural effects of developmental toxicity. The lancet neurology, 13(3), 330-338. doi: 10.1016/S1474-4422(13)70278-3.*

*Stern, A. H. et al. (2003). An assessment of the cord blood: maternal blood methylmercury ratio: implications for risk assessment. Environmental health perspectives, 111(12), 1465-1470. doi: 10.1289/ehp.6187.*

*Malberg, K. (2011). Pestizide können Demenz verursachen. MMW-Fortschritte der Medizin, 153(1-2), 25.*

### **Zur Vergiftung durch chemische Substanzen vor und in der Schwangerschaft**

Chemische Substanzen verbleiben jahrzehntelang oder bis zum Lebensende im Körper und können jederzeit Nebenwirkungen auslösen. Gefährlich für Paare, die noch einen Kinderwunsch haben. Sie geben das Gift ihrem Kind mit auf den Weg. So muss man sich nicht wundern, wenn Kinder z.B. mit einem Herzfehler auf die Welt kommen. Vererbt oder Gen-Defekt nennt sich das dann so schön!

Ähnliche Auswirkungen haben Rauchen und Alkohol!

### **Nach der Geburt**

Ernähren Sie Ihr Kind mit Ihrer Muttermilch - so lange es geht. Da ist alles enthalten was es braucht und das Immunsystem baut sich langsam aber sicher auf. Eine gesund ernährte Mutter kann über eine längere Zeit Milch abgeben. Wenn Sie keine Muttermilch geben können, suchen Sie über Ihren Arzt oder über eine Klinik eine gesunde Amme, die für Ihr Baby ihre Milch abgibt.

Verwenden Sie in der Stillzeit keine chemischen Substanzen und keinen Deo mit Aluminium.

Milchpulver ist nicht optimal.

Geben Sie Ihrem Kind nie eine tierische Milch. Also keine Kuhmilch. Die Kuhmilch gehört nur dem Kalb, nicht uns Menschen. Das weiss man heute und ist genügend wissenschaftlich untersucht. Von der Natur her absolut logisch, dass jede Milch nur immer dem Baby seiner Mutter gehört.

## **Die Wärme der Eltern**

Einst war es selbstverständlich, dass Kinder und Eltern gemeinsam in einem Bett schliefen. Mütter trugen Säuglinge auch bei der Feldarbeit eng am Körper. Nestwärme war keine Metapher, sondern wörtlich allgegenwärtig. Distanzierung mit Kinderzimmern und -wagen fand sich erst spät und zuerst bei bessergestellten Stadtbürgern. Zum Massenphänomen wurde die Trennung mit dem allgemeinen Wohlstand. Dazu wurde bald eine erziehungspsychologische Ratgeberliteratur populär, die Abhärtung und Entindividualisierung durch möglichst grosse Bindungsarmut zu erzielen suchte. Noch heute meinen manche, schreiende Kinder würden wir verderben, wenn wir sie aus dem Bett heben und trösten.

Fatal sind solche Dogmen nicht nur für die kindliche Psyche, die unter der emotionalen Kälte leidet. Mit Folgen für das Alter ist auch das Herz unmittelbar betroffen: Direkt nach der Geburt und in den ersten Lebensjahren haben unsere Herzmuskelzellen enorme regenerative Fähigkeiten. Dieses Erneuerungspotential verlieren wir allmählich durch hormonelle Steuerung, die der Aufrechterhaltung der Körpertemperatur dient. Je grösser der Aufwand für den Temperaturerhalt nach der Geburt, desto weniger regenerationsfähige Zellen bleiben uns für das Alter, desto anfälliger das Herz und desto geringer seine Genesungsmöglichkeiten nach einem Infarkt.

Der des Herzens, vor wenigen Generationen intuitiv selbstverständlich, beginnt durch die wertvolle Elternwärme also schon im Säuglingsalter.

*Quellen: Hirose, K. et al. (2019). Evidence for hormonal control of heart regenerative capacity during endothermy acquisition. Science, 364(6436), 184-188. doi: 10.1126/science.aar2038.*

[Marchianò, S. et al. (2019). *Lost in the fire*. *Science*, 364(6436), 123-124. doi: 10.1126/science.aax1006.

## Vitamin D

Ist es sinnvoll Ihrem Baby Vitamin D3 zu geben?

Das Risiko für Volkserkrankungen wie Diabetes mellitus, Krebs, Bluthochdruck und kardiovaskuläre Ereignisse (Herzinfarkt) lässt sich durch die vorsorgliche Einnahme von Vitamin D **nicht** verringern. Hohe exogene Dosen (Tablette usw.) schaden vermutlich sogar der Knochendichte und hemmen die Aktivität und Vermehrung bestimmter Immunzellen, die für die Gesundheit im Alter wichtig sind. Also Finger weg vom künstlichen Hormon!

*Quellen: Fuss, C. T. et al. (2020). Vitamin D - Ein kritischer Blick auf die Studienlage. DMW-Deutsche Medizinische Wochenschrift, 145(03), 135-139.*

*Burt, L. A. et al. (2019). Effect of high-dose vitamin D supplementation on volumetric bone density and bone strength: a randomized clinical trial. Jama, 322(8), 736-745. doi: 10.1001/jama.2019.11889.*

*Kaiser, A. (2017). Einfluss von Vitamin D und Vitamin A auf humane T-Zellen (Doctoral dissertation).*

Da wir jedoch, auch unsere Kleinstkinder, Vitamin D brauchen, gehen Sie jeden Tag an die frische Luft. Achten Sie jedoch darauf, dass kein Sonnenbrand entstehen kann. Nicht mit Sonnencreme eincremen. Mit Sonnencreme, die karzinogen wirken kann, produziert der Körper kein Vitamin.

**Fazit:** Es ist absolut wichtig keine Gifte in den Körper zu führen und das Immunsystem immer zu stärken. Der Körper will immer gesund werden und bleiben. Das kann er jedoch nur mit einem intakten Immunsystem erreichen.

Wenn alle in einer Familie gleich leben, gleich essen, immer wieder chemische

Substanzen nehmen, so werden in einer Familie mehrere Angehörige krank. Oft haben sie ähnliche Krankheiten. Der Arzt sagt dazu Vererbung! Wir nicht!