

WAS HAT SODBRENNEN MIT OSTEOPOROSE ZU TUN?

Hallo Onkel Doc

Sodbrennen ist eine der häufigsten Erkrankungen in Deutschland. Jedes Jahr leiden mehr und mehr Menschen unter dem Brennen hinter dem Brustbein, das die Betroffenen oftmals nachts nicht schlafen lässt. Symptome können auch saures Aufstoßen und Reizhusten sein.



Sodbrennen wird immer häufiger

Waren nach offiziellen Schätzungen vor 10 Jahren gut zwei Millionen Deutsche davon betroffen, so sind es derzeit wohl bereits vier Millionen, Tendenz weiter steigend. Die konventionelle Medizin (Schulmedizin) hält dagegen einige Medikamente bereit, die Säureblocker, meist Omeprazol (Omepr[®], Ulnor[®]) und, schwächer wirksam, Pantoprazol (Pantozol[®]). Diese Mittel helfen recht

gut gegen die Beschwerden. Allerdings heilen Sie die Krankheit nicht, sie lassen nur die Symptome verschwinden.

Wie kommt es überhaupt zu Sodbrennen?

Meist erklären Ärzte die Ursache so: „Der Verschluss ihres Magens nach oben, zur Speiseröhre hin, ist undicht. Die Magensäure fließt deshalb nach oben. Dagegen kann man nichts machen. Sie müssen deshalb lebenslang Omeprazol einnehmen.“

Moment mal! Säure fließt nach oben? Meist sind wir doch in aufrechter Haltung und laut Schwerkraft fließt da keine Flüssigkeit nach oben. Und wieso sollte dann nach Millionen Jahren ohne Sodbrennen bei uns zivilisierten Menschen plötzlich der Verschluss versagen? Die Erklärung der Schulmediziner scheint nicht zu stimmen. Auch eine andere Therapieform stellt die Mediziner vor Rätsel: Repariert man den Verschlussmechanismus im Rahmen einer Operation wieder, so gelingt es bei über 90% der Patienten nicht, das Sodbrennen zu stoppen.

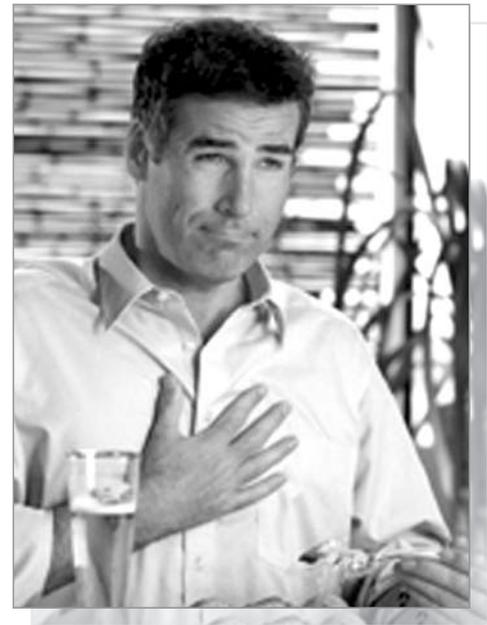
Die Naturheilkunde hat deshalb eine andere Erklärung: Sodbrennen ist nicht ein Verschlussproblem (also ein mechanisches Problem) sondern ein Problem des ganzen Stoffwechsels: Wir essen anders als vor Jahrhunderten, und die neue Lebensweise führt zur Ansammlung von sauren Stoffen im Körper. Wenn die Säuren aber überwiegen, dann holt der Körper sich, wo er nur kann, Basen zum Ausgleich. Denn er muß den Säurehaushalt des Blutes und des Gehirn unbedingt im Gleichgewicht halten... (Chemisch gesehen sind Basen das Gegenteil von Säuren.) Alle Organe, die über viele Basen verfügen müssen dafür herhalten. Darunter die Knochen und die Schleimhaut der Speiseröhre. Beim Knochen führt dieses Säureungleichgewicht zur Osteoporose, bei der Speiseröhre zum Sodbrennen. Aber auch Migräne, Rheuma und Arthrose werden häufiger unter einer solchen Übersäuerung.

Welche Lebensmittel führen zu einer Übersäuerung?

Fleisch, Zucker, Mehl, Milchprodukte, Kaffee, kohlenstoffhaltige Getränke, Nikotin und Streß (um nur einige zu nennen) setzen im Körper Säuren frei. Basen kann der Körper unter anderem in Obst (nicht zu saures), Gemüse, Kartoffeln und stillem Mineralwasser finden. 80 % der Nahrung (!) sollten basisch sein. Unterstützend wirken Basenpräparate wie Bullrich vital oder Basosyx. Sie lindern Sodbrennen und wirken auch gegen die anderen Folgen der Übersäuerung. Medikamente müssen bei konsequenter Ernährung dann nur noch ab und zu eingesetzt werden. Empfehlenswert sind zu diesem Thema die Bücher aus dem GU-Verlag, auf Wunsch können Sie in unserer Praxis ein Merkblatt anfordern.

Dr. med. S. Boekels

Arzt für Allgemeinmedizin, Tönisvorst/Vorst



Wir freuen uns
auf Ihren Besuch



Sonja Helbig und ihr Team

Eichenstraße 5
47918 Tönisvorst
Tel. 02156 · 8208



Werbeagentur



Anspruchsvolle Gestaltung aller Medien

CREATIVE DESIGN

www.e-28.de
fon 0 21 56 · 72 29