



Infobrief

Aus der Siebenstern Gesundheits-Praxis

Über:

Diabetes Typ II, Akne und Ernährung

Siebenstern Imkerei

www.siebenstern-imkerei.de

Eigener Erfahrungsbericht zu meinem hohen Blutzuckerwert von über 500

Tierischer Eiweiß Überschuß im Körper verursacht:

Diabetes, Neurodermitis, Schuppenflechte, Krebs, Rheuma, Asthma, Arterienverengungen, Gelenkschmerzen etc. gepaart mit erheblichem Vitaminmangel aufgrund schlechter Nahrungsmittel. Es sind einfach keine, oder nur noch sehr wenig Nährstoffe darin enthalten. Diese Aussage ist über das Netz leicht zu überprüfen. Stress ist ebenso ein gewichtiger Diabetes Faktor.

Das Tierische Eiweiß verklebt Gallenwege, Leberkanäle Lymphausleitungs Kanäle, Pankreas usw. Schlimm in der Bauchspeicheldrüse sind die Ausscheidungsprodukte der Parasiten, die sich durch den Fleischkonsum, ganz schlimm Fast Food, bilden. Der Körper wird sauer.

Dieses und mehr entdeckt auf meinem Weg zu meiner Selbstheilung!

Durch Ernährungsumstellung, (Salat und Gemüse auf eine bestimmte Art zubereitet) durch Tombinabur –Wurzel und durch ausgepressten Saft von grünen Bohnen und durch ein Stoffwechsel Anrege Gerät, KB 600 von Keerjian

Habe ich meinen Blutzuckerwert innerhalb von 3 Monaten von über 500 auf 98 bis 120 konstant heruntergebracht.

Hinzu gehörte noch das freimachen der Ausleitungs Kanäle und aufbauen der Leber durch Natursäfte. Es ist äußerst wichtig darauf zu achten, das die Mischung der Körpersäfte 80 % basische und 20% sauer ist. Wir essen genau umgekehrt, 80% Fleisch und 20% Salat und Gemüse.

Auch kaltgepresster Saft aus rohen geschnipselten Brechbohnen, 1 bis 2 Esslöffel täglich getrunken hilft der Pankreas.

Als mein Blutzucker, nach Einnahme von Kartoffelpuffern mit weißem Zucker und Apfelkompost über dem Anzeigewert des Blutzucker Meßgerätes lag, suchte ich gleichen Tages den Hausarzt auf und meinte zu Ihm, „mein Gerät ist eventuell kaputt, es zeigt nichts mehr an.

Daraufhin hat der Arzt gemessen, sein Gerät zeigte diesen hohen Wert auch nicht mehr an, weswegen er sofort Insulin spritzen wollte, was ich aber strikt ablehnte. Ich bekomme den selbst in den Griff, war meine Antwort. „ Wie wollen Sie das denn machen“, fragte er, das weiß ich auch noch nicht, aber ich kriege in runter.

Als sich der Blutzuckerwert, Vitamin C Einnahme, Knoblauch-Kur, verschiedene Nahrungsergänzungsmittel etc. dann bei ca. 170 bis 230 einpendelte, bis dahin hatte ich auch viel „gezappt“, mit dem (Bio Wave 21, mit einem individuell für mich erstelltem Chip) um Parasiten zu behandeln und auch regelmäßig täglich kolloidales Silberwasser, frisch hergestellt, getrunken. Weil der Wert nicht weiter absank, fing ich an Gemüse und Salate roh zu essen, ohne jeglichen Essig.

Jetzt testete ich eine Ernährungsumstellung ausschließlich mit Salaten und Früchten, sowie den **Stoffwechselanreger KB 600**.

Meine Frau macht ausgezeichnete Salatsoßen, sodass die Rohkost besser mundet als mit Essig. Nach ein paar Tagen war der Blutzuckerwert bei ca.135 morgens.

Mit Hilfe dieses Gerätes Keerijan KB 600 konnte ich mit einer 5 bis 8 Minuten dauernden Selbstbehandlung den Zuckerwert von 207 nach einer Mahlzeit auf 128 Blutzuckerwert senken. (gemessen mit dem AKKU check) Gesunde Testpersonen liegen zwischen 98 und 125 Blutzuckerwert. 12 Personen an mehreren Tagen gemessen.

Während der 3 Wochen mit diesem hohen Blutzuckerwert bekam ich auch massive Problem an meinem Penis. Hier half einzigst eine Heilsalbe von meiner verstorbenen Mutter, welche ich hier auch für Leidensgenossen angebe:

Multilind Heilpaste der Firma **NIDDapharm**, erhältlich in der Apotheke. Die einzigste Heilpaste welche sowohl dranblieb, als auch linderte und half. Ich habe sie täglich erneuert, ein bis zweimal.

Den KB 600 kommt aus China und ist im Internetshop „Honigladen“ unsrer Imkerei zu erwerben. Gerne können beantworte ich Fragen und helfe weiter. Meine Ernährung ist jetzt ca. 80% basisch und 20% sauer.

Trotz „Zucker“ aber im Normalbereich; auch brauche ich als Genießer einer guten Mahlzeit, auf ein bewußt gegessenes Steak, Schnitzel oder eine gebratene „Weihnachts – Gans“, nicht zu verzichten.

Zuckerkrankte mit schon entfernten Teilen ihrer Bauchspeicheldrüse haben schon oft mir ihr Leid geklagt bezüglich Ihrer Essenseinschränkungen.

Handelt jeder Betroffene rechtzeitig und verantwortungsvoll für sich und seinen Körper, gibt seine Verantwortung für sich nicht ab, so ist meiner Meinung nach ein „rausschneiden“ oftmals nicht notwendig.

Die Bauchspeichel Drüse ist verklebt durch Eiweiße und sonstige Parasitäre Rückstände, genauso wie die Prostata. Eine vergrößerte Prostata lässt sich in vielen Fällen bestimmt auch ohne operativen Eingriff zu beheben. 3 mal täglich je 2 Esslöffel Blütenpollen essen. Dieses wurde schon von vielen Imkern und mir ausgetestet. Der Vitaltrunk schmeckt mir aber besser und er eenthält alles was der Körper tägl. braucht.

Magenprobleme können mit Kartoffelsaft in den Griff bekommen werden. Siehe hierzu das „Hausmittelsammelsurium“.

Sie sind verantwortlich für Ihr Leben, da, wo Sie heute stehen, das haben Sie erschaffen und niemand anderes sonst. Ob bewusst oder unbewusst. Sie sind „Schöpfer“ Ihres Lebens; und solange Sie nicht die Verantwortung für all das übernehmen, was in Ihrem Leben war und ist, können Sie nichts verändern. Nichts passiert rein zufällig, aber auch gar nichts.

W.D.Graschtat

Akne und Pickel - Heilung von innen

von Dr. Johann Georg Schnitzer

Akne und Pickel sind nicht nur örtliche Ereignisse

Als junger Mensch unter Akne und Pickel zu leiden, beeinträchtigt nicht nur das subjektive Lebensgefühl. Es mindert auch objektiv wichtige Chancen, die fürs ganze Leben entscheidend sein können: Die Chancen bei der Partnerwahl, jene im Berufs- und Erwerbsleben, die sonstigen Aussichten auf dauerhafte Gesundheit, und die Lebenserwartung in Jahren.

Wer mit Akne und Pickeln im Gesicht und sonst wo und dort gar mit bösen Furunkeln zu kämpfen hat, kennt die üblichen Erklärungen, was die so unerwünschten hässlichen Erscheinungen verursachen soll, und wie es zu den damit verbundenen Entzündungen kommt: Für das verstärkte Auftreten während der Pubertät werden Hormone verantwortlich gemacht, und für die entstehenden Entzündungen bestimmte Bakterien.

Das lässt entscheidende Fragen unbeantwortet: Warum leiden die einen mehr, die anderen weniger darunter? Vor allem aber: Warum erfreuen sich andere einer ganz reinen und gesunden Haut, obwohl sie z.B. auch gerade die Pubertät durchleben und mit Sicherheit auch schon mit diesen Bakterien in Kontakt gekommen sind?

Die übliche Ursachenerklärung ist unbefriedigend

Die übliche, unbefriedigende Betrachtung der Akne sieht nur die örtlichen Vorgänge: Die Verstopfung von Hautporen, als Folge davon die Ansammlung von Hauttalg, der den Bakterien Nährboden bietet, wodurch es zu Entzündungen und Vereiterungen kommt. Entsprechend beschränken sich die empfohlenen Maßnahmen und anzuwendenden Mittel auf Reinigung und Offenhalten der Hautporen, was täglich zu erfolgen hat. Das bedeutet indessen nur eine symptomatische Behandlung, keine Heilung der Disposition (Neigung, Anfälligkeit) für Akne und Pickel. Sobald die Betroffenen mit den täglichen Anwendungen nachlassen, tritt der alte unerwünschte Zustand wieder ein.

Als junger Mensch denken Sie vielleicht: Mehr hat die Wissenschaft eben dazu bisher nicht finden können; vielleicht ist es ja auch genetisch bedingt; ich muss mich damit abfinden; warum nur hat es mich erwischt und andere nicht ...

Lassen Sie mich an dieser Stelle einen für Ihre Gesundheit und Ihr ganzes Leben wichtigen Rat geben, der auf meinen jahrzehntelangen Erfahrungen mit Gesundheit, Krankheiten und deren teils sehr befremdlichen Hintergründen beruht (s. kurzes Curriculum Vitae und ausführliches Curriculum Vitae mit Entwicklungen, wissenschaftlichen Arbeiten, publizierten Büchern und sonstigen Veröffentlichungen):

Wenn ein Problem als unlösbar, eine Krankheit als unheilbar bezeichnet und nur symptomatische, dauernd zu wiederholende Maßnahmen angeboten werden, fragen Sie sich doch einmal: "**CUI BONO?**" - "Für wen ist es gut, dass sich daran nichts ändert, sondern alles so bleibt wie es ist?"

"CUI BONO?" Für wen ist es gut, wenn es so bleibt wie es ist?

Es lässt sich zum Beispiel kaum leugnen, dass mit den Reinigungssensenzen, -cremes und -seifen zur täglichen Behandlung der Akne erhebliche Umsätze erzielt werden, sowohl von den betreffenden Herstellern als vom einschlägigen Handel. Wie groß diese (und also die damit verknüpften wirtschaftlichen Interessen) sind, können Sie selbst abschätzen. Schauen Sie, wie viele der Jugendlichen in Ihrem Umfeld unter Akne leiden.

Ermitteln Sie anhand einer Bevölkerungsstatistik (Gesamtzahl Jugendlicher des Landes), wie viele etwa im ganzen Land daran leiden. Stellen Sie fest, wie viel der einzelne für die betreffenden Mittel im Monat ausgibt. Multiplizieren Sie diesen Monatsumsatz mit der geschätzten Gesamtzahl der an Akne leidenden Jugendlichen des Landes. Jetzt wissen Sie, wie groß das wirtschaftliche Interesse daran ist, dass bei der Akne alles so bleibt, wie es ist.

Würde es sich herumsprechen unter den Jugendlichen, die an Akne leiden, wie man durch einfache und natürliche Maßnahmen das lästige Makel los wird, eine schöne, frische Haut und auch sonst eine bessere Gesundheit bekommt - die ganzen lukrativen Akne-Umsätze würden wegbrechen. Die Akne ist dabei nur ein Beispiel. Ähnliches gilt für zahlreiche weitere Krankheiten, Leiden und Zustände.

Einschlägige Lobbies (= Interessengruppen, = Pressure Groups), deren wirtschaftliche Interessen mit Krankheiten verknüpft sind, gehen manchmal Interessen-Allianzen ein, z.B. zwischen Gruppen von Verursachern und von Nutznießern bestimmter Krankheiten, um sich z.B. darüber abzustimmen, welche Informationen an die Öffentlichkeit gelangen sollen und welche nicht (Begründung etwa: "... damit keine Unruhe in die Bevölkerung getragen wird"). Wie subtil die Verflechtungen und Einflussnahmen selbst auf die Gesetzgebung sind, erfahren Sie in der (brillant geschriebenen) Abhandlung von Prof. Dr. jur. Dr. phil. Erich Fechner "Wirtschaftliche Interessen und das Recht der freien Meinungsäußerung zugunsten des Allgemeinwohls (insbesondere in Fragen der Volksgesundheit) - Eine rechtssoziologische Betrachtung zugleich auch über den Einfluß wirtschaftlicher Interessen auf wissenschaftliche Meinungsbildung".

Lobbies scheuen auch nicht vor Maßnahmen "gezielter Desinformation" zurück, um ihre Interessen vor Wahrheiten zu schützen, welche ihre Umsätze, ihre Macht und ihren Einfluss schmälern könnten. Seien Sie also auf der Hut, und benutzen Sie Ihren gesunden Verstand und Ihre logischen Fähigkeiten, wann immer Sie auf einschlägige Nachrichten und Artikel stoßen.

Wenn Sie sich wundern, warum die hier geschilderten Zusammenhänge nur von so wenigen Ärzten vermittelt werden, lesen Sie "Medicus, quo vadis? Arzt, wohin gehst Du?" und "Kranksein Bürgerpflicht? Da rette sich, wer kann!".

Wollen Sie sich, Ihre Familie und Ihre Freunde davor schützen, leiden zu müssen, nur um willkommene und umsatzträchtige Mitglieder der betreffenden Krankheits- Zielgruppen zu werden oder zu bleiben? Dann sollten Sie in dieser Internet-Site auf SurfTour gehen. Einen guten Überblick bietet die Inhaltsübersicht und Einführung zu "Dr. Schnitzer's Geheimnisse der Gesundheit". Wussten Sie z.B., dass der Hauptrisikofaktor der Zivilisation, Bluthochdruck, der über die Herz-Kreislaufkrankheiten für jeden zweiten Todesfall verantwortlich ist, durch einfache Maßnahmen in wenigen Wochen ohne Pillen ausgeheilt werden kann?

So viel nur als Skizze verdeckter Aktivitäten hinter den Kulissen des "Gesundheitstheaters" und Möglichkeiten des Selbstschutzes der davon betroffenen Menschen. Zurück zum Hauptthema: Akne und Pickel - Heilung von innen.

Es geht um viel mehr als nur um Akne, Sie schützen sich gleichzeitig vor zahlreichen weiteren Zivilisationskrankheiten!

Dass Akne auftritt, ist ein sicheres Zeichen dafür, dass in der Nahrungsversorgung des Organismus und in der Folge in seinem Stoffwechsel etwas verkehrt läuft und Giftstoffe zugeführt und produziert werden, die dem Körper schaden, und die er auf dem normalen Ausscheidungswege nicht loswerden kann. Hält dieser Zustand jahrelang an, so ist es sehr wahrscheinlich, dass außer der Akne noch weitere chronische Zivilisationskrankheiten auftreten werden. Diese haben die gleichen Ursachen, nur geht es länger, bis sich ausreichend Stoffwechselprodukte und -gifte im Körper angehäuft haben und diese Krankheiten schließlich zum Ausbruch kommen: Übergewicht, Bluthochdruck, Herzinfarkt, Embolie, Hirnschlag, Diabetes, Allergien, Nierenversagen, Leberzirrhose, Krebs. Bei mehr als 80 % aller Menschen in den hochzivilisierten Ländern führen diese - teils plötzlich, teils nach langem deprimierendem Leiden - zum vorzeitigen Tode!

Wenn Sie sich dazu entschließen, Ihrer Akne durch Ausschaltung der Ursachen in Ihrer bisherigen Ernährung und durch Wiederherstellung der natürlichen Gesundheitsgrundlagen in Ihrer Kost den Nährboden zu entziehen, dann tun Sie nicht nur Entscheidendes für Ihr Aussehen, sondern darüber hinaus für Ihre ganze Gesundheit, für Ihren Schutz vor chronischen Krankheiten und für die Erhöhung Ihrer Lebenserwartung um viele Jahre. (Lesen Sie dazu auch "Das volle Leben").

In jüngster Zeit dramatische Änderung der Ernährung

Insbesondere in den letzten Jahrzehnten hat sich die Ernährung der Menschen dramatisch verändert, am meisten in den sogenannten hochzivilisierten Ländern. Sie enthält jetzt viel tierische Produkte, die für den menschlichen frugivoren Organismus ähnlich ungeeignet sind wie für die herbivoren Rinder.

Beim Rind als Herbivore (Grasfresser) kann artfremde tierische Kost zur Degeneration des Gehirns = BSE = Rinderwahnsinn führen. Rückschlüsse liegen nahe auf mögliche Ursachen der zunehmenden Degeneration des Gehirns (z.B. Morbus Alzheimer, aber auch Aggressivität, Lernschwäche, Gedächtnisschwäche, Nervosität, ständige Müdigkeit, Depressionen) beim Frugivoren (= Fruchtesser) Mensch, parallel zum seinem zunehmenden Verzehr artfremder tierischer Nahrung. Lesen Sie dazu auch <http://www.dr-schnitzer.de/BSE.html>.

Außerdem ist heutzutage der größte Teil der menschlichen Ernährung denaturiert, durch Hitzebehandlung, Extraktion und Raffination, und selbst "naturbelassene" pflanzliche Nahrung hat z.B. durch Kunstdünger (Nitrat-Anreicherung) schädliche Veränderungen erfahren. So bilden sich z.B. aus solchen Nitraten und Amininen (Abbauprodukten aus

tierischen Nahrungsmitteln) die krebsauslösenden Nitrosamine im Darm des Menschen, eine Hauptursache des Darmkrebses, eine der häufigsten Krebsarten. Verstopfung und giftige Fäulnis ...

Dieses ganze denaturierte und artfremde Nahrungsgemisch führt im Enddarm zu Verstopfung und giftigen Fäulnisprozessen, wie schon am üblen Geruch abgehender Darmgase und Fäkalien solchermaßen sich ernährender Menschen festgestellt werden kann. Da der Blutstrom vom Enddarm ohne Zwischenschaltung einer Leberentgiftung direkt zurück in den großen Blutkreislauf fließt, gelangen diese Gifte direkt in den ganzen Organismus, der nunmehr versucht, sie auf den zur Verfügung stehenden Wegen loszuwerden. Da die Ausscheidung über den Darm durch die bestehende Verstopfung behindert ist, bleibt nur die Haut als Ausscheidungsorgan. So kommt die Disposition für Hautpickel und Akne zustande.

Das gilt nach wie vor, obwohl (gezielte Desinformation?) behauptet wird, es sei überholt, man habe jetzt die verantwortlichen Bakterien gefunden. Wären diese Bakterien eine Ursache, so müsste Akne ansteckend sein. Ist sie aber nicht. Eine wichtige, nach wie vor gültige medizinische Grunderkenntnis des französischen Forschers Prof. Dr. Claude Bernard (1813-1878) lautet: "Le germe n'est rien, le terrain est tout" (Der Keim ist nichts, der Nährboden ist alles).

Es muss aber nicht immer die Haut sein, über die Gifte - wenn überhaupt - ausgeschieden werden. Jeder Mensch hat seinen persönlichen "locus minoris resistentiae", seinen "Ort des geringsten Widerstandes". So entwickelt sich beim Einen vielleicht ein Geschwür als Ausscheidungsventil, und bei einem Anderen geschieht scheinbar jahrelang überhaupt nichts Nachteiliges - und dann erkrankt er vielleicht plötzlich an Krebs (Darmkrebs ist die häufigste Krebsart; die im Darm des falsch ernährten Menschen sich ständig bildenden Zersetzungsgifte sind dessen Hauptursache). Ein Dritter nimmt einfach an Gewicht zu, weil er die nicht brauchbaren und schädlichen Stoffwechselprodukte in seinem Bindegewebe ablagert. Aus diesen Gründen gibt es viele Menschen, die sich sehr falsch ernähren und trotzdem eine reine Haut haben. Kein Grund jedoch, auf diese neidisch zu sein!

Gehärtete und tierische Fette verstopfen Poren...

Bei der Ansammlung von Talg in den Hautporen kann die Beschaffenheit der Fette der Nahrung eine wesentliche Rolle spielen. Handelt es sich um tierische Fette ("Rindertalg", Hammelfett, Schweinefett usw.) oder chemisch gehärtete ("hydrierte") pflanzliche Fette aus Margarinen und Schokolade, die mit ihren hohen Schmelzpunkten selbst bei Körpertemperatur noch fest sind, so kann man sich gut vorstellen, wie viel schwerer diese aus Hautporen ausgeschieden werden können, als wenn es sich um die natürlichen, schon bei Zimmertemperatur leichtflüssigen, leicht auszuscheidenden pflanzlichen Öle aus den Keimen der Samen handelt, die überdies durch ihren hohen Anteil an hochungesättigten Fettsäuren für einen guten Sauerstofftransport im Organismus sorgen. Chemisch gehärtete ("hydrierte") Fette finden sich auch angereichert in Krebszellen und stehen im Verdacht, eine Krebsursache zu sein (Forschungen von Dr. Johanna Budwig).

Tierisches Eiweiß verhärtet ...

Tierisches Eiweiß (aus Fleisch, Wurst, Schinken, Speck, Fisch, Ei, Milch und Milchprodukten, meist zudem angereichert mit ungünstigen Fetten) kann dazu beitragen, dass sich nicht nur alle inneren Körpermembranen und Zellmembranen, sondern eben auch die Hornschichten der Haut verdicken und verhärten, sodass die Öffnungen von Hautporen hart und unelastisch werden und durch hartes Fett und Verhornung des Ausganges ganz verstopfen können. Dadurch wird der Organismus gezwungen, das Abstoßen der Fettpfropfen gewaltsam durch Entzündung und Einschmelzung des umliegenden Gewebes (Eiterbildung) vorzunehmen. Bakterien beschleunigen (unterstützen!) den Vorgang. Akne nach Anwendung von Antibiotika

Antibiotika werden oft routinemäßig - und ohne die möglichen gravierenden Folgen zu bedenken - verordnet, um eine akute örtliche oder generelle Infektion zu stoppen (siehe dazu auch "Grippe und Erkältung"). Eine Infektion kann aber in aller Regel nur angehen, wenn ein entsprechender, für die Keime günstiger Nährboden im Körper vorhanden gewesen ist - beispielsweise Überschüsse an Eiweiß aus tierischen Nahrungsmitteln einschließlich Milch und Milchprodukten (Claude Bernard: "Der Keim ist nichts, der Nährboden ist alles!"). Der Organismus nutzt dann eine solche Infektion, welche mit einer

teilweisen Verflüssigung der eingelagerten Substanzen durch Hyaluronidasen einhergeht, um die unerwünschten, verflüssigten Produkte abzutransportieren und auszuscheiden.

Dieser Ausscheidungsvorgang wird durch das Antibiotikum schlagartig gestoppt, und die bereits verflüssigten Stoffwechselprodukte werden wieder gebunden. Daraufhin versucht der Organismus, die immer noch eingelagerten unerwünschten Stoffe portionenweise über die Haut auszuscheiden, indem örtliche Entzündungen gebildet werden - auch hier nutzt der Organismus die "Hilfe" von Bakterien. In diesen Entzündungsherden "verdauen" Abwehrzellen den "Stoffwechsellmüll", um sich dann selbst als mikroskopisch kleine "Müllbehälter" in Form von Eiter zu opfern und die Entfernung aus dem Körper über die Entleerung des Eiterpickels zu vollenden.

Antibiotika töten auch die natürliche Darmbakterienflora - welche für die Produktion lebenswichtiger Vitamine eben so unentbehrlich ist wie für den Schutz des Magen-Darm-Traktes vor der Besiedlung durch ungünstige, Gifte produzierende und Entzündungen erzeugende Keime.

(kolloidales Silberwasser tut dies nicht. Anm. von D.G.)

Nachdem die körpereigene natürliche Darmbakterienflora durch Antibiotika vernichtet ist, kommt es rasch zu einer Fremdbesiedlung, die den Darm zu einer Quelle ständiger Giftproduktion macht. Über den Darm können diese Gifte nicht ausgeschieden werden - dort werden sie im Gegenteil erzeugt. So bleibt dem Organismus als nächstbester Ausscheidungsweg jener über die Haut - in Form ständiger Unreinheiten, Ekzeme, Pickel, Akne und Furunkel.

Nach einer Anwendung von Antibiotika die Wiederaufforstung der natürlichen Darmbakterienflora zu versäumen (wofür Präparate wie Mutaflor, Omniflora, Symbioflor II und die Umstellung auf eine artgerechte natürliche Ernährung zur Verfügung stehen), ist nach meiner Meinung als Kunstfehler einzuordnen.

Akne und "die Pille"

Frauen, die Akne haben, erleben in manchen Fällen deren Besserung oder gänzliches Verschwinden, so lange sie "die Pille" zur Empfängnisverhütung nehmen.

Jedoch haben viele andere Frauen keine Akne und keine Pickel - ob sie die "Pille" nehmen oder nicht.

Das Problem muss also noch mit etwas anderem zusammenhängen als nur mit der Pille. Wenn aber "ein Leben ohne Pille" nicht die Ursache der Akne ist, was ist es dann? Auf welchem Wege gelangen von der Menge her gesehen die meisten "anderen" Substanzen aus der Umwelt in den Organismus, die Ursache sein könnten? Ist es die Atemluft? Ist es das Trinkwasser? Sind es die Umweltgifte?

Nein, es ist die Ernährung. Auf keinem anderen Wege gelangt eine solche Menge an Wirkstoffen täglich in den Organismus, als über das Essen. Deshalb entscheidet die Zusammensetzung der Nahrung mehr als alles andere über Gesundheit oder Krankheit.

Wenn über einen langen Zeitraum hinweg denaturierte und artfremde Nahrungsmittel gegessen werden, die den Darm krank gemacht und die Darmbakterienflora in eine Fäulnis erzeugende Flora umgewandelt haben, dann kommen aus dem Darm ständig Fäulnisgifte in den Kreislauf, die der Körper nicht über den Darm ausscheiden kann - dort kommen sie ja gerade her! - deshalb sucht er sich für diese ebenso wie für die Überschüsse an Fett und Eiweiß aus tierischen Nahrungsmitteln als Ausscheidungsorgan die Haut als zweitbesten Weg.

Es ist gut vorstellbar, dass die "Pille" über hormonellen Einfluss diesen Ausscheidungsweg blockiert. Denn sie täuscht ja eine Schwangerschaft vor. In der Schwangerschaft wird eine Anreicherung von Eiweiß-Überschüssen - und leider auch von Stoffwechselgiften, da solche unter natürlichen Umständen nicht vorkommen, also nicht im Abwehrsystem "vorgesehen" sind - in der Gebärmutter und in der Brust veranlasst, um für den kommenden Bedarf bei der Entwicklung des Embryos und des zu stillenden Kindes Vorräte anzulegen.

Es ist mehr als wahrscheinlich, dass unter dem hormonellen Einfluss der Pille auch die sonst über die Haut per Akne und Pickel auszuscheidenden Eiweißüberschüsse und

Giftstoffe in diese Organe eingelagert werden. Deshalb hören die Pickel auf, und nicht etwa, weil sich diese Substanzen durch die "Pille" in Luft aufgelöst hätten; diese wandern jetzt nur irgendwo anders hin.

Folglich wird all der Unrat in diesen beiden Organen angesammelt. Würde eine Schwangerschaft bestehen, so würde der Embryo und später der Säugling alles mit seinem Wachstum aufsaugen (was allerdings einer störungsfreien Embryonalentwicklung nicht gerade förderlich ist). Aber es besteht keine wirkliche Schwangerschaft. So bleibt der Unrat in den Organen und häuft sich immer mehr an. Wie lange? Mit welcher Gefahr? Und mit welchen möglichen Folgen?

Die so alarmierenden Knoten in der Brust, Brustkrebs, Myomknoten in der Gebärmutter und Gebärmutterkrebs sind - neben Darmkrebs - die häufigsten Tumor- und Krebsarten bei Frauen. Es ist bei diesem Zusammenhang geradezu logisch, dass Frauen, die gebären und die stillen, ein geringeres Brustkrebsrisiko haben als solche, die beides nicht tun. Und es ist ebenso logisch, dass in einem so hohen Prozentsatz Kinder schon bei der Geburt lebenslange Schäden und Handicaps aufweisen - wo sie doch den ganzen angesammelten Unrat aus dem falsch ernährten mütterlichen Organismus mit auf den Lebensweg gegeben bekommen.

Ausheilung von Akne und Pickelbildung durch
Ausschalten der Giftquellen im Verdauungstrakt

Die wichtigste Maßnahme zur Ausheilung der Akne- und Pickeldisposition ist eine Ernährungsumstellung: Eine Umstellung von artfremder, denaturierter Zivilisationskost und "Junk-Food" auf eine naturbelassene "zivilisierte Ernährung", das heißt, auf eine der menschlichen genetischen Programmierung entsprechende lebendige (und damit täglich erneut frisches Leben spendende) pflanzliche Nahrung, zusammengesetzt aus den heute verfügbaren natürlichen Lebensmitteln (Lebens-Mitteln!), die Landwirtschaft und Gartenbau erzeugen.

www.dr-schnitzer.de

Zu Ihrer Ernährungsumstellung, (80% basisch, 20% sauer) können Sie auch einen Kurs bei Frau Hohn besuchen oder fragen Sie mich per E-Mail zu diesem oder anderen Themen, gerne beantworten wir Ihre Fragen.

info@siebenstern-imkerei.de

**Dr. Schnitzer's Geheimnisse der
Gesundheit**

Warum leiden Sie, warum leiden so viele Menschen an chronischen Krankheiten, ohne geheilt zu werden?



**Dr. Johann
Georg
Schnitzer** (1996),
Herausgeber und
Autor



... und das trotz eines hoch entwickelten "Gesundheitswesens", das beträchtliche Teile Ihres Einkommens und des Bruttosozialprodukts verschlingt?

Weil dieses "Gesundheitswesen" sich nicht wirklich um Ihre Gesundheit sorgt. Es kümmert sich viel mehr um Ihre Krankheiten. Deren Dauerbehandlung anstelle von Verhütung und wirklicher Heilung ist die wirtschaftliche Existenzgrundlage der "modernen Medizin". Die einzige Person, die an Ihrer Gesundheit interessiert sein könnte, und für die Ihre Gesundheit Existenzgrundlage ist, diese Person sind sie Sie selbst. Ihre Gesundheit ist außerdem das einzig wahre Mittel zu Ihrem Schutz vor Krankheiten und zu Ihrer Wiedergesundung von Krankheiten. Diese Site befähigt Sie, Ihre Gesundheit auf eine zuverlässige natürliche Basis zu stellen, und - sollten Sie erkrankt sein - Ihre Gesundheit mit größter Wahrscheinlichkeit wieder zurück zu gewinnen. Hier erfahren Sie die Geheimnisse natürlicher Gesundheit und Gesundung, die Ihnen wahrscheinlich bisher vorenthalten worden sind.

Friedrichshafen, Deutschland, 2005 Dr. Johann Georg Schnitzer

Die tauben Ohren der Verantwortlichen - Arroganz oder Ignoranz?

Es ist meine Erfahrung, die ich in einem halben Jahrhundert Forschung und Bemühung um mehr natürliche Gesundheit für die Bevölkerung gemacht habe, dass der einzelne Bürger, auch wenn er über Sachverstand, fundiertes Wissen und Erfahrung verfügt und die Bedeutung seiner Empfehlungen wissenschaftlich nachgewiesen hat, trotzdem von den Verantwortlichen in Politik, Wirtschaft, Forschung, Lehre, Medizin, Sozialversicherung, Gesundheitswesen und Rechtssystem ignoriert wird. Seine Briefe werden entweder überhaupt nicht oder ausweichend, nichtssagend oder mit der Erklärung beantwortet, für die Angelegenheit nicht zuständig zu sein. Diese Erfahrung wird von Anderen bestätigt, die Ähnliches erleben mussten.

Man lese z.B. die sorgfältig dokumentierten Erkenntnisse von Bruno Rupkalwis (Aktivkreis Depression) über Vitaminmangel als Hauptursache von Depressionen, wodurch z.B. jährlich allein in Deutschland eine fünfstellige Zahl von Selbstmorden verhütet werden könnte, und seine jahrelangen frustrierenden Erfahrungen mit der Gleichgültigkeit der Verantwortlichen: <http://www.hirndefekte.de>.

Diese meist hochbezahlten "Verantwortlichen" reagieren heute nur noch, wenn Sachwerte in Flammen aufgehen, unschuldige Menschen entführt werden oder durch Bombenanschläge von Terroristen zu Tode kommen oder verstümmelt werden, oder wenn die ganz großen Katastrophen tatsächlich und vor allem plötzlich eintreten, vor welchen sachkundige Bürger lange vorher die Verantwortlichen vergeblich zu warnen versucht haben. Selbst noch größere Katastrophen, wie die von Generation zu Generation fortschreitende biologische Degeneration der Bevölkerung, lösen hingegen keine Reaktion der Verantwortlichen aus. Vielmehr richtet man sich bequem und lukrativ mit den Milliardengeschäften ein, die mit dem fortschreitenden biologischen Verfall zu machen sind.

Welche Lehren sind aus diesen Erfahrungen zu ziehen?

machen und jeglichen "offiziellen" Verlautbarungen, Aussagen "gesponserter" Wissenschaftler (sogenannter "Mietmäuler") und den oft als redaktionelle Beiträge getarnten "Public-Relations"-Machwerken der verschiedenen Lobbies in sämtlichen Medien zu misstrauen. Zweite Voraussetzung ist, das so erworbene Wissen für sich und seine Familie anzuwenden. Dritte Voraussetzung einer wirksamen Rettungsaktion ist die Weitergabe der gefundenen unabhängigen Informationsquellen an Dritte.

Für die Verantwortlichen:

Man überspanne nicht den Bogen aus Arroganz, Gleichgültigkeit gegenüber den Rechten der Bürger, Ignoranz und Lobby-Dienstbarkeit. Man verlasse sich nicht mehr darauf, das Volk durch ausufernde Vorschriften und Gesetze, immer höhere Steuern und andere Zwangsabgaben weiterhin so knebeln zu können, dass niemand mehr den Mut oder auch nur die Möglichkeit zu Widerspruch und Aufbegehren hat.

Vielmehr mache sich jeder Verantwortliche in jeder Position klar, dass es genau diese bisherige arrogante und zuerst auf den eigenen Nutzen zielende Haltung der meisten "Verantwortlichen" ist, welche im Volk zu Unzufriedenheit,

Leistungsverweigerung, Verdrossenheit, innerer oder tatsächlicher Emigration, Spannung, Unmut, Widerstandswillen und Zorn führt, was sich dann in Niedergang der Wirtschaft, Streiks, Unruhen, Krawallen, Vandalismus, brennenden Autos und Gebäuden bis hin zu terroristischen Anschlägen entlädt.

In neuer aktiver Verantwortlichkeit der Verantwortlichen liegen die besseren Chancen, die Welt wieder sicherer und erfreulicher und das Volk wieder gesünder und zufriedener werden zu lassen, als nur wie bisher immer erst zu reagieren, wenn die vorhersehbaren und von Sachkundigen lange vorhergesagten Katastrophen eingetreten sind, und auch dann nur die Folgen der selbst und von Anderen gemachten Fehler zu bekämpfen.

Dieses erfordert allerdings von den Verantwortlichen einen festen Charakter, Integrität, Intelligenz, ein hohes Niveau an Allgemeinbildung, Lernfähigkeit und Überzeugungskraft - und das Vorgehen mit dem eigenen guten Beispiel ("existenzielle Bürgschaft"). Verba docent, exempla trahunt - Worte lehren, Beispiele ziehen.

Friedrichshafen, Deutschland, 2006 Dr. Johann Georg Schnitzer

[Suchen in dieser Site \(interne Suchmaschine\)](#)

(dort finden Sie auch eine vollständige Inhaltsübersicht mit Links zu allen Seiten dieser Site)

Das Buch-Duo, mit dem Sie sich vom Bluthochdruck, ständiger Blutdruck-Pillen-Einnahme und deren Nebenwirkungen befreien und die Risikozone plötzlicher fataler Herz-Kreislauf-Ereignisse verlassen können:



erweiterte Auflage
2005

in 8-12 Wochen dauerhaft auf natürliche Weise normalisieren können.



3. Auflage 2004

Damit Ihr Arzt oder Heilpraktiker Ihre Gesundheit beschleunigen kann:

Die kausale Therapie der essentiellen Hypertonie

Buch oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).
Bisher kennen die wenigsten Ärzte und Heilpraktiker diese hochwirksame Heilbehandlung ohne Medikamente und ohne negative Nebenwirkungen. Sie wurde schon 1987 auf der Medizinischen Woche Baden-Baden vorgestellt; geheilte Patienten konnten von den Ärzten befragt werden. 2001 ist das Buch vollständig überarbeitet und auf den neuesten Stand gebracht worden, und bereits 2004 wurde die 3. Auflage notwendig. Ihr Arzt oder Heilpraktiker wird diese Anleitung für den Therapeuten bestimmt aufmerksam lesen, wenn Sie das Buch zum nächsten Termin mitbringen (besonders dann, wenn Sie es nicht schenken, sondern nur kurz ausleihen), und Sie bei der dauerhaften Ausheilung Ihrer Hypertonie dann tatkräftig und beschleunigend unterstützen (falls nicht, sollten Sie wechseln).



Kärtchen (54 x 86 mm) für Ihren Einsatz im Spiel um Leben, Gesundheit, Krankheit und Tod.

Setzen Sie damit spielend eine gesundheitspolitische Kettenreaktion in Gang!

Bluthochdruck ist lebensbedrohend - aber heilbar!

Was Ihr Arzt Ihnen nicht erzählt und eine von Lobbyisten manipulierte "Gesundheitspolitik" verschweigt.

Abbildung oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Besprechung](#).
Nutzen Sie die Information selbst, und geben Sie solche Kärtchen an Ihre Nächsten weiter.

Warum ist ein normaler Blutdruck so wichtig? Weil er anzeigt, dass die lebenswichtige Versorgung aller Gewebe und Organe mit Sauerstoff und Energie "im grünen Bereich" arbeitet. Wenn der Organismus den Druck erhöhen muss, um diese Versorgung zu sichern, ist Gefahr im Verzuge. Diese wird durch die übliche Pillentherapie keineswegs geringer.

Bluthochdruck ist der Haupt-Risikofaktor für die häufigste Todesursache der Zivilisation: Die Herz- und Kreislauf- Krankheiten. Jeder zweite Mensch in Europa, USA, Kanada und weiteren Ländern verstirbt daran - trotz aller Bluthochdruckpillen. Das bedeutet, dass auch für Sie hier das Hauptrisiko Ihres Lebens liegt. Wahrlich Grund genug, sich damit zu befassen.

Weitere Bücher, mit welchen Sie Ihr gesundheitliches Schicksal zum Guten wenden, gesünder werden und Ihr Leben verlängern können

Ein Tipp: Wenn Sie mehrere Bücher bestellen und jeweils wieder nachlesen möchten, können Sie die Vor- und Zurück-Funktionen Ihres Browsers verwenden, um zwischen dieser Übersicht und der Bestell-Liste hin- und her zu schalten.



Das meiste können Sie selbst tun:

Diabetes heilen - biologische Heilbehandlung der Zuckerkrankheit und ihrer Spätfolgen

Buch oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).
Sind 1.000.000 Beinamputationen bei Diabetikern noch nicht genug? So viele sind allein in Deutschland in den letzten 25 Jahren durchgeführt worden. Meist unnötigerweise, wie der Verfasser überzeugt ist. Denn 1977 fand er - bei einem dramatischen Fall um Rat gebeten - einen Weg, ein von Gangrän befallenes Bein zu retten. Dieses Buch zeigt Ihnen, wie Sie das verhindern können. Es enthält

2005

macht und die sogenannten "Spätfolgen" erzeugt: Gangrän, Bluthochdruck, Nervendegeneration, Gefühlsverlust, Impotenz, Erblindung, Leberdegeneration, inneres Verbluten durch Oesophagus-Varizen, Nierenversagen. Wer selbst Diabetes hat oder Diabetespatienten in der Familie oder im Freundeskreis, und wer sich vor dieser am raschesten zunehmenden Zivilisationskrankheit wirksam schützen will, sollte sich diese Offenbarung der wahren Ursachen, der Heilungs- und Verhütungsmöglichkeiten und die Berichte von Ärzten und Patienten über erfolgreiche Heilungen nicht entgehen lassen. Lesen Sie hier weiter, [wie Diabetes und sogenannte "Spätfolgen" verhütet und geheilt werden können!](#)



Neue Ausgabe 2006, 125 Abb.

Zahnschäden können dauerhaft saniert, Gebissverfall kann dauerhaft gestoppt werden:

**[Zahnprobleme und ihre Überwindung](#)
überarbeitete und erweiterte neue Gesamtausgabe 2006, 125
Abbildungen**

Buch oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).
Zahnschäden und Gebissverfall sind teuer, ihre Verhütung kostet wenig. Wer Zahnbehandlung nötig hat, erwirbt mit diesem für den Patienten geschriebenen Buch nützliches Wissen, um Qualität und Dauerhaftigkeit vorgeschlagener Maßnahmen selbst beurteilen zu können. Denn Zahnprobleme werden zum Fass ohne Boden, wenn jeweils nur die Schäden auf "kassenwirtschaftlichste" Weise repariert werden und die ursächliche Stoffwechselsituation die gleiche bleibt. Dann geht der Verfall weiter, oft bis zu totaler Zahnlosigkeit. Zähneputzen ändert daran wenig! Dieses Buch informiert Sie über die wahren Ursachen und zeigt die Möglichkeiten dauerhafter Sanierung von Schäden und vollständiger Verhütung weiteren Gebissverfalls.

Dieses Buch ist inzwischen vergriffen:

[Gesundheit für unsere Jugend - Beginn einer Synthese von Zivilisation und Gesundheit](#)

Buch oder hier anklicken: [Zur Bücher-Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).
Das ist das Gesundheitswissen, dessen Verbreitung die einschlägige Lobby massiv zu verhindern suchte. Das Werk war lange erhältlich; jetzt ist es vergriffen. Es kann erst dann überarbeitet und neu aufgelegt werden, wenn sich mindestens ein größeres Gemeinwesen dazu entschließt, dieses aus 40 Merkblättern und Schriften bestehende Aufklärungswerk für die Gesundung der Bevölkerung einzusetzen (Wiederholungsturnus 3 Jahre). Hier konnten Sie erfahren, wie Sie gesunde, widerstandsfähige, intelligente Kinder zeugen und großziehen können: Durch richtige Ernährung schon im Mutterleib, dann als Säugling, als Kleinkind und weiterhin - und wie Acker und Garten gesund zu halten sind, damit gesunde Nahrung darauf gedeihen kann. Sie konnten lernen, wie Sie trotz aller Gefahren der "Zivilisation" Ihre Kinder vor Umwelt-Schäden und Gebissverfall bewahren können. Inzwischen nutzen Sie bitte das Wissen aus den erhältlichen anderen Büchern des Verfassers.



Dr. Johann Georg Schnitzer
Das volle Leben
Lebensqualität in der Zivilisation

Lebensqualität in der Zivilisation: Was krank macht und das Leben verkürzt. Wie man ein volles Leben lebt und gesund bleibt

[Das volle Leben](#)

Buch oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).
Das Leben verlängern heißt, es nicht zu verkürzen, wie wahr! Die wenigsten Menschen kennen die Voraussetzungen, ihre biologisch mögliche Lebensspanne auch zu nutzen. Deshalb erreichen die meisten nur knapp die Hälfte der möglichen Lebensjahre, und verbringen diese auch noch zu einem

Voraussetzungen eines Lebens in der Zivilisation, das voll an Jahren und voll an Lebensfreude und Gesundheit ist.



Verhütung und Heilung von Krankheiten durch natürliche Gesundheit. Kontrolle des eigenen Gesundheitsgrades.

Maßnahmen bei den verschiedenen Krankheiten. Wie man ein gesundes Wunschkind plant.

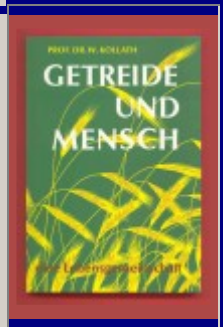
Wenn "Behandlung" nicht heilt: Wiederherstellung der Gesundheitsgrundlagen statt Krankheitsbekämpfung

Der alternative Weg zur Gesundheit

Vollständig überarbeitete und erweiterte Neuauflage 2007, 336 Seiten, à EUR 32,- / SFr 52,80

Buch oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).

Aus dem hoch brisanten Inhalt: Wer "normal" lebt, wird krank - Die Alternative zu 1000 Krankheiten: Gesundheit - Krankheiten sind sinnvolle Gegenreaktionen - Die wichtigsten Verfahren der biologischen Medizin, ihre Wirkungsweisen und Anwendungsgebiete - Kontrolle des eigenen Gesundheitsgrades - Maßnahmen und Erfolgsaussichten bei den verschiedenen akuten und chronischen Krankheiten - Wie man ein gesundes Wunschkind plant - Prinzipien gesunder Ernährung.

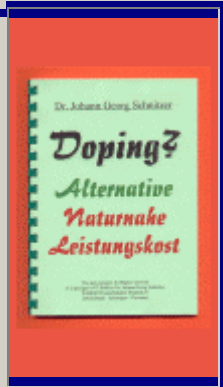


Warum die Getreide und ihre intelligente Nutzung für gesunde Ernährung so unentbehrlich sind:

Getreide und Mensch - eine Lebensgemeinschaft

Buch oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).

Was Sie schon immer über die Bedeutung der Getreide für Ihre Gesundheit und die Gesundheit Ihrer Familie wissen wollten - authentisch erklärt von dem Professor für Hygiene und Bakteriologie Dr. med. Werner Kollath, der diese Bedeutung der Getreide für den Einzelnen ebenso wie für die Ernährung und Gesundheit der Weltbevölkerung entdeckt und ein ganzes Forscherleben lang grundlegend untersucht, nachgewiesen und dokumentiert hat.



Eiweißmast = Dopingfalle! Es geht anders viel besser und gesünder:

Doping? Alternative Naturnahe Leistungskost

Buch oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).

Die übliche eiweißreiche Sportler-Ernährung bringt die Voraussetzungen zu einem Leistungsknick im Trainingsaufbau mit sich: Da ist die Versuchung zu Doping oder doping-ähnlichen "Tricks" dann eben so groß wie die Gefahr von Frühinvalidität oder Sekundentod. Angesichts des BSE-Skandals sind weitere Risiken der üblichen Sportler-Ernährung hinzugekommen. Diese Schrift zeigt die Zusammenhänge auf und vermittelt einen natürlichen Weg zu jenem Mehr an sportlicher Leistungsfähigkeit, das Weltbestleistungen möglich macht. Dieses Wissen ist für Hochleistungssportler ebenso wertvoll wie für jeden "Normalbürger", der fit und gesund sein will.



"Lasst die Nahrung eure Heilmittel sein" (Hippokrates, 460-375 v. Chr.)

Natürliche, artgerechte (frugivore) Kost: Auch in der Hochzivilisation Grundlage natürlicher Gesundheit

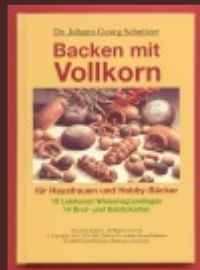
Zivilisierte Ernährung: Schnitzer-Intensivkost

Die Schnitzer-Kost orientiert sich an den natürlichen Ernährungsformen, die seit Urzeiten, lange vor der Entwicklung von Werkzeugen und Waffen, dem Gebrauch des Feuers und der Entwicklung von Acker- und Gartenbau, eine gesunde Entwicklung und Fortpflanzung des Menschen gesichert haben. Sie nutzt die vom Menschen aus den ursprünglichen Wildpflanzen entwickelten Nahrungspflanzen in Zubereitungsformen, welche die Entwicklung und Blüte früher Hochkulturen mit gesunden Menschen und gesundem Nachwuchs ermöglicht haben. Dabei ist es das Anrecht des Menschen, der

[Zur Bestellliste](#)

Gegenwart angepasst. Diese Kost ermöglicht auch heute ein gesundes Leben und gesunden Nachwuchs, und erlaubt so die Überwindung von Zivilisationskrankheiten und Degeneration.

Der Stoffwechsel des Menschen ist genetisch immer noch auf seine ursprüngliche frugivore Ernährung programmiert. Deshalb ist die gerne behauptete "Anpassung" an denaturierte und artfremde Zivilisationskost misslungen. Diese hat zu Stoffwechselentgleisungen und so zu den weit verbreiteten chronischen Zivilisationskrankheiten geführt. So bald der Stoffwechsel wieder die richtigen "Stoffe zum Wechseln" erhält, auf die er genetisch programmiert ist, normalisieren sich die Stoffwechselabläufe, und die meisten der angeblich "unheilbaren" Zivilisationskrankheiten und Leiden heilen zügig aus. Auch das Körpergewicht normalisiert sich: Übergewichtige nehmen ab, Untergewichtige nehmen zu. Köstliche Zubereitungen gesunder Kost werden in diesem Buch an Beispielen in Form eines 14-Tage-Plans genau beschrieben. Auch Kalorien, Joule und Proteineinheiten sind mit angegeben. Mahlzeiten dieser Kost sättigen nachhaltig, verleihen vitale Energie und regenerieren den Organismus.



Ausgabe 2004

Wollten Sie nicht schon immer Ihr eigenes gesundes Brot backen können?

[Backen mit Vollkorn](#) für Hausfrauen und Hobby-Bäcker 10 Lektionen Wissensgrundlagen - 14 Brot- und Gebäckarten

Buch oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).

Um die an leichtes Brot und Gebäck aus Auszugsmehlen gewöhnte Bevölkerung für gesundes Vollkornbrot und -gebäck zu gewinnen, entwickelte Dr. Schnitzer von 1963 an Backrezepte mit frisch fein gemahlene Vollkornmehlen. Diese fanden viel Interesse. So unterrichtete er erst in Wochenendkursen, später in Fernkursen diese Backkunst. Die so gewonnenen Erfahrungen flossen in dieses Buch ein, das große Verbreitung fand (10 Auflagen, 77 Tausend Exemplare seit 1978) und dann mehrere Jahre vergriffen war. Auf vielfachen Wunsch ist es vom Verfasser überarbeitet worden und wieder erschienen.



Abwaschbare Rezepte-Tafeln, auch zum Aufhängen über dem Backtisch

[Die Rezepte aus "Backen mit Vollkorn" auf wasserfesten Tafeln](#) 14 Brot- und Gebäckarten auf 9 abwaschbaren Tafeln in einer Mappe

Abbildung oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).

Wer gerne selbst bäckt, der weiß, dass man manchmal auch mit Teig an den Händen im Rezept nachlesen möchte, welcher Schritt als nächstes kommt, wie lange die Teigruhe sein sollte, wie lange der Teig geknetet werden muss, und wie er aufzuarbeiten ist. Das geht jetzt problemlos mit diesen abwaschbaren Rezepttafeln. Man kann sie über dem Backtisch an die Wand hängen. Ein Rezept ist jeweils vollständig auf einer Seite beschrieben. Man kann sie auch mit Teig an den Fingern in die Hand nehmen. Sie sind abwaschbar.



Was sind die Gründe für so wenig Effektivität eines so teuren "Gesundheitssystems"?

Geheiminformationen

die in den Mainstream-Medien nicht zu finden sind

zur Erhaltung der Gesundheit, zur Heilung chronischer Krankheiten ohne Pillen und ohne Nebenwirkungen, und zur Krankheit des Gesundheitssystems.

Abbildung oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).

Glaubt man den Massenmedien, so wird heute mehr denn je für unsere Gesundheit getan. Milliarden werden dafür ausgegeben. Ein Heer von Spezialisten und ganze Industrien sind für diesen Zweck tätig. Merkwürdig ist nur, dass trotz ständig steigender Ausgaben "für Gesundheit" nicht diese, sondern die Krankheiten weiter zunehmen. Wird uns da etwas Wichtiges verschwiegen? und wenn ja, aus welchem Grund?



Ist Kranksein Bürgerpflicht, um von Krankheiten lebende Wirtschaftsgruppen zu ernähren?

Mit der Weitergabe dieser Schrift öffnen Sie Ihren Mitmenschen die Augen:

Ist Gesundheit in der Zivilisation möglich?

Erkenntnisse, Zusammenhänge, Hintergründe, Buchbesprechungen

Abbildung oder hier anklicken: [Zur Bestell-Liste](#). Überschrift oder hier anklicken: [Zur Buchbesprechung](#).

Erst dann, wenn die Wissenden und deshalb Gesunden zu einer "kritischen Masse" angewachsen sind, werden die Krankheitskosten und Sozialabgaben abnehmen, Leistungsfähigkeit und Leistungswille zunehmen und dadurch ein nachhaltiges Wohlergehen der Bevölkerung möglich werden. Damit Sie gar nicht erst viel reden müssen, sondern jeder Person, der Sie eine gute Gesundheit wünschen, gleich den Schlüssel dafür in die Hand drücken können, hat Dr. Johann Georg Schnitzer für Sie diese kompakte Informationsbroschüre geschrieben.

Bluthochdruck-Index

Blutdruck selbst "normalisieren". Warum? Um das zu erfahren, klicken Sie bitte hier: [Bluthochdruck, Pillen, Nebenwirkungen](#)

Essentielle Hypertonie - lebenslänglich? Akzeptieren Sie es nicht!

[Hypertonie-Selbsthilfe](#)

Neue Erkenntnisse machen die echte Ausheilung der essentiellen Hypertonie (des Bluthochdrucks) auf dem Wege der Selbsthilfe möglich. Ein neues Leben ohne Pillen und deren unangenehme Nebenwirkungen (z.B. Energielosigkeit, Impotenz) wartet auf Sie. Gleichzeitig winkt die Befreiung von dem (trotz Pilleneinnahme) erhöhten Herz-Kreislauf-Risiko: durch Beseitigung der Ursachen, welche die Erhöhung des Blutdrucks für den Organismus bisher notwendig gemacht und das erhöhte Risiko verursacht hatten. Für Links zu hilfreichen Wissensquellen klicken Sie bitte hier: [Hypertonie-Selbsthilfe](#)

Das aktuelle Thema - jeder zweite Mensch ist vom Bluthochdruck bedroht:

[Bluthochdruck = die essentielle Hypertonie - jetzt heilbar!](#)

Ihr Körper hat gute Gründe, wenn er den Blutdruck erhöht. Deshalb haben Pillen so unangenehme Nebenwirkungen, heilen ihn nicht und mindern das Risiko kardiovaskulärer Ereignisse nicht. Wer immer seinen Bluthochdruck überwinden will, sollte die Ursachen analysieren und eliminieren - dann normalisiert sich der Blutdruck innerhalb weniger Wochen ohne Pillen. Wenn Sie mehr dazu erfahren wollen, wie Sie Ihren Bluthochdruck ausheilen können, klicken Sie bitte hier: [Bluthochdruck = essentielle Hypertonie jetzt heilbar!](#)

Ist Ihr Blutcholesterinspiegel erhöht?

[Cholesterin senken - ohne "Nebenwirkungen"](#)

Cholesterin senkende Arzneimittel mit tödlichen "Nebenwirkungen"? Die neuesten Arzneimittelwarnungen alarmieren die Patienten. Einzelfälle oder fundamental falsches Therapiekonzept? Es geht auch anders: Cholesterin senken ohne Pillen - und ohne solche Nebenwirkungen. Für mehr klicken Sie bitte hier: [Cholesterin senken ohne "Nebenwirkungen"](#)

Ihr Zeit- und Maßnahmenplan:

[Wie Ihr Blutdruck in kurzer Zeit normal wird](#)

Ihr zu hoher Blutdruck lässt sich tatsächlich innerhalb weniger Wochen normalisieren - auf natürlichem Wege, ohne Pillen, und auf Dauer. Damit befreien Sie sich auch von dem bisher (trotz Pillen) hohen Herz-Kreislauf-Risiko. Hier erhalten Sie Ihren praktischen Zeit- und Maßnahmenplan zur Durchführung. Klicken Sie bitte hier: [Wie Ihr Blutdruck in kurzer Zeit normal wird](#)

Bluthochdruckstudie: Menschen auf dem Weg natürlicher Gesundheit

[Wie sie ihren Bluthochdruck heilten](#)

Hier beweisen Menschen durch ihr eigenes Beispiel, wie sie durch Ausschaltung - teils auch schon durch bloße Reduzierung - der durchaus bekannten Ursachen des Bluthochdrucks, und durch einen größeren Anteil gesunder Nahrung in ihrer Kost ihren hohen Blutdruck gesenkt, sich von den Pillen und ihren Nebenwirkungen befreit und ein gesundes natürliches Wohlbefinden erreicht haben. Jeder Fallbericht ist anschließend ausführlich erklärt und kommentiert! Eine große Ermutigung für Sie, wenn Sie noch unter Bluthochdruck leiden, diesen Beispielen zu folgen. Klicken Sie bitte hier: [Wie sie ihren Bluthochdruck heilten](#)

Selbst Hochleistungssportler sind Herz-Kreislauf-gefährdet:

[Doping, Eiweiß-Überschuss und Sekundentod von Hochleistungs-Sportlern](#)

Doping-Verdacht durch erhöhtes Hämatokrit (erhöhter Gehalt des Blutes an Blutzellen), Sekunden-Tod von Hochleistungssportlern: Ursache ist wahrscheinlich der Eiweiß-Überschuss in der Sportler-Kost. Werden diese Erkenntnisse unterdrückt? Für mehr Information klicken Sie bitte hier: [Doping, Eiweiß-Überschuss und Sekudentod](#)

BSE, Rinderwahnsinn - wie kann man sich und seine Familie schützen?

[BSE, Rinderwahnsinn und die Konsequenzen](#)

Der BSE-Skandal ist nur die Spitze eines Eisbergs. Der Rinderwahnsinn hat mehr Konsequenzen für jeden Einzelnen und die Gesellschaft, als sich die meisten Menschen vorstellen können. Einige davon werden hier aufgezeigt und die Möglichkeiten zum Selbstschutz vermittelt. Bitte klicken Sie hier: [BSE, Rinderwahnsinn und die Konsequenzen](#)

Seit BSE hochaktuelle Frage:

[Vegetarisch essen - aber wie?](#)

Der BSE-Skandal lässt zahllose Menschen Vegetarier werden: 2.500.000 neue allein in Deutschland. Aber wie fleischlose Kost so zubereiten, dass sie schmeckt, und außerdem leistungsfähig und gesund erhält? [Vegetarisch essen - aber wie?](#)

Wie man sich davor schützt, wie man sie kuriert:

[Grippe und Erkältung](#)

Grippe und Erkältung sind banale Infektionskrankheiten. Es gibt natürliche Möglichkeiten, sich weitgehend davor zu schützen. Auch wer gerade daran erkrankt ist, erfährt hier, wie er durch Unterstützung seiner Abwehrkräfte rasch gesunden kann und sich danach einer besseren Gesundheit erfreut als zuvor. Falsche Maßnahmen, die häufig aus Unkenntnis des Geschehens angewendet werden, können fatale Folgen haben. Wenn Sie mehr wissen möchten: [Grippe und Erkältung](#)

[Akne und Pickel - Heilung von innen](#)

Akne und Pickel im Gesicht und sonst wo werden mit dem örtlichen Geschehen, verstopften und verhornten Poren und bakterieller Infektion erklärt. Das ist aber nur die halbe Wahrheit; empfohlene örtliche Maßnahmen bleiben symptomatisch führen nicht zur Ausheilung. Die Frage nach dem "Warum?" bleibt unbeantwortet. Lebensfreude und Lebenschancen vieler junger Menschen werden durch Akne und Pickel stark beeinträchtigt. Wer selbst darunter leidet oder Freunde hat, die ihren Kummer damit haben, kann hier die tieferen Ursachen und einen sich daraus ergebenden einfachen und logischen Weg zur natürlichen Gesundung der Haut und des ganzen Organismus erfahren: [Akne und Pickel, Heilung von innen](#)

[Beinamputation wegen Diabetesgangrän? Ausheilung ist die bessere Alternative](#)

Beinamputation wegen Diabetesgangrän? Es gibt eine Alternative: Das Bein - und

weiter amputiert: 800.000 weitere Beinamputationen wurden bei Diabetikern allein in Deutschland seit (und trotz) Erstveröffentlichung dieser Heilbehandlung im Jahre 1980 durchgeführt. Die meisten hätten durch Ausheilung vermieden werden können: [Beinamputation wegen Diabetesgangrän? Ausheilung ist die bessere Alternative](#)

Medicus, quo vadis? Arzt, wohin gehst du?

Der Aufbruch ins 3. Jahrtausend ist Anlass zur kritischen Überprüfung des bisherigen Kurses der "modernen Medizin". Warum steckt sie in der Krise, und was sollen ihre neuen Ziele sein? Hauptbereiche dieser Krise werden aufgezeigt - Ethik und Moral, von der Medizin beanspruchte ungeheure Kosten, und ihre Glaubwürdigkeit. Warum sind Ärzte zum Beispiel nicht gesünder als die Bevölkerung? [Medicus quo vadis? Arzt, wohin gehst du?](#)

Wenn Sie als Arzt/Ärztin oder Heilpraktiker/in

in Naturheilverfahren und Homöopathie ausgebildet und erfahren sind, und wenn Sie Interesse an biotherapeutischer Begleitung von Patienten auf dem auf dieser Site aufgezeigten Weg zur Gesundung von chronischen Krankheiten haben, teilen Sie es bitte hier mit, damit wir Ihre Adresse bei Anfragen aus Ihrem Postleitgebiet nennen können: [Interesse, Patienten auf dem Wege der natürlichen Gesundung biotherapeutisch zu begleiten](#)



Dr. Johann Georg Schnitzer
(Fotos Walter Hess,
02.09.2003)

Walter Hess nach einem Interview am 2. September 2003 mit Dr. Schnitzer:

Der Gesundheit auf den Zahn gefühlt

"Das Kauorgan ist der empfindlichste Gradmesser und ein Frühwarnsystem der gesamten konstitutionellen Gesundheit des Menschen." Über Konsequenzen aus dieser Erkenntnis Dr. Schnitzers berichtet Hess, der lange Chefredakteur von "Natürlich" war, der führenden Schweizer Zeitschrift für Gesundheit und Ökologie. [Mehr aus dem Interview mit Dr. Schnitzer hier ...](#)



Dr. Schnitzer im Gespräch mit Walter Hess über Krankheitsmedizin, Hochzivilisation und Gesundheit

Krankheitswirtschaft prosperiert? [Da rette sich - wer kann!](#)

Gesundheitsstreik - Gesundheitspolitik von unten

In Deutschland machen wir immer alles besonders gründlich. Auch das Falsche. So entpuppt sich nach der Wahl 2002 in Deutschland die neue Politik von Rot-Grün als Schwarzes Loch, das mit enormen Gravitationskräften alles an sich reißt, alles verschlingt und nichts mehr zurück gibt. Es ist nur ein schwacher Trost, dass die neue "Gesundheitspolitik" unter schwarzem Vorzeichen kaum anders geworden wäre. Besserung kann jetzt nur noch von unten kommen, vom mündigen Bürger, von Ihnen selbst. "Alle Staatsgewalt geht vom Volke aus" (Artikel 20/2 Grundgesetz). Also tun Sie etwas; Sie sind das Volk! Treten Sie in Gesundheitsstreik: Werden Sie gesund und nie mehr krank: [Gesundheitsstreik - Gesundheitspolitik von unten](#)

Krankenversicherungsbeiträge um 50 % runter - machen Sie mit?

Packen wir's selbst an. Die Regierungen schaffen es nicht, weil sie selber regiert werden - von den Lobbies. Diese Interessengruppen haben nur ihr eigenes Wohl im Auge - unseres nicht. Für die sind wir krank einträglicher. Damit machen wir jetzt Schluss, und setzen den Hebel gleich am wirksamsten Punkt an. Machen Sie mit? Es ist ganz einfach: Mitmenschliche Hilfeleistung durch Weitergabe von Information. [Wie Sie mitwirken können, die Krankenversicherungsbeiträge zu halbieren](#)

Warum dieser Gesundheitsinformationsservice nötig ist

Unser aller gesundheitliches Schicksal ist ein Spielball zahlloser wirtschaftlicher Interessen. Die betreffenden Interessengruppen und Lobbies lancieren nur gefilterte und manipulierte Gesundheitsinformationen, die ihren Interessen dienen. Durch Verschweigen, Weglassen eines Teils der Wahrheit, gezielte Desinformation, Machenschaften und Intrigen gegen unbequeme Mahner versuchen sie, ihre Interessen zu schützen. Nur wer dieses fein gesponnene Netz erahnt und zu den ungefilterten Wahrheiten durchdringt, hat eine Chance, sich nicht darin fangen zu lassen und seine Gesundheit zu bewahren. Darum ist dieser Service nötig. Wenn Sie mehr darüber wissen möchten, klicken Sie bitte hier: [Warum dieser Gesundheitsinformationsservice nötig ist](#)

Grundwissen der Gesundheit

Gesundheit kostet nichts: Sie ist ein Geschenk Gottes. Sie ist selbstverständlich, solange man sie hat. Ein Kapital, so gross, dass 2-3 Generationen nötig sind, es ganz aufzuzehren. Auf den wenigen Seiten dieser Abhandlung lernen Sie mehr und Grundsätzlicheres für Ihre Gesundheit, als Sie wahrscheinlich in Ihrem ganzen bisherigen Leben erfahren konnten. Klicken Sie hier, [wenn Sie in das Grundwissen der Gesundheit eingeführt werden möchten.](#)

[Zur Übersicht Teil 2:](#)

[Erstaunliche Dokumente ...](#)

Entwicklung der chronischen Zivilisationskrankheiten gewarnt ... der fein gesponnene Einfluss wirtschaftlicher Interessen auf die freie Meinungsäußerung und die Gesetzgebung ... Unser täglich Brot ... Innovativer Öko-Hausbau ... [lesen Sie hier weiter:](#)

Interesse an persönlichen Benachrichtigungen? Wenn Sie über Neuerscheinungen und aktuelle Informationen zu den Themen dieser Site von Dr. J. G. Schnitzer persönlich per E-mail benachrichtigt werden möchten, dann teilen Sie es bitte über nebenstehende Mail-Verbindung mit. Ihre Adresse wird auch bei erneutem Eintrag nur einmal gelistet (manuelle Pflege der Liste, daher keine Doubletten). Ihre Adresse wird vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben.

Achtung: Zensiert Ihr Provider heimlich Ihre E-Mail-Post? Leider mussten wir feststellen, dass manche Provider die E-Mail-Nachrichten Dr. Schnitzers an Empfänger, die sich in Dr. Schnitzers Mailingliste eingetragen haben, abfangen und mit unterschiedlichen Begründungen als unzustellbar zurücksenden. Sie als Empfänger erfahren davon nichts!!! Bisher haben wir solche **Zensur** beobachtet bei ...@aol.com, ...@netscape.net, ...@swissonline.ch, ...@highspeed.ch, ...@balcab.ch, ...@urbanet.ch. Es handelt sich dabei nicht nur um Einzelfälle, sondern um systematische Aktivitäten, die Benachrichtigung mehrerer Personen mit der gleichen Information zu unterbinden. Wer seine E-Mail-Adresse bei einem dieser Provider hat, sollte sich dagegen wehren, **zu einem zensurfreien Provider wechseln** und sich mit der neuen Adresse erneut in Dr. Schnitzers Mailingliste aufnehmen lassen.

Damit auch Empfänger, deren E-Mail-Post zensiert wird, Dr. Schnitzers E-Mail-Nachrichten lesen können, werden diese jetzt auch auf dieser Website veröffentlicht: [Dr. Schnitzers E-Mail-Nachrichten](#).



[Zur Aufnahme in Dr. Schnitzers Mailingliste klicken Sie bitte hier.](#)

Kein Interesse an Benachrichtigungen mehr? Wenn Sie aus Dr. Schnitzers Mailingliste gestrichen werden möchten, teilen Sie es bitte über nebenstehende Mail-Verbindung mit.

[Zur Streichung aus Dr. Schnitzers Mailingliste klicken Sie bitte hier.](#)

Bücher können direkt auf der Homepage von Dr. Schnitzer oder bei uns info@siebenstern-imkerei.de bestellt werden.