

**Dr. med. et Dr. scient. med. Jürg Eichhorn**  
Traditionelle Chinesische Medizin ASA  
Manuelle Medizin SAMM  
F.X. Mayr-Arzt (Diplom)

**Allgemeine Innere Medizin FMH**  
Sportmedizin SGSM  
Ernährungsheilkunde SSAAMP  
Anti-Aging Medizin

**Praxis für Allgemeine und Komplementärmedizin**  
Neuraltherapie SANTH & SRN  
Orthomolekularmedizin SSAAMP  
applied kinesiology ICAK-D & ICAK-A

---

Version: 25. Februar 2023

# Chronische Entzündung - Meine Philosophie

---

Fon +41 (0)71 350 10 20  
Adresse Im Lindenhof  
E-Mail [drje49@gmail.com](mailto:drje49@gmail.com)

Bahnhofstr. 23  
[www.ever.ch](http://www.ever.ch)

CH-9100 Herisau

## Inhalt

<b>Meine Philosophie .....</b>	<b>3</b>
<i>Das diagnostische Konzept basiert auf .....</i>	<i>4</i>
<i>Das therapeutische Konzept basiert auf .....</i>	<i>4</i>
<i>Bäume beziehen ihre Kraft aus den Wurzeln .....</i>	<i>4</i>
<i>Das Erddenken - die Grundlage meines Tuns .....</i>	<i>5</i>
<i>Der Rhythmus des Essens .....</i>	<i>6</i>
<i>Laborkosten „BioCheck“: ca. Fr. 804.- .....</i>	<i>6</i>
<i>BioCheck Labor Risch / Unilabs - Musterbefund .....</i>	<i>7</i>

## Meine Philosophie

Viele Krankheiten und Beschwerden und die damit verbundenen Folgeprobleme sind zu betrachten als eine Störung im mitochondrialen System. Mitochondrien sind die Kraftwerke in unseren Zellen. In Ihnen entsteht aus Zucker und Fett das energiereiche ATP. In den Mitochondrien finden sehr komplexe und damit stör anfällige Stoffwechsel Vorgänge statt. Störungen in diesem System können hervorgerufen werden durch elektrische Felder, Umwelt Toxine, Darmtoxine, Fehlernährung und anderen.

Jede Zelle besitzt ca. 1'500 Mitochondrien. Leber und Nerven Zellen bis 5'000. Je mehr Energie ein Organ zum richtigen Funktionieren braucht, desto mehr Mitochondrien weist es auf. Im Nerven System sind über 200 Millionen Mitochondrien (Energie-Fabriken) an der täglichen Energie Produktion beteiligt.

Es gibt etliche Labor Untersuchungen, die Hinweise auf eine gestörte mitochondriale Funktion geben können. Allesamt sind diese Untersuchungen sehr teuer und werden von den Kassen nur teilweise oder gar nicht übernommen. Meinerseits konzentriere ich mich auf ein Minimallabor, das heisst wenig Diagnostik, lege dafür umso mehr Wert auf die Therapie.

Bei den vielen Krankheiten und oftmals unklaren Beschwerden, die sich der schulmedizinischen Diagnostik weitgehend entziehen, war und ist es stets mein Bestreben, gemeinsame Wurzeln zu suchen, um auf diese Weise mit relativ einfachen medizinischen Handgriffen an der Basis zu therapieren. So entstand im Verlaufe der letzten 30 Jahre ein Konzept, welches sich für viele unterschiedliche Krankheiten eignet, weil viele einen gemeinsamen Nenner haben: Die Mitochondrien.

## Das diagnostische Konzept basiert auf

- einem BioCheck (Fettsäuren, Antioxidantien, Mineralien, Spurenelemente, Vitamine, Entgiftungssysteme) zur Aufdeckung etwaiger Mängel unter spezieller Beachtung von Stoffen mit entzündungshemmenden Eigenschaften wie etwa Fischöl, Nachtkerzenöl, Vitamin E gamma und anderen
- einer qualitativen und in Ausnahmefällen auf einer quantitativen Analyse des Essverhaltens
- einer Analyse des Lebensstils und des Bewegungsverhaltens

## Das therapeutische Konzept basiert auf

- den Ernährungsrichtlinien *Hauptstrasse der Ernährung* und *TopMix-Lebenselixieren*
- dem richtigen Essensrhythmus
- Empfehlungen zu Nahrungsergänzungsmitteln gemäss den Resultaten der Laboranalysen (BioCheck)
- Empfehlungen zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit
- der Beachtung einer gesunden Darmtätigkeit

Dieses einfache Basiskonzept ist grundsätzlich für jede Art von Krankheit anwendbar, bei chronisch-entzündlichen Erkrankungen wie Rheuma, MS oder Colitis, bei Krebserkrankungen und auch bei der Behandlung von Übergewicht. Je nach Art der Krankheit werden lediglich Schwerpunkte gesetzt und mit dem Patienten individuell therapeutische Ziele besprochen, die im Alltag auch umsetzbar sind.

Es versteht sich von selbst, dass bei schwerwiegenden Erkrankungen das vereinbarte Therapiekonzept strenger zu befolgen ist als bei leichteren Beschwerden.

Wenn hier von einer *Hauptstrasse der Ernährung* die Rede ist - von der gesunden Ernährung schlechthin - dann dürfen wir die *Nebenstrassen* - die Esssünden nicht ausser Acht lassen. Sie gehören zu unserem Leben wie das Salz in der Suppe. Halten wir uns nur auf den *Nebenstrassen* auf, verlieren wir die Orientierung und kommen nicht voran. Um aber zügiger zum Ziel zu gelangen, müssen wir uns auf die *Hauptstrasse* begeben. So ist das Konzept zu verstehen, nicht stur, sondern mit Rücksichtnahme auf die individuellen Gepflogenheiten, Vorlieben und den familiären und beruflichen Rahmenbedingungen.

Das Ziel ist letztenendes eine Wiederherstellung der mitochondrialen Funktion und damit eine Verbesserung der Zellfunktion. Die wichtigsten Elemente hierbei sind die *TopMix-Lebenselixiere* in Kombination mit hoch dosiertem Coenzym Q10. Je besser die Zellfunktion, desto besser ist die therapeutische Ansprechbarkeit, angefangen von homöopathischen und pflanzlichen Mitteln, schulmedizinischen Medikamenten bis hin zur Chemotherapie.

Die Beachtung einer gesunden Darmtätigkeit trägt zur Genesung oder Heilung einen wesentlichen Teil bei, wohingegen alleiniges Polieren der Blätter auf die Dauer nicht zur Gesundheit führt. Am Darm geht in der Tat keine Medizin, die den Ursachen auf den Grund gehen will, vorbei.



## Bäume beziehen ihre Kraft aus den Wurzeln

Ärzte, die die Bedeutung des Darmes nicht verstehen, polieren nur die Blätter und signalisieren damit dem Patienten vermeintliche Gesundheit.

Es ist mein eisernes Prinzip, bei jeder noch so darmfernen Problematik den Darm in die diagnostischen und therapeutischen Überlegungen mit einzubeziehen.

Wie faszinierend mächtig das im Boden unsichtbare Wurzelwerk einer Tanne sein kann, verstehen wir erst im Angesicht dieses vom "Lothar" gefällten Baumes.

Werden wir uns der besonderen Bedeutung des Darmes bewusst und malträtiert ihn nicht täglich mit einem Sammelsurium von Müll.

Bild: Dr. med. Jürg Eichhorn

## Das Erddenken - die Grundlage meines Tuns

### Krone des Baums

= *Schulmedizin* (heute nennt man es *klassische, westliche Medizin*) = Blätter polieren.

### Wurzel des Baums

*These von F.X. Mayr*: Darm = Wurzel unseres Körpers. Bedeutung von der klassischen Medizin verkannt. Heute dank molekulargenetischen Mikrobiomuntersuchungen ins Rampenlicht gerückt.

### Erddenken

= *Meine Philosophie*: Die beste Wurzel verdirbt in einem ungesunden Boden.  
Darüber hat noch nie jemand ein Wort verloren!

### Was schadet *meiner Erde*, wie kann ich *mein Erdreich verbessern*?

- Gespräche über *die Erde*
- Zentrales Denken: Was ist gut für *meine Erde* und was schadet ihr?
- Ein spezieller Laborcheck gewährt uns tiefgründig Einblicke in *das Erdgeschehen*
- Gespräche über Lifestyle, Ernährung und Umfeld helfen uns, *Ihre Erde* besser zu verstehen

### So verfare ich seit 25 Jahren

Ich beginne *bei der Erde* und arbeite mich nach oben hin *zur Krone*. Das ist der Trick!

### Meine Spezialgebiete

- Chronische Entzündungen aller Art
- Krebsleiden - begleitende Therapieunterstützung auf natürliche Art und Weise
- Darm-Mikrobiom - Zusammenhänge mit den verschiedenen Organen erkennen
- Hirnbotenstoffe - Bedeutung bei psychischen Leiden



Autor unbekannt

## Der Rhythmus des Essens

Unser Darm geht mit den Hühnern schlafen und steht mit den Hühnern auf

Wir sind immer noch Steinzeitmenschen: Licht aus und Fell über die Ohren. Gegessen wurde bei Tageslicht. Forscher haben errechnet, dass es noch weiterer 50 Generationen bedarf, bis sich unser Stoffwechsel an die veränderten Ernährungsbedingungen angepasst haben wird. Kalorien am Abend signalisieren dem Körper *Aktivität*. Bei Zufuhr von Energie erwartet er Aktivität und bleibt *Gewehr bei Fuss*, keine Zeit für die nächtliche Regeneration: Die vormitternächtliche Ausschüttung des Wachstumshormons bleibt unterdrückt. Damit bleibt nicht nur die Regeneration aus, es werden auch keine Fettsäuren aus den Bauchpösterlis freigesetzt und damit erfolgt keine Muskelsynthese. Die Folge: Eingeschränkte körperliche Erholung, Darmermüdung-Darmträgheit-Gewichtszunahme.

## Laborkosten „BioCheck“: ca. Fr. 804.-

Fr. 276.- sind nicht kassenzulässig.

Der Rest wird von den meisten Krankenkassen übernommen.

## Nahrungsergänzungsmittel

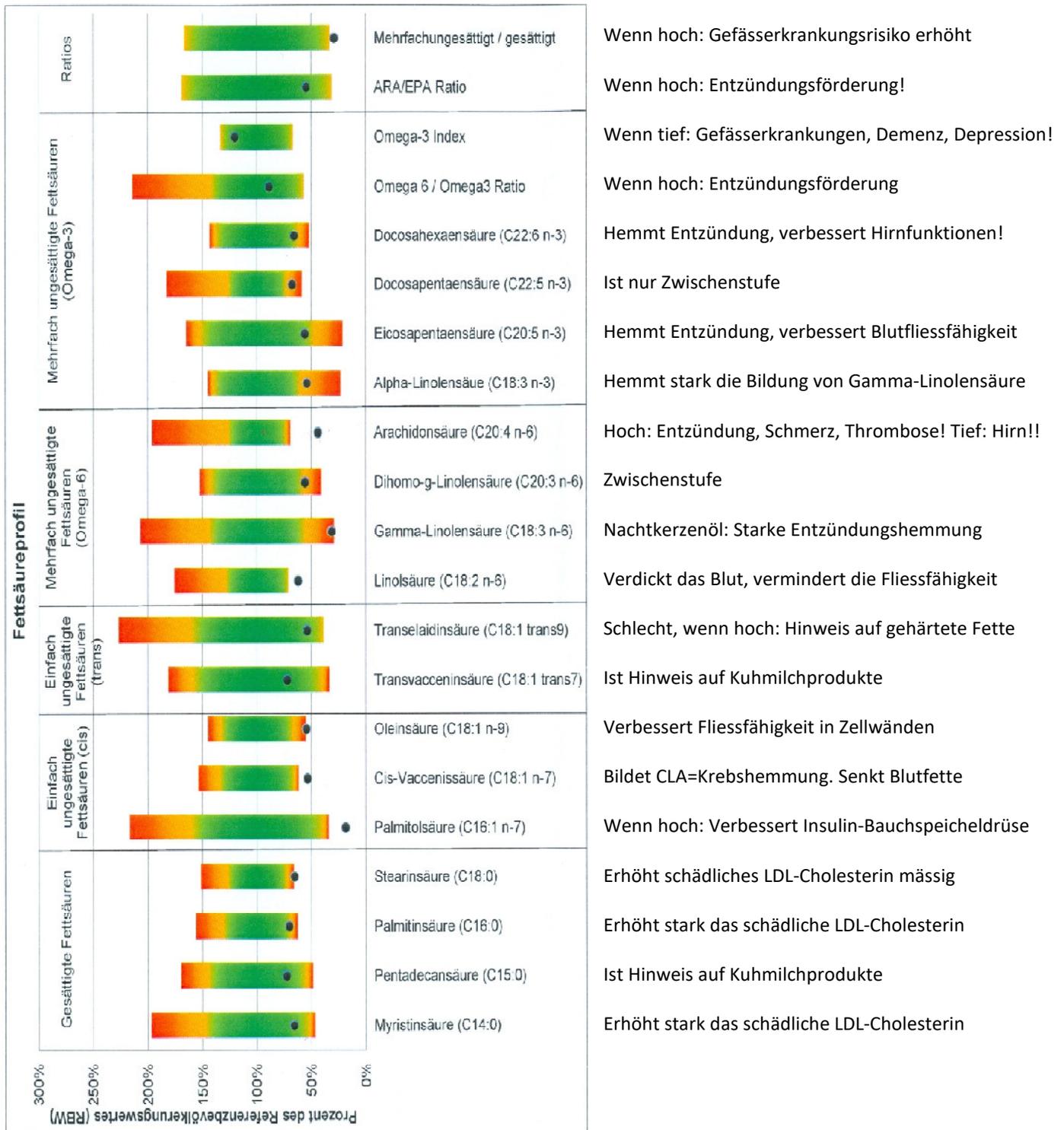
Ein Teil ist kassenpflichtig. Ein geringer Teil wird (sofern vorhanden, je nach Krankenkasse) aus den Zusatzversicherungen bezahlt und einen weiteren Teil müssen Sie selbst übernehmen (zur Vermeidung von Umtrieben Barzahlung in der Praxis gegen Quittung, keine Karten).

## BioCheck Labor Risch / Unilabs - Musterbefund

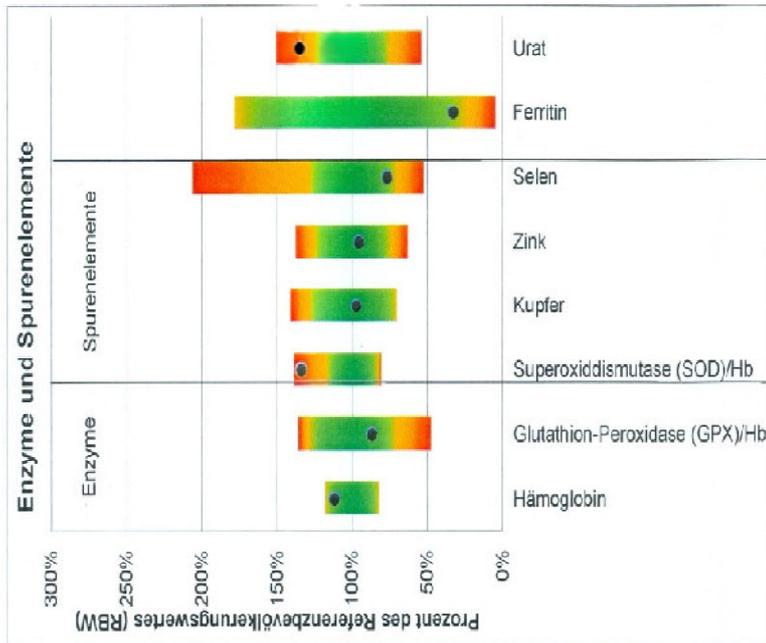
### **Musterbefund (diese sind nicht ihre Werte!) mit Kurzbeschreibung**

Beim vorliegenden Musterbefund handelt es sich um einen Patienten mit einer schweren Autoimmunerkrankung.

# Fettsäuren Profil



## Enzyme und Spurenelemente



Wenn hoch: Gicht / Tief: Weniger Oxidationsschutz

Ist Mass für den Eisenspeicher

Tief: Sehr viele Störungen, Krebsgefahr. Immunsystem!

Beeinflusst 300 Systeme, 60 davon im Immunsystem

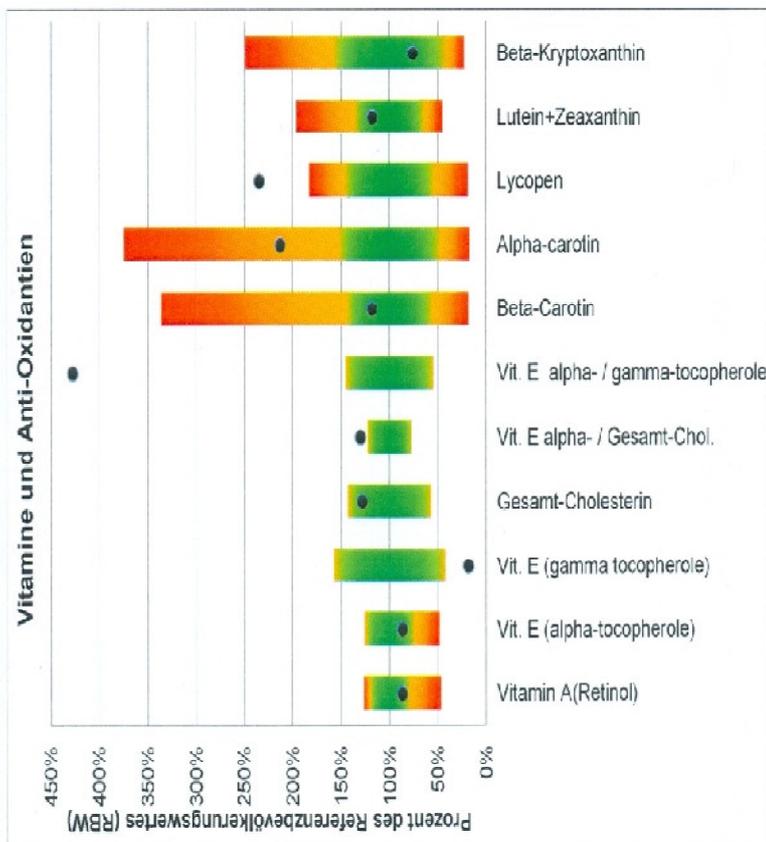
Hoch oder tief: Viele Störungen.

Zellschutz gegen Freie Radikale: Schnelle „Kavallerie“!

Zellschutz gegen Freie Radikale: „Grosse Armee“!

Roter Blutfarbstoff

## Vitamine und Antioxidantien



Tief: Sehr hohes Erkrankungsrisiko: Rheuma, Augendruck

Tief: Blindheit (Makuladegeneration)

Tomatenfarbstoff. Tief: Krebsgefahr, Haut-Gefässprobleme

Wie Beta-Carotin: Weniger ausgeprägt

Tief: Hohes Erkrankungsrisiko: Rheuma

Relativer Vitamin E gamma Mangel: Mehr Entzündung!

Tief: Fette sind schlecht gegen Oxidation geschützt

Tief: Stressintoleranz / Hoch: Gefässschäden

Entzündungshemmung / Krebschutz

Hoch: Verdrängt Vitamin E Gamma aus den Zellen!

Tief: Haut-Schleimhautprobleme, mangelnder Krebschutz

### Problemfall Zink, Selen, Jod:

In Mitteleuropa, von den Alpen bis Finnland, sind die Böden extrem arm an Zink, Selen und Jod, ausgewaschen durch die Gletscher am Ende der letzten Eiszeit vor ungefähr 10'000 Jahren.

**Bitte beachten, wenn zu tief:**

<b>Körperstoff</b>	<b>Bedeutung</b>	<b>Therapie</b>
<b>EPA/DHA</b>	-Gefäße / Herz	-Krillöl, Fischöl
<b>Nachtkerzenöl (GLA)</b>	-Entzündungshemmung	-Epogam
<b>Arachidonsäure</b>	-Denk-Konzentrationsstörungen	-Erhöhung mit tierischen Fetten
<b>Vitamin A</b>	-Eingeschränktes Dämmerungssehen -Trockene Haut/Schleimhäute -Krebsrisiko erhöht u.v.m.	-Erhöhung mit tierischen Fetten, aber nur mehrheitlich naturbelassenen, z.B. fetter Schwarzwälder Schinken / Rohessspeck (oder Vitamin A Kaps./Tr. einnehmen!)
<b>Beta-Carotin (Karotten)</b>	-Neigung zu rheumatischen Erkrankungen erhöht	-Karotten
<b>Beta-Cryptoxanthin</b>	-Neigung zu rheumatischen Erkrankungen und Glaukom (erhöhter Augeninnendruck) deutlich erhöht	-Mandarine, Mango (alles, was gelb ist)
<b>Lycopin</b>	-Krebshemmung -Gefäß- und Hautschutz	-Tomaten (besser gekocht) -Wassermelonen
<b>Lutein/Zeaxanthin</b>	-Makuladegeneration, Blindheit	-Nüsslisalat (Feldsalat), Spinat, Petersilie (dunkelgrün!)
<b>Zink</b>	-Zinkabhängig sind in unserem Körper ca. 300 Systeme, davon 60 Systeme im Immunsystem	-Gute Quelle: Täglich Nüsse, assortiert
<b>Vitamin E gamma</b>	-Starke Entzündungshemmung -Kann nicht nur Prostatakrebszellen am Wachstum hindern, sondern gleich auch noch killen!	-Rapsöl -Cashew-, Pekan-, Paranüsse
<b>Selen</b>	-Radikalfänger, Immunsystem, Schilddrüse, Krebs	-Na-Selenit
<b>Glutathion- Peroxidase (GPX)</b>	-Erwünscht = starker Verteidigungswall gegen <i>Freie Radikale</i>	-Na-Selenit -Brokkoli, Granatapfelexier

**Bitte beachten, wenn zu hoch:**

<b>Körperstoff</b>	<b>Bedeutung</b>	<b>Therapie</b>
<b>MYR – Myristinsäure</b>	-Erhöht das schädliche LDL-Cholesterol deutlich	<p>Wenn diese Werte erhöht sind:</p> <p>Striktes Meiden von Kuhmilch und deren Produkte!</p> <p>Milch und Milchprodukte aller anderen Tiere sind erlaubt</p> <p>Mehr zum Thema Kuhmilch und deren gesundheitlichen Problemen hier:</p> <p><i>Hauptstrasse der Ernährung Teil 3:</i>  <a href="http://www.ever.ch">www.ever.ch</a>: Memberbereich</p>
<b>PEN – Pentadecansäure</b>	-Hinweis auf einen erhöhten Konsum von Kuhmilch und deren Produkten	
<b>PALMI – Palmitinsäure</b>	-Erhöht das schädliche LDL-Cholesterol deutlich	
<b>TVAC – Trans-Vacceninsäure</b>	-Kann nur von Wiederkäuern (Kühe) hergestellt werden	
<b>LIN - Linolsäure</b>	-Verdickt das Blut und vermindert so die Fließfähigkeit!!!	-Pflanzliche Fette und Öle reduzieren, auch Getreideprodukte!
<b>ARA – Arachidonsäure</b>	-Enthalten in tierischen Fetten -Fördert entzündliche Prozesse	Tierische Fette reduzieren
<b>Vitamin-E alpha</b>	-Konkurrenziert das Vitamin E gamma:  <i>Verdrängt das Vitamin E gamma für Monate aus der Zellbindung</i>	-Keine Einnahme von Vitamin E alpha!!!  -Einnahme von Vitamin E in Form natürlicher Gemische (St.Galler Rapsöl, Pekannüsse, Paranüsse, Cashewnüsse)
<b>Vitamin-E allgemein</b>	-Die Abfallprodukte sind giftig und müssen mit Vitamin C und Coenzym Q10 wieder zu Vitamin E regeneriert werden. Bei diesem Vorgang wird Vitamin C giftig und muss mit Selen, Kupfer und Zink regeneriert werden!	
<b>Gesamtcholesterin</b>	-Der Gesamtwert ist nicht aussagekräftig. Zur Beurteilung müssen das <i>gute</i> HDL-Cholesterin und das <i>schädliche</i> LDL-Cholesterin sowie das oxidierte LDL-Cholesterin bestimmt werden	
<b>Kupfer</b>	-Gesundheitsschädigende Wirkungen sind möglich: Kupfer kann oxidative Prozesse fördern -Zinkmangel (Zink=Gegenspieler zu Kupfer) begünstigt hohe Kupferwerte -Hohe Werte findet man auch bei Frauen, welche die Anti-Baby-Pille einnehmen	-Zinkmangel korrigieren

## Weitere Infos

---

[www.ever.ch](http://www.ever.ch)

Medizinwissen

---

Hauptstrasse der Ernährung Teil 1-3

Ernährung

TopMix-Lebenselixiere

Hauptstrasse der Ernährung Teil 3: Memberbereich

Laborbefunde

Fachinformation Labor (Kurzform und ausführlich)  
Fachinformation Hitlisten

Produkteinfos

[www.ever.ch](http://www.ever.ch)

Memberbereich: Passwort: ever

Bestellung

drje49@gmail.com

---

***St.Galler Rapsöl, Granatapfelsaftelixier Dr. Jacobs wie auch alle anderen Produkte sind in der Praxis erhältlich.***