

Mikrobiom – natürliches Heilen mit Bakterien – gesund bleiben mit Mikroorganismen

Unser Körper besteht nebst Wasser aus vielen Gewebezellen und dem Mikrobiom.

In unserem Körper leben (nebst den Gewebezellen) Billionen Bakterien, Viren, Parasiten und Pilze. Alle diese Mikroorganismen bilden im Menschen eine Gemeinschaft, welche mit den Gewebezellen in Beziehung steht. Man nennt dieses kürzlich neu entdeckte Organ das „Mikrobiom“. All diese Verhältnisse stehen miteinander zum Immunsystem. Fehlen Bakterien oder ist ihr Miteinander gestört, können Krankheiten entstehen. Daraus ergibt sich ein neues Bild von Krankheit und Gesundheit, und es ergeben sich grosse Behandlungschancen für eine neue Medizin. Das Zentrum des Mikrobioms ist unser Darm mit seiner Darmflora. So wie jeder Mensch anders aussieht, so hat auch jeder Mensch seine ganz eigene Darmflora.

Über 120 Jahre lang galten Bakterien als Feinde des Menschen, die bekämpft werden sollten. Dazu wurden die raffiniertesten Mittel und Technologien entwickelt. Mit den daraus entstandenen Strategien haben wir das Miteinander von Bakterien und Mensch auf der Erde gründlich zerstört.

Was bedeutet die Bakterienbeseitigung für den Menschen?

Nimmt ein Mensch ein Antibiotikum, verändern sich in seinem ganzen Körper Bakterienzusammensetzung und -aktivität. Es kommt zu einem individuell unterschiedlich stark ausgeprägten **Mikrobiom-Schock**. Meist sterben zuerst die niedrigen Bakterienstämme ab, pro Antibiotika-Kur 1-2 Arten. Dieses Absterben setzt innert kurzer Zeit ein. Diese Veränderung ist unwiderruflich.

Wir leiden aufgrund unserer desinfizierenden Lebensweise in unserer Zivilisation (Industrielländer) an persönlichem Bakterienchaos im Körper und an kollektivem Mikrobiom-Mangel im ganzen Volk. Und wo die natürliche Vielfalt in einer grossen Gemeinschaft verloren ist, kann sie selbst bei innigstem Körperkontakt nicht mehr ausgetauscht, nicht mehr von Mutter zum Kind weitergegeben und ohne Hilfe nicht mehr wiederhergestellt werden. Das ist erschütternd. Wir haben ungewollt die Grenzen unserer Mikrobiom-Toleranz längst weit überschritten und bekommen nun die Folgen überall zu spüren. 1/4 der Bevölkerung hat ein verarmtes Mikrobiom. Es ist der direkte Vergleich mit dem Waldsterben. Genau so ist es in unserem Körperinnern.

Hygienisch ist nicht die Beseitigung der Bakterien aus einem Lebensraum. Hygienisch ist die passende Bakterienvielfalt und -mischung mit ihrer gesunden Aktivität und Kommunikation am jeweiligen Ort.

Deshalb liegt der Fokus neu auf der mikrobiologischen Therapie und einen optimalen Lebensstil. Der einzige Ausweg aus all diesen existenzbedrohenden Problemen ist die Änderung der bisherigen Absicht von Bekämpfung durch den Menschen und stattdessen die Hinwendung zu einem friedlichen Miteinander mit den natürlichen Lebensgemeinschaften und Eigenschaften der Bakterien auf der Erde.

Wir alle haben die Möglichkeit, an den Pfad eines friedlichen Umgangs mit Bakterien anzuknüpfen. Es fängt bei jedem einzelnen von uns an. Informiert euch, ändert euren Lebensstil und pflegt und baut euer Mikrobiom auf, als wäre es euer Kind.

Inhalt unter anderem aus dem Buch: Natürlich heilen mit Bakterien von Dr. Anne Katharina Zschocke