

Verfasser:

Dr. Friedrich P. Graf
Lütjenburger Strasse 3
24306 Plön

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handele.

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, insbesondere das Recht des Nachdrucks, der Wiedergabe in jeder Form und der Übersetzung in andere Sprachen, behalten sich der Autor und der Verlag vor.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlags reproduziert werden. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung, Nutzung und Verwertung in elektronischen Systemen.

Erstauflage 4-2006
Printed in Germany.

2005 by sprangrade verlag
D-24326 Ascheberg
Telefon 0 45 26 - 12 35
Telefax 0 45 26 - 38 07 04
www.sprangrade.de

Buchgestaltung: Josefine Graf, Kiel
Satz und Druck: Liekfeldt Druck, Neumünster

ISBN 3-934048-02-1

Dr. Friedrich P. Graf

Konzept der Gesunderhaltung

- oder wie reduzieren Sie das Risiko Krebs?

Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkung	7
I. Einleitung	9
II. Problembeschreibung	13
1. Allgemeine Situation.....	13
2. Gesundheitliche Gegenwart = kranke Normalität	16
2.1. Risiko Krebs.....	16
2.2. Schwangerschaft	18
2.3. Geburt	20
2.4. Das Neugeborene und das 1. Lebensjahr	21
2.5. Stillzeit.....	26
2.6. Bedeutende Gegenwartskrankheiten.....	28
2.7. Zerebralparese	32
2.8. Arzneikonsum.....	34
2.9. Toxikologie	36
2.10. Zahnamalgame	40
2.11. Aluminium	49
2.12. Antibiotika	50
2.13. Impfungen	52
III. Arzt und Wissenschaft	57
IV. Homöopathie	61
1. Besonderheiten der Homöopathie	61
2. Lebenskraft	65
3. Krankheit.....	67
4. Unterdrückung, Hering-Regel.....	70
5. Selbstheilung.....	75

V. Das Konzept der chronischen Krankheiten in der homöopathischen Sicht.....	87
1. Miasma.....	87
2. Qualitäten der Miasmen	90
3. Miasmen und Krankheitshinweise.....	94
4. Was macht uns miasmatisch krank?	100
4.1. Vererbung.....	100
4.2. Wohnort	102
4.3. Unterdrückung.....	102
4.4. Ansteckung.....	103
4.5. Schwangerschaft.....	105
4.6. Ernährung	106
4.7. Toxische Schädigungen.....	108
4.8. Psychotrauma.....	110
5. Wert der Miasmen	111
5.1. Bedeutung für die Vergangenheit.....	112
5.2. Bedeutung für die Gegenwart	113
5.3. Bedeutung für die Zukunft	114
VI. Schlussfolgerungen in Übersichten	121
1. Alternatives Vorgehen vom Lebensbeginn an	121
2. Der Quereinstieg	128
VII. Zusammenfassung:.....	139
Literatur	142

Vorbemerkung

Es wird höchste Zeit, dass etwas gegen die zunehmende und dramatische Krankheit Krebs unternommen wird. Sich nicht nur auf die Suche nach Krebs aufmachen und dann nach Entdeckung diesen mit allen Waffen rigoros bekämpfen. Nein! Früh im Leben sind entschiedene Anstrengungen zur Verhinderung notwendig. Da unsere gängige Medizin keine Ursachen für den Krebs und ebenso wenig für andere zeitgemäße Abwehrstörungen wie die Allergiekrankheiten benennen kann, muss die Erfahrungsmedizin mit ganzheitlichen Ansätzen, mit dem Erfahrungswissen von Beobachtungen an Erkrankten helfen, Konzepte für eine umfassende Gesunderhaltung und Krebsvermeidungsstrategie zu entwerfen. Im Grunde müssen wir uns nur wieder besinnen, wie es beim Menschen funktioniert und wie wir die natürlichen Vorgänge unterstützen können. Das ist gesellschaftlich nicht gewollt, von wirtschaftlichen Interessen verdrängt und überlagert worden. Daher wird dieser Ratgeber mit allen seinen aufgezeigten Konsequenzen sicher von vielen nicht sehr freundlich angenommen werden. Ich habe gute Gründe zu mahnen. Wenn wir so weiter machen wie bisher, drohen unabwendbar Ausweitungen des Dramas Krebs, der bald zur häufigsten Todesursache auf der Welt wird. Und nicht nur das! Der allgemeine Lebensnegativismus, die nachlassende Verantwortung für die Zukunft unserer Kinder und unserer Erde sowie der Materialismus gehen einher mit den Zunahmen der Aggressionen und der Selbstzerstörung in vielen Menschen, die schließlich im Krebs ihren vernichtenden Ausdruck finden.

Dieser Ratgeber gibt keine Hilfestellung für die Behandlung von Krebs! Sehr wohl kann aber früh im Leben einiges unternommen werden, um diesem Lebensdrama zu entgehen. Das ist das Anliegen dieser Schrift.

I. Einleitung

Es gibt im Leben keine perfekte Sicherheit. Im Gegenteil, je mehr Sicherheit gesucht wird, desto mehr Verunsicherung wird geerntet, um so mehr erscheint Angst! Es ist geradezu ein Charakteristikum der wohlhabenden Staaten, dass mit der Zunahme der Vorteile eher die Sorgen und Lebensängste einhergehend ansteigen. Es sind die Länder mit der umfangreichsten medizinischen Versorgung, die neue Krankheiten epidemischen Ausmaßes, unglücklicherweise mit chronischen Verläufen und in der Regel unheilbar, hervorbringen. Die Lebenserwartung steigt zwar kontinuierlich, doch paradoxerweise entstehen mehr Leiden, obgleich alle Vorteile für mehr Gesundheit gegeben sind. Was ist los in diesen Ländern? Warum werden von klein auf bereits so viele Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel konsumiert? Warum sind Schwangerschaften und Geburten, das Natürlichste auf der Welt, so gefährlich, dass High-tech und Krankenhäuser notwendig sind? Warum vertrauen so viele Mütter mehr der Babyflasche als der eigenen Muttermilch? Warum können unsere Kinder nicht mehr ohne Niesen und Augenjucken in die Wiesen oder bekommen Leibkrämpfe und Durchfälle bei alltäglichsten Lebensmitteln? Warum gibt es so viel Rheuma, Autoimmunerkrankungen und Herzinfarkte? Warum gibt es so viele Depressive, so viele Selbstmörder? Warum werden wir immer älter aber dafür immer dümmer (dementer) und pflegebedürftiger? Ist das der Preis der Vollversorgung? Wird da zu viel getan, was wieder schädigend wirkt? Und warum werden immer mehr Menschen schon in jungen Jahren krebskrank, zerstörerisch behandelt und sterben doch wieder vor der Zeit? Was ist los mit dieser Medizin und warum sind die Sozialsysteme bei allem Wohlstand nicht mehr zu finanzieren?

Fragen über Fragen, die sich stellen, wenn man die Betroffenen im Zustand des kaum heilbaren Leidens betreut. Dann wünscht man sich die Chance, das Lebensrad noch einmal zurückdrehen zu dürfen, um vielleicht etwas anders zu gestalten, naturbewusster zu leben und mit den Vorerkrankungen anders zu verfahren, als in der Vorgeschichte in bekannter Weise geschehen. Doch lieber etwas sorgfältiger mit sich umgehen, geduldiger zu sein, genauer hinzuschauen, nachzufragen und Alternativen zu prüfen, bevor man sich auf die vorgeschlagene

Maßnahme, Behandlung oder Entscheidung einlässt. Es ist so einfach, mit dem Lebensstrom zu schwimmen, konform zu gehen und nicht in Frage zu stellen. Was auf der Strecke bleibt, ist häufig das Individuelle, das eigene Anliegen, schließlich die eigene Abwehr, der nicht mehr viel zugetraut wird.

Die Verpflichtung aus den vielen Jahren der Praxistätigkeit kann für mich schließlich nur lauten, die gleichen Fehler nicht immer wieder neu zu begehen, alle Vorteile für mehr Gesundheit den nachfolgenden Generationen von Beginn an zukommen zu lassen und jedem Fragenden und Suchenden, der für sich spürt, was ihm nicht bekommt, Mut zu einschneidenden Veränderungen zu machen. Dazu ist es nie zu spät!

Natürlich sind mir als konventionell ausgebildeter Arzt dieser Zeit die Qualitäten und Vorzüge der Schulmedizin bestens bekannt. Um die geht es hier nicht, die sollen nicht in Frage gestellt werden. Die Schulmedizin soll nur begrenzt werden als die letztmögliche Option, die wir noch haben, wenn eigene Überwindungsfähigkeiten nicht mehr genügen. Vorrang bekommt die optimale Ausnutzung der den Menschen gegebenen eigenen Fähigkeiten, mit dem Ziel, die Schulmedizin gar nicht erst zu benötigen! Diese tonangebende Medizin ist zu sehr mit der Wirtschaft verbunden, bestechlich bis korrupt, spezialisiert sich in kostentreibenden Diagnostik- und Reparaturmethoden und hat eher Absichten, mehr Medikamente unter das Volk zu bringen, als notwendig sind.

In solch einem Wohlstandsland lebe ich, arbeite alltäglich mit Patienten und schreibe angesichts der gegenwärtig günstigen Verhältnisse den nachfolgenden Ratgeber, weil andere einfache Wege der Gesunderhaltung als die angebotenen möglich und vorteilhaft sind, und weil ich in meiner ärztlichen Beratung wiederholt die komplexen Zusammenhänge von Gesund und Krank in knapper Zeit zusammenfassen und anschaulich darstellen möchte. Interessierte mögen für sich selbst Nutzen daraus ziehen und hinterfragen können, ob alles bei ihnen richtig läuft oder die Weichen für die Zukunft anders gestellt werden müssen.

Ich benutze bei meinen Erläuterungen Begriffe und Modelle der Homöopathie, eine Therapiemethode, welche die Fähigkeiten des Menschen optimieren kann, die den natürlichen Lebensvorgängen folgt und diese seit Jahrhunderten genauestens beobachtet und analysiert. Man

kann zu dieser Kunst des Heilens stehen, wie man will. Die Grundlage für die Homöopathie ist allein das Leben, wie es bekannt und unbekannt funktioniert. Ohne die Lebensenergie und die Selbstheilungsfähigkeit geht gar nichts, aber alles hängt von diesen ab!

II. Problembeschreibung

1. Allgemeine Situation

Das größte Verdienst des europäischen Einigungsweges ist der Abbau von Nationalismus, die Erhaltung des Friedens in diesem alten Kulturraum, der so viele vernichtende Kriege erlebt hat. Seither steigen europaweit Wohlstand und Lebenserwartung.

In Deutschland blicken wir auf eine über 100 Jahre alte Sozialgesetzgebung und auf ein Netzwerk von Einrichtungen, die im Krankheitsfall die Versorgung, unabhängig von der finanziellen Leistungskraft des Betroffenen übernehmen. Mit dem Wechsel in das 21. Jahrhundert ist deutlich geworden, dass empfindliche Einschnitte in diese paradiesische Versorgungslage geschehen werden. Erste Signale sind die Ausweitungen von privaten Zusatzbeteiligungen und eigenverantwortlichen Ergänzungsversicherungen.

Die im Rahmen der Globalisierung stattfindende Verlagerung der Produktionsstätten in die Länder mit niedrigem Lohnniveau führt in den europäischen Wohlstandsstaaten zum Untergang kleiner und auch großer Betriebe mit den Folgen ansteigender Arbeitslosigkeit und schrumpfender Bestände der Sozialkassen. Das Geld für „Luxusmedizin“ geht aus. Eine bekannte Schere zwischen Armut und Reichtum öffnet sich. Die Zwei-Klassen-Medizin hat sich bereits etabliert.

Unterdessen hat in Deutschland der gesamte Medizinbetrieb von Kliniken, freien Arztpraxen, Hebammen, Physiotherapien, Pflegeeinrichtungen, Kurstätten, Krankenkassen, Apotheken, Pharmaproduzenten und sonstigen Einrichtungen ein Volumen von über 20% der gesamten Volkswirtschaft erlangt. Die letzten Bundestagswahlen zeigten, dass alle Politiker diesen Bestand bewahren wollen, lediglich die Vorstellungen zu seiner Finanzierung weichen von Partei zu Partei ab.

Man kann sagen, dass Krankheit inzwischen vermarktet wird, dass es Interessen an Gesundheitsstörungen gibt. Unter dem Argument, noch gesicherter leben, noch gesünder und noch älter werden zu können, ist ein regelrechter Gesundheitsmarkt entstanden. Unzählige Zeitschriften zu medizinischen Themen verdanken ihre Existenz allein der Werbung und den Anzeigen dieser Anbieter. Es braucht nur

die medienwirksame Kulisse von Bedrohung, um Angst zu induzieren und Pharmakonsum anzuregen. Die Bedrohungsszenarien liefern die nationalen und internationalen Notlagen, die Krisenregionen und Kriegsschauplätze mit Not und Elend. Oder Naturwissenschaftler veröffentlichen ihre Teilerkenntnisse aus irgendeiner neuen Untersuchung, dass mit einem Präparat eine gewisse Störung beeinflusst werden kann und verschweigen, dass sie stets nur Teileinblicke in das Mysterium unserer Lebensvorgänge anbieten. Oder Statistiker verängstigen mit den Hochrechnungen von Geschädigten und Toten durch die jeweilige zu erwartende Grippewelle oder durch sonstige Krankheiten. Die Medien wie Zeitungen, Illustrierte, Internet und besonders das Fernsehen liefern täglich Berichte von diesen Bedrohungen und „füttern“ die Angst der Konsumgesellschaften. Die Folgen, das Verhalten der Konsumenten in diesem Krankheitsmarkt, sind jedem bekannt.

Ein Beispiel: Ende des Jahres 2004 gab eine Forschungsgruppe in den USA bekannt, dass mit Zinkeinnahmen die Leidenszeit unter einer Grippe verkürzt werden könne. Innerhalb von 24 Stunden waren sämtliche Zinkvorräte aller nordamerikanischen Apotheken ausverkauft. Acht Wochen später erschien beiläufig eine kleine Meldung, dass Nachprüfungen ergeben hätten, dass diese Angaben nicht bestätigt werden könnten.

Oder ein anderes Beispiel: Durch das Schreckensszenario einer Vogelgrippe 2005/2006 mit Bildern von verendeten Vögeln, die bereits in Europa tot vom Himmel fallen, gelang es, sämtliche Grippe-Impfdosen an die Medienkonsumenten zu verkaufen, ohne dass irgendein Vorteil gegen die angekündigte Epidemie zu erwarten war! Häppchenweise wird wieder an die Impffreudigkeit herangeführt, auch wenn eher Nachteile für die Empfänger zu befürchten sind (1).

Den Menschen in den Wohlstandsstaaten fehlt die Stützung ihres Selbstvertrauens oder auch die Rückbindung in sich selbst, was wir „Religion“ nennen. Der Glaube an sich selbst, das Leben zu meistern und aus eigener Kraft unter Mithilfe einer imaginären Schutzmacht wie „Gott“ mit Krankheiten fertig zu werden, ist den meisten Menschen abhanden gekommen, paradoxerweise in den reichen Ländern mit der höchsten Versorgungsqualität. Zeitgemäße „Autoritäten“ oder „Propheten“ sind Journalisten, Naturwissenschaftler und Ärzte. Die-

sen glauben und fügen sich „aufgeklärte“ Menschen von heute und begeben sich in das gewünschte Konsumverhalten moderner Volkswirtschaften.