Irmgard Maria Gräf
Die Quark-Öl-Kur

Extrait du livre

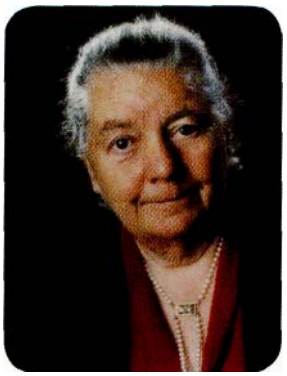
Die Quark-Öl-Kur
de Irmgard Maria Gräf
Éditeur : Via Nova Verlag

http://www.editions-narayana.fr/b16876

Sur notre librairie en ligne vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne
Tel. +33 9 7044 6488
Email info@editions-narayana.fr
http://www.editions-narayana.fr

Editions Narayana



DR. JOHANNA BUDWIG

eine geniale Pionierin
eine mutige Kämpferin für das Leben

Einer großen Forscherin sind die Wege geöffnet. Geboren am 30. September 1908 als Tochter von Elisabeth und Hermann Budwig wächst Johanna in Essen an der Ruhr auf. Nach dem frühen Tod der Mutter kann Johannas Vater, ein einfacher, hart arbeitender Motorenwärter, das wirtschaftliche Auskommen nicht mehr sicherstellen und gibt die 12-Jährige in staatliche Obhut. Johanna wird das Schulgeld erlassen und damit der Besuch des Gymnasiums ermöglicht, wo sie durch ihre analytischen Fähigkeiten erstmals auf sich aufmerksam macht.

Nach dem Abitur entscheidet sich Johanna 1926, als Jungschwester einer Diakonissenanstalt beizutreten. Bald widmet sie sich ihrem Hauptstudium in Münster. Dort schreibt sie sich in der philosophischen und naturwissenschaftlichen Fakultät in die Studienfächer Physik, Chemie, Medizin, Biologie und Botanik ein. Sie promoviert im Fach Physik bei Prof. Dr. Hans-Paul Kaufmann, bei dem sie auch eine Assistentenstelle innehat. Kaufmann, den man in Fachkreisen auch den „Fettpapst" nannte, ist zu dieser Zeit in Deutschland der Experte auf dem Gebiet der Fettchemie und Präsident der Deutschen Gesellschaft für Fettforschung, Münster.

Nachdem Dr. Budwig auch das Staatsexamen in Pharmazie und ihr Diplom im Fach Chemie erfolgreich absolviert hat, kehrt sie 1939 zurück zur Diakonissenanstalt in Kaiserswerth. Dort übernimmt sie die Leitung der Anstaltsapotheke, welche für die pharmazeutische Versorgung von 6.000 Menschen zuständig ist, eingeschlossen das Reservelazarett mit 1.000 Betten.

Nach dem Krieg zieht sie es zurück in die Forschung. Ab 1948 nimmt sie am Lehrstuhl von Prof. Kaufmann ihre Forschungsarbeit am Bundesinstitut für Fettforschung in Münster auf.

1950 kann Dr. Johanna Budwig als erste Wissenschaftlerin gesicherte Nachweise zur Differenzierung von

Leseprobe von I. M. Gräf, „Die Quark-Öl-Kur“
Herausgeber: Via Nova Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Fettsäuren in „gesättigte" und „ungesättigte" auf der Fettforscher-Konferenz in München präsentieren.

1951 wird sie zur Obergutachtenn für Arzneimittel und Fette am Bundesinstitut für Fettforschung berufen.

Bereits 1950 kann sie zusammen mit Prof. Kaufmann auf dem Münchner Fettforscherkongress erste Ergebnisse vorstellen, welche im gleichen Jahr unter dem Titel „Neue Wege der Fettanalyse" veröffentlicht werden. In akribischer Kleinarbeit gelingt es ihr in der Folgezeit, das neue Verfahren der Papierchromatographie systematisch so zu verfeinern, dass selbst kleinste Fettmengen, z. B. aus einem frisch entnommenen Blutstropfen, auf die enthaltenen Anteile der verschiedenen Fettsäuren untersucht werden können. Diese Art des Messverfahrens ist eine geradezu revolutionäre Neuerung auf dem Feld der Fettchemie, ermöglicht sie doch erstmals, auch den Grad des Ungesättigtseins einer Fettsäure zu bestimmen und damit auch die Anziehungskraft derselben auf Sauerstoff. Dass dies auch einen wesentlichen Einfluss auf die zellinternen Atmungsvorgänge im Organismus haben musste, liegt auf der Hand.

Mit diesem neuen Analyseverfahren kann nun das Leinöl als bedeutendste Quelle hochungesättigter Fettsäuren sehr schnell identifiziert werden und nimmt sogleich in der weiteren Forschungsarbeit Dr. Budwigs eine herausragende Stellung ein. Auch lassen sich durch die neuen Analysemethoden die verheerenden Auswirkungen der Erhitzung und anderer chemischer Eingriffe, z. B. bei der Fetthärtung im Prozess der Margarmeherstellung, nachweisen.

1955 geht Dr. Johanna Budwig nach Göttingen und beginnt ein Medizinstudium. In den folgenden zwei Jahren hat sie neben ihrem Studium Gelegenheit, die von ihr inzwischen entwickelte Öl-Eiweiß-Kost mit offizieller Erlaubnis der Universitätsleitung an Patienten auf ihre Wirkung hin zu testen. Ihre Arbeit zieht unglaubliche Erfolge nach sich.

„Die Patientin H.B. kam am 21. Dezember 1955 nach Göttingen, zuerst auf die Station von Prof. Martius, dann in das Weender-Krankenhaus. Die dortigen Professoren wollten nach der Röntgenaufnahme und der Durchleuchtung noch am Heiligen Abend operieren. Die Kranke entschloss sich aber auf mein Anraten hin, nur die Öl-Eiweiß-Kost durchzuführen. Sie erholte sich schnell und durchgreifend. Als sie nach sieben Wochen Krankenhausaufenthalt in Göttingen zurück in ihre Heimat in die Schweiz reiste, wollte man ihr an der Grenze nicht glauben, dass der Pass, den sie vorzeigte und dessen Bild sie

Leseprobe von I. M. Gräf, „Die Quark-Öl-Kur“
Herausgeber: Via Nova Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

sieben Wochen vorher hatte anfertigen lassen, ihr eigener Pass sei. So sehr hatte sich das krankhafte Aussehen innerhalb der sieben Wochen zum Vorteil der Kranken verändert. ... Diese Patientin lebt noch heute (Sept. 1977) in bester Gesundheit." (Budwig D. L, Der Tod des Tumors II, 1977)

Trotz ihrer intensiven Arbeit mit Patienten aus Deutschland und aus allen Teilen der Welt versteht sie sich selber aber weiterhin eher als Forscherin und seit den 60er Jahren auch vermehrt als Erfinderin.

Johanna Budwig wendet sich intensiv quantenphysikalischen Fragen zu, einem Fachgebiet, welches sie schon während ihrer Studienzeit sehr interessierte. Die Quantenbiologie ist ein Zweig der Quantenphysik, welcher sich speziell mit der Frage des Zusammenhangs zwischen der Quantenenergie des Lichtes und der Aufrechterhaltung lebendiger Prozesse in lebenden Organismen beschäftigt. Es scheint offensichtlich, dass die Energie des Sonnenlichtes nicht nur auf indirektem Wege, also gespeichert in den Fettsäuren der Nahrungspflanzen über die Nahrung, sondern auch auf direktem Wege über die Haut aufgenommen werden kann.

1969 meldet sie acht Verfahren zur Herstellung von nicht gesundheitsgefährdenden, aber dennoch haltbar gemachten Produkten an. Die offensichtlichen Zusammenhänge von Ernährung und Krankheitsverläufen lassen sie von nun an nicht mehr los. Immer tiefer dringt sie in die Materie ein. Ein großer Traum von ihr wäre es sicher gewesen, wenn das von ihr entwickelte Verfahren zur Herstellung eines gesunden, aus Pflanzenölen hergestellten und zudem auch haltbaren Streichfettes von der Margarineindustrie übernommen worden wäre. Leider ist es nie dazu gekommen.

Dr. Johanna Budwig zeichnet ihre Erfolge in den verschiedenen Anwendungsgebieten auf und veröffentlicht in den folgenden Jahren eine Vielzahl an Büchern. Doch wie zum Trotz gegen ihre Kritiker geht sie dabei nicht den naheliegenden Weg des wissenschaftlichen Nachweises ihrer Thesen über die positive Wirkung der Öl-Eiweiß-Kost, z. B. auf Demenz und Depressionen. Stattdessen wendet sie sich dem aus ihrer Sicht wichtigeren Thema Krebs zu.

Ab 1979 wird sie siebenmal für den Nobelpreis der Medizin nominiert. Unermüdlich reist die Wissenschaftlerin auf Einladung durch die Welt und hält Vorträge vor Fachpublikum.

Bis ins hohe Alter bleibt Dr. Johanna Budwig sehr rege, berät Patienten und hält auch noch hier und da Vorträge. Zum Verhängnis wird ihr dann im

Leseprobe von I. M. Gräf, „Die Quark-Öl-Kur“
Herausgeber: Via Nova Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Jahr 2002 ein Sturz in ihrem Haushalt, bei dem sie sich den Oberschenkelhals bricht. Im Alter von 94 Jahren kann sie sich nun nicht mehr selbst versorgen und geht in ein Pflegeheim, um sich dort wieder zu erholen. In diesem Altenheim hat man allerdings andere Vorstellungen über die Ernährung einer alten, pflegebedürftigen Dame als diese selbst, auch wenn sie der Welt gerade in punkto Ernährung den Weg in Richtung ‚Gesundung an Körper und Geist' aufgezeigt hat.

Am 19. Mai 2003 stirbt sie im Alter von 95 Jahren.

Dr. Johanna Budwig erlebt nicht mehr, wie ihre Theorien über die Wirkweise der Öl- Eiweiß-Kost und der Omega-3-Fette mit Hilfe moderner Wissenschaft bestätigt werden. Mit der 01-Eiweiß-Kost übergibt Johanna Budwig ihrer Nachwelt einen unermesslichen Schatz.

Leseprobe von I. M. Gräf, „Die Quark-Öl-Kur“
Herausgeber: Via Nova Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Wofür braucht der Körper lebendige Fette?

- ✓ Sie sind für das Gehirn lebenswichtig, um Impulse zu empfangen, zu speichern und korrekt weiterzusenden und abzurufen.
- ✓ Sie sind wichtige Bausubstanz jeder Zellmembran und halten diese flexibel.
- ✓ Sie sind essentielle Faktoren für Sauerstoffentwicklung und konstante Zellatmung.
- ✓ Sie speichern und verarbeiten Sonnenlicht, Photonenenergie.
- ✓ Sie sind zur Aufnahme der fettlöslichen Vitamine A, D, E und K erforderlich.
- ✓ Sie bilden die am stärksten konzentrierte Speicherungsform von Energie.
- ✓ Sie sind für die Funktion von Hormonen und Enzymen unerlässlich.
- ✓ Sie verringern Schwankungen im Blutzuckerspiegel.
- ✓ Sie sorgen für ein natürliches Sättigungsgefühl.
- ✓ Sie dienen dem Wärmehaushalt und dem Organschutz.

Gesättigte und ungesättigte Fettsäuren

Über den Grad der Sättigung erfolgt die Einteilung in gesättigte Fettsäuren, einfach ungesättigte Fettsäuren und mehrfach ungesättigte Fettsäuren. Mit zunehmender Sättigung ändert sich die Struktur. Flüssige Fette, wie z.B. Öle, bestehen hauptsächlich aus ungesättigten Fettsäuren und feste Fette, wie z.B. Butter, vor allem aus gesättigten.

Gesättigte Fettsäuren

sind hauptsächlich tierischen Ursprungs und stammen aus Fleisch-, Wurst-, Milch- und Sahneprodukten und werden vor allem von den Muskeln als Brennfett zur Energiegewinnung verstoffwechselt. Sie müssen nicht in großen Mengen über die Nahrung aufgenommen werden, da sie vom Körper selbst gebildet werden können. Gesättigt nennt man Fette, deren Kettenglieder durch gewöhnliche Einfachbindungen mit einem Elektronenpaar verbunden sind. Diese Bindungen sind recht stabil. Je länger die Molekülketten, desto stabiler die Fettsäuren, desto träger reagieren sie mit anderen Stoffen im Körper. Dem Organismus fällt es schwer, sie aufzuspalten. Von der Zelle nicht benötigte Fettsäuren

Leseprobe von I. M. Gräf, „Die Quark-Öl-Kur“
Herausgeber: Via Nova Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

werden durch Insulin als Speicherfett im Fettgewebe eingelagert. Gesättigte Fettsäuren erhöhen die Blutfettwerte und den Cholesterinspiegel.

Ungesättigte Fettsäuren

benötigt der Körper als wertvolles Bau- und Strukturfett z.B. für Zell-Membran-Bausteine. Ungesättigte Fettsäuren kommen überwiegend in Oliven-, Weizenkeim-, Sonnenblumen-, Raps-, Distel- und Sojaöl vor. Die einfach gesättigten Fettsäuren des Olivenöls weisen das LDL-Cholesterin in seine Schranken, also jenes Cholesterin, das für die Ablagerungen in den Blutgefäßen verantwortlich ist.

Einfach ungesättigte Fettsäuren müssen nicht über die Nahrung zugeführt werden, da der Körper sie selbst erzeugen kann. Anders verhält es sich mit den essentiellen Fettsäuren.

Essentielle Fettsäuren,

die mehrfach ungesättigten Fettsäuren, sind lebenswichtig. Sie können vom Körper selbst nicht produziert werden und müssen deshalb über die Nahrung aufgenommen werden. Die wichtigsten Vertreter essentieller Fettsäuren sind die Linolsäure als Omega-6-Fettsäure und die Alpha-Linolensäure als Omega-3-Fettsäure. Flachs, Hanf, Borretsch und die Nachtkerze tragen in ihren Samen einen hohen Anteil an essentiellen Fettsäuren. Walnüsse und Mandeln sind ebenfalls reich an diesen Fettsäuren.

Essentielle Fettsäuren sind am Aufbau der Zellmembranen beteiligt und steuern mit den aus ihnen entstehenden Substanzen, wie z. B. den Prostaglandinen, viele lebenswichtige Prozesse im Organismus. Sie wirken wie eine Anti-Aging-Behandlung für die Blutgefäße.

Essentielle Fettsäuren sind elektrisch negativ geladen und ziehen positiv geladene schwefelhaltige Eiweißmoleküle an. Sie verbinden sich und werden dadurch wasserlöslich. Es entstehen hochwertige Lipoproteine. Erst diese steuern den gesamten Wasser-, Enzym- und Hormonhaushalt. Durch ihre Wasserlöslichkeit können sie in feinste Gefäßkapillare eindringen.

Eine Studie mit 84 000 Krankenschwestern als Probanden ergab Erstaunliches: Nachdem nur fünf Prozent der aufgenommenen Kohlendhydrate durch ungesättigte Fettsäuren ersetzt worden waren, reduzierte sich das Diabetes-Risiko um 56 Prozent.
(Studie, Risiko Ernährung bei Diabetes , 2001)

Leseprobe von I. M. Gräf, „Die Quark-Öl-Kur“
Herausgeber: Via Nova Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Irmgard Maria Gräf

Die Quark-Öl-Kur

Die Heilkraft der Öl-Eiweiß-Ernährung nach Dr. Johanna Budwig mit vielen Rezepten

240 pages, broché
publication 2014

acheter maintenant

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain
www.editions-narayana.fr