



# COLONHYDROTHERAPIE ONDERSTEUNT HET ZUUR-BASE-EVENWICHT IN HET LICHAAM

*Lisette Timmermans*

Colonhydrotherapie is de manier om de dikke darm te reinigen en het lichaam te hydrateren. Hierbij wordt via een canule warm water in de darm gebracht en via dezelfde canule water en aangekoekte faeces weggespoeld.

Colonhydrotherapie wordt de laatste jaren steeds meer toegepast als behandeling bij chronische buikklachten, obstipatie, vermoeidheid, burn-outklachten, hoofdpijn en huidklachten. Daarnaast wordt het ingezet bij algemene reiniging van het lichaam of als onderdeel van een detoxkuur.

Met colonhydrotherapie reinig je de gehele dikke darm. Daardoor worden

samen met de ontlasting, achtergebleven afvalstoffen, gassen en slijmresten afgevoerd. Dit is de basisprocedure van de behandeling. Het is dus een methode om de darmen te reinigen en de toxinen, de verzurende stoffen op te ruimen. Daarnaast wordt de cliënt op emotioneel niveau in beweging gezet.

## VERSTORINGEN IN DE DARM

In de blinde darm worden gedurende de dag regelmatig verse voedselresten uit de dunne darm gedumpt. Deze kunnen blijven hangen in het zakvormige deel van dit deel van de darm. De resten dienen als voeding voor goede en ook voor minder goede micro-organismen. Dit laatste

verklaart het optreden van gasvorming in de loop van de dag. Door de hogere aanhechting van de dikke darm aan de miltbocht, kunnen resten achterblijven in het dwarse deel van de dikke darm. Door een trage transportfunctie van de uitgerekte of te gespannen darm komt het gevormde gas niet altijd bij de uitgang terecht en ontstaat een opgezette buik.

Door de vertraging in de dikke darm ontstaan toxinen in de darm. Deze toxinen zijn verzurende stoffen. Er zijn al heel wat toxinen bekend die in de dikke darm voorkomen. Een deel van die toxinen zijn nodig om de darmflora gezond te houden. Het zorgt ervoor dat er niet teveel ver-