



Kaffee- Einlauf (nach Dr. Max Gerson)

- 1) Drei gehäufte Teelöffel gemahlener Bio-Kaffee zu einem Liter kochendem Wasser hinzufügen. (Sollte das Wasser stark flouridiert sein, bitte destilliertes Wasser benutzen)
- 2) Drei Minuten lang kochen lassen und anschließend ca. 15 Min. zugedeckt ziehen lassen 3) Die Lösung fein abseihen, gegebenenfalls durch ein Baumwolltuch, und mit heißem Wasser auf einen Liter auffüllen
- 4) Auf Körpertemperatur abkühlen lassen
- 5) Am besten liegt der Patient mit bequem angezogenen Beinen auf der rechten Seite und lässt den Einlauf langsam in das Rektum einlaufen. Das Einlaufgerät hängt ca. ½ m über ihm. Sollte eine Rechtslage nicht möglich sein, ist die Rückenlage erlaubt, hier die Beine aufstellen.
- 6) Idealerweise verbleibt der Kaffee-Einlauf bis zu 15 Minuten im Darm. Das erfordert Übung und gelingt selten beim ersten Versuch
- 7) Bei sehr kranken Patienten sollte der Einlauf alle 4 Stunden gemacht werden

Nutzen des Kaffee-Einlaufes

- die Galle wird zu einem großen Teil vom Körper rückresorbiert- und mit ihr die darin enthaltenen Gifte
- für eine sinnvolle Entgiftung sollte man den Gallenfluss erhöhen und verhindern, dass die Galle rückresorbiert wird
- Kaffee-Einläufe verdünnen das Blut und die Gallenflüssigkeit
- Kaffee enthält Theophyllin und Theobromin. Diese Stoffe erweitern die Blutgefäße und wirken anti- entzündlich
- Palmitat im Kaffee erhöht die Glutathion-S-Transferase, die für Entgiftung aus dem Blut zuständig ist
- Die Flüssigkeit Kaffee stimuliert als solche das Nervensystem des Darms, das dann mit erhöhter Darmperistaltik antwortet. So wird die Galle schneller ausgeschieden und weniger Giftstoffe rückresorbiert
- Das Blut passiert ca. alle drei Minuten einmal die Leber. Wird der Einlauf wirklich 15 Minuten gehalten, wirkt er wie eine Art „Blutwäsche“
- wirkt schmerzstillend, da in kurzer Zeit viel entgiftet wird und toxische Reste entfernt werden