

Schulmedizin – Komplementärmedizin

URINTHERAPIE

Eine Alternative zur Schulmedizin?

Fachbereichsarbeit

zur Erlangung des Diploms
für den gehobenen Dienst für Gesundheits- und Krankenpflege

an der
Schule für allgemeine Gesundheits- und Krankenpflege
des österreichischen Bundesheeres
Van Swieten-Kaserne, Brünnerstrasse 238, 1210 WIEN

Beurteiler:
DGKP NEIDHART Arthur, Vzt
akademischer Lehrer der Gesundheits- und Krankenpflege

vorgelegt von

HAIDEN Christoph, Wm

WIEN, im Jänner 2003

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	4
1. GESCHICHTE DER URINTHERAPIE	5
2. ALLGEMEINES.....	10
2.1. Vorteile des natürlichen Heilmittels.....	10
2.2. Strategie: Immunsystem stärken, Selbstheilungskräfte aufbauen.....	10
2.3. Möglichkeiten zur Verbesserung der Urintherapie.....	11
3. BESTANDTEILE DES URINS	12
3.1. Vitamine	12
3.2. Hormone	13
3.3. Mineralstoffe.....	14
3.4. Vitalstoffe	14
3.5. Aminosäuren.....	15
3.6. Zucker (Glukose)	15
3.7. Enzyme.....	15
3.8. Amylase.....	15
3.9. Urokinase.....	15
3.10. Immunmodulierende Stoffe.....	15
3.11. Interleukin 1.....	15
3.12. Methylglyoxal	15
3.13. Harnstoff.....	16
3.14. Andere Stoffe.....	16
4. ANWENDUNGSARTEN DES URINS	18
4.1. Tropfen	18
4.1.1. Augentropfen	18
4.1.2. Ohrentropfen.....	19
4.1.3. Nasentropfen.....	19
4.2. Spülungen mit Urin.....	20
4.2.1. Augenspülung	20
4.2.2. Mundspülung	20
4.2.3. Nasenspülung.....	20

4.2.4. Vaginalspülung	21
4.2.5. Darmspülung (Einlauf).....	21
4.3. Darmklistier mit Urin	23
4.4. Instillation.....	24
4.5. Betupfen	25
4.6. Einreibungen und Massagen mit Urin.....	25
4.6.1. Einreibungen mit Urin.....	25
4.6.2. Massagen mit Urin	28
4.7. Umschläge, Kompressen und Packungen mit Urin	29
4.8. Verbände mit Urin	31
4.9. Urinbäder	32
4.9.1. Vollbad mit Urin	32
4.9.2. Teilbäder mit Urin.....	33
4.10. Gurgeln mit Urin.....	34
4.11. Inhalieren	34
4.12. Uropotie.....	35
4.13. Injektion mit Urin.....	37
4.14. Homöopathische Anwendungen	38
ZUSAMMENFASSUNG	40
LITERATURVERZEICHNIS	41
ANHANG	42
Anhang 1: Physiologische Entstehung des Urins	42
Anhang 2: Der erste Schluck.....	43
Anhang 3 : Erfahrungen eines Buchautors.....	44
Anhang 4: Die Head'schen Zonen.....	45

VORWORT

Im Zuge meiner Ausbildung zum Diplomierten Gesundheits- und Krankenpfleger wurde ich unter anderem mit dem Pflgethema „Ausscheiden“ konfrontiert. Während dieses Unterrichts wurde auch die Möglichkeit der Urintherapie erwähnt. Dieses nicht alltägliche Thema erweckte sofort mein Interesse und ich begann mit der diesbezüglichen Literatursuche.

Eines meiner Praktika absolvierte ich auf der Urologie der KAR¹. Dort stieß mein Thema auf heftigen Widerstand der dortigen Ärzte. Diese meinten, dass dieses Thema auf der Station tabu sei. Dies war ein weiterer Grund für mich diese naturheilkundliche Methode zu verschiedenen Erkrankungen ins Zentrum meiner pflegerischen Überlegungen zu stellen.

Weiters wollte ich ein Umdenken in der klassischen Schulmedizin anregen. Da für mich die Komplementärmedizin aus pflegerischer Sicht ein wesentlicher Beitrag zur Gesundheitsvorsorge und Behandlung beitragen kann.

Herzlichen Dank sagen möchte ich meinem Betreuungslehrer, dem stellvertretenden Direktor und akademischen Lehrer für Gesundheits- und Krankenpflege Vizeleutnant Arthur Neidhart, der das Interesse für dieses Thema bei mir weckte und mich bei meiner Arbeit begleitete und unterstützte.

Weiteren Dank sagen möchte ich meiner Frau Iris, meiner Schwägerin Sandra und allen Freunden und Kameraden, die mich angespornt und mir mit Rat und Tat zur Seite gestanden haben.

Christoph Haiden
Wien, am 07.01.2003

¹ Krankenanstalt Rudolfstiftung

1. GESCHICHTE DER URINTHERAPIE²

Die Eigenurin-Behandlung hat eine mehrtausendjährige Geschichte, die bei allen Völkern der Erde bekannt war und ist. So gibt es Berichte und Aufzeichnungen von vielen Kulturen über diese „besondere“ wirkungsvolle und einfache Behandlungsweise.

Das lateinische Wort für das "Wasser des Lebens" Urin (Urina) hat durch den Einfluss des deutschen Wortes Harn das Geschlecht gewechselt. Das Wort Harn wird von dem alten norwegischen "Skarn" abgeleitet und kommt an Bedeutung dem Wort " Gießen" gleich. Auch glaubte man damals schon, dass der Harn der Träger der Lebenskraft sei.

Das erste „Urin-Rezeptbuch“ ist etwa 3000 Jahre alt.

Etwa 1000 vor Christus wurden im *Papyrus Ebers* erste Anwendungen der Urintherapie im alten Ägypten überliefert. Darin ging es hauptsächlich um die Anwendungen, die Augenärzte entdeckt hatten: Urinkompressen auf Gerstenkörner, Auswaschung von eitrigen Augen mit Urin...

Auch die Ursprünge der visuellen Urindiagnostik, als ältestes Verfahren zur Untersuchung von Körperflüssigkeiten, lassen sich bis ins alte Ägypten zurückverfolgen. In den medizinischen Papyri der Ägypter sind Polyurie (übermäßige Harnausscheidung z.B. bei Diabetes Mellitus) und Hämaturie (Blutbestandteile im Urin) als Krankheitszustände angeführt. So waren die alten Ägypter auch Meister der Harnschau, wobei sie in der Lage waren, verschiedene Krankheiten im Harn zu erkennen und zu behandeln.

Der Vater der Medizin, Hippokrates (um 400 vor Christus), war der nächste, der die Möglichkeit, den Eigenurin zu nutzen, näher erforschte und seine Ergebnisse zu Papier brachte. Darin beschreibt er erstmals die „Uropotie“, das Trinken des Eigenurins, als Heilmittel. Er empfahl in seinem Schriftgut Urin als Diagnostik und Therapeutikum.

² Siehe und vgl. *Lebenssaft Urin, Urintherapie*, WWW.EU-Therapie

Auch die römischen Ärzte Galen (129-199n.Chr.) und Plinius (24-79n. Chr.) berichten in ihren Niederschriften über die Verwendung von Urin als Heilmittel.

Die Erkenntnisse der alten Therapeuten über die Urintherapie wurden über die Jahrhunderte weitergetragen und gingen so nicht verloren. Ein berühmter Vertreter in der Eigenharntherapie war im Mittelalter der Arzt, Naturforscher und Philosoph Theophrastus Bombastus von Hohenheim, genannt Paracelsus (1493 - 1541). Paracelsus` Erfahrungen basierten auf genaue Beobachtungen der Natur, erlebter Erfahrungen am Krankenbett, sowie auf die Astrologie, Magie und Alchemie. Er sah auch in der damaligen Zeit Krankheiten nicht mehr als Sündenfall an, sondern wies ihnen bestimmte Ursachen zu. Paracelsus galt als einer der größten Ärzte seiner Zeit. In seinen Schriften belegt er den Einsatz von Urin bei den verschiedensten Krankheiten.

In Deutschland veröffentlichte 1696 der Arzt Christian Franz Paullini (1643-1712) die *Heylsame Dreck Apotheke*. Sie gilt als das Standardwerk für die Verwendung von Ausscheidungsprodukten der Menschen und Tiere zur Behandlung von Krankheiten. In diesem Werk ist von Urin nicht im abwertenden Sinne als von „Dreck“ die Rede, sondern gemeint ist das Einfache, das jedem zugänglich ist. In den beschriebenen Therapien ist der unspezifische Reiz gemeint, der eine Umstimmung des Körpers auslösen soll. Auch hier soll der Urin getupft, aufgestrichen, in Verbänden aufgelegt, geschluckt oder in ihm gebadet werden.

In den 20er und 30er Jahren unserer Zeit fand die Behandlung mit Eigenharn bei vielen Ärzten in Russland, Frankreich, Italien, Deutschland und Österreich Verwendung. Cimino (Palermo) injizierte Eigenurin bei verschiedensten Krankheiten. Zamkoff in Russland befasste sich mit Eigenharntherapie. Die französischen Hautärzte Jaussión und Palélogue veröffentlichten Erkenntnisse über eine neue Desensibilisierungsmethode bei der Behandlung von Ekzemen mit Hilfe von Urin. Schürer-Waldheim in Wien setzte Eigenurin bei Infektionskrankheiten ein.

Der deutsche Kinderarzt Dr. Krebs behandelte Kinder erfolgreich in den 30er Jahren mit Harn und hat seine Ergebnisse 1937 in der Zeitschrift „Hippokrates“ niedergeschrieben.

Indien ist wohl das einzige Land, wo Urin-Therapie seit 5000 Jahren, seit Frühgeschichtszeiten, ununterbrochen angewandt wurde und wird.

Die Urin-Anwendungen medizinischer Art wurden zum ersten Mal in den Aufzeichnungen des *Bhavamishra* (16.Jahrhundert) erwähnt. Da ist nun nicht mehr die Rede von Shivambu³, dem „Wasser der Glückseligkeit“; sondern man findet ganz konkrete Therapieanweisungen.

„Der menschliche Urin neutralisiert Gifte, gibt bei richtigem Gebrauch neues Leben, reinigt das Blut und löst Hautprobleme auf; er hat einen scharfen Geschmack und enthält viele Mineralien. Wann man ihn trinkt, wirkt er als Medizin.“ (Bhawa Prakasha, Kapitel über Urin, Vers 7)

Auch die klassische, aus Indien stammende, ayurvedische Medizin kennt die Urin-Behandlung seit ebenfalls mehr als 2500 Jahren. In den ayurvedischen Schriften wird über die hervorragende Wirkung bei der Behandlung von: Augenleiden, Husten, Verbrennungen, der Verdauungsorgane, Heilung von Haut und Lebererkrankungen, dem Diabetes Typ II und vielen anderen berichtet.

Die amerikanischen Ureinwohner benutzen den Harn seit Jahrhunderten um körperlich gesund und fit zu bleiben und sich vor Krankheiten zu schützen oder zu befreien. Auch die Eskimofrauen verwenden den Harn seit langem, um ihre Haare damit zu waschen. Dies ist auch der Grund dafür, warum die Haare der Eskimofrauen so kräftig sind und glänzen.

³ Mythologische Überlieferung des Shivambu: - der göttliche Nektar
- das Wasser von Shiva
- das Wasser der Glückseligkeit

Auch in China gibt es Schriften, die die Urin-Therapie beschreiben. Aus der Zeit vor anatomisch genauen Kenntnissen wurde angenommen, der Harnstrahl komme aus der Verlängerung der Wirbelsäule. Aus dieser ursprünglichen, falschen Vorstellung heraus hat sich in China bis heute das Bewusstsein erhalten, Niere und Blase hätten mit Lebenskraft, mit „dem Zentrum des Menschen“ zu tun. Im Umkehrschluss wurde Urin-Therapie eingesetzt, um Mut, Selbstbewusstsein und Stärke zu unterstützen.

Ein chinesisches Sprichwort sagt: *„Wenn du dir aus Angst in die Hose pinkelst, so sollst du dein Wasser auffangen und trinken – die Angst wird vergehen – und Mut stärkt dich wieder“*.

Nach dem zweiten Weltkrieg kamen dann Medikamente auf den Markt, die in Massen und in genau dosierter chemischer Zusammensetzung hergestellt werden konnten. In dieser Zeit verschwanden auch die Kenntnisse der Naturheilkunde aus der Bevölkerung. Diese Massenproduktion von Medikamenten bereichert die Pharmaindustrie seit Jahrzehnten immens und macht die meisten Ärzte in der westlichen Welt abhängig von einer mechanisch-reparativen Denkweise. Es wurden die Möglichkeiten der Behandlung mit Naturheilverfahren bei der Bevölkerung in den letzten Jahrzehnten bewusst zurückgedrängt, damit sich bestimmte Zweige der Pharmaindustrie auf die Massenproduktion von Medikamenten konzentrieren konnten und diese auch durch das weitgehend verlernte Wissen über die Heilkunde in der Bevölkerung Absatz fanden und finden.

Doch es ist in den letzten Jahren ein Umschwung innerhalb der Bevölkerung bezüglich der medizinischen Behandlungen festzustellen. So geht der Trend weg von einer organspezifischen Behandlung, immer mehr hin zu einer ganzheitlichen Heilweise.

Die Eigenurin-Therapie (unter anderem) als Naturheilverfahren findet langsam wieder Einzug in die Behandlungsmethoden der Therapeuten. Vor allem Heilpraktiker, die sich dem ganzheitlichen Heilen verpflichtet haben und inzwischen auch immer mehr Ärzte, treiben das alte Wissen über die Naturheilkunde wieder weiter in die Bevölkerung hinein.

2. ALLGEMEINES

2.1. Vorteile des natürlichen Heilmittels

Urin ist eine aus dem Blut gebildete Körperflüssigkeit, deren Inhaltsstoffe alle Informationen über die chemische und biologische Verfassung unseres Körpers enthalten – der Urin zeigt quasi ein Spiegelbild der körperlichen und seelischen Befindlichkeit.

Seine Bestandteile wie Proteine, Enzyme oder Hormone weisen genau die Konzentration und Struktur auf, wie sie der eigene Organismus zur Regulierung und als Reaktion auf Störungen von außen erzeugt, und daher wirkt die Anwendung von frischem Eigenurin wie eine sanfte Impfung.

Die Inhaltsstoffe helfen bei der Selbstheilung des Körpers, oft sogar, bevor sich eine Krankheit mit eindeutigen Symptomen bemerkbar macht.

(siehe *Heilsaft Urin*, S. 10)

2.2. Strategie: Immunsystem stärken, Selbstheilungskräfte aufbauen

Urin funktioniert als Nosode, als kleinster Antrieb, um Heilungskräfte in Bewegung zu bringen. Aus der Homöopathie ist das Prinzip >>Gleiches mit Gleichem heilen<< bekannt. Es wird dem Körper ein winziger Impuls einer Krankheit eingeflößt, um seine massiven Abwehrmechanismen zu motivieren. Die Theorie der Urintherapie sagt: Im ausgeschiedenen Urin sind die Erfahrungen des Körpers – physische und psychische – gesammelt. Indem Urin dem Körper wieder zugeführt wird, bekommt er es ein zweites Mal mit denselben Erfahrungen (zum Beispiel einem Krankheitskeim) zu tun, erhält einen doppelten Antrieb, sich um das Problem noch einmal zu kümmern.

(vgl. *Urintherapie*, S. 66)

2.3. Möglichkeiten zur Verbesserung der Urintherapie

Der Personenkreis der diese Art der Therapie anwendet oder anwenden möchte, kann die Eigenurin-Behandlung selbst unterstützen indem sie

- viel an der frischen Luft sind
- sich ausreichend bewegen (Spaziergänge, Sport, kleine Wanderungen)
- biologische Kost zu sich nehmen
- frisches Wasser trinken
- sich Zeit für sich selbst nehmen
- mit Meditation oder Gebet in sich hineinhorchen

Nach Möglichkeit vermeiden sollte man:

- Stress
- Nikotin
- Alkohol
- Weißmehl und (Industrie-) Zucker
- weißen Reis
- zuviel Fleisch
- koffeinhaltige Getränke

Der Anwender sollte immer daran denken, dass die Behandlung seinen ganzen Körper umfassen sollte und sich nicht nur auf einzelne Organe konzentrieren kann.

(vgl. [www. EU-Therapie.de](http://www.EU-Therapie.de))

3. BESTANDTEILE DES URINS⁴

Im Harn des Menschen befinden sich mindestens zweitausend Substanzen, die bei der innerlichen oder äußerlichen Anwendung dem Körper wieder zugeführt werden. Mit modernen Methoden hat man inzwischen die Bestandteile des Eigenurins analysiert. Im Eigenharn sind demnach unter anderem enthalten:

3.1. Vitamine:

- ❖ Thiamin (Vitamin B1)
Wichtig für die Erhaltung des Nervengewebes und des Herzmuskels. Ebenfalls ein wichtiger Co-Faktor für die Enzyme des Kohlenhydratstoffwechsels.
- ❖ Riboflavin (Vitamin B2)
Bestandteile der Enzyme für die Hämoglobinbildung, Stoffwechsel von Hornhaut und Linse und trägt zur Erhaltung der Nerven bei.
- ❖ Vitamin B6
Co-Faktor vieler Enzyme des Eiweißstoffwechsels.
- ❖ Vitamin B12 (sog. Cobalamin)
Co-Faktor zahlreicher Enzyme, die unter anderem an der DNA-Synthese beteiligt sind. → Blutbildung
- ❖ Nicotinsäure
- ❖ Folsäure
Co-Faktor des Phospholipit- und Aminosäurestoffwechsel
- ❖ Biopertin (dieses ist ein Folsäurefaktor)
- ❖ Ascorbinsäure (Vitamin C)
Bedeutung der Wundheilung, Narbenbildung und Wachstum. Des Weiteren hat Vitamin C einen positiven Effekt auf die Leukozyten sowie die Bildung von Antikörpern und vieles mehr.

⁴ Siehe und vgl. *Lebenssaft Urin, Heilsaft Urin, WWW. EU-Therapie.de*

3.2. Hormone:

- Nebennierenrindenhormone, Kortikoide → Stresshormone
Wichtig für den Kohlenhydratstoffwechsel und Mineralhaushalt des Körpers, gegen Allergien und Entzündungsprozesse.
- Aldosteron
Reguliert die Steuerung des Kalziums, Kaliums, Natriums und Phosphors im Körper; es nimmt dazu Einfluss auf den Wasserhaushalt → Blutdruckregulation.
- Östrogene
Wirken sich positiv u.a. bei klimakterischen Beschwerden aus.
- Testosteron
Steigert u.a. die Eiweißsynthese.
- Kortison (entzündungshemmend, ...)
- Erythropoetin
Wichtig für Blutbildung, wird von der Niere gebildet.
- Insulin
Wichtig u.a. für den Zuckerstoffwechsel, Fettstoffwechsel, der Proteinsynthese und der Kaliumaufnahme.
- Adrenalin
Beschleunigt die Herztätigkeit, hebt den Blutzucker, ...
- Noradrenalin
Verengt die Gefäße, erhöht den Blutzucker, Blutdruck steigernd.
- Vasopressin
Wichtig für die Wasserausscheidung.
- Padutin
Gewebehormon zur Durchblutungsverbesserung.

3.3. Mineralstoffe:

- Kalzium
Wichtig für den Knochenaufbau, für die Nervenfunktion und Herzleistung.
- Kalium
Wichtig für den Wasserhaushalt des Körpers, für die Nervenfunktion, Muskel- und Herzfunktion.
- Magnesium
Beruhigt, wichtig für die Enzyymbildung, für die Nerven-/ Muskelfunktion, für den Kohlenhydratstoffwechsel.
- Phosphor
Wichtig für den Säure-Basenhaushalt, für die Steuerung der Nährstoffaufnahme und für die Körperenergie.
- Natriumchlorid (Kochsalz)
Wichtig unter anderem für den Flüssigkeitshaushalt.

3.4. Vitalstoffe:

- Eisen
Wichtiger Blutbestandteil für Sauerstoffversorgung und Enzymaktivität.
- Jod
Wichtig für die Schilddrüse, Stoffwechsel, und Regulation von Wachstum und Energieverbrauch zur Aufrechterhaltung wichtiger Körperfunktionen.
- Schwefel
Wichtig für Zell- und Gelenkfunktion.
- Zink
Wichtig für Wundheilung, Körperabwehr, Zuckerhaushalt, Prostata, sowie Haut und für das Nervensystem, weiters zur Steuerung des Alterungsprozesses

3.5. Aminosäuren:

Wichtige Eiweißbausteine für den Körper.

3.6. Zucker (Glukose)

Als Energiebaustein wichtig für die Körperabwehr.

3.7. Enzyme

Wichtige Aktivatoren im Körper.

3.8. Amylase

Stoffwechselaktivator, auch ein Enzym.

3.9. Urokinase

Wichtiges Enzym zur Regulierung der Blutgerinnung und Erweiterung der Arterien.

3.10. Immunmodulierende Stoffe

Diese greifen in den Abwehrmechanismus ein.

- Antineoplastin
Verhindert auf selektive Weise das Wachstum von Krebszellen, ohne den normalen Zellaufbau zu stören.
- Antigene
- Antikörper
z.B. IgE, bei Gefäßpermeabilität im Harnwegsbereich auch IgM gegen Harnbakterien sowie IgA für Schleimhäute. Ebenso wurden Antikörper gegen Salmonellen, Diphtherie, Tetanus und Polio im Urin Kranker nachgewiesen (Rockefeller-Institut New York). Turner und Rowe von der Universität Birmingham wiesen auch im gesunden Urin eine reduzierte Menge an Antikörpern nach.

3.11. Interleukin 1

Dieser Botenstoff erfüllt wichtige Aufgaben im Rahmen der Körperabwehr. Darüber hinaus wirkt er im Gehirn und sorgt dafür, dass bestimmte Proteine reguliert werden. Er wirkt auch auf den Hypothalamus.

3.12. Methylglyoxal

Kann Krebszellen angreifen.

3.13. Harnstoff

Der Harnstoff wird bei erwachsenen Menschen pro Tag bis zu 30 Gramm ausgeschieden. Er ist das Endprodukt des Eiweißstoffwechsels und besitzt folgende wissenschaftlich nachgewiesene Eigenschaften:

- fördert das Eindringen von Wirkstoffen durch die Haut
- erhöht und repariert die Wasserbindungskapazität der Haut und beugt dadurch Altershaut und Faltenbildung vor
- bindet Mineralstoffe in der Haut und macht diese basisch
- stillt den Juckreiz der Haut
- wirkt bakteriostatisch, virustatisch und pilzauflösend
- baut Eiweiße ab
- hemmt die Vermehrungsgeschwindigkeit von Hautzellen
- verdünnt die stark verhornte Epidermis
- regt die Nierentätigkeit an
- wirkt i.v. (intravenös) hirndruck- und augendrucksenkend
- zersetzt sich an der Luft zu Ammoniumcyarat, welches für Bakterien und Pilze eine toxische Wirkung hat.

3.14. Andere Stoffe

- ✓ Allantoin
Wirkt wundreinigend und wundheilend, ist auch in vielen Hautcremes enthalten.
- ✓ Glucuronsäure
Steuert wichtige Ausscheidungsvorgänge, reguliert die Körperabwehr für Leberfunktion, schenkt Energie.
- ✓ Purinsäure
Greift in die Nierenfunktion ein, reguliert die Ausscheidung.
- ✓ Kreatin
Wirkt als Energiestimulator. Kreatinin im Urin ist die dazugehörige Abbauf orm und von Natur aus stark basisch.
- ✓ Harnsäure
Begrenzt die `freien Radikale` im Körper, wirkt dem Alterungsprozess entgegen und kann die Tbc zum Stillstand bringen.

- ✓ Bicarbonat (Stoffwechselmediator)
- ✓ Gastric Secretary Depressants
Dieser Stoff bekämpft das Wachstum von Magengeschwüren.
- ✓ Agglutinine und Precipitine
Diese Stoffe haben eine neutralisierende Wirkung bei Polio und anderen Viren.
- ✓ Prostaglandine–Schmerzmediator
Diese hormonähnlichen Stoffe haben eine gefäßerweiternde und entspannende Wirkung auf die Bronchialstruktur und wirken außerdem noch bei vielen anderen Stoffwechselfunktionen mit.
- ✓ Weitere Urinbestandteile:
Nitrate, Borax, Arsen, Quecksilber, Blei, Aluminium, Cadmium, Chrom, Kobalt, Nickel, Titan, Zinn, Wismut, ...

Diese Aufzählungen machen es alleine schon deutlich, wie viele Stoffe dem Körper wieder zugeführt werden, wenn man den Urin innerlich, wie auch äußerlich anwendet. Fast alle dieser Wirkstoffe wirken sich überaus positiv auf den Körper aus.

4. ANWENDUNGSARTEN DES URINS⁵⁶

4.1. Tropfen

Tropfen kann man sich gut selbst mit einer Pipette oder Plastikspritze ohne Nadel in Augen, Nase und Ohren träufeln. Dabei wandern die Wirkstoffe ins Körperinnere: bei den Augen durch die Tränenkanäle, bei der Nase durch den Rachen. So können selbst geringe Mengen Urin, die an einer Stelle angewendet werden, auf den gesamten Organismus wirken.

Überall an den Schleimhäuten ist es wichtig, dass der Urin steril ist. In jedem Fall gibt es keine Kontraindikation, sofern es sich von der Blase und Niere her um gesunden Urin handelt.

4.1.1. Augentropfen

Eigenurin mit abgekochtem Wasser oder Kamillentee 1:5 verdünnen und in Pipettenflasche oder Spritze füllen. Für Augentropfen ist der erste Urin (Morgenurin) zu salzhaltig. Jeder weitere am Tag kann benutzt werden. Tägliche Anwendung bis zur Besserung ist möglich.

Indikation: Augenpflege, Bindehautentzündung, Gerstenkorn, Reizzustände im Bereich der Augenschleimhäute, beginnende Glaskörpertrübung, erhöhter Augeninnendruck, Augenmüdigkeit, allergisch bedingte Reizzustände, entzündlich gerötete Augenlider.

Kontraindikation: Wenn die Urinlösung trotz Verdünnung zu sehr brennen sollte, wäre diese Anwendung nicht geeignet, bzw. es müsste eine noch höhere Verdünnung versucht werden.

Vorteil: durch die Nosodenwirkung sehr wirksam, manchmal wirksamer als herkömmliche Augentropfen.

Nachteil: Tropfen müssen immer frisch angesetzt werden; manchmal wegen des Brennens nicht geeignet.

⁵ Bei allen Anwendungsarten wird ausschließlich Mittelstrahlurin verwendet.

⁶ Siehe und vergleiche *Lebenssaft Urin*, *Heilsaft Urin* und *Urintherapie*

4.1.2. Ohrentropfen

In die Ohren wird nur warmer, frisch gewonnener Urin getropft. Nach dem Einträufeln in den Gehörgang soll dieser mit einem ölgetränktem Wattebausch oder *Oropax*® verschlossen werden, um eine möglichst lange Wirkung im Ohr zu erzielen. Ohrentropfen werden nur bei intaktem Trommelfell angewendet. Behandlung soll so lange durchgeführt werden, bis die Beschwerden nachlassen.

Indikation: Ausschlag, Juckflechte, Ohrensausen, Ohrenschmerzen, Gehörgangsekzem, Trigeminus-Neuralgie (Nervenschmerzen im Gesicht), nachlassende Hörfähigkeit

Kontraindikation: keine

Vorteil: leicht anwendbar, preiswert, hochwirksam, ganzheitlich

Nachteil: allenfalls der Geruch

4.1.3. Nasentropfen

Den Kopf ganz leicht seitlich nach hinten neigen und den frischen warmen Urin tropfenweise in jedes Nasenloch einbringen. Etwas Luft durch die Nase hochziehen, dass sich die Flüssigkeit besser verteilen kann. Damit der Urin seine Heilkräfte auch an die Schleimhäute der Nasennebenhöhlen abgeben kann, soll der Kopf nicht zu weit in den Nacken gelegt werden, sonst fließt die Arznei sofort in den Rachen ab und kann nicht wirksam werden.

Indikation: verstopfte Nase, allergisch bedingter Schnupfen, Erkältungsschnupfen, chronische und akute Stirnhöhlenentzündung, trockene Nasenschleimhäute, Störung des Geruchssinns, chronische und akute Kiefernhöhlenentzündung, Stinknase

Kontraindikation: keine

4.2. Spülungen mit Urin

4.2.1. Augenspülung

Spülung mit Hilfe einer Augenbadewanne. Die Spüllösung wird im Verhältnis 1:3 (Urin zu Wasser [abgekocht] oder Löwenzahntee) hergestellt. Das geschlossene Auge eintauchen, und mehrmals kurz öffnen und schließen. Flüssigkeit kann leicht brennen. Häufigkeit der Anwendung je nach Bekömmlichkeit und Krankheitssituation.

Indikation: alle entzündlichen Veränderungen im Augenbereich wie Bindehautentzündung oder Lidrandentzündung, allergisch bedingte Reizzustände, Augenschwäche, Augenjucken.

Kontraindikation: keine

4.2.2. Mundspülung

Spülung vorzugsweise mit reinem Urin. Wenn unerwünscht höchstens zur Hälfte verdünnen. Schluck für Schluck spülen. Dabei Menge in Mundhöhle hin und her bewegen. Danach alles ausspucken. Nachspülen: mit 10 Tropfen *Neyparadent* auf die Zunge und die Mundhöhle mit Wasser füllen. Diese Spüllösung möglichst lange im Mund belassen und bewegen → ausspucken.

Indikation: alle entzündlichen und pilzbelastenden Veränderungen im Mundbereich, Zahnfleischprobleme, Prophylaxe

Kontraindikation: keine

4.2.3. Nasenspülung

Spülung mit Hilfe einer *Jala-Neti-Kanne*. In diese kommt eine Lösung aus 1/3 Trinkglas (=250 ml) Urin, 1 gehäufte Teelöffel Meersalz, 1 Tropfen *Multiplasan-Öl*®, 30 Tropfen *Kamillosan*®. Dann wird die halbe Kanne mit warmen Wasser aufgefüllt und geschüttelt, um die Zutaten zu vermischen. Danach die ganze Kanne mit Wasser auffüllen. Die Tülle der Kanne wird in ein Nasenloch gesteckt und die Kanne etwas angehoben.

So läuft die Lösung in das eine Nasenloch hinein und aus dem freien Nasenloch wieder heraus. Dabei spült man die Nasengänge.

Weitere Methode besteht im *Urinschnupfen*. Hierbei wird frischer Urin von der hohlen Hand abwechselnd in jedes Nasenloch hochgezogen. Anschließend wird kräftig geschnäuzt. Dabei immer ein Nasenloch geschlossen halten, damit der Naseninhalte nicht nach oben gedrückt wird.

Indikation: chronischer Schnupfen, chronische Stirn-/Kieferhöhlenentzündung, allergisch bedingter Schnupfen, Kopfschmerzen, Vorbeugemaßnahme → Krankheitserreger nisten sich schwerer ein

Kontraindikation: keine

4.2.4. Vaginalspülung

Spülung mit reinem Urin mit Hilfe eines Irrigators oder einer Spritze ohne Nadel in die Scheide einbringen. Für Spülungen des äußeren vaginalbereichs kann der Blaseninhalt beim Urinieren direkt mit der Hand dorthin geleitet und leicht einmassiert werden.

Indikation: Ausfluss, Entzündungen, generell zur Kräftigung der Schleimhaut und zur Milieustabilisierung in diesem Bereich

Kontraindikation: keine

4.2.5. Darmspülung (Einlauf)

Ein Einlauf mit Urin ist mehr als nur eine reinigende Spülung. Der Urin wirkt zunächst über die Menge an Flüssigkeit und die Temperatur direkt auf die Muskulatur und die Schleimhäute in diesem Abschnitt des Dickdarms. Beim Einlauf spielt der Temperaturreiz nicht die Hauptrolle, wesentlich wichtiger sind die Inhaltsstoffe. Etliche Substanzen aus dem Urin werden beim Einlauf vom Darm besser aufgenommen als beim Trinken.

Über die Darmschleimhaut gelangen sie in die Blutbahn und erreichen auf diesem Weg den gesamten Organismus.

- Kühler Urineinlauf: Entzündungen im Mastdarmbereich werden durch die Kühlung gelindert. Auch hartnäckige Verstopfungen, Blähungen und Darmkoliken (krampfartige Leibschmerzen) sprechen gut auf kühle Urineinläufe an.
- Warmer Urineinlauf: Er bringt bei Blasenleiden, Krämpfen und Schmerzen im Bereich des kleinen Beckens Erleichterung.

Anwendung: Irrigator (in Apotheken oder medizinischen Fachhandel erhältlich) mit frischem oder altem Urin (reicht die Menge des frischen Urins nicht aus, strecken mit warmen/kalten Wasser) füllen. Mit angezogenen Beinen auf die linke Seite legen, und die mit Vaseline eingefettete Spitze des Einlaufrohrs behutsam etwa fünf Zentimeter tief in den After einführen. Versuchen die Gesäßmuskulatur zu entspannen. Damit der Urin langsam in den Darm laufen kann, muss das Gerät hochgehalten oder aufgehängt werden. Urin nur in kleinen Portionen einlaufen lassen, damit der Darm nicht überdehnt wird. Würde man die Gesamtmenge auf einmal einlaufen lassen, käme es zu einer übergroßen Wandspannung des Darmes → Stuhlreizauslösung. Urin oder Urinlösung so lange wie möglich im Darm halten. Dann auf der Toilette das Eingeführte absetzen. Vorgang 2-3-mal wiederholen.

Indikation: Dysbakterie (gestörtes Verhältnis der unterschiedlichen natürlichen Darmbakterien zueinander); Wurmbefall, Blähungen, entzündliche Veränderungen im Dickdarmgebiet wie Kolitis, Divertikulose, Verstopfung; zur unterstützenden Behandlung von Leber-, Bauchspeicheldrüsen-, Galle- und Magenerkrankungen; zur Einleitung von Entgiftungsmaßnahmen, Aktivierung der Ausscheidung über den Darm, Unterstützung bei Hauterkrankungen und chronischen Atemwegserkrankungen, bei Pilzbelastungen des Darmes, Schwindel, Kopfschmerzen ohne klinischen Befund, Migräne, Gallenwegserkrankungen, zur Unterstützung bei Allergien.

Kontraindikation: Vorsicht bei Darmfisteln, bei akuten eitrigen, blutigen Darmentzündungen wie Colitis ulcerosa, Morbus Crohn. In diesen Fällen Anwendung unbedingt mit einem erfahrenen Therapeuten abklären. Ebenso bei Hämorrhiden und Afterrissen

Vorteil: Entgiftungsfunktion

Nachteil: Nicht jeder kann diese Anwendung selbst durchführen, eine Hilfsperson ist oft erforderlich

Kombinationen mit verschiedenen Ölen und Pulvern ist möglich (zum Beispiel mit *Multiplasan-Öl*® zur Verstärkung der desinfizierenden Wirkung).

Empfohlene Mengen für Darmspülungen:

Säuglinge	30-150 ml
Kleinkinder	150-300 ml
Schulkinder	300-1000 ml
Erwachsene	1000-2000 ml

4.3. Darmklistier mit Urin

Ein Klistierballon aus Gummi erfüllt einen ähnlichen Zweck wie der Irrigator, nur werden damit viel geringere Mengen Urin in den Darm geleitet. Ziel dabei ist, dass die Einlaufflüssigkeit möglichst lange im Darm bleibt. So gelangen viele Heilstoffe über die Darmschleimhaut in den Körper. Klistiere sind eine gute Alternative zur Uropotie (siehe Pkt. 4.12.).

Anwendung: Handhabung ist einfacher als beim Irrigator. Am Rücken, oder auf der Seite liegend, leicht eingefettete Ballonspitze mit Gefühl in den After einführen. Gesamte Füllung körperwarmen Urins langsam in den Darm pressen.

Indikation: bei allen Unpässlichkeiten, entzündlichen Erkrankungen, Begleittherapie bei Allergien, Abwehrschwäche oder einfach zur regelmäßigen Gesundheitspflege

Kontraindikation: Siehe Kapitel 4.2.5. Darmspülung (Einlauf)

Vorteil: Einfachere Handhabung als Irrigator

Empfohlene Menge für Klistier:

Säuglinge	3-5 ml
Kleinkinder	5-15 ml
Schulkinder	5-30 ml
Erwachsene	bis 100 ml

4.4. Instillation

Urin in eine 10ml-Spritze füllen. Spritzenkonus in die Fistelöffnung einführen und Urin hineindrücken. Sollte der Konus zu dick für die Öffnung sein, bricht man den metallenen Teil einer 12er Injektionsnadel ab, und arbeitet nur mit dem Kunststoffteil. Diesen auf die Spritze aufsetzen. Er passt in jeden kleinen Fistelgang.

Indikation: Fistelbehandlung

Kontraindikation: keine

Vorteil: Die sterilisierende Wirkung des Urins säubert Fistelgänge und andere Hohlräume. Dadurch wird der Heilungsprozess gefördert und internen Entzündungen vorgebeugt

4.5. Betupfen

Mulltupfer oder Wattestäbchen mit frischem Urin tränken. Hiermit das Anwendungsgebiet mehrmals am Tag betupfen. Die mit Urin befeuchteten Stellen an der Luft trocknen lassen. Wenn der Heilreiz sich durch starke Rötung als zu stark erweist, Abstände der Behandlung verlängern. Eine unangenehme Geruchsbildung auf der Haut findet nicht statt, sie nimmt den Urin vollständig auf.

Indikation: Wunden jeder Art, Prellungen, Verstauchungen, Hautabschürfungen, Nagelpilz, Warzen, Altersflecken, kleine trockene Hautflechten, Pickel, Narben

Kontraindikation: keine

Vorteil: gute Wirkung, ganzheitliche, biologische Therapie

Nachteil: Es brennt auf frischen Verletzungen, man muss der Haut manchmal Zeit zur Regeneration geben, indem man Behandlungspausen einlegt

4.6. Einreibungen und Massagen mit Urin

4.6.1. Einreibungen mit Urin

Die Anwendung per Einreibung erfolgt als Basis- oder Grundeinreibung im Gesicht, am Hals, Nacken, hinter den Ohren, in den Ohrmuscheln, an den Fußsohlen, an den Handflächen, in den Arm- und Leistenbeugen. Dies sind hochsensible Hautzonen mit Reflexeigenschaften für die unterschiedlichsten inneren Organe (vgl. Fuß- und Handreflexzonentherapie, koreanische Handakupunktur, ...).

Eingerieben werden kann auch an jeder anderen Körperstelle oder im Bereich von Schmerzstellen oder anderen Krankheitserscheinungen. Einreibungen mit Urin erzielen einen perkutanen, von der Haut ausgehenden, nach innen wirkenden Reiz.

Dieser Reiz wirkt sich so therapeutisch im Gesamtorganismus aus. Weitere Wirkung des Urins auf die Haut:

- Abwehrsystem: Langerhansschen Zellen
- Regulierung der Stoffwechselfähigkeit der Haut
- Normalisiert die elektrische Leitfähigkeit der Haut
- Reguliert den pH-Wert der Haut (wichtig für Abwehrfunktion)
- Erhöht das Wasserbindungsvermögen (kosmetischer Wert)

Auch Ganzkörpereinreibungen sind möglich. Hierbei sollen immer erst die Beine, dann die Arme, dann der Rücken und anschließend die Körpervorderseite eingerieben werden. Eine Einreibung soll immer erst eine Stunde einwirken, bevor sie abgewaschen wird (falls überhaupt). Eingerieben wird so viel Eigenurin im zugeordneten Bereich, dass sich die Haut nach kurzem Einreiben wieder trocken anfühlt. Vorzugsweise wird der Morgenurin verwendet. Eingerieben wird täglich. Erfolgt gleichzeitig eine andere Eigenharnbehandlung sollte an diesen Tagen kein Urin eingerieben werden, ausgenommen bei erwünschtem kräftigen Therapiereiz.

- Einreibung am Ort der Erkrankung, zum Beispiel der Hautareale, die durch Ekzem befallen sind, als eigenständige Therapie. Man gibt etwas Urin in die hohle Hand oder taucht die Hände in eine flache Schüssel mit Urin. Leicht kreisend die betroffene Körperstelle so lange reiben, bis die Hände trocken sind. Hautunreinheiten lassen sich gut mit vier bis fünf Tage altem Urin lindern.
- Einreibungen an den sogenannten *Head'schen Zonen*⁷. Diese Methode über die *Head'schen Zonen* gilt als gezielte Reflexzonentherapie mit der Absicht, die inneren Organe über einen Nervenreflexbogen zu stimulieren, der die *Head'schen Zonen* mit den inneren Organen über das Zentralnervensystem verbindet. Die *Head'schen Zonen* reagieren auf biochemische, chemische, physikalische, thermische Reize organbezogen, und so sind auf den Eigenurin entsprechende Reaktionen zu erwarten.

⁷ Head'schen Zonen siehe Anhang 4

Indikation: Die Grundeinreibung ist eine Basisbehandlung. Sie eignet sich zur Einleitungstherapie und zur Vorbereitung auf eine weitere Eigenharntherapie sowie zur Nachbehandlung. Als Initialbehandlung empfiehlt sie sich besonders bei geschwächten Personen und bei allen chronisch Erkrankten zur Vorbereitung.

Die Grundeinreibung ermöglicht ein Sensibilisieren des Körpers für die Eigenharntherapie. Sie kann auch in Behandlungspausen mit anderen Eigenharntherapien zur Überbrückung eingesetzt werden. Sie empfiehlt sich auch zur Weiterbehandlung nach Abschluss anderer Eigenharntherapien.

Die Lokalbehandlung und die Basisbehandlung haben verschiedene Therapieansätze. Es empfiehlt sich deswegen, beide voneinander zu trennen, und die Wirkung der einen Behandlung erst ausklingen zu lassen, bevor man den nächsten Behandlungsreiz setzt. Als Lokalbehandlung gilt die direkte, symptomatische Behandlung des zu therapierenden Leidens. Hautfalten, Akne, Hautverunreinigungen, Schlafstörungen, fieberhafte Erkrankungen, Probleme mit Kreislauf und Atmung, Stoffwechsellanregung, Schmerzen an Gelenken, Innere Erkrankungen,

Kontraindikation: keine

Vorteile: Gute Vorbereitung, gute Nachsorge, gezielte, sehr sanfte Methode, zeitlich den individuellen Gegebenheiten angepasst. Eignet sich als Kombination mit anderen Verfahren der Eigenharntherapie, als Zusatzbehandlung zusammen mit anderen Behandlungsmethoden, sowie als Nachsorge nach Abschluss der Hauptbehandlung.

Nachteile: Es riecht teilweise etwas. Man kann den Urin jedoch mit geeigneten ätherischen Ölen vermischen. So ergeben sich gute Möglichkeiten, die Aromatherapie mit der Eigenharntherapie zu kombinieren.

4.6.2. Massagen mit Urin

Bei Urinmassagen sorgt bereits der mechanische Reiz für eine bessere Durchblutung. Auch der Lymphkreislauf und der Stoffwechsel werden angeregt. Bei Schmerzen und akuten Krankheiten wird ein bis zweimal täglich Urin einmassiert. Das ist zur Gesunderhaltung und zur Steigerung des eigenen Wohlbefindens sehr empfehlenswert.

Für die Massage ist ein spezieller Handschuh oder ein Luftschwamm gut geeignet: Den Handschuh gut mit Urin tränken, und kreisend von der rechten Fußsohle an aufwärts in Richtung Herz bis zur Achselhöhle einmassieren. Auf die gleiche Weise auf der anderen Körperseite vorgehen. Massieren von der rechten Hand aus den Arm bis hoch zur Schulter, hinüber zum linken Arm, im Uhrzeigersinn über den Leib (nicht über die Brustwarzen) und dann zum Rücken. Diesen soweit mit kräftigen Strichen massieren, wie man kommt. Krampfadern und entzündete Körperbereiche werden ausgespart.

Andere übliche Massagetechniken können ebenso angewendet werden. Hierbei jeweils eine kleine Menge Urin in die Hand gießen und einmassieren. Die Haut wird weich und nimmt die gesamte Massageflüssigkeit auf.

[Siehe auch Einreibungen mit Urin]

Indikation: Verspannungen, Muskelkater, versetzte Blähungen, Tennisarm, Rückenschmerzen, Ermüdung, Depressionen, ...

Kontraindikation: keine (entzündete Körperbereiche und Krampfadern aussparen)

Vorteile: Kombination mit Akupressur sehr gut für Alltagsbeschwerden

4.7. Umschläge, Kompressen und Packungen mit Urin

Umschläge und Kompressen:

Die Anwendung erfolgt

- ✓ auf Hautreflexzonen des jeweils therapierenden Organs: zum Beispiel bei Bronchitis → Umschläge auf dem Brustkorb;
- ✓ reflektorisch: zum Beispiel um die Ausscheidung zu aktivieren → kann man einen Urin-Nieren-Wickel machen. Hierzu zählt auch der Umschlag über den jeweiligen *Head'schen Zonen*;
- ✓ am Ort der Erkrankung: zum Beispiel Urinwickel um ein erkranktes Gelenk.

Die Umschläge können

- wärmend angelegt werden. Dieser bleibt liegen bis er kühler wird oder deckt ihn mit einer Wärmeflasche ab.
- kühlend angelegt werden. Hier bleiben die Umschläge liegen bis sie sich von selbst aufheizen und man eine kräftige Wärme spürt. Mit solchen Umschlägen kann durch die ganze Nacht geschlafen werden. Hierbei wird eine reflektorische Wärme und eine bessere Durchblutung erzeugt.
- Es werden von vornherein Kälteumschläge mit Urin verwendet, um Wärme abzuleiten.

Ein saugfähiges Tuch (Leinen und Baumwolle sind gut geeignet) mit Urin tränken und auflegen. Darüber eine Plastikfolie und noch einmal mit Tüchern einwickeln. Bei Kälteumschlägen Wickel offen liegen lassen.

Umschläge können mehrmals täglich gemacht werden. Hinterher ist Ruhen erforderlich. Nach 8-10 Behandlungen Pause einlegen.

Packungen:

Ähnlich wie Umschläge, wobei die Wirkung des Urins mit natürlichen Zugaben wie Quark, Lehm und Heilerde verstärkt wird. Auch Essig, Meersalz, Zwiebeln, Knoblauch, Kartoffeln, Schmalz und verschiedene Kräuter können für Packungen verwendet werden.

Zutaten werden mit Urin angerührt und auf das uringetränkte Tuch gestrichen und auf die entsprechende Körperstelle gelegt.

Kalte Urinpackung eine Minute wirken lassen → nächste Packung.

Heiße Packungen auflegen (+abdecken) und eine Stunde wirken lassen.

Indikation: Geeignet ist diese Methode bei allen Erkrankungen im Hals-, Brustkorb- oder Bauchhöhlenbereich, wie Mandelentzündungen, Asthma, Bronchitis, Husten, nervösem Magenleiden, Gelenkschmerzen, degenerativen Wirbelsäulenbeschwerden und bedingter Schmerzen, Muskelverspannungen, Verkrampfungszuständen, Durchblutungsstörungen, Venenentzündungen, Ulcus cruris, Nierenkoliken, schmerzhafte Monatsblutung,

Hinweis: Akute Entzündungen dürfen keine wärmenden Umschläge bekommen. Wärme wirkt hier verschlimmernd. In diesem Fall müssen kühle Umschläge verwendet werden.

Umgekehrt verlangen alle chronisch degenerativen Zustände wärmende Umschläge. Hier sind die anfangs hand- oder zimmerwarmen Umschläge gut. Sie erwärmen sich durch langes Liegenlassen allmählich.

Urin niemals auf Kunststoff anwenden!

Kontraindikation: siehe die Hinweise über wärmende und kühlende Umschläge

Vorteil: tief einwirkende, ableitende, schonende Behandlung, angenehm für Patienten. Selbstheilung wird angekurbelt

Nachteil: Überreaktionen sind möglich; klingen aber meistens als Heilreiz wieder ab

4.8. Verbände mit Urin

Bei Verbänden ist die Anwendungsweise ähnlich wie bei Umschlägen. Auf offene Wunden ist aber unbedingt frischer und damit steriler Urin zu verwenden. Ein Verbandsmull wird mit Urin getränkt und auf die Wunde aufgelegt. Das Ganze wird mit Plastikfolie abgedeckt. Damit kann jede Art von Wunde verbunden werden. Wundauflage mindestens eine Stunde einwirken lassen. Bei offenen Wunden kann es etwas brennen. Der Verband kann aber so lange getragen werden, wie es angenehm ist. Nach dem Abnehmen Luft an die Wunde lassen.

Ein täglicher Verbandswechsel ist empfehlenswert. Behandlung erfolgt nach dem Erkrankungszustand.

Indikation: Wunden jeder Art, außerdem Prellungen, Verstauchungen, Hautabschürfungen, Nagelpilz (hierbei Nagel soweit wie möglich zurückschneiden)

Kontraindikation: keine

Vorteil: eine hochwirksame, ganzheitliche, biologische Therapie mit Nosodenwirkung, die in relativ kurzer Zeit erstaunliche Wirkung zeigen kann. Kombination bei Nagelpilz mit zum Beispiel *Terp Ozon 20®* (Nagelöl) möglich

Nachteil: Es brennt manchmal bei frischen Wunden. Unter Umständen müssen Pausen eingelegt werden, dass sich die Haut erholen kann

4.9. Urinbäder

4.9.1. Vollbad mit Urin

Die Badewanne für ein Vollbad füllen. Als Badezusatz kommt etwa 1Liter Urin (alter und/oder frischer) ins Wasser. Medizinisch angezeigte Zusätze können natürlich hinzugegeben werden (zum Beispiel Heublumenauszüge). Das Wasser soll warm, aber nicht zu heiß sein. Ein Badedurchgang soll ungefähr 20 Minuten andauern, wobei von den Zehenspitzen bis zu den Ohren, der gesamte Körper unter Wasser sein soll. Nach dem Bad unbedingt 1-2 Stunden in Flachlage ruhen. Am besten anschließend sofort schlafen.

Indikation: kosmetische Wirkung zur Hautpflege, medizinische Wirkung bei chronischen Hautproblemen wie Schuppenflechte, Neurodermitis, Allergien; zur Ableitungstherapie, Blutdruckregulierung, Stoffwechselaktivierung, Schlafförderung, Stärkung der Körperabwehr

Kontraindikation: bei Verbot von Vollbädern aus medizinischer Sicht (nach Operationen, Herz-Kreislauf-Schwäche, Altersschwäche) → evtl. Teilbad

Vorteil: balneostatisch günstige Urinwirkung über die Haut. Kombination mit weiteren Zuätzen möglich (Kamille, Lavendel, ...)

Nachteil: keiner, sofern die oben genannten Einschränkungen beachtet werden

Ein kaltes Urinbad erfrischt und weckt die Lebensgeister. Der beste Zeitpunkt ist morgens nach dem Aufstehen, dann hat der Körper noch genügend Wärme gespeichert. Nicht länger als 20 Sekunden im Bad bleiben. Dieses kalte Bad wirkt anregend auf das Gefäß- und Nervensystem sowie auf den Stoffwechsel. Bei Übergewicht, Gicht, Muskel- und Gelenkbeschwerden, Zuckerkrankheit und Kreislaufstörungen ist ein kaltes Urinbad die ideale Ergänzung.

4.9.2. Teilbäder mit Urin

Vorteil von Teilbädern: Urin entfaltet seine Heilkräfte auch, wenn nur Arme oder Füße in die Flüssigkeit getaucht werden. Sitzbäder, bei denen das Wasser bis zum Nabel reicht, sind ebenfalls zu empfehlen. Teilbäder belasten den Kreislauf weniger als ein Vollbad.

Kaltes Armbad: Zuerst den rechten, dann den linken Arm bis über den Ellbogen eintauchen – höchstens eine Minute. Das kalte Armbad stärkt den Herzmuskel, verbessert die Hirndurchblutung und die Atmung, mildert nervöses Herzklopfen und Kopfschmerzen und wirkt bei Stauungszuständen und Schlafstörungen.

Warmes Armbad: Das körperwarme Armbad kann bis zu 20 Minuten dauern. Danach die Arme, mit kaltem Wasser abschrecken. Das warme Urinbad entlastet Herz und Kreislauf und wirkt krampflösend.

Kaltes Fußbad: Beide Beine bis oberhalb der Waden in ein kaltes Urin-Wasser- Gemisch für eine Minute eintauchen. Danach Beine bewegen, bis sie warm sind. Das kalte Fußbad wirkt einschlaflördernd und ableitend bei Beschwerden im Kopf- und Brustbereich.

Warmes Fußbad: Ein warmes Fußbad kann bis zu 20 Minuten ausgedehnt werden. Danach die Beine am besten mit einem kurzen kalten Wasserguss abschrecken und kräftig trocken reiben. Das regt die Durchblutung an, vertreibt Erkältungen und hilft bei ständig kalten und schweißigen Füßen.

Sitzbad: Nur Gesäß, Oberschenkel und Unterleib sind im Wasser. Das Wasser soll bis zum Nabel reichen; die Herzgegend und Rücken mit Urinwasser benetzen. Im kalten Sitzbad nur wenige Sekunden bleiben und sofort nach dem Bad aufwärmen. Das kalte Bad ist kräftigend und verstärkt die Blutzirkulation. Es hilft bei Schlafstörungen, Hämorrhiden, Reizblase oder Entzündungen am Darmausgang, bei Potenzschwäche und Prostataproblemen, weiters stärkt es die Körperabwehr.

Auch Warzen, Fußpilz und Hühneraugen können mit Teilbädern behandelt werden.

4.10. Gurgeln mit Urin

Beste Wirkung wird mit dem Morgenurin erzielt (der hohe Salzanteil desinfiziert). Dieser darf maximal 50:50 verdünnt werden. Es können geschmacksverbessernde, therapeutisch in der Mundhöhle wirksame Medikamente zugesetzt werden. Auch ähnliche phytotherapeutische, homöopathische Präparate zur Mund- und Rachenpflege sind möglich.

Tägliche Anwendung, auch mehrmals mit zeitlichem Abstand, ist möglich. Dauer je nach Krankheitszustand. Gurgellösung möglichst lange im Mund behalten, um den Wirkungsgrad zu erhöhen.

Indikation: alle infektiösen und pilzverdächtigen Vorgänge im Mund- und Rachenbereich, von der Mandelentzündung über Rachenentzündung, Aphten bis zu Zahnfleischentzündung und Parodontose

Kontraindikation: anatomisch oder krankheitsbedingte Beeinträchtigung des Schluckaktes

Vorteil: hoch- und schnell wirksam, nebenwirkungsfrei, keine negativen Auswirkungen auf die Mundflora. Stärkt gegen Infektanfälligkeit

4.11. Inhalieren

Beim Inhalieren mit Urin ist es gleichgültig, ob in der althergebrachten Weise inhaliert wird, indem man den Kopf über eine Schüssel hält und mit einem großem Frotteetuch luftdicht abdeckt, oder ob man eines der im Handel angebotenen Inhalationsgeräte (zum Beispiel das Gerät *Pariboy*®) benutzt. Es wird so lange inhaliert, bis kein warmer Dampf mehr aufsteigt. Bei einem Inhalator werden einige Tropfen Urin in den Vorratsbehälter gegeben. In die Schüssel mit heißem Wasser kommt etwa ein Teelöffel Eigenurin. Anschließend soll der Kopf warm gehalten werden und keinesfalls sofort nach dem Inhalieren in die frische Luft gegangen werden.

Indikation: Chronische Atemwegserkrankungen wie Husten, Heiserkeit, Bronchitis, Atemnot; Pilzbefall in den Atemwegen, insbesondere nach Antibiotika-Behandlung

Kontraindikation: Vorsicht bei asthmatischen Zuständen, bei spastischen Atemwegszuständen

Vorteil: Urin aktiviert die Solewirkung, entfaltet eine Nosodenwirkung im Atemwegstrakt und stärkt das Flimmerepithel, die Schleimhäute und die Sekretion. Kombinationen mit verschiedenen Ölen, wie *Multiplasan-Öl®* oder *Nystatin®*, sind möglich, und haben sich gut bewährt

Nachteil: keiner

4.12. Uropotie

Uropotie ist das Trinken des Eigenurins. Urintrinken ist eine Basisbehandlung. Es gibt drei verschiedene Versionen:

- gelegentliches Trinken,
- kurmäßiges Trinken des Morgenurins,
- Trinken des gesamten Tagesurins.

Für das Trinken gilt aber die grundsätzliche Regel: Nur Regelmäßigkeit schafft Gründlichkeit. Gründlichkeit bringt Erfolg. Gelegentliches, von großen Zeiträumen unterbrochenes Nippen am Urin bringt kein befriedigendes Ergebnis. Entweder richtig oder gar nicht!

Mit gelegentlichem Trinken ist kurmäßiges Trinken über einen begrenzten Zeitraum mit nachfolgenden Therapieintervallen gemeint. Der Patient richtet sich nach seinem Gefühl, wie lange er den Urin täglich brauchen wird, und wiederholt nach individuell gestalteten Zwischenräumen die Therapie. Die minimale Behandlungszeit sollte 2 Wochen betragen.

Getrunken wird der Morgenurin. Da er einen kräftigen Geschmack hat, besteht die Möglichkeit, diesen durch hinzufügen diverser Säfte oder Öle, wie Zitronensaft, abzurunden. Es sollte immer mindestens ein Trinkglas voll sein.

Beim kurmäßigen Trinken wird der gesamte Morgenurin über einen längeren Zeitraum getrunken: minimal 4 Wochen, maximal ein Vierteljahr. Dann macht man eine Pause von 2-3 Monaten und wiederholt die Kur.

Trinken des gesamten Tagesurins heißt, dass kurmäßig über einen Zeitraum von 1-4 Wochen oder - falls erwünscht und verträglich - noch länger der gesamte Tagesurin getrunken wird. Hierbei kann es zu heftigen Reaktionen kommen. Diese Form der Anwendung greift sehr intensiv in das Stoffwechselgeschehen des Körpers ein. Es kann zu Durchfällen kommen, die aber nicht unangenehm sind, da im Gegensatz zu krankhaft bedingten Durchfall hier unangenehme Begleiterscheinungen wie Leibschmerzen, Übelkeit, Blähungen und Erbrechen fehlen. Die Entleerung wird als sehr angenehm empfunden.

Indikation: Es handelt sich um eine Basistherapie, die bei fast allen Leiden eingesetzt werden kann und empfehlenswert ist

Kontraindikation: Geschlechtskrankheiten; eitrige, bakterielle Erkrankungen im Harnwegssystem, gravierende Ausscheidungsstörungen der Niere, laufende Einnahme von Schmerz-, Betäubungs- Beruhigungsmittel, Psychopharmaka, Antibiotika, Antidepressiva, Schlafmitteln oder Kortisonpräparaten, die nicht abgesetzt werden können

Vorteil: intensiv wirkende Therapie, die nach individuellen Gegebenheiten eingesetzt werden kann; kostengünstig und hochwirksam

Nachteil: natürliches Ekelgefühl muss überwunden werden. Kontraindikationen sind zu beachten. Gefahr der Überdosierung von Medikamenten durch Reinfusion der Ausscheidungsbestandteile des Urins

Alternative zur Uropotie ist das Zuführen des Urins mittels Klistiere (Kapitel 4.3.). Hat aber den Nachteil, dass nur eine Teilwirkung erzielt wird.

4.13. Injektion mit Urin

Diese Anwendung bleibt Therapeuten wie Ärzten und Heilpraktikern vorbehalten. Die ist erforderlich, da beim Injizieren der Urin vor Beginn der Therapie auf Eignung untersucht und vor jeder Injektion sterilisiert werden muss. Festlegung der Injektionsmenge, Zeitpunkt, Zeitabstände der einzelnen Injektionen, Behandlungszeitraum, die Anzahl der erforderlichen Behandlungen und so weiter müssen auf die individuelle Krankheitssituation sorgfältig abgestimmt werden. Das erfordert praktische Erfahrung und medizinisches Wissen.

Die Injektion erfolgt

- als Einspritzung in einen Muskel, das sind meistens Bauch- oder Gesäßmuskel,
- unter die Haut, meistens im organspezifischen Reaktionsbereich oder dort, wo Beschwerden sind.

Der Eigenurin kann allein oder gemischt mit Eigenblut, Eigenlymphe oder gemischt mit jeweils geeigneten Zusatzmedikamenten injiziert werden. Vor der Injizierung wird der Eigenurin mit Hilfe von Ozondurchflutung sterilisiert. Eine Sonderform ist die Aufbereitung des Urins für die Injektion mit Hilfe eines Bioresonanzverfahrens. Hierbei wird in dem für die Applikation vorgesehenen Urin mit Hilfe des Bioresonanzgeräts eine Medikamenteninformation eingespeichert. Somit kann im Körper Eigenurin plus Medikament wirksam werden. Der Eigenurin kann auch mit einer geeigneten Farbe oder einem geeignetem Edelstein bestrahlt werden. Dies erhöht die Wirksamkeit. Injiziert werden kann der unverdünnte oder auch mit isotonischer Kochsalzlösung oder mit Medikamenten verdünnte Urin.

Injektionen von Urin in die Vene oder Arterie sind strengstens verboten, ebenso in akute Entzündungen.

Indikation: Die Injektion eignet sich grundsätzlich für alle Arten von Erkrankungen, die der Eigenharntherapie zugänglich sind, aber auch zur Vorbeugung und Konditionsverbesserung

Kontraindikation: Urin aus einem infektiös bedingten, akut entzündeten Nieren-Blasen-Bereich ist nicht verwendbar

Vorteil: Der angewendete Urin wird vom Körper sofort aufgenommen. Dadurch wird eine kräftige Wirkung erzielt. Diese Art der Anwendung ist stärker als die Anwendung über die Haut durch Einreiben oder durch Einnehmen. Es ist eine individuelle Dosierung möglich, deren Spannbreite von kleinem Reiz bis hin zur kräftigen Provokation reicht

Nachteil: Ein mögliches Infektionsrisiko ist bei jeder Injektion, egal ob mit Urin oder Medikamenten, gegeben. Zweiter Nachteil ist die Angst vor der Spritze bzw. dem Einstichschmerz

4.14. Homöopathische Anwendungen

Bei kleinen, empfindlichen Kindern oder bei vegetativ sensiblen Patienten empfiehlt sich die Urintherapie homöopathisch zu verwenden. Das Prinzip ist, >>Gleiches mit Gleichem zu heilen<<, wobei der Effekt umso größer sein kann, je kleiner die gesetzten Heilreize, also die Anstöße sind. Bei dieser Anwendung wird der Körper aufgerufen seine Selbstheilungskräfte zu mobilisieren, und mit sich selbst auseinanderzusetzen. Der Homöopath sagt, je kleiner der Impuls ist, umso klarer und deutlicher ist die Information und umso größer die Wirkung, die ausgelöst wird.

Für diese Anwendung muss eine Dilution⁸ hergestellt werden. Diese kann auch von einem Apotheker gemacht werden. Eine Potenzierung soll immer aufgebraucht werden. Ist der Zustand unverändert, wird die Einnahme mit einer höheren Potenzierung wiederholt (bis D 30). Begonnen wird bei D3-5. Von D3 bis D8 werden 10 Tropfen täglich eingenommen. Ab D10 sollte nur jeden zweiten bis dritten Tag 10 Tropfen genommen werden.

⁸ Verdünnung

Indikation: sämtliche Blasen- und Nierenerkrankungen, sämtliche Stoffwechselstörungen wie Diabetes Mellitus, Harnflut; Einleitung einer Entgiftungstherapie, Behandlung von Regulationsstörungen generell

Kontraindikation: keine

Vorteil: eine sehr sanfte homöopathische Wirkung. Homöopathie ist der einzige Behandlungsrahmen, in dem sogar Urin verwendet werden darf, der durch eine Blasen- oder Nierenerkrankung infiziert ist. Das kann sogar zur Heilung dieser Erkrankungen führen

ZUSAMMENFASSUNG

Urin ist kein Wunderheilmittel gegen alle bekannten und unbekanntes Krankheiten und Beschwerden. Aber wie schon aus der Geschichte, der Zusammensetzung und den Anwendungsarten ersichtlich, ist Urin ein sehr vielschichtig einsetzbares Mittel, das so gut wie immer vorhanden, kostengünstig und mit anderen Medikamenten oder naturheilkundlichen Methoden kombinierbar ist.

Die Urintherapie kann bei Alltagsbeschwerden, aber auch bei einigen schwerwiegenderen Erkrankungen, eingesetzt werden. Es muss nicht immer sofort der Griff, zur Salbe oder den Pillen im Medikamentenschrank erfolgen. Oft genügt der Einsatz von etwas Urin auf der betroffenen Körperstelle, ein guter Morgentrunke oder ein erholsames Urinbad, und die Beschwerden bessern sich. Bei komplexeren Anwendungen, wie Injektionen mit Urin, oder bei Beginn mit der Urintherapie ist ein Besuch bei einem Therapeuten und/oder Arzt zu empfehlen, sodass die natürlichen Ressourcen des eigenen Körpers optimal genutzt und angewandt werden.

Die Schulmedizin kann durch die Anwendung von Urin nicht immer ersetzt werden. Die Urintherapie ist aber eine gute Alternative. Als Begleittherapie kann sie zusätzlich zur Schulmedizin, Linderung und Heilung bringen. Urin kann auch präventiv ohne Probleme eingesetzt werden, ob die Immunabwehr gestärkt werden, oder einfach „nur“ eine Fastenkur mit Urin eine Gewichtsreduktion bringen soll, dem Anwender stehen alle Wege offen.

*Wenn es mehrere Mittel gibt, die Kranken zu heilen, so soll man
das Einfachste wählen!
Hippokrates von Cos*

LITERATURVERZEICHNIS

CARMEN, Thomas (Hrsg.)

Ein ganz besonderer Saft – Urin

vgs Verlagsgesellschaft, Köln 1993

Buchnummer 02143 6

HÖTING, Hans (Hrsg.)

Lebenssaft Urin – Die heilende Kraft

Wilhelm Goldmann Verlag, München 1994

Überarbeitete und aktualisierte Ausgabe Februar 1995

11. Auflage

ISBN 3-442-13783-7

MARTENS, Angela (Hrsg.)

Heilsaft Urin

Weltbild Verlag, Augsburg 1999

4. Auflage 2001

ISBN 3-89604-756-6

Dr. PESCHEK-BÖHMER Flora, SCHEIBER Gisela (Hrsg.)

Urintherapie

Tosa Verlag, Wien 1998

ISBN 3-85001-850-4

Internet:

www.top-hoeting.de/urintherapie.html

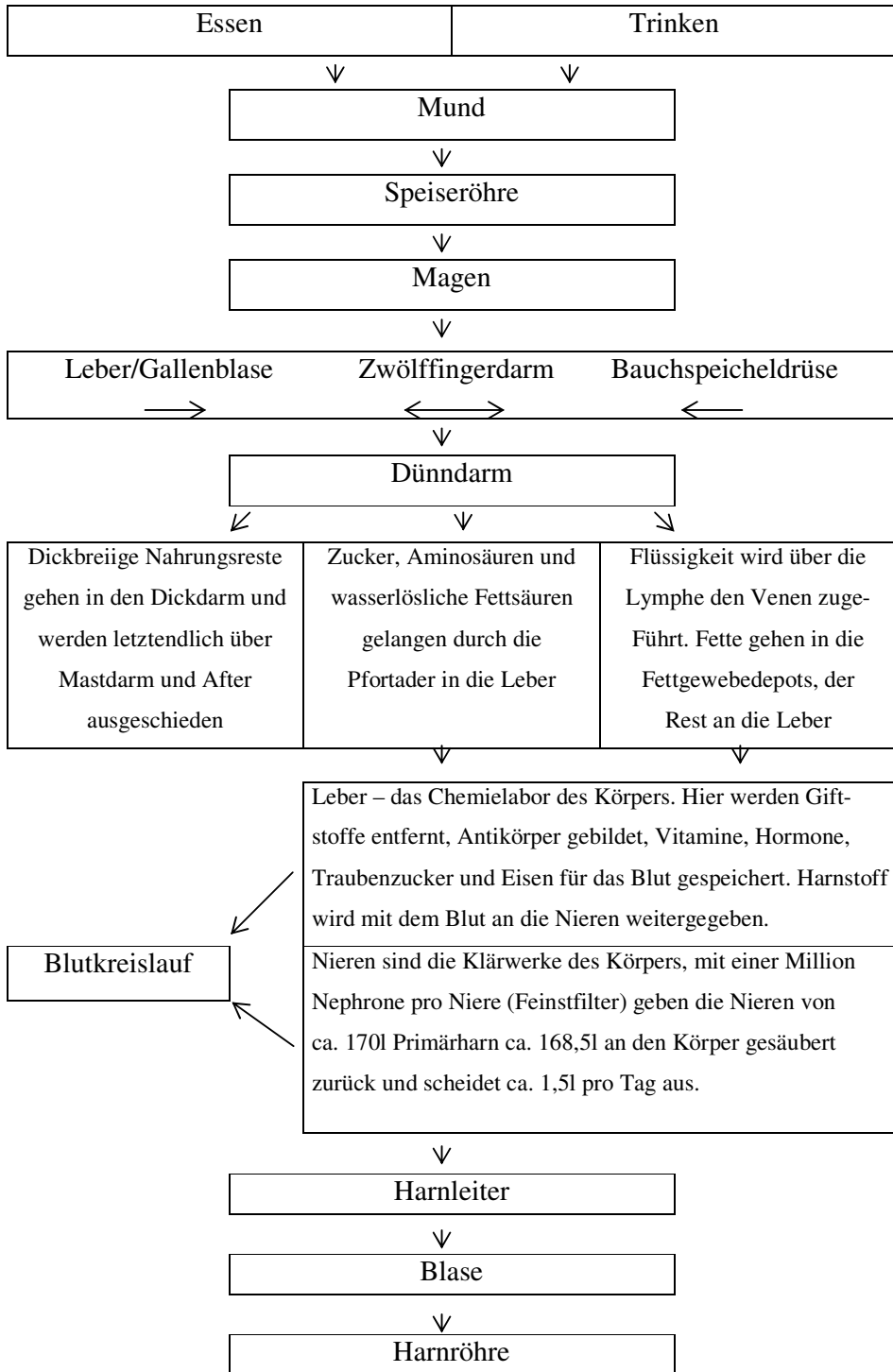
http://beeps.de/naturax/t_urintherapie.asp

www.EU-Therapie.de

ANHANG

Anhang 1: Physiologische Entstehung des Urins

Schematisch vereinfachte Darstellung des Weges:



Anhang 2: Der erste Schluck

Den ersten Schluck können Sie machen, wenn Sie Ihre Ernährung einige Tage vorher umgestellt haben. Ihr "Wasser" wird dann klarer und der Säuregehalt im Blut geringer, so dass Ihnen der Einstieg vielleicht leichter fällt. Wenn Sie nicht warten wollen, können Sie die ersten Male zur Eingewöhnung ein Glas Harn (1/4) ergänzt mit Apfel - oder Zitronensaft zu sich nehmen. Probieren Sie es aus!! Danach sollten Sie ein Glas stilles Wasser (oder Leitungswasser) trinken, um die Konzentration des Harns im Magen zu verdünnen. Anschließend empfehle ich den Mund - Rachenraum mit einem Mundwasser auszuspülen (Ich selber benutze "Dentagard Kräuterfrische" als Mundwasser). Nach dem Trinken sollten Sie 20 - 30 Min. mit der nächsten Mahlzeit warten, damit die Wirkstoffe Ihres Wassers den Magen ohne die Anregung des zersetzenden Magensaftes passieren können. Wenn Sie allopathische Medikamente nehmen, sind äußerliche Anwendungen kein Problem.

Beim Trinken Ihres "Wassers" sollten Sie auf allopathische Mittel verzichten, soweit es Ihnen möglich ist. Fragen Sie Ihren Therapeuten, ob Sie vielleicht gewisse Medikamente absetzen können. Naturheilmittel stellen bei der innerlichen Anwendung kein Problem dar.

(siehe www.EU-Therapie.de)

Anhang 3 : Erfahrungen eines Buchautors

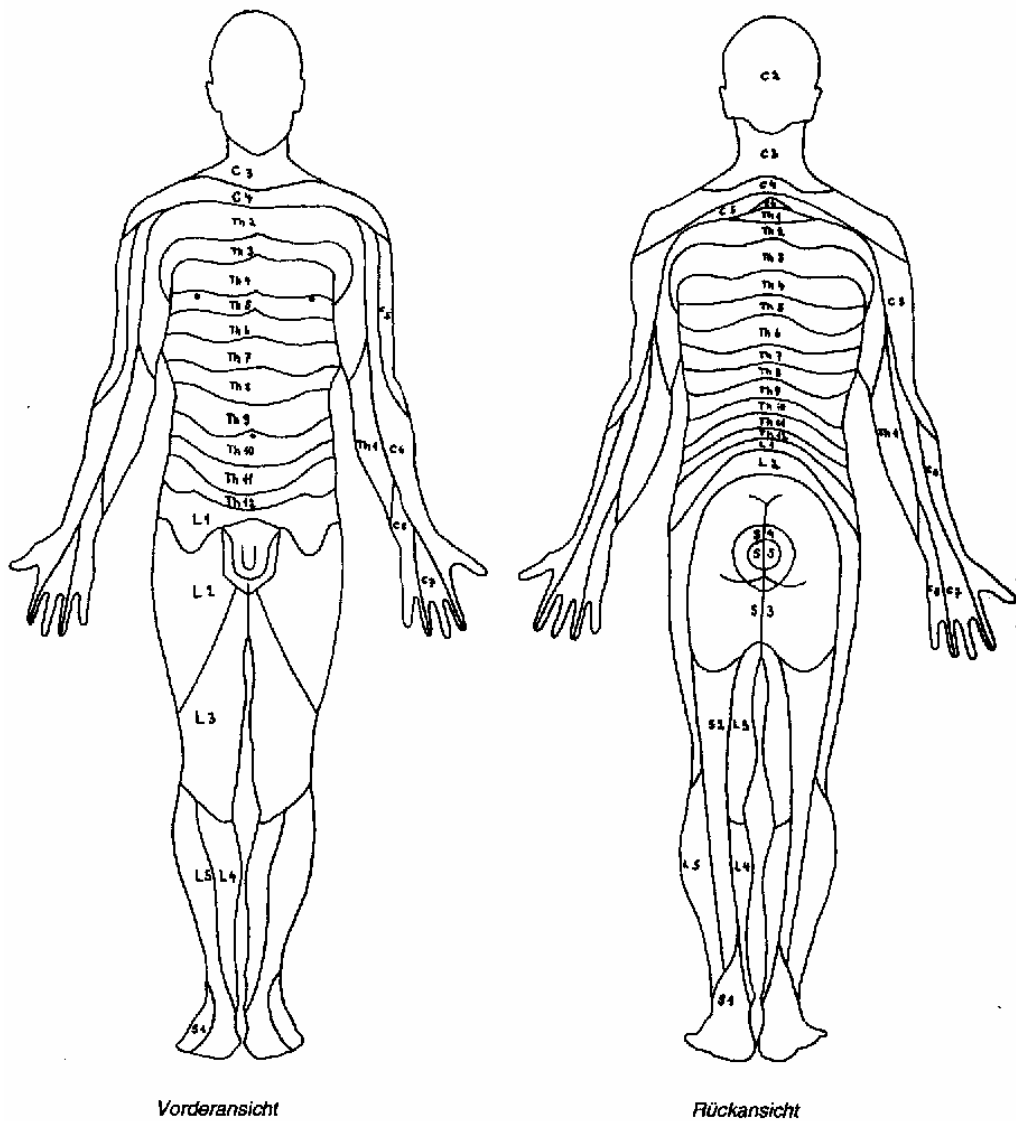
„...Die neueste Erfahrung machte ich nach einer Folgeoperation aufgrund eines schweren Unfalls. Hierbei waren mir Schrauben eingesetzt worden, die die gebrochenen Knochen zusammenhielten. Nun sollten sie nach zwei Jahren entfernt werden. Da ich pflasterallergisch war und man dies bei der Operation nicht beachtete, traten am zweiten Tag Komplikationen ein. Ich litt unter einem unerträglichen Juckreiz und musste darauf bestehen, dass der Verband abgenommen wurde. Dabei riss man gleich ein gehöriges Stück Haut mit ab. Diese Stelle entzündete sich und fraß sich als Geschwür immer tiefer ein. Zunächst unternahmen die Ärzte gar nichts. Dann wollte man mir Kortison und Antibiotika verabreichen. Mit Vehemenz wehrte ich mich natürlich als Naturheilkundler dagegen. Ich gestattete aber eine Salbenbehandlung; doch damit wurde die Wunde immer schlimmer. Nach acht Tagen riss mir der Geduldsfaden. Ich verweigerte jegliche Behandlung seitens des Krankenhauses und begann jetzt, diese Stelle mit Eigenurin zu betupfen. Dazu nahm ich Wasserstoffsperoxyd und verschiedene homöopathische Mittel. Unter dieser Therapie wurde dann der Zustand sichtbar besser, auch zur großen Erleichterung der Ärzte. Eines Tages kam die Oberschwester. Sie flüsterte mir ins Ohr: >Stellen Sie sich vor, wir haben jetzt auf der Station auch Ihre Mittel. < Hört, hört, dachte ich nur, so bin ich hier wohl zum Vorreiter für andere Patienten geworden. Die Wunde wuchs zu, und nach vier Wochen war alles verschwunden. ...“

(siehe *Lebenssaft Urin*, Seite 44)

Anhang 4: Die Head'schen Zonen

Segmente/Reaktionszonen:

Herz	C 3, C 4, Th 1 – Th 8
Lungen	C 3, C 4, Th 3 – Th 9
Speiseröhre	Th 5, Th 8
Leber und Gallenwege	C 3, C 4, Th 7 – Th 10
Dünndarm, Dickdarm	Th 9 – Th 12
Enddarm	S 2 – S 4
Nieren und Harnwege	Th 10 – L 2
Eierstock	Th 11 – L 1



(Lehrangsmaterial des Autors *Lebenssaft Urin* S. 88)