

BAKTERIEN POST

≡ 4/2019

von der Eußenheimer Manufaktur

NEU

Verpackungsfrei einkaufen -

WIR FÜLLEN AB!

S. 2

UNSERE NEUEN LIEBLINGE

Wir haben unser Pets- und Tier-
Produktsortiment erweitert.

S. 7

DIE LEBER,
eines unserer wichtigsten
Entgiftungsorgane.
S.10-13

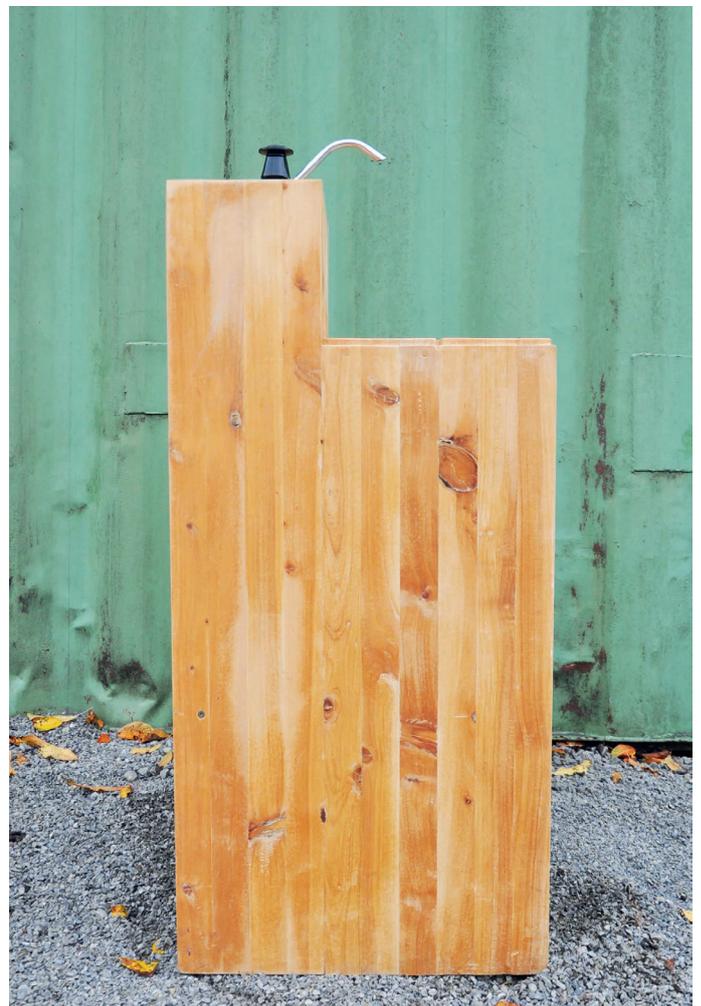
Wir sind
Pro**BIO**
tisch • —

Wir füllen ab!

Mit unseren Mikroorganismen können wir sehr viel für die Umwelt tun. Deshalb haben wir uns auch sehr viel Gedanken über umweltfreundliche Verpackungen und Nachfüllstationen gemacht.

NEU

Wer Interesse an einer Nachfüllstation für sEM Garten, Flüssigdünger, Tier und Reiniger hat, kann sich gerne bei uns melden.



Unsere Nachfüllstation

Alternativ bieten wir eine kleine Nachfüllstation in Form eines 30 Liter Kanisters mit Zapfhahn an.



Liebe Freunde der spezifischen Effektiven Mikroorganismen,

schon wieder ist ein Jahr vergangen und bald ist Weihnachten. Auch dieses Jahr hat sich bei der Eußenheimer Manufaktur wieder Einiges getan.

Für mich war ein Höhepunkt der Besuch in Nepal. Wir unterstützen schon seit Jahren ein Terra Preta Projekt mit Waldgärten in Nepal. Mein Sohn und ich konnten uns direkt vor Ort ein Bild über die Arbeiten der Nepalesen machen. Auch dieses Jahr spenden wir wieder nach Nepal, um die Menschen für ihren Beitrag zur Rettung des Weltklimas zu unterstützen. Am 02. Dezember 2019 um 19.30 Uhr stelle ich das Projekt bei uns in der Eußenheimer Manufaktur mit vielen Bildern aus Nepal vor. Wer dieses Projekt finanziell unterstützen möchte, kann sich gerne an mich wenden.

Ich kann Ihnen versichern, dass die gespendeten Gelder 1 : 1 bei den Dorfbewohnern, die sich um die gepflanzten Bäume kümmern, ankommen. Einen ausführlichen Bericht über Nepal finden Sie auf Seite 4 - 6.

Ein weiterer Höhepunkt war der 14. Oktober 2019. Oliver Kyr dreht gerade einen Dokumentarfilm über Mikroorganismen und kam direkt von Prof. Higa aus Okinawa zu uns nach Eußenheim. Ein spannender Tag und eine Ehre für uns. Im März/ April 2020 kommt der Film in die deutschen Kinos. Wenn wir Glück haben, wird die Premiere bei uns sein. Wir halten Sie auf dem Laufenden, wo und wann die Erstaussstrahlung sein wird.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Euch

Jürgen



Nepal 2019



Nepal - Das Projekt

Ein Terra Preta Projekt
mit Waldgärten in Nepal.



Terra Preta ist in Nepal schon vor Jahren angekommen. Die Menschen haben verstanden, dass im Zuge der Klimaerwärmung – egal, ob vom Menschen selbst oder durch natürliche Phänomene, wie die Sonnenwinde verursacht - Humusaufbau lebenswichtig ist.

In Nepal gibt es die Trockenzeit und die Regenzeit. In der Trockenzeit fehlt das Wasser für das Wachstum der Pflanzen, weil ausgelaugte Böden dies nicht speichern können. In der Regenzeit werden die mühsam aufgebauten Nährstoffe ausgewaschen und landen in Flüssen und Seen.

Kommt uns inzwischen auch bekannt vor. Wenn ich mir alleine die letzten 2 Jahre in Deutschland ansehe, mit extrem trockenen Sommern und dann wolkenbruchartigen Regenfällen, ist dies nicht anders. Tote, humusarme Böden kommen mit diesen Extremen nicht zurecht. Die Pflanzen leiden und werden krank. Dadurch mehr Schädlinge, mehr chemische Spritzmittel und weniger Erträge. Zusätzlich sinkt der Nährstoffgehalt in unseren Pflanzen und wir Menschen können dadurch krank werden. Ein Kreislauf, der durchbrochen werden muss, wenn wir uns auf Dauer gesund ernähren wollen. Dies gelingt uns nur mit Terra Preta. Terra Preta übersetzt aus dem Portugiesischen heißt schwarze Erde.

Die Idee ist 7.000 Jahre alt

Gärtner auf der ganzen Welt nutzen eine Idee, die Menschen im Amazonasgebiet vor rund 7.000 Jahren hatten und die lange Zeit in Vergessenheit geraten war. Terra Preta, also schwarze Erde, heißt der Boden. Die Idee gewinnt täglich neue Anhänger – außer in der Agrarindustrie.

Francisco de Orellana, ein spanischer Konquistador, der als erster Europäer den Amazonas von West nach Ost befuhr, entdeckte dort 1542 große Siedlungen auf sehr fruchtbarem Boden. Die Bevölkerungsdichte war so hoch wie in heutigen Großstädten – eigentlich unmöglich auf den normalerweise nährstoffarmen, ausgewaschenen Böden des Regenwaldes. Orellana konnte das Geheimnis nicht aufklären, doch in den 1960er Jahren entdeckten Forscher Überreste der Siedlungen. Als sie tiefer gruben, legten sie eine bis zu zwei Meter dicke Schicht aus Terra Preta frei. Die bestand aus Pflanzenrückstän-

den, Knochen, Fischgräten, Hühnerkot, menschlichen Exkrementen, Tonscherben und Pflanzenkohle. Mikroorganismen waren damals noch genug auf den Pflanzen vorhanden. (Es gab ja noch keine chemischen Spritzmittel.) Heute haben wir unsere Effektiven Mikroorganismen, die einen erheblichen Beitrag zum Gelingen von Terra Preta leisten.

In Ghana, Australien, Japan, China, Südkorea, Kenia und Nepal setzen Menschen die Erde ein.

In der Ökoregion Kaindorf in der Steiermark gibt es einen regionalen CO₂-Handel: Bauern bekommen 30 Euro für jede Tonne Kohlendioxid, die sie in der Erde binden. Unternehmen zahlen 45 Euro pro Tonne CO₂ als Kompensation für ihre Emissionen.

Die Differenz erhält ein Verein, der den Klimaerfolg der Bauern durch Prüfungen und Bodenanalysen über fünf Jahre hinweg verfolgt. In Ghana, Australien, Japan, China, Südkorea und Nepal setzen Menschen die schwarze Erde ein, in Skandinavien, im Wallis, in Eußenheim, auch im Kreuzberger Prinzessinnengarten und im Botanischen Garten Berlin.

Wagner, promovierter Geoökologe von der Freien Universität, ist Projektkoordinator von „TerraBoGa“ – Terra Preta im Botanischen Garten. Wissenschaftler von der FU und Kollegen vom Botanischen Garten haben von der Europäischen Union und der Berliner Senatsverwaltung für Umwelt Geld dafür bekommen, das Potenzial von Terra Preta zu erforschen. Das Ergebnis war eindeutig: Im Boden war mehr Humus, die Erträge waren höher und die Pflanzen gesünder. Die CO₂-Emissionen pro Jahr sanken im Botanischen Garten von 130 Tonnen pro Jahr auf minus 69. Wagner und seine Kollegen haben also Treibhausgase in großer Menge aus der Atmosphäre geholt und im Boden gebunden.

Thorsten Laute, Bereichsleiter Freiland im Botanischen Garten, erzählt, dass sie vor dem Start des Projekts tonnenweise Grünabfall für viel Geld von einem Kompostierbetrieb hätten abholen lassen, um dann gleichzeitig Kompost einzukaufen. Niemand sei zuvor auf die Idee gekommen, diese Logik zu durchbrechen. Außerdem erschien es bequemer, die Arbeit an Dienstleister auszulagern. „Das machen wir jetzt nicht mehr.“

Laute, ein kräftiger 52-Jähriger, und der zehn Jahre jüngere Wagner gehen an mehreren ungefähr 30 Meter langen Erdhaufen entlang. In einem der Haufen stellen Laute und Wagner eine besonders nährstoffreiche Terra Preta her: Sie enthält Dung von Elefanten aus dem Tierpark in Berlin-Friedrichsfelde.

Auch diese Kooperation wird von EU und Senat gefördert. Schon jetzt haben Auswertungen ergeben, dass sich die CO₂- und die sonstige Ökobilanz von Tierpark und Zoologischem Garten stark verbessern würden, wenn die enormen Mengen an Dung, Ästen und Grünschnitt zu Terra Preta verarbeitet würden. „Die Wissenschaft hat geliefert.“, sagt Wagner, „Jetzt ist die Politik am Zug!“.

Weniger diplomatisch drückt es Bruno Glaser aus. „Die Limitierung ist die politische Ignoranz“, sagt der einzige deutsche Professor für Bodenbiogeochemie. Der Mann aus Oberfranken hat einen Lehrstuhl in Halle. Glaser gehört zum weltweiten Netz von Wissenschaftlern, die den Rest der Menschheit von Terra Preta überzeugen wollen. Anfang der 1990er Jahre war er es, der zum ersten Mal endgültig beweisen konnte, dass die schwarze Erde im Amazonasgebiet von Menschen gemacht ist.

Bei keinem Thema waren die Ergebnisse so eindeutig

Glaser sagt, er habe 6.600 wissenschaftliche Arbeiten aus der ganzen Welt zum Thema Terra Preta ausgewertet. „Bei keinem Thema, mit dem ich mich bisher beschäftigt habe, waren die Ergebnisse so eindeutig.“ Durch einen konsequenten Einsatz der schwarzen Erde ließen sich nicht nur die Nährstoffkreisläufe schließen. Es könnten auch zehn Prozent der gesamten CO₂-Emissionen in Europa vermieden werden.

Die Fernsehserie Terra X widmete einen 8-minütigen Beitrag dem Thema Terra Preta. Prof. Harald Lesch kam zu dem Ergebnis, dass es sich um den Dünger der Zukunft handele.

Dies sehe ich genauso. Bisher habe ich immer für den Einsatz und Herstellung von Terra Preta zur CO₂-Emission argumentiert. Ich sehe aber den riesigen Nutzen für den Aufbau von Humus und damit verbunden den Vorteil der Wasser- und Nährstoffspeicherung.

Wir haben schon vor Jahren in unseren Bokashi + 400 Pellets und Rasendünger Pflanzenkohle gegeben, um sozusagen einen Terra Preta Bokashi zu machen. Sehr gut hat sich ebenfalls unser Terra Symbiotika bewährt, mit dem Sie selbst Ihre Terra Preta machen können. Wir denken, es ist die bessere Lösung, als Terra-Preta-Erde in Säcken zu kaufen. Geben sie einfach Terra Symbiotika über ihren Kompost, zur eigenen Bokashiherstellung, über Mist oder Kräuterjauchen dazu und sie erhalten die beste Terra Preta die sie sich nur vorstellen können. Die Gabe von Terra Symbiotika ist auch im Winter auf den Kompost oder Mist möglich. Vergessen sie nicht ihre Zimmerpflanzen mit unserem sEM Flüssigdünger zu gießen.

Viele Anwender berichten, dass der Kompost viel schneller und ohne Fäulnisprozesse gereift ist. Unser Terra Symbiotika enthält neben der Pflanzenkohle auch wertvolle Mineralien, Mykorrhizapilze und natürlich unsere sEM's.

Als Mykorrhiza wird eine Form der Symbiose von Pilzen und Pflanzen bezeichnet, bei der ein Pilz mit dem Feinwurzelsystem einer Pflanze in Kontakt ist.

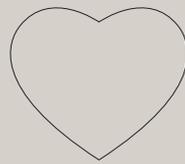
Zum Thema Terra Preta halte ich inzwischen Vorträge. Wer einen buchen möchte, kann gerne bei mir anfragen.



sEM Pets,
sEM Pets Ohr, sEM Pets Mund und Haut, sEM Pets Fell,
sEM Pets Hundeleckerli,
sEM Pets Hundebokashi, sEM Pets Kleintierbokashi,
sEM Pets Reiniger und Raumspray



sEM Tier,
sEM Tier Pferdebokashi, sEM Tier Pferdeleckerli,
sEM Tier Hühnerbokashi, sEM Tier Bienen



Unsere neuen Lieblinge

2020 werden wir uns mit unseren Mikroorganismen verstärkt um das Wohl der Tiere kümmern. Wir haben mit Lutz Stamm einen neuen Mitarbeiter, der ein eigenes Tierheim leitet und schon seit Jahren für Pro Animale arbeitet. Er ist ab sofort Ihr kompetenter Ansprechpartner, wenn es um das Wohl Ihrer Lieblinge geht. In einigen Tierstationen von Pro Animale wird schon seit Jahren EM erfolgreich eingesetzt. Die positiven Rückmeldungen und unser neuer Mitarbeiter haben uns angespornt, hier noch stärker tätig zu werden. Einige neue Produkte sind gemeinsam entstanden, wie z. B. unser neuer Reiniger für Tiere, Bokashi, Hunde- und Pferdeleckerli. Wir haben hierfür ein neues Prospekt gemacht, welches Sie gerne anfordern können. Wer - wie wir - „Pro Animale Tiere in Not“ unterstützen möchte, kann dies über das Spendenkonto gerne tun.

Pro Animale für Tiere ind Not e.V.
Sparkasse Coburg-Lichtenfels
BIC: BYLADEM1COB
IBAN: DE33 7835 0000 0000 202010

Die notleidenden Tiere und Frau Wodke, die ihr ganzes Leben dem Verein gewidmet hat, würden sich riesig freuen. Jeder Euro zählt. Ich habe mir selbst schon Stationen von Pro Animale angeschaut und weiß, dass das Geld zu 100 % bei den Tieren ankommt und für sie eingesetzt wird.

Nähere Informationen zur Tierpension und dem Gnadenhof Rhönwiese e. V. von Lutz Stamm und Heike Gottwald finden Sie unter

<http://www.tierpension-unterlind.de>

Hier können Sie auch direkt mit einem Klick für den Verein spenden.



KURSE

Die Kurse zum „Ganzheitlichen zertifizierten Ernährungsberater für Effektive Mikroorganismen“ wurden 2019 sehr gut angenommen. Deshalb haben wir uns entschieden, auch 2020 interessierten Menschen die Mikroorganismen näher zu bringen.

Inzwischen stellen wir fast 40 Produkte für die verschiedenen Anwendungsbereiche selbst her, die erklärt werden dürfen. Wir haben für das 1. Halbjahr 2020 Termine zur Produktschulung und Ausbildung zum ganzheitlichen, zertifizierten EM-Berater festgelegt, die Sie auch unter der Rubrik Veranstaltungen auf unserer Homepage www.pro-top.de nachlesen können.

Er wird wieder 2 Kurse an folgenden Terminen geben:

KURS 1 „GESUNDHEIT MIT EFFEKTIVEN MIKROORGANISMEN“

- Besichtigung der neuen Betriebsräume
- Darmgesundheit
- Säure-Base-Haushalt
- Entgiftung
- Ernährung
- Wasser

16. Januar	von 8.30 Uhr	bis 13.00 Uhr
19. März	von 13.00 Uhr	bis 17.30 Uhr
22. April	von 8.30 Uhr	bis 13.00 Uhr
14. Mai	von 13.00 Uhr	bis 17.30 Uhr

KURS 2 „EFFEKTIVE MIKROORGANISMEN“

- Einführung EM-Technologie
- Garten
- Haushalt
- Tiere
- Wasser

16. Januar	von 14.00 Uhr	bis 18.00 Uhr
20. März	von 8.30 Uhr	bis 13.00 Uhr
22. April	von 14.00 Uhr	bis 18.00 Uhr
15. Mai	von 8.30 Uhr	bis 13.00 Uhr

KURS 3 „EFFEKTIVE MIKROORGANISMEN FÜR TIERE“

- Einführung EM-Technologie
- EM bei Hunden
- EM bei Katzen
- EM bei Pferden
- EM bei Nutztieren (Geflügel, Schweine, usw.)
- EM fürs Wasser

Kursleiter: Lutz Stamm

25. März	von 13.00 Uhr	bis 18.00 Uhr
07. Mai	von 13.00 Uhr	bis 18.00 Uhr

Diesen Kurs haben wir neu und er richtet sich an Tierärzte, Tierheilpraktiker, Tiertherapeuten, Betreiber von Tierheimen und alle, denen das Wohl ihrer Tiere am Herzen liegt.

Es stehen pro Kurs nur begrenzte Teilnehmerplätze zur Verfügung. Daher bitten wir um eine verbindliche Zusage.

Die Kosten betragen pro Kurs 50,00 Euro und beinhalten Seminarunterlagen, Getränke und Bio-Snacks. Die Kursgebühr wird vor dem Kurs von uns erhoben. Wer übernachten möchte, kann gerne bei uns nach Pensionen oder Hotels in der Umgebung anfragen. Übernachtungskosten sind im Seminarpreis nicht enthalten.



QI GONG

Qi Gong in den Räumen der Eußenheimer Manufaktur. Start 5. Februar 2020 immer mittwochs ab 19.00 Uhr mit der begeisterten EM -Anwenderin **Gabriele Rudolph** aus Eußenheim.

Qi Gong – was es ist, was es kann. Qi Gong - wesentlicher Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

- wurde in China ursprünglich zur Pflege der Lebenskraft verstanden. „Qi“ als Ausdruck für Lebenskraft oder Lebensenergie und „Gong“ für das beharrliche Üben. Vielfältige Bewegungsübungen - die vorwiegend langsam und mit einer klaren Aufmerksamkeit ausgeführt werden - lockern den Körper und haben eine wohltuend regulierende Wirkung auf Körper und Geist. Bei regelmäßigem Üben sind sie bestens dafür geeignet, zivilisationsbedingten Beschwerden vorzubeugen. Es ist möglich, durch kontinuierliches Üben die ungeteilte Ausrichtung auf den gegenwärtigen Moment zu erreichen, den eigenen Qi-Fluss spüren zu lernen und belastenden Situationen zuversichtlicher zu begegnen. Qi Gong als eine Form der Lebenspflege verstanden, kann ein Weg werden, der zu mehr Vitalität und innerer Ausgeglichenheit führt und die eigene Wahrnehmung dafür stärkt, welche Aspekte im Leben wirklich wichtig und nützlich sind. Die Vielfalt der Qi Gong Übungen sind für Menschen aller Altersstufen gut zu erlernen. Durch die Praxis des Atems und der Vorstellungskraft sind die Übungen nicht allein an das Üben im Stehen gebunden.

Ab 05. Februar 2020 startet ein fortlaufender Kurs: immer mittwochs ab 19.00 Uhr für 75 Minuten. Er besteht aus 5er Sequenzen 4+1 und kann fortlaufend gebucht werden. 4 + 1 = 4 x bezahlen und 1 x gratis teilnehmen für 35.- € incl. Skript, um auch zuhause den wohltuenden Qi-Fluss zu pflegen.

Anfragen zu Teilnahmebedingungen, weiteren Terminen und Anmeldungen bitte über die Kursleitung abwickeln: **gabilin@web.de** oder **09353-9 92 84** Gabriele Rudolph, bekannt durch Qi Gong im Park in Eußenheim, Kursleiterin i. Ausbildung, Mitglied im Verband der Deutschen Qi Gong Gesellschaft e.V..

VORTRAG



Preis: 20,00 Euro

Auch dieses Jahr hatten wir einen Vortrag der ganzheitlichen Ernährungsberaterin **Alexandra Eideloth**. Diesmal zu dem Thema Leberentgiftung. Der Vortrag war - wie letztes Jahr - wieder sehr informativ.

Buchvorstellung – Alexandra Eideloth

Wir haben nun das Buch von Alexandra Eideloth „Der Nahrungs-WAHN-SINN – Vergiftest Du Dich noch - oder lebst Du schon?“, in unserem Sortiment. Es ist ein Handbuch mit spannenden und einfachen Hintergrundwissen sowie einfachen Wegen zur Gesundheit mit einer Anleitung einer 4-Wochen Detox-Kur für den Alltag.

In Deutschland leiden etwa fünf Millionen Menschen an einer Lebererkrankung*

*Das sind 6 % der Bevölkerung.

Zu den häufigsten Erkrankungen zählen eine Leberentzündung (Hepatitis), eine Leberzirrhose (Schrumpfleber), eine Fettleber sowie Leberkrebs. Oftmals bleiben Lebererkrankungen lange Zeit unbemerkt, da sie sich in einem frühen Stadium lediglich durch unspezifische Symptome wie Abgeschlagenheit und Müdigkeit äußern.

Lebererkrankungen können verschiedene Ursachen haben. Ein häufiger Auslöser ist chronischer Alkoholmissbrauch – er ist etwa für die Hälfte aller Lebererkrankungen verantwortlich. Daneben kommen aber auch chronische Virusinfektionen, Stoffwechselkrankheiten oder Medikamente als Ursache in Frage.

Lebererkrankungen Symptome:

Eine Lebererkrankung wird oftmals spät erkannt, da sie erst in einem fortgeschrittenen Stadium deutliche Beschwerden hervorruft. Lange Zeit treten dagegen nur schwache und unspezifische

Symptome auf. Dazu gehören unter anderem:

- Müdigkeit und Abgeschlagenheit
- Appetitverlust
- Übelkeit und Erbrechen
- Konzentrationsstörungen
- ein Druckgefühl im rechten Oberbauch

Halten solche Symptome über einen längeren Zeitraum an, sollten Sie immer an eine Lebererkrankung denken und vorsorglich einen Arzt aufsuchen. Die für viele Lebererkrankungen typische Gelbfärbung der Haut und der Schleimhäute tritt nämlich erst in einem fortgeschrittenen Stadium auf. Spätestens, wenn Sie dieses Symptom bemerken, ist ein Arztbesuch dringend nötig.

So kommt es zu Leberschäden, auch wenn Sie keinen Alkohol trinken:

Forscher entdeckten, warum die Leber vieler Fettleber-Patienten durch Alkohol geschädigt wird, obwohl diese Menschen gar keinen Alkohol trinken. Doch woher kommt der Alkohol? Im Körper kann Alkohol gebildet werden, der dann

zur Fettleber führt. Wer viel Alkohol trinkt, läuft Gefahr, eine Fettleber zu entwickeln. Bei der sog. nicht-alkoholischen Fettleber (NAFLD) hingegen braucht es zur Bildung einer Fettleber keinen Alkohol. Hier führen andere Ursachen zur Fetteinlagerung in der Leber, z. B. ein Übergewicht mit regelmäßig zu hoher Kalorienaufnahme, Bewegungsmangel oder ein hoher Kohlenhydratkonsum in Form von häufigen Mehl- und Zuckerspeisen, Fruchtsäften oder Limonaden. Allerdings gibt es auch Menschen, die weder übergewichtig sind noch übermäßig viel Zucker essen, Alkohol schon gar nicht trinken und dennoch eine Fettleber haben. Was ist der Grund dafür? Forscher entdeckten etwas Seltsames: Bei über 60 % der Patienten, die an einer nicht-alkoholischen Fettleber litten, die also eine Fettleber hatten, obwohl sie so gut wie keinen Alkohol tranken, konnte Alkohol nachgewiesen werden. Wo im Körper dieser Patienten wird der Alkohol gebildet?

Bestimmte Darmbakterien produzieren Alkohol

„Wir waren sehr überrascht, als wir herausfanden, dass es bestimmte Darmbakterien sind, die Alkohol produzieren können“, sagte Studienautorin Jing Yuan vom Capital Institute of Pediatrics in Peking. Sind die auf diese Weise entstehenden Alkoholmengen schließlich so groß, dass sie vom Körper nicht mehr abgebaut werden können, kann sich eine alkoholische Fettleber entwickeln, obwohl man gar keinen Alkohol trinkt?“ Yuan und ihr Team entdeckten den Zusammenhang zwischen Darmbakterien und der nicht-alkoholischen Fettleber anhand eines Patienten, der große Leberschäden hatte, da er an einer seltenen Erkrankung namens Eigenbrauer-Syndrom litt. Was ist das Eigenbrauer-Syndrom? Bei dieser Darmerkrankung sind es Hefepilze, die sich aufgrund einer falschen Ernährung, eines geschwächten Immunsystems oder auch nach einer Antibiotika-Therapie übermäßig vermehren (Candidose) und nach zuckerreichen Mahlzeiten große Alkoholmengen produzieren. Eine Stuhlanalyse ergab, dass sich dort bestimmte Stämme von *Klebsiella pneumoniae* befanden, die in der Lage sind, große Alkoholmengen zu produzieren. *K. pneumoniae* ist ein sogenanntes fakultativ pathogenes Bakterium, das bedeutet es kann unter bestimmten Umständen Krankheiten auslösen. *K. pneumoniae* kommt praktisch überall vor, unter anderem auch in der menschlichen Darmflora. In diesem speziellen Fall waren es Stämme, die vier- bis sechsmal mehr Alkohol herstellen konnten als *Klebsiella*-Stämme, die man bei gesunden Personen findet. Nach dieser Entdeckung überprüfte Yuans Team die Darmflora

von 43 Personen mit nicht-alkoholischer Fettleber (NAFLD) und von 48 gesunden Personen. Und tatsächlich: 60 % der NAFLD-Patienten beherbergten *Klebsiella*-Stämme, die hohe oder mittlere Alkoholmengen produzierten. In der Gruppe der gesunden Teilnehmer fand man diese Stämme nur bei 6 %. Veröffentlicht wurde die Studie im September 2019 im Fachjournal *Cell Metabolism*.

Man sieht an diesem Beispiel wieder, wie wichtig eine gesunde Darmflora ist. Durch den gezielten Einsatz von Probiotika wie z. B. unser ProTop Antioxidans oder ProTop Base wird ein positives Darmmilieu aufgebaut.

Ein weiterer Grund für Leberprobleme sind Entzündungen. Sie werden inzwischen als „stille Gefahr“ bezeichnet.



Die Leber ist zusammen mit dem Darm ein wichtiges Organ bei der Entgiftung!

Zytokine (Entzündungsstoffe) werden aktiviert, um das Körpersystem zu regulieren. Werden jedoch zu viele Zytokine gebildet, ist der Körper nicht in der Lage, hier zu reagieren. Dies führt zu Gewebsschädigungen, die in chronischen Entzündungen bzw. Autoimmunerkrankungen münden können. Genau hier spielt die Leber eine entscheidende Rolle. Wenn die Leber nicht mehr in der Lage ist perfekt zu arbeiten, leidet z. B. die Produktion der Gallensäure. Diese ist für die Verdauung von großer Bedeutung. Bei eingeschränkter Gallenproduktion kommt so die Verdauung ins Stocken und so entstehen Probleme wie Blähungen, Durchfall oder Verstopfung bis hin zu Leaky Gut, Morbus Crohn oder Reizdarmsyndrom (RDS). Selbst bei erhöhten Blutfetten ist die Leber von großer Bedeutung, da die Leber versucht, die überschüssigen Fette aus dem Blut zu filtern.

Übersicht der wichtigsten Aufgaben der Leber:

- Sie wandelt Nahrungsbestandteile in Energie-lieferanten und Bauteile für die Erneuerung und den Aufbau von Gewebe um.
- Sie ist ein wesentliches Organ zum Entgiften, indem sie mit der Nahrung aufgenommene Giftstoffe umbaut und aus dem Körper ausscheidet.
- Sie produziert Gallenflüssigkeit, die für die Fettverdauung notwendig ist.
- Sie produziert Stoffe, die bei der Blutgerinnung eine wichtige Rolle spielen.
- Sie speichert Vitamine und Mineralien.
- Sie sorgt dafür, dass das überschüssige Fett aus dem Blut gefiltert wird. Ist zu viel Fett im Blut, dann fehlt Sauerstoff im Blut und das macht müde und schlapp.

Lässt eine ständige Überlastung nicht nach, dann setzt sich das Fett in der Leber an und sie kann nur noch eingeschränkt arbeiten. Es folgt die Fettleber und im weiteren Verlauf die Zirrhose.

Das zeigt auf, wie wichtig die Leber ist. Die Leber hat keine Neven und schmerzt nicht. Der Schmerz der Leber ist die Müdigkeit. Die Leber leidet still und leise.

Wir haben im Zuge folgende Einnahmeempfehlung für die Leber:

- 1 x am Tag 2 Stunden nach dem Abendessen 1 Teel. oder 3 Kapseln ProTop BioRedoX2
- täglich 2 Teel. ProTop Amino (erhöhter Bedarf bei Ausleitung)
- Unterstützung der Leber mit Berberin, 3 x 1 Berberin zu den Mahlzeiten
- 1 Teel. ProTop Base mit 1 Essl. Wasser vor dem Schlafengehen trinken
- 2 Liter Wasser oder Tee am Tag trinken (Tee siehe rechts)
- täglich 10 Min. Trampolin oder 10.000 Schritte in der Natur gehen

Bei Leberproblemen hat sich sehr gut unser **ProTop Base** bewährt.

ProTop Base ist ein von uns fermentiertes Getränk auf Basis spezifischer Effektiver Mikroorganismen und Topinambur (probiotisch). Das Besondere beim Base sind die Bitterkräuter nach Hildegard von Bingen: Andorn, Artischocke, Bitterdistel, Bitterklee, Chinarinde, Enzianwurzel, Engelwurz, Galgant, Ingwer, Kardamomsamen, Kurkuma, Löwenzahn und Mariendistel. Alles Pflanzen, die für ihre

Wirkung auf die Leber bekannt sind. Durch den Fermentationsprozess mit unseren Mikroorganismen wird die Wirkung der Bitterkräuter verstärkt und es enthält keinen Alkohol.

Weiterhin wirkt Base auch sehr gut in den Bereichen:

- Säure-Base-Haushalt
- Magen-Funktionen
- Dünndarm
- Aufbau der Darmflora
- Ausleiten von Pestiziden
- Ausleitung von Schwermetallen
- Regeneration der Leber

Wer ProTop Base auch zum Entsäuern nutzen möchte, sollte zusätzlich Fußbäder mit Basenpulver machen. Mind. 2 – 3 Wochen, Wassertemperatur unter 37 Grad. Wem dies zu aufwendig ist, kann alternativ anstelle der Fußbäder mit Chlorella-Algen ausleiten. Chlorella ist auch zusätzlich ein guter B 12- und Vitamin A-Lieferant.



Neu: Ein Demeter Tee von Peter Effenberger aus Nepal zur Unterstützung der Leber. Ayurveda Power mit Tulsi, Zitronengras, Triphala, Guduchi und Minze. (35g 6,00 €)

Alternativ zu ProTop Base haben wir ProTop BioRedoX 2 in Pulver oder Kapselform entwickelt. BioRedoX 2 wirkt direkt zum Lösen (Entgiften) der Leber durch die Inhaltsstoffe Löwenzahn, Mariendistel, Koriander, Weizengras, Gerstengrassaftpulver, Dill, Petersilie, Curcumin, Brokkoli, Hagebutte und Acerolakirsche. Zusätzlich ist noch die Chlorella-Alge zum Binden der Gifte enthalten.

LÖWENZAHN

Löwenzahn wirkt durch seine Bitterstoffe im Bereich Galle, Leber, Magen-Darm, Niere und Blase. Positiv bei Gallensteinen, sowie Rheuma und Gicht, wirkt blutreinigend und bringt den Stoffwechsel in Schwung.

MARIENDISTEL

Mariendistel entlastet die Leber, wirkt antioxidativ z. B. bei Krebs und unterstützt die Funktion der Lunge.

KORIANDER

Koriander unterstützt die Entgiftung, wirkt antioxidativ bei Infektionen und Entzündungen, reduziert Blähungen und Durchfall. Koriander wirkt positiv bei einem Reizdarm und Rheuma.

CHLORELLA-ALGE

Liefert auf natürliche Art B12 und Aminosäuren, wirkt positiv auf die Gedächtnisleistung, unterstützt die Entgiftung, den Cholesterinhaushalt und wirkt blutreinigend.

WEIZENGRAS

Weizen gras wirkt entzündungshemmend, entgiftend und unterstützt daher die Reinigung über den Darm. Ein weiterer Vorteil ist die basische Wirkung.

GERSTENGRAS

Gerstengras wirkt antioxidativ und entzündungshemmend. Ein weiterer Vorteil ist die basische Wirkung.

DILL

Dill wirkt bei Blähungen und ist antioxidativ sowie entzündungshemmend.

PETERSILIE

Petersilie unterstützt die Entgiftung, die Funktion der Lunge, sowie die Nierentätigkeit.

CURCUMIN GEMAHLEN

Kurkuma wirkt positiv bei Diabetes und hohem Blutzucker, sowie bei Vitiligo oder Psoriasis. Sie wirkt antioxidativ z. B. bei Krebs, Entzündungen der Gelenke oder Knochen.

BROKKOLI

Brokkoli wirkt antioxidativ z. B. bei Krebs, Arthritis, Arthrose, Heuschnupfen, Alzheimer und positiv auf die Atemwege.

HAGEBUTTE

Die Hagebutte wirkt antioxidativ als natürliches Antibiotikum bei Entzündungen im Magen-Darm-Bereich und den Gelenken, wirkt positiv bei Arthrose und unterstützt den Cholesterinhaushalt.

ACEROLAKIRSCHEN

Die Acerolakirsche stärkt das Immunsystem, wirkt antioxidativ als natürliches Antibiotikum bei Entzündungen.

Grundsätzlich ist bei einer Entgiftung wichtig, auf ausreichend Aminosäuren zu achten.

Wir und andere Therapeuten haben festgestellt, dass der Bedarf an Aminosäuren bei der Entgiftung steigt. Deshalb leiden viele Menschen bei einer Ausleitung oft an Kopf- und Gliederschmerzen, Müdigkeit u.v.m. Dies ist auf den Mangel an Aminosäuren zurückzuführen. Gute Aminosäurelieferanten sind Quinoa, Amaranth, Hanfsamen, Hafer, Lupine, Sonnenblumenkerne, Nüsse.

Empfehlung: 1 Woche lang 1 x täglich 1 Teelöffel BioRedoX 2 in Wasser oder Saft geben oder 3 Kapseln einnehmen. Danach zwei Wochen Pause einlegen. Während der zweiwöchigen Pause 2 bis 3 Teelöffel ProTop Amino für zwei Wochen auf nüchternen Magen einnehmen.
Anwendungsdauer 3 bis 24 Monate

Wichtige Information! Mindestens ein bis zwei Stunden Abstand zu Medikamenten einhalten.

Wie so oft spielt die Ernährung bei einer überlasteten Leber eine große Rolle. Ungünstig sind große Mengen Vollkornbrot, Ei und Fisch. Dies tut der gestressten Leber nicht gut.

Wer noch einen Schritt weiter gehen möchte, der kann für 2 Wochen eine Art Fastenkur für seine Leber durchführen. Dies bedeutet in dieser Zeit:

- kein Fett (auch keine Nüsse, Kerne, Kokosnuss)
- kein tierisches Eiweiß (Fleisch, Wurst, Joghurt, Quark, Milch, Käse, Eier)
- absolut keinen Alkohol
- keinen Zucker (außer etwas Honig oder Ahornsirup)
- kein Weißmehl (glutenfrei)
- kein Fastfood und Zusatzstoffe

Bei Fragen zu dem Thema können Sie uns gerne kontaktieren.

Recherchen:

Die Inhalte dieser BakterienPost beruhen auf zahlreichen Online-Recherchen nach bestem Wissen und Gewissen. Sie erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Exklusivität. Die Aussagen darin sind keine Therapieempfehlungen und aus den Schlussfolgerungen können keine Heilversprechen abgeleitet werden. Das Nachahmen erfolgt auf eigene Verantwortung. Der Autor übernimmt keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt, Apotheker oder Heilpraktiker.

Unsere Winter-Aktionspakete



LEBERPAKET 1 (für 2 Monate)

2 x a. 90 Kaps. ProTop BioRedoX2
Nachfüllpack in Papiertütchen
1 x ProTop Amino 500 ml Pulver
2 x Berberin a. 60 Kaps.

Einnahmeempfehlung:

3 Kaps. BioRedoX2 2 Std. nach dem
Abendessen mit Wasser trinken
2 Teel. Amino in Müsli, Saft oder Wasser
2 x 1 Kaps. Berberin

Zum Sonderpreis von **99,00 Euro**
Sie sparen 8,00 Euro



BASEN/LEBERPAKET

1 x ProTop Base 500 ml
1 x Chlorella Alge 600 Presslinge
1 x Berberin 60 Kapseln

Zum Sonderpreis von **80,00 Euro**
Sie sparen 8,00 Euro



D3 PAKET (für 4 Monate)

D3 stärkt das Immunsystem und ist gerade im Winter wichtig, da keine UVB in der Sonnenstrahlung zur Vitamin- D-Bildung vorhanden ist.

2 x 60 Kaps. D3/K2 Kapsel (5600 iE D3, 200 mcg)
2 x 120 Kaps. Magnesium á 500 mg Tricitrat

Zum Sonderpreis von **74,00 Euro**
Sie sparen 5,20 Euro



LEBERPAKET 2 (für 3 Monate)

1 x ProTop BioRedoX2 500 ml Pulver
2 x ProTop Amino a. 500 ml Pulver

Einnahmeempfehlung:

1 Teel. BioRedoX2 2 Std. nach dem Abendessen
mit Wasser trinken
2 Teel. Amino in Müsli, Saft, Wasser geben und
trinken.

Zum Sonderpreis von **95,00 Euro**
Sie sparen 10,00 Euro



WINTER GARTEN/PFLANZENPAKET

1 x 22 l Terra Symbiotika Schwarz
1 x 1 l sEM Flüssigdünger (für die Zimmerpflanzen)

Zum Sonderpreis von **40,00 Euro**
Sie sparen 2,00 Euro



TIERPAKET

1 x sEM Pets Mund und Haut 50 ml
1 x sEM Pets Ohren 50 ml
1 x sEM Pets Fell 100 ml
1 x neu: sEM Pets 250 ml
Probiotic für eine gesunde Darmflora
1 x neu: 1 l sEM Pets Reiniger und Raumspray
mit Katzenminze

Zum Sonderpreis von **50,00 Euro**
Sie sparen 4,50 Euro



VITALSTOFFPAKET (für 1 Monat)

Gerade Zink, Selen und Vitamin C sind freie Radikale-Fänger und somit für unser Immunsystem sehr wichtig. Antioxidantien aus dem ProTop Extrakt stärken Darm und Immunsystem.

- 1 x 30 Kaps. Zink+Selen
- 1 x 60 Kaps. Liposomales Vitamin C
- 1 x 90 Presslinge ProTop Extrakt Nachfüllpack in Papiertütchen

Einnahmeempfehlung:

- 1 x täglich 1 Kaps. Zink+Selen
- 2 x täglich 1 Kaps. Lipos. Vit. C
- 1 x 3 Presslinge ProTop Extrakt vor dem Frühstück

Zum Sonderpreis von **80,00 Euro**
Sie sparen 5,00 Euro

BUCHEMPFEHLUNG:



VK 20,00 Euro



Wie immer alles in Bioqualität

Zusätzlich erhalten Sie pro Bestellung die Bonusmarken und alles frachtfrei geliefert.



TEEPAKET UND RÄUCHERSTÄBCHEN (eignet sich auch gut als Weihnachtsgeschenk)

- 2 x Ayurveda Power für Lebenskraft a. 35 g Demeter bio (Tulsi, Zitronengras, Triphala, Guduchi, Minze)
- 2 x Wohlig warm a. 35 g Demeter bio (Tulsi, Ingwer, Triphala, Guduchi)
- 2 x Räucherstäbchenmix Engel und Elfen, Brenndauer zu je 40 Min. Fair in Nepal hergestellt. Demeter

Zum Sonderpreis von **40,00 Euro**
Sie sparen 4,00 Euro

Auf unserer Preisliste und im Internet finden Sie noch mehr Teesorten und Räucherstäbchen aus Nepal, die sich sehr schön für kleine Weihnachtsgeschenke eignen.



WEIHNACHTSPAKET

Warum nicht mal Bakterien verschenken, einzeln oder gesamt ?



- 1 x EM Seife
- 1 x Haut und Haar
- 1 x sEM Allzweckreiniger
- 1 x ProTop Mund- und Hautspray
- 1 x Bioemsan Zahncreme
- 1 x Bioemsan Lippenbalsam

Zum Sonderpreis von **55,00 Euro**
Sie sparen 5,00 Euro

Eußenheimer Manufaktur UG

(haftungsbeschränkt)
An der Tabakmühle 3
97776 Eußenheim
Tel. 0 93 53 / 99 63 01
Fax 0 93 53 / 99 63 02
kontakt@eussenheimer-manufaktur.de
www.pro-top.de

Bestellannahme

Tel. 0 93 53 / 99 63 01

Öffnungszeiten im Laden

Mo bis Do von 8:30 - 12:00 Uhr
13:00 - 17:30 Uhr
Fr von 8:30 - 12:00 Uhr

Sie, Freunde oder Bekannte
möchten die BakterienPost
auch per Post und/oder
E-Mail erhalten?
Gerne! Anruf genügt!





Ansetztermine für EM-A nach dem Mondkalender

Dezember 2019

So	01.12	
Mo	02.12	
Fr	06.12	
Sa	07.12	
Mi	11.12	
Do	12.12	
So	15.12	ab 05:30 Uhr
Mo	16.12	
Do	19.12	ab 11:30 Uhr
Fr	20.12	
Sa	21.12	bis 13:30 Uhr
Di	24.12	
Mi	25.12	bis 22:30 Uhr
Sa	28.12	bis 07:00 Uhr
So	29.12	
Mo	30.12	16:00 Uhr

Januar 2020

Mi	01.01	ab 12:00 Uhr
Do	02.01	
Fr	03.01	
Sa	04.01	bis 15:00 Uhr
Mo	06.01	ab 15:00 Uhr
Di	07.01	
Mi	08.01	
Do	09.01	bis 07:00 Uhr
Sa	11.01	ab 09:00 Uhr
So	12.01	bis 18:00 Uhr
Mi	15.01	
Do	16.01	
Fr	17.01	
Sa	18.01	bis 10:00 Uhr
So	19.01	ab 21:00 Uhr
Mo	20.01	
Di	21.01	
Mi	22.01	bis 9:00 Uhr
Fr	24.01	ab 12:00 Uhr
Sa	25.01	
So	26.01	bis 16:00 Uhr
Di	28.01	ab 20:00 Uhr
Mi	29.01	
Do	30.01	
Fr	31.01	

Februar 2020

So	02.02	ab 18:00 Uhr
Mo	03.02	
Di	04.02	
Mi	05.02	bis 17:00 Uhr
Sa	08.02	
Di	11.02	ab 14:00 Uhr
Mi	12.02	bis 18:00 Uhr
Do	13.02	ab 19:00 Uhr
Fr	14.02	bis 16:00 Uhr
So	16.02	
Mo	17.02	
Di	18.02	bis 07:00 Uhr
Do	20.02	ab 18:00 Uhr
Fr	21.02	
Sa	22.02	
Di	25.02	bis 16:00 Uhr
Mi	26.02	ab 16:00 Uhr
Do	27.02	
Fr	28.02	bis 05:30 Uhr

Veranstaltungstermine:

Montag, 02.12.2019, 19.30 Uhr

Bilderpräsentation mit Vortrag Terra Preta in Nepal

Referent: Jürgen Amthor
in der Eußenheimer Manufaktur

Im Januar entfällt der Vortrag.

Montag, 03.02.2020, 19.30 Uhr Vortrag

„Gesund und munter alt werden mit den richtigen
Vitalstoffen und EM“
Referent: Jürgen Amthor
in der Eußenheimer Manufaktur

Montag, 09.03.2020, 19.30 Uhr Vortrag

(ausnahmsweise der 2. Montag im März)
„Effektive Mikroorganismen und Terra Preta
für einen gesunden giftfreien Garten“
Garten vorbereiten für den Sommer
Referent: Jürgen Amthor
in der Eußenheimer Manufaktur

Montag, 06.04.2020, 19.30 Uhr Vortrag

„Effektive Mikroorganismen und Terra Preta
für einen gesunden giftfreien Garten“
Garten vorbereiten für den Sommer
Referent: Jürgen Amthor
in der Eußenheimer Manufaktur

Montag, 04.05.2020, 19.30 Uhr Vortrag

„Gesunder Darm – Gesunder Mensch“
Referent: Jürgen Amthor
in der Eußenheimer Manufaktur

Unser Geschäft ist Weihnachten vom 21.12.2019 bis
einschließlich 06.01.2020 geschlossen.

**Wir wünschen Ihnen ein frohes Weihnachtsfest
und ein glückliches, gesundes neues Jahr.**

Ihr Team von der Eußenheimer Manufaktur