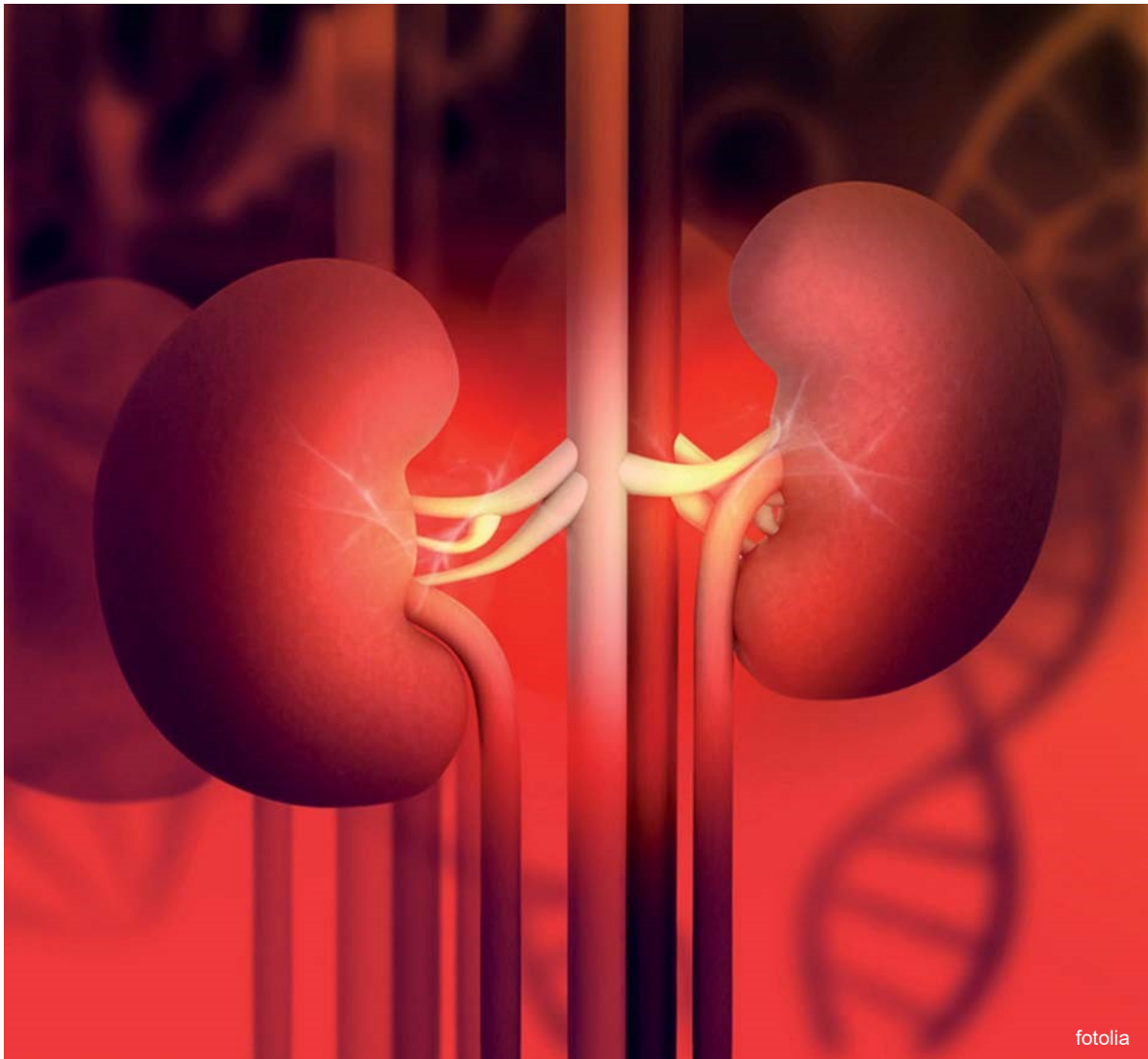


# Das Kreuz mit der Niere

- Chronische Kreuzschmerzen, Reizblase, Harnwegsinfekte und Rheuma als Ausdrucksformen einer erkrankten Niere



## Die Aufgaben der Niere:

- Kontrolle des Blutes, des Energiehaushaltes, der Hormonproduktion (Nebenniere).
- Kontrolle der Nahrungsaufnahme und der Energiesparprogramme sowie der allgemeinen Entgiftung.

Die Nieren sind ein, im Regelfall, paarig angeordnetes Organ. Auf jeder Niere sitzt zudem eine Hormondrüse, die sogenannte Nebenniere. Sieht man von der Produktion der Hormone in der Nebenniere einmal ab,

so besteht die Hauptaufgabe der Nieren in einer Regelungsfunktion. Diese nimmt sie in erster Linie durch Filterung des Blutes wahr. Gemeinsam filtern die beiden Nieren pro Tag bis zu 1800 Liter Blut. Sie funktionieren dabei allerdings nicht wie ein einfaches Sieb, wie es uns schulmedizinisch oftmals vermittelt wird. Vielmehr ist sie ein chemo-physikalischer Hightechfilter, indem das Blut gefiltert wird und überschüssige

Vitamine, Spurenelemente, Eiweiße, Blutkörperchen, wasserlösliche Gifte sowie überschüssiges Wasser über den Harn ausgeschieden werden. Ebenso werden die nicht zur Bevorratung benötigten Harnsäuremoleküle (vor allem bei Männern zur Entlastung der Gelenkräume) aktiv in den Nierenkanälchen zur Blase befördert und in den Harn ausgeschieden. Dabei erkennen die Sensoren der Niere auch Mangelzustände, halten bestimmte Stoffe zurück und regen über die Darmwände, Lungenkapillaren und die Außenhaut die vermehrte Aufnahme der fehlenden Stoffe an. Durch Erhöhung des Blutdruckes wird die Filtrationsmenge entsprechend der Blutverunreinigung durch Erhöhung oder Verringerung angepasst.

Die Nieren filtern aber nicht nur überschüssige Blutkörperchen, sondern sie scheiden gemeinsam mit der Milz ebenso nicht mehr funktionsfähige Blutkörperchen aus. Auch sind sie maßgeblich an der Produktion roter Blutkörperchen beteiligt.

Allgemeiner betrachtet sind die Nieren ein hochentwickeltes Regelungsorgan, das stoffliche Gleichgewichte herstellt, indem es Überschüsse ausleitet und bei Mangelzuständen die Stoffe entsprechend zurückhält oder deren Neubildung anregt. Vielleicht stehen die Nieren im System der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) neben ihrer paarigen Anordnung auch deshalb stellvertretend für die einander gegenüberliegenden Prinzipien von „YIN“ und „YANG“, die im Sinne einer Gesundheitsförderung aus Sicht der TCM immer wieder zu einem Ausgleich zu bringen sind.

Diese in den Nieren geleistete Arbeit der Entgiftung durch Filterung in den Nierentubuli und anschließende Ausscheidung über die Harnwege schädigt aber deren komplexe Struktur und verringert damit die Lebensdauer der Nieren, wie eben alles auf dieser Welt, das einer häufigeren Nutzung unterliegt, auch schneller abgenutzt wird.

Bei der Komplexität und dem Umfang der Funktionen, die die Nieren erfüllen, bekommt man eine annähernde Vorstellung davon, wie geradezu primitiv verglichen dazu eine Dialyse funktioniert und wie dementsprechend gering daher der daraus resultierende Nutzen sein wird.

### **Was belastet unsere Niere?**

Ganz allgemein gesprochen gilt für die Nieren dasselbe, das auch für unseren Organismus in seiner Gesamtheit betrachtet gilt. Es gibt Phasen der Aktivität, und es gibt Phasen der Ruhe. Fehlt Letzteres, so brennen wir uns mit der Zeit aus. Längere, bedeutende Regenerationsphasen für die Nieren liegen z.T. im Hochsommer, v.a. aber im Winter. Ausschließlich in diesen Zeiten können defekte Nieren regenerieren. In der Natur findet dies über einen Zeitraum von 2 bis 5 Monaten in einem sogenannten „Standby – Stoffwechsel“ mit völliger Ruhe und weitgehender Einschränkung der Nahrungszufuhr statt. Mit Hilfe spezifischer Maßnahmen kann unter Umständen die benötigte Zeitdauer auf mehrere Wochen verkürzt werden.

Seit Beginn der Wohlstandszeit vor etwa 60 Jahren kommt es durch die Konzentration der Ernährung und vermehrte Giftstoffzufuhr zu einer immensen Belastung der Nieren. Wir essen nicht nur allgemein größere Portionen als unsere Vorfahren, sondern was wir essen, ist viel konzentrierter (v.a. an Harnsäure), und damit nahrhafter und entsprechend weniger würden wir davon benötigen. Zu diesen Konzentraten zählen vor allem Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte, also tierische Produkte. Aber auch pflanzliche Eiweiße, wie etwa in Form von Sojaprodukten, sind in diesem Zusammenhang zu nennen.

Zusätzlich dazu kommen weitere Belastungen unserer Nieren durch zivilisatorische Faktoren wie Übersäuerung durch permanenten Stress, Umwelt- und Nährstoffgifte,

häufige Medikamentengaben, alle Formen von Suchtstoffen wie Kaffee, Alkohol, Nikotin, Drogen etc. .

Indem gleichzeitig zu diesen Belastungen die Winterfastenzeiten von 1. November bis Anfang Februar kaum mehr eingehalten werden, fallen auch die grundlegenden Basisentgiftungen und die notwendigen Regenerationszeiten der Organe im Allgemeinen und der Nieren im Speziellen weg.

### **Welche Symptome treten bei gestörter Nierenfunktion auf?**

Ganz allgemein können seitlich ausstrahlende Kreuzschmerzen oder eine Klopf-schmerzempfindlichkeit der Nierenlager auf Nierenstörungen oder Überlastungen hinweisen.

Speziellere Symptome zeigen sich in Störungsbildern entlang des Verlaufs des Blasenmeridians (Lidschwellungen und Augenjuckreiz, Scheitelkopfschmerzen, Wirbelsäulen-Verspannungen, Ischialgie, Hüft- und Kniegelenksbeschwerden, Wadenkrämpfe, Hühneraugen und Pilzerkrankungen des kleinen Zehs.)

Symptome einer geschädigten Niere zeigen sich im Verlauf des Nierenmeridians in Form von Hüftbeschwerden, Kniebeschwerden, Senk-Knick-Plattfüßen, Wadenkrämpfen, Kontinenzproblemen, Scheideninfektionen, Prostatabeschwerden, sexuellen Fehlfunktionen, Brustverspannungen, Sprunggelenkfehlfunktionen und Hautausschlägen.

Es können auch Hormonstörungen als Folge einer Senknieren auftreten (siehe dazu den Artikel über die Senknieren in Ausgabe 02/2015).

### **Geschlechtsspezifische Unterschiede einer Nierenfunktionsstörung**

Bei Frauen können schon vor dem Klimakterium zusätzlich noch **rheumatische Er-**

**krankungen** auftreten, selbst bei noch guten Nierenwerten. Später dann kommt es zu verstärkten Schädigungen des Herzkreislaufsystems (Arteriosklerose).

Bei Männern tritt schon frühzeitiger eine Alterung der Nierenstrukturen mit nachlassender Entgiftungsfähigkeit und damit Erhöhungen der Kreatininwerte ein. Dementsprechend frühzeitig kommt es zu einer allgemeinen Alterung des Blutgefäßsystems. Das wirkt sich in Herzerkrankungen, Krampfneigungen, Durchblutungsstörungen und Schlaganfallneigung aus.

#### **Allgemeine Nieren-Therapien:**

- Spezielles Training der Wirbelsäulenringmuskulatur (WiSRi-Gymnastik)
- Baseninfusionen oder Baseneinläufe,
- Colon-Hydrotherapie mit Basenzusatz.
- Mehrmals jährlich Entgiftungskuren (vorher immer Kontrolle der Nieren- und Leberfunktion, ob die Belastungsfähigkeit zur Ausleitung überhaupt gegeben ist!).
- Wer Zeit und Disziplin vorweisen kann, sollte noch besser über einen Zeitraum von 3 Monaten völlige Ruhe und Fasten einhalten, entsprechend dem sinnbildlichen Aufenthalt in einem eingeschneiten Kloster in Tibet mit einer Schale Reis täglich! In diesen Fällen einer natürlichen Winterruhe sind Begleittherapien selten vonnöten. Auf jeden Fall vorher Abklärung durch einen diesbezüglich gut geschulten Kurspezialisten.

Weitere Therapien je nach zusätzlichen Organstörungen.



*Anzustrebende Kreatinin-Sollwerte als Maß der Entgiftungsfähigkeit der Niere und zugleich als Ausdruck des „biologischen Alters“.*

**Mädchen** 10-20 Jahre: Kreatinin bis 0,25 mg/dl, Harnsäure unter 2,00 mg/dl. **Frauen** bis zum 60. LJ: Kreatinin bis 0,5 mg/dl, Harnsäure unter 4,5 mg/dl Danach bis max. 0,60mg/dl Kreatinin, Harnsäure unter 4,50 mg/dl

**Jungen** 10-20 Jahre: Kreatinin bis 0,3 mg/dl, Harnsäure unter 3,00 mg/dl. **Männer** bis 60. LJ: Kreatinin bis 0,6 mg/dl, Harnsäure unter 6,5 mg/dl. Nach dem Klimakterium Kreatinin entsprechend Lebensalter /100 (dividiert durch den Faktor 100). Die Harnsäure sollte unter 6,0 mg/dl bleiben und im Senium auf Werte um die 3,5-5,5 mg/dl sinken.

*Logische Reaktionen bei therapeutischen Heilkuren oder Ausleitungskuren:*

- Es kommt infolge der beabsichtigten Kureffekte zu einem massiven Einstrom von im Körper gelagerten Giften und Säuren ins Blut, welche durch die Nieren ausgeschieden werden müssen. Diese belasten die Niere und nachfolgend auch die Schleimhäute der Harnwege. Das führt zu einer Reizblase oder wiederkehrenden Blasenentzündungen. Daher sollten bei steigendem Harnsäurespiegel diese Nebeneffekte mit Baseninfusionen abgefangen werden.

*Therapie und Kontrolle von echten Heilkuren:*

- Wöchentlich mehrmals Baseninfusionen, Basensalze zu Einläufen und Colon-Hydrotherapien. Basenstrümpfe. Achtung: Die orale Einnahme ist einerseits zu wenig intensiv und verursacht zudem langfristig eine „Rebound-Gastritis“.
- Gruppen-Organsuggestivtherapien
- Alle 2 - 3 Tage der Kur Kontrolle der Laborparameter Harnsäure, Kreatinin, Leberwerte und gegebenenfalls Ausgleich durch Baseninfusionen. Abpufferung im Darmtrakt durch Diät mit ungesalzenem nativem Reis oder Reisschleim. Zusatztherapien der betroffenen Körpermeridiane mit Reflexzonen-therapien oder spezifischen Massagen.