

© BillionPhotos.com/stock.adobe.com

Abb. 1 Symbolbild. © BillionPhotos.com/stock.adobe.com

# Colon-Hydro-Therapie: Ausleitung von innen

**THERAPEUTISCHE DARMSPÜLUNGEN** als Baustein ganzheitlicher Entgiftungs- und  gulationskonzepte ✎ Yesha Karmeli

## KURZ GEFASST

- 1 Die Colon-Hydro-Therapie unterstützt Verdauung, Entgiftung sowie nachhaltige Darmgesundheit und basiert auf Darmspülungen, begleitet durch Bauchmassagen, Nährstoff- und Probiotikagaben.
- 2 Zu den wichtigsten Indikationen zählen chronische Darmstörungen – von Verstopfung und Durchfall bis zu Entzündungen und Keimbiedelungen –, aber auch Infektanfälligkeit, Allergien, Erschöpfung, Gelenk- und Kopfschmerzen sowie Unterstützung bei Entgiftung, Fasten oder Darmspiegelung.
- 3 Im vorgestellten Praxisbeispiel verschwanden Verdauungsstörungen und Erschöpfung bei einer Patientin innerhalb von 5 Wochen im Rahmen wöchentlicher Sitzungen.

**Eine Schlüsselrolle** für nachhaltige Gesundheit kommt dem Darm zu – sowohl prophylaktisch als auch therapeutisch. In den letzten Jahren widmet sich auch die Wissenschaft immer mehr dem Thema intestinales Mikrobiom. Denn die Darmflora steuert zu einem großen Teil unser Immunsystem. Stoffwechselprodukte der hier angesiedelten Bakterien übernehmen sogar hormonähnliche Funktionen in unserem Organismus. Die Symbiose mit Mikroorganismen und besonders das richtige mikrobielle Gleichgewicht sind daher entscheidend für unser Wohlbefinden. Eine ganzheitliche Therapie kommt somit um die Darmgesundheit nicht herum. Hier setzt auch die Colon-Hydro-Therapie an.

## Entgiftungsfähigkeit fokussieren und unterstützen

Eine ganzheitliche Therapie bedarf einer ausführlichen Anamnese und gezielter Diagnostik. In meiner Praxis nutze ich die Kinesiologie, um mir ein erstes Bild über den Gesundheitszustand meiner Patienten zu machen. Oft muss auch die Entgiftungsfähig-



### ZUSATZINFORMATION

## 4 Ebenen des Seins als grundsätzliche Betrachtung

Eine ganzheitliche Therapie sollte immer den ganzen Menschen betrachten und dazu die 4 Ebenen des Seins berücksichtigen, um Erkrankungen präventiv vorzubeugen beziehungsweise chronischen Erkrankungen entgegenzuwirken:

- die sachlich objektive Ebene, die den Körper (1) über auch den Stoffwechsel (2) umfasst
- die persönliche, subjektive Ebene, die unsere Gefühle, Gedanken (3) und die Sinnhaftigkeit (4) miteinbezieht

Zur Verdeutlichung des Konzeptes in der Praxis kann eine Pyramide als Modell dienen. Sie setzt sich zusammen aus



- der physischen,
- der vitalen,
- der emotionalen und
- der geistigen Ebene (Seins-/Sinnebene).

Alle diese Ebenen sind eng miteinander verbunden und können nicht getrennt voneinander funktionieren. In unseren Patienten verdeutliche ich das gerne an einem Beispiel: Wir haben die Idee, ein schönes Haus zu bauen, um darin zu wohnen. Um dieses Motiv zu verwirklichen, brauchen wir zunächst die Idee und den Willen, das Haus zu bauen (Berufung). Dazu gehören die Vision beziehungsweise ein höherer Sinn, nach dem sich unser Handeln ausrichtet. Dies ist die geistige Ebene beziehungsweise Seisebene.

Um diese Berufung zu realisieren, müssen wir einen Architekten beauftragen. Dieser ist unsere emotionale Ebene. Er gibt unserer Idee eine Form und Farbe, die nun umgesetzt werden kann.

Realisiert wird die Idee durch Handwerker. Sie bauen das Haus, sind die lebendige Kraft, die das Baumaterial ordnet. Die Handwerker sind die vitale Ebene (Biochemie und Stoffwechsel).

Das Baumaterial ist ebenso wichtig. Es kann nicht gebaut werden, wenn kein Baustoff vorhanden ist. Dieses Material ist unsere physische Ebene (Mikro- und Makronährstoffe).

Sobald auch nur auf einer dieser Ebenen ein Mangel auftritt, wird das Resultat, unser Haus, darunter leiden. Ist zum Beispiel der Architekt nicht in der Lage, unserer Idee eine Form zu geben, wird sich unsere Berufung nie realisieren. Schlechte oder fehlende Handwerker können auch den schönsten Entwurf nicht umsetzen. Und auch mit ungeeignetem Baumaterial würde das Ergebnis nicht unserer Berufung entsprechen. Das Projekt wäre auch zum Scheitern verurteilt, wenn wir gar keinen Zugang zu unserer Berufung erlangen und die Idee, ein schönes Haus zu bauen, erst gar nicht entwickeln.

keit des Organismus erst aufgebaut werden – insbesondere durch die Stärkung der Entgiftungsorgane Darm, Leber, Nieren und Haut –, bevor eine tatsächliche Entgiftung stattfinden kann. Hierbei kann die Colon-Hydro-Therapie wirksam helfen. Begleitend können Coaching, systemische Therapie, Atemübungen, Meditation und die Übung der Selbstwahrnehmung den Heilerfolg unterstützen.

## Warum Colon-Hydro-Therapie?

Der Darm wird hinsichtlich der Seisebenen (siehe Kasten) der Vitalebene (Stoffwechselebene) zugeordnet. Die Behandlung des Darmes durch eine Colon-Hydro-Therapie (CHT) wirkt sich dann jedoch nicht allein auf dieser Ebene aus: Da alle Ebenen miteinander in Verbindung stehen beziehungsweise interagieren, kann die Therapie auch direkt eine Auswirkung auf die seelische Verfassung sowie auf der Körperebene eine Verbesserung der Resorption zur Folge haben.

Daher stellt ein gesunder Darm ein Schlüsselement zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden im Allgemeinen dar. So haben Aufbaustudien gezeigt, dass Menschen mit einer gesunden Darmflora deutlich weniger anfällig für Allergien und Unverträglichkeiten sind [1, 2]. Das ist deshalb so, weil die nützlichen Darmbakterien die vorderste Front unseres Körperabwehrsystems darstellen [3]. Eine träge Verdauung hingegen führt zu einer schleichenden Belastung des Organismus unter anderem durch Fäulnisstoffe. Eine pathologische Bakterien- oder Pilzbesiedelung im Darm kann zahlreiche Krankheiten verursachen.

Nicht nur bei aktuellen Symptomen kann eine Colon-Hydro-Therapie angeraten sein: Eine prophylaktische Therapie, kombiniert mit Probiotika zum Darmaufbau, kann Krankheiten wirksam vorbeugen. Denn ein gestärktes Immunsystem und eine intakte Normalflora schützen vor Krankheitserregern.

### Indikationen: Von Magen-Darm- bis Gelenkbeschwerden

Zu den Indikationen einer Colon-Hydro-Therapie zählen:

- chronische Verstopfung
- Durchfall
- Verdauungsprobleme (Blähungen, Völlegefühl), Reizdarm
- erhöhte Infektanfälligkeit
- Allergien
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Hautausschläge, Ekzeme
- Divertikulose, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa
- Parasitosen und Mykosen (etwaige Behandlungsverbote für Heilpraktiker beachten)
- Erschöpfung, Konzentrationsstörungen, Leistungsabfall
- unterstützend zur Entgiftung
- Gelenkprobleme
- Kopfschmerzen, Migräne

Auch zur Vorbereitung einer Darmspiegelung bietet sich die Colon-Hydro-Therapie an. Die Effektivität und Sicherheit konnte in einer aktuellen Studie [4] gezeigt werden.

**ZUSATZINFORMATION****Begleitende Behandlung beim Fasten**

Viele Patienten schätzen die Colon-Hydro-Therapie auch zur Fastenbegleitung, da ein Einlauf zu Hause oft nicht vergleichbar nachhaltig wirkt. Die Unterstützung für den Darm während der Fastentage ist ein Muss, um nicht gelöste Giftstoffe erneut aufzunehmen. Die Behandlung kann hier deutliche Erleichterung bringen. Patienten berichten zum Beispiel, beim Fasten weniger Entgiftungserscheinungen wie Kopfschmerzen zu haben, wenn sie zeitgleich die Colon-Hydro-Therapie in Anspruch nehmen.

**Ausleitende Wirkung durch Stimulation der Entgiftungsorgane**

Wie viele andere ganzheitliche naturheilkundliche Therapien verfügt die Colon-Hydro-Therapie als Verfahren der Erfahrungsmedizin über eine lange Tradition und eine große Bandbreite bei der Anwendung. Wissenschaftliche Nachweise ihrer Wirksamkeit existieren allerdings noch nicht. Dennoch sind sich Anwender im Allgemeinen einig, dass die Therapie nicht nur einen positiven Effekt auf das Verdauungssystem ausübt, sondern auch eine Möglichkeit bietet, Entgiftungsorgane wie die Leber zu unterstützen. Es hat sich auch bewährt, Mittel wie Lebertee, Probiotika, Homöopathika oder Heilerde als Zusätze zu verwenden.

Die Colon-Hydro-Therapie ist gut verträglich und lässt sich sehr gut mit anderen Begleittherapien verbinden. So arbeiten wir häufig parallel mit Vitalstoffen und Probiotika, um dem Organismus Kraft und Energie für seine Regulations- und Entgiftungsfähigkeit zu geben.

Auch die Infrarotsauna ist eine hervorragende Option, um die Entgiftung des Körpers durch milde Wärmezufuhr zu unterstützen. Zum einen kurbelt dies unsere Immunabwehr an, zum anderen werden Schadstoffe durch das Schwitzen über die Haut aus dem Organismus geleitet.

**„Bauchgefühl“: Über den Darm auf die Psyche einwirken**

Auch biochemisch ist der Darm für unser allgemeines Wohlbefinden von großer Bedeutung. Viele Hormone werden hier produziert oder aktiviert, zum Beispiel auch das „Glückshormon“ Serotonin. Die Colon-Hydro-Therapie wirkt über das vegetative Nervensystem auch direkt auf unsere Emotionen. Spannungen und Stress schlagen sich oft im Verdauungssystem nieder, zum Beispiel in Form von Verstopfung: Der Darm wird parasympathisch (rest and digest) innerviert, wohingegen in Stressphasen der Sympathikus (fight or flight) dominiert.

Damit aber überhaupt Reparatur, Regeneration und Heilung geschehen können, braucht es die Aktivierung des parasympathischen Systems. Dabei ist der Vagusnerv einer der wichtigsten Adressaten, da er für Erholung, Ruhe und Verdauung ausschlagge-



Abb. 2 Colon-Hydro-Therapie-Gerät in der Praxis des Autors.

hend ist. Bei der Colon-Hydro-Therapie wird dieser stimuliert und somit eine wichtige Voraussetzung für eine beginnende Verschiebung von einer dominant sympathischen zu einer parasympathischen Aktivierung geschaffen.

So dienen unsere Verdauungsorgane als Spiegel unseres Unterbewusstseins – was die Chance beinhaltet, über die physische Behandlung des Darmes auf die psychische Gesundheit einzuwirken. Nicht umsonst spricht man davon, auf sein „Bauchgefühl“ zu hören. Durch die Colon-Hydro-Therapie entsteht eine Reizung und somit Aktivierung des Nervus vagus – dies ist die Erklärung, warum sich die Patienten nach der Behandlung viel entspannter und ruhig fühlen.

**Durchführung: Einfache Prozedur mit nachhaltiger Wirkung**

Bei der Colon-Hydro-Therapie handelt es sich um eine geräteunterstützte Spülung des Dickdarmes (Colon). Das Prinzip ist ähnlich eines Einlaufes, es wird jedoch mehrmals gespült. Eine Bauchmassage fördert und unterstützt dabei das Abführen. Zudem kann mit verschiedenen Temperaturen (wie auch bei der Kneipp-Therapie) gearbeitet werden, um die Peristaltik zu aktivieren und zu trainieren. Am Ende der Behandlung wird dem Patienten ein Probiotikum gegeben. Da der Darm eines unserer wichtigsten Ausscheidungs- und Entgiftungsorgane ist, kommt der Behandlung eine besondere Bedeutung im Zusammenhang mit der Ausleitung von Toxinen zu.

**„Hardware“, Voraussetzungen, Bedingungen, Grenzen**

Voraussetzung ist ein zugelassenes CHT-Gerät, möglichst mit einem entsprechenden Güte-Siegel. Für die hygienische und fachgerechte Durchführung legen der BChT (Bundesverband Darmgesundheit und Colon-Hydro-Therapie e.V.) sowie die jeweiligen

Ausbildungsstätten umfangreiche Standards fest. So verhindert eine entsprechende Technik (Aquamat), dass gebrauchtes Wasser in das Trinkwassersystem gelangen kann. Eine Wasserfilteranlage gewährleistet, dass dem Patienten möglichst wenige Schadstoffe zugeführt werden. Ansonsten werden Einmalmaterialien und Kochwäsche (90°C) verwendet. Zertifizierte Ausbildungseinrichtungen vermitteln das Verfahren und seine fachgerechte Durchführung. Dort geben erfahrene Therapeuten auch ihren Erfahrungsschatz weiter.

Der Patient liegt während der Behandlung ohne Hose und Unterhose unter einem Laken oder großen Handtuch, sodass die Intimsphäre gewahrt bleibt. Die Liege ist mit einem waschbaren Laken abgedeckt, worauf eine Einmallage Papier sowie eine Bettenschutz-Unterlage liegen.

Mittels Einführen eines Spekulum (Instrument zum Öffnen des Analkanals), an dem sowohl ein kleiner Zu- als auch ein größerer Ablaufschlauch befestigt sind, wird der Patient an das CHT-Gerät angeschlossen. Es handelt sich auch hier um Einmalmaterialien, die eine hygienische Therapie gewährleisten. Das Einführen findet auf der Seite liegend statt und kann auch vom Patienten selbst durchgeführt werden. Sobald das Spekulum richtig sitzt, kann eine entspannte Rückenlage eingenommen werden, bedarfsweise unterstützt durch eine Knierolle.

## Gezielt Temperatur und leichten Druck aufbauen

In mehreren Intervallen wird dann verschieden temperiertes Wasser in den Dickdarm gelassen, wobei ein Rückstau des abfließenden Wassers verursacht wird. Dies geschieht über eine kontrollierte Blockierung des Abflusses über einen Hebel am Gerät – um Zeit zu geben, dass das Wasser „einwirken“ und den Stuhl erweichen kann. Der Patient gibt dem Behandler Feedback, sobald der Druck steigt und er einen Drang verspürt, als müsste er zur Toilette gehen. Der Ablaufschlauch wird dann sofort geöffnet und das Abführen mit einer leichten bis tiefergehenden Massage unterstützt.

## Pro Behandlung nimmt der Körper bis zu 2,5l auf

Während der Behandlung werden ca. 60–70l Wasser verbraucht, da konstant während der ganzen Behandlung der „kleine Wasserkreislauf“ läuft: Wasser fließt in den Enddarm, und wieder hinaus, bis der Abfluss blockiert wird (was ca. 5- bis 7-mal pro Behandlung geschieht – in dem Moment fließt das Wasser wie beim Einlauf in die tieferen Schichten des Dickdarmes). Wie viel Wasser aufgenommen werden kann, hängt vom Patienten ab. Im Schnitt sind es 1–2,5l. Wir starten bei 37°C und senken die Temperatur im Lauf der Behandlung auf 26°C ab. Dies hat einen stimulierenden Effekt, ähnlich einem Kneippschen Guss.

Die Einflussgeschwindigkeit des Wassers richtet sich nach dem subjektiven Empfinden des Patienten: Für einige ist schon eine Fließgeschwindigkeit von 200 ml pro Minute eine Herausforderung, für andere darf es auch 1 l pro Minute sein. Der Therapeut erfragt die Bedürfnisse des Patienten und richtet die Behandlung danach aus. Die meisten Patienten empfinden die Behandlung als angenehm. Die anfänglich ungewohnte und fremde Empfindung wird in der Regel bald von einem Gefühl der Entspannung und Wertschätzung für die Therapie abgelöst.

### HINWEIS

## Schwanger, herzkrank oder Darmentzündung? Kontraindikationen!

Wir raten folgenden Personengruppen von einer Colon-Hydro-Therapie ab:

- Schwangeren (ab dem 3. Monat)
- kleinen Kindern
- sehr alten und labilen Menschen
- herzkranken Personen
- Menschen, die an einer akuten beziehungsweise starken Darmentzündung leiden
- Darmkrebspatienten
- frisch nach einer OP im Bauchbereich

Eine Behandlung dauert ca. 60 Minuten, davon sind je 15 Minuten für ein kleines Anamnesegespräch und das Nachruhen eingeplant. Anschließend ist zwar kein weiteres Ruhen erforderlich. Allerdings sollte nicht direkt im Anschluss eine stressige Arbeitssituation oder ein Besuch im Fitnessstudio folgen.

Auch eine spezielle Vorbereitung ist keine zwingende Voraussetzung. Der Patient kann aber den Tag zum Fasten oder als Entlastungstag nutzen. Empfohlen wird eine leichte Schonkost, auch im Vorfeld, sodass Magen und Darm nicht unnötig belastet werden. Auch in der Menstruationsphase spricht nichts gegen eine Behandlung, sofern hierdurch keine zusätzlichen Unterleibsschmerzen entstehen.

## Vor- und Nachbereitung nicht zwingend, aber förderlich

Die Colon-Hydro-Therapie eignet sich ab dem Jugendalter: Patienten sollten in jedem Fall in einem Alter sein, in dem sie wissen, was bei dieser Behandlung geschieht, und eine freie, abgewogene, unabhängige Entscheidung dazu treffen können.

Die Colon-Hydro-Therapie eignet sich ab dem Jugendalter: Patienten sollten in jedem Fall in einem Alter sein, in dem sie wissen, was bei dieser Behandlung geschieht, und eine freie, abgewogene, unabhängige Entscheidung dazu treffen können.

## Wohltuende Synergie: Bauch- und Organmassage

Der Massage kommt eine wichtige Rolle zu, da sie sowohl die Entspannung unterstützt als auch gezielt die Peristaltik des Darmes anregt. Sie setzt sich aus verschiedenen Techniken zusammen. So finden wir hier Einflüsse aus Akupressur, Osteopathie und sanfter manueller Stimulation (Mayr-Punkte) durch Organmassage (Darmreflexzonen). Oft können dabei auch kleine Verhärtungen

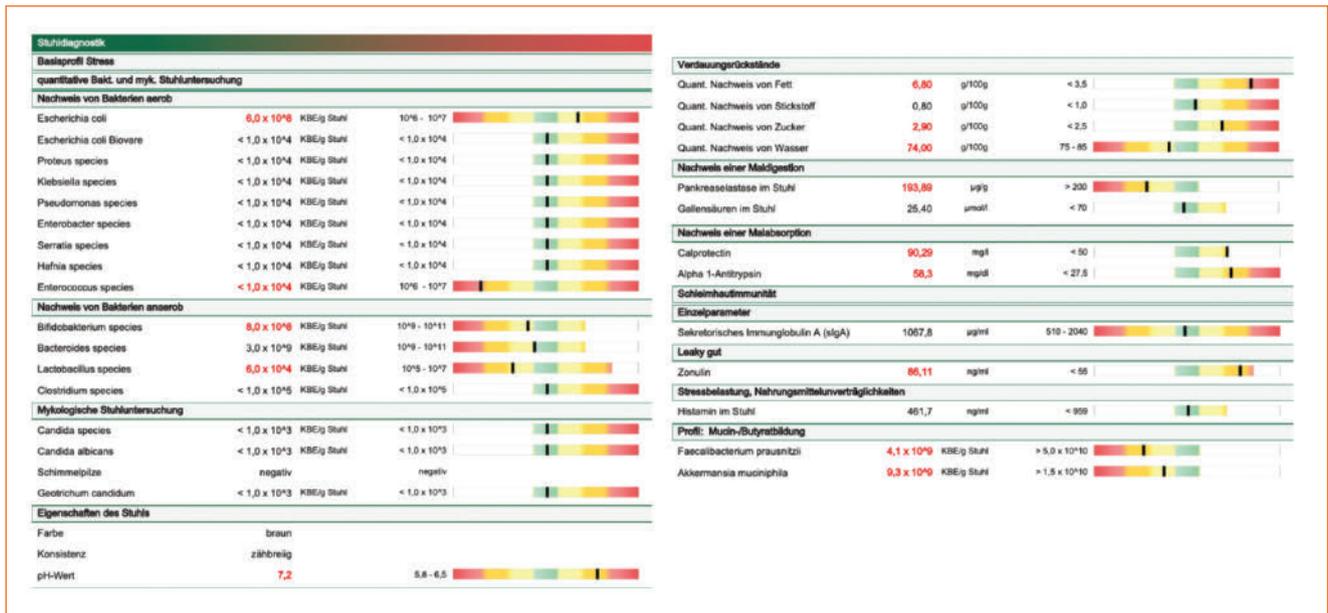


Abb. 3 Laborbefund der Stuhluntersuchung mit Verschiebungen im Mikrobiom, erhöhten Entzündungsmarkern und Malabsorption (Verdauungsrückstände) sowie einem erhöhten Zonulinwert, der für das Vorliegen eines Leaky-Gut-Syndroms spricht.

des Gewebes ertastet und durch punktuelle Massage der Darmreflexzonen aufgelöst werden. Für die Massage eignet sich ein wohlthuendes, entspannendes Öl.

### Anfängliche Hemmungen schrittweise in Entspannung überführen

Es kann passieren, dass sich während der ersten Sitzung zunächst nur wenig Stuhl löst. Meist folgt ein anschließender Toilettengang. Für die Wirkung der Behandlung ist es dabei irrelevant, ob der Abgang durch das Gerät oder in die Toilette abgeführt wird. Letzterer Effekt ist wohl der ungewohnten Situation geschuldet. Schließlich haben die meisten Patienten bis dahin gelernt, ihre Schließmuskeln in der Anwesenheit anderer immer fest zu verschließen. Eine vertrauensvolle und angenehme Atmosphäre ist daher für die Therapie besonders wichtig. In den meisten Fällen löst sich bei der 2. oder spätestens 3. Behandlung diese Blockade auf, und Entspannung tritt ein.

### Wie oft sollte man eine die Behandlung durchführen?

Es existieren verschiedene Meinungen dazu, wie oft man eine Colon-Hydro-Therapie durchführen sollte. In der langjährigen Erfahrung der Mitglieder des Bundesverbandes für Darmgesundheit und Colon-Hydro-Therapie e. V. hat sich eine Anzahl von 1–2 Behandlungsserien im Jahr mit mindestens 4–6 Sitzungen (1– bis 2-mal wöchentlich) bewährt. Dennoch gestaltet sich dies sehr individuell und hängt auch wesentlich vom gesundheitlichen Zustand der Patienten ab. Über eine ausführliche Anamnese und die

Begleitung während der Behandlung kann der Therapeut abschätzen, wie viele Sitzungen sinnvoll sind.

### Vertrauensverhältnis und emotionale Begleitung als Basis

Die Atmosphäre sollte angenehm sein und Sicherheit vermitteln. Die emotionale Begleitung während der Behandlung ist dabei besonders wichtig, auch im Hinblick auf den engen Zusammenhang von gestauten Gefühlen, Stress und Verdauung. Häufig fällt das Lösen von Abgang während der Behandlung auch mit dem Lösen von emotionalen Blockaden zusammen. Das Vertrauensverhältnis zum Therapeuten spielt also eine entscheidende Rolle.

### Praxisbeispiel: Verdauungsbeschwerden und Erschöpfung nach 5 Wochen verschwunden

Frau T., Mitte 50 (Name von der Redaktion geändert), kam mit folgenden Beschwerden in die Praxis: chronische Verstopfung, Blähungen und Völlegefühl (unabhängig davon, was sie zu sich nahm) sowie anhaltende Erschöpfung. Nach der Erstanamnese folgte die weitere Diagnostik. Die Stuhluntersuchung (siehe Abb. 3) ermöglichte dabei einen Einblick in das Mikrobiom, die Verdauungsrückstände sowie eventuelle Entzündungsgeschehen im Darm. Weitere Untersuchungen der Neurotransmitter (aufgrund der Erschöpfung) folgten. Heraus kam: Adrenalin und Noradrenalin waren erhöht, das Gleichgewicht zwischen Fäulnisbakterien und Milchsäurebakterien gestört und Zonulin- und Entzündungsmarker erhöht.

Wir entschieden uns für 6 Colon-Hydro-Therapie-Einheiten und anschließend eine Infrarotsauna-Einheit. Daneben haben wir durch die Gabe von Nahrungsergänzungsmitteln wie Herbal Extract (Bitterstoffe zur Unterstützung der Entgiftungsfunktion), B-Vitaminen und Omega-3-Fettsäuren sowie Probiotika wie Flora Plus und Enzym Komplex (Fa. Ory) den Vorgang unterstützt. Wichtig für den gesamten Verlauf waren auch 2 Coachingsessions, um in Abständen den Verlauf beziehungsweise den Gesamtgesundheitszustand der Patientin einzuschätzen.

Nach nur 5 Wochen fühlte sich Frau T. wie ausgewechselt – kraftvoll und energiegeladener –, und ihre Verdauung hatte sich normalisiert. Die Kontrolluntersuchung ergab eine Harmonisierung des Darmmilieus und des Mikrobioms.

## Fazit: Gesundheit bedeutet immer auch Darmgesundheit

Die Colon-Hydro-Therapie fördert eine gesunde Verdauung und unterstützt den Körper bei der Entgiftung mit dem Ziel nachhaltiger Darmgesundheit. Hilfreich für den Therapieerfolg sind hierbei die dazugehörige Massage, die Begleitung des Patienten während der gesamten Behandlung und eine abschließende Probiotikagabe zum Aufbau der Darmflora. Die Colon-Hydro-Therapie stellt somit eine wichtige Säule ganzheitlicher Therapiekonzepte dar.

 Dieser Artikel ist online zu finden:  
<http://dx.doi.org/10.1055/a-2143-4109>

### Literatur

- [1] Cukrowska B, Bierła JB, Zakrzewska M, Klukowski M, Maciorkowska E. The Relationship between the Infant Gut Microbiota and Allergy. The Role of Bifidobacterium breve and Prebiotic Oligosaccharides in the Activation of Anti-Allergic Mechanisms in Early Life; *Nutrients* 2020; Mar 29. Im Internet: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32235348/>
- [2] Jin Q, Ren F, Dan Dai, Sun N, Qian Y, Song P. The causality between intestinal flora and allergic diseases: Insights from a bi-directional two-sample Mendelian randomization analysis; *Front Immunol* 2023; Mar 9. Im Internet: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36969260/>
- [3] Lütznert N, Bayer W, Schmidt K. Die mikrobielle Darmflora und unser Immunsystem; *Ernährung & Medizin* 2015. Im Internet: [www.thieme-connect.com/products/ejournals/html/10.1055/s-0035-1558534](http://www.thieme-connect.com/products/ejournals/html/10.1055/s-0035-1558534)
- [4] Hua NJH, Zhao Fa S, LinLi G; *Colon Hydrotherapy for Pre-endoscopy preparation*. *Hebei Medical Journal*, Dec 2004; Vol. 25, No. 12. Im Internet: [www.thrivetherapies.co.nz/uploads/2/9/5/5/29558257/pre-endoscopy\\_preparation.pdf](http://www.thrivetherapies.co.nz/uploads/2/9/5/5/29558257/pre-endoscopy_preparation.pdf)



### HP YESHA KARMELI

Yesha Karmeli ist Heilpraktiker, Coach und Mediator sowie Inhaber der ORY-Akademie und ORY-berlin (Nahrungsergänzungsmittel & Diagnostik). Seine ganzheitlich ausgerichtete Natura Heilpraxis liegt in Berlin. Zu den Schwerpunkten seiner Arbeit zählen das E4-Konzept, das Thema Darmgesundheit, erworbene Mitochondriopathien sowie Entgiftung und Gesprächstherapie.

Regelmäßig ist er auch als Dozent für Colon-Hydro-Therapie, ganzheitliche Therapiekonzepte und emotionale Begleitung in der Praxis tätig. Er ist in der Ausbildung zur Colon-Hydro-Therapie tätig ([www.akademie.ory-berlin.de](http://www.akademie.ory-berlin.de)) und seit 2017 Vorsitzender des Bundesverbandes für Darmgesundheit und Colon-Hydro-Therapie e. V.

Internet: [natura-heilpraxis.de](http://natura-heilpraxis.de), [www.bcht.de](http://www.bcht.de)