



Kaffee-Einlauf (nach Franz Schmaus, MykoTroph)

Ein richtig durchgeführter **Kaffee-Einlauf regt die Leber an, mehr Galle zu produzieren**. Er öffnet die Gallenkanäle und bringt dadurch die Galle dazu, Giftstoffe auszuschwemmen. Dadurch wird der pH-Wert im Zwölffingerdarm physiologisch angehoben. Das Koffein und die Bitterstoffe dringen beim Kaffee-Einlauf durch die hämorrhoidalen Venen direkt in die Pfortadern und die Leber. In der Regel stellen sich nach kurzer Zeit wieder Wohlgefühl, Schmerzlosigkeit und Aktivität ein.

Ein Kaffee-Einlauf kann angewendet werden bei Schmerzen verschiedener Ursachen, Kopfschmerzen, Bauchkrämpfen, Tumorschmerzen, Ermüdung und Schläfrigkeit, Entzugserscheinungen von Beruhigungsmitteln und bei Kaffee-Entzug.

Zur Steigerung der Wirkung und zur Reinigung der Darmschleimhaut sollte vor dem Einlauf mit Kaffee ein normaler Einlauf (körperwarmem Wasser, oder auch etwas Kamillentee, 37-40°C) durchgeführt werden. Wegen des Koffeins den Kaffee-Einlauf bitte nicht abends anwenden (am Besten nicht nach 16:00 Uhr)!

Durchführung

Man lässt **1,5 Liter destilliertes oder gefiltertes Wasser** (verwenden Sie niemals Wasser das Chlor oder Fluor enthält.) mit **4 Teelöffeln gemahlene organischem Kaffeepulver** (biologisch kontrollierter Anbau, frei von allen Pestiziden!) in einem Topf mit Deckel **mind. 15-20 Minuten stark kochen**. Anschließend den Topf in ein Wasserbad stellen, um den Kaffee auf etwas mehr als Körpertemperatur (37 – max. 40°C) abzukühlen. Die Kaffee-Bereitung durch Schütten durch ein feine Sieb vom Satz trennen (wenn Sie zum Abkühlen den Kaffee mehrfach von einem in einen andern Topf gießen, bleibt der größte Teil des Satzes im Topf und kann entfernt werden). Füllen Sie die restliche Flüssigkeit ($\frac{3}{4}$ bis 1 Liter) in den Einlaufbehälter (Irrigator).

Ziehen Sie sich damit in einen warmen und ruhigen Raum zurück und machen es sich dort bequem. Achten Sie auf eine warme Unterlage, legen Sie eine Decke zum Zudecken bereit und behalten Sie die Socken an. **Auf keinen Fall sollte Ihr Körper auskühlen**. Zum Einlauf sollten Sie **auf der linken Seite liegen**, dabei das rechte Bein anwinkeln. Cremen Sie das Darmrohr großzügig ein. Der Einlauf sollte druckarm erfolgen (der Behälter muss dazu ca. 80-100cm höher als Körperhöhe hängen, nach dem Einlaufen kann das Darmrohr entfernt werden) und ca. 12-15 Min. gehalten werden. Währenddessen sollten Sie ruhig liegen bleiben und sich nicht bewegen

Bitte nach der Haltezeit von 12 - 15 Minuten und der Darmentleerung, noch ca. 10 Minuten auf der Toilette sitzen bleiben!

Die Materialien für einen Einlauf, der sog. Irrigator, ist in der Apotheke erhältlich (PZN 2349037, ca.10-15€, Verbrauchsmaterial: Darmrohr PZN 7610322 ca. 0,80€).

Bei Fragen können Sie mich gerne anrufen (Tel. 030 / 6800 5246)