



executive interieur der Nebenniere, wo die Sexualhormone gebildet werden, gelenkt. Jedes Lebensalter hat eigene Programme! Babyalter, Pubertät, Midlife, Klimakterium, Senium unterscheiden sich im Bedarf von Nährstoffen. Im Alter des Wachstums kann der Mensch viel Nahrung verarbeiten und ab dem Klimakterium schafft er nur einen Bruchteil zu verstoffwechseln.

Wie kommt es jetzt, dass im Bereich der seitlichen Hüften und Oberschenkel gerade bei Frauen überall so kleine Eindellungen entstehen? Aber oft schon bei ganz jungen Mädchen oder sogar manchmal bei Burschen.

ES HAT NATÜRLICH MIT UNSERER ÜBERERNÄHRUNG ZU TUN!

3 Hauptgründe:

Zum Einen führen die vielen Milchprodukte nach dem 3. Lebensjahr aufgrund ihrer hormonellen Wirksamkeit zu übermäßigem Zellwachstum und Masteffekten.

Zum Zweiten kommt es infolge chronischer Übersäuerung zur Schwächung des Bindegewebes, was nicht nur unliebsames Hängen der Brüste, Krampfadern, Hämorrhoiden, alte Blutgefäße und Erektionsprobleme verursacht, sondern bei beiden Geschlechtern schlaffe Haut und eine Senkung der Nebenniere bedingt. (Auswirkungen wie Erschöpfungssyndrom, Infertilität, Reizblase, Depression usw. und Therapiemöglichkeiten werden in der nächsten Ausgabe behandelt).

Zum Dritten werden Ablagerungen wie Harnsäure als Energiereserve für die immer wieder kommenden Notzeiten in geeigneten Stellen, wie Gelenken, Muskeln und Fettpolstern eingebaut. Vor allem unter dem Einfluss der weiblich prägenden Hormone werden wesentlich mehr Harnsäuremoleküle und Fette als Not-Energiestoffe eingelagert.

Frauen müssen auch in Notzeiten die Arterhaltung sichern und daher ein Programm haben, wo mit wenig Nährstoffzufuhr viele Reserven entstehen.

JE BESSER DIE GENE, DESTO SCHNELLER KOMMT ES ZUR GEWICHTSZUNAHME!

Jetzt kommen der Herbst und Winter und dann gehen wir in die Sauna oder gönnen uns ein Wellness-Wochenende. Wir haben ein paar Kilo abgenommen und möchten unsere schöne Haut zeigen.

Die schöne, zarte, faltenfreie!

Denn ganz im Gegensatz zum witterungsbelasteten Gesicht bleibt die Haut unseres Körpers bis ins hohe Alter schön! Aber nur bei entsprechender Pflege! Diese muss von Innen kommen, denn Cremes verstopfen und ersticken nur das Unterhautgewebe und führen dann umso schneller zu runzeliger Haut.

Immer wieder stellen wir fest, dass die weibliche Attraktivität in erster Linie von den Kurven im Hüftbereich abhängt. Ob schlank oder mollig spielt eine untergeordnete Rolle. Die Komposition der Proportionen in ihrer Ganzheit ist wesentlich. Wie ist das Grundgerüst? Die Verteilung des Körperfettes wird im Grunde von Hormonen gesteuert.

Diese ihrerseits werden über die Schlüsselachse Hypothalamus, Zirbeldrüse und dem

Normalerweise werden jeden Winter in der natürlichen Fastenzeit die Ablagerungen in den Bindegewebe (Harnsäure als Energiereserve) wieder aufgebraucht. Durch die natürliche Nahrungskarenz war die Proportion im Frühjahr wieder phantastisch und die Haut in vollem Sex-Appeal, damit die Fortpflanzung gesichert war.

IN HEUTIGEN ZEITEN WIRD ÜBER JAHRZEHNTE BEINAHE ANDAUERND EINGELAGERT UND EIN AUSLEITEN DIESER STOFFE IST NICHT MEHR MÖGLICH.

So bleiben vor allem bei Frauen in den bevorzugten Sex-Bereichen die Stoffe permanent eingelagert, versulzen über die Jahre und die Moleküle binden Wasser an sich („Kolloidosmotischer Druck“). Indem aber bei jungen Frauen die Fasern, welche die Form des Hautkörpers individuell prägen und erhalten, doch noch sehr fest sind, kommt es in der Umgebung dieser Matratzenstränge zu „permanenten Wasseraufquellungen“. Diese verschwinden nur, wenn die wasserbindenden Ablagerungen aus dem Körper gehen.

Cellulite (Zitat aus Wiki)

Definition: (Synonyme: *Dermopanniculosis deformans*, **Orangenhaut** oder fälschlicherweise Zellulitis) ist eine konstitutionell bedingte, nicht entzündliche Veränderung des subkutanen Fettgewebes im Oberschenkel- und Gesäßbereich von Frauen. Cellulite entsteht bei Frauen im subkutanen Fettgewebe als Pölsterchen mit leichter Stauung der Lymphe^[4]: Das Fettgewebe wird von bindegewebigen Kollagensträngen (*Retinacula cutis*) in gitterartigen Unterteilungen durchzogen. Diese Strukturen schwellen unter den Hormonveränderungen des Menstruationszyklus mehr oder weniger an und machen so die Form der Kollagenbänder sichtbar.

Da Cellulite tiefe Hautstrukturen betrifft, kann durch Cremes, Salben und ähnliche kosmetische Behandlungen kein Erfolg erzielt werden.

Bei der Fettabsaugung (Liposuktion) wird zwar Körperfett entfernt, die typischen Hautdellen können jedoch bestehen bleiben oder entwickeln sich wieder erneut. Kosmetisch werden oft drei Stufen des Hautbildes unterschieden:

1. Sichtbare Dellen bei einem Kneiftest.
2. Dellen sind im Stehen, jedoch nicht im Liegen sichtbar.
3. Dellen sind auch beim Liegen zu sehen.

Nun so viel zu den klugen Erklärungen des modernen Lexikons, aber was sagen Naturheilkundige dazu?

Da der Selbstwert von Frauen sehr darunter leidet kommen die Betroffenen sehr häufig zu Therapeuten.

ABER MAN HATTE DER ORANGENHAUT NICHTS ENTGEGEN ZU SETZEN!

Bis wir vor einigen Jahren im Rahmen unserer Fastenkuren die Beobachtung machten, dass bei manchen Teilnehmerinnen innerhalb kurzer Zeit die Haut glatter wurde.

Was hatten sie genommen oder getan? Es hat uns damals alle sehr verblüfft! Keine Cremes oder außergewöhnlichen Therapien. Nichts – nur gefastet!

MASTSYMPTOM CELLULITE

Wie bereits beschrieben handelt es sich um ein Bild, als ob in - mit Knopfbändern in Form gehaltenen - Matratzen zu viel Füllung gestopft wird.

Dies erfahren auch schon Mädchen mit 10-12 Jahren. In früheren Zeiten gab es das viel weniger.

Na klar, da war noch nicht die Wohlstandszeit und es wurde noch gefastet! Außerdem waren konzentrierte Milchprodukte wie Käse kaum leistbar und konnten somit ihre anabolische fettaufbauende Wirkung nicht entfalten.

RHYTHMUS FASTEN HEILT

Beim Fasten wird dem Körper nach einer gewissen Zeit ein Winterbetrieb vorgetäuscht, wo er über Monate keine Nahrung erhält.

Nach einigen Wochen der Fettverbrennung wechselt er – um die Körperstruktur nicht weiter auszuhöhlen – den Stoffwechsel von einfacher Verbrennung auf eine Art

„atomarer Energiegewinnung“

und greift auf die extra dafür eingelagerten Brennstoffvorräte zurück.

Anstatt Uran für Atomkraftwerke, benötigt er eben die Harnsäuremoleküle.

DAVON REICHEN WINZIGE MENGEN AUS.

Diese Moleküle und andere Stoffe sind überall abgelagert. In den Gelenken, im Bindegewebe usw. Wenn aber diese „Uran-Vorräte“ in keinem Winter mehr aufgebraucht werden, sammeln sie sich zunehmend an...

Die Haut



- Bindegewebsfaser zur Erhaltung der Form
- Fettzellen
- Wasser
- Ablagerungen

BEIM FASTEN WERDEN DIESE HARNSÄUREELEMENTE VERBRAUCHT UND DAS GEBUNDENE WASSER VERSCHWINDET UND DAMIT DIE CELLULITE.

Dr. Josef A. Egger

In der nächsten Ausgabe: „Die Senknier“, Krankheiten, Ursachen und Therapie