

## „Das Leiden in der Senke“ -

# „Die Senknieren“ -

## Ursache und Schlüssel zum besseren Verständnis vieler Erkrankungen

### Habt ihr euch schon jemals gefragt

- warum manche Frauen Schwangerschaften haben, in denen sie sich wesentlich fitter fühlen, als in der restlichen Zeit und andere wieder kurz nach der Geburt in ein „Loch fallen“ und nicht wissen, wie ihnen geschieht?
- warum diese dann unter Gefühlen wie Lustlosigkeit, Erschöpfung, Überforderung mit ständiger Gereiztheit sowie leichten Depressionen bis hin zum Vollbild des sogenannten „Baby-Blues“ leiden?
- warum manche Menschen tagsüber ausgesprochen erschöpft sind, sich dauernd hinlegen könnten und wenn sie sich dann zum Rasten ins Bett legen, womöglich nicht schlafen können, zu manchen Zeiten sogar plötzlich Herzklopfen, Herzjagen oder Rhythmusstörungen im Ruhestand bekommen und sogar eine ganz paradoxe innerliche hektische Unruhe und unangenehme Gedankenflut verspüren?
- warum manche Patienten über eine ständig wiederkehrende Reizblase oder rezidivierende (immer wiederkehrende) Blasenentzündungen oder gar Affektionen der Niere berichten? Dies sogar außerhalb von giftausleitenden und damit die ableitenden Harnwege reizenden Fastenkuren, wo diese Symptome normale Belastungsreaktionen darstellen würden?
- warum Hormonstörungen bis hin zur Infertilität auftreten, obwohl die Gesamtmenge der Hormone bei Labormessungen weitgehend in den Normbereichen liegt?
- warum manche Menschen besonders dazu neigen, Allergien oder Hautauschläge zu bekommen bis hin zu Neu-

rodermitis und Ekzemen, vor allem bei Nierenbelastungen im Rahmen von Entgiftungsreaktionen oder Stress?

- warum manche Menschen unter Beschwerden der unteren Körperhälfte leiden, unerklärliche Gelenksbeschwerden und Nervenschmerzen auftreten bis hin zu wechselnden Verdauungsbeschwerden – und die oft vermuteten Belastungen der Lendenwirbelsäule bei Untersuchungen nicht zu finden sind? Kein großer Bandscheibenvorfall, keine Verengung des Wirbelkanals! Fragen an Ärzte werden auch hier mit Schulterzucken beantwortet!

### Woher kommen diese Symptome wie:

- Baby-Blues und postpartales Syndrom
- „verkehrtes“ Erschöpfungssyndrom
- Reizblase
- Hormonstörungen bis hin zur Infertilität
- Juckreiz, Neurodermitis, Ekzem
- Darmbeschwerden
- Kniebeschwerden
- Hüftbeschwerden und Ischias bei intakten Bandscheiben

Woher rühren diese Krankheitsbilder, für die Ärzte im Allgemeinen keine Erklärungen liefern können und in ihrer Hilflosigkeit lediglich reflexartig mit der Gabe von organotoxischen Antidepressiva, Schlafmitteln, krampflösenden Medikamenten, Schmerzmitteln oder sogar Antibiotika reagieren?

### Schlüsselrolle Nebenniere

Auf jeder Niere im Körper sitzt haubenartig die Nebenniere. Diese ist die Hormonfabrik für Sexualhormone, Cortisol und Aktivierungshormone wie Adrenalin und Noradrenalin! Diese Hormone regeln, im Zusammenspiel mit anderen hormonproduzierenden Organen wie der Schilddrüse, der Zirbeldrüse, den Langerhans'schen Inseln der Bauchspeicheldrüsen und den Sexualdrüsen, den zu den Lebensphasen passenden Energiestoffwechsel. Sie steuern damit vor allem den Tag-Nacht-Rhythmus sowie den körperlichen Wechsel der Jahreszeiten, etwa zwischen Frühlings-Aufnahmephase und Winterruhe. Kleine Änderung z.B. des Tag-Nacht-Rhythmus und minimale Zeitversetzungen im Hormonablauf können bereits - bisher nicht erkannte - größere Auswirkungen haben. Aber auch der Wechsel zwischen geschlechtsaktiven Phasen und dem Klimakterium, die Steuerung der Schwangerschaft, die angepassten Abwehrreaktionen bei Stress

sowie die Vorbereitung der regenerativen Ruhezeiten des Körpers fallen in den Wirkungsbereich der Nebenniere.

## Organ-Besonderheiten

Damit das beträchtliche Gewicht von Niere und Nebenniere diese Organe während des Gehens nicht nach unten in den sich verengenden Kanal des Musculus Psoas, der sogenannten „Psoasloge“ drücken, bedient sich die Natur besonderer Sicherungsmethoden: Das Zwerchfell sondert zu diesem Zweck ständig ein Sekret ab, welches in seiner besonderen Zusammensetzung an der Oberseite die Beweglichkeit der Lungenbasis für die Atemtätigkeit gewährleistet, aber auch an der Unterseite – über dem queren Dickdarm - die Beweglichkeit der Bauchorgane sichert.

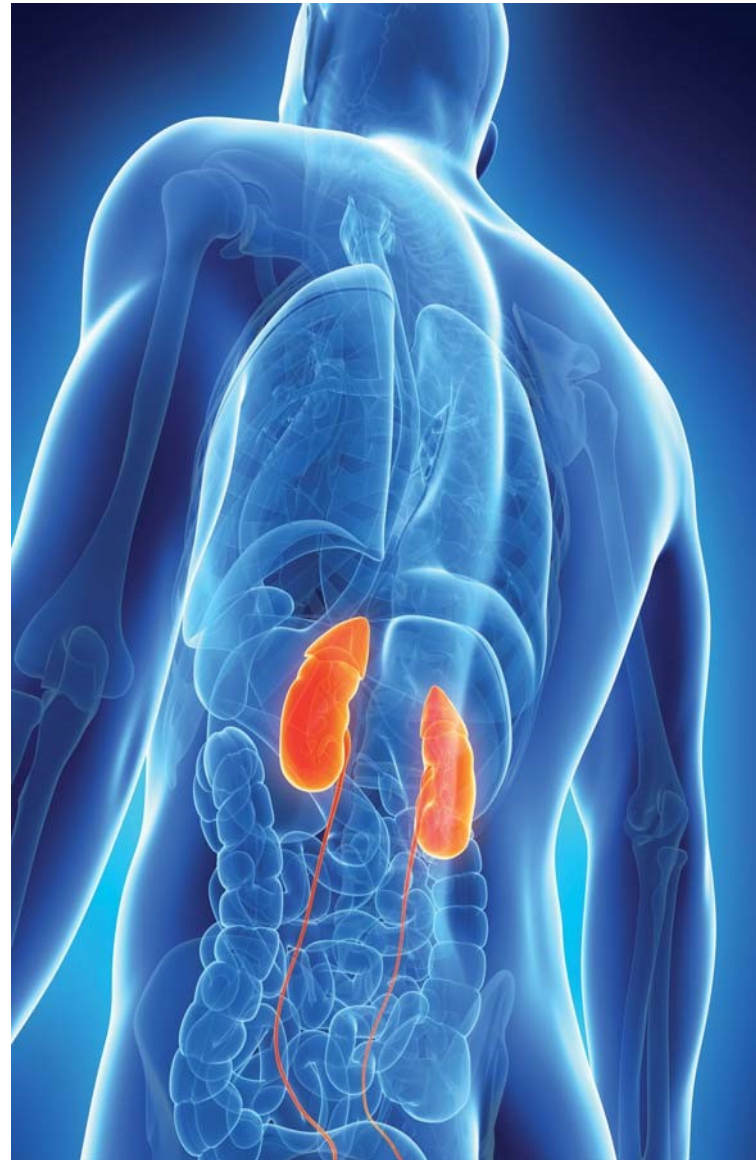
Ein wenig bekanntes Phänomen unter Therapeuten ist, dass eine der Hauptaufgaben der Schleimproduktion der dem Bauchraum zugewandten Zwerchfellseite darin besteht, in „klebender Form“ durch die wohl stärkste physikalische Kraft - den UNTERDRUCK - die Nieren entgegen dem Gewicht der Schwerkraft, wie ein Saugnapf, oben zu halten!

## Haltebänder als Helfer

Eine wesentliche Funktion kommt wohl auch den Haltebändern zu, welche aber nicht in der Lage wären, alleine das Gewicht von Niere und Nebenniere zu halten! Dennoch unterstützen sie indirekt wesentlich die Unterdrucksfunktion des Zwerchfellschleims, indem sie ähnlich einem aufgehängten Modellflugzeug das Organ in einer Position fixieren, welche ein gewichtsbedingtes „Hineingleiten“ in die Psoasloge verhindert!

## Störfaktoren

Vor allem in Zeiten plötzlicher Trockenheit des Zwerchfells bei Bronchitis, Lungenentzündungen, hormonellen Störungen, nach Schwangerschaften, im Wechsel, bei negativen Einflüssen durch Medikamente, in Stresssituationen, bei Fehl atmungen sowie bei Fehlsteuerungen durch belastete Steuerungsnerven des Rückenmarkes, werden die Ansaugmechanismen der Niereneinheiten am Zwerchfell weitgehend außer Kraft gesetzt!



fotolia

## Übersäuerung zermürbt das Bindegewebe der Bänder

Durch jahrelange Überlastung mit konzentrierten harnsäurehaltigen Produkten (Fleisch, Milchprodukte, Eier etc.) bei gleichzeitiger mangelnder Ausleitung der Harnsäure durch fehlende Fastenzeiten führt dies mit zunehmendem Alter zu einer chronischen Übersäuerung (Harnsäureanstieg auf über 5 mg/dl und Anstieg des Kreatinin auf über 0,6 mg/dl) des Körpers. Damit geht nicht nur die Ablagerung von Harnsäure in den Gelenken und Weichteilen einher, sondern sie verursacht indirekt auch die Verengung von Blutgefäßen in Form von Arteriosklerosen.

Neben vielen anderen Schädigungen kommt es auch zu einer Zersetzung des Bindegewebes im ganzen Körper. Krampfadern, schlaffe Haut, Faltenbildung, Hämorrhoiden und Bän-

derschwäche sind die bekannteren der durch unseren Lebensstil selbst verschuldeten Folgen! So kommt es bei der heutigen Überernährung oft auch schon frühzeitig zu einer Erweichung der die Nebenniere fixierenden Bänder! Wird dann auch die Unterseite des Zwerchfells trockener, wie es nach Schwangerschaften oder im Klimakterium generell der Fall ist, so ist die Sache gelaufen! Aber dieses Syndrom betrifft nicht ausschließlich Frauen.

Auch Männer sind spätestens im Wechsel davon betroffen. Vor allem, wenn diese dann plötzlich Laufsport etc. ohne begleitende Änderung der Ernährung und Entsäuerung beginnen!

**„Gut gemeint, aber schlecht gelaufen“ macht dann der vermeintlich so gesunde Sport krank!**

Denn wenn die Nieren-Nebenniereneinheit auch nur etwa 170 Gramm wiegen, so treten bereits im Falle eines schnellen Ganges von 8 km/h nach der Energieformel des Physikers A. Einstein ( $E = mv^2$ ) immerhin knapp 11 kp pro Schritt auf, mit der der Organverband bei jedem Schritt nach unten geschleudert wird!

## Was läuft ab? - Die Pathogenese

Treffen diese genannten Umstände, Übersäuerung, Trockenheit und Abflachung des Zwerchfells zusammen, so kommt es zu einem Abgleiten der „Nieren-Nebennieren-Einheit“ nach unten in die Psoasloge! Dort wird sie dauerhaft eingeklemmt oder zumindest zeitweise gehalten!

Es sind keinerlei Schmerzen damit verbunden, denn diese Organe besitzen - wie alle anderen inneren Organe - keine schmerzleitenden Fasern. Entscheidend aber ist, was in der Folge passiert! Die kurzen Gefäßverbindungen, Arterie und Vena renalis bzw. suprarenalis werden unter Zug gesetzt.

Deren Verlängerung ist innerhalb kurzer Zeit nicht möglich. Das Ziehen führt zu einer Verdrehung vor allem der „wandschwachen“ Nebennierenvene. Die Folge: Zeitversetztes Ausscheiden von Adrenalin, Cortisol und Sexualhormonen!

## Was das im Klartext bedeutet, soll am Beispiel Adrenalin verdeutlicht werden.

Tagsüber werden laufend von anderen Drüsen des Körpers Adrenalinmoleküle angefordert. Im Falle einer Senkniere kommen diese durch die verdrehende Verengung der Nebennierenvene nur in geringeren Dosen an den Wirkorten im Zellsystem an!

Manche werden wieder abgebaut und fehlen in ihrer Wirkung zur Gänze:

Der Körper ist tagsüber schlapp und depressiv!

Manche Adrenalinmoleküle sind zwar nur irgendwo aufgestaut. Dennoch produzieren die Nebennieren bis in die Nacht, nachdem ja andauernd von der Peripherie ein Hormon-Defizit gemeldet wird.

Entspannt sich der Körper in Liegeposition (wodurch Niere und Nebenniere nach oben gleiten können) und damit auch seine verdrehten Nierenvenen, dann kommen plötzlich diese Hormone vermehrt in die Blutbahn und wirken in die Ruhephase hinein mit ihrer sehr belebenden Wirkung.

Dies führt zu vermehrtem Herzschlag und Gedankenfluss nachts und Erschöpfungszustand am folgenden Tag!

Beruhigungsmedikamente haben dieselbe verheerende Auswirkung, wenn diese von Ärzten bei den auftretenden Symptomen gegeben werden. Dies passiert in der Vielzahl der Fälle, nachdem eine Senkniere kaum von Therapeuten erkannt wird.

Damit aber nicht genug der möglichen krankhaften Auswirkungen. Durch die Absenkung der Nierenorgane kommt es organisch bedingt zu einer Verzerrung der ableitenden Harnwege!

**Diese Spannungen führen zu Reizblase mit Infektneigung, Kreuzschmerzen, Hüftprobleme und Kniegelenksleiden.**

Gleichzeitig drücken die verschränkten Organsysteme hinten wie ein Tumor auf die Nervenbahnen und führen zu Lumbalgie, Ischiaschmerzen und einer Fehlsteuerung der Beinmuskeln bei gleichzeitiger Änderung der Gelenklagen und Deformationen der unteren Extremität.

Diese Aufzählungen könnten noch fortgesetzt werden, aber jetzt ist es an der Zeit, einige Therapiemöglichkeiten anzuführen.

Aber Achtung!  
Sämtliche angeführte Therapien, als auch allopathische Medikamente dürfen nur nach Lösung der oben beschriebenen Durchblutungssperren begonnen werden, da ansonsten eine Verschlimmerung der Symptomatik erfolgt und dies einen vorsätzlichen Kunstfehler darstellt.



fotolia

### Ursächliche langfristige Therapien:

- Spezielle Atemtechnik (harmonische Zwerchfellwölbung fördert die Adhäsion der Nebenniere)
- Ausleitung der Harnsäuredepots (spezifisches Harnsäurefasten) ergänzt um begleitende Baseninfusionen und eventuell Colon-Hydro-Behandlungen
- Deutliche Verringerung der Säurezufuhr (Meiden von Harnsäurekonzentraten wie Fleisch, Fisch, Eier, Milchprodukten)
- Maßnahmen zum Stress-Abbau
- Haltungsgymnastik mit speziellen Übungen für Stärkung der Wirbelsäulen-Muskulatur und des Beckenbodens
- Wiederholte Therapien durch Viszeral-Osteopathen
- In seltenen Extremfällen: Operativ-plastische Anhebung der Niereinheiten

### Ursächliche kurzfristige Therapien:

- Zuerst Kerzenübungen/Kopfstand um die Nieren wieder zur Zwerchfellhaftung zu bringen
- Anhebung der Senknieren durch Viszeral-Therapeuten
- Anregung der Tag-NNR Aktivität und auch des übergeordneten Drüsenorganes Hypophyse durch Pflanzentherapien wie Schachtelhalm, Frauenmantel, Mönchspfeffer, Küchenschelle u. anregende Homöopathika, ausgewählter Massagetechnik,
- Akupunktur mit dem Leitpunkt „Magen 36“ (M36) zur Rückenmarkssteuerung und
- ausgewählte Massagetechniken

Dr. Josef A. Egger