

## **Der Kaffee-Einlauf:**

Die Heil- und Schmerzlindernde Wirkung von Kaffee-Einläufe wurde zufällig während des 1. Weltkrieges entdeckt, als durch die Besatzung von Deutschland, das Morphium und andere Schmerzmittel nicht mehr in genügenden Mengen vorhanden war. Ärzte und Krankenschwester gaben den verwundeten Soldaten aus lauter Verzweiflung, einfache Wasser-Einläufe. Einige Krankenschwestern kamen auf die Idee, den übrig gebliebenen Kaffee der Chirurgen, zu den Einläufen beizumischen. Siehe da, die Soldaten berichteten über eine enorme Entlastung und Schmerzlinderung durch diese Anwendungen.

Die beiden Ärzte, Professor O.A. Meyer und Professor Martin Heubner der Universität Göttingen, bestätigten dann auch ca. 1920, an Hand von kontrollierten Untersuchungen, die positiven Wirkungen des Kaffee-Einlaufes.

Dr. Max Gerson nutzte schließlich diese Erkenntnisse in seinen bemerkenswert erfolgreichen Behandlungen an Krebspatienten. Ihm ist es zu verdanken, dass dieses einfache Mittel nicht in Vergessenheit geraten ist.

### **Was bewirkt ein Kaffe-Einlauf?:**

- Erweiterung der Blutgefäße des Pfortader-Kreislaufes und Öffnung der Gallengänge.
- Die Gallenproduktion wird angeregt. Einzigartig unter den sogenannten Choleretika (Galle anregende Mittel) ist, dass die Enzyme des Kaffees hierbei eine Rückresorption der toxischen Anteile der Galle über die Darmschleimhaut verhindern.
- Theophylline und Theobromine, wichtige Stoffe im Kaffee, erweitern die Gefäße des Darmes und wirken dort Entzündungen entgegen.
- Die Palmitate im Kaffee verstärken die sogenannten Glutathion S-Transferase, welche für die Entfernung toxischer Radikale im Blut und Serum verantwortlich sind.
- Die Flüssigkeit an sich, bewirkt eine Stimulation des Organ-Nerven-Systems.
- Da der Kaffee-Einlauf idealerweise bis zu 15 Minuten gehalten wird (das gesamte Blut des Körpers durchströmt die Leber ca. alle 3 Minuten), ist der Einlauf mit Kaffee einer Art Dialyse über die Darmschleimhaut gleich zu setzen. Es kommt somit zu einer starken Reinigung und Entgiftung des Körpers.
- Allgemeine schmerzlindernde Wirkung

Das Tolle am Kaffee-Einlauf ist, dass er Sicher, und einfach durchzuführen ist. Sogar bis zu alle 4 Stunden kann ein Einlauf genommen werden ohne negative Wirkung auf den Körper zu zeigen.

## Wie wird ein Kaffee-Einlauf hergestellt und wie Nimmt man ihn ein?

Milch und Zucker in Ihren Einlauf?

Natürlich nicht!

Die Herstellung des Einlaufes ist denkbar einfach. Sie können jeden herkömmlichen Kaffee (Kein Instant-Kaffee) benutzen den Sie im Laden kaufen können. Für den Einlauf selbst hat sich am besten eine „**Klysopumpe**“ bewährt, da hiermit langsam und kontrolliert die Flüssigkeit in den Darm gefüllt werden kann. Die Klysopumpe kann in jedem Sanitätshaus oder im Internet bestellt werden.



**Klysopumpe**

### REZEPT:

1. 3 gehäufte EL Kaffeepulver (Kein Instant-Kaffee!) auf 4 Tassen Wasser
2. 3 Minuten Kochen Lassen und dann die Hitze reduzieren und weitere 15 Minuten leicht köcheln.
3. Durchseien
4. Flüssigkeit in ein Behälter füllen und bis auf Körpertemperatur abkühlen lassen. (Ganz wichtig um Verbrennungen zu vermeiden!)
5. Mit Hilfe der Klysopumpe, oder sonstigen Methoden, die Flüssigkeit einführen.

### Und jetzt?!

Es kann sein, dass Sie am Anfang nicht die gesamte Menge Flüssigkeit in den Darm bekommen. Zwingen Sie bitte nichts, und füllen Sie den Darm mit nur so viel Flüssigkeit wie Sie es halten können. Auch ist es Möglich, dass Sie am Anfang die Flüssigkeit keine 15 Minuten halten können. Auch dies ist kein Problem. Zwingen Sie nichts, und halten Sie die Flüssigkeit für nur so lange wie Sie es können. Übung macht den Meister!

Idealerweise versuchen Sie die Flüssigkeit ca. 15 Minuten im Darm zu halten. Damit ist eine optimale Entgiftung gewährleistet. Legen Sie sich am besten auf die Rechte Seite, und ziehen Sie die Beine leicht an. Dies gewährleistet ebenfalls die idealste Wirkung.

Nach ca. 15 Minuten, bzw. sobald der Drang kommt, entleeren Sie die Flüssigkeit wieder.

### TIPS:

Gerade am Anfang, empfehle ich den Einlauf in unmittelbarer Nähe Ihrer Toilette durchzuführen! Wenn Sie später Experte auf dem Gebiet Kaffee-Einläufe sind, können die Einläufe auch in bequemerer Umgebung durchgeführt werden.

Ich wünsche Ihnen gutes Gelingen!