

Menstruation

Ich kenne viele Klientinnen, bei denen jahrelange Menstruationsbeschwerden nach einer Lebensweise-/Ernährungs-Umstellung mit Rohkost schnell verschwunden sind.

Hier einige Expertenmeinungen (Zitate) aus der Literatur:

Infolge des zunehmendes Fleischkonsums und dem Mehrverbrauch an Konserven tritt die Monatsregel bei jeder Generation früher auf und dauert länger. Die unzivilisierte Frau, die ein natürliches Leben führt, wenig Protein zu sich nimmt und ein geregeltes Geschlechtsleben gemäss den Jahreszeiten hat, bedeutet die Monatsregel kein Problem.

(Viktoras Kulvinskas; „Leben und. Überleben – Kursbuch ins 21. Jahrhundert“)

Historisch betrachtet trat die Menstruation auf, nachdem die Familieneinheit in ein kühleres Klima gezogen war, eine unnatürliche Ernährungsweise angenommen und den Geschlechtsverkehr erhöht hatte.

(Viktoras Kulvinskas; „Leben und. Überleben – Kursbuch ins 21. Jahrhundert“)

In unserer Kultur werden viele pathologische Zustände als natürlich betrachtet, weil sie allgemein vorherrschen ...

Man findet es „natürlich“, während der Menstruation zu bluten, Kopfweg, Krämpfe und Rückenschmerzen zu haben; aber all diese Probleme treten nur bei zivilisierten, angekränkelten Frauen auf, nicht bei gesunden Primitiven.
(anonym)

Wenn der Körper der Frau vergiftet ist und die Leber als Filter versagt, wird der natürlichen Menstruationsfunktion eine Last auferlegt. Sie muss die Funktion eines Abfallfilters übernehmen, was zu chronischer Entzündung der Gebärmutter. Wenn das toxische Blut über die Menstrualfunktion ein Ventil durch die Gebärmutter sucht, wird die zarte Schleimhaut gereizt, und es entstehen die Krämpfe.

Bei mildereren oder verdünnten Giften empfindet die Frau nur eine Schwere oder eine Verstopfung im Unterleib.

Sobald der Ausfluss beginnt, ergießt die Natur so viele giftige Stoffe wie möglich mit dem Blut. Dadurch werden die tieferen Schichten der Gebärmutter entzündet. Der normale Ausfluss wird zu einer schweren Blutung, die manchmal Tage dauert...

(Dr. H.G. Bieler)

Menstrualblutungen werden durch übermässige Eiweisschlacken im Lymphgefässsystem und Schädigung der Gebärmutter Schleimhaut durch Fäulniserreger hervorgerufen. Die Blutung entsteht dadurch, dass die Lymphgefässe der Gebärmutter nicht imstande sind, die Stoffwechselschlacken zu entfernen.

Die Schlacken bleiben im Uterus und verursachen weitere Gewebeerstörungen, so dass es zur Blutung kommt.

(Dr. Reynold, Dr. Kaiser)

Bei einem primitiven Volk im australischen Busch, das ausschliesslich von Früchten lebt, dauert die Menstrualperiode der Frau rund zwanzig Minuten, wobei

sie ungefähr einen Teelöffelvoll Blut verliert... Die Indianerinnen in der nordamerikanischen Prärie, die sich einfach ernährten und angestrengt arbeiteten, hatten eine kurze, unkomplizierte Menstrualperiode, von der sie kaum etwas merkten.

(Dr. H.G. Bieler)

Nichts beeinflusst den monatlichen Ausfluss der Frau mehr als die Ernährung. Die bisherige starke Blutung kann vollständig behoben werden, wenn man zu Rohkost übergeht. Beim Wechsel von gekochter zu roher Nahrung setzt die Periode mitunter ein oder zweimal aus, aber das ist kein Grund zu Beunruhigung.

(Dr. George Starr)

Bei der gesunden Frau verläuft die normale Menopause fast symptomlos. Aber die toxische Frau, die durch die Menstrualblutung immerhin Erleichterung von der Giftbelastung gefunden hat, erleidet während des Klimakteriums eine ganze Reihe neuer Beschwerden: Wallungen, ausserordentliche Nervosität, Kopfschmerzen, Arthritis, Neuritis, Magen- und Darmstörungen, Schwache, Depressionen, juckenden Ausfluss, Herzklopfen, Kurzatmigkeit... Eine Untersuchung des Urins zeigt an, ob die Toxine von Eiweissstoffen oder von Stärke und Zucker herrühren; im letztgenannten Fall besteht das beste Gegenmittel darin, jede Stunde verdünnte Fruchtsäfte zu sich zu nehmen. Wenn Proteinsäuren schuld sind, wird auf Basengrundlage vorgegangen: Verdünnte rohe Gemüsesäfte oder Gemüsesuppe (ohne Fleisch) sind angezeigt.

(Dr. H.G. Bieler)

Wenn die Monatsblutung eine natürliche Funktion wäre, würden alle Frauen davon geplagt sein. Es ist jedoch belegt, dass gesundheitsgeschädigte Frauen die längste Periode haben und dass sich die Beschwerden verringern, wenn sich die Gesundheit bessert. Wenn eine Frau, die noch nicht unrettbar degeneriert ist, ihren Lebensstil ändert und auf Entgiftung des Körpers bedacht ist, vermindert sich der Blutverlust immer mehr und hört unter Umständen ganz auf.

(Viktoras Kulvinskis)

Ich hatte 1995 für drei Monate Besuch von meinem 19-jährigen indischen Patenkind. Sie hatte starke Periodenschmerzen und blutete 7 Tage lang. Unsere fast 100%ige Rohkost wurde von ihr jeweils an einem Tag in der Woche unterbrochen, denn ich brachte es nicht übers Herz, ihr alles Deutsche zu verbieten. Dies war unser Kompromiss. Das Ergebnis: bereits die erste folgende Periode war schmerzfrei und dauerte nur noch 3 Tage ...

Da sie zurück in Indien wieder normal gegessen hat, kamen auch die äusserst heftigen Bauchschmerzen wieder...

(Kuteer Helga Schäfer)

Alle hervorragenden Frauen der Geschichte waren verhältnismässig frei von der Menstruation. Entweder menstruierten sie nur leicht oder gar nicht wie zum Beispiel Jeanne d'Arc, laut dem medizinischen Protokoll ihres Hexenprozesses. Die für ihren Witz und Scharfsinn berühmte Französin Ninon de Lenclos, die bis zu ihrem neunzigsten Lebensjahr jung und blühend aussah, befreite sich durch eine besondere Diät von der Menstruation.

(Henry Havelock Ellis, Sexualforscher)