



3

Ilse Gutjahr
Jetzt neu:
Pillen gegen das Sterben!

Leseprobe:
Das hässliche Entlein
Neues Buch von
Mathias Jung

5



9

Dr. med. Jürgen Birmanns
Sebastian Kneipp

Dr. med. Jürgen Birmanns
Ärztlicher Rat aus
ganzheitlicher Sicht

11



12

Dr. phil. Mathias Jung
Der Menschen ältere Brüder
sind die Tiere · Teil 2

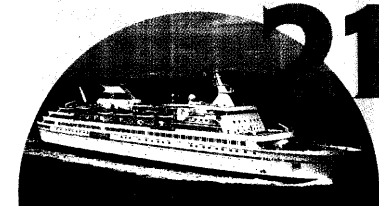


16

Franz-Josef Dosio
Die Kamille

Aus der Praxis

20



21

Mittelmeer-Kreuzfahrt
mit dem Bruker-Team

Dr. M.O. Bruker:

Verhütung des Herzinfarkts setzt Kenntnis der Ursachen voraus

Solange die Bevölkerung über die wahren Ursachen des Infarkts nicht informiert wird, ist eine Verhütung und Vorbeugung dieser Krankheit aussichtslos. Der erste Schritt muss daher sein, die Menschen aufzuklären. Genauso notwendig ist es aber auch, die Gründe aufzuzeigen, weshalb es bisher möglich war, dass durch die Nennung von unwesentlichen Nebenumständen die heutige alarmierende Situation entstehen konnte, und weshalb es so schwierig ist, das Wissen über die wirklichen Ursachen zu verbreiten. Nur wenn es gelingt, diese Informationssperre zu durchbrechen, wird eine erfolgreiche Vorbeugung möglich sein.

Die raffinierten Kohlenhydrate sind die Hauptursachen der Arteriosklerose und des Herzinfarkts

In Völkern, die keine raffinierten Kohlenhydrate verzehren, gibt es keinen Herzinfarkt und keine Arteriosklerose. Dies sind unumstößliche Tatsachen. Es lohnt sich daher, diesen Zusammenhängen genauer nachzugehen.

Die beiden englischen Wissenschaftler *Cleave* und *Campbell* haben an einem riesigen statistischen Material aufgezeigt, dass der Herzinfarkt und die Arteriosklerose genau dieselben Ursachen haben wie eine Reihe anderer ernährungsbedingter Zivilisationskrankheiten. Die Zuckerkrankheit, die Fettsucht, die Thrombose, Krampfadern, der Gebissverfall durch Karies und Parodontose, das Magen- und Zwölffingerdarmgeschwür, die Stuhlverstopfung, Gallensteine u.a. sind nur verschiedene Erscheinungsformen einer *Grundkrankheit*, der Saccharidose (englisch: saccharine-disease).

Was kann getan werden, wenn die Krankheiten bereits da sind?

So ideal es wäre, durch frühzeitigen Beginn einer richtigen Lebensführung das Krankwerden zu verhüten, so kommen doch infolge der gelenkten Fehlinformationen die meisten Menschen erst zu rechter Erkenntnis, wenn sie schon krank sind. Aber auch in diesem Fall ist die wirksamste Maßnahme die Abstellung der Krankheitsursachen. Berücksichtigt man wiederum die langen Anlaufzeiten, die bis zum Ausbruch der spürbaren Krankheitserscheinungen vergehen, so versteht sich von selbst, dass die Vermeidung der Schädlichkeiten, die zur Krankheit geführt haben, in diesem Stadium besonders streng eingehalten werden muss.

Im Zentrum der Behandlung stehen daher genau dieselben Maßnahmen, wie sie zur Vorbeugung angegeben sind: Strikteste Enthaltung von allen raffinierten Kohlenhydraten, Vermeidung sonstiger fabrikatorisch veränderter Nahrungsmittel wie Konserven, raffinierte Fette (Margarine, gewöhnliche Speiseöle). Täglich müssen Vollkornbrot, ein Frischkorngericht, Salate von rohen Gemüsen, naturbelassene Fette und rohes Obst gegessen werden. Je ernster und weiter fortgeschritten die Gefäßerkrankungen sind, umso größer muss der Frischkostanteil sein. In schweren Fällen sind mit reiner Frischkost oft noch Erfolge erzielbar, die sonst mit keiner anderen Methode erreicht werden.

Aus: »Herzinfarkt« emu-Verlag

IMPRESSUM

Druck, Vertrieb und Verlag:
emu-Verlags- und Vertriebs GmbH
Dr. Max-Otto-Bruker-Str. 3
56112 Lahnstein
Tel. 02621/917010
Fax 917033
ISSN 0933-7016
Sie finden uns auch im Internet unter:
www.dr-bruker.de
Unsere E-Mailadresse lautet:
abo@emu-verlag.de
Verantwortlich für den Inhalt:
Martina Bang-Dosio
Dr. med. Jürgen Birmanns
Ilse Gutjahr
Martin Gutjahr
Dr. phil. Mathias Jung
Bezugspreis und Abo-Bestellungen:
DER GESUNDHEITSBERATER
erscheint in 12 Ausgaben jährlich,
jeweils Mitte des Monats, und ist im Mitgliedsbeitrag der CGB enthalten.
Einzelpreis DM 5,-
Abo-Preis DM 58,- (+ Porto, Versand).
Bestellungen an den emu-Verlag, Lahnstein.
Für Artikel, die namentlich gekennzeichnet sind, übernimmt der Verlag keine Verantwortung.
Die Redaktion behält sich die Kürzung und Bearbeitung von Beiträgen vor.
Für unverlangt eingesandtes Material übernimmt die Redaktion keine Gewähr.
Bankverbindung:
Volksbank Rhein Lahn eG
BLZ 57092800,
Konto 0201496713
Alle Rechte vorbehalten.

Titelfoto:
Reiner Taudien