A collection of military medals and a compass on a textured surface. The medals include a red ribbon with a circular emblem, a white star with a central emblem, and a blue ribbon with a circular emblem. A pair of glasses and a compass are also visible.

葛森療法 香港支援站  
The Gerson Therapy

## 排毒：咖啡灌腸

主講：*Brenda Soong* 宋聲怡

*Certified Gerson Home Set-up Trainer*

葛森認證家居培訓師

提供非醫療葛森家居設置及培訓

[info@gersonhksupport.com](mailto:info@gersonhksupport.com)

[www.gersonhksupport.com](http://www.gersonhksupport.com)

# 肝臟

- 在大多數慢性疾病中：肝臟是受損的
- 在癌症中：肝臟是受損和有毒的





若排毒治療不促進毒素從肝臟排出，  
會加速疾病的進程，  
和肝臟會進一步受損害



# 肝臟

## 主要功能

- ◆ 從消化了的食物接收營養物質, 包裝和運送它們出去
- ◆ 調節血糖
- ◆ 存儲 營養物質 (如鐵質, 維生素B12, 維生素A)
- ◆ 分解和消除激素
- ◆ 消除膽固醇, 通過轉化其為膽鹽
- ◆ 替血液排毒
  - 肝臟每3分鐘過濾整個身體血液一次



# 排毒：咖啡灌腸

- ◆ 咖啡灌腸的概念：  
流液慢慢通過肛門注入直腸,保留12~15分鐘後排出
- ◆ 肝臟排泄毒素能力取決於膽汁的分泌和流量



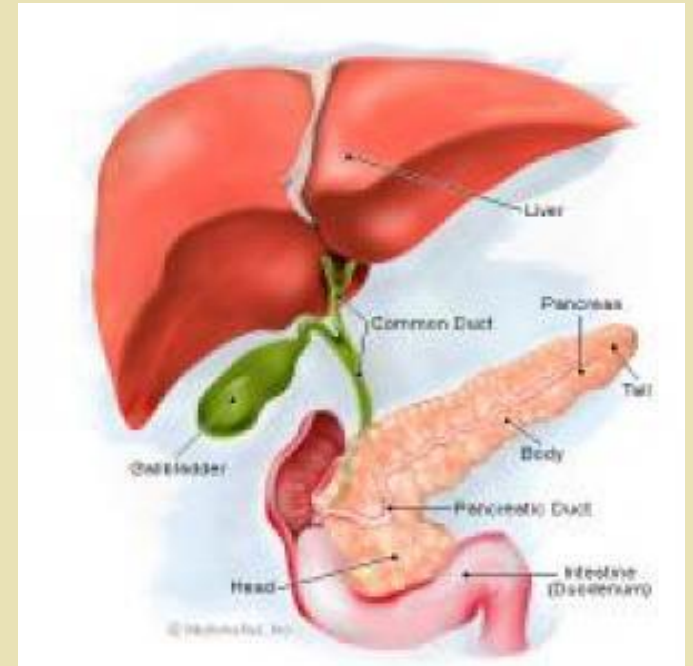
有效成分	正常活性水平	酶系統
PALMITATES	提高 6至7倍	Glutathione S-transferase -負責分解及排出外源性化學物質 (xenobiotics), 會導致細胞損傷的癌物質和自由基
caffeine theobromine Theophylline		• 擴張膽管, 導致膽汁流量增加





Glutathione  
S-transferase

600-700%



# 咖啡灌腸:目的

- ◆ 葛森療法的排毒過程中的重要部分
- ◆ 不是為了清除腸道，雖然結腸中的液體會刺激腸蠕動
- ◆ 蔬菜汁/咖啡灌腸比例 = 3 : 1





# 咖啡灌腸:益處

- ◆ 增加細胞能量生產
- ◆ 強化組織的健康
- ◆ 改善血液循環
- ◆ 較好的免疫力和組織修復
- ◆ 細胞再生
- ◆ 緩解疼痛
  - 減少水腫和神經末梢和腫瘤的毒素刺激
- ◆ 緩解症狀
  - 抑鬱，精神錯亂，神經緊張



# 咖啡灌腸忌用於：

- ◆ 腎臟，心臟或呼吸衰竭或功能不全
  - 諮詢醫生建議
- ◆ 結腸道出血和/或潰瘍
  - 諮詢醫生建議
- ◆ 倘若有高血壓，心率過速
  - 謹慎使用
- ◆ 嚴重腹瀉
- ◆ 迴腸造口術患者

# 咖啡灌腸的咖啡， 在我們身體的行徑







# 灌腸：三種類別

1. 咖啡灌腸
2. 甘菊茶(Chamomile Tea) 灌腸
3. 蓖麻油 (Castor Oil) 灌腸治療



# 咖啡灌腸

- ◆ 通常給予大部分患者
- ◆ 倘若足量治療，每天5-6次
- ◆ 可以標準強度配方或濃縮配方準備



# 甘菊茶(Chamomile Tea) 灌腸

- ◆ 半強度咖啡/甘菊茶
  - 當腸道受刺激或無法忍受標準強度咖啡灌腸時可使用
  - 可用於虛弱的病人，結腸潰瘍/出血或痙攣病人
  - 並不取代咖啡灌腸



# 甘菊茶(Chamomile Tea)






# 蓖麻油(Castor Oil) 灌腸治療

- ◆ 較強的排毒
  - 忌用於曾化療患者
- ◆ 刺激釋放膽汁
  - 它與毒素的結合物
- ◆ 蓖麻油結合膽汁和毒素，及讓它們排出循環系統外
- ◆ 僅在醫生建議下使用

# 蓖麻油(Castor Oil)








# 咖啡灌腸： 配方及製備方法

“Healing the Gerson Way” 第165頁



# 咖啡灌腸： 標準強度配方製備方法

正確類型的咖啡：


- ◆ 有機
- ◆ 中度烘焙
- ◆ 中度磨細
- ◆ 含咖啡因的

# 咖啡灌腸： 原強度配方製備方法

- ◆ 在一個鍋裡煮沸1公升的蒸餾水或過濾（反滲透）水
- ◆ 加入**3湯匙**咖啡到鍋裡
- ◆ 無覆蓋煮沸3分鐘後，再覆蓋用文火煮15分鐘
- ◆ 使用細濾網（金屬網或棉布）
- ◆ 加水至填滿一公升
- ◆ 讓它冷卻至體溫便可使用







# 咖啡灌腸： 濃縮配方製備方法

- ◆ 相等於四倍原強度
- ◆ 在一個鍋裡煮沸1公升的蒸餾水或過濾（反滲透）水
- ◆ 加入**12湯匙**咖啡到鍋裡
- ◆ 無覆蓋煮沸3分鐘後，再覆蓋用文火煮15分鐘
- ◆ 使用細濾網（金屬網或棉布）
- ◆ 加水至填滿一公升
- ◆ **可在冰箱存儲2天**

# 咖啡灌腸 - 準備

- ◆ 灌腸桶
- ◆ 連接著一根導管



- ◆ 使用前先清洗灌腸桶
- ◆ 及準備







# 咖啡灌腸 - 準備

- ◆ 如果空腹進行咖啡灌腸，請先吃一小塊水果激活腸道
- ◆ 灌腸桶高度  
不高於身體18-24英寸（45-60CM）以上

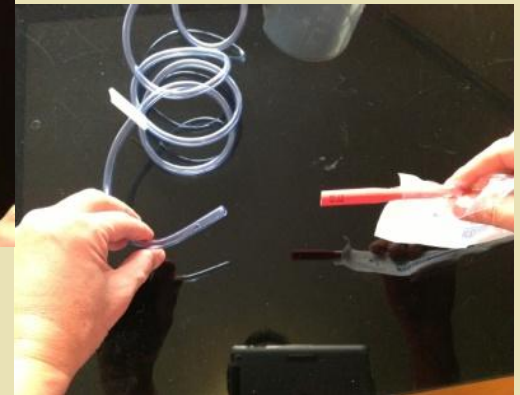
# 咖啡灌腸 - 準備



排毒：咖啡灌腸

# 咖啡灌腸 - 準備

- ◆ 1. 正確連接的透明管，連接器和導管紅





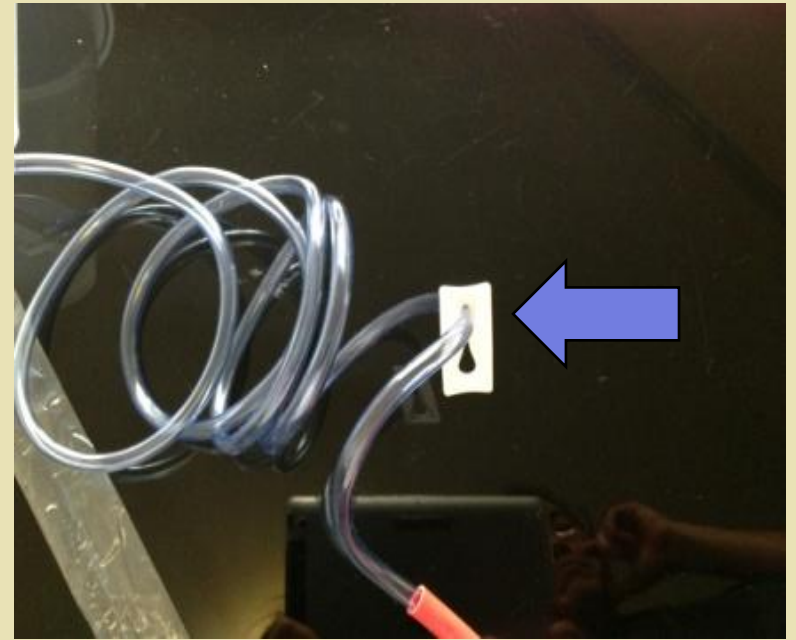
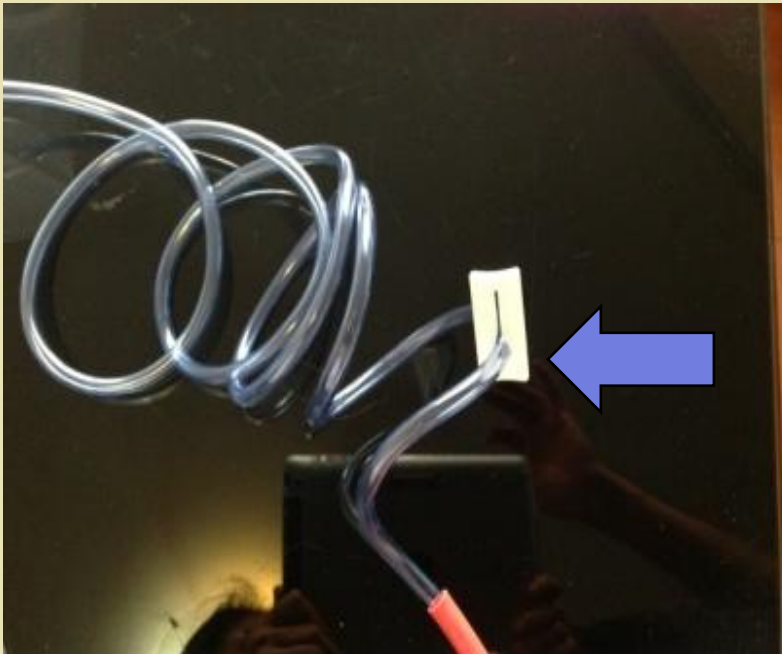
# 咖啡灌腸 - 準備



排毒：咖啡灌腸

# 咖啡灌腸 - 準備

2. 灌裝桶咖啡解決方案之前，先夾住管



# 咖啡灌腸 - 準備

3. 倒咖啡液桶中，並通過運行它來管的端排出空氣





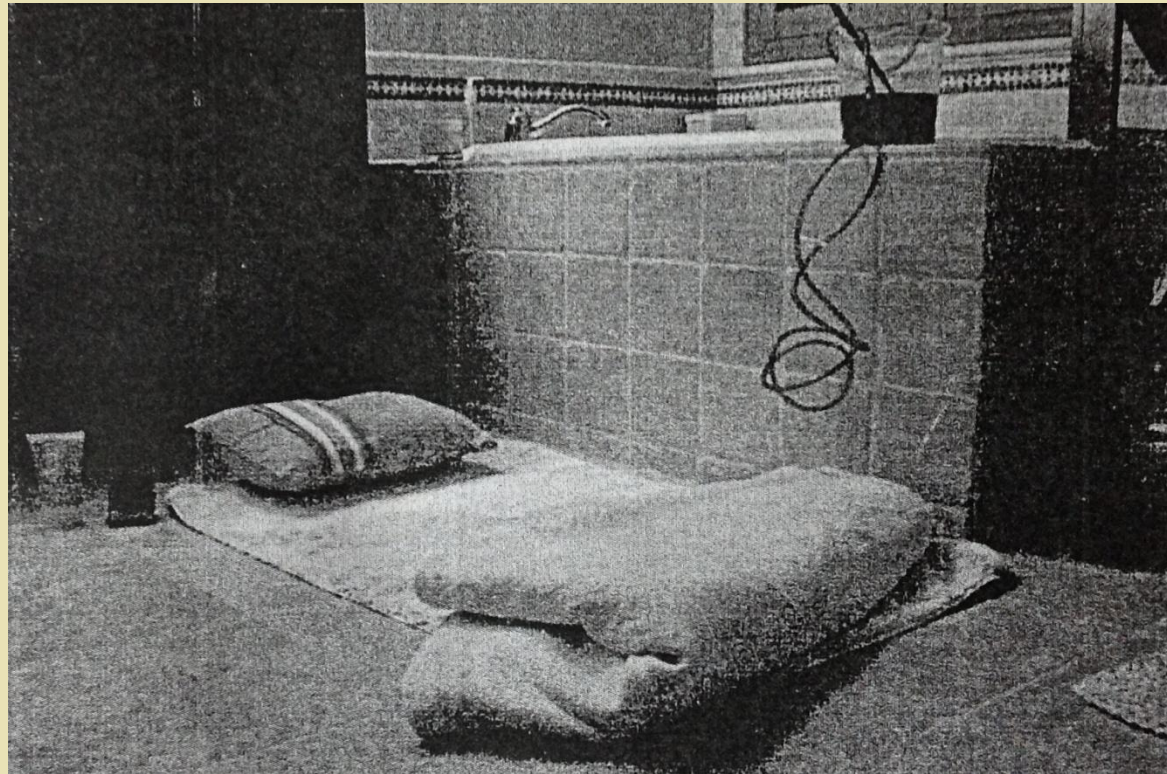


# 咖啡灌腸 - 準備

4. 檢查溫度（98F - 37°C）
5. 再次夾住吸管，然後放入桶18-24“高

# 咖啡灌腸 - 施行

1. 掛灌腸桶或將其放置在平坦的表面



# 咖啡灌腸 - 施行

## 2. 右側躺著，彎曲膝蓋







# 咖啡灌腸 - 施行

3. 潤滑導管的尖端
4. 放置導尿管入直腸，約5-8英寸
5. 打開夾鉗，咖啡將開始慢慢流入
6. 一旦桶是空的，保持咖啡12-15分鐘
7. 然後上廁所



# 甘菊茶(Chamomile Tea) 灌腸

- ◆ 半強度咖啡/甘菊茶
  - 當腸道受刺激或無法忍受標準強度咖啡灌腸時可使用
  - 可用於虛弱的病人，結腸潰瘍/出血或痙攣病人
  - 並不取代咖啡灌腸

# 甘菊茶(Chamomile Tea)







# 蓖麻油(Castor Oil) 灌腸治療

- ◆ 較強的排毒
  - 忌用於曾化療患者
- ◆ 刺激釋放膽汁
  - 它與毒素的結合物
- ◆ 蓖麻油結合膽汁和毒素，及讓它們排出循環系統外
- ◆ 僅在醫生建議下使用

# 蓖麻油(Castor Oil)





排毒：咖啡灌腸