

la biblioteca
del benessere

Dott.ssa Anne Katharina Zschocke

LA MEDICINA DEL FUTURO

I NOSTRI
AMICI
BATTERI

ESTRATTO
GRATUITO

GUARISCI
NATURALMENTE
CON LA TERAPIA
DEL MICROBIOMA



Prefazione

Di rado ci capita di trovarci nel bel mezzo di un cambiamento come quello che stiamo vivendo oggi relativamente ai batteri. Mentre finora, quando si chiedeva a qualcuno che cosa gli facesse venire in mente la parola “batteri”, di solito la risposta era “malattia”, la realtà è che invece i batteri sono necessari per la salute, non solo fisica ma anche psichica.

Da quando, nell'autunno del 2014, è uscito il mio libro *I batteri intestinali. La chiave per guarire e vivere in salute (Macro Edizioni)*, ricevo quasi ogni giorno riscontri positivi. Questi feedback mi arrivano da lettori che grazie alle descrizioni, ai consigli e agli aiuti forniti nel libro ritrovano non solo la speranza, ma anche e soprattutto la salute, da persone che si sentono incoraggiate a scrivere a loro volta libri su questo argomento, e da medici e naturopati che mi ringraziano per aver contribuito ad ampliare la loro prospettiva terapeutica.

La maggior parte delle domande che mi vengono rivolte riguarda inoltre il modo migliore per mettere in pratica nella propria vita le nuove conoscenze acquisite. Questo libro è stato scritto per rispondere a tutti questi interrogativi e far luce sui concetti di fondo. Spero che porti nuovo aiuto e guarigione a chi è malato, e che anche tutti gli altri lettori sperimentino la liberazione derivante dalla verità sui batteri.

Spesso la guarigione naturale con i batteri produce risultati sorprendenti e suscita entusiasmo in molte persone. In quest'ottica, vi auguro di cuore di appassionarvi alla lettura di questo libro e di fare esperienze piacevoli con i batteri.

Anne Katharina Zschocke

GUIDA AI BATTERI DELLE DIVERSE AREE DEL CORPO:

- pelle, *p. 137*
- vie respiratorie, *p. 138*
- vescica, *p. 138*
- apparato digerente, *p. 139*
- bocca e denti, *p. 139*
- saliva, *p. 140*
- faringe, *p. 142*
- esofago, *p. 142*
- stomaco (*acido gastrico, iantiacidi*), *p. 142*
- intestino (*digestione, metabolismo, mucosa intestinale, interscambio interno, leaky gut - intestino permeabile, intestino irritabile*), *p. 149*
- fegato, *p. 162*
- cistifellea, *p. 165*
- cervello (*microglia, asse cervello-intestino, ormoni, sistema nervoso*), *p. 166*
- colon, *p. 172*

GUIDA ALL'USO DEI BATTERI:

USO ESTERNO DEI BATTERI NELL'ESSERE UMANO

Tipi di impiego:

- applicazione diretta, *p. 339*
- compressa, *p. 339*
- impacco avvolgente, *p. 340*
- abluzione, *p. 340*
- sciacqui, *p. 340*
- gargarismi, *p. 340*
- bagno completo, *p. 341*
- semicupio, *p. 341*

Indicazioni d'uso:

- impiego dei batteri a pelle intatta (*ematomi, contusioni, stiramenti, dolori articolari, distorsioni, macchie della pelle, prurito o applicazione a scopo profilattico*), p. 341
- impiego dei batteri su pelle irritata (*punture di insetto, ustioni leggere, ascessi chiusi, scottature solari, lesioni da pressione, vesciche chiuse al piede, acne, onicosi, dermatite da pannolino, forfora*), p. 342
- impiego dei batteri su pelle malata (*micosi della pelle, micosi del piede, neurodermite, eczema, eczema pruriginoso, herpes zoster, acne, psoriasi, vescicole di herpes, verruche, foruncoli*), p. 343
- impiego dei batteri nelle lesioni (*ferite ed escoriazioni fresche aperte, ferite con impurità, ferite alle gengive, lesioni chiuse da trauma, contusioni, slogature, lussazioni, distorsioni, ematomi, ustioni, bruciature, scottature solari, ferite aperte croniche, piaghe purulente, piaghe da decubito, gambe piagate, ascessi aperti, interventi chirurgici, profilassi contro MRSA*), p. 344
- altri impieghi dei batteri (*in caso di batteri resistenti, sepsi, infiammazione oculare, congiuntivite, raffreddore da fieno, emorroidi, malattie genitali, cistite, malattie veneree, micosi vaginali, citomegalovirus, al momento del parto, durante il puerperio e in caso di mastite*), p. 348

ASSUNZIONE E USO INTERNO DEI BATTERI

Campi di applicazione:

- naso (*raffreddore, sinusite, raffreddore da fieno, asma, malattie delle vie respiratorie*), p. 352
- bocca (*alitosi, gengiviti, gengive sanguinanti, mughetto, infiammazione delle ghiandole salivari, afte, lesioni orali, prima e dopo un trattamento odontoiatrico, rimozione dell'amalgama*), p. 353
- gola (*mal di gola, tonsillite, raucedine, laringite*), p. 354

- vie respiratorie (*bronchite, tosse, asma, raffreddore da fieno, polmonite*), p. 354
- stomaco (*mal di stomaco, vomito, nausea, bruciore di stomaco, ulcera gastrica, dispepsia funzionale, infiammazione della mucosa gastrica, proliferazione eccessiva di Helicobacter, sensazione di pienezza*), p. 355
- pancreas (*pancreatite, diabete*), p. 356
- cistifellea (*colecistite, calcoli alla cistifellea, dopo una colica biliare*), p. 357
- fegato (*malattie epatiche, stress epatico e steatosi epatica*), p. 357
- intestino (*dosaggio generale, diarrea acuta, vomito, disturbi gastrointestinali, intossicazione, diarrea cronica, proliferazione eccessiva di Clostridium difficile, sovrappeso, malattie infiammatorie croniche intestinali, leaky gut, intestino irritabile, colite ulcerosa, malattia di Crohn, intolleranze alimentari, allergie, diverticolite, eccessiva colonizzazione dell'intestino da parte di funghi, lavaggio intestinale*), p. 357
- digiuno, p. 363
- reni e vescica (*ematuria, cistite e infiammazioni delle vie urinarie*), p. 363
- cervello e sistema nervoso (*malattie neurologiche e psichiche, sclerosi multipla, morbo di Parkinson, Alzheimer, ADHD, autismo, depressione, disturbi d'ansia, inappetenza, burn out, disturbo borderline*), s. 365

TRATTARE L'AMBIENTE CON I BATTERI

Ambienti interni

- colonizzare l'aria, migliorare il clima dell'ambiente, neutralizzare gli odori (*camere di ospedale, ambienti di lavoro, prese d'aria, impianti di condizionamento, sindrome "dell'edificio malato", allergia, neutralizzazione e profilassi delle muffe*), p. 366
- pulizia del pavimento, p. 366

Oggetti, animali e piante

- pulizia delle superfici (*piani di lavoro in cucina, taglieri, tavolo da pranzo, e soprattutto nelle camere di degenza: letto e comodino, superfici di appoggio, vassoi, mancorrenti, maniglie, interruttori, telecomandi, bagno e WC*), p. 367
- tessuti (*nelle camere di ospedale, in caso di allergia all'acaro della polvere, infestazione di parassiti, intolleranza a sostanze chimiche, tende, pelli, tappeti, mobili imbottiti, materassi, biancheria da letto, cuscini, scarpe*), p. 367
- alimenti (*lavare e conservare*), p. 368
- protesi dentarie, p. 368
- stoviglie, p. 369
- animali domestici, p. 369
- piante da appartamento, p. 369

Indice

Guida ai batteri delle diverse aree del corpo	5
Guida all'uso dei batteri	5
Usò esterno dei batteri nell'essere umano.....	5
Assunzione e uso interno dei batteri	6
Trattare l'ambiente con i batteri.....	7
Prefazione	9

BATTERI, ESSERE UMANO E MEDICINA

Capitolo 1

Introduzione: una rivoluzione con i batteri.....	12
---	-----------

Capitolo 2

Un mondo di contraddizioni	18
Le malattie stanno aumentando in tutto il mondo	18
Ogni antibiotico genera una resistenza	19
La lotta ai batteri come fenomeno culturale del XIX secolo....	22
L'estraniamento della ricerca dalla vita.....	24
Lessico militare come ostacolo nella batteriologia.....	26
L'invenzione della coltura batterica pura.....	28
L'errore in base al quale i batteri sarebbero "agenti patogeni"	30
La ricerca in laboratorio porta a errori di valutazione.....	32
L'essere umano non è in grado di capire se stesso.....	34

Capitolo 3

I rimedi antibiotici: un equivoco.....	37
La ricerca di rimedi battericidi	37
Lo sviluppo della penicillina.....	40

La guerra nella mente conduce alla guerra contro i batteri	42
Accecati dalla caccia ai microbi	45
Come agiscono gli antibiotici	47
Le conseguenze dell'eliminazione dei batteri	
per l'essere umano	50
Resistenze batteriche.....	54
"Infezioni ospedaliere".....	58

Capitolo 4

Probiotici	61
Dalla disinfezione intestinale ai bacilli bulgari	61
Escherichia coli.....	63
Lattobacilli	67
I batteri hanno sempre un effetto probiotico	70
L'effetto dei probiotici.....	72
Latte acido e latte fermentato	75
Kefir	77
Yogurt.....	77

Capitolo 5

Biofilm, comunicazione batterica	
ed evoluzione della vita	80
Comunità batteriche nel biofilm.....	80
La comunicazione batterica	84
Alimentazione come "dialogo" con i batteri.....	88
L'essere umano come comunità cellulare nel ciclo della vita ..	89
Batteri nell'aria che respiriamo.....	93
Batteri nell'acqua potabile	96

Capitolo 6

Batteri e sistema immunitario.....	99
Il sistema immunitario come organo di dialogo.....	99
La malattia ha origine da uno squilibrio	101

Senza batteri non c'è sistema immunitario.....	103
I batteri intestinali come mediatori fra mondo esterno e interno	105

Capitolo 7

Deficit batterico e malattia	110
Una nuova concezione di malattia	110
Siamo più vitali di quanto crediamo	113
La carenza batterica ci fa ammalare	116
Il linguaggio vescicolare delle cellule	120
Batteri e cancro	122

IL MICROBIOMA UMANO

Capitolo 8

L'origine microbica della vita umana	126
Senza batteri l'essere umano non può vivere	126
I batteri nel padre	128
I batteri nella madre	129
I batteri nel bambino	130
I batteri al momento del parto	131
La crescita del microbioma	133
Il microbioma nella vecchiaia	133

Capitolo 9

Società batteriche nell'organismo	135
La comunità batterica individuale	135
Batteri delle diverse aree del corpo	137

Capitolo 10

Batteri e alimentazione	175
Alimenti per la prima infanzia.....	175

Alimentazione adeguata per l' <i>Homo sapiens</i>	177
Batteri e peso corporeo.....	180
Batteri e additivi.....	182
Alimentazione sana	184
Quali sono gli alimenti sani?.....	186
Glutine.....	188

Capitolo 11

Alimentazione batterica e prebiotici	192
Che cosa sono le fibre alimentari?	192
Amido	193
Quantità delle fibre alimentari	195
Gli effetti delle fibre alimentari.....	195
Acidi grassi	196
Preparati prebiotici	198

Capitolo 12

Dieta, batteri e salute	201
Dieta significa distribuzione.....	201
Perché le diete falliscono.....	203
Il sano appetito	205
Liberazione dai condizionamenti.....	208
Alla ricerca di se stessi	209
La via della guarigione	211
Alimentazione e microbioma	213
Fame, digiuno e microbioma	214
Microbioma e stress	215

Capitolo 13

Microbioma, igiene e ritmi di vita	222
Significato originario del termine igiene	222
Il ritmo solare come fondamento della vita.....	223
Ritmo circadiano, ritmo vitale e ritmo dei batteri.....	224

Le alterazioni ritmiche disturbano il microbioma	226
Campi elettromagnetici	227
Pulizia.....	228
Idrocolonerapia	229

MEDICINA TRADIZIONALE CON I BATTERI

Capitolo 14

Microrganismi come rimedi terapeutici

nella storia	232
Combinazioni di batteri naturali e coltivati	232
Vino	233
Kumis, kefir e siero del latte	234
Birra	235
Pane e bevanda di pane fermentato (<i>Brottrunk</i>).....	238
Muffe.....	240
Argilla medicamentosa	241
Animali	242
Escrementi	243
Bevanda di fieno	248

Capitolo 15

Terapie microbiologiche

Terapia con autovaccino	249
Terapia con autovaccino	253
Symbioflor.....	255
Mutaflor	259
Colibiogen.....	261
Rephalysin.....	262
Colloidi Spenglersan	263
Nosodi intestinali del dottor Bach.....	266
Farmaci antitubercolari estratti da bacilli di tartaruga	268
Bacillo di Calmette-Guérin (BCG).....	270

Terapia della febbre	271
Isoterapia con preparati Sanum.....	275
Toxinal di Brehmer da <i>Siphonospora polymorpha</i>	277
Batterioterapia fecale.....	278

GUARIGIONE NATURALE CON I BATTERI

Capitolo 16

Una nuova terapia	284
Una cura per tutto il microbioma	284
Stimolazione dell'autoregolazione	285
Sintonia all'interno dell'individuo	287
Con l'aiuto di una comunità batterica	288

Capitolo 17

La diagnostica del microbioma	291
Deviazioni nello stato di salute	292
Diagnostica microbiologica.....	292

Capitolo 18

La terapia del microbioma	296
Introduzione.....	296
Somministrazione di batteri vivi	298
Alimentazione e sostegno dei batteri.....	303
Lo stile di vita per un microbioma sano	309
Depurazione interna dell'organismo	321
Guarigione delle ferite psichiche.....	324

Capitolo 19

Uso pratico dei batteri	327
Principi generali	327

Prodotti con miscele batteriche.....	329
Possibilità di impiego.....	331
Caratteristiche fondamentali dei microrganismi effettivi.....	333

Capitolo 20

Uso esterno dei batteri nell'essere umano	339
Tipi di impiego: compressa, impacco avvolgente e altro	339
Indicazioni d'uso.....	341

Capitolo 21

Assunzione e uso interno dei batteri	351
Informazioni generali.....	351
Campi di applicazione	352

Capitolo 22

Trattare l'ambiente con i batteri	366
Ambienti interni.....	366
Oggetti, animali e piante.....	367

APPENDICE

Ringraziamenti.....	372
L'Autrice	373
Fonti per l'acquisto.....	375
Note.....	376
Indice analitico.....	403

Dott.ssa Anne Katharina Zschocke

I NOSTRI AMICI BATTERI

**La guarigione naturale con i batteri
produce risultati sorprendenti
e suscita l'entusiasmo di molte persone.**

SENZA BATTERI NON C'È SALUTE.

Intolleranze, sindrome dell'intestino irritabile, infiammazioni, disturbi gastrici, sovrappeso, diabete, arteriosclerosi, depressione, ADHD (disturbo da deficit di attenzione/iperattività), malattie della pelle e molto altro ancora vengono oggi ricondotti a disturbi che riguardano la relazione fra batteri e organismo umano: ripristinando la loro sottile interazione è possibile guarire tutte queste malattie.

LA COMUNITÀ DEI BATTERI È VITALE PER L'ESSERE UMANO: È LA VERA BASE DELLA TUA SALUTE.

Una vita sana deriva da una rapporto regolato e naturale fra i batteri e le cellule dell'organismo, un'interazione che è al tempo stesso in sintonia con il sistema immunitario.

Sulla base della sua pluriennale esperienza, l'Autrice, nota pioniera di una medicina olistica fondata sui batteri:

- **illustra**, in modo chiaro e comprensibile, che cos'è il microbioma umano;
- **presenta** una nuova ed esaustiva terapia del microbioma;
- **spiega** i presupposti e l'evoluzione delle terapie batteriche e antimicrobiche;
- **descrive** gli antichi procedimenti curativi e tutte le moderne e diffuse terapie microbiologiche.

La dottoressa ANNE KATHARINA ZSCHOCKE ha studiato medicina e naturopatia a Friburgo e a Londra. Dopo un'esperienza in ambito clinico ha cambiato completamente lavoro e ha rivolto la propria attenzione al giardinaggio, mestiere ben più pratico, per dedicarsi in seguito completamente all'ecologia. Dal 2011 insegna l'applicazione pratica dei microrganismi effettivi, settore di cui è la figura leader nei paesi di lingua tedesca. Tiene conferenze e seminari sui microrganismi efficaci in tutto il mondo. Con Macro ha pubblicato I Batteri Intestinali e La Rivoluzione dei Microrganismi Effettivi.

ISBN: 978-8893194174



€ 19,50

GRUPPO MACRO

BENESSERE E CONOSCENZA DAL 1987

www.gruppomacro.com