

Dr. Johann Georg Schnitzer

Zeppelinstr. 88

D-88045 Friedrichshafen/Deutschland

E-Mail: Dr.Schnitzer@t-online.de

Friedrichshafen, im Jahr 2009

begra110.doc/begra110.pdf

Sehr verehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

mit dem Buch "**Bluthochdruck heilen** - Risikofaktor Hypertonie, lebensbedrohend, aber heilbar!" - (im Internet unter <http://www.dr-schnitzer.de/bhd002.htm>) halten Sie den Schlüssel zur natürlichen Normalisierung Ihres Blutdrucks ohne Pillen in Händen. Jetzt kommt es darauf an, dass Sie auch den rechten praktischen Gebrauch davon machen.

Bluthochdruck ist der Hauptrisikofaktor für die Herz-Kreislauf-Krankheiten: Herzinfarkt, Hirn-schlag, Embolie. An diesen verstirbt jeder Zweite, das sind 50% der Bevölkerung.

Wenn Sie bereits einen erhöhten Blutdruck haben, der nur mit Pillen abgesenkt werden kann, liegt Ihr persönliches Risiko noch viel höher, nämlich bei etwa 95 %!

Diesem nahezu "todsicheren" Risiko zu entkommen, bietet die Statistik nur wenig erfreuliche alternative Abgänge an: Durch - bezogen auf die Gesamtbevölkerung, z. B. - Krebs (jeder vierte), Sonstiges (jeder 18. - Anämien, Meningitis, Darminfektionen, Grippe, Gewalteinwirkungen usw.); Leberzirrhose (jeder 43.), Unfälle (jeder 44.), Chronische Bronchitis (jeder 52.), Selbstmord (jeder 54.), Diabetes (jeder 56.), Kraftfahrzeugunfälle (jeder 57.), Altersschwäche (nur jeder 110.!).

Wenn Sie einen Führerschein besitzen, wissen Sie bestimmt, wie wichtig ein korrekter Reifendruck für Ihr Leben und für Ihre Unversehrtheit ist, kontrollieren und korrigieren diesen bei jedem Tanken oder wenigstens alle 14 Tage. Ein korrekter Blutdruck ist fast 30 mal wichtiger für Ihr Leben und für Ihre Gesundheit. War Ihnen das bewusst? Wie oft kontrollieren Sie Ihren Blutdruck? Wenn er sich als zu hoch herausstellte, was haben Sie unternommen, um diesen zu normalisieren? (Pillen zählen nicht, sie mindern das Herz-Kreislauf-Risiko nicht).

Dieses Buch bietet Ihnen eine Einstiegshilfe zu natürlicher Normalisierung Ihres Blutdrucks an. Das ist möglich, weil es die Ursachen des erhöhten Blutdrucks aufzeigt, die so ausgeschaltet werden können, und die Grundlagen natürlicher Gesundheit vermittelt, damit diese wieder eingerichtet werden können.

Auf diese Weise kommen Sie nicht nur von den Pillen los, sondern verlassen auch die Risikozone der Herz-Kreislauf-Krankheiten. Das ist aber noch nicht alles.

Vom optimalen Funktionieren Ihres Blutkreislaufs hängen Ihre gesamte geistige und körperliche Leistungsfähigkeit, die Sauerstoff- und Energieversorgung aller Gewebe und Organe einschließlich des Gehirns, und die Abwehrbereitschaft Ihres Immunsystems gegen Gifte, Allergene, Bakterien und Viren ab.

Die Optimierung Ihres Herz-Kreislaufsystems bedeutet daher eine Optimierung Ihrer Gesundheit und optimalen Schutz auch vor anderen chronischen und akuten Zivilisationskrankheiten und Infektionen. Es lohnt sich also mehrfach für Sie, diese Einstiegshilfe zu nutzen.

Allerdings: Halbe Sachen bringen nichts. "Wasch' mir den Pelz, aber mach' mich nicht nass!" funktioniert nicht. Vielmehr gilt hier, was schon der Entdecker der Homöopathie, Dr. Samuel Hahnemann, seinen Schülern (Ärzten) sagte: "Macht's nach - aber macht's *g e n a u* nach!"

Deshalb gebe ich Ihnen nachfolgend eine praktische Vorgehensweise an die Hand, die Ihnen hilft, Ihre natürliche Gesundheit vollständig und so zügig wie möglich wieder herzustellen. Ihre Aus-sichten auf Erfolg sind um so größer, je vollständiger Sie danach vorgehen.

Mit meinen besten Wünschen für Ihre Gesundheit und für ein langes und gesundes Leben

Ihr Dr. Johann Georg Schnitzer

Im Internet: <http://www.dr-schnitzer.de>

Vorbereitungsphase (planen Sie dafür 2-4 Wochen ab heute)

1. Notieren Sie täglich Ihren unter gleichen Bedingungen gemessenen Blutdruck. Notieren Sie die eingenommenen Medikamente und Dosierungen. Drucken Sie sich aus dem Internet Ihren Fragebogen zur Dokumentation Ihrer Ausgangslage und Ihrer Gesundheit aus: <http://www.dr-schnitzer.de/inquiry2.html>
2. Lesen Sie das Buch "Bluthochdruck heilen" gründlich, am besten zweimal. Parallel dazu beschaffen Sie sich die Küchengeräte und Zutaten, die Ihnen zur Umsetzung noch fehlen, wie eine Getreidemühle (mit Mahlsteinen aus Naxos-Basalt und Magnesit), eine Ankeimvorrichtung, eine Edelstahlraffel, und keimfähige Getreide und Samen: Spießkornhafer (echten Nackthafer, keine "Haferkerne"), Weizen, Dinkel, Kichererbsen, Linsen, grüne Mungobohnen (alles in Bioläden und Reformhäusern erhältlich).
3. Fragen Sie Ihre(n) Arzt/Ärztin oder Therapeuten(in) - falls Ihnen diese Therapie nicht schon direkt vorgeschlagen wurde - ob sie die Therapieanleitung "Die kausale Therapie der essentiellen Hypertonie" besitzen und die Therapie kennen. Wenn nicht, testen Sie die Bereitschaft zur Kooperation durch Ausleihen der Therapieanleitung (über das Internet zu beschaffen: <http://www.dr-schnitzer.de/bhd004.htm>). Falls keine Bereitschaft: Suchen Sie in den Gelben Seiten des Telefonbuchs nach Zusatzbezeichnungen wie "Naturheilverfahren, Homöopathie", dann testen Sie erst telefonisch, danach wie oben beschrieben die Kooperationsbereitschaft. Machen Sie einen wöchentlichen Termin ab dem Tag des Beginns aus (für Blutdruckmessung, kleine Blutentnahme von 80-100 ml=ccm, Feststellung des Hämatokrit).

Durchführungsphase (6-10 Wochen ab Beginn der Durchführung)

Erste Woche:

Erst nach diesem, die Ausgangssituation festhaltenden Termin, aber sofort danach, starten Sie mit der neuen Ernährung. Die ersten 1-3 Tage mit der "Getreidesuppendiät", danach gehen Sie zur "Schnitzer-Intensivkost" über. Täglich messen Sie Ihren Blutdruck und reduzieren die Medikamente dem Fortschritt entsprechend, in Abstimmung mit dem/der Behandler(in).

Die nächsten 5-9 Wochen:

Jeweils am gleichen Wochentag wieder Blutdruckmessung, soweit noch nötig Blutentnahme 80-100 ml, jede zweite Woche Feststellung des aktuellen Hämatokrit (wenn eine Abnahme auf 41 % erreicht ist, Ende der kleinen Blutentnahmen). Absetzen der restlichen Medikamente in Absprache mit dem/der Behandelnden. Fortfahren mit der "Schnitzer-Intensivkost".

Stabilisierung des normal gewordenen Blutdrucks (weitere 6-10 Wochen):

Sobald der Blutdruck ohne Pillen normal geworden ist (meist innerhalb von 6 - 10 Wochen dieser Maßnahmen), beginnt die Phase der Stabilisierung. Diese dauert etwa so lange, wie vorher die Normalisierung gebraucht hat, also meist weitere 6 - 10 Wochen. Zusätzlich zur "Schnitzer-Intensivkost" ist jetzt Vollkornbrot (noch ohne Aufstrich) aus keimfähigem, frisch gemahlenem Korn erlaubt. Jetzt tragen Sie bitte auch Ihre Erfolgsdaten in Ihren Fragebogen ein und schicken ihn ab (<http://www.dr-schnitzer.de/inquiry2.html>); Sie ermutigen damit andere, auch diesen Weg der Gesundheit zu gehen. Ihre persönlichen Daten bleiben geschützt.

Weiteres Verhalten:

Übergang zu "Schnitzer-Normalkost", jedoch auf Dauer weitgehende Meidung tierischer Nahrungsmittel (auch der Milch und ihrer Produkte). 1 x wöchentlich Blutdruckkontrolle. Leichte Ausdauersportarten 2-3 mal wöchentlich.

Bei Bedarf Wiederholung des Therapieablaufs wie beschrieben.

Hinweis: Wenn auch der untere Blutdruckwert (normal = 80-85) erhöht ist, ist nicht nur der Strömungswiderstand (durch engere Gefäße und dickflüssigeres Blut) erhöht. Vielmehr steht das ganze Kreislaufsystem unter erhöhtem Innendruck aufgrund zu großer Blutfülle (auch diese hat ihre Ursache in der gleichen falschen, denaturierten und nicht artgerechten Zivilisationskost). Hier wirken die kleinen Blutentnahmen wahre Wunder!

Bitte liefern Sie mir (Lieferbedingungen siehe rechts)

Schutz vor und Selbsthilfe bei essentieller Hypertonie (Ausgabe 2009)

Exemplare **"Bluthochdruck heilen – Risikofaktor Hypertonie, lebensbedrohend, aber heilbar!"** 352 Seiten, à € 33,- / SFr 54,45

Damit Ihr Arzt oder HP Ihre Gesundheit beschleunigen kann

Exemplare **"Die kausale Therapie der essentiellen Hypertonie"** 64 Seiten, à € 19,- / SFr 31,35

Das Buch zum Schutz vor und zur Selbsthilfe bei Diabetes Typ I und II (Ausgabe 2009):

Exemplare **"Diabetes heilen - biologische Heilbehandlung der Zuckerkrankheit und ihrer Spätfolgen"**, 272 Seiten, à € 30,- / SFr 49,50

Gebissverfall ist kein unabwendbares Schicksal - er kann dauerhaft gestoppt werden

Exemplare **"Zahnprobleme und ihre Überwindung"**, überarb.+ erweitt. Neuauflage 2006, 336 S., 125 Abb., à € 36,- / SFr 59,40

Lebensqualität und Zivilisation: Was krank macht und das Leben verkürzt

Exemplare **"Das volle Leben"** - wie man ein volles Leben lebt und gesund bleibt, Überarbeitete u. erweiterte Auflage 2007, 144 Seiten, à € 24,- / SFr 39,60

Verhütung und Heilung von Krankheiten durch natürliche Gesundheit

Exemplare **"Der alternative Weg zur Gesundheit"**, Überarbeitete u. erweiterte Auflage 2007, 336 Seiten, à € 32,- / SFr 52,80

Warum Getreide für gesunde Ernährung unentbehrlich sind. Bitte ankreuzen für

Info bei Neuauflage **"Getreide und Mensch, eine Lebensgemeinschaft"** 157 Seiten, 12 Tabellen, 15 Abbildungen; vergriffen, Neuauflage geplant

Eiweißmast=Dopingfalle! Es geht anders viel besser und gesünder

Exemplare **"Doping? Alternative Naturnahe Leistungskost"** 64 Seiten, à € 13,- / SFr 21,45

"Lasst die Nahrung Eure Heilmittel sein!" (Hippokrates, 460-375 v. Chr.)

Exemplare **"Schnitzer-Intensivkost, Schnitzer-Normalkost"**, 144 Seiten, 14-Tage-Menüpläne, Ausgabe 2007; à € 31,- / SFr 51,15

Wollten Sie nicht schon immer Ihr eigenes gesundes Brot backen können?

Exemplare **"Backen mit Vollkorn"**, 14 Brot- und Gebäckarten, 10 Lektionen Know How, 96 Seiten, Ausgabe 2004; à € 20,- / SFr 33,-

Exemplare **Die Rezepte aus "Backen mit Vollkorn" auf 9 wasserfesten Tafeln** in einer Mappe; à € 32,- / SFr 52,80

Informationen, die in den Mainstream-Medien nicht zu finden sind

Exemplare **"Geheiminformationen"** zur Erhaltung der Gesundheit und zur Krankheit des Gesundheitssystems, 48 Seiten, à € 18,- / SFr 29,70

Kranksein Bürgerpflicht? Mit dieser Schrift öffnen Sie Ihren Mitmenschen die Augen

Exemplare **"Ist Gesundheit in der Zivilisation möglich?"** 48 S., A6. Einzeln nur zus. m. Buchbest. à € 4,- / SFr 6,60; ab 10 Expl. auch ohne Buchbest. à € 3,-/SFr 4,95, ab 50 Expl. à € 2,50/SFr 4,13, ab 100 Expl. à € 2,-/SFr 3,30

Setzen Sie damit spielend eine gesundheitspolitische Kettenreaktion in Gang

Kärtchen **"Bluthochdruck ist lebensbedrohend, aber heilbar!"**, Kreditkartenformat, à € 1,- / SFr 1,65 (Selbstkostenpreis) zus. mit Buchbestellung

Jeder zweite Erwachsene leidet an Bluthochdruck. Helfen Sie mit dieser Information:

Expl. **Info "Bluthochdruck heilbar!"**, 4 S. (kostenlos; nur mit Buchbestellg.)

den

Ort

Datum

Unterschrift

Bitte geben Sie hier noch Ihre Anschrift und ggf. Konto oder Kreditkarte an: ↗

Bestellung mit Kreditkarte (Visa, AmericanExpress, MasterCard): Lieferung innerhalb Deutschlands porto- und versandkostenfrei. Ins übrige Europa auf günstigstem Postwege, außerhalb Europas per Luftpost (Porto wird berechnet). **Bestellung ohne Kreditkarte in die Schweiz:** Lieferung auf günstigstem Postwege (Porto wird berechnet), zahlbar innerhalb 14 Tagen ab Rechnungsdatum in SFr mit beigelegtem Einzahlungsschein auf Schweizer Postkonto. **Bestellung ohne Kreditkarte in Deutschland:** Lieferung per Bankeinzug (portofrei). **Rücksendung** bestellter Bücher nur postwendend, ungelesen, unbeschädigt, und ausreichend frankiert. USt-IdNr. DE208072511.

Stand April 2009. Gültig bis zum Erscheinen einer neueren Bestell-Liste. begra110.pdf

Bestellungen über das Internet: <http://www.dr-schnitzer-buecher.de>

An
Frau Azeb Schnitzer
Buchauslieferung
Zeppelinstr. 88
D-88045 Friedrichshafen
Deutschland - Allemagne

Auf Din A6 gefaltet, passt die Adresse in das Fenster eines C6 Briefumschlages

Bestellung per Fax: +49 (0)7541 398 561

Absender:

Vorname, Name _____

Beruf/Funktion, c/o _____

Strasse, Nr. _____

PLZ, Stadt, Land _____

Telefon _____

Bei Bestellung mit Kreditkarte oder Bankeinzug tragen Sie bitte nachfolgend Ihre Daten ein:

Ich bestelle per (bitte ankreuzen)	<input type="checkbox"/> Bankeinzug (nur in D)	<input type="checkbox"/> American Express
	<input type="checkbox"/> Mastercard	<input type="checkbox"/> Visa
Name des Kontoinhabers oder Kreditkarteninhabers (wie eingepreßt)		
Vollständige Kontonummer oder Kreditkartennummer		
Bei Kreditkarte: Die Karte ist gültig bis (Monat/Jahr, z.B. 11/07)		
Bei Bankeinzug: Bankleitzahl BLZ		
Bei Bankeinzug: Name und Ort der Bank		

Bitte prüfen Sie jetzt noch einmal nach, ob alle Daten vollständig und richtig sind.