



Aderlass

nach Hildegard von Bingen

„Sind bei einem Menschen die Gefäße mit Blut gefüllt, so müssen sie von dem Schleim und dem durch die Verdauung gelieferten Saft durch einen Einschnitt gereinigt werden...“

Wer aber viel Blut hat und völlig gefüllte Gefäße und sein Blut nicht durch einen Aderlass reinigt, dessen Blut wird wachsig und unkräftig werden, und so verfällt der Mensch in Krankheit.“

Mit diesen einfachen Worten beschreibt Hildegard von Bingen die Notwendigkeit einer regelmäßigen Blutreinigung.

Der Aderlass bewirkt

eine Blutverdünnung und dadurch eine Verbesserung der Fließeigenschaften des Blutes. Das führt zu einer verbesserten Durchblutung aller Organe. Außerdem führt der Aderlass zu einer Verminderung von überschüssigem Eiweiß im Zellzwischenraum. Das verbessert einerseits den Transport der Nährstoffe vom Blut zu den Körperzellen und damit die Funktion aller Organe. Andererseits wird der Abtransport der Zellabfallprodukte zurück ins Blut und dadurch die Zellentgiftung gefördert.

Der Aderlass ist geeignet

- bei Stoffwechselerkrankungen wie erhöhten Blutfetten, Diabetes mellitus, Fettleibigkeit
- Durchblutungsstörungen unterschiedlicher Art
- zur allgemeinen Blutreinigung bei vielen chronischen Erkrankungen und als wichtige **vorbeugende** Maßnahme!

Wichtige Voraussetzungen:

- Der Patient sollte absolut nüchtern sein! (d.h. morgens nicht Essen, nicht Trinken, nicht Zähneputzen!)
- Der Aderlass sollte an den ersten 6 Tagen **nach** Vollmond vorgenommen werden!

Beim Aderlass

wird mit einer Kanüle eine Vene in der Ellenbeuge angestochen und das Blut frei fließend (d.h. ohne Sog) über einen Schlauch in ein Auffanggefäß geleitet. Das anfänglich oft dunkle Blut wird im Laufe des Aderlasses dann meist deutlicher heller. Das ist der ideale Zeitpunkt für die Beendigung des Aderlasses, meist bei einer Blutmenge von max. 100-200ml.

Nach dem Aderlass

sollten Sie Ihre **Augen** für **3 Tage** vor hellem Licht schützen, d.h. Fernsehen, Computer-Arbeit, grelles Sonnenlicht, offenes Feuer vermeiden.

Außerdem sollten Sie eine **spezielle Diät** für ebenfalls **3 Tage** einhalten:

- Kein rohes Obst, keine rohes Gemüse
- Kein gebratenes oder geräuchertes Fleisch
- Kein Käse
- Keine ungewohnte Speisen
- Kein unverdünnter Wein

Wenn Sie einen Aderlass durchführen lassen wollen, wählen Sie einen Termin, an dem diese Empfehlungen mit Ihrem Alltag zu vereinbaren sind!

Terminvereinbarung unter 0676/5937896



Dr. Rudolf Berghofer

Arzt für Allgemeinmedizin

Gesundheitszentrum Hanuschgasse 1, 2540 Bad Vöslau
Telefon 0676/5937896 e-mail rudolf.berghofer@tele2.at