

Wir warnen vor allem bei Darmproblemen vor Vollkornbrot, Kerne, Samen usw. Doch natürlich werden wir von unseren Klienten immer wieder belächelt. Viele waren bei einem Heiler, Arzt oder haben in einem Buch gelesen, wie gesund Korn, Kerne, Samen u.a. sind. Erst wenn Sie merken, dass Ihre Darmkrankheit, auch mit all den vielen Medikamenten nicht besser wird, lassen sie nach jahrelangem Leiden, Korn, Kerne und Samen ENDLICH weg.

Dr. Vernon Coleman beschreibt das sehr gut und bestätigt mit einem anderen Beispiel unsere Aussage:

*Die Internetseite von Coleman wurde gelöscht.*

### **Wie sich Reizdarmsyndrom auf Ihr Herz auswirken kann**

Eines Abends vor ein paar Jahren um sechs Uhr dachte ich wirklich, meine Zeit sei abgelaufen.

Ich hatte ein paar Stunden im Garten gearbeitet, gebadet, gegessen und war mit einer Tasse Kaffee und einem guten Buch in einem Sessel zusammengesunken.

Plötzlich fühlte ich mich seltsam. Ich habe meinen Puls überprüft. Mein Herz schlug so schnell, dass ich es kaum zählen konnte. Ich habe meinen Blutdruck und Puls mit einem Gerät überprüft, das wir haben. Mein Puls lag deutlich über 150 und mein Blutdruck schwankte zwischen absurd hoch und absurd niedrig. Die Maschine leuchtete mit allen kleinen Warnleuchten, mit denen sie ausgestattet war. Ich hatte keine Brust-, Kiefer- oder Armschmerzen.

Es war alles meine eigene Schuld.

Ich hatte versucht, mein lähmendes Reizdarmsyndrom durch die Einnahme von Acidophilus und eine Ernährungsumstellung zu lindern, und infolgedessen hatten sich meine Symptome leicht gebessert. Dummerweise hatte ich vergessen, dass das Reizdarmsyndrom niemals verschwindet. Übermütig begann ich, grobes, braunes Vollkornbrot voller Samen zu essen. Es war wunderbar, wieder gutes Brot zu probieren, nachdem man jahrelang nur Weissbrot gegessen hatte.

Am Tag zuvor hatte ich vier Scheiben wunderbares, grobes Brot gegessen und musste nun den Preis zahlen. Wer hätte gedacht, dass ein paar Scheiben recht leckeres Brot solch schreckliche Störungen verursachen könnten.

Meine Frau Antoinette wollte einen Krankenwagen rufen, aber ich liess es nicht zu. Ich war mir sicher, dass meine verrückten Herzschläge eine Folge der enormen Blähungen in meinem Darm im Allgemeinen und meinem Magen im Besonderen waren.

Der Magen und das Herz haben eine gemeinsame Nervenversorgung (den Vagusnerv oder zehnten Hirnnerv). Obwohl Ärzte erkennen, dass Aufstossen in seltenen Fällen ein Zeichen einer Herzfunktionsstörung sein kann, erkennen sie diese Herzfunktionsstörung (einschliesslich Herzklopfen, Flimmern usw.) nicht, kann eine Folge von Darmwind sein, der auf den Nerv drückt.

Es dauerte etwa sechs Stunden, bis mein Herz wieder normal zu schlagen begann. Ich war zwangsläufig erschöpft und musste auch häufig gähnen. (Der Vagusnerv löst auch das Gähnen aus.) Für den orthodoxen Fachmann ist Gähnen ein Zeichen dafür, dass ein Patient einen Herzinfarkt hat, es kann aber auch ein Zeichen für zu viel Blähungen sein. Ach ja, und der Vagusnerv kann auch Schmerzen im linken Arm verursachen.

Ich frage mich, wie viele Menschen wegen einer Herzerkrankung behandelt werden, deren erste Anzeichen und Symptome durch Wind verursacht wurden? Eine Million? Wahrscheinlich mehr. Wie viele nehmen potenziell tödliche Antikoagulanzen wie Warfarin ein, die sie eigentlich nicht brauchen?

Und wie viele Patienten (ganz zu schweigen von Ärzten) wissen, dass alle Medikamente zur Behandlung von Herzrhythmusstörungen potenziell alarmierende Nebenwirkungen haben - einschliesslich Herzrhythmusstörungen. Oh, und diese ultimative Nebenwirkung, die als Tod bekannt ist.

Ich freue mich, sagen zu können, dass mittlerweile allgemein anerkannt ist, dass

Blähungen oder Blähungen im Magen und Darm Herzklopfen verursachen können. Der Wind drückt auf den Vagusnerv und führt dazu, dass er Schläge aussetzt und dann manchmal Herzklopfen entsteht.

(Es ist natürlich wichtig, dass jeder, der Herzklopfen oder andere Herzsymptome entwickelt, einen Arzt aufsucht, bevor er annimmt, dass das Problem durch ein Reizdarmsyndrom verursacht wird.)

Entnommen aus *Relief from IBS (Revised Edition)* von Vernon Coleman - erhältlich im Buchladen. auf dieser Website.