

Katastrophenmedizin mein Spezialgebiet

Die wichtigste Ausrüstung meines Vaters im zweiten Weltkrieg als wehrpflichtiger Fliegerarzt war sein großer Rot-Kreuz-Koffer. Damit hat er bei der leidenden bekriegten Zivilbevölkerung oft geholfen bei schwierigen Entbindungen, Notoperationen und Malaria. Er war immer bemüht, jedermann zu helfen. Im Gegensatz zu dem heutigen Soldatenschicken in Krisenregionen, empfahl er den Rot-Kreuz-Koffer mit bereitwilligen Ärzten!

Er wurde auch mein Hilfssymbol in Seveso und in Bhopal, ebenso wie bei der Ruhr-Vergiftung des Trinkwassers eines Münchner Vorortes mit über 20 000 Kranken. Nun soll er mit seinem umfangreichen, erprobten Instrumentarium beim kommenden Finanzniedergang zumindest den Europäern helfen, wie man mit einfachen Mitteln akute Gefahren lindert. Er soll Mut machen.

Die persönliche Vorsorge kombiniert mit der staatlichen Vorsorge wird aus ärztlicher Sicht von mir auf einer Homepage zusammen getragen.

Während der Chirurg bei Kriegshandlungen für den Massenansturm von kranken zuständig ist, ist es der Klinische Toxikologe für die gesamte Bevölkerung. Daher hatte ich jahrzehntelang die Vorlesung über toxikologische Massenerkrankungen in der Sanitätsakademie durchgeführt und am betreffenden Lehrbuch mitgeschrieben. Die Krisenvorsorge lag immer in meiner Hand.

30 000 Vergiftete in Seveso und 300 000 Vergiftete in Bhopal zu versorgen, wurde mir einst aufgetragen. In zahlreichen Fachartikeln hatte ich die Erfahrungen und nötigen Konsequenzen zusammen getragen.

Sehr dankbar bin ich unseren unermüdlichen selbstlosen Helfern, die diese ungeheure Arbeit in ihrer Freizeit bewältigen: Anne, Robert, Martin, Herbert und Olaf.



Nothilfe muss man kennen

Katastrophen angekündigte treten nie ein

Im Gegensatz zu Nachahmern von Selbstmördern treten von Erpressern/ Pessimisten angekündigte Katastrophen nie ein, wie der Al-Quaida-Anschlag vom Oktoberfest 2009 zeigte oder der zu festen Terminen angekündigte Finanzcrash. Gleiches gilt für ein fürchterliches Erdbeben in San Franzisko oder den Ausbruch des Vesuvs.

Aus Fürsorge muss man jedoch trotzdem stets eine Warnung aussprechen und alles Menschenmögliche tun zur Verhinderung einer Katastrophe.

Es wäre unverzeihlich, wenn man nicht alle Maßnahmen treffen würde, die eine doch eingetretene Katastrophe lindern helfen könnte. Insbesondere die Warnung muss allen Beteiligten zukommen; das ist die wichtigste Fürsorgepflicht.

Meine Notarzt-Mitarbeiter waren stets dankbar, wenn ich trotz angekündigter Massenschlägerei auf dem Oktoberfest zur Schließstunde an den Gefahrenpunkten herum wanderte – waren doch oft meine Kinder auch dort im freiwilligen Einsatz.

Ca. 100 geheim gehaltene und nicht eingetretene Anschläge erlebte ich.

Heute ist es die Finanzkrise mit drohender Radikalisierung und Gefahr eines Bürgerkrieges. Allein das Aussprechen der Bedrohung dämpft das Überraschungspotential und evtl. die Schwere der Turbulenzen.

Vorbereitete handeln an Stelle von sinnloser Panik.

Es ist wie ein Reanimations-Kurs für Führerscheinbewerber. Man weiß in der Not, was zu tun ist anstatt Panik oder Gaffen.

Krisen-Gebote

Krisenvorsorge persönliche eigenes Handlungskonzept

Im Gegensatz zu der staatlichen Katastrophenvorsorge durch die das Volk für einen Katastrophenfall gerüstet werden soll, ermöglicht die persönliche Krisenvorsorge die Unzahl tragischer Probleme im Leben zu meistern. Jedermann kann leiden durch den Tod seiner Eltern, Mitschüler, Freunde oder Nachbarn.

Um nicht an Alltäglichkeiten zu zerbrechen, benötigt man ein jederzeit verfügbares Instrumentarium wie:

1. Entspannungstraining wie Autogenes Training
2. Soziales Eingebundensein (Eltern, Partner, Familie, drei enge Freunde)
3. Soziale Sicherheit (Einkommen, Nahrung, Wohnung, Gesundheit, Lebensziele).
4. Information und Ausrüstung sichern den Erfolg.

Alkohol löst keine Finanzprobleme

Erwartungsgemäß ist die Alkoholikerrate in Ländern, in denen Alkohol traditionell als Problemlöser und Kommunikator gilt, durch die Finanzkrise steil im Ansteigen begriffen.

Der Kreditmangel der Firmen führt bei den Angestellten zum Jobverlust, dadurch zum Wohnungs- und/oder Partnerverlust. Renten rutschen ebenfalls in den Keller. Die erheblichen, dadurch entstandenen Probleme müssen gelöst werden.

Alkohol ist ein Schlafmittel, beileibe kein Problemlöser.

Wirkung und Abhängigkeit vom Alkohol sind definitionsgemäß die eines Schlafmittels. So sind Schlafmittel wie Distranerlin oder Valium jederzeit austauschbar gegen Alkohol. Die Abhängigkeit bleibt gleich.

Probleme lösen sich jedenfalls nicht im Schlaf.

Die giftbedingte Hirnschrumpfung führt langfristig zum Alzheimer.

Im Schlaf und im Rausch ruht das Gehirn, langfristig führt dies zur Verblödung und zur Anhäufung der täglichen Probleme. Probleme werden unlösbar, die Gefahr für einen Selbstmord steigt krass an.

Ideen lösen Probleme. Kaffee als Problemlöser.

Nur ein waches Gehirn findet Ideen zur Problemlösung.

Berufsmäßige Problemlöser wie Manager und Firmenchefs trinken daher ausschließlich Kaffee, niemals Alkohol. Kaffee fördert die Intelligenz, bessert und verhindert als einzige gesunde Hilfe Alzheimer. Kaffee gilt als Allheilmittel für Krisenzeiten,

Alkohol ist in jeder Menge schädlich, ein starkes Zellgift.

Wenn man Organe funktionslos konservieren will, also alle Zellen töten will, legt man sie in Alkohol ein. Die Giftwirkung ist abhängig von der Entstehung hochgiftiger Abbauprodukte und dies wiederum von der Gewöhnung an Alkohol. So produzieren Frauen die vierfache Acetaldehydmenge von Männern, vertragen daher nur ein Viertel von Männern. Kinder und Alkoholungewohnte können Alkohol fast überhaupt nicht abbauen, sie verbrauchen beim ersten Kontakt mit Alkohol ihren gesamten Blutzucker und können dadurch in ein hypoglykämisches Koma rutschen und an dessen Folgen sterben. Dies ist die Lebensgefahr für Komatrinker.

Jedes Koma hinterlässt einen Gehirnschaden.

Alkohol hat keinerlei gesunde Wirkung im Körper.

Die gefäßschützende Wirkung, die dem Wein unterstellt wird, stammt vom reinen Traubensaft, Dies mißbraucht die Werbung.

Alkohol ist ausnahmslos ein das Leben vernichtendes Gift.

Wer niemals im Leben Alkohol trinkt, hat ein viel unbeschwerteres Leben als die anderen, bleibt intelligent und froh, hat viel weniger Probleme und gesunde Kinder. Kleinste wiederholte Mengen Alkohol führen schleichend zur Sucht.

Während diejenigen, die wiederholt einen Rausch hatten, sofort die nachteilige Wirkung des Alkohols spüren, sind diejenigen, die fälschlich meinen, Alkohol sei für ein gutes Essen irgendwie zuträglich, besonders betrogen. Einerseits lähmt Alkohol beim Essen die Geschmacksnerven und verbaut die Fähigkeit zum echten Genuss, andererseits trainieren gerade die kleinen Mengen das Enzymsystem so, dass immer größere Giftmengen abgebaut werden können und man die Nachteile nicht mehr so spürt. Der Körper wird so umfunktioniert, dass Alkoholabbau die vordringlichste Aufgabe wird, alles andere darniederliegt.

Alkoholismus ist nicht genetisch vorprogrammiert, sondern erlernt

Eltern, die ihren Kindern vorleben, dass Alkohol zum Essen dazu gehört, gewöhnen sie früh an den Umgang mit Alkohol. Klar, dass Kinder das möglichst früh nachäffen. Durch Minimengen alltäglich kann sich jedermann zum Alkoholiker hochtrainieren; vergleichsweise wie jedermann durch Fleiß zum Sportler werden kann.

Alkoholabbauprodukte zerstören das Gehirn und erhalten die Sucht

Andererseits löst Alkohol die feinsten „Fettstöpsel“ aus den Poren der Blut-Hirn-Schranke, so dass gefährliche Alkoholprodukte, die Isochinoline, ins Gehirn eindringen können und es zerstören. Sie sind verantwortlich für die Kopfschmerzen beim Rausch.

Isochinoline lösen wie ein Allergen bei geringsten Mengen Rückfälle aus – wie bei einer Allergie

Alkoholranke, die versehentlich nach einem erfolgreichen Entzug versteckten Alkohol in homöopathischen Tropfen, Desserts, Eis oder Sossen zu sich nehmen, lösen über die entstandenen und ins Gehirn eingedrungenen Isochinoline einen todsicheren Rückfall aus und sind erst dann zufrieden, wenn man wieder kübelweise säuft. Kranke erklären sich das mit einer „Alkohol Allergie“.

Wer Alkoholranken bewusst oder unbewusst Alkohol unterschiebt, handelt wie ein Mörder, der das Leben des anderen zerstört. Wie beim Diabetiker muss der Partner des Kranken genau beachten, dass niemals das falsche Essen auf dem Tisch oder im Kühlschrank ist.

Dummheit frisst, Intelligenz säuft

Wir machen uns (noch) lustig über die fetten Amerikaner, aber längst hat die Fettsucht in unseren Kinderzimmern Einzug gefeiert. Ärzteblätter sind voll Artikeln, dass nur Dumme haltlos fressen und Fettsucht zusätzlich Dumm macht.

Alkoholismus ist ein Problem der Intelligenteren, die für sich kein Lebenskonzept finden konnten. Die gemeinsame Wurzel für beide ist die Depression.

Depression ist die Wurzel des Alkoholismus

Die Lähmung und Unfähigkeit, eigene Probleme anzupacken und Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen, ist die tiefe Ursache dafür zu fressen und zu saufen. Depression kann nur durch einen Plan beseitigt werden.

Am Anfang steht die Punktesammlung, was Freude bringt und was Ärger macht. Auf einem kleinen Zettel sollte man sich dies notieren. Ärger sollte man möglichst durch Freude langfristig austauschen.

Licht und Sonne sind Freudebringer

Das Gehen durch die brennende Lampenabteilung eines Kaufhauses bringt fast soviel Freude wie ein Nachmittag am Sonnenstrand. Behelfsweise ist es das helle Lampenlicht im Wohnzimmer im Winter.

Wärme regt die Bildung von Glückshormonen an

Unsere Sehnsucht Richtung Süden ist bedingt dadurch, dass die Produktion der Glückshormone dort besonders intensiv ist. Das ersetzt auch oft den Partner, zu dem viele nicht mehr die Kraft haben, zu suchen. Der wäre natürlich am wichtigsten.

Schokolade ersetzt im Notfall Glückshormone

Nur kurzfristig kann Schokolade mal die Produktion der körpereigenen Glückshormone ankurbeln.

Therapiedauer wird bestimmt durch die Suchtdauer

Je länger und schwerer jemand abhängig war, desto länger braucht es, bis er wieder erlernt, mit seinen Alltagsproblemen fertig zu werden. Durch einen Rückfall muss er stets wieder von vorne anfangen. Jeder Rückfall geht einher mit einer grossen Selbstmordgefahr, er zweifelt an sich und seinem Verstand.

Wer nicht zu trinken beginnt, erspart sich viel Kummer im Leben – und viel Geld!

Maßnahmen von A bis Z

Beruf

Krisenvorsorge sichere Berufe

In der kommenden weltweiten Wirtschaftskrise bieten zwei Berufsgruppen eine sichere Lebensgrundlage:

1. Nahrungsmittelbeschaffung
2. Gesundheitsverbesserung

Alle diesbezüglichen Kenntnisse sind heute noch leicht zu beschaffen und sind eines Tages Gold wert.

Allgemeinwissen für Jedermann sind:

Test für die Aufnahme zum Medizinstudium

Heilpraktikerprüfung

Obiges halte ich als ideales Training für die Hirnfunktion aller Bundesbürger als Maßnahme gegen die allgemeine Verblödung.

Bücher

Bücher zur Lebenssicherung

Während heutzutage Kriege durch Ausschalten der Presse und des Fernsehens gewonnen werden, werden zukünftige Kriege - insbesondere ein Weltkrieg dadurch entschieden, dass die gesamte Elektronik lahm gelegt wird.

Handys und Computer lahm zu legen ist Hackern ein Leichtes.

Das Lahmlegen der gesamten Kommunikation führt zur totalen Hilflosigkeit.

Wir sind darauf völlig unvorbereitet - ohne jegliche Alternativen. Niemand hat für den Ernstfall schriftliche Informationen zuhause, geschweige denn eine Notversorgung und Erste Hilfe. Attentäter können im zweiten Schritt in der Verwirrung mit kleinsten Aktionen verheerende Beängstigung auslösen.

Schriftliche Informationen können hier sofort zur Beruhigung führen. Oft genügt die Fachinformation, welcher Aufnahmeweg für den Körper zu meiden ist.

Wir empfehlen als unbedingte Notinformation **Erste Hilfe bei Vergiftungen** (mit allen Sabotagegiften) bzw. über Kenntnis der Art der **Sabotage** genauere detaillierte Informationen vom Toxikologen.

Katastrophenfall

Checkliste Katastrophenfall

Zu Beginn so handeln als sei das schlimmste passiert!

Radio einschalten mit viertelstündlich Nachrichten:

Bekannt wird nur, was sich nicht mehr verheimlichen lässt:

„Es besteht keine akute Gefährdung“ = „es ist passiert“

A. Persönliche Sicherheit:

1. Alles versperren, Fahrrad einsperren
2. Haus verlassen nur tags und mit Pfefferspray
3. Alle Lieben warnen, Kinder heim.

B. Versorgung:

1. Geld abheben
2. Frisches einkaufen(Milch, Eier, Obst, Gemüse)
3. Auto Volltanken.

C. Ausfall von Handy, Strom, Wasser, Medizin:

1. Wassergefäße füllen
2. Kochstelle, Licht, Ofen
3. Medikamente

Sirenensignale:

Feuerwehralarm: Eine Minute Dauerton, zweimal unterbrochen
(3 Töne von jeweils 12 Sekunden Dauer und 12 Sekunden Pause)

Warnung der Bevölkerung: Eine Minute Heulton
(6 Töne von jeweils 5 Sekunden Dauer und 5 Sekunden Pause)

Luftalarm: Eine Minute Heulton
(6 Töne von jeweils 5 Sekunden Dauer und 5 Sekunden Pause)

ABC-Alarm: Eine Minute Heulton, zweimal unterbrochen; nach 30 Sekunden
Wiederholung

Entwarnung: Eine Minute Dauerton

Lebensmittelversorgung, Autarke

Saatgutbevorratung für die globale Nahrungsmittelkrise

Wer für die kommende globale Nahrungsmittelkrise gerüstet sein will, braucht unbedingt eine Grundausrüstung mit Saatgut, das er kennt. Während Erwachsene gut fasten können, müssen Kinder, insbesondere Kleinkinder ausreichend ernährt und mit Trinkwasser versorgt sein.

Anbauflächen gibt es an jeder Fensterbank für vitaminreiche Sprossen, in jedem Hinterhof und auf vielen Dächern.

Nahrungsanbau will gelernt sein, Improvisation führt zu bitteren Fehlschlägen.

Nach Ausbruch der wirklichen Krise gibt es natürlich für Neue kein Saatgut zu kaufen.

Nur, wer sich vorher informiert und mit den wichtigsten Hilfsmitteln sich ausgerüstet hat, hat hier eine Chance. Heute gibt es noch alles in Hülle und Fülle.

Nutz- statt Zierpflanzen menschliches Gebot der Zukunft

Um der in den nächsten Jahren kommenden extremen Nahrungsmittelknappheit mit Preiserhöhung bei Nahrungsmitteln in der Welt etwas zu entkommen, pflanzen z.Z. sehr viele Leute Nutz- statt Zierpflanzen in Vorgärten und Hinterhöfe.

Nötig wird dies für alle kommunalen Flächen, Wälder und Flure. Nutzpflanzen blühen mindestens genau so schön wie Zierpflanzen. Das Abernten der kommunalen Gewächse muss ebenso genehmigt sein wie das Sammeln von Beeren und Pilzen. Selbst auf dem Balkon und der Fensterbank entfalten essbare Pflanzen ihre Schönheit.

Dies erfordert nur ein Umdenken der Behörden weltweit und eine Umstellung auf neue Samen und Pflanzen.

Unser Gedanken wird eines Tages mit Sicherheit weltweit Schule machen.

Hoffentlich geschieht das Umdenken rechtzeitig vor Ausbruch der Welt-Nahrungskrise. Nicht mit Strafen für Tujen und Buchen, sondern mit Preisen für Ostbäume und Beerensträuchern wird man am weitesten kommen!

Lebensmittelknappheit zwingt zum Gewächshaus

Die zukünftige Krise zwingt jeden, der kann hierzulande zum Gewächshaus.

Statt Urlaub wird wieder eine Gartenarbeit zum Essenserwerb angesagt.

Wer einen kleinen (Vor-)Garten hat, dem ist zuzumuten, einen Teil seines Gemüsebedarfs selbst zu besorgen.

Ein absperribaren Gewächshaus ist hierfür ideal.

Im Winter muss es beheizbar sein.

Medikamente

Zink, Coffein, Kohle - Notfallset für die Tasche

In einer globalen Weltwirtschaftskrise haben Ärzte noch weniger Lust als vorher, sich mit den besonderen Problemen eines chronisch Vergifteten auseinander zu setzen.

Weniger Zeit und weniger Honorar stehen im Wege. Es gibt drei Hauptprobleme:

1) Giftsymptomatik nimmt im Stress zu. Hier hilft ein Bolus von Zinkcitrat. Dafür haben wir ein praktisches Taschenformat entwickelt, das in eine Brieftasche passt. Die Reinsubstanz steckt in einer kleinen Plastiktüte. Am feuchten Zeigefinger, ins Pulver gesteckt, hängt eine Dosis für 3 Tage, also zweimal pro Woche. Die Menge reicht für ein halbes Jahr.

2) Die Belastungen bei der Nahrungsmittelbeschaffung (langes Anstehen, chemiehaltige Nahrungsmittel) sind durch Coffeinpulver etwas abzumildern. Der Zeigefinger wird im Mund mit etwas Speichel befeuchtet in das Tütchen gesteckt. Eine minimale Menge Pulver daran entspricht einer Tasse Kaffee. Ungewohnte müssen sehr langsam beginnen, sonst bekommen sie Herzklopfen. Coffein holt Gifte aus der Zelle und scheidet sie über den Urin aus; allerdings wird der Löwenanteil über den Darm wieder rückresorbiert. Coffein verhindert Alzheimer, hilft Probleme lösen.

3) Nahrungsalergien nehmen im Stress zu. Auch hierfür haben wir ein kleines kleines Tütchen voll Medizinalkohle, die in ein Glas bodenbedeckt mit Wasser eingerührt und getrunken wird. Kohle bindet alle unerwünschten Chemikalien in der Nahrung und verhindert so eine tagelange Verschlechterung.

Wasserstoffperoxidsalbe zur Wundreinigung

Der große Renner in der „alten DDR“ war die spottbillige Salbe mit 3% Wasserstoffperoxid bei nässenden, infizierten Wunden, dem Ulcus cruris und kleinen brandwunden. Zahlreiche Zahnärzte stopften sie in Eiterhöhlen nach Zahnextraktionen.

Heute muss man sie sich in der Apotheke herstellen lassen, sie ist zu billig für unsere gewinnträchtigen Arzneimittelfirmen.

Erkältung stoppen mit Nystatin Geheimtipp

Als ich bei einem Auswärtsvortrag nach einem komplizierten Anflug vor Halsschmerzen nicht sprechen konnte, lutschte ich eine Nystatin-Tablette, die ich gerade fand.

Sie wirkte wie ein Wunder. Die Entzündung klang schlagartig ab und ich konnte eine Stunde später den ganzen Abend sprechen.

Ich nahm an, dass es sich bei meinen Halsschmerzen mit Rachenrötung um eine Pilzkrankung gehandelt haben würde.

Das ganze wiederholte ich in den folgenden Jahren mehrmals.

Selbst bei eindeutigem Virusinfekt war der Heilungseffekt der gleiche,

Nystatin ist ein Antibiotikum gegen Pilze, das im Gegensatz zu den Halstabletten in ungleich höherer Konzentration sich im Mund auflöst. In dieser Konzentration wirkt es auch gegen Viren und Bakterien.

Da reines Nystatin eklig nach Erde schmeckt, nahm ich den späteren Jahren die Ampho-Moronaö-Lutschtablette, die Süsstoff enthält.

Eine halbe gelutschte Tablette einmalig reicht völlig

Paraffin flüssig heilt das Ohr

Eines der wichtigsten Notfallmedikamente für die Krise durch Laien anwendbar ist „Paraffinum subliquidum“ zum tropfen ins Ohr.

Früher wurde es häufig als „Otagan Ohrentropfen“ in der Kinderheilkunde eingesetzt. Für unsere 13 Katzen am TOX CENTER verwenden wir es gelegentlich (höchstens einmal alle 3 Monate) gegen heftiges Ohrjucken bei Milben.

Da selten verwendet muss es die Apotheke bestellen.

250 ml reichen ein Leben lang.

Als Nebenwirkung heilt es nach Schlucken von 1-2 Kaffeelöffeln eine Stuhlverstopfung.

Es gehört in jede Hausapotheke, in die Notfallapotheke für den Krisenfall.

Oft wird es auch verwendet bei wunder Haut.

Bei Notfällen verwendet hat es keinerlei Nebenwirkungen.

Paracetamol Selbstmord Verhütung

Paracetamol war rezeptfrei, spottbillig.

Es ist „die englische Selbstmord-Methode“.

Ein Selbstmord mit ca.30 Tabletten ist völlig schmerzfrei, wird erst am dritten Tag durch die Gelbsucht bemerkbar und kein Arzt kann dann dagegen etwas unternehmen. Das Gegengift Flumicil hilft nur in den ersten 6 Stunden – und auch nur, wenn man die Überdosierung vom Selbstmörder erfährt, ihm glaubt und Erfahrung mit der Behandlung hat.

In den uns bekannten Fällen wurde der Selbstmord nie entdeckt.

Medizinische Vorsorge

Bärenkräfte durch Zahnsanierung vor der Krise

Wer in der kommenden Weltwirtschaftskrise, deren Ausmaß sich heute noch niemand vorstellen kann, reale Überlebenschancen haben will, muss eiligst jeden Eiter durch in den Kieferknochen eingelagerte Zahn- und Wohngifte entfernen lassen. Voraussetzung ist ein 7-Tages-Allergietest auf der Haut und natürlich dann vorherige geschützte Entfernung aller den Eiter verursachenden Allergene! Zahnärzte machen diese mühsame und aufwendige Hilfe nur, wenn „die Kasse stimmt“ d.h., wenn die nachfolgenden Maßnahmen dem Zahnarzt überdurchschnittliche Renditen erbringt, also nicht durch eine gesunde, ihn nie mehr brauchende herausnehmbare Prothese, sondern nur nach dem Versprechen, sich sündteure und stets im Eiterkiefer nicht verträgliche Implantate oder eine ebenso aufwendige Zirkonium- Prothese machen zu lassen.

Wenn der gesamte sanierte Kiefer nach zwei Jahren etwas verheilt ist, kann man ja, wenn man noch zuviel Geld hat, immer noch entscheiden, auf welches neue Gift man nun Lust hat.

Ein schwächlicher Zeitgenosse kann sich nicht vorstellen, welche Bärenkräfte er bekommt, wenn der Eiter – nach dem Ziehen der Zähne aus dem Kiefer herausgekratzt wurde.

Appetit, Schlaf und Energien erreichen Maxima, an die sich der Kranke nur noch aus der frühesten Jugend noch erinnern kann.

Krisenvorsorge persönliche sofort Eiter aus dem Kiefer entfernen

Nun kommt allmählich die Finanzkrise in unsere Wohnzimmer.

Der wichtigste Schritt zum Überstehen der mit Sicherheit kommenden globalen Weltwirtschaftskrise mit Zusammenbruch aller sozialen Systeme, dem Ausbleiben von Sozialhilfe und Rente, der Notwendigkeit, selbst aktiv seinen Unterhalt zu besorgen ist, die Funktionen und die Abwehr des Körpers zu optimieren.

Dafür ist es notwendig, alles denkbar mögliche zu unternehmen, um den Eiter unter den Zähnen entfernen zu lassen.

Da dies im Gegensatz zu früher keine zahnärztliche Pflicht mehr ist, jeder Zahnarzt sich vor dieser Arbeit drückt mit „ich sehe nichts“

(Blinde kann man nicht zwingen zu sehen),

hilft hier nur das Winken mit der prall gefüllten Geldbörse.

Das Geld, das demnächst wertlos wird, kann ungeheuer viel Gutes am eigenen Körper bewirken:

Schwäche, Denkstörungen und Organstörungen verschiedenster Art verschwinden schlagartig, wenn der Eiter unter den vorher gezogenen Zähnen entfernt und die Wunde mit lokalen Antibiotika nachbehandelt wurde.

Da es in der Krise weder noch willige Ärzte noch Medikamente geben wird, ist heute ein Handeln lebensnotwendig!!!

Bisherige Gegenargumente, dass man dafür kein Geld habe (mag stimmen) oder die Krankenkasse es bezahlen müßte

(was stimmt) verlieren ihren Wert, sobald man merkt, wohin unsere Karre steuert!

Wenn es zu spät ist, hilft niemand mehr!

Höchste Eile tut Not!

Melkfett billigste und beste Hautpflege

Eutra Tetina, also reines Paraffinöl, Mineralöl, ist vom Hersteller bezogen seit 30 Jahren mein einziges Mittel für die Haut. Es ist die Basis für alle medizinische Salben und alle Kosmetika. Selbst teuerste „Wundermittel“ enthalten dies zu über 99%.

Es ist die Salbengrundlage für die meisten Epikutanteste.

Weniger als 2% der Bevölkerung haben darauf eine Allergie.

Wer preiswert leben will, bezieht dies direkt vom Hersteller, allerdings in größerer Menge von 6 x 1000 ml oder 12 mit 250 ml.

Wesentlich teurer in allen Apotheken erhältlich.

Ohne künstliche Farbstoffe oder Duftstoffe.

Unbegrenzt haltbar. Gehört stets zur Vorsorge!

1994 Totalprothesen heilten meinen Lehrmeister

In Kreta, wo ich viele Tox- Bücher schrieb, lernte ich den Alkoholiker Willi kennen.

Dieser war als Fallschirmspringer unter Hitler dort abgesprungen und hat den Landstrich um Agio Galini danach wie ein König beherrscht. Im 55. Lebensjahr lag er wegen schwersten Alkoholismus bewusstlos im Leberkoma. Nur knapp konnte er das überleben. Ein Drogenspezialist sagte ihm

1. nie mehr einen Tropfen Alkohol
2. alle Zähne ziehen und den Kiefer eiterfrei machen.

Beides erfüllte er. Dann zog er mit seiner Frau nach Galini auf Kreta und verbrachte dort am Campingplatz im Wohnwagen den ganzen Sommer. Wir sprachen gemeinsam sehr viele Stunden beim Wandern durch die Insel.

Erstmalig hörte ich

- dass Zähneziehen in einer einzigen Sitzung nicht weh tut
- Prothesen binnen 8 Tage gewohnt sind
- Mund und Kopf danach unwahrscheinlich frei werden
- Sehen, Hören und Schmecken viel besser werden
- die Lebensfreude explosionsartig steigt
- er viel lieber aß, trank und feierte
- eine Unzahl von Beschwerden schlagartig weg gingen
- man mit Prothesen alles essen kann
- die Beißleistung der Schneidezähne wird durch ein Messer ersetzt
- seine Zahnärzte und Ärzte alle gehässig reagiert hatten, als er sie nicht mehr brauchte, gesund blieb
- er lieber in Kreta blieb als in Deutschland, wo Eiterzähne gehegt und gepflegt werden.
- Er brach den Kontakt mit allen „Eitermenschen“ ab

Ungezwungen glich Willi sein Leben den fehlenden Zähnen an:

- bei Grillfeiern aß er Würstchen statt Sparribs
- beim Tauchen verstaute er die Prothese in der Badehose
- er ging seit dem Zähneziehen nie mehr zu einem Arzt/Zahnarzt und hatte dies bis zum Lebensende durchgehalten

- er hatte stets eine Reserveprothese im Gepäck
- seit dem Zähneziehen fühlte er sich so „wohl wie noch nie in seinem Leben“

Wieder zuhause ging ich sofort zum Zahnarzt und machte es Willi nach.

Auch bei mir hat sich alles bestätigt, was ich vorher von Willi gehört hatte.

Das, was mich Willi im Urlaub lehrte, war mein größtes Erlebnis und hat mir am meisten genützt! Willi war besser als das gesamte Medizinstudium, in dem das krasse Gegenteil verzapft wird!

Seit 15 Jahren esse ich stets ohne Zähne, es schmeckt prima – nur leider zuviel.

Dabei denke ich an die vielen Ärzte, die denken, dass Kunstzähne die Voraussetzung zum Sattwerden wären! Sie müssten einmal nach Kreta gehen, wo junge Busfahrer mit Lückengebiss die fröhlichsten und gesündesten sind!

Wunden naturheilkundlich versorgt

Auf einer Zugfahrt 1991 bekam ich folgende Tipps:

- Bei Schürfwunden Trauben- oder Puderzucker draufstreuen.
- Bei Wundliegen Glycerin + Honig 1 : 1
- Beste Hautcreme Euterfett

Zwischen den beiden letzten Zehen hatte ich eine kleine, unangenehm schmerzhaft Wunde. Ich erinnerte mich an obige Tipps und streute Puderzucker darauf. Sofort ein angenehmes Gefühl und nach zweimaligen Streuen war die Wunde weg.
E.C.

Allergietest

Der Allergietest ist für Patienten selbst „Gold wert“ – das zählt!

Medizinische Krisenvorsorge

Szenario:

Mit zunehmender Arbeitslosigkeit sinken die Beiträge zu Krankenkassen und damit primär die Bezahlung der Krankenhäuser und sekundär der Punktwert der Ärzte.

Krankenhaus Betten werden stillgelegt, Arztpraxen im Konkurs geschlossen.

Vorbilder sind Lettland und Island mit einer Verminderung von 60%.

Modeoperationen wie Implantate bei Zahnärzten werden ausgesetzt. Alles nicht Notwendige wird undurchführbar. 90% der Zahnarztpraxen werden schließen.

Konkurs von 80% der Arztpraxen mit teuren Mieten. Das Personal wird größtenteils entlassen. Isotopen-Untersuchungen und Behandlungen fallen weg.

Übrig bleibt Notfall-Medizin für das Nötigste.

Teure Medikamente müssen selbst bezahlt werden, nicht lebensnotwendiges fällt weg, wie Fettsenker, Zytostatika. Beschränkung auf hundert wichtigste Präparate.

Ein Mann Praxen werden die Regel.

Folgen:

1. Ärzte und Krankenhäuser werden Mangelware, monatelange Wartezeiten, alles privat, Medikamente ohne Nachschub.

2. Alle nötigen Operationen jetzt sofort machen lassen, insbesondere jeden Eiter unter den Zähnen entfernen lassen, der zur Abwehrschwäche, Entzündungen, Infarkt oder Krebs führt. Keine Implantate oder Brücken, die Arztabhängig machen.

3. Wichtige Medikamente für 6 Monate privat bevorraten.

4. Hausarzt der „Alten Schule“ suchen mit Ehefrau am Tresen, mit Geschenken persönliche Kontakte aufbauen.

5. Notfall- Krisenset bevorraten:

Koffein-Zink-Kohle (Leistungssteigerung-Abwehrförderung-verdorfbene Nahrung)

Tauschhandel

Tauschhandel unser Gold in Notzeiten

Nach dem Zweiten Weltkrieg, als Goldbesitz – wie in allen Krisenzeiten verboten war – ermöglichten wichtige Tauschmittel die Nahrungsmittelbeschaffung.

Für einen langjährigen Dozenten der Sanitätsakademie der Bundeswehr scheinen manche heutige Empfehlungen von Laien sehr läppisch, daher hier die bewährten Bedarfsgegenstände:

Waren zum Tauschhandel

Tauschhandel war in schwierigen Zeiten immer wichtig für den Neubeginn und milderte die ärgsten Versorgungspässe. Worauf ist bei den Tauschwaren zu achten?

- 1) Verbrauchsgüter (Hygiene, alltäglicher Bedarf)
- 2) Alles was nur schwer in Heimarbeit gestellt werden kann
- 3) Lange Haltbarkeit
- 4) Gute Qualität
- 5) Ware sollte in kleinen Mengen aufteilbar sein

Beispiele dazu:

Spül- und Waschmittel, Alkohol, Zahnbüsten, Rasierklingen, Toilettenpapier, Tampons für Frauen, Alu-Folie, Schreibpapier, Bleistifte, Kugelschreiber, Schnürsenkel, Bindfaden, Strick, Kabel, Schläuche, Angelschnur und Haken, Insektenmittel jeder Art, Rattengift und Fallen, Imprägniermittel für Kleidung, Farbe, Lack, Pinsel, Streichhölzer, Feuerzeuge, Uhren (keine Quarz, gehen durch NEMP kaputt und brauchen Batterien), Ersatzbirnen, Nähnadeln, Faden, Knöpfe, Reißverschlüsse, Haken und Ösen, Sicherheitsnadeln, Stoffe (feste Baumwolle, Wollstoffe), Medikamente in Original-Verpackung, Saatgut, Getreide, Zucker, Sonnenschutz, Dosenöffner, Messer, Einmach-Artikel, Schuhe, Socken, Stiefel, Decken, Schlafsäcke, Ponchos, Waffen und Munition, Treibstoffe aller Art, Motoröl, Draht, Leimkleber, Nägel, Schrauben, Muttern, Werkzeug, Gartengeräte.

Aus: Das 1x1 der Vorsorge

Trinkwasser

Trinkwasser haltbar durch Silbermünze

Seit dem Altertum weiß man, dass Trinkwasser lange Zeit haltbar bleibt, wenn man in das Wasser eine Silbermünze wirft.

Natürlich gibt es darüber heute keine Untersuchungen mehr, jedoch über Micropur®, das heute verfügbare Silberpräparat zur „Trinkwasserentkeimung“ für Bergsteiger und Tracking Wanderer.

Silber schadet jedem dritten früheren Amalgamträger, der eine Allergie auf das im Amalgam enthaltene Silber hat.

Trinkwasser Filter mit Kohle

Frage: Sehr geehrter Herr Dr. Dauderer, zur Krisenvorsorge haben Sie uns umfassend informiert und u.a. auch auf die Seite von Herrn Spannbauer verwiesen. Großen Dank für die wertvolle Arbeit und Bereitstellung der Informationen!

Für die Beantwortung folgender Frage wäre ich sehr dankbar:

Gibt es zum Katadyn Wasserfilter (silberimprägnierte Katadyn-Keramik vgl. krisenvorsorge.com) zur Trinkwasseraufbereitung Alternativen wie die von Ihnen vorgestellte Lösung von Kohle und Filterpapier? Ist die letztgenannte bezüglich der Filterleistung äquivalent anzusehen? Ist Regenwasser zur Filterung mit diesen Methoden auch geeignet?

Wird es eine giffreie Zukunft geben?

Antwort:

Richtig, wir müssen ein Foto machen dieser von Jedermann durchführbaren Filterung.

So wird übrigens überall Trinkwasser im Großen gefiltert (Rheinwasser).

Kohle ist dem allergisierenden Silber weit überlegen und viel billiger.

Regenwasser muss nur gefiltert werden, wenn es radioaktiv verseucht ist!

Krieg und Unruhen wird es immer geben,
das gehört zum Menschen!

Gift gehört ebenso zum Menschen,
nur Informierte können es meiden.

Nur im Alter erkennt man die Folgen,
wenn der Speicher voll ist!

Mit freundlichen Grüßen,
Dr.Max Dauderer

Leitungswasser viel gesünder als Flaschenwasser

Selbst das schlechteste Leitungswasser ist gesünder als Wasser aus PET-Flaschen. Natürlich sollte man uralte Bleileitungen erneuern.

Die einzigen, die mir beim Schreiben meines 35-bändigen Lehrbuches der Klinischen Toxikologie einen großen Schadenersatzprozess angedroht hatten, weil ich die Veröffentlichung der geheimen Zusammensetzung der wichtigsten Mineralwässer und Tafelwässer geplant hatte, war der Bundesverband der Mineralwässer. Ihre Mitglieder verdienen nur deshalb so viel, weil niemand die exakte Zusammensetzung

erfährt. Nur gelegentlich sickern Einzelheiten durch wie der Arsengehalt des bei Umweltvergifteten beliebtesten französischen Mineralwassers oder der Urangehalt. Bei Konflikten kann man das Leitungswasser vorher durch einen Kaffeefilter mit einem Esslöffel Kohlepulver laufen lassen.

Ein frisch mit Leitungswasser gefüllte Flasche ist der beste Begleiter in die Arbeit!

Verteidigung

Pfefferspray zur Selbstverteidigung

1. Bereithalten einer Spraydose an jedem möglichen Kontaktpunkt
2. Dose hält Frost, nicht Sonne aus
3. So früh wie möglich, Fluchtweg frei schießen
4. Sprühstoß auf Augen und Halsdreieck
5. Benetzte Kleidung am Hals hat Langzeitwirkung
6. Eigenen Fluchtweg entgegen Windrichtung freihalten
7. Eigene Augen offen halten, nicht reiben
8. Augen spülen mit Leitungswasser, 3% Sodawasser oder Milch
9. Benetzte Kleider herunterreißen
10. Polizeimeldung, Tätermerkmale merken.

Erfahrungen aus der Tox-Beratung mit ERSTER HILFE für Versuchspersonen einer Illustrierten. MD

2009 Mord am S-Bahn Gast zwingt zum gemeinsamen Handeln

Dominik Brunner hatte am 12.9.09 in einer S-Bahn in München Jugendliche daran gehindert, vier Kinder im Alter von 13 bis 15 Jahren anzugreifen und zu berauben. Schließlich attackierten die Schläger den 50-Jährigen auf dem leeren S-Bahnhof; er erlag seinen schweren Verletzungen. 15 Personen sollen von gegenüber zugesehen haben, wie Herr Brunner totgeschlagen wurde.

Die Perspektivlosigkeit und drohende Verarmung unserer Jugendlichen lässt solche unfassbaren Taten immer wahrscheinlicher werden.

Fast in Sichtweite des Tox Centers geschah diese Tat. Die Erfahrungen mit einem ähnlichen Ereignis in der gleichen Bahn, die ich stets zur Fahrt in meine Praxis benutzte, lehrten mich, wie man sich dabei zweckmäßig verhält.

Spät abends nach der Praxis sass ich völlig erschöpft in dieser Bahn auf der Heimfahrt. Dann setzten sich zwei angetrunkene Jugendliche in der vollbesetzten Bahn zu mir. Sofort begannen sie zu pöbeln, tranken Bier aus der mitgebrachten Flasche und zündeten einer Zigarette an. Dies war natürlich verboten. Freundlich bat ich, das zu beenden. Daraufhin beschimpften sie mich wütend. Der entfernt sitzende drohte mir an, mich zu verprügeln und stürzte sich von der anderen Seite herüber. Dabei wollte er den im Zwischengang stehenden Mann wegschubsen.

1. Hilferuf

Der Angerempelte setzte sofort einen extrem lauten Hilferuf ab, schrie:

„An Alle, helfen Sie mir, ich bin Staatsanwalt, sofort mit Handy die Polizei anrufen, an der nächsten Haltestelle (der Zug hielt alle zwei Minuten) zum Fahrer laufen und bitten, solange zu warten, bis die Polizei kommt, sonst Notbremse ziehen.

Bis dahin waren alle ängstlich bemüht, sich aus der Sache herauszuhalten, versteckten sich hinter der Zeitung.

2. Täter festhalten

Nun schrie er: Halten sie die Täter fest, damit sie mir nichts tun.

Sofort packte ich den Aggressor, der neben mir sass, von hinten im Würgergriff – so wie ich es in der Klinik immer machen musste, wenn ein Alkoholiker ins Delir rutschte und sich mit der abgebrochenen Wasserflasche auf die Mitpatienten stürzte mit „Euch bring ich um“.

Ich hielt ihn eisern fest und er wurde tief blau und friedlich. Der andere wurde von vier Männern inclusive Staatsanwalt fest gehalten. Das Warten auf die Polizei erschien endlos.

Nach der Übergabe an die Polizei am Bahnhof wurden beide gefesselt und waren lammfromm.

Das ein solcher Fall mit dem Tode des Angegriffenen enden kann, ist für alle eine Mahnung zur rechtzeitigen gemeinsamen Hilfe.

Das Absetzen eines Notrufes ist der wichtigste Schritt in jedem Notfall und ermöglicht die bestmögliche Hilfe in jeder Situation!

Vorräte allgemein

Vorathaltung nur mit Verfallenem empfehlenswert

Durch die harte Schule mit vier Kindern, die den Geist der Sozialhilfe vom Großvater weiter trugen und jede freie Minute ihrer Jugend für das Rote Kreuz über die Wasserwacht und den Rettungsdienst über die Johanniter opferten und dafür sämtliche Infusionen und Erste Hilfe Medikamente ebenso wie Heimwerker-Maschinen zur Renovierung dort hinschleppten, zwangen mich als Vater, mit verfallenen Medikamenten und defekten Maschinen zu arbeiten.

Zuletzt waren nur Medikamente und Hilfsmittel vor dem Abtransport zur Laienhilfe sicher, wenn sie längst über dem Verfallsdatum waren oder so defekt waren, dass sie vor Gebrauch erst repariert werden mussten.

Glücklich über die bewundernswerte Hilfsbereitschaft aller meiner Kinder äußerte ich bis zum heutigen Tage nie ein Sterbenswörtchen darüber, sondern lernte dankbar, mit dem Überfälligen zu leben. Das machte erfahren, was wie lange essbar oder für die Arbeit reparierfähig ist.

In der zukünftigen Krise wird sicher auch alles geklaut, was nicht niet- und nagelfest ist, nur das Verfallene bleibt stehen. Da über 80% der Bevölkerung nicht daran denkt, Vorsorge zu betreiben und hofft, von den ängstlichen Vorsorgenden alles klauen zu können, bleiben nur reparierbares Kaputttes und verfallene Lebensmittel noch übrig. Diese einmalige Schulung verdanke ich meinen Kindern!

Notvorratssicherung

Lebensmittel und Trinkwasser

Vorschlag für einen Notvorrat pro Person z.B. für 14 Tage (errechnet für eine Person mit einem Tagesbedarf von 2.000 kcal) mit folgenden Standardwerten:

Getreide: 4,5 kg
Fleisch: 2,0 kg
Gemüse: 2,0 kg
Obst: 2,0 kg
Fette: 0,5 kg
Milch: 4,5 kg
Getränke: 21 l

Beispiel einer Vorratsliste

| Lebensmittel und Getränke | Menge | Lagerdauer | vorhanden | zu beschaffen |
|---------------------------|----------|-------------|-----------|---------------|
| Fleisch-, Fisch- und | 2 kg (2) | 2 Jahre od. | kg | kg |

| | | | | |
|--|-----------------|--------------------------------------|---------------|---------------|
| Wurstkonserven | | HD | | |
| Fertiggericht- und Suppenkonserven | 4 kg (2) | 2 Jahre od. HD | kg | kg |
| Obst- und Gemüsekonserven | 2 kg (2) | 1-2 Jahre | kg | kg |
| Marmelade, Honig | 0,5 kg | 1 Jahr | kg | kg |
| Kondensmilch (Dosen) | 5 à 170 g | 6-12 Monate | kg | kg |
| Milchpulver | 0,5 kg | 6-12 Monate | kg | kg |
| Käse | 0,25 kg | 6 Monate | kg | kg |
| Speiseöl, Schmalz, Pflanzenfette | 0,5 kg | 6-12 Monate | kg | kg |
| Dauerbrot, Biskuits, Knäckebrötchen, Zwieback, Hartkeks | 2 kg | 1 Jahr | kg | kg |
| Nährmittel (Haferflocken) Teigwaren | 0,5 kg | 1 Jahr | Kg | kg |
| Zucker | 0,5 kg | unbegrenzt | Kg | kg |
| Salz, Gewürze | 0,25 kg | Unbegrenzt | Kg | kg |
| Gemahlener Kaffee oder Kaffee-Extraktpulver, Schwarzer- oder Kräutertee, Kakao | 0,5 kg | 1Jahr 3 Jahre 6 Monate | kg | kg |
| Mineralwasser, Vitaminisierte Gemüse- und Fruchtsäfte, vitaminisierte Brausetabletten | 30 l 5 l | Mehrere Jahre 12 Jahre | Liter / Stück | Liter / Stück |

Die Lagerdauer entspricht den Empfehlungen des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

(2) Die handelsüblich als Kilokonserven bezeichneten Dosen enthalten im Allgemeinen nur ca. 850 g

HD Haltbarkeitsdatum auf der Packung angegeben

Brandschutz

| Was ist bereits vorhanden oder durchgeführt? | ja | nein |
|--|-----------------------|-----------------------|
| Keller und Dachboden entrümpeln | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Feuerlöscher | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Löschdecke (notfalls Wolldecke) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Behälter für Löschwasser | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wassereimer | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Fluchthaube | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| | | |
|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Kübelspritze oder Einstellspritze | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Garten- oder Autowaschschlauch | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Rettung

| Was ist bereits vorhanden? | ja | nein |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Schaufel | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Spaten (Camping- oder Klappspaten) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Spitzhacke, Brechstange | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Bügelsäge, Fuchsschwanz, Stichsäge | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Beil | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Fäustel | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Spitz- und Flachmeißel | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kneif- oder Beißzange | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Rettungstuch, Bergungstuch oder Wolldecke | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Notgepäck

| Was ist bereits vorhanden? | ja | nein |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Persönliche Medikamente | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Behelfsmäßige Schutzkleidung | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wolldecke oder Schlafsack | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Unterwäsche, Strümpfe | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Gummistiefel, derbes Schuhwerk | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Essgeschirr, Essbesteck, Thermoskanne m. Becher | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Material zur Wundversorgung | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Dosenöffner und Taschenmesser | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Strapazierfähige warme Kleidung | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Taschenlampe | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kopfbedeckung, Schutzhelm | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Schutzmaske oder behelfsmäßiger Atemschutz | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Arbeitshandschuhe | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Dokumentensicherung

| Was ist bereits vorhanden? | ja | nein |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Sind Ihre Unterlagen zweckmäßig geordnet? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haben Sie festgelegt, welche Dokumente unbedingt erforderlich sind? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sind von wichtigen Dokumenten Kopien vorhanden und diese ggf. beglaubigt? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haben Sie eine Dokumentenmappe angelegt? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| | | |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Sind Dokumentenmappe oder wichtige Dokumente griffbereit? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
|---|-----------------------|-----------------------|

Hygiene

| Hygieneartikel | vorhanden | beschaffen |
|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Seife und Waschmittel | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Zahnbürste, Zahnpasta | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Einweg-Geschirr und Besteck | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haushaltspapier | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Toilettenpapier | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Müllbeutel | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Campingtoilette, Ersatzbeutel | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sägemehl, Torfmull oder Chlorkalk | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Desinfektionsmittel, Schmierseife | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haushaltshandschuhe | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Hausapotheke

| Was ist bereits vorhanden? | ja | nein |
|---|-----------------------|-----------------------|
| DIN-Verbandskasten | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Fieberthermometer | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wunddesinfektionsmittel | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Beruhigungsmittel | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vorbeugende Mittel gegen grippale Infekte | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Schmerzlindernde Tabletten | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Tabletten gegen Halsschmerzen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vitamintabletten | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kohletabletten | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vom Arzt verordnete Medikamente | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Energieausfall

| Was ist bereits vorhanden? | ja | nein |
|--|-----------------------|-----------------------|
| Kerzen, Teelichter | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Streichhölzer | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Taschenlampe | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Reservebatterien | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Camping-/ Spirituskocher mit Brennmaterial | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Heizgelegenheit | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kohlen, Briketts, Holz | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Rundfunkgerät

| Was ist bereits vorhanden? | ja | nein |
|--|-----------------------|-----------------------|
| Rundfunkgerät mit UKW- und Mittelwellenempfang, für Batteriebetrieb geeignet | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Reservebatterien, wiederaufladbare Akkus | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Quelle: www.bzs.bund.de

Wäsche waschen

Wäsche waschen mit Soda gesund und spottbillig

Täglich mit reinem Sodapulver ein flacher Kaffeelöffel pro Waschmaschine bei 60 Grad die gesamte Wäsche waschen.

Kostet im Halbjahr 1,10 €.

Soda ist eine starke Lauge, verhindert die Verkalkung der Waschmaschine!
Die Wäsche wird nicht so sauber wie durch die Waschmittel mit Wasserstoffperoxid,
Wolle wird minimal härter, Seide hält nicht so lange.
Soda entfernt allergisierende Chemikalien beim ersten Waschen.

Geeignet für alle Allergiker.

Es gibt keine Kontraindikationen!

Jahresbedarf kostet etwa 2 €!

Dr.D. verwendet dies seit 20 Jahren als einziges Waschmittel!

Zahnpflege

Fluorzahnpaste

Fluorhaltige Zahnpaste oder Lackschicht über den Zähnen ist für Amalgamträger streng verboten, da Fluor die Aufnahme von Quecksilber und Zinn stark fördert. Fluor ist ein starkes Stoffwechselgift, ermöglicht die Entstehung der gefährlichen und hochtoxischen Fluordioxinen.

Auch nach der Amalgamsanierung wird noch Amalgam aus der Schleimhaut aufgenommen.

Alternative ist reine Champagnerkreide aus dem Farbengeschäft. Diese ist völlig ungiftig und spottbillig. Geeignet zum Reinigen einer Prothese oder Zahnspange.

Bimssteinpulver bei heftigem Zahnbelag

Zahnprothese

2010 Prothesen Gewöhnung

Lieber Neffe,

sicher war es sehr ärgerlich, dass du über die Formaldehydallergie durch das umfangreiche Archiv deines Vaters alle Zahnwurzeln der Schneidezähne vergiftet hattest, so dass ein Zahn nach dem anderen ausfällt. Nicht vergessen werden darf, dass das frühere Amalgam u.a. zu Autoimmunkrankheiten geführt hatte, die sich jetzt gegen das Gehirn gerichtet hatten. Die Hirnschädigung äußert sich auch durch das Absterben der Hirnzähne. Oberstes Gebot ist, dass alle Metalle aus dem Kieferknochen entfernt werden, um die Autoimmunkrankheit zu bremsen. Dadurch sind bei Dir Titanimplantate streng verboten. Da in Deinem Fall die Pflichtkrankenkasse Titanimplantate zu 100 % übernimmt, ist dies für Dich besonders ärgerlich.

Es würde Dir auch nichts helfen, wenn Dir der Zahnarzt schriftlich bestätigt, dass Du durch Titan in diesem Eiterknochen keinen Alzheimer bekommen würdest. In Deinem dreidimensionalen CT sieht man ganz deutlich, dass der gesamte Oberkieferknochen total vereitert ist.

Kein verantwortungsvoller Chirurg würde in einen Eiterknochen einen Fremdkörper einführen, weil er weiß, dass darin nichts hält. Vorher muss der Knochen erst ausheilen. Dazu brauchst Du unbedingt eine Oberkieferprothese – eventuell unter vorläufigem Belassen der Backenzähne.

Deine jetzigen Teilprothesen sind sehr ärgerlich, da sie:

- Verrutschen: die sichtbaren Zähne sind schief
- Darunter rutscht jede Nahrung
- Vieles klebt daran und reißt sie heraus
- Die Nachbarzähne „nackeln“ heraus
- Jeder schaut auf die künstlichen Zähne
- Die Prothese schmerzt stark
- Beim Herausfallen bricht sie leicht
- Beim Abbeißen zerbricht sie sofort
- Die Wurzeln der Brückenpfeiler gehen zu Grunde

Zahlreiche Jugendliche kannte ich, die bei Unfällen alle Schneidezähne verloren hatten. Wenn jemand anderer haftbar gemacht werden konnte, bekamen sie Implantate. Wenn nicht, bekamen sie Teilprothesen (s. oben) oder Vollprothesen. Die Implantatempfänger blieben Dauerpatienten bei Zahnärzten, sie hatten immer Schmerzen. Etwa alle zwei Jahre mussten die Implantate ausgewechselt werden, weil sie entzündet waren, kippten oder nicht mehr passten.

Die Vollprothesen – Empfänger waren bei weitem glücklicher.

Nach einer Gewöhnungszeit von einigen Wochen (meist genügten die großen Ferien) hatten sie sich gewöhnt an:

- Sprechen ohne zischen
- Abspülen im Klo nach klebrigem Essen
- Aufbewahren nachts in einer Tasse neben dem Bett
- Statt abbeißen (Apfel, Kartoffel), mit Messer herunterschneiden
- Vor neuem Partnerkontakt (Zungenkuss) mit Kleber Prothese einkleben
- Nie von der Prothese reden
- Nie Prothese vorzeigen
- Vom grässlichen Unfall reden, nie von seinen Folgen.

Freunde oder Partner wollen möglich nichts davon erfahren, es bleibt ein Geheimnis. Nach einiger Zeit gewöhnt sich jeder daran.

Zahnärzte hassen Prothesenträger, sie sind der Tod einer wohlhabenden Zahnmedizin.

Hundertern habe ich von Deinem Opa, meinem Taufpaten erzählt, der mit 50 schwerst psychisch krank war und niemand konnte ihm helfen. Ein Studienkollege zog ihm binnen zwei Tage alle Zähne und verpasste ihm Prothesen, die er dann 45 Jahre lang trug. Er wurde völlig gesund, sehr dynamisch, herrisch und konnte alles essen und beißen. Diesbezüglich war er mein größtes Vorbild.