

UNSER PROGRAMM · 6 MONATE · IN DER PRAXIS

Darm-Check-up: Darm, Bauch und Vitalität

Fühlen Sie sich wohl in Ihrer Mitte.

Wir wollen Sie stärken – von innen, von der Mitte aus. Wir sehen nach, was Ihr Darm braucht, und begleiten Sie sechs Monate lang mit einem klaren Plan. Dieses Dokument enthält alles zum Programm: den Plan, die Leistungen, die Kosten, unser Konzept und jeden Laborwert der Diagnostik.

ZUM START	6 MONATE BEGLEITUNG	LAUFZEIT
750 € Gespräch und Diagnostik	**ab 710 €** / Monat alle Behandlungen und Begleitung	**6 Monate** endet automatisch, jederzeit kündbar

DER PLAN FÜR IHR PROGRAMM

Im Detail

Ablauf

WANN	WAS
Start	**Ihr Nullpunkt.** Gespräch und Diagnostik. Blut nehmen wir in der Praxis ab, Stuhl sammeln Sie zu Hause.
Monat 1	Befundbesprechung, Ihr Ernährungsplan, erstes Set Nahrungsergänzung, Infusion, Colon-Hydro-Therapie.
Monat 2–3	Jeden Monat Infusion, Colon-Hydro-Therapie und Gespräch.
Monat 4	Zweites Set Nahrungsergänzung, Infusion, Colon-Hydro-Therapie und Gespräch.
Monat 5–6	Jeden Monat Infusion, Colon-Hydro-Therapie und Gespräch; im letzten Gespräch Rückblick und wie es weitergeht.

Leistungen

ANZAHL	LEISTUNG
einmal	**Gespräch und Diagnostik** – Darm, Verdauung, Entgiftung, Nährstoffe: Ihr Nullpunkt
6× · 1× / Monat	**Infusion mit Sauerstoff** – zusammengestellt nach Ihrem Befund · auf Wunsch nur 3×
6×	**Colon-Hydro-Therapie** – sanfte Darmspülung in der Praxis
6× · 1× / Monat	**Gespräch mit dem Natura-Team** – was hat sich verändert, was braucht es jetzt?
einmal	**Ihr Ernährungsplan** – passend zu Ihren Ergebnissen
2 Sets	**Nahrungsergänzung** – für das halbe Jahr, ausgewählt nach Befund

Nicht enthalten

Das sprechen wir bei Bedarf vorher mit Ihnen ab, es kostet zusätzlich: weitere Infusionen oder Behandlungen · Nahrungsergänzung über die zwei Sets hinaus · eine Kontrollmessung am Ende · weitere Laboranalysen, z. B. Neurotransmitter oder Hormone – sie gehören zum Programm „Prävention, Longevity und Stärkung“.

Kosten und Laufzeit

	BETRAG
Zum Start: Gespräch und Diagnostik – Ihr Nullpunkt	**750 €**
Jeden Monat, monatlich bezahlt: alle Leistungen oben	**ab 710 €**
6 Monate gesamt mit Start	**ab 5.010 €**

Der Monatspreis ist ein Ab-Preis. Brauchen Sie mehr Diagnostik oder ergänzende Maßnahmen, passen wir Ihr Programm individuell an. Was das kostet, besprechen wir vorher mit Ihnen in einem Transparenzgespräch – erst danach entscheiden Sie.

Das Programm läuft sechs Monate und endet danach automatisch – Sie müssen nichts kündigen. Möchten Sie früher aufhören, können Sie jederzeit kündigen. Dann berechnen wir nur, was bis dahin stattgefunden hat; im Voraus Bezahltes für spätere Termine erstatten wir. Vorher gibt es ein kostenloses Kennenlerngespräch – Sie entscheiden danach. Die Kosten werden in der Regel nicht von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen.

UNSER KONZEPT

Vier Schritte für Ihre Mitte

Gesundheit beginnt bei dem, was ankommt. Was der Darm nicht aufschließen und aufnehmen kann, erreicht die Zellen nicht. Deshalb beginnen wir dort – und gehen Schritt für Schritt.

SCHRITT 1

Messen

Ihr Nullpunkt: Wie gut verdauen Sie, was nimmt Ihr Darm auf, wie steht es um Nährstoffe und Entgiftung? Erst messen, dann handeln.

SCHRITT 2

Entlasten

Colon-Hydro-Therapie und ein Ernährungsplan, der zu Ihren Ergebnissen passt – weniger von dem, was Sie belastet.

SCHRITT 3

Auffüllen

Infusion mit Sauerstoff und Nahrungsergänzung, ausgewählt nach Ihrem Befund.

SCHRITT 4

Stabilisieren

Jeden Monat ein Gespräch mit dem Natura-Team: Was hat sich verändert, was braucht es jetzt? So werden neue Gewohnheiten zum Alltag.

UNSERE ABMACHUNG

Gemeinsam auf der Reise



Stellen Sie sich vor, wir steigen gemeinsam auf ein Segelboot. Wir legen in einem Hafen in Holland ab, und wir wissen, wohin wir wollen: nach New York. Wie der Weg genau aussieht, wissen wir nicht. Es wird ruhige Tage geben und Tage mit starkem Wind. Gerade dann, wenn sich etwas verändert – im Körper oder im Inneren –, braucht es eine Mannschaft, die zusammenhält.

Darum gehen wir eine kleine Abmachung ein. Sie beruht auf Vertrauen, Transparenz und Ehrlichkeit – in beide Richtungen. Wir wollen Stabilität geben, die Gesetzmäßigkeiten der Natur verstehen und gemeinsam wachsen.

WAS WIR IHNEN ZUSAGEN

- Wir sind für Sie da – gerade dann, wenn der Wind stärker wird: wenn sich etwas verändert, körperlich oder mental.
- Wir sagen Ihnen ehrlich, was wir sehen. Wir spiegeln Ihnen, was uns auffällt – aus der Erfahrung von bis zu 20 Jahren therapeutischer Arbeit.
- Wir geben Ihnen Halt und Orientierung und helfen Ihnen, die Gesetzmäßigkeiten der Natur zu verstehen.
- Wir passen den Kurs an, wenn das Wetter wechselt – Monat für Monat, nach dem, was Sie brauchen.

WORUM WIR SIE BITTEN

- Sie sagen offen, was Sie brauchen und wie es Ihnen geht – auch wenn es Ihnen gerade nicht gut geht.
- Sie vertrauen uns, auch wenn wir einmal klar oder streng sind. Ehrliche Worte gehören zur Reise.
- Sie sind ehrlich zu sich selbst – mit dem, was sich zeigt, und mit dem, was Sie wollen.
- Sie bleiben dran an Ihren neuen Rhythmen, auch an den Tagen, an denen es schwerfällt.

Nur mit Vertrauen und Selbstehrlichkeit kommen wir gemeinsam an.

Ort, Datum

Patientin / Patient

Für das Natura-Team

Diese Abmachung beschreibt, wie wir zusammenarbeiten. Sie ist kein Vertrag und ersetzt keine Vertragsbedingungen; Leistungen, Kosten und Laufzeit stehen im Abschnitt „Der Plan für Ihr Programm“.

IHRE DIAGNOSTIK

Jeder Wert – und warum wir ihn messen

Im Startpaket enthalten: Darm und Verdauung, Entgiftungskapazität, Mineralstoffe und Vitamin D, Blut und Leber. Stuhl sammeln Sie zu Hause, Blut nehmen wir in der Praxis ab.

Resorption und Darm

Gesundheit beginnt bei dem, was ankommt. Die beste Ernährung nützt wenig, wenn der Darm sie nicht aufschließen und aufnehmen kann. Der Darm ist zugleich der größte Teil unseres Immunsystems und eng mit dem Nervensystem verbunden.

BASISPROFIL STRESS (A020) · PROBE: STUHL	WARUM WIR DAS MESSEN
Darmflora – aerobe und anaerobe Bakterien	welche Bakterien in Ihrem Darm leben und ob die schützenden oder die belastenden überwiegen
Hefen	ob sich Hefepilze wie Candida stark vermehrt haben
Verdauungsrückstände (Fett, Stickstoff, Zucker, Wasser)	bleibt Unverdautes übrig? Ein direkter Hinweis darauf, wie gut die Nahrung aufgeschlossen wird
Pankreaselastase	bildet die Bauchspeicheldrüse genug Verdauungsenzyme?
Gallensäuren	nötig, um Fette und fettlösliche Vitamine (A, D, E, K) aufzunehmen
Alpha-1-Antitrypsin	Hinweis darauf, ob die Darmschleimhaut gereizt und durchlässig ist
Calprotectin	zeigt Entzündungsaktivität in der Darmwand
Sekretorisches IgA	die Abwehr direkt an der Schleimhaut – die erste Schutzschicht des Darms
Zonulin	reguliert die Verbindungen zwischen den Darmzellen; erhöht ein Hinweis auf eine durchlässige Darmbarriere („Leaky Gut“)
Histamin im Stuhl	kann bei Stress, Unverträglichkeiten oder gereizter Schleimhaut erhöht sein

DIAMINOXIDASE (C390) · PROBE: BLUT	WARUM WIR DAS MESSEN
DAO	das Enzym, das Histamin aus der Nahrung im Darm abbaut. Ist es zu wenig, können histaminreiche Lebensmittel wie Käse, Wein oder Tomaten Beschwerden machen

Entgiftungskapazität

Bei jeder Energiegewinnung entstehen freie Radikale, und aus der Umwelt nehmen wir Stoffe auf, die wieder hinaus müssen. Der Körper hat eigene Schutz- und Entgiftungssysteme. Sind sie erschöpft, altern Zellen schneller und die Entgiftung stockt.

PROFIL GLUTATHIONSTOFFWECHSEL (E230) · PROBE: BLUT	WARUM WIR DAS MESSEN
Glutathion (GSH)	das wichtigste körpereigene Schutz- und Entgiftungsmolekül, besonders in der Leber
Oxidiertes Glutathion (GSSG)	das „verbrauchte“ Glutathion. Das Verhältnis zu GSH zeigt, wie stark der Körper gerade gefordert ist

VOLLBLUTMINERALANALYSE MAXI (E101) – 9 BELASTENDE METALLE · PROBE: BLUT	WARUM WIR DAS MESSEN
Blei	belastet Nerven und Blutbildung; Quelle z. B. alte Wasserleitungen
Cadmium	z. B. aus Zigarettenrauch; verdrängt Zink und belastet die Nieren
Quecksilber	z. B. aus Amalgam oder Raubfisch; belastet das Nervensystem
Aluminium	z. B. aus Kochgeschirr, Kosmetik oder Medikamenten
Arsen	z. B. aus Reis oder Trinkwasser
Nickel	z. B. aus Schmuck oder Lebensmitteln; häufiger Allergieauslöser
Zinn, Vanadium, Thallium	Umwelt- und Industriebelastungen, selten, aber wichtig zu kennen

Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitamin D

Mineralstoffe sind die Werkzeuge des Stoffwechsels – ohne sie arbeitet kein Enzym. Gemessen wird im Vollblut, also auch in den Zellen, nicht nur im Serum.

VOLLBLUTMINERALANALYSE MAXI (E101) – 15 ESSENZIELLE ELEMENTE · PROBE: BLUT	WARUM WIR DAS MESSEN
Natrium	Wasserhaushalt und Nervenleitung
Kalium	Herzrhythmus, Muskeln und Nerven
Calcium	Knochen, Muskelarbeit und Signale zwischen den Zellen
Magnesium	an über 300 Stoffwechselvorgängen beteiligt – Muskeln, Nerven, Energie, Entspannung
Phosphor	Knochen und Baustein des Energieträgers ATP
Eisen	Sauerstofftransport und Energie
Zink	Immunabwehr, Haut, Wundheilung und Hormone
Kupfer	Eisenstoffwechsel, Bindegewebe, Zellschutzenzyme; Gegenspieler von Zink
Selen	Zellschutz und Bildung der Schilddrüsenhormone
Mangan	Baustein der Schutzenzyme in den Mitochondrien
Chrom	unterstützt die Wirkung von Insulin im Zuckerstoffwechsel
Molybdän	Teil von Enzymen, die Schwefelverbindungen und Harnsäure abbauen
Jod	Baustein der Schilddrüsenhormone
Cobalt	Kern des Vitamin B12
Bor	Knochenstoffwechsel, Zusammenspiel mit Calcium, Magnesium und Vitamin D

25-OH-VITAMIN D3 (E540) · PROBE: BLUT	WARUM WIR DAS MESSEN
Vitamin D	eigentlich ein Hormon: für Knochen, Immunsystem und Stimmung. In unseren Breiten im Winter häufig knapp

Blut und Leber

Diese Werte zeigen, wie die großen Organe arbeiten, die verarbeiten, entgiften und ausscheiden.

GROSSES BLUTBILD (D160) · PROBE: BLUT	WARUM WIR DAS MESSEN
Rote Blutkörperchen, Hämoglobin, Hämatokrit	Sauerstofftransport – Grundlage jeder Energie
MCV, MCH, MCHC	Größe und Beladung der roten Blutkörperchen; Hinweise auf Eisen-, B12- oder Folsäuremangel
Weiße Blutkörperchen mit Differenzierung	die Zellen der Immunabwehr, aufgeteilt nach Art – zeigen, womit das Immunsystem gerade beschäftigt ist
Blutplättchen	Blutgerinnung

LEBER-PANKREAS-SCREENING (G300) · PROBE: BLUT	WARUM WIR DAS MESSEN
Gamma-GT	Leber und Galle; reagiert früh auf Belastung, z. B. durch Alkohol oder Medikamente
GPT	zeigt, ob Leberzellen gereizt sind – die Leber ist das zentrale Entgiftungsorgan
Amylase	Enzym der Bauchspeicheldrüse für die Verdauung von Kohlenhydraten

HÄUFIGE FRAGEN

Gut zu wissen

Für wen ist der Darm-Check-up?

Für Menschen, deren Bauch sie öfter beschäftigt, als ihnen lieb ist, und die wissen möchten, wie gut sie verdauen und Nährstoffe aufnehmen.

Wie beginne ich?

Mit einem kostenlosen Kennenlerngespräch von 10 Minuten. Danach entscheiden Sie, ob das Programm zu Ihnen passt.

Was passiert vor einer Infusion?

Wir klären Sie vor jeder Infusion über Ablauf, mögliche Risiken und Alternativen auf.

Ersetzt das Programm meinen Arzt?

Nein. Das Programm ersetzt keine ärztliche Diagnose oder Behandlung. Anhaltende oder starke Beschwerden gehören ärztlich abgeklärt.

JETZT ANMELDEN

Ihr erster Schritt: 10 Minuten. Kostenlos.

„Ich möchte, dass Sie sich wieder spüren – mit Kraft, mit Klarheit und mit Lust auf das Leben.“ – Yesha Karmeli

Online: **natura-heilpraxis.de/programme/darm-checkup** · Natura Heilpraxis · Auguste-Viktoria-Straße 91 · 14193 Berlin-Grunewald

Das Programm ersetzt keine ärztliche Diagnose oder Behandlung. Natura Heilpraxis · Yesha Karmeli, Heilpraktiker.