

# Der Solocarbon® Infrarotttunnel

## **Geschrieben von:**

Søren Wolff

*Body-sds therapist. Stud. BSc (Hons) Ernährungstherapie*

Sie müssen geschlafen haben, wenn Sie nicht von Reinigung und Entgiftung des Körpers gehört haben. Wenn Sie sich in den Medien umschauchen, werden Sie schnell feststellen, dass viele Gesundheits-Experten sich nicht einig sind, ob die Möglichkeit zur Entgiftung des Körpers allgemein anerkannt ist oder nicht. □Dieser Artikel wird versuchen, ein wenig Licht auf die Argumente für und gegen die Körperreinigung fallen zu lassen. Er wird ebenfalls die Ausscheidung von für den Körper schädlichen Toxinen durch den Einsatz einer Infrarotsauna mit der patentierten Solocarbon®-Wärmetechnologie zum Thema machen.

## **Entgiftung oder nicht?**

Es gibt viele Argumente für oder gegen die Reinigung des Körpers. Es ist meist der erste kritische Ansatzpunkt: Stimmt es, dass der Körper unter Toxinen leidet, oder stimmt es nicht? Wenn der Körper nicht unter Toxinen leidet, gibt es keinen Grund, ihn davon zu reinigen. Ein weiterer Aspekt der Diskussion ist, ob der Körper genügend dazu in der Lage ist, die verschiedenen natürlichen Detoxifikationsprozesse in Leber, Nieren und Magen-Darm-Trakt alleine zu bewältigen. Einige Kritiker sagen, es gebe noch keinen Beweis dafür, dass Toxine, die gesundheitsschädlich sind, durch eine Reinigung aus dem Körper entfernt werden können.

## **Sind Sie in Ihrem Alltag Toxinen ausgesetzt?**

Die Aufmerksamkeit gegenüber künstlichen Chemikalien im Alltag ist gestiegen. Diese Stoffe werden auch als Umweltgifte bezeichnet und umfasst Gruppen wie Dioxine, PCB, Schwermetalle und Pestizide. Zahlreiche Studien, die z. B. von Greenpeace und vom WWF durchgeführt wurden, zeigen, dass jedermann täglich einem breiten Spektrum dieser Toxine ausgesetzt ist. Der Grund dafür ist, dass ein Großteil dieser Chemikalien beinahe überall anzutreffen sind – in der Luft, die wir atmen, in den Lebensmitteln, die wir essen, in der Kleidung, die wir tragen und im Parfum, das wir benutzen. Viele dieser chemischen Stoffe werden von den verschiedensten Gebrauchsprodukten abgegeben wie z. B. Spielzeugen, Möbeln, Textilien, Farbe und elektronischen Geräten. Dafür gibt es gut dokumentierte Beweise, und das wurde darüber hinaus auch durch Untersuchungen von Hausstaub bestätigt. Dieser beinhaltet viele der chemischen Substanzen, die man jeden Tag einatmet. Deshalb ist es nicht nur die Verschmutzung in den großen Städten und in der Nähe viel befahrener Straßen, auf die man die Aufmerksamkeit richten sollte – denn schließlich hält sich die Mehrheit der Menschen überwiegend in geschlossenen Räumen auf.

## **Können Giftstoffe vom Körper angesammelt werden?**

Leider sind es bei weitem nicht alle gesundheitsschädigenden Giftstoffe, die der Körper entweder komplett oder zumindest in dem täglichen Stress angemessenen Mengen ausscheiden kann. Da sich viele Chemikalien nur schwer abbauen lassen, werden sie im menschlichen Organismus angesammelt und in Fettdepots, Organen und Knochenmark angelagert. Studien, bei denen menschliches Blut genauer untersucht wurde, dokumentieren, dass wir alle verschiedene Umweltgifte in uns tragen. Das ist sicher nicht besonders überraschend, denn allein in der EU sind über 100.000 Chemikalien registriert – und jedes Jahr werden davon mehrere Tonnen überall auf der Welt in die Natur freigesetzt. Umweltgifte werden dann sehr leicht in der Luft, im Wasser und über die Nahrungskette verbreitet. Deshalb finden sich Umweltgifte oft Tausende von Kilometern entfernt wieder von Ihren Produktionsstätten bzw. den Orten, an denen sie freigesetzt wurden.

## **Sind angesammelte Giftstoffe im Körper gesundheitsschädlich?**

Studien zeigen, dass bestimmte Umweltgifte krebserregend sein können, die Hormonbalance durcheinander bringen können, das Nerven- und Immunsystem schädigen, die Fruchtbarkeit beeinflussen und eine Vielzahl anderer negativer Folgen haben können. Dabei kommen verschiedene Faktoren zum Tragen: Wie oft ist man den Stoffen ausgesetzt, wie hoch ist die Konzentration, um welche chemischen Substanzen handelt es sich? Auch die individuelle Biochemie und Sensibilität, die geografische Lage (Innenstadt bzw. Land) sowie das Klima in geschlossenen Räumen zu Hause und bei der Arbeit, das Alter (Kind bzw. Erwachsener) usw. spielen eine Rolle. Natürlich ist nicht zu vergessen, dass eine Reihe von Umweltgifte auch schädlich für die Natur sind.

In vielen Fällen ist es kaum oder gar nicht dokumentiert, dass die tägliche Dosis von Umweltgiften unter normalen Umständen schädlich ist. Aber das Fehlen von Beweisen aufgrund des Fehlens von Untersuchungen beweist auch umgekehrt nicht, dass bestimmte chemische Substanzen harmlos sind. Man kann das ohne Untersuchung nicht erfahren, aber eine Studie zur möglichen Schädlichkeit nur einer chemischen Substanz bringt nichts, wenn man an die Vielzahl an Kombinationen mit anderen Substanzen denkt, denen man ausgesetzt ist. Und am Ende ist es so, dass jeder einer Vielzahl chemischer Substanzen, also Umweltgiften, ausgesetzt ist.

Zudem findet man nur das, wonach man auch sucht. So wird man keine Langzeiteffekte von einem oder mehreren Umweltgiften entdecken, wenn man die Studie nur auf 8 Wochen anlegt – und die Langzeiteffekte der Summe von Toxinen ist eben eine der zentralen Fragen, die bislang unbeantwortet geblieben sind. Menschen sind in ihrem Leben einer Vielzahl von Umweltgiften ausgesetzt – sogar vor der Geburt, wenn die Mutter einen Anteil davon an den Fötus weiter gibt – und es ist schwer zu sagen, ob diese Toxine nach 1, 20, 40 oder 60 Jahren schädliche Auswirkungen haben werden.

## Kann man den Körper von Toxinen reinigen?

**Studien zeigen, dass die regelmäßige Anwendung von Infrarot-Saunen mit den patentierten Solocarbon®-Heizfeldern einen positiven Effekt auf den menschlichen Organismus hat. Einer dieser Effekte ist das Ausscheiden schädlicher Toxine durch Schwitzen.**

Wenn man Infrarot-Saunen benutzt, erfolgt das Ausscheiden von Umweltgiften primär durch Schwitzen, wodurch Leber und Gallenblase geschont werden, die üblicherweise schon stark durch den Schadstoffabbau beansprucht sind. Das ist besonders der Fall bei Menschen, die bereits unter einem oder mehreren Problemen leiden, die mit dem Ansammeln von Toxinen zusammenhängen. Das wurde z. B. im Zusammenhang mit einem Projekt beobachtet, bei dem Infrarot-Saunen zur Behandlung der Bergungstruppen angewendet wurden, die den schädlichen Toxinen bei den Terroranschlägen des 11. September 2001 ausgesetzt waren.

Der Einsturz des World Trade Centers am 11. September hatte eine gewaltige Wolke aus Staub und kleinen Partikeln zur Folge. Tausende Menschen, besonders die Rettungskräfte und Freiwillige, kamen dabei in Kontakt mit großen Mengen toxischen Staubs und kleiner Partikel – entweder über Einatmen oder direkten Hautkontakt (Absorption). Das bedeutete, dass viele vergiftet wurden und als Folge davon an Müdigkeit, Kopfschmerzen, Konzentrationsproblemen, Depressionen, Husten, Atemproblemen, Hautreizungen, Gelenk- und Muskelschmerzen und eingeschränktem Seh- und Hörvermögen litten. Aufgrund dieser Probleme wurde eine 3-wöchiges Entgiftungsprogramm gestartet, um einigen der Betroffenen zu helfen.

Das Ergebnis dieses 3-wöchigen Entgiftungsprojekts im Bezug auf die Anwendung von Infrarot-Saunen war recht überzeugend. Alle Teilnehmer verspürten einen Rückgang der Symptome und nach Abschluss des Projekts konnten 84% der Teilnehmer auf die Einnahme von Medikamenten verzichten, die sie wegen der Symptome einnehmen mussten. Weitere Verbesserungen wurden bei der Schilddrüsenfunktion und dem Cholesterolspiegel der Teilnehmer beobachtet.

Jim Woodworth, der Projektleiter, sagte, "den Patienten kam schwarzes, klebriges Zeug aus den Poren, als sie in der Sauna saßen. [...] Die Handtücher waren schwarz, blau, pink, orange oder gelb gefärbt von ihrem Schweiß. Sie berichteten, dass sich ihre Gesichter blau oder grün verfärbten und nach Rauch rochen – trotz der Tatsache, dass sie seit Monaten nicht in der Nähe von Ground Zero gewesen waren".

Das Projekt zum 11. September ist das einzige seiner Art und aufgrund der Infrarot-Saunabehandlung wurden bei unterschiedlichen Gelegenheiten Aussonderungen umweltschädlicher Toxine beobachtet, wie z. B. Dioxine, Schwermetalle, Pestizide und PCB. Das Projekt hat ebenso gezeigt, dass der Toxingehalt im Schweiß der Versuchsteilnehmer, die eine Infrarotsauna nutzten, vier Mal so hoch ist, wie bei denen, die eine traditionelle Sauna benutzten. Außerdem ist die Infrarotsauna durch die niedrigeren Temperaturen von ca. 40 bis 65°C verträglicher als die normale Sauna mit ihren 85 bis 100°C. Viele können so nur 10 bis 15 Minuten in der traditionellen Sauna bleiben, in einer Infrarotsauna hingegen ist ein problemloser Aufenthalt von über einer Stunde nicht ungewöhnlich. Grund dafür ist die Infrarottechnologie, die zum Aufheizen der Kabine benutzt wird – eine Technologie, die sehr verlässlich ist und als Wärmequelle für Inkubatoren verwendet wird.

Die Heizkörper-Wärme in einer traditionellen Sauna kann nicht so tief in die Haut eindringen wie Infrarotstrahlung. Das bedeutet, dass in einer Infrarotsauna die Temperatur in tieferen Muskel- und Hautschichten gleichmäßiger ansteigt. Der Körper versucht, einen Temperaturanstieg durch ein Weiten der Blutgefäße und ein Steigen des Pulses zu verhindern.

Das führt zu steigender Blutzirkulation und Sauerstoffzufuhr im Gewebe, was schließlich zu einer erhöhten Ausscheidung fettlöslichen Toxine. **Die erhöhte Blutzirkulation ist insbesondere für Patienten von Bedeutung, die sich nicht viel bewegen können – z. B. aufgrund von Schmerzen durch Arthritis oder Fibromyalgie.**

Die Toxin-Ausscheidung durch Infrarotsauna-Behandlung kann recht hilfreich beim Abnehmen sein. Wenn man abnimmt, werden in den Fettdepots des Körpers angereicherte Toxine freigesetzt und diese können in einigen Fällen negative Folgen für die Schilddrüsenfunktion haben. Toxine können die T3-Produktion der Schilddrüse drosseln, was den Stoffwechsel und Fettabbau einschränkt. Durch die Reinigung des Körpers von schädlichen Toxinen, kann man die Schilddrüsenfunktion verbessern und genau das ist einer der positiven Effekte, die bei der Entgiftung der am 11. September Beteiligten festgestellt wurde.

Infrarot-Saunen sind auch für die Entgiftung von Drogenabhängigen und Alkoholikern mit großem Erfolg eingesetzt worden, was jedoch sollte nur unter Anleitung von Experten stattfinden sollte. Das Fazit: Es gibt eine nachweisbare Hilfsmaßnahme beim Ausscheiden von umweltschädlichen Toxinen aus dem Körper – aber das ist noch nicht alles.

### **Sind alle Infrarot-Saunen gleich?**

Die Antwort ist ganz einfach: Nein. Deshalb sollten Sie besonders vorsichtig sein, wenn Sie überlegen, sich eine Infrarot-Sauna zu kaufen, denn Ihre Augen und das Sauna-Erlebnis werden Sie leicht täuschen. Viele denken, dass eine Infrarotsauna Ihre Zweck erfüllt, wenn Sie anfangen zu schwitzen. Aber im Prinzip können Sie das bei genügend niedriger Temperatur und genug Platz auch in einem Ofen machen. Was also ist die Crux bei dieser Sache?

Es gibt bestimmte biophysische Konditionen, die erfüllt werden müssen, so dass der Körper von der Infrarotstrahlung einer Infrarotsauna profitieren kann. Alle Objekte senden Infrarotstrahlen aus und die optimale Infrarot-Wellenlänge für Menschen liegt bei etwa 7 bis 14 Mikrometern, wobei der menschliche Körper Infrarot-Strahlung bei etwa 9,4 Mikrometern aussendet. Die Heizelemente sollten deshalb eine Strahlung in der angesprochenen Wellenlänge aussenden – aber machen sie das auch?

Vergleichbar mit "Wein's Gesetz" ist die Wellenlänge dabei abhängig von der Temperatur: Je höher die Temperatur, desto kürzer die Wellenlänge. Für ein Objekt – in diesem Fall die Heizelemente der Sauna – das eine Wellenlänge von 9,4 Mikrometern emittieren soll, wird eine Temperatur von 35°C benötigt. Wenn man eine so niedrige Temperatur verwenden würde, gäbe es keine positiven Effekte wie Aufwärmen des Körpers oder Schwitzen. Durch das leichte Erhöhen der Temperatur auf z. B. 50°C würde die primäre Wellenlänge auf etwa 9 Mikrometer fallen. Klinische Tests in Japan zeigen, dass Solocarbon®-Heizelemente die richtige Wellenlänge abstrahlen und dass die Heizelemente nie so heiß werden, dass man sie nicht ohne Bedenken anfassen könnte.

Das Problem mit den meisten Infrarotsaunen ist, dass sie mit Keramik-Heizelementen arbeiten, bei denen die Oberfläche im Vergleich zur Sauna recht klein ist. Die Konsequenz ist, dass die Temperatur der Heizelemente höher sein muss, um die gesamte Sauna aufzuheizen. So erreicht die Temperatur oft 200°C und wenn die Temperatur höher ist, wird die Wellenlänge kürzer. Deshalb wird man nicht die gewünschte Wellenlänge erreichen, die am besten für den Körper ist. In der Praxis beobachtet man oft, dass die Wärmestrahlung in der Sauna ungleichmäßig ist, da die Temperatur in der Nähe der Keramik-Heizung viel zu hoch ist, was das ganze ungemütlich und zu heiß macht.