

Dr. med. Ewald Töth

# DER integrativmedizinische EINLAUF

Rasche Hilfe bei akuten und chronischen Beschwerden  
für den gesamten Körper

Wie Sie rasch und effektiv Magen, Darm, Leber, Galle reinigen  
und sich ganzheitlich wohl und gesund fühlen.

Licht-Quanten-Verlag

# **DER integrativmedizinische EINLAUF**

**Wie Sie rasch und effektiv Magen, Darm, Leber, Galle reinigen  
und sich ganzheitlich wohl und gesund fühlen.**

Dieses Buch vermittelt Ihnen, wie Sie den Darm mit speziellen Einlaufverfahren fachlich richtig reinigen können. Es werden die 18 verschiedenen Einlaufverfahren genauestens und leicht nachvollziehbar beschrieben. Jedes dieses Verfahren erzielt eine andere Wirkung. Wie Sie diese richtig durchführen und wann Sie welche Variante wie anwenden, wird genau und leicht verständlich erklärt.

ISBN: 978-39501834-7-4

Eigentümer, Herausgeber, Medieninhaber und Verleger:

Licht-Quanten-Verlag

Dr. med. Ewald Töth

2500 Baden · Lambrechtgasse 7/3

[www.lichtquanten-verlag.at](http://www.lichtquanten-verlag.at)

1. Auflage 2019

Autor: Dr. med. univ. Ewald Töth

Covergestaltung: Angela Fürschuss, [www.medienoffice.at](http://www.medienoffice.at)

Überarbeitung, organisatorische Abwicklung: Monika Drabek

Textüberarbeitung: Mag. Alexandra Wechtl, Kommunikation - Beratung & Coaching, Baden

Layout, Satz und Grafik: Angela Fürschuss, [www.medienoffice.at](http://www.medienoffice.at)

Korrektur: Mag. Isabella Zwölfer, Litschau

Druck: Druckerei Janetschek GmbH, 3860 Heidenreichstein

Jede Art der Vervielfältigung ist nur mit Bewilligung des Verlages möglich.

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass die in diesem Buch veröffentlichten Tipps eine ärztliche und psychotherapeutische Beratung und Betreuung nicht ersetzen. Für die Behandlung von Beschwerden und Erkrankungen empfiehlt es sich auf jeden Fall, einen Behandler Ihres Vertrauens zu Rate zu ziehen. Eine Haftung des Herausgebers für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen. Dieses Buch hat zum Ziel, komplexe physiologische Vorgänge im Organismus auf leicht verständliche Art für Gesundheitsinteressierte zu beschreiben.

Aus Gründen der Lesbarkeit wird im vorliegenden Buch darauf verzichtet, geschlechtsspezifische Formulierungen zu verwenden. Soweit personenbezogene Bezeichnungen nur in männlicher Form angeführt sind, beziehen sie sich auf Männer und Frauen in gleicher Weise.

## **Vorwort**

In jahrzehntelanger Forschungstätigkeit und mit viel intensiver Praxiserfahrung entwickelte Dr. med. Ewald Töth ein umfassendes, ganzheitsmedizinisches Diagnose- und Therapiesystem. Diese speziellen Verfahren können den Menschen als Ganzes in seiner Körper-, Seelen- und Geist-Einheit erreichen.

Dr. med. Ewald Töth vereint als Arzt die klassische Schulmedizin, anerkannte Naturheilverfahren, die Regulationstherapie, TCM, Energiemedizin, Manualtherapien, Psychotherapie und auch geistige Heilweisen sowie Bewusstseinsbildung. Durch die Verbindung und das Vereinen dieser Fachbereiche gelingt es den Menschen in seiner Komplexität zu verstehen. Nur so wird ein umfassendes, effektives, respektvolles und verantwortungsvolles Handeln möglich und der Mensch kann gesunden und heilen.

Das zentrale Thema der „Integrativen Medizin nach Dr. Ewald Töth®“ ist die integrativmedizinische Darmsanierung, ein ganzheitsmedizinisches, vernetztes Diagnose- und Behandlungssystem mit einer umfassenden Entgiftung und Reinigung von Leber, Galle, Magen und Darm. Es erreicht alle sieben Gewebearten, die 8+1 Körperflüssigkeiten sowie die inneren Organe und den gesamten Bewegungsapparat des Menschen.

Dieses Wissen wird seit vielen Jahren an spezialisierte Ärzte und Heilpraktiker in fundierten Ausbildungsseminaren von Dr. med. Ewald Töth weitergegeben. Deshalb gibt es bereits unzählige Menschen, an denen die Diagnose- und Behandlungsmethoden erfolgreich angewendet wurden.

Dieses Buch richtet sich an alle Gesundheitsinteressierte, auch ohne medizinisches Vorwissen. Es ist ein praktisches Anwendungsbuch, das die fachlichen Grundlagen für eine richtige und wirkungsvolle Darmreinigung mit Hilfe von Einläufen erklärt. Ein integrativmedizinischer Einlauf kann als rasche Selbsthilfemaßnahme sowohl bei akuten als auch chronischen Beschwerden erfolgreich eingesetzt werden.

## Einleitung



Schon vor 30 Jahren entstand die Idee für dieses Buch. Immer wieder wurde mir der Wunsch zugetragen, mein Wissen und meine ganzheitliche Betrachtungsweise rund um das Thema Darmgesundheit zu einem Buch zusammenzufassen. Da ich aber sehr intensiv in der Praxis, der Forschungs- und Vortragstätigkeit beschäftigt war, hat es mein Zeitrahmen nicht eher zugelassen, das Buch Wirklichkeit werden zu lassen. Es freut mich daher umso mehr, dass es nun so weit ist und Sie, liebe gesundheitsinteressierte Leserinnen und Leser, mit diesem Buch ein wichtiges Handwerkzeug und Nachschlagewerk für Ihre Hausapotheke in Händen halten.

Dieses Buch soll für Sie ein wichtiges Hilfsmittel sein, um sich selbst und Ihre Familienangehörigen bei chronischen und akuten Krankheitssituationen und bei vielen Beschwerdebildern helfen zu können. Ich habe den ursprünglichen Einlauf mit verschiedensten ganzheitsmedizinischen Methoden und Therapien erweitert und zu einem vernetzten, funktionellen und sehr effektiven Einlaufverfahren weiterentwickelt. Dadurch nimmt der integrativmedizinische Einlauf in der ganzheitsmedizinischen Therapie einen zentralen Stellenwert ein.

Ich erzähle Ihnen im Folgenden einige Beispiele, wie meine Patienten, darunter auch sehr viele Kinder, mit unterschiedlichen Krankheitsbildern zu mir in die Praxis kamen und wie deren Krankheitsgeschichte und -verlauf mich zu dem Spezialisten für ganzheitsmedizinische Darmgesundheit gemacht haben. An dieser Stelle möchte ich mich auch bei meinen vielen PatientInnen, Seminar- und Vortrags-TeilnehmerInnen und Ärzte-KollegInnen bedanken. Durch das wertschätzende und vertrauensvolle Miteinander, den konstruktiven fachlichen und persönlichen Austausch und die vielen Erfolgsgeschichten war es letztlich möglich, die Methoden und Therapien der integrativen Medizin auf dieser breiten Ebene zu etablieren.

## **Aus der Praxis**

In meiner Praxis waren viele Eltern mit ihren chronisch kranken Kindern vorstellig. Viele dieser Kinder fielen von einem Infekt in den anderen. Kaum war die eitrige Angina, welche vom Haus- oder Kinderarzt mit Antibiotika behandelt wurde, abgeklungen, entwickelte sich einige Wochen später eine akute Mittelohrentzündung. Und wieder bekamen sie Antibiotika und fiebersenkende Mittel verschrieben. Nach einigen Wochen entwickelte sich eine Nasennebenhöhlenentzündung, danach eine Bronchitis und so weiter. Der Teufelskreis hatte seinen Anfang genommen.

Die rein symptomatischen Maßnahmen der Standardtherapien waren natürlich auf lange Sicht nicht erfolgreich, denn mit jeder symptomatischen Therapie wurde das Immunsystem weiter geschwächt, die Keime mutierten und wurden immer aggressiver. Die weiteren Folgen waren Durchfälle und Verdauungsproblematiken, Polypenbildung, chronische Atemwegserkrankungen, Allergien etc.

Der Leidensdruck der Patienten wurde immer größer und der Wunsch, nach der Ursache zu suchen, um den Kreislauf der Symptombekämpfung zu unterbrechen, stand plötzlich im Vordergrund.

Im Fall der Kinder ergab die ganzheitliche Diagnostik sehr rasch das Ergebnis von Lebensmittelallergien. Doch wie kam es zu diesen Lebensmittelallergien? Die meisten Kinder entwickelten bereits im Säuglingsalter eine Milchallergie, weil sie nicht gestillt wurden oder werden konnten, und statt Muttermilch Kuhmilch erhielten. Das Problem dabei ist, dass ein Kinderdarm nur Muttermilch verarbeiten kann und ihm Fremdeiweiß Schwierigkeiten bereitet. Der Körper beginnt Abwehrmechanismen und immunologische Maskierungen aufzubauen, zu sensibilisieren und allergische Reaktionen auszubilden.

In meinem ganzheitsmedizinischen Zentrum wurden spezielle kybernetische Allergietestverfahren, sogenannte Stoffwechsel-Immun-Belastungstests, durchgeführt. Unter Einbeziehung der Gehirnstromtestung können auf diese Weise auch maskierte Allergene sowie unverträgliche und verdauungsbelastende Lebensmittel erkannt werden. Diese kybernetische Allergietestung, welche völlig schmerzfrei verläuft, kann auch bei Kindern, Kleinkindern und Säuglingen durchgeführt

werden. Während der rund einstündigen Testung können an die 200 Lebensmittel und andere Allergene exakt und schmerzfrei getestet werden.

Durch eine allergiegeschädigte Darmschleimhaut entwickeln sich Funktionsstörungen, Krampfstörungen, eine schlaffe Darmbeschaffenheit, Verstopfung, Durchfälle, eine gestörte Darmflora und damit ein geschwächtes Immunsystem. Wenn diese Ursachen nicht erkannt werden und nur symptomatische, unterdrückende Therapien angewendet werden, dann liegt es auf der Hand, dass sich das Krankheitsgeschehen verschlimmert, das Immunsystem geschädigt wird und sich immer wieder Akuterkrankungen und später chronische Erkrankungen entwickeln. Die Darmschleimhaut wird immer poröser, wodurch Eiweiße, Bakterien und Toxine in das Blutsystem eindringen können und nicht nur allergische Reaktionen, sondern in der Akutform vor allem Fieberzustände verursachen.

Möchte man dem Körper nun von der Ursache her helfen, anstatt nur symptomatisch mit Antibiotika und fiebersenkenden, entzündungshemmenden und schmerzlindernden Mitteln zu arbeiten, dann ist dies eine größere Aufgabe und bedarf auch der bewussten und aktiven Mitarbeit des Patienten.

Das Entlasten des Darms und seine Reinigung sind dabei der erste Schritt, um das Immunsystem wieder zu stärken. Wer nicht mittels eines Einlaufs zur Selbsthilfe greifen möchte, kann auch eine professionelle Colon-Hydro-Therapie in einer ganzheitsmedizinischen Praxis in Anspruch nehmen. Nach einer Darmreinigung muss das darmassoziierte Immunsystem inklusive der Darmflora aufgebaut und die Allergie gelöscht werden. Damit das Immunsystem Antikörper ausbilden, die eigene Immunkraft entwickeln und die Immunleistung erweitern kann, muss der Körper erneut Infektionen erfahren, allerdings diesmal ohne die Gabe von Antibiotika. Denn, indem der Körper Fieberprozesse durchmacht, entwickeln sich Antikörper, wodurch das Immunsystem gestärkt wird. Die Keime mutieren nicht und werden nicht aggressiver, sondern durch das Fieber verbrannt.

Sollte sehr hohes Fieber auftreten oder das Fieber zu lange anhalten, kann dies natürlich auch schädliche Nebenwirkungen haben. Deshalb ist es notwendig wirkungsvolle Maßnahmen zu setzen, die das Fieber auf natürliche Weise senken

können. Der integrativmedizinische Einlauf ist deshalb eine Maßnahme, die sehr effektiv und rasch wirkt, meist schneller als jede Medikation.

In meinen Seminaren und Vorträgen und nun auch mit Hilfe dieses Buches können Gesundheitsinteressierte erfahren, wie sie den Darm reinigen und Fieber rasch von den hohen gefährlichen Werten senken können ohne Einnahme von Antibiotika und fiebersenkender Mittel.

Der integrativmedizinische Einlauf ist auch ein wichtiger Bestandteil bei der Behandlung von Verstopfung, Durchfall, Völlegefühl, zur Immumentlastung, bei Migräne und Kopfschmerzen, grippalen Infekten, Entlastung von Herz und Lungenbelastungen, bei Übelkeit und Erbrechen, bei Gallenkoliken und vielem mehr. Mit einem reinigenden integrativmedizinischen Einlauf können darüber hinaus viele Hauterkrankungen, wie zum Beispiel unangenehmer Juckreiz und Ekzeme, effektiv behandelt werden. Denn jede Hauterkrankung hat ihren Ursprung im Darm.

Da es 18 unterschiedliche Einlauf-Variationen gibt und jede dieser Maßnahmen ein anderes Ziel und einen anderen therapeutischen Effekt verfolgt, ist es notwendig, die Unterschiede und die verschiedenen Arten von Einläufen zu kennen.

Dieses Buch enthält praktische Anleitungen, wie die verschiedenen Einlaufverfahren wirken, welche Arten von Einläufen es gibt und wie diese richtig durchgeführt werden. Es erklärt den richtigen Umgang mit den verschiedenen Einlaufgeräten, welche Zusätze verwendet werden können und wie diese richtig dosiert werden. Wie aber bei jeder ganzheitlichen Therapie ist die Mitarbeit des Patienten maßgeblich für den Erfolg. Mit dem in diesem Buch vermittelten Wissen können Sie beim ganzheitsmedizinischen Therapieprozess gemeinsam mit Ihrem Arzt, Heilpraktiker und/oder Therapeuten Ihren Gesundungsprozess unterstützen. Sie helfen aktiv mit, einen funktionsfähigen Darm sowie ein starkes Immunsystem zu entwickeln und damit eine wirkungsvolle Gesundheit zu erreichen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und dass Sie dieses Wissen erfolgreich in die Praxis umsetzen können.

Ihr Dr. med. Ewald Töth



# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	<b>3</b>
<b>Einleitung</b> .....	<b>4</b>
<b>1. DAS WUNDERORGAN DARM</b> .....	<b>12</b>
<b>1.1. Der Darm – Die Wurzel der Lebenskraft</b> .....	<b>13</b>
<b>1.2. Die Faszination des Verdauungsprozesses</b> .....	<b>15</b>
1.2.1. Die Verdauung beginnt im Gehirn .....	15
1.2.2. Die Augen essen mit .....	16
1.2.3. Die Nase als wichtige Kontrollfunktion .....	17
1.2.4. Das Ökosystem Mund .....	20
1.2.5. Der Weg über die Speiseröhre .....	24
1.2.6. Im Magen angelangt .....	25
1.2.7. Der Zwölffingerdarm – die Enzym- und Basenhochburg.....	26
1.2.8. Der Dünndarm – ein zentraler Verdauungsort.....	28
1.2.9. Der Dickdarm – mehr als nur ein wichtiges Ausscheidungsorgan .....	29
<b>1.3. Der Darm – Ein wichtiger Schutzfilter</b> .....	<b>31</b>
1.3.1. Die Darmwand – der mikrobiologische Schutzfilter.....	31
1.3.2. Die Bedeutung der basischen Schutzschicht in der Darmschleimhautwand .....	32
1.3.3. Die kohärente Wasserschutzschicht .....	33
1.3.4. Die Immunabwehrschicht (sekretorisches Immunglobulin A = sIgA) .....	34
1.3.5. Die elektrochemische Schutzschicht .....	34
1.3.6. Die Darmschleimhautzellen-Schutzschicht .....	35
<b>1.4. Der Darm und seine Resorptions- und Sekretionsaufgaben</b> .....	<b>36</b>
1.4.1. Die Resorptionsleistung des Darms.....	36
1.4.2. Die Sekretionsleistung des Darms .....	36
1.4.3. Der undichte Darm – das „Leaky-Gut-Syndrom“ .....	37
<b>2. DIE BAUCHDIAGNOSTIK</b> .....	<b>40</b>
<b>2.1. Die verschiedenen Bauchformen</b> .....	<b>41</b>
2.1.1. Bauchdiagnostik-Sichtbefund .....	42
2.1.2. Bauchdiagnostik durch Messbefundung .....	43
2.1.3. Abhilfe bei Gärung und einem Fäulnisstoffwechsel .....	44
<b>3. DIE RICHTIGE POSITION BEIM STUHLGANG</b> .....	<b>47</b>

3.1.	<b>Die Anatomie und Funktion des Enddarms .....</b>	<b>48</b>
3.2.	<b>Die Sitzstellung auf einer Toilettenschüssel.....</b>	<b>50</b>
3.3.	<b>Die Hockstellung .....</b>	<b>51</b>
3.4.	<b>Die Lösung dieses „SCH...-Problems“ .....</b>	<b>53</b>
4.	<b>DAS PROBLEM MIT DEN HÄMORRHOIDEN .....</b>	<b>54</b>
4.1.	<b>Was sind Hämorrhoiden? .....</b>	<b>55</b>
4.2.	<b>Wie entstehen Hämorrhoiden?.....</b>	<b>55</b>
4.3.	<b>Linderung und Vorbeugung .....</b>	<b>56</b>
5.	<b>DER „LEHR-STUHL“ .....</b>	<b>58</b>
5.1.	<b>Die Stuhldiagnostik .....</b>	<b>59</b>
5.1.1.	Die Farbe des Stuhls .....	59
5.1.2.	Die Stuhlkonsistenz .....	60
5.1.3.	Die Oberfläche des Stuhls.....	60
5.1.4.	Der Stuhlgeruch.....	61
5.1.5.	Indikator der Verdauung – das Toilettenpapier .....	61
6.	<b>EINE OPTIMALE DARMREINIGUNG IST DIE GRUNDLAGE FÜR EINEN GESUNDEN KÖRPER .....</b>	<b>62</b>
6.1.	<b>Die integrativmedizinische Darmsanierung nach Dr. Ewald Töth ....</b>	<b>63</b>
6.1.1.	Entwicklung des Diagnose- und Behandlungskonzeptes .....	63
6.1.2.	Der Unterschied zwischen Darmsanierung und Darmreinigung .....	66
6.1.3.	Was ist die Colon-Hydro-Therapie? .....	66
7.	<b>DER INTEGRATIVMEDIZINISCHE EINLAUF NACH DR. EWALD TÖTH .....</b>	<b>68</b>
7.1.	<b>Was ist der integrativmedizinische Einlauf? .....</b>	<b>69</b>
7.2.	<b>Der Einlauf in der klinischen Medizin .....</b>	<b>69</b>
7.3.	<b>Wann ist es sinnvoll, einen Einlauf durchzuführen? .....</b>	<b>70</b>

<b>7.4.</b>	<b>Der Einlauf bei unterschiedlichen Beschwerdebildern.....</b>	<b>72</b>
7.4.1.	Der integrativmedizinische Einlauf – Hilfe bei Schnupfen, Verkühlung und Grippe .....	73
7.4.2.	Der entgiftende und immunstärkende integrativmedizinische Einlauf...	73
7.4.3.	Der fieberregulierende integrativmedizinische Einlauf .....	73
7.4.4.	Der antivirale und antibakteriell wirkende integrativmedizinische Einlauf .....	74
7.4.5.	Der integrativmedizinische Einlauf bei Krämpfen .....	75
7.4.6.	Der integrativmedizinische Einlauf bei Nierenreizungen, Nierenbeckenentzündungen sowie zur Entlastung der Nieren .....	75
7.4.7.	Der integrativmedizinische Einlauf bei Gallenkrämpfen und Gallenkoliken .....	76
7.4.8.	Integrativmedizinische Einläufe bei Kopfschmerzen und Migräne.....	77
7.4.9.	Der integrativmedizinische Einlauf bei Verstopfung und Durchfall .....	77
7.4.10.	Der integrativmedizinische Einlauf bei Fieber.....	78
<b>7.5.</b>	<b>Die verschiedenen integrativmedizinischen Einlaufverfahren .....</b>	<b>79</b>
7.5.1.	Der tiefe Einlauf .....	79
7.5.2.	Der hohe Einlauf .....	82
7.5.3.	Der Serien-Einlauf.....	85
7.5.4.	Der Infusions-Einlauf.....	87
<b>8.</b>	<b>DIE PRAXISANLEITUNG FÜR ZUHAUSE .....</b>	<b>93</b>
<b>8.1.</b>	<b>Richtige Handhabung und Einführung des Darmrohres .....</b>	<b>94</b>
<b>8.2.</b>	<b>Einlaufgeräte .....</b>	<b>96</b>
8.2.1.	Der Einlauf mit dem Irrigator.....	96
8.2.2.	Der Einlauf mit dem Klyso.....	98
8.2.3.	Der Einlauf mit dem Reprop Clyster .....	99
8.2.4.	Der Einlauf mit der Birnspritze.....	100
8.2.5.	Der Einlauf mit dem Thermophor-Klistier .....	101
<b>8.3.</b>	<b>Die Einlauf-Positionen .....</b>	<b>102</b>
8.3.1.	Den Einlauf selbst durchführen ohne Hilfsperson.....	103
8.3.2.	Der Einlauf von einer helfenden Person durchgeführt.....	104
<b>8.4.</b>	<b>Die Einlaufzusätze.....</b>	<b>105</b>
8.4.1.	Kräutertees.....	105
8.4.2.	Adsorbens .....	107
8.4.3.	Darmpassagesalze .....	109
8.4.4.	Mikrobiologisch reinigende Pflanzenextrakte .....	110
8.4.5.	Stoffwechsel-Eisen-Energetikum oder FerOxyMed forte .....	112

<b>8.5.</b>	<b>Die Infusions-Einläufe .....</b>	<b>113</b>
8.5.1.	Infusions-Einlauf mit einer Basen-Mineral-Mischung .....	113
8.5.2.	Infusions-Einlauf mit physiologischen Stoffwechselsalzen .....	114
8.5.3.	Kaffee-Einlauf – Sinn oder Unsinn? .....	116
<b>8.6.</b>	<b>Die mikrobiologische Reinigungskur .....</b>	<b>118</b>
<b>8.7.</b>	<b>Die Einlauftemperatur .....</b>	<b>122</b>
8.7.1.	Der kühlende Einlauf .....	122
8.7.2.	Der körpertemperierte Einlauf.....	123
8.7.3.	Der wärmende Einlauf.....	123
8.7.4.	Die heilende Wirkung der temperaturregulierenden Einläufe .....	123
<b>8.8.</b>	<b>Die Einlaufmenge .....</b>	<b>125</b>
<b>8.9.</b>	<b>Die Einlauf-Hausapotheke .....</b>	<b>126</b>
<b>9.</b>	<b>ZUSAMMENFASSUNG UND ÜBERSICHT.....</b>	<b>128</b>
9.1.	Wann wird welcher Einlauf durchgeführt?.....	129
9.2.	Kontraindikationen – Wann darf kein Einlauf gemacht werden? ...	130
9.3.	Zusammenfassung der 18 verschiedenen Einlaufverfahren .....	131
9.4.	Der integrativmedizinische Einlauf – Übersicht .....	132
9.5.	Seminare und Ausbildungen .....	133
	<b>DIE GEISTIGE EINSTELLUNG ZUM EINLAUF.....</b>	<b>134</b>
<b>10.</b>	<b>ANHANG .....</b>	<b>136</b>
10.1.	Literaturempfehlungen.....	136
10.2.	Glossar .....	138
10.3.	Abbildungsnachweis .....	145
10.4.	Kontaktadressen .....	146



1

## DAS WUNDERORGAN DARM

In den Wurzeln des Baums liegt seine Kraft.  
Die **Lebenskraft** des  
**Menschen** liegt im **Darm**.

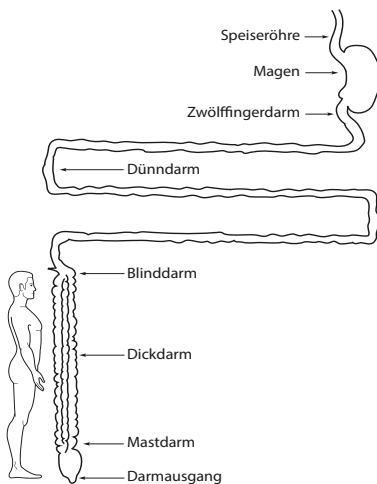
# 1. DAS WUNDERORGAN DARM

## 1.1. Der Darm – Die Wurzel der Lebenskraft

Die Kraft des Baumes liegt nicht in seiner Rinde, seinen Ästen oder Blättern, sondern in seinen Wurzeln. Ähnlich ist es beim Menschen. Seine Lebenskraft und Gesundheit entspringt nicht in den Armen oder Beinen, sondern sie kommt aus seinen Wurzelorganismen, den Verdauungsorganen. Diese verarbeiten die aufgenommene Nahrung, entnehmen mit Hilfe wurzelartiger Zotten die lebenswichtigen Nährstoffe auf und beliefern damit ca. 65 Billionen Zellen unseres Körpers.

Ein gut funktionierender Stoffwechsel hat aber nicht nur die Aufgabe Nährstoffe aufzunehmen. Er ist auch dafür verantwortlich, dass Abfall, Gifte und „Müll“ sorgsam ausgeschieden werden. Deshalb ist der Darm für die Schutzfunktion, die Abwehrkraft, den Stoffwechsel, die Entgiftung und damit für die gesamte Gesundheit des Menschen von grundlegender Bedeutung.

Ein gesunder, reiner Darm mit einem physiologischen Milieu bildet die zentrale Grundlage für die Funktionsfähigkeit von einem Großteil der Körperfunktionen. Beachtliche 80 % der Immunkapazität werden im Darm gebildet.



**Abb. 1a: Die Länge des Darms im Vergleich zur Körpergröße**

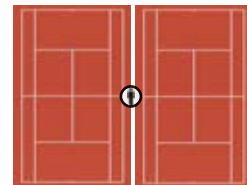
Durch diese Barriere dürfen nur vollständig verdaute und verarbeitete, verträgliche und lösliche Stoffe ins Blutssystem gelangen. Daher ist der Darm eine wichtige Schutzzone und hat eine essentielle Immun- und Filterfunktion.

### Die Faszination des Verdauungsprozesses

Die Länge des Darms kann fast das 5-fache Ausmaß der Körpergröße erreichen, das bedeutet er kann bei einem erwachsenen Menschen ca. 8 m lang werden.

### Die enorme Fläche des Darms

Die Oberfläche der Darmschleimhaut beträgt durch die unzähligen Falten und Millionen von kleinen Zotten ca. 300 bis 500 m<sup>2</sup>. Das entspricht ungefähr der Größe von zwei Tennisplätzen. Diese große Oberfläche der Darmschleimhaut ist das Kontaktorgan zur Außenwelt und zum Blutssystem.



**Abb. 1b: Die Größe des Menschen im Verhältnis zur Darmoberfläche**

# Der Einlauf als Heilmittel ist historisch gesehen so alt wie die Menschheit selbst.

In allen Kulturkreisen auf der ganzen Welt finden wir Aufzeichnungen über den Einlauf. Dr. med. Ewald Töth hat diese effektive Naturheilverfahren mit verschiedenen ganzheitsmedizinischen Methoden erweitert und zu einem vernetzten, funktionellen und sehr effektiven Therapieverfahren weiterentwickelt.

Der integrativmedizinische Einlauf ist ein höchst wirksames und natürliches Ausleitverfahren. Er wird sowohl für akute als auch für chronische Erkrankungen/Beschwerden sowie zur Krankheitsvorbeugung erfolgreich angewendet. Nicht nur in der Ganzheitsmedizin, auch in der klinischen Medizin, internistischen und Notfallmedizin ist der Einlauf eine wichtige therapeutische Maßnahme.

Dieses Buch vermittelt Ihnen, wie Sie den Darm mit speziellen Einlaufverfahren fachlich richtig reinigen können. Es werden die 18 verschiedenen Einlaufverfahren genauestens und leicht nachvollziehbar beschrieben. Jedes dieses Verfahren erzielt eine andere Wirkung. Wie Sie diese richtig durchführen und wann Sie welche Variante wie anwenden, wird genau und leicht verständlich erklärt.

Der integrativmedizinische Einlauf ist bei den verschiedensten Beschwerdebildern anwendbar. Er hilft z. B. bei Verstopfung, Durchfall und Völlegefühl, ebenso zur natürlichen Immunstärkung, Fiebersenkung, bei Migräne und Kopfschmerzen, grippalen Infekten, Linderung von Herz- und Lungenbelastungen, bei Übelkeit und Erbrechen, bei Gallenkoliken und vielem mehr. Dieses Buch bietet wirkungsvolle Hilfe- und Selbsthilfemaßnahmen bei vielen Beschwerdebildern.

## DER AUTOR

Dr. med. univ. Ewald Töth ist Arzt der gesamten Heilkunde, Kurarzt und Notarzt, Dozent an der Akademie für Gesundheits- und Bewusstseinsbildung und Leiter der Wissenschaftlichen Gesellschaft für Quantenmedizin und Bewusstseinsforschung.

Aus jahrzehntelanger Forschungstätigkeit und Praxiserfahrung entwickelte er die Integrativmedizin, in der der Mensch in seiner Ganzheit im Mittelpunkt steht. Dr. med. Ewald Töth vereint die klassische Schulmedizin, Naturheilverfahren, Regulationstherapie, Energiemedizin, Psychotherapie bis hin zu geistigen Heilweisen und Bewusstseinsbildung. Die Verbindung dieser Disziplinen und das Vereinen aller medizinischen Fachbereiche ermöglicht dieses ganzheitliche, effektive und verantwortungsvolle Handeln, das ihn seit über 30 Jahren erfolgreich im Dienst der Menschen und ihrer Gesundheit wirken lässt.

