Saftentgiftung nach Anthony William

Wer sich in der heutigen Zeit müde und schlapp fühlt, Konzentrationsprobleme hat, vergesslich ist oder Kopf- und Gelenkschmerzen hat, wird vermutlich wie viele andere zu viele Umweltgifte im Körper angesammelt haben. Das ist in der heutigen Umwelt kein Wunder, sind wir doch einer Vielzahl von Giften in unserer Atemluft, im Trinkwasser, in der Nahrung, in Textilien, Möbeln, Baustoffen etc. ausgesetzt. Anbei ein paar einfach Maßnahmen zur stetigen Entgiftung über die Ernährung.

1. Zitronen- oder Limettenwasser

Gleich morgens auf nüchternen Magen empfiehlt Anthony William ½ Liter Wasser mit ½ Zitrone oder Limette, einfach aus der Schale ins Wasser gepresst. Am Besten nimmt man Biofrüchte, ansonsten sollte man sie vor dem Pressen

waschen.

Das befeuchtet und entschlackt den Körper. Durch die Zitrone/Limette wird das Wasser darüber hinaus aktiviert, so dass es besser Giftstoffe aus dem Körper aufnehmen und ausschwemmen kann.

Man sollte auch auf gute Wasserqualität achten. Ich nehme entweder stilles St. Leonhards Quellwasser oder am Liebsten das selber gefilterte Wasser meines Wasserfilters von Yves-Bio. Anthony William empfiehlt den Berkey Wasserfilter, aber der ist eigentlich für Wasser mit einem höheren Chlorgehalt als in Deutschland optimiert und neigt in Deutschland zur Algenbildung.

2. Stangenselleriesaft

Nach dem Zitronenwasser kann man direkt mit der Zubereitung des Stangenselleriesafts beginnen, den man 15 – 20 Minuten danach oder später trinkt. Wichtig ist, dass er möglichst:

- frisch gepresst ist (trinken bevor er mit Sauerstoff reagiert hat),
- man ihn pur trinkt (auch wenn es mit Apfel leckerer wäre),
- man ihn ohne Fasern trinkt (also gepresst; falls man nur einen Mixer hat, dann auf jeden Fall noch durchseihen),
- man ihn auf nüchternen Magen trinkt (möglichst morgens vor dem Frühstück)
- und dass es optimalerweise ½ Liter ist (mit weniger anfangen und im eigenen Tempo steigern).

Das regt eine gesunde Magensäureproduktion an, reinigt die Leber und unterstützt die Galle. Der Selleriesaft tötet auch pathogen Keime und neutralisiert virale Neurotoxine. Außerdem neutralisiert er Schwermetalle wie Quecksilber, Kupfer und Aluminium und stoppt die Oxidation dieser Gifte. Und er reinigt und stärkt die Neurotransmitter, zu denen ja auch unsere Glückshormone gehören.

Am Besten eignet sich dafür ein Slow Juicer mit horizontaler Press-Walze, der möglichst viele Nährstoffe erhält. Es gibt diese Slow Juicer alias Kaltpressen in unterschiedlichen Preisklassen. Oben auf dem Bild seht ihr meinen Slow Juicer, der mir seit 3 Jahren treue Dienste leistet. Meine Freundin hat eine deutlich preiswerteren Variante und ist damit auch sehr zufrieden. Anthony William

empfiehlt einen speziell für Selleriesaft optimierten Entsafter von Omega.

Wer keine Saftpresse hat, kann den Stangensellerie auch im Hochleistungsmixer pürieren und danach durchseihen, damit die Fasern rausgefiltert werden. Der Output ist dann aber nicht ganz so hoch, was auf die Dauer auch ins Geld geht.

Der Selleriesaft soll nicht als Nahrung verdaut werden, sondern als Medizin verschiedene Organe erreichen. Daher ist es wichtig die Fasern zu trennen und eine ausreichende Menge von ½ Liter zu trinken.

So richtig lecker ist das nicht, aber es tut einem gut. Auch Kinder kann man bei Bedarf gut daran gewöhnen. Mit der Zeit verlangt der Körper richtig danach. Ich trinke ihn mittlerweile seit 2017, auch wenn jetzt nicht mehr täglich.

3. Heavy Metal Detox Smoothie

Nach ca. ½ Stunde oder später am Tag nimmt man dann einen entgiftenden Smoothie zu sich, auch frisch gemixt. Am besten sind Hochleistungsmixer mit mindestens 24.000 Umdrehungen, die auch in der Lage sind, das Chlorophyll aufzubrechen und für unser Verdauungssystem verfügbar zu machen.

Die Mengen werden in Cups angegeben, das ist ein amerikanisches Maß und entspricht etwa 240 ml. Man bekommt diese Maßbecher mit Cup-Angaben aber auch in Deutschland.

Anbei das Smoothie-Rezept:

- 1 Cup frische Korianderblätter zur Entgiftung von Schwermetallen aus schwer erreichbaren Stellen; Koriander kann auch Toxine extrahieren, die sich schon seit Jahrzehnten in uns befinden oder von den Eltern übernommen wurden (vorsichtig dosieren, lieber erst einmal mit weniger beginnen),
- 2 Cups wilde Blaubeeren zur Entgiftung des Gehirns von Schwermetallen. Sie sind auch in der Lage, oxidative Schäden zu reparieren und somit Alzheimer und Demenz entgegen zu treten (Wilde Blaubeeren gibt es gefroren im Supermarkt, getrocknet oder als Pulver, ganz wichtig ist, dass es die wilden sind),
- 1 EL Dulseflocken (Rotalgen mit mittlerem Jodgehalt), sie binden

Quecksilber, Aluminium, Blei, Kupfer, Cadmium und Nickel, gehen tief in den Darm, binden dort die Gifte und leiten sie aus,
- 1 TL Gerstengrassaftpulver oder 1 Hand frisches Gerstengras, das holt Gifte aus der Milz, dem Darm, der Bauchspeicheldrüse und der Schilddrüse (auch hier vorsichtig dosieren und lieber erst einmal mit weniger beginnen),
- 1 TL Spirulina Algen aus Hawaii, es holt Gifte aus dem Gehirn, dem zentralen Nervensystem sowie der Leber und bindet die Gifte, die das Gerstengrassaftpulver gelöst hat,
- 2 reife Bananen
- Saft 1 Orange
- 1 Cup Wasser, wenn man es lieber nicht so dickflüssig mag.

Man kann es auch um andere leckere Bestandteile ergänzen. Ich mag es z.B. zusätzlich mit einer Grapefruit. Die ersten 5 entgiftenden Bestandteile sollten auf jeden Fall dabei sein, oder im Laufe des Tages anderweitig zu sich genommen werden.

3. Gifte binden und ausleiten

Es ist wichtig, dass man immer genug Bindemittel im Darm hat, um die Gifte aus dem Körper auszuleiten. Wer den Detox Smoothie trinkt, hat das mit der Spirulina schon mit drin. Ansonsten eignen sich die folgenden alternativen Mittel zum Gifte binden und ausscheiden:

- Zeolith (Bindemittel zum Ausleiten)
- Spirulina (Bindemittel zum Ausleiten), das nehme ich meist morgens vor oder im Smoothie
- L-Glutamin (entgiftende Aminosäure), nimmt man auch eher morgens, weil es Energie gibt,
- Taurin (unterstützt die Galle bei der Entgiftung)

Gut zum Entgiften sind auch Petersilie, Knoblauch, Lauch & Lauchzwiebeln, Zwiebeln, Salbei, Breitwegerich und Rotkleeblüten in der Nahrung.

Außerdem bauen Sprossen eine gesunde Darmflora auf und unterstützen somit die Resorption von Vitamin B12 im Darm. Am Besten isst man selbstgezüchtete im Sprossenglas und diese dann ungewaschen, denn dann bleiben die gesunden

Mikroorganismen auf den Sprossen erhalten.

Mit diesen Drinks und den Bindemitteln könnt Ihr Euch ganz nebenbei stetig entgiften. Es schmeckt (nach einer Gewöhnungszeit) gut und ist gesund.

Bon appétit!

Zu viel ist nicht gut

In keinem Fall sollte man durch die Säfte die folgenden Symptome bekommen, dann hat man es übertrieben und es kann zur Rückvergiftung kommen:

- Schwindel,
- Übelkeit
- Kopfschmerzen
- Nachtschweiß (Leberhitze)

In dem Fall mit der Entgiftung pausieren und noch mehr Spirulina einnehmen.

Wer Unterstützung bei der Entgiftung haben möchte, kann mich gerne im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung kontaktieren.

Druckversion

Anbei die Rezepte als PDF zum Ausdrucken:

Quellen

Mediale Medizin, Anthony William, 2015

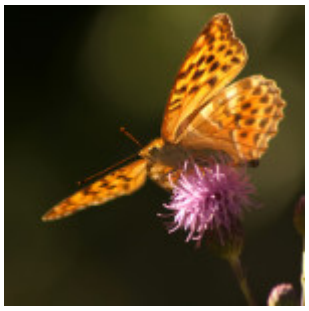
Medical Food, Anthony William 2016

Heile Deine Schilddrüse, Anthony William 2017

Heile Deine Leber, Anthony William 2018

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Hashimoto – ein Überblick



Die Hashimoto Thyreoiditis ist in erster Linie eine Autoimmunkrankheit, in deren Folge die Schilddrüse angegriffen wird. Zunächst setzt sich die Schilddrüse dagegen zur Wehr, wodurch man am Anfang der Krankheit oft in eine Überfunktion gerät, abnimmt, nervös ist und Herzrasen bekommt.

Jedoch bekämpfen körpereigene Antikörper das Schilddrüsengewebe, wodurch ihr Volumen mit der Zeit immer stärker abnimmt und man in die Unterfunktion gerät. Man nimmt zu, wird träge, friert ständig, bekommt mitunter Haarausfall, Depressionen oder sogar Angstzustände.

Schulmedizinische Behandlung

Die traditionelle Schulmedizin sieht dem Verfall der Schilddrüse so lange zu, bis die Schilddrüse angegriffen ist, danach behandelt sie i.d.R. symptomatisch mit dem synthetischen Schilddrüsenhormon L-Thyroxin. Dieses beinhaltet das inaktive Hormon Tetrajodthyronin (T4), was vom Körper in das aktive Hormon Trijodthyronin (T3) umgewandelt werden muss.

Dabei werden jedoch weder die Ursachen, noch die Nebenbaustellen berücksichtigt, die für vielfältige Begleitsymptome wie Blutarmut, Haarausfall, Bluthochdruck, Konzentrationsschwäche, Muskelkrämpfe und -steifigkeit, Struma, Fehlgeburten uvm. verantwortlich sein können.

Natürliche Ansätze gegen die Autoimmunreaktion

Ernährung und Darmsanierung

Die ganzheitliche Behandlung von Autoimmunerkrankungen sollte meiner Erfahrung nach mit der Ernährung beginnen! Bei einer umfassenden Diagnostik rund um die Hashimoto kommt in vielen Fällen auch der Darm ins Spiel, denn neben der anhaltende Entzündung in der Schilddrüse zeigt sich mit überraschender Häufigkeit auch ein Leaky Gut (durchlässige Darmwand).

Als Reaktion auf die geschwächte Darmschleimhaut entstehen oft Nahrungsmittelunverträglichkeiten, die unerkannt das System zusätzlich schwächen. Nicht vertragenes Soja, Gluten oder Milchprodukte zum Beispiel führen nicht nur zu weiteren Entzündungen im Darm (Blähungen und Durchfall) und mitunter auch im Gehirn (Brain Fog), sondern können darüber hinaus auch den Autoimmunprozess weiter anheizen. Eine entsprechende, auf das System abgestimmte Diät (zum Beispiel AIP/Autoimmun Paleo), erhöht meiner Meinung nach die Lebensqualität in der Regel so nachhaltig, dass man nach einiger Zeit gerne auf die entsprechenden Lebensmittel verzichtet.

Es gibt gute, natürliche Möglichkeiten, eine geschädigte Darmflora wieder aufzubauen. Ich schwöre dabei auf Spirulina zum Entgiften des Darms. Ein Probiotikum sorgt dafür, dass gute Darmbakterien wieder die Oberhand gewinnen.

Nährstoffmängel (insbesondere Eisen und Jod)

Über den Darm werden oral zu sich genommene Nährstoffe und Schilddrüsenmedikamente ins Blut transportiert. Ist die Darmschleimhaut durchlässig, gelangen die Nährstoffe nicht dorthin, wo sie benötigt werden und es kommt zu Mängeln. Dies wiederum hat negative Einflüsse auf die Umwandlung und Nutzung der Schilddrüsenhormone und verschlimmert oft die Unterfunktion.

Ist der Darm saniert, kann ein Auffüllen der nachweislich verminderten Vitaminspeicher zu deutlich mehr Wohlbefinden führen. Experten raten bei Hashimoto dazu, die Werte für Eisen, Jod, Vitamin D, Vitamin B12, Selen uvm. regelmäßig kontrollieren zu lassen.

Auch eine unerkannte HPU / Hämopyrrollaktamurie kann eine Schilddrüsenfehlfunktion stark triggern und sollte erkannt und behandelt werden.

Mehr zu Nährstoffmängeln und Jodmangel…

Darmparasiten, Pilze, Viren und Bakterien eliminieren

Ursachen für die geschädigte Darmflora können Medikamente, Stress oder Erreger wie Darmparasiten, Pilze, Viren und Bakterien sein. Mein naturheilkundlicher Arzt sagte zu mir, 90% der Menschen, die zu ihm kämen, hätten Würmer. Auch das Epstein Barr Virus steht in Verdacht, Hashimoto und andere Autoimmunkrankheiten auszulösen. Viele Menschen können wunderbar damit leben, aber ist das System einmal geschwächt, sollten auch diese Baustellen bearbeitet werden.

Entgiftung

Auch Schwermetalle können nachweislich eine Autoimmunerkrankung auslösen. Wir alle sind vielfältigen Schwermetallen in der Atemluft, der Nahrung und dem Trinkwasser ausgesetzt und wir alle können von einer Entgiftung profitieren, sie ist nicht schwer durchzuführen und kann einfach in den Tagesablauf eingebaut werden. mehr…

Nebennierenschwäche

Die T4-Monotherapie mit L-Thyroxin kann bei bestehender T4/T3-Umwandlungsschwäche mit der Zeit ein Ermüden der Nebennieren zur Folge haben. Wird diese nicht behandelt, gerät die gesamte Hormonspirale des Körpers in einen Abwärtstrend. Auch hier gibt es gute, natürliche Möglichkeiten, den Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Ein Speicheltest im Tagesprofil bringt Klarheit.

Blockierte T3-Rezeptoren und rT3-Überschuss

Bildet der Körper aufgrund von Stress oder einer Umwandlungsschwäche dauerhaft zu viel rT3 (reverses T3) oder werden die T3-Rezeptoren durch Erreger blockiert, kommt das T3 nicht in den Zellen an und die Unterfunktion bleibt bestehen. Früher hat man dafür das Wilson-Protokoll durchgeführt. Heute empfehle ich erst einmal eine Entgiftung und Entschlackung der Leber, in der die Umwandlung von T4 in T3 ja erfolgt. Meist reicht das, um die Umwandlung wieder in die Gänge zu bringen. Ich würde den rT3-Wert auch gar nicht bestimmen lassen, er ist teuer, man muss ihn selber bezahlen und man kann eh auch den freien Werten auf einen hohen rT3-Wert schließen.

Natürliche Hormonersatztherapie

Einige Patienten vertragen synthetische Hormon nicht oder nach einer Zeit nicht mehr. Sie klagen über Nebenwirkungen wie Magenschmerzen und Übelkeit. Andere Patienten leider an einer T4/T3-Umwandlungsschwäche und haben trotz Hormonsubstitution anhaltende Symptome der Unterfunktion.

Eine Alternative zu synthetischen Schilddrüsenhormonen sind natürliche, getrocknete Schilddrüsenhormone, manchmal auch Schweinehormone genannt. Es handelt sich dabei um gefriergetrocknetes Extrakt von der Schweine- oder Rinderschilddrüse, was gut erforscht ist und jahrzehntelang erfolgreich zum Einsatz kam, jedoch in den 70er Jahren durch die synthetische Variante verdrängt wurde. Diese natürliche Variante beinhalten wie die menschliche Schilddrüse die Hormone T1, T2, T3, T4 und Calcitonin und wird in der Regel sehr gut vertragen.

Rechtzeitig reagieren

Wenn Du an einer chronischen Autoimmunkrankheit wie Hashimoto leidest, warte nicht erst, bis es Dir damit richtig schlecht geht. Die **traditionelle Schulmedizin** geht meist **pathologisch** vor, dass heißt sie behandelt erst, wenn die Krankheit ausgebrochen und das Organ geschädigt ist.

Dagegen setzt die **funktionelle Medizin** auf die **Erhaltung der Gesundheit** und setzt zu diesem Zweck viel empfindlichere Grenzwerte für Laborparameter an. Wenn Du mit Hashimoto gut leben möchtest, dann nimm das Heft selbst in die

Hand, informiere Dich, lass Dir Deine Blutwerte geben und such Dir einen Arzt, der für Deine Gesundheit funktionell vorgeht. Ich unterstütze Dich hierbei ergänzend zum Arzt auch gerne im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung.

Der wichtigste Tipp ist jedoch: Sprich mit Deinem Arzt auf Augenhöhe. Es ist Dein Körper und Du bildest Dir Deine Symptome nicht ein. Wer mit Hashimoto trotz Hormonsubstitution unter Frieren, Gewichtszunahme, Depressionen oder Angstzuständen leidet, ist in der Unterfunktion und bekommt zu wenig oder die falschen Medikamente.

Hilfe zur Selbsthilfe

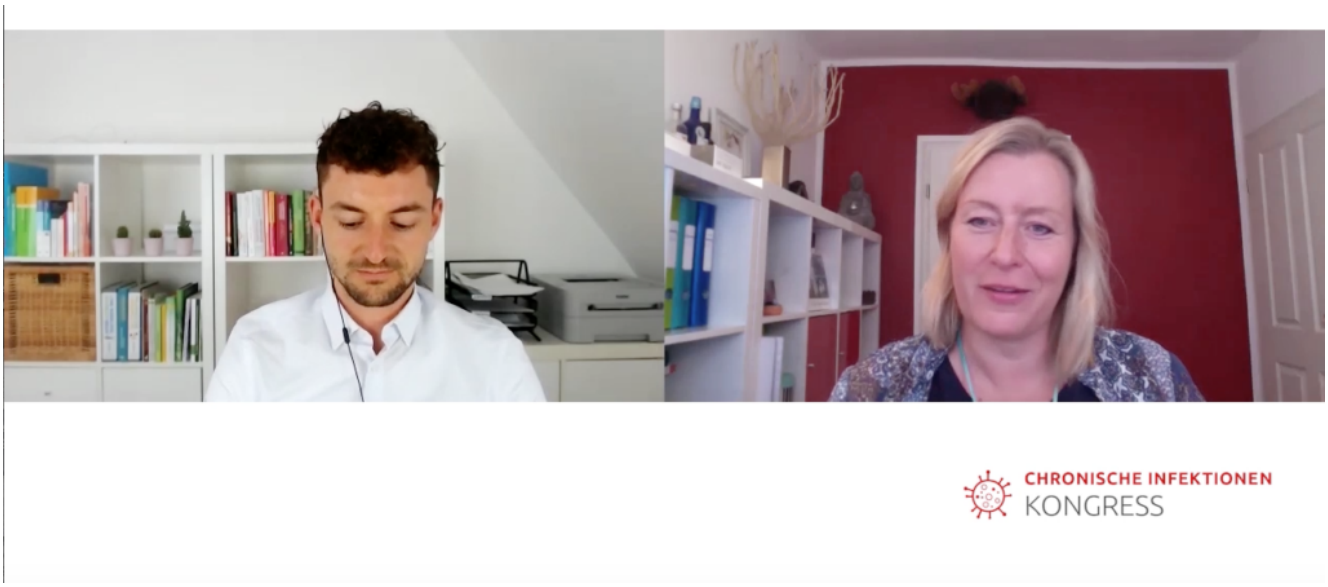
Eine Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen, ist eine entsprechende Facebook-Selbsthilfegruppe. In den Dateien der Gruppe findet sich viele gute Informationen zu Nährstoffen, Bezugsquellen für natürliches Schilddrüsenextrakt, Bücherlisten und umfangreiche Literatur.

Wenn Du individuell unterstützt werden möchtest, kannst Du bei mir auch eine telefonische Gesundheitsberatung buchen. Wir schauen uns dann bei Bedarf Deine Laborwerte an, ich erkläre Dir alles und wir entwickeln eine Strategie für Dich, wie Du wieder gesund wirst.

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: Angelika Wolter @ Pixelio

Chronische Infektionen Online-Kongress 30.07. – 8.08.21



Hallo zusammen,

ich wurde wieder zu meinem Steckenpferd interviewt, der chronischen Infektion mit Epstein Barr Virus und wie man sich davon befreit. In dem Zusammenhang ging es auch detailliert um das Thema Entgiftung. Wenn Ihr oben auf das Bild klickt, seht Ihr einen knapp 10-minütigen Ausschnitt. Ihr könnt den ganzen Vortrag kostenlos im Rahmen des Online-Kongresses „Chronische Infektionen“ sehen.

Der gesamte Kongress läuft in der Zeit vom 30.07. – 8.08.2021. Er befasst sich mit Themen wie chronische Müdigkeit, heftige Schmerzen, kognitiver oder körperlicher Leistungsabfall oder Verdauungsprobleme. Darin werden 25 Experten (Ärzte, Professoren, Heilpraktiker & ehemalige Betroffene) praxisnah und wissenschaftlich fundiert die neuesten Erkenntnisse über wirksame Methoden zur ursächlichen Behandlung von chronischen Infektionen erläutern.

Mit dabei sind unter anderem Dr. Joachim Mutter, Florian Sauer, Dr. Karin Bender-Gonser, Dr. Holger Scholz, Dr. Hartmut Fischer, Dr. Armin Schwarzbach, Dr. Raimund von Helden, Dr. Ulrich Mohr, Christian Dittrich-Opitz, Benjamin

Weidig, Dr. John Switzer und Prof. Dr. Jörg Spitz und viele weitere hochkarätige Referenten.

Mein Interview könnt Ihr Euch am 8.08.21 ab 10 Uhr morgens anschauen.

> Hier kostenfrei anmelden

5 gute Gründe, an diesem einmaligen Wissensevent teilzunehmen …

- Entdecke die wahren Gründe für die Entstehung chronischer Infektionen
- Erkenne, mit welchen Erregern fast jeder befallen ist und wie du diese gezielt bekämpfen kannst
- Durchschaue, welche Komponenten bei der Behandlung chronischer Infektionen meist unterschätzt werden, jedoch essentiell für den Behandlungserfolg sind
- Erfahre, warum Giftbelastungen, von denen heutzutage jeder betroffen ist, Erregern idealen Nährboden bieten und wie du dich von diesen Giften befreien kannst
- Finde heraus, wie artgerechte Lebensmittel, effektive Vitalstoffe und wirksame Heilpflanzen dich wieder zu wahrer Gesundheit führen

> Hier kostenfrei anmelden

Und so funktioniert der Online-Kongress

Melde Dich einfach zum kostenfreien Kongress mit Deiner E-Mail-Adresse an.
Innerhalb des Kongress-Zeitraums bekommst Du jeden Tag eine E-Mail mit den wichtigsten Informationen und Links zu den drei Experten-Interviews des Tages.
Zum Anschauen brauchst Du nur Deinen PC, ein Tablet oder dein Smartphone – ganz einfach, ohne zusätzliche Software.

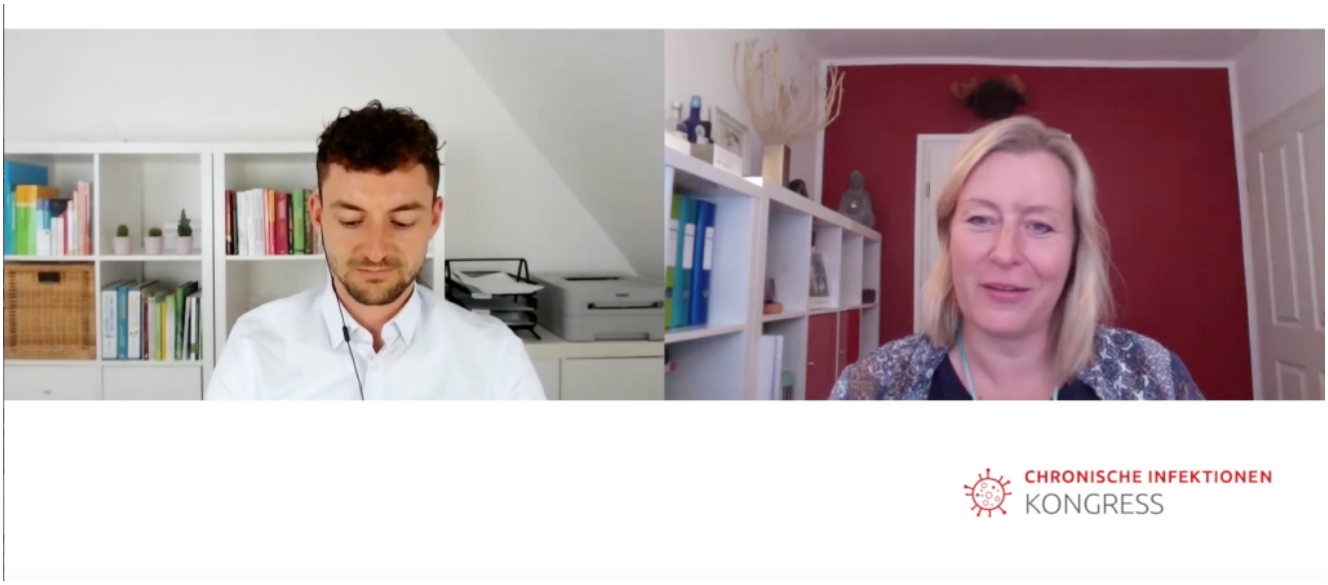
Du bist neugierig auf alle Inhalte oder hast irgendwann etwas verpasst? Kein Problem: Während des Kongresszeitraums hast Du die Möglichkeit alle Videos und nützliches Zusatzmaterial bequem für zu Hause zu erwerben.
Welcher Experte an welchem Tag zu sehen ist, erfährst Du rechtzeitig vor Kongressbeginn per E-Mail.

Hier kostenfrei anmelden

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Ich bin nicht Veranstalter dieses Kongresses. Ich wurde für diesen Kongress vom Veranstalter interviewt und bewerbe ihn im Rahmen einer Affiliate-Partnerschaft.

Interviews auf Online-Kongressen



Auszug aus dem Interview „Wie Du EBV & Co. in den Griff bekommst“

Auszug aus dem Interview „Nutze Deine Intuition im Alltag“

Auszug aus dem Interview „Saftentgiftung: Praktikable Anleitung für Detox im Alltag“

Interview „Erst eine Erkrankung machte mich wach für meine wahre Berufung“

Auszug aus dem Video „Hashimoto Thyreoditis – Ursachen, Symptome, Diagnostik, Therapie – Interview mit Kristine Fredriksson“

ENTGIFTUNGS
KONGRESS

Interview „Das Epstein-Barr-Virus und Hashimoto – ein bisher übersehener Zusammenhang“

Detox Festival 2. - 11. Oktober 2020

Nutze die Kraft der Entgiftung

Jeder von uns will sich frisch, energiegeladen und voller Tatendrang fühlen. Aber ein vergifteter, übersäuerter und verschlackter Körper hindert uns daran. Entgiften, also das Ausleiten von Schadstoffen aus dem Körper, blickt dabei auf eine lange Tradition zurück. Denn seit jeher haben Menschen den Wunsch verspürt, ihren Körper in regelmäßigen Abständen zu reinigen und von allem überflüssigen und schädlichem Ballast zu befreien.

Dieses Bedürfnis entspricht dem instinktiven Spüren, dass die Reinigung eine große Entlastung für Körper und Seele bedeutet, die notwendig ist, um die Gesundheit zu erhalten.

Darum veranstaltet das Team von "Podiom" zusammen mit mehr als 40 Experten ab **02.10. ein kostenfreies Online Event rund um das Entgiftung**, bei dem ich auch mit einem Interview dabei bin. Und das Beste daran: Es ist kostenfrei.

>>> Klicke hier und sei ab dem 02. Oktober 2020 kostenfrei dabei

Das Online Detox-Festival

Hierunter ein paar Gründe:

- Geh – gemeinsam mit den Experten – sämtlichen Schadstoffquellen auf den Grund.
- Erfahre, welche Gifte in unserer modernen Welt zu den Hauptkrankmachern zählen.
- Verstehe, mit welchen Schwierigkeiten unser Körper beim Abbau der Gifte zu tun hat.
- Erhalte Selbsthilfeprogramme, mit denen Du Giftstoffen im Alltag ausweichen kannst.
- Lerne, wie Du Deinen Körper aktiv dabei unterstützen kannst, sich von Giftstoffen zu befreien.
- Lerne, wie Du Deinen Organismus mit allen wichtigen Nährstoffen versorgen kannst, um fit und vital zu bleiben.

>>> Klicke hier und sei ab dem 02. Oktober 2020 kostenfrei dabei

Wie funktioniert dieses kostenfreie Online Wissens-Event?

Du meldest Dich mit Deiner E-Mail-Adresse an und erhältst ab dem 02.10.2020 jeden Tag eine E-Mail mit den Links zu den Experten-Videos.

Während des Kongress-Zeitraums vom 02. – 11. Oktober 2020 werden täglich zwei bis vier Interviews kostenfrei zugänglich sein, die Du für 24 Stunden anschauen kannst.

>>> Klicke hier und sei ab dem 02. Oktober 2020 kostenfrei dabei

Gift raus, Gesundheit rein – Ganzheitlich entgiften mit über 13.000 Teilnehmern

Bleib gesund!

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Ich bin nicht Veranstalter dieses Kongresses. Ich wurde für diesen Kongress vom Veranstalter interviewt und bewerbe ihn im Rahmen einer Affiliate-Partnerschaft.

Online- Entgiftungskongress 2020

Entgiftung wirklich verstehen und wirksam umsetzen

Die Entgiftung ist für mich wirklich ein Herzensthema und daher bewerbe ich diesen sehr gut recherchierten kostenlosen Online-Kongress von Unkas wirklich sehr gerne. Es geht ab Freitag den 10.01.2020 los.

Hier kann man sich kostenlos anmelden.

In dem Kongress sprechen über 28 Experten (Ärzte, Professoren, Heilpraktiker & Betroffene) darüber, wie man alltägliche Gifte vermeidet und alte Gifte dank effektiver Entgiftung los wird. Eine extrem wichtige Grundlage für ein neues und längeres Leben mit viel Energie, Gesundheit und Lebensfreude.

Der Kongress hilft dabei:

- Zu verstehen, warum du ohne eine effektive Entgiftung nicht oder nur schwerlich gesund werden kannst.
- Warum es wichtig ist Gifte zu vermeiden und wo die größten Gefahren lauern.
- Welche Strategien wirklich funktionieren und in welcher Reihenfolge man sie anwenden muss.
- Wie du bereits zu Hause schnell, einfach und auf verträgliche Weise entgiften kannst.
- Zu verstehen, warum wir nicht alle gleich sind und worauf wir am meisten

achten sollten.

Und so funktioniert der Online Entgiftungskongress:
Du meldest dich kostenfrei mit deiner E-Mail-Adresse an und erhältst dann jeden Tag ab dem 10. Januar während des Kongresses eine kurze E-Mail mit den Videos des Tages und nützlichen Zusatzinformationen.
Während des Kongresszeitraums (10.01. – 20.01.20) werden jeden Tag mehrere Expertenvideos kostenfrei zugänglich sein, die jeweils 24 Stunden auf Laptop, PC oder Handy angesehen werden können.
Lerne also bequem von zu Hause wie eine wirksame Entgiftung gelingt.

Hier kann man sich kostenlos anmelden.

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Ich bin nicht Veranstalter dieses Kongresses, halte dieses Thema aber für extrem wichtig, kenne viele Referenten und bewerbe ihn daher gerne im Rahmen einer Affiliate-Partnerschaft.

Hydroxypathie – so wird der Körper wieder bioverfügbar

Was macht man, wenn der Körper so stark intrazellulär übersäuert ist, dass es über die Ernährung nicht mehr ausgeglichen werden kann? Wie kommt man gegen Toxine an, die von Erregern ausgestoßen werden und Zellen sowie extrazelluläre Matrix übersäuern?

Es gibt Situationen, in denen die Übersäuerung so weit fortgeschritten ist, dass die Zellen bereits ihre negative Ladung verloren haben. In dem Fall ist es sehr schwer bis unmöglich, die Zellen mit Mineralien zu versorgen, da sich die positive Ladung der Zellen mit der positiven Ladung der Mineralien abstößt.

Ich habe neulich einen Artikel zur Entsäuerung geschrieben, in dem ich auf die bio-chemischen Hintergründe der latenten Übersäuerung und die verschiedenen Möglichkeiten der Entsäuerung eingegangen bin. Hier möchte ich ganz explizit auf eine ganz spezielle Form der Entsäuerung und Entschlackung mittels Hydroxypathie eingehen, die sich bei sehr starker Übersäuerung bewährt hat und eine gute Grundlage für weitere Therapien bildet. Da die Methode auch Nachteile hat, würde ich vorher sorgfältig abwägen und nur bei gravierender Übersäuerung in Betracht ziehen.

Übrigens gibt es aus schulmedizinischer Sicht weder eine Verschlackung, noch eine Übersäuerung. Maßnahmen zur Entgiftung, Entschlackung und Entsäuerung entstammen der Komplementär- oder Alternativmedizin, für deren Wirksamkeit es keine gesicherten wissenschaftlichen Erkenntnisse gibt.

Die Zellen bioverfügbar machen

Die Hydroxypathie ist eine Prätherapie, die das richtige Milieu für nachfolgenden Therapien erzeugt. Es handelt sich dabei um den „zielgerichteten Einsatz von Hydroxidionen (OH^-) und Wasserstoffionen (H^+) in einer hexagonal strukturierten Wassermatrix zur Regulierung des physiologischen Säure-Basen-Haushalts und zur Einstellung eines therapierfähigen Milieus.“ (vgl. Fischer, Ronald, Hydroxypathie – Auf dem Weg zum bioverfügbaren Menschen. Grundlagen des magneto-quantischen Feldes)

Durch das Basenkonzentrat gelangen negativ geladene Hydroxidionen (OH^-) in

die Zellen, die sich mit den positiv geladenen H-Ionen in den Zellen verbinden.

Dies hat zwei Vorteile:

- Aus dieser Verbindung entsteht neutrales Wasser, welches Schlacken aus der Zelle transportieren und den Pischinger Raum (Extrazellulärraum) regenerieren kann.
- Die Zelle wird negativ gepolt, so dass die Ionenkanäle der Zelle wieder positiv geladene Mineralien aufnehmen können.

Die pH-Verschiebung innerhalb und außerhalb der Zelle bewirkt also einen Ladungsaustausch und das Lösen und Abtransportieren von Schlacken. Die so neutralisierten Zellen können wieder am Stoffwechselprogramm des Körpers teilnehmen und tragen zur Verstärkung der Immunabwehr bei. So sollen Schmerzen ebenso verschwinden wie Entzündungen.

Herstellung und Wirkungsweise

Aus Wasser lassen sich sowohl saure, als auch basische Lösungen erzeugen. Denn Wasser besteht aus zwei Teilen Wasserstoff mit positiver Ladung (H^+ H^+) und einem Teil Sauerstoff mit negativer Ladung (O^-). Wendet man nun elektrochemische Scheideprozesse an, so entstehen H^+-Ionen und OH^--Ionen, die durch einer Wasseraufbereitung zu einer stabilen H^+-Säure (pH2) und einer stabilen OH^--Base (pH12) werden können. Damit kann man im Rahmen von Ionenaustauschprozessen den Körper entweder basisch oder sauer machen.

Basische Hydroxid-Lösung (OH-Lösung, Basenkonzentrat)

Die basische Hydroxidionenlösung besteht aus Wasser und Halitsalz. Es handelt sich dabei um ionisiertes Wasser mit einem pH-Wert von knapp über 12, dem durch Elektrolyse das positive Proton (H^+) entzogen wurde. Durch ein spezielles Verfahren wurden die basischen Bestandteile des Wassers (Hydroxydionen) in Microcluster eingebunden.

Die Lösung besitzt einen extrem hohen Anteil an Hydroxidionen (OH^-) sowie eine

ausreichend negative Spannung, um in protonenlastige Zellen zu gelangen.

In der Zelle verbinden sich die OH-Ionen mit H-Ionen (Protonen) zu Wasser. Denn saure Zellen ziehen mit ihrem starken positiven Potential die negativ geladenen hexagonalen Wassercluster mit den maskierten Hydroxidionen wie einen Magneten an. Über die Zellmembran gelangen sie in das Innere der Zelle und verbinden sich dort mit überschüssigen Protonen zu Wasser. Beladen mit Schlackeresten und Giften verlässt das Wasser danach wieder die Zelle. Die im Extrazellulärraum befindlichen Mineralien können nun wieder verstoffwechselt werden. Auch Säuren, die sich im extrazellulären Raum befinden, werden neutralisiert.

Die Hydroxidionenlösung wirkt auch antioxidativ als Oxidans- und Radikalfänger. Denn enzymatisch stabilisierter Wasserstoff kann ein zusätzliches Elektron aufnehmen. In dieser Formwirkt er im Energiestoffwechsel als wichtiger Elektronenüberträger, der reaktive Sauerstoffspezies (Oxidantien und Radikale) inaktiviert. Denn diese besitzen ein Elektronendefizit und suchen sehr aggressiv nach Elektronenspendern in den Körperzellen. Das (H^-) gibt bereitwillig sein Elektron an das Oxidans bzw. Radikal ab und verhindert so die Elektronenplünderung in den Zellen. Oxidativer Stress kann dadurch vermindert werden.

Saure Hydrogen-Lösung (H-Lösung, SanaCid)

Die saure Hydrogen-Lösung (H^+) wird aus Wasser und Kochsalz hergestellt und weist eine hohe Anzahl von Wasserstoffionen auf. Sie hat einen pH-Wert von 2,2 – 2,5 und tötet unerwünschte Mikroben ab. Denn mit Säuren werden Milieus geschaffen, die den pathogenen Keimen die Lebensgrundlage entziehen.

Durch den Herstellungsprozess werden vier leistungsfähige Oxidantien gebildet, die sich in einem fortlaufend ändernden Konzentrationsverhältnis zueinander befinden: Sauerstoff (O_2), Chlordioxid (ClO_2), Ozon (O_3) und Wasserstoffperoxid (H_2O_2). Diese Oxidantien wirken gegen die unterschiedlichsten Erreger und als Symbiose wirken sie gegen alle gemeinsam. Für bakterielle Erreger gibt es keine Möglichkeit, sich auf die metastabile Lösung einzustellen und wirkungsvolle Abwehrkräfte dagegen auszubilden.

Die H-Lösung wurde von verschiedenen Laboren auf ihre Verträglichkeit und Unbedenklichkeit geprüft:

- Dr. Lehn, Institut für medizinische Mikrobiologie und Hygiene, Universität Regensburg
- Dr. med. Frösner, Max von Pettenkofer-Institut, Ludwig-Maximilian-Universität München
- med. Yoss, Dermatest-Institut Münster
- Prucha, Institut für Hygiene und Umwelt, Lollar
- Ecoworld Laboratories Consulting GmbH, Wien
- Dr. Exner, Institut für Hygiene und öffentliche Gesundheit, Universität Bonn

Sie wird bei akuten Zuständen zur Trinkwasseraufbereitung, Schimmelbekämpfung und Reduzierung pathogener Keime eingesetzt.

Kombination beider Lösungen in der Schaukel-Therapie

Beide Lösungen werden auch im Wechsel in der Schaukel-Therapie (ZIST / Zeolith-indizierte-Schaukel-Therapie) gegen Erreger eingesetzt. Laut Ronald Fischer ist sie vor allem bei chronisch persistierenden Erregern wie z.B. Borrelien, Herpesviren, Chlamydien und Mykoplasmen interessant. Dabei wird das Säure-Basenmilieu mehrmals täglich hin und her gewirbelt. Durch die ständige Milieuänderung versagen so die Schutzmechanismen chronischer Keime und können sich nicht länger dem Zugriff des Immunsystems entziehen. Sie werden dadurch nach und nach dezimiert.

Die Basenkur

Eine Basenkur mit der OH-Lösung dauert mindesten 30 bis max. 90 Tage am Stück. Dabei trinkt man täglich vor dem Frühstück und vor dem Abendessen ein kleines Glas (25 ml) auf nüchternen Magen, damit es nicht den pH-Wert der Magensäure erhöht. Die Lösung kann auch im Verhältnis 1:4 mit Wasser verdünnt werden (25ml Lösung auf 100ml Wasser und sofort trinken), ohne die Wirkung zu verringern.

Sinnvoll ist eine begleitende Entgiftung z.B. mit Zeolith, um Gifte und Schlacken

auszuleiten, die sich durch die Trinkkur lösen. Beste Ergebnisse werden erzielt, wenn die Regulation abends mit der H-Lösung abgerundet wird.

Mögliche Nebenwirkungen sind ein leichtes Brennen in der Speiseröhre, Magenverstimmungen oder Durchfälle.

Geschmacksdiagnose

Über den individuell erlebten Geschmack beim Trinken des Basenkonzentrats kann man Stoffwechselveränderungen erkennen. Denn das Geschmacksempfinden gibt einen Hinweis auf das Organ, an dem der Stoffwechsel nicht gut reguliert ist. Im Laufe der Basenkur verändert sich der Geschmack in der Regel.

Geschmack	Organ
Leicht salzig	Keins – alles in Ordnung
Stark salzig	Bindegewebe und Muskulatur
Bitter, metallisch	Nieren
Ammoniak, Lauge	Harn- und Blasensystem
Fischig	Leber
Faule Eier, schwefelig	Galle
Süß	Endokrines System, Bauchspeicheldrüse
Chlor, essigsauer	Magen-Darm
Scharf, brennend	Herz und Blutkreislauf
Neutral	Starke Belastung durch Nikotin, Opiate, Alkohol oder Tumorerkrankung

Fazit

Die Hydroxypathie arbeitet mit Wasserstoff, welches sich als Energiespeicher und Hauptakteur im Energiestoffwechsel der Atmungskette auszeichnet.

Die Wasserstofftherapie ist in meinen Augen ein spannendes, neues Feld, das sich therapeutisch bei chronischen Erkrankungen als vielversprechend erweist. Saure Zellen sind kranke Zellen. Wenn chronisch persistierenden Erregern ihre Toxine über Jahre in einem Körper ausgestoßen haben, dann hat sich oft eine starke intrazelluläre Übersäuerung mit verschlacktem Pischinger Raum eingestellt, die allein über Ernährung oder Nahrungsergänzungsmittel nicht mehr reguliert werden kann.

Allerdings stellt die Basenkur mit OH-Wasser auch eine Belastung für den Organismus dar. Sie kann zwar Zellen schnell in den basischen Bereich bewegen, um die negative Zellladung wieder herzustellen und den Extrazellulärraum zu entschlacken. Jedoch muss die Lösung vorher den Magen passieren, der ja sauer sein sollte. Bei mir hat das OH-Wasser leider zu einer Verringerung der Magensäure geführt. Eine Nebenwirkung, die ich nur bei extremer Übersäuerung in Kauf nehmen würde.

Gegen Erreger kann daran anschließend eine ZIST-Schaukeltherapie mit abwechselndem OH-Wasser und H-Wasser dabei helfen, pathogene Keime zu eliminieren. Ich persönlich bin aber eher der Fan davon, Erregern das Milieu zu entziehen und das Immunsystem zu stärken, als die Erreger abzutöten. Denn wir leben in einer Welt mit vielen Keimen, es kommt immer wieder zu Neuinfektionen und nur ein gutes Immunsystem kann uns vor Re-Infektion schützen.

Aber um darüber schreiben zu können habe ich sowohl die Basenkur als auch die Schaukeltherapie gemacht und kann sagen, dass die Kur einem einiges abverlangt. Da eine latente Übersäuerung sehr schwer zu messen ist, kann ich nicht mit vorher/nachher-Werten aufwarten. Ich kann nur sagen, dass ich seit drei Jahren versuchte, der erreger- und toxinbedingten Übersäuerung in meinem Körper zu begegnen. Anfangs konnte ich mich nicht einmal einen halben Tag lang streng basisch ernähren, ohne mich vielfach übergeben zu müssen. Wenn man wie ich jahrzehntelang unerkannt an einer chronischen Borreliose litt, ist man so übersäuert, dass jede Basenkur zur Qual wird. Ich hatte mich in den vergangenen drei Jahren daher sehr langsam und mit extrem sanften Mitteln der Engiftung und Entsäuerung gewidmet. Die dann anschließende Basenkur war Gott sei Dank nicht schlimm, auch wenn ich deutlich spürte, dass sich etwas in mir tat. Ich hatte vor allem Probleme mit zu wenig Magensäure (typisches Hashimotosymptom). Manchmal hatte ich Kopf- und Bauchschmerzen und ich war müder als sonst. Am auffälligsten war ein trockener Husten, mit dem ich vermutlich über die Lunge

CO_2 entgiftet habe. Die ZIST-Schaukeltherapie habe ich dagegen richtig gut vertragen, aber ich muss sagen, dass ich zu dem Zeitpunkt auch keine nachweisbaren Borrelien mehr in mir hatte.

Die größten Veränderungen merke ich daran, dass ich nun viel mehr Appetit auf basische Ernährung habe. Alkohol interessiert mich gar nicht mehr, viel Fleisch ist mir nicht mehr wichtig und Wurst mag ich auch nicht mehr. Stattdessen dürstet es mich nach frischen Kräutern in großen Mengen. Auch grüne Smoothies vertrage ich nun sehr viel besser. Und ich kann Mineralien besser aufnehmen. Insofern ist die Hydroxypathie nach Ronald Fischer eine gute Basistherapie, wenn man es mit einer sehr starken Übersäuerung zu tun hat. Wer dafür einen Therapeuten sucht, kann hier fündig werden.

Quellen

Fischer, Ronald, Hydroxypathie – Auf dem Weg zum bioverfügbaren Menschen. Grundlagen des magneto-quantischen Feldes

---

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: pixabay.de

Entsäuerung – der Weg zu chronischer Gesundheit

Was erhält den Gesunden gesund und macht den Kranken krank? Sind es Erreger, die uns doch alle gleichermaßen umgeben? Oder ist es das Milieu, was die Grundlage für Gesundheit oder Krankheit schafft?

„Die Mikrobe ist nichts, das Milieu ist alles!“ sprach Antoine Béchamp im 19. Jahrhundert und wiedersprach damit der Theorie Louis Pasteurs, der in dem Erreger den um jeden Preis zu bekämpfenden Feind sah. Béchamp ging davon aus, dass sich Mikroben (=Mikroorganismen wie Bakterien, Pilze, Algen, Protozoen, ggf. Viren) je nach Milieu in die Form verwandeln, die gerade benötigt wird. Ist das Milieu basisch, wie es außer in wenigen Organen sein sollte, bilden die Mikroben aerobe Mikroorganismen, die Sauerstoff umsetzen und regenerative Prozesse anstoßen. Saure Stoffwechselprodukte werden abgebaut, damit Gewebe und Zellen wieder basisch werden. Füllen wir jedoch laufend Saures nach, bleibt das Milieu sauer. Dieser Zustand sollte eigentlich nur im Todesfall vorherrschen, denn in diesem Fall verwandeln sich ein und dieselben Mikroben in anaerobe, degenerative Keime, die Stickstoff umsetzen und die Arbeit des Verfalls anstoßen. Die Mikroben übernehmen also beide Aufgaben, je nach Milieu (vgl. Hannes).

Das Bekämpfen der Erreger im sauren Milieu macht aus dieser Sicht wenig Sinn, da ja immer weitere Erreger nachfolgen würden, um die (fälschlicherweise) erforderlichen, degenerativen Prozesse zu verrichten. Will man den Körper mit seinen Erregern nicht permanent bekämpfen, bleibt dieser Theorie zufolge nur die Milieuänderung. Denn wie sagte schon Nobelpreisträger Dr. Otto Warburg: „Keine Krankheit kann in einem basischen Milieu existieren, nicht einmal Krebs!“

Exkurs zu den Anfängen der Mikrobiologie

Die Mikrobiologie wurde Anfang des 19. Jahrhunderts in Frankreich begründet und im Wesentlichen von zwei gegenläufigen Meinungen geprägt.

Zum einen war da der Chemiker, Biologe, Mediziner und Bakteriologe **Louis Pasteur** (1822-1895), der zu dem Schluss kam, dass Krankheit durch das Einatmen gefährlicher Erreger verursacht werde und daher dem Zufall unterliege. Diese Erreger seien mit allen Mitteln zu bekämpfen und vorbeugend mit Schutzimpfungen zu verhindern. Insofern ist er bis heute ein wichtiger Wegbereiter für die pharmazeutische Industrie.

Eine ganz andere Perspektive der Mikrobiologie stammt von seinem Landsmann **Pierre Jaques Antoine Béchamp** (1816-1908). Er war ein französischer Mediziner, Biologe und Pharmakologe, der mit Hippokrates konform ging, dass Krankheiten in uns und durch uns entstehen. Er entdeckte die Mikrozyme (= kleinste Einheit des Lebens mit der Fähigkeit zur Gärung) und zeigte mikroskopisch, wie sie sterbende Zellen verließen und sich zu Bakterien oder Viren zusammen schlossen. Er fand heraus, dass Mikroben (=Mikroorganismen) die Form wechseln können und sich von Viren zu Bakterien oder Pilzen umwandeln können. Dieser Prozess funktionierte auch in die andere Richtung, so dass aus Pilze, Hefen, Bakterien oder Viren auch wieder Mikrozymen und Körperzellen werden konnten. Diese Fähigkeit von Mikroorganismen zur Weiterentwicklung, Veränderung ihrer Form und Funktion je nach Umgebung und Bedarf nennt man Pleomorphismus. Voraussetzung für die Umwandlung ist das passende Milieu im Körper, welches durch Ernährung, aber auch durch Gefühle und die seelische Verfassung entsteht. Denn er war es, der den Ausspruch prägte „Le microbe, c’est rien, le milieu, c’est tout!“ („Die Mikrobe ist nichts, das Milieu ist alles!“). Keime waren gemäß Béchamp also nichts Feindliches von außen, sondern die Voraussetzung allen Lebens.

Während Pasteur bis heute in aller Munde ist und das Fundament unserer Schulmedizin bildet, ist es vor allem die Naturheilkunde, die sich langsam wieder an die Lehren Béchamps erinnert.

Der Säure-Basen-Haushalt

Übersäuerung ist in aller Munde und Basenmittel gibt es wie Sand am Meer. Befasst man sich jedoch ein wenig genauer mit der Materie, stellt man fest, dass vieles davon chemisch nicht funktionieren kann. Denn die Prozesse in und um die

Zelle werden nicht nur durch den pH-Wert der einzelnen Stoffe, sondern auch durch ihre Ladung gesteuert. Da es so viel Halbwissen zu diesem Thema gibt, gehe ich im Folgenden ein wenig intensiver auf die biochemischen Zusammenhänge ein. Das mag auf den ersten Blick langweilig klingen, hilft aber dabei, sich selbst ein Bild machen zu können.

Der pH-Wert (potentia hydrogenii) gibt die Konzentration der Wasserstoffionen in einer Flüssigkeit an. Je höher die H-Konzentration, desto niedriger ist der pH-Wert. Außerdem steigt die positive Ladung mit sinkendem pH-Wert. Eine saure Zelle ist also eine positiv geladene Zelle und umgekehrt.

Exkurs: Wasserstoff, Protonen, Hydroxidion, Säuren, Basen

Wasserstoff ist ein chemische Element mit dem Symbol H (lat. hydrogenium = Wassererzeuger).

Protonen sind Elementarteilchen mit positiver Ladung. Als Wasserstoffionen (H+) bestimmen Protonen den pH-Wert von wässrigen Lösungen.

Das **Hydroxidion** (OH−) ist ein negativ geladenes Ion, das entsteht, wenn Basen mit Wasser reagieren.

Säuren bestehen aus organischen oder anorganischen Verbindungen, die (nach Broensted) in wässriger Lösung Protonen (H+) abgeben können und (nach Lewis) die Fähigkeit besitzen, ein freies Elektronenpaar zu binden (Elektronenpaarakzeptor).

Basen (Laugen) sind chemische Verbindungen, die (nach Broensted und Lowry) Protonen aufnehmen und binden können sowie (nach Lewis) ein freies Elektronenpaar besitzen (Elektronenpaardonator). Sie können mit Säuren basische, neutrale oder saure Salze bilden, wobei Wasser entsteht.

Um Überleben zu können, muss unser **Blut** einen pH-Wert von +/-7,35 aufweisen. Wenn ich von Übersäuerung spreche, meine ich nicht die respiratorische bzw. metabolische Azidose oder Azidämie des Blutes, denn dies ist sozusagen das Endstadium eines langen Prozesses. Übrigens gibt es aus schulmedizinischer Sicht weder eine Verschlackung, noch eine Versäuerung. Maßnahmen zur Entgiftung, Entschlackung und Entsäuerung entstammen der Komplementär- oder Alternativmedizin, für deren Wirksamkeit es keine gesicherten wissenschaftlichen Erkenntnisse gibt. Es geht hier im alternativmedizinischen Sinne um die latente oder chronische metabolische Azidose, bei der der Blut-pH innerhalb des Normbereiches nur geringfügig zum Sauren hin verschoben ist, die Pufferkapazität des Blutes jedoch deutlich vermindert ist (vgl. Vormann).

Säuren sind zunächst einmal nicht problematisch, sondern erfüllen im Organismus wichtige Funktionen. Problematisch werden sie erst dann, wenn sich Protonen mit anionischen Bindungspartnern (Sulfat-, Chlorid- und Phosphorverbindungen) zu starken anorganischen Säuren (Salzsäure, Phosphorsäure und Schwefelsäure) und Ammoniak verbinden. Sulfate nimmt der Körper in Form von Eiweißen, Konservierungsstoffen und Würzmitteln zu sich, Chloride in Form von Salz und Mineralwasser und Phosphate durch Milch, Fleisch, Lebensmittelzusatzstoffe und Dünger. Diese aggressiven Verbindungen können den Körper schädigen, wenn auf Dauer mehr davon zugeführt als ausgeschieden werden und somit die Pufferreserven weniger werden. Anorganischen Säuren sind im Gegensatz zu organischen Säuren nicht-metabolisierbare, fixe Säuren, die der Körper nach einer Pufferung mit Kalium, Natrium, Magnesium, Calcium oder Ammonium (bei Kaliummangel) über die Nieren ausscheiden muss (vgl. Jacob).

Der Körper verfügt über umfangreiche **Puffersysteme** als Ausscheidungswege, um Stoffwechselsäuren zu neutralisieren oder zu entsorgen. Diese existieren auf intra- und extrazellulärer, sowie auf organischer Ebene. Mit den Lungen können über das Abatmen von CO2 flüchtige Säuren entsorgt werden, die Leber baut Stoffwechselsäuren ab und die Nieren leiten fixe Säuren aus. Kommt es zur dauerhafte Überlastung mit Säuren, stoßen aber auch diese gut funktionierenden Puffersysteme an ihre Grenzen und verlieren an Kapazität. Ist der Basenanteil dauerhaft zu niedrig, spricht man von Übersäuerung (vgl. Jacob).

Um die Pufferkapazitäten im fließenden Blut zu schonen, lagert der Körper Säuren laut Jacob zunächst im **Bindegewebe** ab. Das nach Prof. Pischinger benannten interstitielle Bindegewebe, auch Pischinger Raum, Grundsubstanz oder extrazelluläre Matrix genannt, dient der Grundregulation zwischen Zelle und Milieu. Hier spielen sich auch alle Entzündungs- und Abwehrvorgänge ab und anhaltende Störungen der Grundregulation führen zu Krankheiten. Im Pischinger Raum werden Nährstoffe und Sauerstoff in die Zelle transportiert und umgekehrt Stoffwechselprodukte auf dem Weg aus der Zelle zwischenlagert. Bei falscher Lebensweise kommt es zur Verschlackung der extrazellulären Matrix. Denn die Pufferkapazität für Zellsäuren hängt von der Anzahl der freien OH-Gruppen ab, die u.a. als Zwischendepot für saure Zwischenprodukte fungieren. Je größer der Kohlenhydratanteil des Bindegewebes (und je geringer der Aminosäureanteil aus Nahrungseiweiß) ist, desto größer ist die Anzahl an freien OH-Gruppen, was den

Zusammenhang mit der Ernährung erklärt. Eine **Bindegewebsübersäuerung** liegt nach F.F. Sander vor, wenn die basischen Pufferreserven im Blut schon teilweise verbraucht sind, es aber noch nicht zu einer pH-Wert-Veränderung gekommen ist. Dadurch werden körpereigene Reserven angegriffen und Mineralsalze, die in Knochen, Knorpeln und Zähnen eingelagert waren, geplündert (vgl. F. F. Sander). Der Kaliumverlust des Muskelgewebes wird wiederum durch die Aufnahme von Protonen kompensiert. Es kommt zur Demineralisierung mit allen Folgen, wodurch auch schleichende Entzündungen im Gewebe gefördert werden (vgl. Jacob).

Der chronologische und geographische Ursprung der stoffwechselbedingten Übersäuerung liegt nach Fuchs et. al. jedoch in der **Zelle**. Bei der **intrazellulären Übersäuerung** kommt es zu einem Spannungswechsel der Zellflüssigkeit. Die gesunde Zelle verliert ihre leicht negative Spannung von ca. -60mV, wenn sie sauer wird. Sie verändert sich in Richtung Nullpunkt oder bekommt eine positive Ladung. Eine Übersäuerung korreliert zudem meist auch mit intrazellulären Kalium- und Magnesiummängeln (vgl. Fuchs, Thilo-Körner, Kuklinski sowie Neidert).

Wie kommt es zur latenten Übersäuerung?

Fuchs bemerkte sehr treffend, dass der Mensch nicht krank wird, weil ihm Medikamente fehlen, sondern weil metabolische Dysbalancen auftreten. Übersäuerung entsteht nach Béchamp durch falsche Ernährung, Gefühle und seelische Verfassung. Hastiges Essen unnatürlicher Lebensmitteln ist heutzutage ein großes Problem.

Zucker, Milcheiweiße (Milch, Joghurt, Käse), tierische Fette (Fleisch, Wurst, Fisch, Eier), Weißbrot, Mineralwasser, Dünger, Alkohol, Nikotin, Aromen, Konservierungsmittel und Lebensmittelzusatzstoffe haben viel zu oft einen krankmachenden Anteil an unserer Ernährung. Schon ein leichter Mangel an Vitaminen und Spurenelementen kann die intrazelluläre Enzymkapazität einschränken und zu einem Anstieg an zellulären Säuren führen (vgl. Fuchs, Thilo-Körner, Kuklinski).

Mangelnde Bewegung führt oft zu verflachter Atmung und vermindertem CO2-

Ausstoß.

Stress, Smog, Elektrosmog, Strahlenbelastung, Medikamente und chronische Erkrankungen führen zu einer dauerhaft erhöhten Sympatikusaktivität und einer latenten Azidose, die mit einer vermehrten Ausschüttung von Entzündungsmediatoren und Erschöpfungszuständen einhergehen (vgl. Heine).

Diagnose einer latenten Übersäuerung

Die Diagnose von Störungen des Säure-Basen-Haushalts ist nicht einfach, da der Urin-pH-Wert im Tagesverlauf natürlicherweise zwischen 5,0 und 7,5 schwankt und u.a. von den Mahlzeiten abhängig ist. Sander hat mit dem Übersäuerungs-Test eine Messung der Pufferkapazität des Urins entwickelt, die noch heute angewendet wird. Wichtig ist eine Messung im Tagesprofil. Eine einfach Anleitung für einen Selbsttest findet sich darüber hinaus bei Dr. Jacobs.

Die Bestimmung des pH-Wertes im Blut und Gewebe ist sehr aufwändig, eine bekannte Methode ist die venöse Bluttitration nach Jörgensen und van Limburg Stirum. (vgl. Jacob)

All diese Tests sind noch nicht ausreichend in Studien untersucht worden, können aber zusammen mit der Symptomatik wichtige Hinweise treffen (vgl. Dr. Jabcobs Institut).

Folgen für den Organismus

Chronisch Erkrankte haben eines gemeinsam, sie sind **übersäuert**. Damit verfügen sie über zu viele Protonen, die dazu führen, dass sich der Pischinger Raum verdichtet und es zu Stockungen und Starre im Fluidum des Lebens kommt. Hannes vergleicht dies mit einem stehenden Gewässer, welches in den Gärzustand übergeht und daher überwiegend anaerobe, degenerative Mikroorganismen hervorbringt (vgl. Hannes).

Übersäuerte Zellen leiden an der Unpassierbarkeit ihrer Ionenkanäle, da sie über eine positive Ionen-Ladung verfügen. Da auch **Mineralien** positiv geladen sind und sich gleiche Ladungen abstoßen, ist die Aufnahme wertvoller Mineralien im sauren Milieu stark verringert (vgl. Neidert).

Aus diesem Grund können Basenpulver, die vorwiegend aus Mineralstoffen bestehen, nicht den Stoffwechsel einer übersäuerten Zelle aktivieren. Denn die deutliche Überzahl an Protonen (H+) in der Zelle führt dazu, dass die Ionenkanäle bildlich verkleben. Dadurch bricht der Zellstoffwechsel zusammen und es entstehen Krankheiten (vgl. Fischer).

Die Übersäuerung führt auch dazu, dass Hormonrezeptoren resistent werden können und es zu **Therapieblockaden** kommen kann.

Hinzu kommt, dass Nervenenden empfindlich auf Spannungswechsel reagieren und es zu einem gesteigerten **Schmerzempfinden** im sauren Milieu kommt (vgl. Neidert).

Laut Dr. Joachim Mutter besitzen die meisten Entgiftungsmittel (wie z.B. DMPS) im basischen Milieu eine bessere Bindungsfähigkeit zu Schwermetallen. Umgekehrt können diese durch Entgiftungsmittel gebundenen Schwermetalle im basischen Milieu auch besser ausgeschieden werden. Im sauren Gewebe kann es passieren, dass z.B. DMPS ein Quecksilber-Ion wieder abgibt, bevor es den Körper verlässt, es also zu **Rückvergiftungen** kommt.

Laut Fischer folgt auf eine metabolisch inaktive Zelle eine ganze Kaskade an Symptomen und Krankheiten:

- Akut kommt es zu Verspannungen, Krämpfe, Kopfschmerzen, Unwohlsein, Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Energieverlust, Muskelübersäuerung.
- Im chronischen Stadium kommen Entzündungen, Demineralisierung, Beeinträchtigung des Immunsystems, Arthritis, Rheuma oder Fibromyalgie hinzu.
- Die Folgen der Demineralisierung können Knochenschwund, Herzinfarkt und Schlaganfall sein.
- Infolge des beeinträchtigten Abtransportes von Giftstoffen kann es zu Rheuma, Gicht, Arthritis, Überlastung der Nieren, Arteriosklerose, Herzinfarkt und grauem Star kommen.
- Schließlich bricht das Immunsystem zusammen, die Abwehrkräfte versagen gegen das Eindringen von Erregern, was wiederum zur Übersäuerung führt – ein Teufelskreis (vgl. Fischer).

Wege aus der Übersäuerung

Wie entsäuert man nun also wirksam? Nach dem oben gelernten, hängt es von der Ladung der Zelle ab. Ist sie noch negativ geladen, kann man sie mit einer basenüberschüssigen Ernährung oder mit Mineralien auf Citratbasis sehr schön entsäuern.

Reines Natron (Natriumbikarbonat) reagiert dagegen mit der Salzsäure des Magens zu Kochsalz, was die Magenschleimhaut nach und nach schädigt. Natron sowie auch Calciumkarbonat alkalisieren bei Dauereinnahme das Darmmilieu und können so die Darmflora schädigen. Insofern verstärken sie auf Dauer noch die Ammoniak- und Säurebelastung des Körpers (vgl. Jacob).

Bei neutraler oder positiver Ladung, kann man die Zelle über den Weg der Ernährung nicht mehr erreichen, denn basische Nahrungsmittel und Präparate haben als Grundlage Mineralstoffe wie Kalium, Calcium und Magnesium mit einer positiven Ladung, die von den sauren, positiv geladenen Zellen abgestoßen werden. In diesem Fall muss die Zelle erst wieder bioverfügbar gemacht werden, indem ihre negative Ladung erhöht wird. Hierzu gibt es spannende Ansätze aus der Wasserstofftherapie bzw. Hydroxypathie.

Die folgenden Ansätze werden nur kurz angerissen, da man eine solche Therapie am Besten mit einem Therapeuten durchführt. Auf einige Ansätze werde ich in späteren Blogartikeln genauer eingehen.

Prävention

Die von Bodo Kuklinski empfohlene LOGI-Kost (Low Glycemic and Insulinemic Diet) nach Dr. Nicolai Worm ist eine Ernährung zur Förderung niedriger Blutzucker- und Insulinspiegel. Sie ist arm an Kohlehydraten und reich an gesunden Fetten wie Leinöl, Bio-Kokosöl und Butter. Es ist eine wunderbare Methode, die einem die Augen für eine gesunde Ernährung öffnet und sich ausgezeichnet in ein aktives Leben integrieren lässt. Das Buch Die Anti-Stress-Ernährung. Mehr Power für die Körperzellen. Die LOGI-Methode zur Stressbewältigung von Uschi Eichinger und Kyra Hoffmann bietet neben dem entsprechenden Hintergrundwissen auf Zellebene auch einen sehr ansprechenden Rezeptteil. Weiter Informationen und eine Ernährungspyramide finden sich auf der Webseite von Dr. Worm.

Leichte Übersäuerung

Basenfasten

Das zeitlich begrenzte **Basenfasten** ein- oder zweimal im Jahr ist eine wirksame Methode, um den leicht übersäuerten Körper zu entsäuern, entschlacken und dabei noch abzunehmen. Es ist eine milde Form des Fastens mit Obst, Gemüse, Kräutern und Pflanzenölen, die den Körper weniger beansprucht als das klassische Heilfasten. Eine sehr schöne Anleitung dazu bietet das Buch Basenfasten – das Gesundheitserlebnis von Sabine Wacker und Dr. Andreas Wacker.

Gerson-Therapie

Die **Gerson-Therapie** nach Dr. Max B. Gerson setzte eine salzarme und sehr kaliumreiche, pflanzenbasierte Ernährung, die größtenteils aus Rohkost besteht gegen verschiedene Erkrankungen ein. Sie ist anspruchsvoller als das Basenfasten und wird auch begleitend in der Krebstherapie eingesetzt. Die Normalisierung der Natrium-Kalium-Konzentrationen und eine Aktivierung der Natrium-Kalium-Pumpe erfolgt dabei durch körperliche Aktivität, sehr viel Rohkost, und die Nahrungsergänzung mit Kalium und Jod. (vgl. Gerson)

Mineralstofftherapie

Ein weiterer wichtiger Baustein sind **Mineralstoffe auf Citratbasis,** die bei der Verstoffwechselung basisch wirken und die Depots wieder auffüllen. Mineralstoffe aus organischen Verbindungen werden generell besser in den Körper aufgenommen als aus anorganischen, wobei Salze aus der Citronensäure (Citrate) eine hohe Bioverfügbarkeit aufweisen. So leisten gerade Citrate einen wichtigen Beitrag zum Erfolg einer Mineralstoffsubstitution (vgl. Vormann).

Dr. Jacobs empfiehlt bei Mangel die basischen Vitalstoffe Kaliumcitrat, Calciumcitrat und Magnesiumcitrat zu substituieren und ergänzt sie mit rechtsdrehender Milchsäure aus natürlicher Fermentation (vgl. Jacobs).

Starke Übersäuerung

Wenn die Zellen aufgrund latenter Azidose bereits eine positive Ladung aufweisen, sind sie für positiv geladenen Mineralien aus Supplementierung oder

basischer Ernährung nicht mehr erreichbar. Sie haben quasi ihre Bioverfügbarkeit eingebüßt.

Hydroxypathie

Eine sehr wirksame Kur bei positiver Zellladung stellt die Hydroxypathie nach Ronald Fischer dar. Die von ihm entwickelte Hydroxid-Ionen-Lösung dient der Gewebe- und Zellentsäuerung. Dieses Basenkonzentrat mit einem pH-Wert von knapp über 12 wirkt dabei zellulär und extrazellulär. Es schleust basische, negativ geladene Hydroxidionen (OH-) in die Zellen, die sich mit den sauren, positiv geladenen H-Ionen innerhalb der Zellen verbinden, wodurch neutrales Wasser entsteht. Der positive Effekt besteht also auf zwei Ebenen, zum Einen entsteht aus dieser Verbindung neutrales Wasser, welches Schlacken aus der Zelle transportieren kann und zum Anderen ist die Zelle wieder negativ gepolt, so dass die Ionenkanäle der Zellen wieder positiv geladene Mineralien aufnehmen können.

Es handelt sich dabei um ionisiertes Wasser, welches durch eine spezielles Verfahren die basischen Bestandteile des Wassers (also die Hydroxyd-Ionen) in Microcluster einbindet. Die darin enthaltenen Elektronenüberschüsse reagieren aufgrund der Bindung in einer Clusterstruktur nicht sofort auf freie Protonen im Magen, sondern können sich auch im restlichen Organismus verbreiten (vgl. Fischer). Weitere Informationen dazu findet Ihr in meinem Blogartikel zur Hydroxypathie.

Molekularer Wasserstoff

Molekularer Wasserstoff (H_2) ist ein relativ junges, aber vielversprechendes Thema in der Medizin. Es wirkt auf der einen Seite antioxidativ auf oxidativen Stress und freie Sauerstoffradikale und unterstützt auf der anderen Seite die Energieerzeugung in den Mitochondrien (vgl. IFOS). H_2 kann die Verhaltensweisen von entzündungs-, allergie-, zelltod- und oxidationsfördernden Proteinen hemmen oder verändern. Diese Proteine sind an vielen chronischen oder akuten Erkrankungen beteiligt. Molekularer Wasserstoff kann als Gas eingeatmet, als Wasserstoffwasser getrunken, als Infusion injiziert oder als Bad transdermal angewendet werden. Nebenwirkungen sind nicht bekannt, auch nicht bei langjähriger Anwendung (vgl. Nicolson et al.).

NADH – der biologische Wasserstoff

NADH ist die Abkürzung für Nicotinsäureamid-Adenin-Dinucleotid, wobei das H für energiereichen Wasserstoff steht. NADH ist ein Zwischenprodukt von Niacinamid (Vitamin B3) und wird auch Coenzym 1 genannt. Es dient dazu, die Wasserstoff-Verfügbarkeit im Körper, insb. in den Zellen bzw. den Mitochondrien zu erhöhen. Außerdem ist es der wichtigste Träger von Elektronen bei der Oxidation von Molekülen, die Energie in den Zellen produzieren (vgl. Gnyedova).

NADH reagiert mit dem Sauerstoff in den Zellen und produziert dabei Wasser und Energie in Form von ATP (vgl. Birkmayer).

Bewegung & emotionale Entsäuerung

Durch die tiefe Atmung bei körperlicher Bewegung entgiftet der Körper CO2 über die Lungen. Leider neigen wir dazu, gerade bei Streß auf eine verflachte Atmung umzusteigen, was die Belastung für den Körper erhöht.

Auch der emotionale Aspekt darf nicht vernachlässigt werden und sollte eine biologische Entsäuerung begleiten. In unserem Sprachgebrauch kennen wir den Begriff „sauer“ sein. Jeder von uns hat jedoch die Wahl, wie er in einer entsprechenden Situation reagiert und wie sehr er Ärger an sich heran kommen lässt. Und glückt einem dies nicht immer, gibt es eine ganze Reihe von Entspannungstechniken, die Körper und Seele ausgleichen. Ein sehr schönes Buch zur emotionalen Entsäuerung ist Die Botschaft deiner Seele: Das 3-Säulen-Prinzip der emotionalen Entsäuerung von Kurt Tepperwein.

Fazit

Die Entsäuerung ist eine Grundlagentherapie, die den Stoffwechsel reguliert und somit als Türöffner für andere Therapien fungiert. Insofern ist sie ein wichtiger erster Schritt auf dem Weg zur Gesundheit.

Allerdings ist sie ab einem gewissen Säure-Basen-Ungleichgewicht alles andere als einfach. Ich verfolge dieses Ziel seit Beginn meiner ganzheitlichen Therapie und werde vermutlich für den Rest meines Lebens versuchen, mich basenüberschüssig zu ernähren. Als ich vor 2 ½ Jahren damit anfing, musste ich eine Basenfastenkur nach 3 Stunden wegen einer heftigen Heilkrise abbrechen. Mich plagten unfassbare Kopfschmerzen und ich hatte mich zu diesem Zeitpunkt

bereits sieben Mal übergeben. Jahrelange Fehlernährung und Stress im Beruf hatten ein Milieu geschaffen, in dem sich Erreger (in meinem Fall Borreliose & Co.) offensichtlich wohl fühlten. Diese stießen zudem saure Toxine aus, die das Problem potenzierten.

Allein kam ich aus dieser Situation nicht mehr heraus. Erst die Kombination diverser Ansätze brachte für mich den Durchbruch. Die Hydroxypathie mit dem Basenkonzentrat nach Fischer war ein wichtiger, erster Schritt und hat mir geholfen, meine Zellen sehr schnell zu entsäuern und wieder bioverfügbar zu machen. Die Kur verlangt einem einiges ab, bringt einen aber auch in kurzer Zeit weit nach vorne. Seitdem ernähre ich mich nach der LOGI-Methode und trinke täglich einen grünen Smoothie sowie viel stilles Quellwasser. Wir essen viel Bio-Rohkost, wenig Fleisch ausschließlich vom Weiderind oder Bio-Geflügel und verzichten komplett auf Gluten, Casein, Soja, raffinierten Zucker & Salz sowie industriell erzeugte Lebensmittel. Ich ergänze meine Ernährung durch NADH und Mineralien auf Citratbasis und stelle sicher, dass ich mich mindestens dreimal pro Woche ausgiebig an der frischen Luft bewege. Und ich versuche, mich nicht mehr stressen zu lassen. Meine Arbeit als freie Autorin und Gesundheitscoach ist natürlich nicht ansatzweise so stressig, wie mein früherer Job als Marketingmanager eines NASDAQ-Unternehmens und ich möchte wirklich nie mehr tauschen.

Heute bin ich überzeugt, dass es mit meinem jetzigen Lebensstil gar nicht erst zu meiner Erkrankung gekommen wäre. Ich folge damit Béchamp, der sagt, dass Krankheit aus Übersäuerung entsteht, sowie Enderlein, der davon ausgeht, dass uns Erreger auf eine Störung im Körper aufmerksam machen.

Leider fangen die meisten Menschen erst an auf sich zu achten, wenn sie bereits erkrankt sind. Sie sehen die Krankheit dann meist als etwas an, was per Zufall zu ihnen gekommen ist. Erst im Verlauf einer chronischen Erkrankung lernt man jedoch, diese als Hinweis anzunehmen und seinen gesamten Lebensstil zu hinterfragen.

Und das ist der wichtigste Schritt auf dem Weg nach oben.

Quellen & Links

Béchamp, Antoine: The Blood and its Third Anatomic Element, 1912

Birkmayer, Georg: NADH – Der biologische Wasserstoff, das Geheimnis unserer Lebensenergie, 2015

Eichinger, Uschi; Hoffmann, Kyra: Die Anti-Stress-Ernährung. Mehr Power für die Körperzellen. Die LOGI-Methode zur Stressbewältigung, 2016

Fischer, Ronald: Hydroxypathie. Auf dem Weg zum bioverfügbaren Menschen. Grundlagen des magneto-quantischen Feldes, 2016

Fuchs, Norbert; Thilo-Körner, Detlef; Kuklinski, Bodo: Nährstoff Akademie Salzburg, http://www.naehrstoff-akademie.com

Gerson, Charlotte, Gerson Institute, http://gerson.org/gerpress/the-gerson-therapy/

Gienow, Peter: Die miasmatischen Gesetze, 2006

Gierlinger, Michael; Lassek, Heiko: Blutdiagnostik und Bionforschung nach Wilhelm Reich, in: emotion 6/1984

Gnyedova, Oksana, Was ist NADH? http://www.was-ist-nadh.de/was-bewirkt-nadh.html

Hannes, Hendrik: Wege zur Gesundheit, 2012

Heine, Hartmut: Lehrbuch der biologischen Medizin: Grundregulation und extrazelluläre Matrix, 2006

Hume, Ethel: Pasteur Exposed – The False Foundations of Modern Medicine: Germs, Genes, Vaccines

Hume Ethel: Béchamp or Pasteur?: A Lost Chapter in the History of Biology, 1923

IFOS – Internationale Fachakademie Oxidativer Stress e.V., http://www.wasserstofftherapie.de

Jacob, L. M.: Dr. Jacobs Weg des genussvollen Verzichts. Die effektivsten

Maßnahmen zur Prävention und Therapie von Zivilisationskrankheiten

Kalokerinos, A.; Dettman, G.: Second Thoughts about Disease: A Controversy and Béchamp revisited, in: Jl. Intl. Acad. Preventive Medicine 4(1), July 1977

Neidert, Jens: Informationsportal Biologische Medizin, www.biologischemedizin.net

Nicolson, Garth L.; de Mattos, Gonzalo Ferreira; Settineri, Robert; Costa, Carlos; Ellithorpe, Rita; Rosenblatt, Steven; La Valle, James; Jimenez, Antonio; Ohta, Shigeo: Clinical Effects of Hydrogen Administration: From Animal and Human Diseases to Exercise Medicine, in Internation Journal of Clinical Medizin 7/2016

Pearson, R. B.: The Dream and Lie of Louis Pasteur

Pischinger, Alfred: Das System der Grundregulation, 2004

Sander, Friedrich F.: Der Säure-Basen-Haushalt des menschlichen Organismus und sein Zusammenspiel mit dem Kochsalzkreislauf und Leberrhythmus, Stuttgart, 1985

Stossier, Harald: Die Bedeutung des Säure-Basenhaushaltes für den Knochenstoffwechsel, Curriculum oncologicum 04, 1996

Tepperwein, Kurt: Die Botschaft deiner Seele: Das 3-Säulen-Prinzip der emotionalen Entsäuerung, 2012

Vormann, Jürgen, Institut für Prävention und Ernährung, Prof. Vormann GmbH, http://www.saeure-basen-forum.de

Wacker, Sabine; Wacker, Andreas: Basenfasten – das Gesundheitserlebnis, 2009

Witasek, Alex, et al.: Einflüsse von basischen Mineralsalzen auf den menschlichen Organismus unter standardisierten Ernährungsbedingungen, Erfahrungsheilkunde 8, 1996

Worlitschek, Michael: Original Säure-Basen-Haushalt, 2000

Worm, Nicolai, LOGI-Methode, http://www.logi-methode.de

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: chilcutte @ pixabay.de

Vergiftung – Auslöser chronischer Erkrankungen?

shop.tisso.de

Chronischen Erkrankungen nehmen zu und sind meist der Beginn eines langen Leidensweges. Viele Hausärzte sind damit überfordert und überweisen zu diversen Fachärzten, die jedoch meist nur ihr Fachgebiet sehen. Die Schulmedizin behandelt chronische Erkrankungen meist symptomatisch, ohne Aussicht auf Heilung. Dabei haben viele chronische Erkrankungen nach Ansicht von Experten

dieselben Auslöser:

1. **Eine schleichende Vergiftung**
2. **Nähr- und Vitalstoffmängel**

Laut Dr. Joachim Mutter ist allein schon Quecksilber für eine Vielzahl von Krankheiten verantwortlich. Dazu gehören oxidativer Stress, Alzheimer, Autoimmunerkrankungen wie Colitis ulcerose, Hashimoto und MS, Autismus, ADS, ADHS, Sprach- und Entwicklungsstörungen bei Kindern, ALS, Parkinson, Allergien, Neurodermitis, Nierenschäden, Herz-/ Kreislauferkrankungen, Krebs, antibiotikaresistente Bakterien, Unfruchtbarkeit, Schmerzen und psychische Krankheiten.

Schwermetalle können nachweislich Autoimmunerkrankungen auslösen. Ein Forscherteam der Universität Düsseldorf entdeckte, „dass die Behandlung eines Antigens mit Gold- bzw. Quecksilbersalzen in Mäusen die Immunantwort gegen dieses Antigen verändert. Antigene sind körperfremde Stoffe. Während ohne Gabe von Schwermetallen der richtige Teil des Antigens von T-Zellen angegriffen wird, reagiert das Immunsystem nach einer Behandlung mit Gold und Quecksilber verstört. Es greift auch Teile des Antigens an, die nicht bekämpft werden sollten. Der Grund: **Schwermetalle lösen eine chemische Veränderung des Antigens aus. Die T-Zellen können das ursprüngliche Antigen nicht mehr erkennen.** Es wird vermutet, dass dieser Mechanismus auch für das Entstehen von Autoimmunkrankheiten verantwortlich ist.“

Schwermetalle in unserem Körper

Blei

Wir alle sind tagtäglich vielfältigen Giften ausgesetzt, von denen wir vielen auch nicht entgehen können. Beispielsweise hat der **Bleigehalt** unserer Knochen im Laufe der Entwicklung um das Zehn- bis Tausendfache zugenommen. In Studien wurde nachgewiesen, dass Blei an der Entstehung von Krebs, Gehirn- und Knochenerkrankungen beteiligt ist.

Quecksilber

Daneben hat ein Großteil der Bevölkerung **Quecksilber** durch Amalgam in seinem Körper. Amalgam besteht zu 50% aus elementarem Quecksilber, welches als das giftigste nicht-radioaktive Element angesehen wird, weit giftiger als Arsen, Blei, Fluor oder Kadmium. „Zudem wird seine Giftigkeit durch das gleichzeitige Vorhandensein von anderen Metallen oder auch Hormonen, Antibiotika oder Pestiziden um das Vielfache gesteigert." Die Ausdünstungen sind auch in 50 Jahren alten Amalgamfüllungen nachweisbar. „Etwa 20% aller Personen mit Amalgamfüllungen dürften ihren Speichel nach finnischen Grenzwerten nicht mehr ausspucken, da die Quecksilberwerte im Speichel die Grenzwerte für Abwasser überschreiten und er dort als höchstgiftiger Sondermüll einzustufen ist. Der Stuhlgang eines deutlichen Anteils von Amalgamträgern gilt ebenfalls als Sondermüll. 20-50% aller Amalgamträger dürften ihren Speichel auch nicht mehr schlucken, da die Grenzwerte für Trinkwasser überschritten sind." Tierversuche zeigen, „dass schon 28 Tage nach Einsetzen von Amalgamfüllungen die höchsten Quecksilberwerte in Zahnfleisch und Kieferknochen messbar waren …. Das in diese Strukturen eingedrungene Quecksilber kann in der Folge die Fähigkeit des Knochens behindern, sich von Erregern und anderen Umweltgiften zu reinigen; es können dort außerdem Bereiche mit verminderter Durchblutung entstehen."

Weiterer Alltagsgifte

- **Kupfer:** Amalgam, Wasserleitungen
- **Kadmium:** Abgase, Zigarettenrauch, Batterien, Kunststoffe
- **Aluminium:** Impfstoffe, Küchengeschirr, Backpulver, Deos, als Streuhilfe in Kochsalz, Kohlekraftwerke, Geo-Engineering
- **Arsen:** Pflanzen- und Holzschutzmittel, Meeresfrüchte und Fische
- **Barium & Beryllium:** Zahnlegierungen, Trinkwasser
- **Titan:** Implantate, Sonnencremes, Medikamente, Zahncremes
- **Zinn:** Amalgam, Tuben, PVC-Böden, Meerwasser, Meeresfrüchte
- **Palladium & Platin:** Katalysatoren, Goldfüllungen
- **Fluorid:** Zahnpasta, Trinkwasser, Medikamente, Teflonpfannen, Klimaanlagen
- **Bromid:** Flammschutzmittel in Matratzen, Teppichen, Vorhängen
- **Biozide:** Lebensmittel, Luft, Gewässer, Regen

- **Lösungsmittel:** Autoinnenraum
- **Benzol & Kohlenmonoxid:** Atemluft
- **Weichmacher:** Plastikflaschen, beschichtetet Lebensmittelkartons, Autoinnenraum, Medikamente mit Retardfunktion
- **Aspartam:** Süßstoff
- **Glutamat:** Geschmacksverstärker in Fertigprodukten, Hefeextrakte
- **Elektrosmog:** Mobilfunk, UMTS, DECT, WLAN, TETRA, EDGE, GPRS, WIMAX, Radar, Mikrowellen, digitales TV, Atomenergie

Entgiftung als Weg zur Gesundheit

„Praktisch alle Studien im Zusammenhang mit verschiedensten Erkrankungen und Beschwerden, die den Gesundheitszustand nach vorsichtiger und umsichtiger Amalgamentfernung (ohne Einbau neuer Zahnmetalle) untersuchten, fanden eine Besserungsrate von etwas 70-80%. Auch Autoimmunerkrankungen lassen sich aufgrund der Studienlage und Erfahrung des Autors positiv beeinflussen. … Es konnte gezeigt werden, dass bei Patienten mit autoimmunbedingter Schilddrüsenerkrankung nach (umsichtiger!) Amalgamentfernung die Antikörper gegen Schilddrüsengewebe schon nach sechs Monaten deutlich reduziert wurden“, so Dr. Mutter in seinem Klassiker Gesund statt Chronisch Krank.

Der Weg nimmt ein wenig Zeit und vor allem Geld in Anspruch. Entgiftung ist auch nicht immer ganz schmerzlos und man muss Durchhaltevermögen beweisen. Dennoch sind die Erfolge in der Regel schnell und nachhaltig erkennbar.

Vorbereitung

1. Gifte eliminieren (Amalgam!)

Das allerwichtigste ist es laut Dr. Mutter zunächst, die schlimmsten Giftquellen im Körper oder Umfeld zu beseitigen. Hier ist die fachmännische Entfernung etwaiger Amalgamfüllungen einer der wichtigsten Schritte. Es empfiehlt sich, dafür einen Umweltzahnarzt aufzusuchen, der den Mund dreifach abkoffert und den Patienten bei der Entfernung per Atemmaske schützt. In manchen Fällen kann dies sogar eine Kassenleistung sein.

2. Kiefer sanieren

Entzündungen an den Zahnwurzeln und den Kieferknochen sind nach meiner eigenen Erfahrung nicht immer spürbar. Da diese Stellen dadurch schlecht durchblutet sind und eine schlechte Stoffwechselleistung aufweisen, können sich dort Mikroorganismen festsetzen. Diese können eine verhängnisvolle Verbindung mit Quecksilber eingehen, die um ein Vielfaches giftiger ist, als Quecksilberdampf und scheinen für schwerste Nerven- und Gehirnschäden mitverantwortlich zu sein. Auch hier ist ein Umweltzahnarzt der richtige Ansprechpartner. Weitere Informationen zur Störfeldsanierung findet Ihr hier.

3. Darm sanieren

Nur eine gesunde Darmschleimhaut kann ausreichend Nährstoffe aufnehmen. Es gibt viele Möglichkeiten, den Darm zu sanieren. Ich schwöre dabei auf die Kombination von einem quellenden Mittel, was die Reinigung unterstützt (z.B. Flohsamenschalen), mit einem ausleitenden Mittel (z.B. Klinoptilolith-Zeolith) und einem Probiotikum, was die richtigen Darmbakterien ansiedelt. Ich empfehle für die Darmsanierung einen naturheilkundlichen Arzt oder einen darauf spezialisierten Heilpraktiker aufzusuchen.

4. Ernährung umstellen

Schon 1931 schrieb der Nobelpreisträger Dr. Otto Warburg „Keine Krankheit kann in einem basischem Milieu existieren, nicht einmal Krebs“. Unsere westliche Ernährung mit viel Fleisch und Getreide übersäuert leicht den Körper. Auch die Toxine von Erregern machen uns im wahrsten Sinne des Wortes sauer.

Eine sinnvolle Darmsanierung funktioniert nach meiner Erfahrung nur, wenn man schädigende Lebensmittel weg lässt. Zucker füttert z.B. Pilze, Gluten und Soja fördern häufig den Autoimmunprozess bei Hashimoto, Milchprodukte verschleimen laut traditioneller chinesischer Medizin den Körper und Schweinefleisch sollte bei entzündlichen Erkrankungen, Gelenk- und Darmerkrankungen sowie Autoimmunerkrankungen laut Dr. Mutter grundsätzlich gemieden werden. Grundsätzlich sollte die Ernährung seiner Meinung nach rohkostreich und aus der Region sein.

5. Nährstoffe auffüllen

Dr. Mutter empfiehlt das Auffüllen der Körperdepots mit:

1. Aminosäuren (insb. schwefelhaltige wie Cystein und S-Adenyl-Methionin)
2. Vitaminen
3. Mineralstoffen (z.B. Kalium, Magnesium, Kalzium, Silizium, evtl. Natrium)
4. Spurenelementen (insb. Zink, Selen, Mangan, Molybdän, Chrom, evtl. Kupfer und Eisen)
5. Ultraspurenelementen (Bor, Strontium, Germanium, Vanadium)˜

Dieses Thema ist so umfangreich, dass ich hier auf orthomolekulare Therapeuten verweise. Der Hausarzt kann die jeweiligen Werte im Blut bestimmen, bevor man auffüllt.
Es gibt auch gute Literatur zu dem Thema, z.B.:
Gesund statt chronisch Krank von Dr. Joachim Mutter
Mitochondrientherapie von Bodo Kuklinski
Handbuch Anti Aging und Prävention von Rüdiger Schmitt-Homm und Simone Homm

Mobilisieren und Ausleiten der Gifte

Die Schulmedizin bietet Chelatbildner wie DMPS, DMSA, Tiopronin, DTPA und EDTA an, die zum Teil intravenös verabreicht werden. Bei einigermaßen gesunden Menschen funktionieren sie meist hervorragend. Bei chronisch Kranken, die evtl. auch noch an einer Entgiftungsschwäche wie z.B. HPU leiden oder deren Ausleitungsorgane Leber, Nieren und Lymphsystem überlastet sind, können diese Mittel jedoch auch Schaden anrichten.

Natürliche Mittel der Entgiftung umfassen Chlorella Algen, Bärlauch- und Korianderurtinktur, natürlichen Schwefel / MSM (Methylsulfonylmethan), gefriergetrockneten Knoblauch, Glutathion, Alpha- oder sogar R-Liponsäure, Klinoptilolith-Zeolith uvm. Auch hier empfiehlt es sich, einen naturheilkundlichen Arzt oder einen darauf spezialisierten Heilpraktiker aufzusuchen. Die Giftstoffe müssen von den Nervenzellen über das Bindegewebe und das Blut ausgeleitet werden, wobei man die Blut-Hirn-Schranke erst dann öffnen sollte, wenn Blut und Bindegewebe gereinigt sind.

Die Entgiftung erfolgt in der Regel in 3 aufeinander aufbauenden Stufen. Anbei ein Beispiel für meinen ganz persönlichen Entgiftungsplan.

Stufe 1

- **Gifte aus dem Darm ausleiten:** z.B. mit Klinoptilolith-Zeolith oder Chlorella. Eine wunderbare Möglichkeit zur Darmreinigung sind zudem Kaffeeeinläufe: 3 EL Bio-Kaffee + 1 Liter gefiltertes Wasser aufkochen und 20 Minuten auf kleiner Stufe köcheln lassen, um die Schadstoffe zu eliminieren. Dabei immer umrühren und immer dabei sein. Dann mit einem feinen Sieb abseihen und auf handwarme Temperatur abkühlen lassen. Schließlich in einen Klistier füllen, in den Darm einlaufen lassen und möglichst 10 Minuten darin halten, bevor man sich in der Toilette wieder davon entledigt. Das ist eine total saubere Sache und gar nicht schlimm.
- **Die Leber reinigen:** z.B. mit Silybum von Phönix oder L/Ni-Kräuterelixier vom Calendula-Kräutergarten. Leberwickel sind daneben ein wunderbares und preiswertes Mittel zur Stärkung der Leber. Dafür einfach ein Tuch in sehr heißes Wasser tunken, auswringen, sich ins Bett legen, das Tuch auf die Leberregion legen, trockenes Tuch drüber legen, zudecken. Nach 10 Minuten feucht-kaltes Tuch entfernen und liegen bleiben!
- **Die Nieren reinigen:** z.B. mit Solidago von Phönix, Niermison von SonnenMoor oder L/Ni-Kräuterelixier vom Calendula-Kräutergarten. Detox-Fußbäder sind eine sinnvolle Unterstützung, denn die Füße werden in der Naturheilkunde auch als 3. Niere angesehen. Außerdem viel trinken und sofort mit der Entgiftung pausieren, wenn sich die Nieren beschweren.

- **Die Lymphe reinigen:** z.B. mit Thuja lachesis von Phönix, Lymphdiaral von Pascoe oder mit Braunwurz & Co. vom Calendula-Kräutergarten. Zudem kann man den Lymphfluss sehr schön mit täglichem Wippen auf einem Minitrampolin unterstützen.
- **Entsäuern:** z.B. mit grünen Smoothies, 7×7 Tee (langsam steigern!), Natronfußbädern, viel stillem Wasser und viel Gemüse.
- **OPC** 2x täglich hilft laut Robert Franz, das Blut zu verdünnen. OPC kann man auch sehr gut mit Vitamin C kombinieren, weil es sich gegenseitig verstärkt und Vitamin C zudem die Entgiftung durch seine antioxidativen Eigenschaften unterstützt.
- **MSM/organischer Schwefel**, denn der Körper braucht Schwefel zum Entgiften.
- **Magnesium-Fußbäder oder Epsomsalz-Vollbäder** unterstützen die Entgiftung über die Haut und versorgen den Körper mit dem wichtigen Mineral Magnesium, welches zur Entgiftung immer benötigt wird.

Stufe 2 (zusätzlich zu den Mitteln der Stufe 1)

- **Gifte aus dem Bindegewebe mobilisieren:** z.B. mit Bärlauchurtinktur

Stufe 3 (zusätzlich zu den Mitteln der Stufe 1 und 2)

- **Gifte aus den Nervenzellen mobilisieren:** z.B. mit Coriandrum oder/und Alpha-Liponsäure. Achtung, hier wird die Blut-Hirn-Schranke geöffnet, diese ist dann bidirektional durchlässig. Befinden sich noch Gifte im Bindegewebe, kann es zur Rückvergiftung kommen!

Ein Weg mit Erfolg

Das Entgiften und Ausleiten wird vermutlich einige Monate in Anspruch nehmen. Aber man wird eventuell schon nach kurzer Zeit Verbesserungen an sich wahrnehmen. Kommt man in eine Heilkrise, sollte man es langsamer angehen zu lassen. Bei allem gilt: Kopfschmerzen, Übelkeit und Schmerzen in Leber, Nieren, Darm sind ein Signal des Körpers, dass es zu viel ist. Dann mit der Entgiftung / Entsäuerung pausieren und verstärkt ausleiten (Zeolith), sowie Leber, Nieren und Lymphe unterstützen. Wenn das Problem bestehen bleibt, den begleitenden

Therapeuten aufsuchen. Ich würde hier keinerlei Risiko eingehen. Der Körper zeigt einem das Tempo, was er verkraftet. Bei der Entgiftung kann man einiges falsch machen, daher rate ich dringend dazu, sich in wirklich erfahrene Therapeutenhände zu begeben.

Die ganzheitliche Behandlung einer chronischen Krankheit nimmt ohne Frage Zeit und auch Geld in Anspruch. Die Schulmedizin behandelt in der Regel nur die Symptome. Alle an den Ursachen ansetzende Maßnahmen müssen fast immer privat bezahlt werden. Man muss Heilkrisen und manchmal auch Erstverschlimmerungen in Kauf nehmen. Nicht selten stößt man in seinem Umfeld auf Unverständnis. Wer das tut, muss in der Regel den klaren Willen haben, die Verantwortung für seine Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen. Aber es lohnt sich, denn nach meiner Erfahrung gibt es vor allem mit ganzheitlichen Methoden einen Weg aus der chronischen Krankheit.

Quellen

Mutter, Dr. med Joachim, Gesund statt Chronisch Krank

Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft, Forschung und Technologie, Pressemitteilung vom 7.8.1995 in „Forschungsinfo“ Nr. 24/95 (Bonn)

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: C. Nöhren @ pixelio.de

Magnesium – Mineral des Lebens

natuerliche-therapie.de/produkte

Magnesium – essentielles Element, unentbehrlich für alle Lebewesen und Bestandteil von Erdkruste, Mineralien und Pflanzen.

Magnesium findet sich als Verbindung in vielen Lebensmitteln wie Mineralwasser, Leber, Geflügel, Fisch, Sonnenblumen- und Kürbiskernen, Schokolade , Cashew- und Erdnüssen, Sesam, Kartoffeln, Spinat, Kohlrabi, Bananen, Beeren, Orangen, Zuckerrübensirup, Vollkorn- und Milchprodukten.

Leider können wir uns über die Nahrung aufgrund ausgelaugter Böden nur noch schwer mit ausreichenden Mengen von Magnesium versorgen. Liegt ein Mangel vor – und das ist leider sehr häufig der Fall – kommt es zu Mangelerscheinung und Erkrankungen.

Wofür Magnesium benötigt wird

Magnesium wird von mehr als 300 Enzymen als Co-Faktor für wichtige Stoffwechselvorgänge benötigt.

Entgiftung: Laut Dr. Joseph Mercola spielt es eine wichtige Rolle im Entgiftungsprozess des Körpers und verhindert Schäden durch Umweltchemikalien, Schwermetalle und andere Gifte. Auch Dr. Dietrich Klinghardt sieht in dem Auffüllen der fehlenden Mineralien wie Magnesium (aber auch Kupfer, Mangan und Eisen) den essentiellen Schritt bei der Schwermetallentgiftung.

Borreliose: Auch für die Behandlung der Borreliose sind die Mineralien Magnesium, Kupfer, Mangan und Eisen nach Meinung von Dr. Klinghardt

essentiell, denn gerade bei diesen Patienten sind sie extrem aufgebraucht. Sie sind Hauptbestandteil der Enzyme, die unsere Immunzellen im Kampf gegen die Eindringlinge verwenden.

Schilddrüse, Nebennieren und Zuckerhaushalt: Magnesium hat Einfluss auf die Ausschüttung des Stresshormons Adrenalin und beeinflusst das hormonelle Gleichgewicht der Nebennieren, Nebenschilddrüse und Schilddrüsenfunktion sowie die Blutzuckerregulierung. Dr. Peter Osborne sieht in Magnesium neben Vitamin B12, Zink und Proteinen den wichtigsten Bausteine um einen ordnungsgemäßen TSH zu erzeugen.

Erbsubstanz: Magnesium spielt eine entscheidende Rolle in der Eiweiß- und DNS-Synthese und ist an der Bildung und Reparatur der Erbsubstanz und der Zellteilung beteiligt.

Energiestoffwechsel: Magnesium kann Zellatmung, Energiegewinnung und Energiefreisetzung durch die Bildung von Adenosintriphosphat (ATP) in den Mitochondrien unterstützen.

Zellmembranen: Magnesium kann biologische Membranen stabilisieren. Es regelt die Durchlässigkeit der Zellmembran für Elektrolyte, ist Co-Faktor der Natrium-Kalium-Zellpumpe und ist wichtig für das biologische Gleichgewicht des Mineralstoffhaushaltes in den Zellen.

Nervensystem und Muskulatur: Magnesium hat Einfluss auf die Erregungsleitung, es reguliert Kontraktionen unserer Skelett-, Herz-, Gefäß- oder Gebärmuttermuskulatur und sorgt für das entspannte Funktionieren jeglicher Muskeln und des zentralen Nervensystems im Körper. Magnesium ist der natürliche Kalziumantagonist. Am Herzen hat Magnesium Einfluss auf Kalzium- und Kaliumkanäle und ist daher wichtig für den ungestörten Ablauf der Erregungsleitung im Herzmuskel.

Knochen: Magnesium ist neben Kalzium wichtig für die Knochenfestigkeit von Skelett und Zähnen.

Vitamin D: Laut Dr. Schweikart kann Vitamin D ohne Magnesium nicht in seine aktive Form umgewandelt werden. Die Vitamin-D-Transportmoleküle, die Vitamin-D-Regulation und das PTH, ein Hormon der Nebenschilddrüse, welches den Stoffwechsel von Vitamin-D reguliert, werden stark durch Magnesium beeinflusst.

Dies erklärt das Phänomen der Vitamin-D-resistenten Rachitis, bei der ein Vitamin-D-Mangel nicht durch die Einnahme von Vitamin D ausgeglichen werden kann. Allein durch die Gabe von Magnesium normalisieren sich in diesen Fällen die Spiegel von Vitamin-D-Hormon, PTH und Calcium.

Aber auch umgekehrt ist der Zusammenhang von Vitamin D und Magnesium von großer Bedeutung. Eine Vitamin D-Hochdosistherapie erhöht den Magnesiumverbrauch und seine Ausscheidung. Liegt bereits eine Unterversorgung mit Magnesium vor, kann sich diese durch eine Einnahme von hochdosiertem Vitamin D schnell zu einem starken Magnesiummangel ausweiten. Dies erklärt auch die teilweise auftretenden angeblichen Nebenwirkungen von Vitamin D wie Herzstolpern, Kopfschmerzen, Muskelkrämpfe und Angstattacken. Dabei handelt es sich meinst nicht um eine Vitamin D-Überdosierung, sondern um einen sekundären Magnesiummangel.

Die Ernährungswissenschaftlerin Prof. Ana Maria Lajusticia Bergasa erläutert in ihrem Buch Die erstaunliche Wirkung von Magnesium: Über die Bedeutung von Magnesium und Probleme bei Magnesiummangel anschaulich, wie sie mit Magnesium rund achtzig Krankheiten und Beschwerden vorbeugt oder heilt. Dazu gehören Asthma, tetanisches Pseudoasthma, Atemnot, allergische Rinitis, Juckreiz und Ekzeme, ängstliche Übererregbarkeit, Zittern, nervöse Krisen, Migräne und allgemeine Kopfschmerzen, Schwindel, Schlaflosigkeit, Kreislaufbeschwerden, Asthenie, Augenermüdung, Krämpfe, Kribbelgefühl vor allem in den Beinen, Spannungsgefühl in der Brust, Ermüdung der Stimme, Skelett-,Thorax- und Bandscheibenbeschwerden, mangelnde Kalzifizierung der Knochen, Arthrose, Arthritis und Polyarthritis.

Magnesiummangel

Frühe Anzeichen eines Magnesiummangels sind Appetitlosigkeit, Kopfschmerzen, Übelkeit, Erschöpfung und Schwäche. In der Folge kann es zu Muskelkrämpfen und -zucken, Taubheit, Kribbeln, Herzrhythmusstörungen, hohem Ruhepuls, Herzrasen, Schweißausbrüchen und Bluthochdruck kommen.

In dem Bestseller The Magnesium Miracle von Dr. Carolyn Dean werden 22 medizinische Bereiche unterschieden, in denen ein Magnesiummangel eine Rolle spielt:

Ängste und Panikattacken	Asthma
Erkrankungen des Bewegungsapparats (Fibromyalgia, Krämpfe, chronische Rückenschmerzen etc.)	Blasenentzündung
Blutgerinsel	Darmerkrankungen
Depression	Diabetes
Entgiftungsstörungen	Erschöpfung
Gynäkologische Beschwerden (PMS, Unfruchtbarkeit und Präeklampsie/Schwangerschaftsvergiftung)	Herzerkrankungen
Hypertonie / Bluthochdruck	Hypoglykämie / Unterzuckerung
Karies	Lebererkrankungen
Migräne	Nierenerkrankungen
Nervenprobleme	Osteoporose / Knochenschwund
Raynaud-Syndrom	Schlaflosigkeit

Magnesiumwerte bestimmen

Ein Erwachsener sollte durchschnittlich 25g Magnesium im Körper haben. Dieses befindet sich zu 99 Prozent innerhalb der Zellen. 60 Prozent des Magnesiums liegt im Knochengewebe, der Rest in der Muskulatur und in den restlichen Körperzellen. Deshalb nennt man Magnesium auch das Knochen- und Muskelmineral.

Misst man den Magnesiumgehalt im Blutplasmaspiegel, kann daher nur 1% des Gesamtmagnesiumspiegels im Körper erfasst werden. Bei Magnesiummangel wird das fehlende Magnesium aus den Magnesiumspeichern in Knochen und Zellen freigesetzt, um den Magnesiumspiegel im Blut konstant zu halten. Erst wenn diese Speicher aufgebraucht sind, sinkt auch der Magnesiumspiegel im Blut. Ein Magnesiumdefizit kann also über eine Blutspiegelmessung nur bei einem weit fortgeschrittenen Mangel und leergefegten Speichern festgestellt werden! Empfohlen wird daher die Messung von Magnesium im Vollblut (31 – 38 mg/l) oder Heparinblut (intrazellulär 1,75 – 2,2 mmol/l).

Arten der Magnesiumaufnahme

Die Magnesiumaufnahme findet im Dünndarm statt, wobei es nur zu etwa einem Drittel resorbiert wird. Von 300 mg zugeführtem Magnesium stehen uns bei ungestörter Aufnahme also nur etwa 100 mg zur Verfügung. Bei gestörter Darmflora ist es entsprechend weniger.

Magnesium wird abends wegen des niedrigen Cortisolspiegels besser resorbiert.

Co-Faktoren der Aufnahme

Vitamin B6, Bor und Bicarbonat sind wichtige Co-Faktoren und unterstützen Magnesium dabei, in die Zelle zu gelangen. Es gibt Produkt, die diese Co-Faktoren z.T. beinhalten, wie Jigsaw Health Magnesium mit Vitamin B6 und Trace Minerals mit Bor. Ein Rezept für MAG-Water mit Bicarbonat findet Ihr weiter unten.

Dagegen ist Calcium ein Antagonist von Magnesium und wir haben meist eher zu viel Calcium (im Bindegewebe) als zu wenig. Um Calcium in Knochen und Zähne zu verhelfen, ist Bor ein wichtiger Co-Faktor. Auch synthetisches Vitamin D senkt den Magnesium- und Kaliumspiegel.

Magnesium sollte nicht gleichzeitig mit Zink oder Calcium eingenommen werden.

Aufnahme über die Nahrung

Das Entsaften grüner Lebensmittel ist ein guter Magnesiumlieferant, denn Magnesium befindet sich im Chlorophyll der Pflanzen. Algen und grünes Blattgemüse wie Spinat und Mangold sind ausgezeichnete Quellen für Magnesium, so wie auch einige Bohnen, Nüsse und Samen, Kürbis, Sonnenblumenkerne, Sesam und Avocados. Jedoch kommt es sehr stark auf den Nährstoffgehalt der Böden an, wie ergiebig organische Lebensmittel an Magnesium sind.

Aufnahme durch Nahrungsergänzungsmittel

Wegen seiner Reaktionsfreudigkeit kommt Magnesium in der Natur nicht in elementarer Form, sondern nur gebunden in Form von z.B. Carbonaten, Silicaten,

Chloriden oder Sulfaten vor. Es gibt kein 100%-iges Magnesiummittel zu kaufen, jedoch eine große Auswahl an über 20 Magnesiumwirkstoffen, die sich in ihrer Absorption und Bioverfügbarkeit unterscheiden.

Als Nahrungsergänzungsmittel kann man Magnesium am Besten als Threonat, Citrat, Orotat, Glycinat, Malat oder Hydroxid zu sich nehmen. Magnesium-Threonat und Magnesium-Citrat scheinen die Zellmembranen und Mitochondrien zu durchdringen und somit höhere Energielevel zu erzeugen. Sie können außerdem die Blut-Hirn-Schranke überwinden und durch die bessere Versorgung der Nervenzellen mit Magnesium dazu beitragen, Demenz und Gedächtnisverlust zu verhindern. Magnesium-Citrat verringert allerdings auch den Ceruplasminspiegel, was sich ungünstig auf die Menge an ungebundenem Kupfer und Eisen im Gehirn auswirkt. Deswegen rät die Magnesium Advocacy Group von Mg-Citrat ab!

Magnesium L-Threonat: neueste Mg.-Verbindung, erhöht drastisch die Magnesiumwerte in Gehirn und Wirbelsäule, sorgt für verbesserte kognitive Funktionen, gilt als Nootropikum	Magnesium-Citrat: bekannteste Magnesiumverbindung, erhöht den Flüssigkeitsspiegel im Verdauungstrakt, kann abführend wirken, kurbelt die Produktion von Magensäure an	Magnesium-Orotat: regeneriert beanspruchte Muskelzellen, erhöht allerdings die Konzentration von Harnsäure im Körper
Magnesium-Glycinat: höchste Bioverfügbarkeit, sorgt für Entspannung und erholsamen Schlaf	Magnesium-Malat: Sehr gut für Menschen mit Erschöpfungszuständen oder CFS und steigert die Produktion der Magensäure.	Magnesium-Chlorid: Regt die Produktion der Magensäure an und ist bei Magenproblemen oder Refluxkrankheit ideal

Magnesiumtaurat: Bei Herzerkrankungen unterstützt das zusätzliche Taurin nachweislich die Herzfunktionen	Magnesiumsulfat: Kann Präeklampsie in der Schwangerschaft verhindern und eignet sich als Badesalz zur transdermalen Aufnahme	Außerdem gut: Magnesiumarginat, -lysinat, -ascorbat und Magnesium-ZMK

Magnesiumaspartat, Magnesiumpidolat, Magnesiumoxid, Magnesiumlaktat, Magnesiumcarbonat und Magnesiumperoxid sind nicht empfehlenswert, da sie entweder Schäden im Körper verursachen oder äußerst schlecht absorbiert werden.

Eine sehr preiswerte Möglichkeit, Magnesium oral zu sich zu nehmen, ist das eigene Mischen einer Magnesiumlösung. Hierzu gibt es zwei gute Möglichkeiten:

1. MAG-Water nach Morley Robbins mit Magnesiumhydroxid: Dabei werden ca. 3,6g Magnesiumhydroxid in Lebensmittelqualität in gekühltes Mineralwasser gegossen und mehrmals geschüttelt, bis es sich gelöst hat. Dies vermischt man dann im Verhältnis 1:4 mit Wasser und trinkt es über den Tag verteilt. Das darin enthaltene Bicarbonat hilft dabei, Magnesium in die Mitochondrien zu befördern.
2. Magnesiumchloridlösung: Dabei füllt man 33g Magnesiumchlorid in Lebensmittelqualität in einen Liter Wasser und trinkt davon mindestens 20ml pro Tag. Ein Liter reicht für 50 Magnesiumgaben, eine preiswerte Art der Magnesiumzufuhr wenn man bedenkt, dass man gutes Magnesiumchlorid in Lebensmittelqualität für unter 6 € pro Kilogramm bekommt! Man kann die Sole mit Sirup, Tee oder Saft mischen, damit es angenehmer schmeckt.

Transdermale Aufnahme

Magnesium kann auch sehr kostengünstig als Magnesiumchlorid oder Magnesiumsulfat / Epsomsalz transdermal (über die Haut) aufgenommen werden. Die transdermale Aufnahme ist zwar wissenschaftlich noch nicht erforscht, viele Alternativmediziner gehen aber davon aus, dass man damit besser Magnesium aufnehmen kann als über die orale Einnahme. Denn bei einer oralen Gabe sind der Magnesiumaufnahme aufgrund der abführenden Wirkung Grenzen gesetzt.

Für die transdermale Aufnahme gibt es verschiedene Optionen:

Vollbäder: Vollbäder mit Magnesiumchlorid sollen eine maximal 1%ige Magnesiumlösung beinhalten. Für 50 Liter Wasser benötigt man ca. 750 – 1000 g Magnesiumchloridflocken 4kg oder günstig im 25 kg Sack. Das Bad sollte mindestens 20 Minuten dauern und mindestens 37° haben, damit sich die Poren öffnen.
Eine sehr schöne Alternative sind auch Epsomsalzbäder. Sie erhöhen nicht nur den Magnesium-, sondern auch den Sulfatspiegel, verbessern nachweislich die Herz-, Kreislauffunktion und die Insulinaufnahme, Entgiften und wirken schmerzlindernd. Hierfür nimmt man 1 – 3 Tassen Epsomsalz auf ein Vollbad, zu Anfang beginnend mit 1 Tasse. Es dürfen keine Seife oder Badezusätze ins Wasser gelangen, da sie den Effekt der Mineralsalze zunichte machen.
Man kann von beiden Salzen natürlich auch weniger nehmen sowie 1 Tasse Natron zur Entsäuerung hinzu fügen. Ganz wichtig bei Magnesiumbädern ist die ausreichende Trinkmenge vor, während und nach dem Bad, denn Magnesium dehydriert!

Fußbäder: Ein Fußbad mit Magnesiumchlorid sollte eine ca. 2-5%ige Lösung beinhalten. Hierzu löst man 200 – 500 g Magnesiumchloridflocken in 5 Liter min. 37 Grad warmem Wasser auf und badet die Füße min. 20 Minuten lang darin. Ich mache auch immer noch 1/4 Tasse Natron zur Entsäuerung dazu. Auch hier ist es möglich, Epsomsalz zu verwenden, hierfür nimmt man dann ca. 1/2 Tasse auf 5 Liter Wasser.

Einreibungen mit Magnesiumöl: Man kann Magnesiumchlorid auch mit Wasser zu einer ölartigen Flüssigkeit (Magnesiumöl) vermischen. Das Mischungsverhältnis beträgt 350g Magnesiumchlorid auf 1 Liter Wasser. Ich schütte mir dazu einfach einen Haufen Magnesiumchloridpulver in einen Becher und gebe vorsichtig in etwa die gleiche Menge heißes Wasser dazu, nur so viel, bis sich alles aufgelöst hat. Das schütte ich dann in eine Glassprühflasche und massiere es abends in die Haut von Fußsohlen und Beinen.

Magnesium-Creme: Eine ganz neue und durchaus interessante Idee ist die Einbindung von Magnesiumöl in eine Creme. So trocknet die Haut nicht aus und bleibt schön und geschmeidig. Für die Creme stellt man sich zunächst mit ½ Tasse Magnesiumchloridpulver und 3 EL kochendem Wasser ein Öl her. Parallel dazu erwärmt man im Wasserbad ¼ Tasse unraffiniertes Kokosöl, 2 EL Emulgator

und 3 EL Sheabutter. Wenn alles gut vermischt ist, lässt man es auf Zimmertemperatur herunter kühlen und füllt es danach in ein Mixgefäß. Dann bei mittlerer Geschwindigkeit durchmixen und Tropfen für Tropfen das Magnesiumöl dazu geben. Ist alles aufgenommen, für 15 Minuten in den Kühlschrank stellen, dann noch einmal mixen und fertig ist die Creme. Ich habe es ausprobiert und bin begeistert. Ich creme es morgens jetzt immer auf meine Beine.

MAG-A-HOL: Eine spannende Alternative zum Magnesiumöl ist die Lösung von Magnesiumchlorid in Alkohol, die der Chemiker Hemant Trivedi aufgrund seines eigenen, krassen Magnesiummangels entwickelte. Er verwendet dafür Wodka, dessen Gylcerin und Ethanol die Aufnahme in die Haut noch verstärken. Dazu nimmt man ca. 200 ml Wodka und ca. 140 g Magnesiumchloridflocken oder -pulver, vermischt beides, füllt es in eine Pumpflasche und sprüht es auf die Haut. Wie alles, was ich Euch vorstellen, habe ich auch das ausprobiert und finde es richtig gut. Zumal es auf der Haut auch nicht so einen klebrigen Film hinterlässt, wie Magnesiumöl. Aber Vorsicht mit dem Alkohol, für Kinder, Schwangere und alkoholempfindliche Leute ist das wohl nichts.

Fazit

Ich vermute, dass das Thema Mineralienmangel sehr unterschätzt wird. Gerade Menschen mit chronischen Erkrankungen, Entzündungen und Vergiftungen haben nach meiner Erfahrung einen erhöhten Bedarf an Magnesium, Kalium, Selen, Schwefel, Jod uvm.

Der Ausgleich des Magnesiummangels ist nicht ganz einfach, da es sehr stark mit anderen Faktoren zusammen hängt. Vitamin B6 und Bor sind wichtig, damit das Magnesium überhaupt in den Zellen ankommt. Diese sind nicht selten durch seinen Antagonisten Calcium blockiert. Vitamin D verbraucht sehr viel Magnesium bei der Aufnahme.

Ich selber nehme verschiedene Formen von Magnesium über den Tag verteilt ein. Da Magnesium bei niedrigem Cortisolspiegel besser aufgenommen wird, nehme ich es hauptsächlich nach 16 Uhr. Ich mische mir täglich eine Flasche MAG-Water mit Magnesiumhydroxid, Bor und Schwefel (MSM). Außerdem nehme ich Life Extension NeuroMag mit Magnesium-Threonat, Jigsaw Magnesium mit Vitamin B6 und Trace Minerals mit viel Kalium und Bor.

Quellen

Die erstaunliche Wirkung von Magnesium: Über die Bedeutung von Magnesium und Probleme bei Magnesiummangel, Prof. Ana Maria Lajusticia Bergasa

The Magnesium Miracle, Dr. Carolyn Dean

Effects of transdermal magnesium chloride on quality of life for patients with fibromyalgia: a feasibility study, Engen DJ, et al. J Integr Med. 2015

Lyme disease: A Look Beyond Antibiotics, Dietrich K.Klinghardt, MD, PhD Bellevue WA

10 Nutrient Deficiencies Every Thyroid Patient Should Have Checked, Dr. Peter Osborne

Major Signs You Are Magnesium Deficient (and what to do about it), Dr Joseph Mercola

VITAMIN D UND MAGNESIUM, Dr. Schweikart

Magnesium: Lebenswichtiger Mineralstoff, DocJones

Nootropika-Gehirndoping mit: Alle Magnesium-Arten in der Übersicht, The Mind Difference

MAGNESIUMCHLORID – ANWENDUNG UND WIRKUNG

Magnesiumchlorid, Marianne Zürcher, Magnetopathin, Schweiz

MAG-Water der Magnesium Advocacy Group, Morley Robbins

Epsom Salz – das Wundersalz

Magnesium Body Butter, Wellness Mama

MAG-A-HOL Rezept, Hemant Trivedi

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten

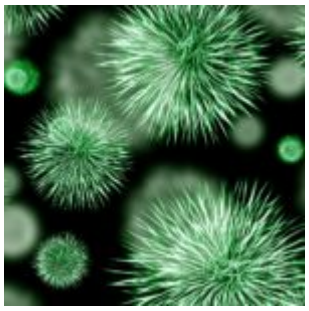
Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: Qayyaq @ pixelio.de

magaholmagic.blogspot.de

ebay.de/itm/like/201221095772

Mein Erfahrungsbericht mit Borreliose & Co-Infektionen



Meine chronische Borreliose blieb jahrelang unentdeckt. An einen Zeckenbiss erinnere ich mich nicht und eine entsprechende Rötung (Erythema Migrans) hatte ich auch nicht. Ich war ein kerngesunder, sportlicher, schlanker und belastbarer Typ und im Job erfolgreich. Ich habe mich gesund ernährt, nicht mehr geraucht und nur mäßig ab und zu mal gefeiert. Doch vor 14 Jahren begannen plötzlich gesundheitliche Probleme, zu denen im Jahresrhythmus immer etwas Neues dazu kam.

Meine Krankheitsgeschichte

chronologisch

- bis 2002: 35 Jahre lang war ich ein gesunder Mensch
- 2002: Bandscheibenvorfall und 10 kg Gewichtszunahme
- 2003: Blinddarmentzündung mit OP
- 2004: Fehlgeburt
- 2006: Schwangerschaftsvergiftung und infolge dessen Kaiserschnitt, 20 kg Gewichtszunahme und ewiges Frieren, Restless Legs
- 2007: Hashimoto Thyreoiditis, zunehmende Erschöpfung, ewiger Schwindel, starke Kreislauf- und Gleichgewichtsprobleme
- 2008: Schlafapnoe
- 2009: Burn-out und Kur
- 2010: Burn-out und Jobaufgabe
- 2011: Beginn der Fieberschübe alle paar Wochen
- 2012: Kurzzeitige Darmlähmung, Magen- und Darmschmerzen, Blähungen, danach täglich Durchfall und Blut im Stuhl, Fruktoseintolleranz
- 2013: Gluten- und Caseinunverträglichkeit
- 2014: nach einer Impfung der totaler Zusammenbruch

Bei meinem zweiten „Burn-out“ lag ich mit gelähmten Beinen im Bett, hatte Schmerzen in den Beinen, im Kopf und im Rücken und war nicht in der Lage mir etwas zu merken oder einen klaren Gedanken zu denken. Depressiv war ich nie. Wie man bei solchen Symptomen als Arzt nicht nach chronischer Borreliose schauen kann ist mir heute ein Rätsel! Irgendwann fingen auch so merkwürdige Schübe mit Schüttelfrost, leichtem Fieber, Kopf- und Gelenkschmerzen an, die alle paar Wochen kamen und für ein paar Stunden blieben. Zwei Jahre später hatte ich eine Darmlähmung und es wurde eine Fruktoseintoleranz diagnostiziert. Seitdem hatte ich dauerhaft Magen- und Darmschmerzen, Blut im Stuhl, Durchfall sowie Blähungen, trotz konsequenter Zuckerdiät. Zwei weitere Jahre später wurde ein Tennisarm festgestellt, aber die Physiotherapie führte mehrfach zu einer Entzündung im Rücken. Zu dem Zeitpunkt brach die immer noch nicht diagnostizierte Borreliose voll aus, der EBV wurde reaktiviert und beides bescherte mir eine reaktive Arthritis in allen Gelenken, Muskelschmerzen, extreme halbseitige Gesichtsschmerzen und -lähmung, Kiefer-, Hals- und Kopfschmerzen, Lymphknotenschwellungen, einen chronischen Nasennebenhöhleninfekt, Nachtschweiß, jeden Nachmittag Schüttelfrost, leichtes

Fieber und extreme Nacken- und Gelenkschmerzen, schwache Beine, Brain Fog, extreme Konzentrationsproblem und Vergesslichkeit, extreme Erschöpfung, nachts einschlafende Arme, eine Gürtelrose im Gesicht und im Gürtelbereich, extreme Kurzsichtigkeit und verschwommenes Sehen, Schmerzen hinter den Augäpfeln und Blasenentzündung. Eines Tages lehnte ich mich gegen einen warmen Heizkörper und konnte die Wärme nur noch im rechten Bein spüren, das linke Beim war völlig wärmeunempfidlich. Zu all den Symptomen kam die furchtbare Angst vor Lähmung, Blindheit, Bettlägerigkeit und Demenz! Aber das Schlimmste war, keiner nahm mich ernst. Ärzte waren ratlos und erzählten mir, meine Werte seinen in Ordnung, meine Probleme seinen psychisch. Meine Familie und Freunde sagten es zwar nicht, aber wollten nicht mehr weitere schlechte Nachrichten von mir hören.

Diagnose der Ursachen für alle oben genannten Krankheiten

Und dann kam im August 2014 endlich ein befreundeter Orthopäde auf die Idee, nach Erregern im Blut zu schauen. Im ELISA Test wurden zunächst Yersinia enterocolitica gefunden, die oft als Co-Infektion mit der Borreliose einher gehen und schon einmal die Darmprobleme erklärten. Im Westernblot-Test wurden weitere Co-Infektionen wie Yersinia pseudotuberculosis, Rickettsien, Anaplasmen und Chlamydien sowie die reaktivierten Herpesviren Epstein Barr Virus, Cytomegalie und Varizella Zoster gefunden, der EBV erklärt die Erschöpfung und der Varizella Zoster die Gürtelrose. Weitere Tests ergaben einen Leaky Gut und eine ganze Reihe von Nahrungsmitteluntervertäglichkeiten. (Später wurden dann im EAV-Test noch 2 Borreliose-Stämme, Mykoplasmen, Toxoplasmose, Ornithose, Angina, Diphtherie, Hepatitis A und B, Spulwürmer und ein Bandwurm gefunden.) Den HPU-Test habe ich gar nicht mehr gemacht, die Auswertung des Online-Tests war eindeutig. Eine nachhaltige Therapie wurde mir von der Schulmedizin nicht angeboten. Ich war mit meinem Problem immer noch allein.

Therapie ab November 2014

Zu dem Zeitpunkt fing ich an, die Borreliose zu verdächtigen und meine Gesundheit in die eigenen Hände zu nehmen:

- Ich **las mich** zum Thema **chronische Borreliose** mit „Krank nach Zeckenstich“ von Dr. Hopf-Seidel und „Die Lyme-Borreliose – Behandlungswege jenseits von Antibiotika“ von Dr. Klinghardt ein und stellte mir meinen eigenen **Therapieplan** zusammen.
- Ich las die Bücher „Für die Schilddrüse – gegen den Starrsinn. Stop the Thyroid Madness!“ von Janie A. Bowthorpe sowie „Schilddrüsenunterfunktion und Hashimoto anders behandeln“ von Datis Kharrazian und lernte, meine Laborwerte selber zu interpretieren. Außerdem nahm ich die Medikation meiner Schilddrüsenunterfunktion mit dem **natürlichen Schilddrüsenhormon** Erfa in die eigene Hand. Dadurch gingen das ewige Frieren, der Haarausfall und die Rötung und Schmerzen der Schilddrüse weg.
- Ich las „Die Hormonrevolution“ von Michael E.Platt, ließ die weiblichen Hormone im Blut bestimmen und begann, mit **bioidentischer Progesteroncreme** von der Klösterl Apotheke meine schlimmen Menstruationsprobleme in den Griff zu bekommen.
- Ich las die Bücher „Basenfasten“ von Sabine Wacker sowie „Nahrung statt Medizin“ von Dr. Dörten Wolff und fing an **Gluten, Soja und Milchprodukte zu vermeiden** und mich basisch zu ernähren. Zusätzlich nahm ich ein Basenpulver ein, später dann Kieselgur, um den Körper zu **entsäuern** und Parasiten zu bekämpfen. Dadurch gingen die Darmprobleme weg.
- Ich begann mit einer **Darmsanierung** mit Klinoptilolith-Zeolith, Flohsamenschalenpulver, Betaine HCI und später auch einem Probiotikum, wodurch mein Immunsystem aufhörte, verrückt zu spielen.
- Ich las die Bücher „Handbuch Anti-Aging und Prävention“ von Rüdiger Schmitt-Homm sowie „**Mitochondrientherapie**“ von Bodo Kuklinski und startete diese in Selbstmedikation mit hochdosierten **Nahrungsergänzungsmitteln** aus den USA und NL. Dazu gehörten Acerola, Vitamin B-Komplexe, Vitamin D3 + K2, Magnesium, Kalium, Zink, Eisen, Selen, Mangan, Molybdän, Chrom, Silicium, Coenzym Q10, Aminosäuren, Acethyl-Glutathion, Alpha- bzw. R-Liponsäure, Fischöl, Glukosamin und Chondroitinsulfate. Dadurch wurden die geschädigten Mitochondrien, die für die Erschöpfung verantwortlich sind, wieder mit Nährstoffen versorgt. Seitdem habe ich wieder viel mehr Energie, muss tagsüber nicht mehr schlafen und mein Kopf ist wieder klar.
- Ich las das Buch „Gesund statt chronisch krank**„** von Dr. med. Joachim

Mutter und bestellte mir MSM sowie Phytotherapeutika zur **Entgiftung und Schwermetallausleitung** beim Calendula Kräutergarten. Später nahm ich dann noch Chlorella, Bärlauch- und Korianderurtinktur, sowie nach wie vor Klinoptilolith-Zeolith und MSM. Nach anfänglichen Entgiftungserscheinungen gingen die Schmerzen in Muskeln und Gelenken, der Schwindel, der Brain Fog, die Konzentrationsprobleme, die Gereiztheit und das Gefühl, Gift fließe durch meine Adern, langsam zurück.

- Ich las das Buch „Die Jodkrise“ von Lynne Farrow und begann eine hochdosierte **Jodtherapie** in Form der 5%igen Lugol’schen Lösung zusammen mit 200 mcg Selen und 1TL unraffineriertem Meersalz in Wasser sowie 3g Vitamin C über den Tag verteilt zu nehmen. Das gab mir einen totalen Energie-Kick und machten meinen Kopf klar.
- Ich ging zu einer privatärztlichen **Immunologin**, die mit dem Borrelien LTT des IMG Berlin nun auch endlich die Borreliose sowie einen verminderten B-Lymphozytenstatus diagnostizierte. Eine beginnende Borreliose wird oft mit einem Bandscheibenvorfall und später mit einem Burn-out verwechselt. Die Borreliose kann bis zu 200 Krankheiten imitieren und kann nachweislich auch eine Hashimoto mitauslösen. Durch kinesiologische Testung ermittelte die Immunologin wie ich homöopathisch, naturheilkundlich, durch Diät und mit Vitaminen zu behandeln war. Sie bestätigte auch die Schwermetallbelastung durch Quecksilber und Nickel. Das Amalgam hatte ich mir vor 20 Jahren entfernen lassen, aber die Giftstoffe kursierten weiterhin in meinem Körper und deren Kombination mit den Borrelien war verantwortlich für meinen Schwindel, die Vergesslichkeit, die Kreislauf- und Konzentrationsprobleme.
- Ich ging zu einem **Umweltzahnarzt**, der **versteckte Entzündungsherde** in den Zahnhöhlen der ehemaligen Weisheitszähne kinesiologisch austestete und operativ entfernte. Das hat mich zwar 700 Euro gekostet, aber seitdem sind der Nachtschweiß und der nachmittägliche Schüttelfrost mit Fieber und Schmerzen weg.
- Und dann kamen nach und nach immer mehr Infektionen mit chronischen Erregern ans Tageslicht wie ein Bandwurm und Spulwürmer im Darm, weitere Chlamydienarten, Mykoplasmen, Toxoplasmose, Ornithose, Angina, Diphtherie und Borrelien sowie Belastungen durch Schadstoffe. Ich nahm dagegen schulmedizinische und isopathische Mittel, die vorher

ausgetestet wurden.
- Ich las das Buch „Der Emotionscode“ von Bradley Nelson und lernte, mich selber kinesiologisch zu testen, um im Körper eingeschlossene Emotionen aufzulösen.
- Und schließlich machte ich eine Ausbildung für analytische Hypnose, um mich den **seelischen Ursachen** meiner gesundheitlichen Probleme zu stellen. Ich bin sicher, dass dies das fehlende Puzzlestück zur vollständigen Genesung war.

Die Borrelien wurden erst ganz zum Schluss behandelt. Zunächst musste das Milieu im Körper verändert werden, was den Borrelien und Viren die Lebensgrundlage bietet. In der natürlichen Therapie wird immer zunächst das Problem angegangen, was den Körper am meisten schwächt. Erst danach widmet man sich dem nächsten Problem, was dann dominant ist. Ich habe eins nach dem anderen beseitigt.

Ergebnis nach mittlerweile 8 Jahren

Ich habe meine Energie fast vollständig wieder zurück. Ich arbeite wieder, gehe aus, kann ohne es bereuen zu müssen feiern, vertrage Alkohol, geniesse meine Urlaube, habe Haus und Garten wieder im Griff und treibe Sport. Wenn eine Grippewelle umgeht, kann ich wieder richtig Fieber entwickeln und bin nach einer Woche auch wieder auf den Beinen. Borrelien und die ganzen Co-Infektionen finden sich nicht mehr bei mir. Ich bin immer noch dabei, regelmäßig zu entgiften, denn ich bin sicher dass die Gifte das Grundproblem der Erkrankung waren. Mein Ziel ist es, 100 Jahre alt zu werden und zwar vollkommen gesund und munter.

Mittlerweile habe ich meinen alten Job an den Nagel gehängt und widme mich komplett der Online-Gesundheitsberatung und –Hypnose, um anderen zu helfen, aus dieser scheinbar ausweglosen Situation heraus zu finden.

Kosten

Diese Therapie und die Diagnosen haben mich mehrere Tausend Euro gekostet, wobei natürlich auch viele Ausgaben dabei waren, die sich hinterher als sinnlos

erwiesen haben. Hätte ich die guten Ansätze ganz zu Anfang gefunden, wäre es wesentlich weniger gewesen. Aber was soll man machen, unser krankes Gesundheitssystem ist nur auf die Bekämpfung der Symptome ausgerichtet und macht aus Borreliose-Kranken arbeitsunfähige Schwerbehinderte. Das lasse ich nicht mit mir machen. Ich habe mich am eigenen Schopf selbst aus diesem Sumpf heraus gezogen und andere können es auch. Ich hoffe, dieser Bericht kann dazu beitragen, anderen Mut zu verleihen.

Eine Bitte zum Schluss: Bitte schick mir keine eMails mit der Frage nach Ärzten. Ich kann diese Flut an Mails ehrenamtlich nicht mehr bewältigen. Ich halte mittlerweile Vorträge bei Online-Kongressen und mache auch hier darauf aufmerksam. Also melde Dich am Besten für meinen Newsletter an. Ansonsten steht Dir natürlich auch meine Online-Gesundheitsberatung zur Verfügung.

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: pixabay

Entgiften mit Klinoptilolith-

Zeolith

Haben Sie schon einmal kleine Kinder im Sandkasten dabei beobachtet, wie sie sich genüsslich und mit größter Selbstverständlichkeit Sand in den Mund stopfen?

Die meisten Mütter bleiben dabei entspannt, denn schon ihre Mütter wussten, es reinigt den Magen und wird unverdaut wieder ausgeschieden.

Für die Erwachsenen unter uns, die nicht mehr in Sandkisten spielen, gibt es etwas besseres als Sand: Vulkangestein. Ein faszinierendes Vulkangestein, welches sich in den letzten Jahren in der Komplementärmedizin rasant verbreitet hat ist das Klinoptilolith-Zeolith (in der Folge einfach Zeolith genannt). Ihm werden viele erstaunliche Wirkungen zugeschrieben.

Definition: „Zeolith ist eine kristalline Substanz, deren Struktur durch ein Kristallgitter aus miteinander verbundenen Tetraedern […] charakterisiert wird. Dieses Kristallgitter enthält offene Hohlräume in Form von Käfigen und Kanälen. Diese sind gewöhnlich durch H2O- Moleküle und zusätzliche Kationen, welche austauschbar sind, besetzt. Die Kanäle sind groß genug um Gastmoleküle passieren zu lassen. Wasserreiche Phasen können dehydrieren […].“
Quelle: International Mineralogical Association / IMA

Historie

Im Jahre 1756 entdeckte der schwedische Mineraloge und Chemiker Freiherr A. F. Cronstedt eine Gruppe von Mineralen mit der besonderen Eigenschaft, Wasser zu verlieren, zu sieden und zu einer weißen Glasperle zu schmelzen, wenn

sie mit einer Flamme erhitzt werden. Er gab ihnen den Namen Zeolithe, was übersetzt ”siedende Steine“ heißt.

In der Folge wurden seine herausragenden Eigenschaften als Filter und Absorber für Giftstoffe entdeckt. Allerdings wurde Zeolith erst im 20. Jahrhundert durch die Entdeckung großer Vorkommen und die damit stark gesunkenen Preise für die Medizin und Gesundheitsvorsorge attraktiv.

Der kroatischer Forscher T. Lelas hatte Ende der 1980er Jahre in einem Experiment beträchtliche Erfolge dabei, mit Zeolith einen Schweinemastbetrieb von seinem penetranten Ammonium-Geruch und die Schweine von Krankheiten, Durchfall und nervöser Unruhe zu befreien. Daraufhin begann der Forscher intensiv mit dem Mineral zu experimentieren und es selbst einzunehmen. Er kurierte mit Zeolith sein Rheuma im Knie und die Beschwerden vieler seiner Freunde. Lelas entwickelte und patentierte dann ein spezielles Verfahren zum Mikronisieren und Polarisieren des Vulkangesteins.

In Russland begann eine intensive Forschung mit Zeolith, was sich 1986 nach der Reaktorkatastrophe von Tschernobyl bezahlt machte. So wurde Zeolith z.B. dazu verwendet, radioaktives Abwasser zu filtern. Dabei wurde die anfängliche Radioaktivität um durchschnittlich 70–80 % verringert. Auch die radioaktive Belastung von Fleisch, Gemüse und Milch ließ sich durch die Beimischung von Zeolith ins Viehfutter und in die Gewächshauserde deutlich senken. In der radioaktiv verseuchten russischen Stadt Tscheljabinsk wurden vergiftete Kinder mit Zeolith behandelt und hatten bereits nach vier Wochen eine deutliche geringere Schadstoffbelastung. Auch mit Blei belastete Bergarbeiter wurden innerhalb von 5 Wochen durch die tägliche Gabe von 5g Zeolith nachweislich komplett entgiftet.

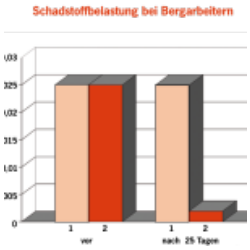


Abb.1: Schadstoffbelastete Bergarbeiter mit erhöhtem Gehalt von Blei im Blut

[nach Veretenina et al.]

Gruppe 1: Ohne Natur-Klinoptilolith-Zeolith

Gruppe 2: Therapie mit Natur-Klinoptilolith-Zeolith vor und nach der Behandlung und 25 Tage nach täglich appliziertem Natur-Klinoptilolith-Zeolith

Zeolith wird auch in der heutigen Zeit als Filter für radioaktives Abwasser geschätzt.

In Deutschland ist es vor allem das Verdienst von Prof. em. Prof. Dr. med. habil. Karl Hecht, emeritierter Professor der Humboldt-Universität (Charitè) zu Berlin, Member of the International Academy of Science, Member of the International Academy of Astronautic, Mitglied der russischen Akademie der Medizinischen Wissenschaften, Stress-, Schlaf- Chrono-, Umwelt-, Weltraummedizin, der viele russische Studien und Erfahrungen in Buchform zusammengetragen hat und durch konkrete Beweise mit Vorurteilen aufräumt. Dadurch wird es nach und nach auch hier in immer weiteren Bereichen der Komplementärmedizin eingesetzt.

Wirkungsweisen

Klinoptilolith-Zeolith wird wegen seiner Eigenschaft geschätzt, Schadstoffe auszuleiten und die Andockstellen an den menschlichen Zellen für dringend benötigte Mineralien zu befreien. Denn Schadstoffe blockieren die Aufnahme von nützlichen, dringend vom Menschen benötigten Mineralien. Nimmt man bei bestehender Schadstoffbelastung Mineralien zu sich, verlassen sie ohne Wirkung den Körper. Durch Klinoptilolith-Zeolith sollen die körpereigenen Entgiftungsorgane wie Leber, Nieren und Magen-Darm entlastet werden, weil viele Schadstoffe gar nicht erst in den Blutkreislauf gelangen.

Laut Prof. Hecht hat Klinoptilolith-Zeolith für die Medizin hoch zu schätzende, unverzichtbare Wirkeigenschaften:

Mineralstofflieferant: Zeolith hat eine komplexe mikroporöse Struktur mit einem feinen Kanalsystem, in dem Mineralstoffe eingelagert sind. Diese können Mineralstoffdefizit im Körper ausgleichen, sofern sie vorhanden sind. Denn es werden interessanterweise nur die Mikronährstoffe abgegeben, welche der Organismus wirklich benötigt. Es handelt sich dabei um einen Stoffaustausch, bei dem das gitterartige Grundgerüst des Zeoliths vom Darm nicht aufgenommen wird. Zu den Mineralstoffen gehören u.a.:

- **Silizium**
- **Magnesium**

- **Kalzium**
- **Eisen**

Entgiftung: Das Mikro-Kanalsystem kann eine Vielzahl von Giften binden und ausleiten

- **Schwermetalle** wie z.B. **Amalgam, Blei** oder **Aluminium**
- **Radioaktive Isotopen** von Strontium und Cäsium
- **Ammonium** bzw. **Ammoniak**
- **Mykotoxine** und diverse organische Toxine wie DDT und PCP

Adsorption: Durch Zeolith können die Aufnahme von Mineral- und Nährstoffen im Darm verbessert und viele Stoffwechselschritte katalysiert werden. Dies hat u. a. zur Folge, dass die ATP-Produktion in der Zelle erhöht, und die Zellfunktion dadurch verbessert wird.

Einsatzbereiche

Laut Prof. Hecht kann Zeolith den Körper auf vielfältige Weise unterstützen:

Bindegewebe: entschlackende Wirkung, Aktivierung der Elastin- und Kollagensynthese, Verbesserung des Hautbilds.
Indikationen: Verletzungen, Verbrennungen und nach Operationen, Alopezie, Nageldystrophie und Anti-Aging.

Gastro-Intestinal: Bindung von Toxinen in Darm und Leber, Normalisierung der Darmflora und Verbesserung der Stuhlkonsistenz durch Wasserbindung.
Indikationen: Colon irritabile, Stuhlregulation, Candida-Befall, verschiedenen Parasiten und Leberzirrhose.

Hormonell, Schwangerschaft: Stabilisierende und ausgleichende hormonelle Wirkung.
Indikationen: Zyklusstörung, Infertilität; in der Schwangerschaft zur Versorgung mit Mikronährstoffen und Ausleitung von Toxinen ohne Kontraindikationen bei sachgerechter Einnahme; postpartal zur Verringerung des Babyblues und schnelleren energetischen Regeneration.

Psycho-vegetativ: Allgemeine energetische Stabilisierung, Erhöhung des

Melatonin-Spiegels.

Indikationen: Schlaflosigkeit, Depression, Erschöpfung, Wetterfühligkeit, Infektanfälligkeit, Burn-out und bei hoher körperlicher Belastung (Leistungssport).

Immunsystem: Antioxidans, Radikalfänger, Immunmodulation.
Indikationen: Infekte, Entzündungen, Autoimmunerkrankungen, Allergien.

Malignome / bösartige Tumore: Verbesserung der globalen Immunlage, deutliche Verminderung von oxidativem und nitrosativem Stress, Verminderung von Entzündungszuständen, globale Entgiftung von Karzinogenen, genom-protektive Effekte.
Indikationen: begleitende Malignomtherapie.

Elektrosmog: Minderung negativer Auswirkungen von elektromagnetischen Feldern (EMF) und geopathogenen Feldern (GPF).

Zur Kontroverse um Aluminium und Blei in Zeolith

Es scheint eine traurige Regel zu sein, dass die besonders heilsamen Natursubstanzen ganz besonders vielen Anfeindungen ausgesetzt sind. So gibt es regelmäßig wieder schlecht recherchierte Berichte über eine Schadstoffbelastung von Zeolith. Lesenswert ist in diesem Zusammenhang der Artikel Wissenschaftliche Stellungnahme zu unwissenschaftlichen Internetinformationen über Zeolithwirkungen bei Menschen von Prof. Karl Hecht.

Dabei wird völlig außer Acht gelassen, dass Zeolith kein Lebensmittel ist und seine Bestandteile nicht verdaut werden! Es ist ein Naturmineral und damit anorganisch, biologisch nicht abbaubar und unverdaulich! Es enthält wie jede Erde und jeder Stein natürlicherweise u.a. auch geringe Mengen an Blei und Aluminium als natürliche Bestandteile unserer Umwelt. Diese können aber nicht aufgenommen bzw. nicht verstoffwechselt werden. Stattdessen bindet Zeolith Schadstoffe und wird mit diesen vollständig über den Darm ausgeschieden.

Aluminium ist neben Sauerstoff und Silizium das am dritthäufigsten vorkommende Element auf der Erde. Der größte Teil dieses Aluminiums ist in **Aluminiumsilikaten** gebunden. Aluminiumsilikate sind sehr fest gebundene Sauerstoff-Silizium-Aluminium-Verbindungen. Sie befinden sich in der Erdkruste, die aus Felsen, Gesteinen, Zeolithen, Tonen, Sand und Lehm besteht. Edelsteine wie Rubin, Saphir, Smaragd und Aquamarin sind Aluminiumsilikate. Ton- und Lehmböden mit den darin enthaltenen Aluminiumsilikaten gelten als die fruchtbarsten Böden der Erde. Deshalb befinden sich naturgemäß in den meisten Früchten und Pflanzen auch Aluminiumsilikate bzw. Aluminiumsalze. Aluminiumsilikate spielen daneben seit Jahrtausenden eine Rolle als Heilmittel in der Medizin. Von den 1.150 Aluminium-Verbindungen wirken nur wenige unter bestimmten Umständen toxisch. Das sind vor allem die industriell hergestellten Aluminium-Verbindungen. Eine Studie ergab, dass das Aluminiumsilikat im Klinoptilolith-Zeolith nach jahrelanger täglicher Einnahme weder im Haar noch im Blut Spuren hinterlässt.

Dies untermauert auch eine in-vivo Studie von Dr. Nikolai Daskaloff zur Resorption von aktiviertem Klinoptilolith im menschlichen Verdauungstrakt. Dabei markierte er Klinoptilolith-Zeolith über eine feste Kopplung mit radioaktivem Isotopen. Diese würden ohne die Kopplung an den Klinoptilolithen vollständig im Darmtrakt resorbiert und ihre Strahlung an andere Organen abgeben. In der Studie konnte er jedoch beweisen, dass aktivierter Klinoptilolith im menschlichen Verdauungstrakt nicht resorbiert, sondern vollständig ausgeschieden wird. Im Versuch betrug die Dauer zwischen Aufnahme und Ausscheidung circa 24 Stunden. Weder in der Schilddrüse, noch der Lunge oder den Nieren wurde eine Strahlenbelastung gefunden.

Ganz im Gegenteil soll sich Klinoptilolith-Zeolith hervorragend zur Eliminierung von Schwermetallen wie Blei und Aluminium eignen. Klinoptilolith-Zeolith kann nach Meinung von Experten sehr effektiv als Chelatbinder in der Behandlung von chronischen und akuten Krankheiten eingesetzt werden. Chelate sind laut Experten die wichtigsten Therapieformen zur Schwermetallentlastung wie Quecksilber, Aluminium usw. Klinoptilolith-Zeolith bietet hier einen effektiven Schutz der Nerven gegen neurodegenerative Störungen wie z.B. Alzheimer oder Parkinson. Durch die Bindung an Chelate werden die veränderten Metallionen aus dem Organismus ausgeleitet.

Fazit

Kleinkinder mit ihrem natürlichen Instinkt machen es uns in der Sandkiste vor – der Körper sollte regelmäßig gereinigt werden. Welch ein Segen, dass die Natur so wunderbare Substanzen wie das Klinoptilolith-Zeolith für uns bereit hält. So können wir auch in der heutigen Zeit mit der hohen Schadstoffbelastung unsere Gesundheit erhalten oder wiedererlangen.

Rechtlicher Hinweis

Klinoptilolith-Zeolith ist als Naturprodukt ein außergewöhnliches Geschenk der Natur. Zeolith ist in der EU nicht als Lebensmittel zugelassen.

Diese Seiten ersetzen nicht den Arztbesuch. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt bevor Sie entgiften.

Quellen

Karl Hecht, Elena Hecht-Savoley, Naturmineralien, Regulation, Gesundheit, 2005

Prof. em. Prof. Dr. med. habil. Karl Hecht, Aluminium, Aluminiumsilikate, Aluminium-Alzheimer-Mythos – Ein Beitrag zur biologischen Wirkung von Aluminium- Verbindungen im menschlichen Körper und zu möglichen Ursachen der Demenz, OM & Ernährung 2015 | Nr. 150

Dr. med. Nikolai Daskaloff, Untersuchung zum Resorptionsverhalten von aktiviertem Klinoptilolith im menschlichen Verdauungstrakt mittels Isotopenmarkierung

Prof. em. Prof. Dr. med. habil. Karl Hecht, Berlin, Wissenschaftliche Stellungnahme zu unwissenschaftlichen Internetinformationen über Zeolithwirkungen bei Menschen

Prof. em. Prof. Dr. med. habil. Karl Hecht, Berlin, Naturmineralien
Teil 2: Die erstaunliche Kraft des Zeolith, raum und zeit, 2008

James L Flowers, Stewart A Lonky, Erik J Deitsch, Clinical evidence supporting the use of an activated clinoptilolite suspension as an agent to increase urinary excretion of toxic heavy metals

L. Mihaly-Cozmuta, A. Mihaly-Cozmuta, A. Peter, C. Nicula, H. Tutu, Dan Silipas, Emil Indrea, Adsorption of heavy metal cations by Na-clinoptilolite: Equilibrium and selectivity studies, Journal of Environmental Management, 2014

Dr. rer nat. Erwin Walraph

Greenwood und Earnshaw 1988

St. J. Del Signore et al. Chelation Therapie in G93A Transgenic Amyothrophic Lateral Sklerosis Mice, Neuroscience, 2007

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: Wolfgang Resmer @ pixelio