

# HILDEGARD-ADERLASS

Für den „Sanften Aderlass“ nach Hildegard von Bingen ist vor allem der Zeitpunkt wichtig: Der bedeutenden Gelehrten der Naturheilkunde zufolge, entfalten sich die Selbstheilungskräfte des Körpers bei abnehmendem Mond am besten, in den ersten 6 Tagen nach Vollmond. Der Grund dafür ist die erhöhte Fließfähigkeit des Blutes in der ersten Woche nach Vollmond.

Neben dem passenden Zeitpunkt, ist auch eine spezielle Diät entscheidend für den Erfolg des Aderlass: Ideal ist eine Blutentnahme bei leerem Magen („nüchtern“)! Der Körper soll nicht mit der Verdauung beschäftigt sein, sondern voll und ganz für diesen „Kick“ zur Selbst-Reinigung bereit sein. Es wird sogar empfohlen auf das Zähneputzen vor dem Aderlass zu verzichten.

Beim sanften Aderlass nach Hildegard von Bingen werden max. 100 ml Blut abgenommen. Sobald das Blut eine deutliche Aufhellung zeigt (soll hell und dünnflüssig werden), wird der Aderlass beendet. Und auch in den Tagen nach der Blutentnahme sollte unbedingt auf fette, übermäßige und schwerverdauliche Nahrung sowie auf Alkohol und Kaffee verzichtet werden.

Der Aderlass nach Hildegard von Bingen wird auch heute noch von der Naturheilkunde zur Entgiftung und zur Immunstärkung durchgeführt und auch von der klassischen Medizin anerkannt und angewandt. Diese kontrollierte Prozedur kann je nach Konstitution drei bis viermal pro Jahr durchgeführt werden.

## Wofür?

Der Aderlass wird speziell zu therapeutischen Zwecken angewandt, wo auch eine Heilwirkung nachweisbar ist:

- x) Verbesserung und Entgiftung des Stoffwechsels (Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörung, hoher Harnsäurespiegel)
- x) Durchblutungsstörungen
- x) Rheumatischen Beschwerden (degenerative oder entzündliche Wirbelsäule)
- x) Entzündungen der inneren Organe
- x) allergische Erkrankungen
- x) Hauterkrankungen
- x) Hormonelle Störungen
- x) Schilddrüsenvergrößerungen
- x) Schlaflosigkeit
- x) Depressionen
- x) Schwindel
- x) und auch nach Krebsoperationen.

Für weitere Informationen bzw. Terminvergabe stehen wir Ihnen Gerne zur Verfügung.

**DR. IANTSCHVA PRAXIS  
GANZHEITSMEDIZIN ZENTRUM**

**Dr. med. Mariela Iantscheva**  
**Stadiongasse 6-8/29**  
**1010, Wien**