



Übergewicht

Immer wieder wollen Leser wissen, was es mit den sogenannten Schlankheitskuren auf sich hat. Ob es sich überhaupt lohnt, abzuspecken, wenn hinterher die mühsam verlorenen Pfunde bald wieder drauf sind. BIO spezial fragte den Experten Dr. med. Michael Zimmermann, wie sich das Problem Übergewicht aus seiner Sicht darstellt.

Bio spezial: Herr Dr. Zimmermann, Sie kehren unlängst von einer Vortragsreise in den USA zurück. Welche gesundheitlichen Probleme stehen Ihres Erachtens dort besonders im Vordergrund?

Dr. Zimmermann: Dem Europäer fällt praktisch überall das zum Teil ganz enorme und oft groteske Übergewicht des typischen Durchschnittsamerikaners auf. Sicher sind nicht zuletzt deswegen die typischen Folgeerkrankungen wie Arteriosklerose, Schlaganfall und Herzinfarkt in den USA noch wesentlich stärker verbreitet als bei uns in Deutschland.

Bio spezial: Sie behandeln in Ihrer Klinik in Badenweiler vor allem chronische und therapieresistente Erkrankungen, bei welchen die moderne Medizin nur zu oft versagt. Zählen Sie hierzu auch das Übergewicht, das bei uns ebenfalls ein immer größeres Problem darstellt?

Dr. Zimmermann: Es steht heute außer Zweifel, dass erheblichem Übergewicht Krankheitswert zukommt. Die üblichen Methoden der Diät bringen in den wenigsten Fällen befriedigende und anhaltende Ergebnisse. „Diät macht dick!“, bekommt man sogar immer häufiger zu hören. Wir stellen in unserer Klinik durchweg fest, dass bei größerem Übergewicht grundsätzlich auch unerkannte und oft gravierende Störungen der Verdauungsorgane vorliegen. Fatalerweise brauchen diese nicht immer Beschwerden zu machen – das ist übrigens auch die Gefahr. Ähnlich wie beim Darmkrebs.

Die Darmfunktion muss verbessert werden

Da hiermit auch immer eine Belastung der Leber verbunden ist, entgleist diese in wesentlichen Funktionen und bildet beispielsweise überschießend Cholesterin. Das wiederum stellt die Vorstufe des weiblichen Geschlechtshormons Östrogen dar, das unter anderem auch den Fettansatz fördert. So auch bei ansonsten schlanken Menschen in Form der typischen Problemzonen wie Oberschenkel, Gesäß, Brust und Bauchdecke.

Größere Fettansammlungen bringen nun jedoch die Gefahr einer Ablagerung fettlöslicher Umweltgifte, z. B. der berüchtigten chlorierten Kohlenwasserstoffe, wie man das schon beim Neugeborenen feststellen muss! Wir verbessern darum in erster Linie den Darm in seinen grundlegenden Funktionen und hier vor allem in der so wichtigen Entgiftung der Gewebe, des Blutes und der Säfte.

Bio spezial: Eine Entschlackung also sozusagen?

Dr. Zimmermann: Dieser volkstümliche Begriff Entschlackung ist gar nicht mal so abwegig, zumal die Gedärme der meisten Menschen zum Teil ganz erhebliche Rückstände aufweisen. So finden hier krankhafte Zersetzungsprozesse statt, die den Körper regelrecht vergiften und auf diese Weise zahlreiche chronische und akute Erkrankungen auslösen können. Wir fördern darum mit einer Vielzahl von Maßnahmen die natürliche Selbstreinigungsfähigkeit des Darmes, die zumeist erheblich eingeschränkt ist.



Bio spezial: Zählt hierzu auch die Colon-Hydro-Therapie (Dickdarm-Wasserspülung) mit der Sie wohl die größte Erfahrung haben?

Dr. Zimmermann: Diese Methode ist tatsächlich oft überaus hilfreich. Bei besonders schwierigen Krankheitsfällen, bei welchen die natürliche Heilkraft durch hartnäckige Verschlackungen und Entzündungen des Darmes bereits allzu sehr gelähmt ist, gelingt es hiermit sehr häufig, die entscheidende Wende in der Krankheit einzuleiten.

Bio spezial: Trifft dies besonders auch für Gewichtsprobleme zu?

Dr. Zimmermann: In Verbindung mit unseren anderen therapeutischen Maßnahmen der Diätetik und der biologisch orientierten Medizin besteht hier in der Tat eine ganz vortreffliche Möglichkeit, auch das Gewicht dauerhaft zu regulieren. Hierbei ist übrigens bemerkenswert, dass es keineswegs zu der sonst so gefürchteten Erschlaffung des Gewebes kommt, sondern vielmehr zu einer erstaunlichen Straffung und regelrechten Verjüngung.

Bio spezial: Wir danken Ihnen für dieses interessante Gespräch.

Topfit und 28 Pfund leichter

Zahlreiche Patienten schildern den Erfolg dieser Kur in der Zimmermann-Klinik mit begeisterten Worten. So auch Heiner Dorsten (Name wurde von der Redaktion geändert):

„Mit 45 Jahren war ich buchstäblich am Boden zerstört, als ich in die Klinik von Dr. Zimmermann kam. Und das, obwohl sportliche Bestätigung einen Großteil meiner beruflichen Tätigkeit ausmachte. Bei einer Größe von 174cm wog ich 103kg und konnte kaum einmal mehr meine Schuhe zubinden. Oftmals hatte ich fürchterliche Erstickungsanfälle, dann wieder starke Herzschmerzen. Nach den Mahlzeiten trat jeweils quälendes Sodbrennen auf, das bei der für meine Begriffe so gesunden Ernährung, die viel Obst, Salat und Vollkornprodukte enthielt. Um meine Horrorschilderung zu beenden, muss ich hinzufügen, dass ich ganz erhebliche Probleme mit meinen Gelenken hatte.

Alle diese körperlichen Unannehmlichkeiten ließen auch meinen Gemütszustand bis zur Trostlosigkeit absinken. Meine Eitelkeit war schwer angeschlagen, da ich aus den landesüblichen Bekleidungsgrößen herausgewachsen war.

Bereits nach 14 Tagen Therapie mit Darmspülungen, unwahrscheinlichen Darmentleerungen und mit intensiver täglicher ärztlicher Betreuung kehrte mein Lebensgefühl zurück, mein unmäßig geschwollener Leib war regelrecht eingefallen, mein Rücken und meine Gelenke schmerzten nicht mehr, und ich fühlte mich nach vielen Jahren zum ersten Mal wieder wohl in meiner Haut. Unter der vorzüglichen ärztlichen Betreuung gesundeten Körper und Seele zusehends. Nach vier Wochen hatte ich 14kg abgenommen, fühlte mich frisch und stark wie mit zwanzig – kurz: „Wie ein neuer Mensch!“