

Karl Hecht

Prof. em. Prof. Dr. med. habil.

Müggelschloßchenweg 50, 12559 Berlin,

Telefon 0049/30/674 89 325, Telefax: 0049/30/674 89 323

E-Mail: hechtka@googlemail.com; Homepage: www.profdrkarlhecht.de

Antiaging*- und Detoxkur mit Naturzeolith oder Montmorillonit nach Prof. em. Prof. Dr. med. habil. Karl Hecht

Für jedes 4-5-Sterne Wellnesshotel mit SPA-Abteilung geeignet

*: Treffender wäre es, anstelle von Antiaging "Verjüngung" (Juvenalisierung) zu gebrauchen.

1 Allgemeines

1.1 Motto

"Die Jugend ist nicht ein Abschnitt des Lebens, sie ist ein Zustand der Seele, der in einer bestimmten Form des Willens besteht."

"Man wird nicht alt, wegen der einfachen Tatsache, dass man eine bestimmte Zahl von Jahren gelebt hat, sondern nur, wenn man sein eigenes Ideal aufgibt."

[aus Inschrift: Stein der Jugend (Verona)]

1.2 Ziel der Kur

Einführung in die Detoxhygiene und in das Geheimnis des 90-jährigen Professors Hecht, wie man beim Älterwerden das Gesundsein und die Jugendlichkeit erhalten kann. [siehe K. Hecht 2011: Alt werden und jung bleiben. Spurbuch Verlag]

1.3 Was ist Detoxhygiene?

"Zweck der allgemeinen Hygiene ist die primäre Prävention, um das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit des Menschen zu erhalten oder zu steigern. Detoxhygiene akzentuiert diesen Zweck in Bezug auf die ständig im Ansteigen begriffene globale schleichende Vergiftung (Toxikation) der Menschheit." [Servan-Schreiber 2008]

1.4 Warum Detoxhygiene?

"Wir sind nicht für diese Welt geschaffen, die wir uns geschaffen haben." [Prof. Martin Moore-Ede, Harvard Universität (Elite-Universität der USA)]

In den letzten 100 Jahren hat sich die Umwelt des Menschen global gravierend verändert. Chemosierung und Technisierung haben den Menschen, der permanent einer schleichenden Vergiftung unterliegt, das natürliche Lebensmilieu entzogen.

Chronische Erkrankungen haben trotz moderner Medizin ein bisher nicht gekanntes Ausmaß erreicht. Außerdem: Die Menschen werden älter aber nicht gesünder. Die Krankenpflegefälle sollen ca. 4 Millionen in Deutschland betragen. 1,5 Millionen davon sind Demenzkranke. Die Alterspflege wird in zunehmendem Maße nicht mehr beherrscht.

1.5

Demenz ist keine "normale" Alterserscheinung, sondern Folge von Siliziummangel, schleichender Vergiftung, Schlafmittelmisbrauch und oxidativem Stress.

Seit mindestens 30 Jahren wissen wir, dass die Hirnzellen des Menschen bis zu seinem Tod neu gebildet werden können. Das sollte jeder Mensch wissen und nutzen. Dazu muss er geistig und körperlich aktiv sein.

Wer gesund und jung ein hohes Lebensalter erreichen möchte, sollte unbedingt dafür etwas tun. Dazu gehören Detoxhygiene und wissenschaftlich fundierte Juvenalisierung sowie Aufrechterhaltung eines hohen Siliziumlevels im Blut im Sinne einer primären Prävention.

1.6 Was hat Detoxhygiene mit Antiaging zu tun?

Sehr viel! Dafür eine Begründung:

- Nobelpreisträger (1912) Dr. Alexis Carrel (1873-1944): Gifte im menschlichen Körper, einschließlich der Abbauprodukte bei falscher Ernährung, verkürzen das Leben.
- Giftstoffe der Umwelt verdrängen im menschlichen Körper lebenswichtige Mineralien, vor allem auch das seit der Antike bekannte "Verjüngungsmineral" Siliziumdioxid.
- Denn: Siliziummangel im menschlichen Körper beschleunigt den biologischen Alterungsprozess, verursacht die gefürchtete Demenz, die Osteoporose, die Blutgefäßverkalkung und die Reduzierung des Gesundseins und des guten natürlichen äußeren Aussehens.

Diese fehlgesteuerten Körperprozesse müssen unbedingt beseitigt werden.

1.7 Worin besteht die "Antiaging"-Detox-Kur nach Prof. Hecht?

Diese einzigartige Kur besteht aus der Einführung in die Detoxhygiene und in das Geheimnis von Prof. Hecht, wie man beim Älterwerden jung und gesund bleiben kann sowie im Bekanntmachen mit den einzigartigen Antiaging-Detox- und Antioxidantien-Wirkungen der Silikate Naturzeolith oder Montmorillonit (Bentoit), die zu zirka 70 % Silizium und wertvolle Mineralien enthalten. Diese Produkte entgiften den Körper nicht nur, sondern versorgen ihn gleichzeitig auch selektiv mit den erforderlichen Mineralien, vor allem mit dem Verjüngungsmineral Siliziumdioxid. Naturzeolith und Montmorillonit wirken optimal, wenn sie innerlich (durch Einnehmen) und äußerlich (durch Applikation) angewendet werden.

2 Kurelemente der "Antiaging"-Detoxkur

2.1 Allgemeines zur Kur

- Dauer: mindestens 1 Woche Standard (bis 4 Wochen möglich)
Anreise: Sonntag
Abreise: nachfolgender Sonntag
- Gesundheitsfragebogen: Nach Anreise ausfüllen lassen. Danach
- Gespräch mit dem Leiter der Kur.
- Samstag: Abschlussgespräch mit dem Leiter der Kur, einschließlich Besprechung der Testergebnisse sowie Empfehlung zur Weiterführung der Kur zu Hause.
- Übergabe des Naturzeoliths (Montmorillonits) Das einzigartige Naturprodukt für die Antiaging- und Detoxkur zur täglichen Einnahme.

2.2 Anwendungen/Applikationen

- Tägliche Einnahme des einzigartigen Detox- und Antiaging-Silikatpulvers: morgens 3 g, abends 3 g

Durchführung: Demonstration des Einnahmerituals: Das Silikatpulver in ein Glas Wasser geben, mit einem Keramiklöffel umrühren bis Aufschwämmung entsteht. Schluckweise trinken, zwischendurch weiter rühren (Aktivierung der Zetapotentiale, die eine große Bioverfügbarkeit sichern). Aufgenommene Flüssigkeitsschlucke für kurze Zeit im Mund behalten.

- Detox-Leber-Handflächen-Fußsohlenapplikation mit Naturzeolith- oder Montmorillonit-Suspension (3x/Kur)

Durchführung: (Wickel) Suspension leicht erwärmen (Dose in warmes Wasser legen/stellen). Danach Applikationsfläche der Haut erwärmen (z. B. mit Rotlicht oder Wärmetüchern) und darauf folgend die Suspension mittels medizinischem Spatel etwa 2 mm dick auf die Hautregion auftragen. Darüber medizinische Folie fest auflegen (anpressen). Sie soll möglichst ca. 5 cm über die bestrichene Hautfläche hinausragen. Darüber ein

Handtuch legen und zum Warmhalten den ganzen Körper in eine Decke wickeln.

Dauer: 20-30 Minuten

Nach dieser Zeit erfolgt Abnahme der Wickelmaterialien und Abwaschen der bestrichenen Hautfläche mit warmem Wasser.

Danach noch einmal warm einwickeln und 20 Minuten ruhen.

Vor und nach der Applikation jeweils ein Glas Wasser oder Schachtelhalmtée trinken.

- Detox-Schönheitsgesichtsmaske mit Naturzeolith- oder Montmorillonit-Suspension (3x/Kur)

Durchführung: Zuvor, wie bei jedem Anlegen einer Gesichtsmaske, das Gesicht reinigen. dann erfolgt das Auftragen der breiigen Suspension mittels eines medizinischen Spatels auf die Gesichtshaut mit folgender Abdeckungen der Gesichtshaut mit einer vorbereiteten medizinischen Folie, die auf der Haut aufgedrückt werden soll. (Mund, Nase und Augen bleiben selbstverständlich frei.)

Dauer: 20 Minuten.

Danach Abwaschen des Gesichts und 10 Minuten Ruhe (warm eingewickelt).

Vor der Maske ein Glas Wasser oder Schachtelhalmtée trinken.

Nach der Maske ein Glas Wasser oder Schachtelhalmtée trinken.

- Kleopatra Detox- und Schönheitsbad (4x/Kur)

Die Naturbadesubstanz ist ähnlich jener Rezeptur, die die griechische Königin Kleopatra täglich für ihre Bäder verwendet haben soll, um ihre Schönheit zu pflegen. (Überlieferungen aus der heutigen Südtürkei (Antalya/Alanya)).

Die Hauptkomponenten des Kleopatrabads sind Siliziumdioxid, Mineralien und Vitamin C. Alles Natur in einem Beutel. Über die Rezeptur verfügt allein der Autor und seine Frau.

Durchführung: Während des Einlassens des Wassers in die Wanne (ca. 38°C) wird der Beutel im Wasser hin und her geschwenkt, damit der feinkörnige Teil der Badesubstanz sich im Wasser verteilt. Danach kann der Beutel während des Badens auf dem Badewannenboden liegen oder am Wannenrand so aufgehängt werden, dass er sich ständig im Wasser befindet und die wertvollen Naturstoffe kontinuierlich an das Wasser abgibt.

Dauer: 20 Minuten

Das Badezimmer soll gut warm temperiert sein.

Nach Ende des Bads ganzkörperlich in ein Badetuch (ohne abzutrocknen) einhüllen und 20 Minuten ruhen. Im Bedarfsfall durch Badetücher oder Decken den Körper weiter warm halten.

- Atemgymnastik

Erlernen des meditativen, mental gesteuerten Atmens als Voraussetzung für eine optimale Detoxikation mittels der Lunge.

Täglich in der Gruppe

Dauer: jeweils zirka 12-15 Minuten

- täglich eine Stunde Wandern (optimal Nordic Walking)
- Pulsierende Pneumatische Massage des Rückens und des Bauchs (PPM) (5x/Kur)

PPM ist eine modernisierte Schröpfmethode. Saugglocken aus Silikon werden auf die Körperstellen aufgesetzt und an ein "pumpendes" Gerät angeschlossen. Die Saugglocken können stationär auf der Haut (Körperstellen) angebracht werden oder wie ein "Pflug durchs Gewebe" geführt werden. Damit wird gleichzeitig Gewebe-, Bindegewebe- und Lymphdrainage-Massage realisiert und Gifte in dem Fettgewebe mobilisiert.

Schröpfen wurde schon vor 5.000 Jahren im alten Ägypten und im alten China zur Entgiftung und Entschlackung des Körpers angewendet. Im Einzelnen bewirkt PPM

- Entstauung lokaler Venen und Lymphgefäße
- Verbesserung der Blutzirkulation und Sauerstoffversorgung
- Anregung der Entgiftungs- und Entschlackungsvorgänge
- Lockerung der Gewebestruktur (auch des Fettgewebes, in dem sich Gifte deponieren)
- Lösung von Muskelverspannungen
- Anregung aller Stoffwechselfunktionen
- Normalisierung neurovegetativer Reizabläufe
- Ausgleich und Beruhigung des vegetativen Nervensystems
- Schmerzausschaltung
- psychische Entspannung

Infolge dessen werden die Wirkungen des Naturzeoliths und Montmorillonits optimiert.

Dauer: eine Anwendung 20 Minuten

Sauna individuell in Absprache mit der Kurleitung.

Viel trinken; möglichst stilles Wasser (zur Nierenreinigung auch Schachtelhalmttee). Durch das Trinken sollen die im Körpergewebe freigesetzten Giftstoffe schnellstens ausgespült werden.

- Anleitung zur artgerechten Ernährung
- Anleitung zur Erreichung eines erholsamen Schlafs

3 Tests zur Kontrolle der Effektivität der "Antiaging"-Detoxkur

- Blutdruckentspannungstest, Relaxations-Stress-Energietest mit gleichzeitiger täglicher individueller Kontaktaufnahme mit dem Kurgasts.

Dauer: 20 Minuten täglich

- Messung des Sauerstoffgehalts im Blut → täglich

Dauer einer Messung 1 Minute

- Bestimmung des pH-Werts im Speichel

Montagsmorgen nüchtern

Freitagmorgen nüchtern

Dazu erhält jeder Gast einen in einem Röhrchen befindlichen Wattetupfer, den er einspeicheln muss. Danach wird er sofort in das Röhrchen zurückgesteckt, das Röhrchen unmittelbar verschlossen und an den Leiter der Kur abgegeben.

Bestimmung des pH-Werts erfolgt mit Lackmuspapier.

Mit dem pH-Speicheltest soll die sogenannte "Versäuerung" bzw. Entsäuerung des menschlichen Körpers überprüft werden.

4 Informationsveranstaltungen = Gesundheitsseminare

Dauer: 45-60 Minuten

Für die Antiaging-Detox-Kurgäste (Montag bis Freitag täglich)

Gesundheitsschulungen kommen in der Prävention und Therapie in zunehmendem Maße zur Anwendung, weil sie Anregungen für den richtigen Lebensstil und für das Gesundheitsverhalten geben (Artikel: Schulung stärkt die Patienten. Deutsches Ärzteblatt 111, November 2014).

Themen (Beispiele):

- Warum Detoxhygiene?
- Was ist, was kann Naturzeolith?
- Wie kann man einen erholsamen Schlaf erreichen?
- Beim Älterwerden jung und gesund bleiben.
- Der gestresste und stressende Bauch (Verdauungstrakt im Fokus/artgerechte Ernährung)
- Bewegung als Verjüngungs- und Detoxmittel
- Warum die Atmung so wichtig ist.
- Wie schützt man seine Leber?

5 Übersicht über die Kurelemente der "Antiaging"- Detoxkur nach Prof. Hecht

Detox-Leber-Handflächen-Fußsohlenapplikation	3x pro Kur
Detox-Gesichtsmaske	3x pro Kur
Schönheitsbad Kleopatra	4x pro Kur
Atemgymnastik	6x pro Kur
Wanderung	6x pro Kur
PPM	5x pro Kur
Blutdruckentspannungstest u. a.	6x pro Kur
pH-Speichel	2x pro Kur
Gesundheitsseminare	5x pro Kur

Berlin, Januar 2016

Prof. em. Prof. Dr. med. habil. Karl Hecht