

Merkblatt: Hydro-Colon-Therapie (HCT)

Allgemeine Information: Wie wirkt die Hydro-Colon-Behandlung?

Ziel der Hydro-Colon-Behandlung ist es, den im Darm angesammelten, stagnierten Stuhl und diverse Fäulnisstoffe von den Wänden des Darms zu entfernen. Durch diesen natürlichen Säuberungsprozess werden Symptome, die entweder direkt oder indirekt mit einer Dysfunktion des Darms in Verbindung stehen, gelindert bzw. beseitigt.

Indikation: Wann ist eine Hydro-Colon-Behandlung indiziert und sinnvoll?

Die Darmreinigung wird bei unterschiedlichen Krankheitsbildern bzw. Beschwerden erfolgreich angewandt. Die häufigsten Einsatzgebiete umfassen unterschiedliche **Hauterkrankungen** (z.B.: Akne, Psoriasis, Neurodermitis), **Erschöpfungszustände** physischer und seelischer Natur, und/oder **Vitalitätsverlust**. Aber auch bei chronischem **Kopfschmerz**, entzündlichen Prozessen und **rheumatischen Beschwerden** (z.B.: Arthritis) wird die HCT eingesetzt. Das häufigste Indikationsgebiet betrifft Darm-Beschwerden wie Blähungen, Verstopfung und das **Reizdarm-Syndrom** und Pilzbefall im Darm. Die HCT eignet sich auch sehr gut zur Stärkung des Immunsystems, bei diversen allergischen Reaktionen und wird auch in der Präventivmedizin **zur Erhaltung der Darmgesundheit** eingesetzt. In der Menopause wird die HCT zur Entgiftung des Körpers eingesetzt.

Kontraindikationen: Wann darf keine Hydro-Colon-Behandlung durchgeführt werden?

Es gibt einige Erkrankungen, bei denen aus unterschiedlichen Gründen von einer Hydro-Colon-Behandlung abgeraten wird. Dabei handelt es sich unter anderem um **akute und chronische Darmentzündungen** (z.B.: **Morbus Crohn, Colitis ulcerosa**), **Nierenfunktionsstörungen, Tumore im Darm und Angina Pectoris**. Auch nach einer frischen Darmoperation wird von dieser Behandlung abgeraten; generell bitten wir Sie, falls Sie schon eine oder mehrere Darmoperationen hatten, mit einem Chirurgen vorab zu besprechen, ob bei Ihnen eine Hydro-Colon-Behandlung durchgeführt werden darf. Falls Sie einen Herzinfarkt hatten oder ein anderes Herzleiden haben, dürfen wir die Hydro-Colon-Behandlung nicht durchführen. Falls Sie generell zu Blutungen neigen (z.B.: Bluter-Erkrankung), darf ebenso keine Behandlung durchgeführt

werden. Auch bei einer bestehenden Schwangerschaft wird von einer Behandlung abgeraten!

Falls Sie Antidepressiva (Medikamente gegen Depressionen) einnehmen, bitten wir Sie, dies mit dem verschreibenden Arzt zu besprechen, da die medikamentöse Wirkung durch die HCT reduziert werden kann (ebenso bei der Einnahme von Griffonia und Johanneskraut).

Einnahme von Medikamenten am Tag der Behandlung: Was ist zu beachten?

Bei der oralen Einnahme von Medikamenten am Tag der Behandlung kann es zu einer Verminderung deren Wirkung kommen.

Beachten Sie bitte, falls Sie am Abend nach der Behandlung Schlaftabletten einnehmen, dass diese eine schnellere und potentere Wirkung haben können.

Ablauf der Behandlung: Wie erfolgt diese und was ist zu beachten?

Für die Durchführung und den Erfolg der Behandlung ist es unerlässlich, dass Sie unsere Empfehlungen (siehe Merkblatt „Vorbereitung“) einhalten.

Während der Behandlung liegen Sie auf einer Behandlungsliege. Durch ein schmales Kunststoffrohr fließt warmes Wasser in den Darm. Ein Abflussschlauch sorgt dafür, dass der Darminhalt und das Wasser aus dem Darm transportiert werden. So kann eine gründliche Reinigung des Dickdarms erfolgen.

Häufigkeit: Wie oft soll die Behandlung durchgeführt werden?

Was die Häufigkeit der HCT betrifft, so wird diese individuell an Ihren Bedarf angepasst. Daher besprechen Sie dies bitte mit der Therapeutin. Eine Diät und/oder eine Umstellung des Ernährungsplans nach der Kur erweisen sich als sinnvoll und sind häufig unerlässlich für eine langfristige Darmsanierung und Darmgesundheit. Letztere können mit unserer Therapeutin besprochen werden. Gerne geben wir Ihnen auch Adressen für eine professionelle ernährungsmedizinische Beratung.

Was ist mitzubringen?

Bitte ein Badetuch zum Zudecken und warme Socken zur Therapie mitzunehmen.

Benötige ich eine ärztliche Überweisung?

Nein. Derzeit gibt es leider keine Kostenrückerstattung durch den Sozialversicherungsträger.

Empfehlungen für die Vorbereitung

Mindestens 2-3 Tage vor der Therapie:

- After mit Vaseline-Creme o.ä. eincremen.
- Immer am Abend 1 EL Bittersalz in einem 1/8 l Wasser auflösen und stehen lassen, am nächsten Morgen mit warmen Wasser aufgießen und auf den nüchternen Magen ein halbe Stunde vor dem Frühstück einnehmen.
- Bei Verstopfung können Sie noch ein paar Tage früher mit abführenden Mitteln z.B.: Bittersalz,(oder Glaubersalz) beginnen, Ihren Darm zu entleeren. Ihr Dickdarm sollte am Tag der Hydro-Colon-Therapie so leer wie möglich sein, um eine erfolgreiche und effiziente Behandlung zu ermöglichen.
- Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass eine begleitende Entschlackungskur und/oder basische Diät zweckmäßig ist. Diese tragen dazu bei, dass Ihr Darm entleert und entgiftet wird.

Am Vortag der Hydro-Colon-Behandlung:

- Keine flüssigen Milchprodukte (z.B.: Milch, Joghurt, Schlagobers, Rahm, etc) einnehmen.
- Nehmen Sie lediglich leichte (basische) Kost zu sich, wie bspw. gedünsteten Fisch, gedünstetes Gemüse, Kartoffeln, Weißbrot und/oder Hausbrot. Um Blähungen zu vermeiden, essen Sie bitte kein frisches Hefebrot und keine Kohlgerichte. Verzichten Sie auf Fleisch, Trockenfrüchte, fette Nahrung, Vollkornprodukte, Müsli, getrocknete Früchte und Kräuter.
- Erlaubte Flüssigkeiten: Wasser (ohne Kohlensäure), Kräutertee, klare Gemüsesuppe ohne Kräuter (Wurzelgemüse mit Wasser 1-2 Stunden köcheln lassen, Absud trinken). Falls Sie auf Kaffee nicht verzichten können, können Sie schwarzen Kaffee trinken (ohne Milch!).
- Am Vorabend 1 EL Bittersalz in einem 1/8 l Wasser auflösen, mit warmen Wasser auffüllen und trinken,

Am Tag der Therapie:

Die Behandlung findet idealerweise am Vormittag bzw. um die Mittagszeit statt. Vor der HCT können Sie Wasser trinken und eventuell auch leichte (Schon-)Kost zu sich nehmen.

Im Optimalfall kommen Sie mit leerem Magen zur Behandlung.

Nach der Therapie:

Nach der Behandlung und am Tag danach sollen Sie viel kohlenstoffarmes Wasser und/oder Kräutertee trinken. Wir empfehlen Ihnen, mindestens 2 bis 3 Liter Flüssigkeit zu trinken.

Was die Ernährung betrifft, sollen Sie bitte lediglich Schonkost zu sich nehmen; Bitte essen Sie keine Rohkost und keine fetten Speisen (z.B.: Schnitzel, Schweinsbraten, Käsefondue, etc).

Um die Wirksamkeit und Effektivität der Hydro-Colon-Behandlung zu optimieren, empfehlen wir Ihnen, noch ein paar Tage nach der HCT eine Diät (Schonkost, viel Flüssigkeit) einzuhalten.

**Wir wünschen Ihnen viel Erfolg bei der
Behandlung!**

Institut Medaktiv
Khevenhüllerstrasse 23
4020 Linz