
Subject: Candida

Posted by [Angie](#) on Fri, 24 Feb 2006 10:32:41 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gestern war ich bei einem Vortrag einer Heilpraktikerin über „Fitline“. Das ist ein NEM, welches wohl verschiedene Auszeichnungen erhalten hat hinsichtlich Aufnahme in der Zelle etc. – normale NEMs werden wohl nicht richtig aufgenommen, meist nur ca. 20% und Fitline ca. 95%. Okay, kann alles sein, aber: ich bin ja zur Zeit auf „Anti-Pilz-Diät“ (Candida) und habe die Sache nicht ganz für voll genommen; obwohl ich fast 20 Jahren Blähbauch habe. Da ich mich schon immer recht gesund ernährt habe, und nicht so richtig an die ganzen homoöpathischen Dinge glauben kann und möchte, habe ich meine Beschwerden einfach so hingenommen als „Reizdarm“ wegen meiner ständigen nervlichen Anspannung etc.

ABER: da ich immer mehr übersäuert wurde trotz basischer Zusätze und immer schlapper und meine Haare auch immer dünner wurden gebe ich der Candida-Sache doch nun mal eine Chance und versuche mein Glück. Diese Heilpraktikerin gestern bestätigte, dass meine Pilze im Darm die Übersäuerung ausgelöst haben und dass wohl meine Erschöpfung, schwerer müder Muskeln, Anspannung und auch Haarprobleme daraus resultieren würden. Mein HA ist diffus und die Qualität der Haare ist mies: glanzlos, fusselig, dünn.

Da ich noch jede Menge NEMs aus dem Amiland habe, werde ich die nun mal aufbrauchen und aber den Fitline Joghurt ausprobieren, da der 5 verschiedene lebendiger Kulturen hat (bei denen im Supermarkt darf draufstehen „enthält lebendige Kulturen“, obwohl nach der Ultraerhitzung zur Haltbarmachung kaum noch was übrig ist davon). Der Joghurt kommt wohl auch nicht teurer als der aus dem Supermarkt, noch dazu, wo ich immer BiO kaufe. Ich werde auch das Entsäuerungszeug von denen nehmen (Restorate) und zwar 3x täglich.

Mein Amiland-Lysin nehme ich weiterhin zusätzlich.

Ich nehme ja auch das Aromatherapie-Öl (s. Post) welches u.a. auch gegen Bakterien und Pilzen auf der Kopfhaut wirkt (und ich hatte ja vorher auch immer so einen ekelhaften fettigen „Schmodder“ auf der Kopfhaut (fettiger, festsitzende Kopfhautschuppen) welches im Amiland auch in der „yeast connection“ steht, also Hefepilze!!! Es könnte alles wirklich einen Sinn machen!?! Drückt mir mal die Däumchen!

Und übrigens: an KEIN Zucker und KEIN Weissmehl kann man sich gewöhnen!!!!

Subject: Re: Candida @ Angie

Posted by [strike](#) on Fri, 24 Feb 2006 11:04:39 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: Candida

Posted by [Claudi](#) on Fri, 24 Feb 2006 11:17:02 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

>>Und übrigens: an KEIN Zucker und KEIN Weissmehl kann man sich gewöhnen!!!!<<

Stimmt! Das ziehe ich nun schon über 1 Jahr durch und fällt mir überhaupt nicht mehr schwer. Leider aber - außer einer besseren Verdauung - konnte ich nichts Positives für meinen Körper verzeichnen.

Subject: Re: Candida @ Angie
Posted by [Angie](#) on Fri, 24 Feb 2006 14:06:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich bin ja selbst recht hin- und hergerissen und glaube eher der Schulmedizin als dem Hokus-Pokus, ABER: die Untersuchungen dazu habe Internisten bzw. der Mannschaftsarzt eines Bundesliga-Fußballvereins bei mir gemacht und ich musste nichts selbst zahlen!?!? Ich weiß ja auch nicht, ob das jetzt "Mode" ist und zu den Ärzten überschwappt oder ob nicht doch was dran ist!?!?
Habe mir von einem Ami-Arzt ein Buch dazu bestellt, der kein Homöopatht ist. Mal sehen, was der so schreibt...

Subject: Re: Candida
Posted by [Angie](#) on Fri, 24 Feb 2006 14:07:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh, das ist schade. Machst Du das wegen Darmproblemen??
Verdauungsprobleme hatte ich noch nie, aber mein Bauch ist ständig gebläht, rumpelt und ist einfach unangenehm...

Subject: Re: Candida @ Angie
Posted by [strike](#) on Fri, 24 Feb 2006 14:44:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: Candida @ Angie
Posted by [Angie](#) on Fri, 24 Feb 2006 16:27:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich bin Dir total dankbar, dass Du meine Posts kritisch durchleuchtest. UND ich finde nicht alles toll, was von drüben rüberschwappt... angefangen beim Oberindianer G.W.... haha..
Unser Fußballverein kämpft eher um den Abstieg... Der Doc handelt seltsamerweise auf dem Platz überhaupt nicht wie in seiner Praxis. Der klickt recht viel in Richtung Müller-Wohlfahrt..
ich war bei dem wg Leistungscheck (bin ja Läuferin) und da kam die Sache mit der Übersäuerung hoch. Schon die schweren Oberschenkel sind wohl ein typisches Symptom; dann hat er noch diesen Test von Sander machen lassen und so seltsame Stress- und

Energietests. Er setzte mich auf eine recht krasse Diät, die ich 1,5 - 2 Jahre machen sollte. Die bestand quasi nur aus Joghurt, Molke, Gemüse, Obst, Kernen. Nun ja, das hielt ich nicht lange durch.... In den Stuhlproben befand sich der Candida und der Doc meinte, dass es reichen würde Probiotika zu nehmen, wobei er ja dies strenge Diät empfahl + Entspannungstraining + Laufen sein lassen (er sagte, dass es schon ernst wäre, wenn er, der den Leuten Sport empfiehlt, mir diesen "verbietet"...).

Ich bin natürlich auch recht verunsichert, weiß aber, dass ich mit diesem Blähbauchkram und der ständigen Erschöpfung nun irgendwas ändern muß, denn manchmal weiß ich ehrlich nicht, wie ich den Tag überstehen soll. Nicht dass ich ständig gähnen würde, ich fühle mich körperlich total fertig und erschöpft. Das kann kaum jemand nachvollziehen. Die NEMs habe ich total runtergeschraubt auf ein nicht hoch dosiertes Multi, das Lysine, die Candida-Medizin. Alle anderen Sachen nehme ich zur Zeit nicht. Die Heilpraktikerin gestern meinte, man solle auch die NEMs ruhig mal nach 6 Wochen absetzen, auch Teesorten sollte man spätestens alle 6 Wochen ändern - dem Körper Impulse setzen und nicht ständig mit den gleichen "Drogen" vollstopfen.

Subject: Re: Candida

Posted by [Claudi](#) on Sat, 25 Feb 2006 11:05:41 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Angie,

ich hatte damals - vor über 1 Jahr - Darpilze in Verdacht, da ich sämtliche Symptome hatte, die zutrafen: Blähungen, Verstopfung, Durchfall, Erschöpfung, ständige Infektionen.... Habe auf eigene Faust (wollte zu keinem Arzt) eine Darmsanierung gemacht, als ich dann auch noch las, dass ein Darpilz auch die Ursache von Haarausfall sein kann. Seitdem ernähre ich mich zuckerfrei und esse Vollkornprodukte. Verdauungsprobleme habe ich seitdem gar keine mehr, aber wie gesagt, fühle ich mich ansonsten leider nicht besser dadurch. Allerdings hatte es den positiven Nebeneffekt, dass ich einige überflüssige Kilos losgeworden bin und meine Psyche ist beruhigt, seitdem ich gesünder esse. Hat ja auch was Positives!!!

Süße Sachen vermisse ich überhaupt nicht mehr (obwohl ich vorher sehr viele Süßigkeiten gegessen habe) und von den anderen Dingen kann ich seeeehr viel essen, ohne zuzunehmen.

Subject: Re: Candida

Posted by [Angie](#) on Sat, 25 Feb 2006 11:26:50 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh Mann, das ist ja wieder frustrierend....

Hast Du auch diffusen HA???

Toll, dass Du es geschafft hast, die Ernährung so umzustellen. Ist bestimmt auch für was anderes gut... und Dir geht es so ja auch besser.

Subject: Re: Candida @ Angie
Posted by [Shady](#) on Sat, 25 Feb 2006 11:36:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

>All diese Dinge wie Säure/Basen und auch Candida sind Modethemen.

So ganz hundertprozentig komme ich aber auch nicht davon weg. Es gibt immer noch viele Alopezien, deren Gründe einfach medizinisch nicht richtig abklärbar sind (Voraussetzung: Schilddrüse ok und Sexualhormone ok).

In diesen Fällen glaube ich auch an die "multifaktorelle Alopezie". Was Pilze anbelangt, da bin ich halt auch ein gebranntes Kind, da ich wegen chronisch wiederkehrender Blasenentzündungen in meinem Leben schon eine Menge Antibiotika geschluckt habe früher. Trotz regelmäßiger Nystatinbehandlung war Candida Albicans kaum in den Griff zu kriegen.

Pilze, Darmfehlbesiedlung und Übersäuerung sind sicherlich nicht für 90% aller Alopezien verantwortlich - können aber sicherlich manchmal Mit-Trigger sein.

Subject: Re: Candida
Posted by [Claudi](#) on Sat, 25 Feb 2006 14:10:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der Hautarzt sagte zwar, dass es anlagebedingter HA ist, so wie die meisten das sofort behaupten, aber die Haare sind insgesamt in einem schlechten Zustand und gehen auch an den Seiten aus. Es ist schon richtig, dass es sich oben drauf mehr lichtet, aber nicht nur!!

Wollte dich nicht entmutigen. Es heißt ja nicht, dass es bei dir nichts bringt! Und für irgendetwas ist so eine Darmsanierung, Ernährungsumstellung oder zuckerfreie Ernährung immer gut. Sieht ja bei mir: Psyche, Gewicht und Verdauung!!!!

Subject: Re: Candida
Posted by [Angie](#) on Sat, 25 Feb 2006 15:27:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich weiß nicht, wie lange ich diese Diät aushalten werde, da ich ja auch Läuferin bin und zur Zeit gar keine Kraft und Ausdauer mehr habe.... Hattest Du auch Medikamente wegen des Darms genommen oder Nystatin oder so gegen Pilze?

Ich denke halt, dass ich so, wie vor der Diät nicht mehr leben möchte, da ich mich so unwohl gefühlt habe. Bisher habe ich noch keine Besserung, in einem meiner Bücher heißt es, dass man 3 Monate rechnen muß, um sich besser zu fühlen.... und ich mache es erst 10 Tage... oh jeh!

Subject: Bachblüten????
Posted by [Angie](#) on Sat, 25 Feb 2006 15:33:20 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich denke auch, dass da mehreres zusammenkommt. Auf der candida.de -website habe ich ein paar andere Medikamente gesehen für diejenigen, denen Nystatin nicht hilft. Schau' doch mal nach!?

Ich habe mir von der Dame, die mir manchmal Fußreflexzonenmassage macht, Bachblüten aufschwätzen lassen, da ich doch ständig unter Strom/Anspannung stehe, mir um alles Sorgen mache etc.

Es ist ganz komisch, ich glaube ja eigentlich nicht daran, aber ich bin seitdem irgendwie anders drauf!? Vielleicht bekomme ich doch wenigstens ein wenig wieder in den Griff....

Subject: Re: Bachblüten????

Posted by [Shady](#) on Sat, 25 Feb 2006 15:46:32 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für den Tipp mit den Bachblüten. Aber jetzt brauch ich die zum Glück nicht mehr. Den Pilz bin ich los. Bei mir brachte es die konsequente Nahrungsumstellung: Jegliches Zuckerzeugs und Weißmehl weglassen und basisch ernähren. Damit lässt sich Candida regelrecht aushungern. Damit entzieht man dem Pilz die Grundlage.

Subject: Re: Candida

Posted by [Claudi](#) on Mon, 27 Feb 2006 17:09:05 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nach 10 Tagen fällt so eine Diät natürlich noch sehr schwer. Ich hatte anfangs auch Schmach auf meinen Kakao, den ich 3 x am Tag mit Genuss geschlürft habe. Aber nach einiger Zeit wird der Appetit auf Süßes immer weniger.

Ja, ich habe auch Medikamente genommen: Nystatin-Suspension, damit auch die Mundhöhle "keimfrei" bleibt, Nystaderm-Filttabletten zur Behandlung des Darms und Omniflora, um das natürliche Gleichgewicht wieder herzustellen.

Falls du noch Fragen hast und ich melde mich nicht, bitte nicht böse sein, denn dann bin ich schon im Urlaub. Freu!!

Durchhalten!!!
