

MS - Multiple Sklerose eine Autoimmun-Krankheit?

Es handelt sich dabei um eine chronisch entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems durch ein überreagierendes Auto-Immunsystem? Bei der Multiplen Sklerose betrifft die **Autoimmunreaktion** vor allem die sogenannten **Myelinscheiden**, die die Nervenzellen gleichsam als Isolierschicht umgeben. Aber auch die Nervenzellen selbst werden bei der Encephalomyelitis disseminata, wie die MS auch genannt wird, beschädigt. Die Ursachen, die zu dieser Autoimmunreaktion führen, sind **meistens ernährungsbedingt (Gluten, Milch...)** und **Umweltbedingt: Toxine, Amalgam**. Fest steht, dass es auch eine erbliche Veranlagung für Multiple Sklerose gibt - ein etwa zehnfach erhöhtes Risiko, die Erkrankung ebenfalls zu entwickeln.

Wie deutsche Forscher im Fachmagazin "Nature" (DOI:10.1038/nature10554) berichten, ist wahrscheinlich **die Darmflora des Menschen**, bzw. **Leaky Gut, der lange gesuchte Auslöser**. Unschädliche Darm-Bakterien können durch die Darmbarriere in die Blutbahn und eine Überreaktion des Immunsystems auslösen. Als Folge **greift die körpereigene Abwehr das eigene Nervensystem an** und löst damit die MS aus. Das bedeutet, dass der Ernährung eine zentrale Rolle bei der MS zukommt. Denn was wir essen, bestimmt maßgeblich, welche Bakterien den Darm besiedeln. «Veränderte Essgewohnheiten könnten beispielsweise eine Erklärung dafür sein, warum die multiple Sklerose in asiatischen Ländern in den letzten Jahren zugenommen hat», erklärt Hartmut Wekerle, Direktor am Max-Planck-Institut für Neurobiologie und einer der Autoren der Studie.

Löchriger Darm - Leaky Gut: http://josef-stocker.de/leaky_gut_darmloecher.pdf

Wenn der Körper sich selbst bekämpft

Es ist unser Immunsystem das immer häufiger beginnt, unseren Körper anzugreifen. Fehlgeleitete Abwehrzellen, die fälschlicherweise eigene Körperzellen als Eindringlinge vermelden und damit mit einem Feind verwechseln, sind die modernen Verursacher der häufigsten chronischen Entzündungen. Ohne Behandlung setzt sich dieser irrtümliche Selbstangriff ein Leben lang fort. Allein in Deutschland leiden mehrere Millionen Menschen an einer oder mehreren **Autoimmunerkrankungen und Allergien**: Und diese können sein Hauterkrankungen wie Neurodermitis, Psoriasis, Ekzeme oder Luxus erythematodes; rheumatoide Arthritis und andere Gelenkerkrankungen; entzündliche Darmerkrankungen wie Morbus Crohn und chronischer Gastritis; Multiple Sklerose, Diabetes mellitus Typ 1, und viele andere mehr. Die Ausprägungen und Anzahl der Autoimmunerkrankungen sind leider sehr umfangreich. Kennzeichnende Allergien sind z.B. Kontaktallergien und Heuschnupfen. Wie Autoimmunerkrankungen und Allergien entstehen, ist bis heute nicht genau erkannt. Neben einer möglichen genetischen Komponente spielen Stressfaktoren für das Immunsystem eine große Rolle (unausgewogenes Ernährungsverhalten, ungünstige Umweltfaktoren, frühere Erkrankungen), aber auch eine unzuträgliche Zusammensetzung der Darmbakterien.

Paleo- oder Steinzeit-Ernährung, ohne Getreide (Stärke und Zucker), Milch, reife Hülsenfrüchte, bewährt sich gegen Autoimmun-Krankheiten - und heilt MS:

so berichtet aus Erfahrung Terry Wahls (2014) "Multiple Sklerose erfolgreich behandeln - mit dem Paläo-Programm" 488 Seiten; Kirchzarten bei Freiburg: VAK: ISBN: 978-3867311595

Ballantyne, Sarah "Die Paläo-Therapie: Stoppen Sie Autoimmunerkrankungen mit der richtigen Ernährung und werden Sie wieder gesund" 432 Seiten; Riva: 2016; ISBN: 978-3868836653. S. 61.

Ballantyne, Sarah (2014) "The Paleo Approach: Reverse Autoimmune Disease and Heal Your Body"

Du sollst Low-Carb mit PALEO kombinieren: http://josef-stocker.de/paleo_steinzeit_nahrung.pdf

In Gegenden am Äquator, wo es kein Getreide (keine Gluten...) und keine Milchprodukte gibt, da gibt es auch keine Multiple Sklerose (MS). Zusätzlich erhält der Mensch in Äquator-Gegenden genügend Sonne, bzw. Vitamin D. (Bowles, Jeff "Hochdosiert: Die wundersamen Auswirkungen extrem hoher Dosen von Vitamin D3") Vitamin-D-Mangel ist eine Haupt-Ursache. http://josef-stocker.de/Vitamin_D.pdf

An Getreide und Milch sind wir genetisch noch nicht angepasst: diese beiden gibt es als Hauptnahrungsquelle erst seit 8.000 Jahren rund um das Mittelmeer, in vielen Gegenden Europas aber erst seit weniger als 5.000 Jahren - also erst seit ein paar Sekunden unserer Stammesgeschichte (beachte die Hinweise bei Dr. W. Lutz). Nicht ohne Grund gibt es viele Allergien gerade bei diesen beiden "neuen" Nahrungsmitteln! Übersäuerung nicht durch Fleisch, sondern Kohlenhydrate/Getreide!
Erhöhte Harnsäurewerte und Gicht verschwinden durch Meiden der KH: Lutz¹⁶, Seite 137-138

Getreide und viele Kohlenhydrate (Ackerbauprodukte, Zucker) schaden uns. Wir sind genetisch noch immer so programmiert, wie vor 40.000 Jahren, als Jäger und Sammler, als Fleischesser! Beachte das Tier-Opfer von Abel in der Bibel gegenüber dem Ackerfrüchte-Opfer von Kain, das Gott verworfen hat.

Als Folge der vielen Kohlenhydrate (Mehl, Stärke, Zucker) unserer Zivilisationskost sind wir den heute grassierenden Krankheiten wie **Diabetes, Krebs, MS, Allergien, Osteoporose, Fettleibigkeit, Arteriosklerose, Versagen des Herz-Kreislauf-Systems usw.** ausgesetzt.

Essen wir gemäß unserer genetischen Ausstattung und Entwicklung weniger Stärkemehle und KH, dafür aber mehr Fette und Eiweiß, stellen sich Gesundheit, Wohlbefinden und Idealgewicht von selbst ein, **ohne zu hungern und ohne Kalorienzählen (erprobt bei: Schaub, Lutz, Kwasniewski...)**

Nicht die tierischen oder gesättigten Fette schaden Dir! - sondern die KH und die Transfette: gehärtete Fette aus Pflanzenölen, erhitzte Fette (Getreidefett in den Backwaren!), Margarine...

Multiple Sclerosis - MS

Multiple sclerosis (**MS**) is an **autoimmune-induced inflammation** that destroys the myelin sheath that insulates the nerves. Surprisingly, there are strong links to some common foods. It is a complex matter, and an MS sufferer should seek further advice from us (savvy eater(a) aol.com) about dietary changes. However we can give some pointers here.

1. Wheat gluten is the strongest allergen that we know of and there are studies that show how it tricks the immune system's T-cells into attacking myelin molecules because of their similarity to virus proteins. There are many reports of complete remission on gluten-free diets. (Natural Eating; Book, page 73)

2. Milk is the second most powerful allergen. Studies [iii] show that it causes the immune system to attack myelin in the same way as does wheat gluten. (See Natural Eating Book, page 83)

BOTH these allergens sneakily MULTIPLY their effect by causing the gut to become leaky, thus allowing vast quantities of these invaders to overwhelm the body's defenses [IV] (See Natural Eating Book p. 89) look at: <http://www.notmilk.com/ms.html>

3. An overload of omega-6 oils and a deficiency of omega-3 oils is a third pointer. Studies [v] show that a poor ratio is strongly correlated with MS. www.naturaleater.com avoid MS [vi] page 223 ...

Avoid carbohydrates as much, as you can (Kwasniewski "Optimal Nutrition") [vii]

and repair your teeth: Dauderer M. "Amalgam" mercury causes MS [viii] .

Aspartam-Sweet causes MS (every sugar induced inflammation. (look at "Google")

Multiple Sklerose MS

Multiple Sklerose kommt in Ländern mit hohem Brotverzehr sehr häufig vor, hingegen in getreidelosen Gebieten so gut wie gar nicht - Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Dinkel) sind ein häufiger Auslöser. Buch: **Fasano, Alessio "Die ganze Wahrheit über Gluten: Alles über Zöliakie, Glutensensitivität und Weizenallergie"** 384 Seiten; Südwest: 2015; ISBN 978-3517093703

Die wasserunlöslichen Stärkekörner, die ins Blut übertreten, Backwaren, Brot... sind die Übeltäter (Wandmaker: 385 - Stärkekörner in Blut und Urin; Dr. Emmet Densmore)

Weizengluten sollst du total meiden: Ausschaltung der Kleber-Glutene brachte in 30% der Fälle deutlichen Nutzen. Mehlprodukte und dazu Milchkonsum potenzieren sich als Allergene und das Risiko an MS zu erkranken steigert sich enorm!

Tiermilch, Kuhmilch ist das zweitstärkste Allergen: In Norwegen ist besonders hoher Milchkonsum und in diesen Gebieten (nicht an der Küste) kommt fünfmal häufiger MS vor, als sonst wo:

<http://www.notmilk.com/ms.html>

<http://www.naturaleater.com/german.htm>

Gegen MS hilft besonders Kohlenhydratarmes, fettreiches Essen, die Ketogene Diät (Kwasniewski) - Susan Blum., Seite 378

Quecksilber: Das Amalgam der Zahnfüllungen so wie auch der Genuss von besonders Quecksilberverseuchten Fischen (Thunfisch, Makrele...). Quecksilber kommt auch ins Gehirn und kann eine Autoimmun Reaktion und damit MS auslösen! Erst als jedes Metall (auch die Goldkrone !!) aus dem Mund entfernt wurde, kam Heilung. Solches berichtet auch Susan Blum.

Dr. med. Max Dauderer sagte sogar: **"Ohne Amalgam gäbe es keine MS"** (S. 104). MS tritt in allen Ländern direkt proportional zum Amalgamverbrauch der Zahnärzte auf.

Aspartam, Zucker-Ersatzstoff: Besonders in Pepsi und Cola-Getränken, Zuckeraustauschstoff - wird bei vielen Nervenleiden und bei MS verdächtigt.

Hat Multiple Sklerose (MS) mit Borrelien zu tun?

Ein Fachartikel („Multiple sclerosis is Lyme disease: Anatomy of a cover-up,“) erklärt, dass der wahre Grund für die Multiple Sklerose **(MS) eine Infektion mit Borrelien-Erregern (Bb s.l., Borrelia burgdorferi)** ist. Minutiös wird hier aufgelistet, dass diese Tatsache eigentlich schon seit 1911 bekannt ist und immer wieder von unabhängigen Studien weltweit bestätigt wurde.

Im Gehirn jedes MS-Patienten seien nämlich Lyme-Spirochäten Erreger gefunden worden... Beachte von Ali Erhan: <http://www.mms-seminar.com/mega-skandal-multiple-sklerose-ms-ist-gar-keine-krankheit/>

Anmerkung: Kommen die Borrelien erst nach einer Autoimmunreaktion und nach Ausbruch der MS dazu, so wie Feuerwehrmännchen erst nach Brandausbruch daherkommen - oder ist es umgekehrt: **dass durch Viren oder Borrelien das Autoimmunsystem irritiert wird und sich dann gegen den eigenen Körper wendet (Susan Blum).**

Die Bezeichnung Lyme-Borreliose setzt sich zusammen aus dem Namen des amerikanischen Ortes Lyme, in dem das Krankheitsbild 1975 nach gehäuften Auftreten von Gelenkentzündungen in Verbindung mit Zeckenstichen erstmals beschrieben wurde, und aus der Bezeichnung der Erregerfamilie, die nach dem französischen Bakteriologen **Amédée Borrel** benannt ist. Dem Bakteriologen **Willy Burgdorfer** gelang 1981 erstmals der Nachweis der neu entdeckten Borrelia-Art aus Zecken und 1982 ihre Anzucht. Ihm zu Ehren wurde diese Spezies **Borrelia burgdorferi** benannt.

Borrelien sind gramnegative spiralförmige Bakterien und gehören zur Familie der **Spirochäten**. Erreger der Lyme-Borreliose sind die Arten *Borrelia burgdorferi sensu stricto*, *B. garinii*, *B. afzelii* und *B. spielmanii*. In den USA ist *Borrelia burgdorferi sensu stricto* als humanpathogene Art verbreitet; in Deutschland und weiteren europäischen Staaten sind die anderen Arten verbreiteter, was als Ursache unterschiedlicher Manifestationen in Europa und Amerika diskutiert wird. Als Oberbegriff für die Erreger, die die Lyme-Borreliose verursachen, wird der Begriff *Borrelia burgdorferi sensu lato* verwendet.

Borrelien: Das beste Mittel ist MMS oder CDSplus: http://josef-stocker.de/mms_ab_nun_cds.pdf
Dieser Bakterienkiller ClO₂; stärkt das Immunsystem.

Wichtige Bücher:

Blum, Susan "Autoimmunerkrankungen erfolgreich behandeln: Das 4-Schritte-Programm für ein gesundes Immunsystem" 432 Seiten; VAK: 4/2015; ISBN: 978-3867311601 (**Viel über MS**)

Ballantyne, Sarah "Die Paläo-Therapie: Stoppen Sie Autoimmunerkrankungen mit der richtigen Ernährung..." 432 Seiten; Riva: 2016; ISBN: 978-3868836653 <http://www.thepaleomom.com/>

Ballantyne, Sarah (2014) "The Paleo Approach: Reverse Autoimmune Disease and Heal Your Body" mit Robb Wolf; 432 Seiten; Victory Belt Publishing 2014; ISBN: 978-1936608393 [Englisch]

Terry Wahls (2014) "Multiple Sklerose erfolgreich behandeln - mit dem Paläo-Programm" 488 Seiten; Kirchzarten bei Freiburg, VAK: Sept. 2014; ISBN: 978-3867311595 Original: The Wahls Protocol: How I Beat Progressive MS Using Paleo Principles and Functional Medicine. 2013

Myers, Amy "The Autoimmune Solution: Prevent and Reverse the Full Spectrum of Inflammatory Symptoms and Diseases" (Englisch) 390 Seiten; 2015; ISBN: 978-0062347473

Fasano, Alessio "Die ganze Wahrheit über Gluten: Alles über Zöliakie, Glutensensitivität und Weizenallergie" 384 Seiten; Südwest: 2015; ISBN 978-3517093703 "Gluten Freedom: The Nation's Leading Expert Offers the Essential Guide to a Healthy, Gluten-Free Lifestyle" 2014

Wührer, Klaus " Prophylaxe und Therapie durch Artgerechte Ernährung: ... oder wollen Sie lieber mit voller Stärke ins Gras beißen?" gebunden 405 Seiten; Caveman Verlag: 2015; ISBN: 978-3981620009 (Stärke ist für Menschen ungesund und voll entbehrlich.) € 40,-

Stress als Hauptursache von Krankheiten: http://josef-stocker.de/stress_die_hauptursache.pdf

Jacob, Aglaée "Digestive Health with Real Food: A Practical Guide to an Anti-Inflammatory, Low-Irritant, Nutrient Dense Diet for IBS & Other Digestive Issues" (Englisch) 396 Seiten; Paleo Media Group: 2013; ISBN: 978-0988717206 Größe: 2,5 x 21,6 x 28 cm

Lutz, Dr. med. Wolfgang „Leben ohne Brot. Grundlagen der kohlenhydratarmen Ernährung“ 16. Aufl. 2007; ISBN: 978-3887601003 (Beachte die Gesamtmenge der verzehrten Kohlenhydrate pro Tag) MS Seite 152 - 156

Kwasniewski, Jan "Optimal essen" 2000, zu MS Seite: 128

Wandmaker, Helmut „Willst du gesund sein? Vergiss den Kochtopf!“ auch als Taschenbuch: ISBN: 3-442-13635-0 (Seite 385: warnt vor Getreide, Brot und allen Milchprodukten);

Venesson, Julien "Wie der Weizen uns vergiftet" 202 Seiten; Riva: 2015; ISBN: 978-3868834772 (Frz. "Gluten. Comment le blé moderne nous intoxique")

Venesson, Julien " Paléo Nutrition" (Französisch) 304 Seiten; 2014; ISBN: 978-2365490832

Davis, William "Weizenwampe: Warum Weizen dick und krank macht" 400 Seiten; Goldmann Verlag: 2013; ISBN: 978-3-442173587 (Meide alle Getreide, Weizen) / "Wheat Belly: Lose the Wheat, Lose the Weight, and Find Your Path Back to Health" 2011; ISBN: 978-1-609611545

Perlmutter, David "Wie Weizen schleichend Ihr Gehirn zerstört" 349 Seiten; Mosaik: Feb. 2014; ISBN: 978-3-442-392575 "Grain Brain: The Surprising Truth about Wheat" [drPerlmutter.com](http://www.drperlmutter.com) <http://www.drperlmutter.com/5-keys-eating-better-brain-health/?hvid=2axZqP>

Eglin M, Schaub S „Die Befreiung aus den Krankheitsfallen. Wie wir mit der modernen Ernährung in Krankheitsfallen tappen - und wie wir uns mit einem ... Ernährungskonzept daraus befreien" 322 Seiten (185 x 270 mm); Sept. 2015; ISBN: 978-3907547144; Säurearm und Kohlenhydratarm <http://josef-stocker.de/schaubta.pdf>

Dauderer, Dr. Max "Amalgam" 6., völlig überarbeitete Neuauflage: S. 104: "Ohne Amalgam gäbe es keine MS. Das Amalgam der Mutter entscheidet über die Entstehung der Krankheit" Seite1, Landkarte .

Mutter, Joachim "Amalgam - Risiko für die Menschheit. Quecksilbervergiftungen richtig ausleiten" (Einführung Dietrich Klinghardt) 3. überarbeitete Auflage 2002, Fit fürs Leben Verlag

Benedde, Andree "AMALGAM. Vorsicht Gift! Gesundheitsgefahren durch Amalgam und andere Zahnmaterialien" 2. überarbeitete Auflage 2004, <http://www.patientenstellen.de>

Abriel, Walter "Amalgam - in aller Munde. Wissenswertes zur Vergiftung mit Quecksilber und anderen Schwermetallen" Haug-Verlag, Heidelberg: 1996; 126 Seiten (Häufige Ursache von MS)

Erhan, Ali "Heilen mit MMS? Chlordioxidbehandlungen nach Jim Humble" 156 Seiten;

CreateSpace: März 2015; ISBN: 978-1508713838 <http://www.mms-seminar.com/>

MMS oder CDSplus, Unterschied: http://josef-stocker.de/mms_ab_nun_cds.pdf

Tabelle: Unterschied MMS gegenüber CDSplus http://josef-stocker.de/mms_cdsplus_erhan.pdf

Siehe alle meine pdf-Artikel: <http://josef-stocker.de/stocker1.htm>

Löchriger Darm - Leaky Gut: http://josef-stocker.de/leaky_gut_darmloecher.pdf

Low-Carb, Paleo, Steinzeit-Nahrung: http://josef-stocker.de/paleo_steinzeit_nahrung.pdf

hier sind alle nötigen Bücher aufgelistet. Glutenfrei, Milchfrei...

Im Internet: http://josef-stocker.de/multiple_sklerose.pdf <http://josef-stocker.de/gesund12.htm>