

# Protokoll zur Ausleitung von Umweltgiften (Stand 25.06.22)

Dr. Alina Lessenich

Dieses Protokoll befindet sich in der ständigen Weiterentwicklung, weitere Infos findet Ihr hier:

Telegram: <https://t.me/DrAlinaLessenich>

Webseite: <https://www.drlessenich.com>

„Meine Empfehlungen und Ratschläge geben meine persönliche Meinung wieder. Es handelt sich nicht um einen ärztlichen Rat (ich bin Tierärztin) oder medizinische Therapieempfehlungen. Wenn Ihr über Euren Gesundheitszustand im Unklaren seid oder Zweifel habt, holt bitte ärztlichen Rat ein.“

**Dieses Protokoll soll Möglichkeiten und Wege aufzeigen Umweltgifte, wie Schwermetalle, Pestizide, Glyphosat, Fluorid, Flammschutzmittel, Mikroplastik etc. auf schonende Weise auszuleiten.**

Warum ist die **Ausleitung von Umweltgiften** heute zu Tage essentiell, wenn man gesund bleiben oder gesund werden möchte ?

In den letzten ca. 60 Jahren haben **Umweltgifte** in schier unermesslichen Mengen Einzug gehalten in unsere Welt und in **jeden Bereich unseres Lebens**.

Im Boden, im Wasser, in der Luft, in unseren Lebensmitteln, unserer Kleidung, unseren Möbeln, unseren Häusern, unseren Kosmetik- und Pflegeprodukten, überall finden sich Toxine wie Schwermetalle, Pestizide, Herbizide, Lösungsmittel, Flammschutzmittel, Weichmacher, Parabene usw.

Zusätzlich sind wir ständig steigenden Belastungen durch künstliche elektromagnetische Felder ausgesetzt, die von elektrischen Geräten, Mikrowellen, Computern, WLAN, Mobiltelefonen etc. ausgehen.

Neurochirurg Dr. Sanjay Gupta hält fest, dass „sich im Blut von Babys **bis zu 200 Chemikalien** befinden, bevor sie überhaupt geboren werden“, und um die **60% der Schwermetalle** der Mutter sollen während der Schwangerschaft auf das erstgeborene Kind übergehen, weshalb die Erstgeborenen oftmals so viele gesundheitliche Probleme haben.

Hier sind ein paar weitere Beispiele für das Ausmaß unserer Vergiftung:

Alleine in die Luft werden pro Jahr ca. **3 Milliarden Kilogramm** an Chemikalien abgegeben.

Laut Prof. Enrico Edinger befinden sich im Wasser um die **30 000 verschiedene Toxine**, von denen die Kläranlagen nur ungefähr ein Zehntel herausfiltern können.

Laut Dr. Dietrich Klinghardt haben **über 90 %** aller Deutschen **Glyphosat** im Urin.

Einer amerikanischen Studie zufolge hat jeder von uns **über 20 000 verschiedene Gruppen toxischer Chemikalien** im Körper.

Diese riesengroßen Mengen an Gift schädigen unseren Körper auf vielfältige Weise. Hier einige Beispiele:

- Toxine schädigen Enzyme und sie **verdrängen Mikronährstoffe**, wie Zink, Selen, Kupfer oder Magnesium, welche als Cofaktoren von Enzymen agieren. Dadurch kommt es zu einer Störung aller physiologischen Funktionen des Körpers, da diese von einer normalen Funktion unserer Enzyme abhängig sind.
- Toxine **schädigen Biomoleküle**, wie Zellmembranen, Zellorganellen und DNA.
- Toxine führen zu **Störungen des Hormonhaushalts**, indem sie Hormone aktivieren oder blockieren.
- Toxine können zu **Autoimmunerkrankungen** führen. So kann zum Beispiel Quecksilber zur Entstehung eines Hashimoto, einer Autoimmunerkrankung der Schilddrüse, beitragen.
- Toxine schädigen und **vergiften alle Organe und Systeme**, inklusive der Entgiftungsorgane **Magen-Darm-Trakt, Leber und Nieren**, so dass die Entgiftungskapazität dieser Organe immer weiter abnimmt, bis sie sich selbst nicht mehr wirksam entgiften können. Die Entgiftung kommt zum Erliegen und mehr und mehr Giftstoffe sammeln sich im Körper an und schädigen ihn.

Nahezu jede **chronische Erkrankung** kann durch Umweltgifte ausgelöst und/oder verschlechtert werden. Zu diesen Erkrankungen gehören:

- Krebserkrankungen
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Autoimmunerkrankungen
- Neurodegenerative Erkrankungen
- Chronisch-entzündliche Erkrankungen
- Diabetes

- Übergewicht

und einige weitere mehr.

Was können wir tun, um unseren Körper von diesen Giften zu befreien und uns unsere Gesundheit und Vitalität zu erhalten, bzw. sie wieder zu erlangen ?

Wenn wir möchten können wir uns eine regelrechte „**Entgiftungspraxis**“ zulegen und Entgiftung zu einem festen Bestandteil unseres Lebens und unseres Tagesablaufs machen und uns somit Stück für Stück der Gifte entledigen, die sich über Jahrzehnte in unserem Körper angesammelt haben.

### **Wie gehen wir dabei vor ?**

Ein wichtiger Bestandteil der Entgiftung ist eine regelmäßige „**Grundreinigung**“ der Entgiftungsorgane **Magen-Darm-Trakt, Leber** und **Nieren**, um die Entgiftungskapazität dieser Organe wiederherzustellen.

In dieser **6-wöchigen Entgiftungskur** werden die Entgiftungsorgane in der richtigen Reihenfolge (**Magen-Darm-Trakt – Leber – Nieren**) unter Zuhilfenahme bestimmter Substanzen und Ernährungspläne entgiftet.

Mehr Informationen zu dieser „**Detox Your Life**“-Entgiftungskur werdet Ihr demnächst auf meiner Website [www.drlessenich.com](http://www.drlessenich.com) finden.

In der Regel sollte diese **Entgiftung der Entgiftungsorgane** 1 bis 2 Mal pro Jahr durchgeführt werden.

Zusätzlich zu dieser Reinigung der Entgiftungsorgane gibt es zahlreiche verschiedene und einfache **Entgiftungsprotokolle**, die rotierend angewandt werden können, um der **täglichen Toxinaufnahme** entgegenzuwirken und nach und nach Gifte aus dem gesamten Körper auszuleiten.

### **Zu diesen Entgiftungsmöglichkeiten gehören:**

1. Entgiftung mit Hilfe von Mikronährstoffen
2. Zeolith
3. Clean Slate
4. Chlorella/Spirulina
5. Schwermetallentgiftungssmoothie
6. Glyphosatentgiftung
7. Elektroschutz

## Entgiftung mit Hilfe von Mikronährstoffen

Einige **Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente** gehören zu den **effektivsten Entgiftern**, die uns überhaupt zur Verfügung stehen.

So ist etwa:

- **Silizium** laut Dr. Dietrich Klinghardt DAS Mittel zur Entgiftung von Aluminium
- **Selen** entgiftet effektiv Quecksilber
- **Jod** leitet Fluorid und Bromid (und Schwermetalle) aus dem Körper aus
- und zum **Vitamin C** sagt Dr. Thomas Levy: „Klinisch ist es das **stärkste Antitoxin**, welches jemals in der Literatur beschrieben wurde, und es wurde bislang kein Fall publiziert, in welchem eine akute Vergiftung bei richtiger Verabreichung nicht durch Vitamin C neutralisiert werden konnte.“  
Das Entgiftungsspektrum von Vitamin C reicht dabei vom Schlangengift, über Pestizide; bis hin zu Schwermetallen

### Silizium:

Siliziumdioxid gilt als das älteste **Heil-, Verjüngungs- und Schönheitsmittel** der Menschheit. Den meisten Menschen ist es bekannt in Form von Kieselsäure, die für schöne Haut, Haare und Nägel eingenommen wird.

Die enorm große Bedeutung von Silizium für unsere Gesundheit ist aber den wenigsten bekannt.

Silizium wurde innerhalb des letzten Jahrzehnts endlich als **essentielles Spurenelement** anerkannt, welches im Stoffwechsel höherer Lebewesen eine wichtige Rolle spielt.

Zum Beispiel braucht es Silizium, damit Magnesium seine Wirkung entfalten kann. Silizium verbessert unsere Knochendichte und hat entscheidende Bedeutung für Aufbau und Funktion unseres Bindegewebes.

Was es aber noch kann, ist, Aluminium und andere Schwermetalle auszuleiten, und - als eine von wenigen Substanzen - kann es sogar Mikroplastik und Weichmacher entgiften.

Siliziumdioxid ist unter anderem in **Zeolith** enthalten, mit ein Grund für die fantastische entgiftende und aufbauende Wirkung dieses Naturminerals.

Als wirksamer **Entgifter von Aluminium und Mikroplastik** sollte Silizium aber auch einzeln (kurweise oder dauerhaft) eingenommen werden. Eine fantastische **natürliche Siliziumquelle** ist der Bambus, welcher einen Siliziumgehalt von um die 70% aufweist. Weitere natürliche Siliziumquellen sind Ackerschachtelhalm und Brennnessel.

## **Bezugsquelle:**

Ein Präparat mit **besonders hohem Siliziumgehalt**, welches sowohl Bambus, als auch Ackerschachtelhalm und Brennessel enthält, ist das **Silizium Plus** von Lebenskraftpur:

Silizium Plus

<https://www.lebenskraftpur.de/Silizium-Plus?produkt=10359>

Silizium Plus Kapseln

<https://www.lebenskraftpur.de/Silizium-Plus-Kapseln?produkt=10359>

## **Selen:**

Selen gehört zu den **essentiellen Spurenelementen** und übernimmt einige wichtige Aufgaben im Körper.

Es wirkt als Antioxidanz, fördert ein starkes Immunsystem und wirkt anticancerogen, wirkt also Krebs entgegen.

Als Bestandteil von Proteinen, den sogenannten „**Selenoproteinen**“, ist es an **Entgiftungsprozessen** und auch an einer normalen **Funktion der Schilddrüse** beteiligt, indem es das nur gering aktive Schilddrüsenhormon Thyroxin (T4) in die wesentlich aktivere Form, das Trijodthyronin (T3), umwandelt.

Eine Jodtherapie bei Schilddrüsenerkrankungen (s.u.) wird nicht zum Erfolg führen, solange ein Selenmangel vorliegt (was bei vielen Menschen aufgrund selenarmer Böden heute zu Tage der Fall ist).

Die besondere und ganz wichtige Eigenschaft des Selens in Bezug auf Entgiftung ist die Tatsache, dass Selen sich mit Quecksilber zu einem Komplex verbindet, der vom Körper nicht absorbiert werden kann und der in der Folge ausgeschieden wird.

Selen ist ein ganz exzellenter **Quecksilber-Entgifter**. Ein ausreichend hoher Selenspiegel ist also essentiell, um eine optimale Entgiftungsleistung zu erreichen. Für einen optimalen Spiegel reicht in der Regel die Substituierung von 100 – 200µg Selen am Tag aus.

## **Achtung !**

Sowohl ein Selenmangel, als auch ein Übermaß an Selen sind schädlich. Die tägliche Menge an Selen darf **400 – 500µg** nicht übersteigen, das es sonst zu Symptomen einer **Selentoxizität**, wie Haarausfall, brüchige Fingernägel, Erschöpfung, Gelenkschmerzen oder Übelkeit, kommen kann.

Bitte addiert also die Selenmengen aus all Euren Supplementen zusammen, um sicher zu gehen, dass Ihr nicht in die Überdosierung kommt.

## **Achtung !**

Ein Lebensmittel, welches Selen in konzentrierter Form enthält, sind **Paranüsse**. Eine einzige Paranuss enthält **ca. 70 – 90µg Selen**. Wer gerne Paranüsse isst und dann noch zusätzlich Selen substituiert, läuft Gefahr, beim Selen sehr schnell die Toxizitätsgrenze zu überschreiten.

Selen sollte am besten in Form von **Selenmethionin** eingenommen werden, da das Selen hier an die Aminosäure Methionin gebunden ist, wodurch es **zu fast 100%** vom Körper aufgenommen werden kann.

### **Bezugsquellen:**

Selenmethionin, 100µg

<https://de.iherb.com/pr/now-foods-selenium-100-mcg-250-tablets/813?rcode=CCF8451>

Selenmethionin, 200µg

<https://www.sunday.de/selenmethionin.html>

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

## **Jod**

Jod gehört wie Fluor, Brom und Chlor zur Gruppe der **Halogene** und ist - wenn es in ausreichend hoher Menge aufgenommen wird - in der Lage, die anderen Halogene aus dem Körper auszuleiten.

Vor allem die **Entgiftung von Fluorid** (aus Trinkwasser und fluoridhaltiger Zahnpasta) und **Bromid** (aus Flammschutzmitteln) sind enorm wichtig, da Fluorid unsere Zirbeldrüse schädigt und Bromid zum Beispiel zu neurologischen, psychologischen, Magen-Darm- und Haut-Symptomen führt.

Nach nur einer Jodgabe steigt die Ausscheidung von Fluorid um fast 80%, die von Bromid um 50% an.

Da es laut Dr. David Brownstein **96% der Bevölkerung** an Jod mangelt, jede Zelle unsers Körpers und insbesondere unser **Drüsengewebe**, wie die **Schilddrüse**, das **Brustgewebe**, die **Ovarien** oder die **Prostata**, aber dringend Jod benötigen, ist die Jodeinnahme schon aus gesundheitlichen Gründen angezeigt.

Die Entgiftung von Halogenen und Schwermetallen ist ein erfreulicher und wünschenswerter Nebeneffekt.

### **Was ist bei der Einnahme von Jod zu beachten ?**



Es kann bei der Einnahme von Jod zum Beispiel zu Übelkeit, Durchfällen, Hautausschlägen oder sogar Atemnot kommen, welche dann dem Jod angelastet werden.

Diese Symptome werden aber in der Regel durch die Entgiftung von Schwermetallen und Halogenen, insbesondere von Bromid, ausgelöst. Hier kann das „**Salt Loading Protocol**“, das „**Salz-Lade-Protokoll**“ Abhilfe schaffen.

Hierzu nimmt man **unraffiniertes Meersalz**, wie zum Beispiel „**Celtic Sea Salt**“, löst einen halben Teelöffel in einem Glas lauwarmen Wassers auf, trinkt dieses und trinkt dann noch ein großes Glas reinen Wassers hinterher.

Das Chlorid aus dem Salz sorgt dafür, dass Bromid über die Nieren ausgeschieden wird.

Wenn Ihr das ein paar Mal gemacht habt, sollten die Symptome sich schnell bessern.

Persistieren die Symptome, so sollte die Jod-Einnahme 48 Stunden lang ausgesetzt werden, während das „**Salz-Lade-Protokoll**“ weiterhin durchgeführt wird.

Das Zweite, was - insbesondere Schilddrüsenpatienten - bei der Einnahme von Jod beachten sollten: vielen Menschen mangelt es nicht nur an Jod, sondern auch an Selen.

Ein Selenmangel wirkt sich negativ auf den Metabolismus der Schilddrüsenhormone aus und muss ebenfalls behoben werden, damit die **Jodtherapie** bei Schilddrüsenpatienten Erfolg zeigen kann.

#### **Wieviel Jod und welche Art von Jod sollte man einnehmen ?**

Die empfohlene tägliche Menge an Jod ist mit um die 150 - 200µg extrem niedrig angesetzt.

Laut Aussagen der „**Jodärzte**“ Dr. David Brownstein, Dr. Guy Abraham und Dr. Jorge Flechas benötigen die meisten Menschen täglich zwischen ca. **6 und 50mg**, um den gesamten Körper ausreichend mit Jod zu versorgen.

Zu einer ausreichenden Jodversorgung hier noch die Aussage von Dr. Michael Schachter:

„ Die Behandlungsdosis bei jemandem, der unzureichend mit Jod versorgt ist, liegt in der Regel zwischen 12,5mg und 50mg täglich. Vorläufige Forschungsergebnisse zeigen, dass jemand mit unzureichender Versorgung bei einer täglichen Einnahme von 50mg Jod 3 Monate benötigt, um eine ausreichende Versorgung des Körpers zu erreichen, und dass es bei einer täglichen Einnahme von 12,5mg Jod ein ganzes Jahr dauert, um den Körper ausreichend mit Jod zu sättigen.“

Ein geeignetes Präparat zur Jodsubstituierung ist das **Iodoral**, welches **Jod** und **Kaliumjodid** enthält, welche der Körper beide benötigt.

Es ist ratsam, mit **Iodoral, 12,5mg**, zu beginnen und die Dosis dann ganz langsam zu steigern auf bis zu **50mg/Tag**. Hier muss ich den Rat geben, dieses **nur unter ärztlicher Begleitung** zu tun.

Ich möchte Euch auch das Buch „**Die Jodkrise: Wie das neue Wissen über ein uraltes Heilmittel Ihr Leben retten kann**“ von Lynne Farrow ans Herz legen, weil Jod ein zentrales

Thema für unsere Gesundheit ist , welches ich hier nicht in aller Kürze vollumfänglich erläutern kann.

#### **Bezugsquellen:**

Iodoral, 12,5mg, 90 Tabletten

<https://de.iherb.com/pr/optimox-iodoral-iodine-potassium-iodide-90-tablets/68249?rcode=CCF8451>

Iodoral, 12,5mg, 180 Tabletten

<https://de.iherb.com/pr/optimox-iodoral-iod-12-5-180-tablets/68283?rcode=CCF8451>

Iodoral, 50mg

<https://de.iherb.com/pr/optimox-iodoral-50-mg-90-tablets/68284?rcode=CCF8451>

Celtic Sea Salt, Fein Gemahlen, 454g

<https://de.iherb.com/pr/celtic-sea-salt-fine-ground-vital-mineral-blend-1-lb-454-g/40557?rcode=CCF8451>

Celtic Sea Salt, Light Grey Celtic, 454g

<https://de.iherb.com/pr/celtic-sea-salt-light-grey-celtic-vital-mineral-blend-1-lb-454-g/40555?rcode=CCF8451>

#### **Vitamin C:**

Vitamin C ist den meisten Menschen als **Antioxidanz** bekannt, welches unsere Biomoleküle, wie unsere Zellmembranen, Zellorganellen und unsere DNA, vor Oxidation schützt.

Aber Vitamin C kann noch viel mehr:

Vitamin C ist in der Lage, **Infektionen**, bis hin zu viraler Hirnhautentzündung, und **Vergiftungen**, bis hin zu Schlangenbissen oder Pestizidvergiftungen, abzumildern und in vielen Fällen sogar vollständig zu heilen, wie im Buch „Curing the incurable“, „Heilung des Unheilbaren“, von Thomas Levy beschrieben.

Dr. Thomas Levy sagt über Vitamin C:

„Vitamin C sorgt für eine starke, allgemeine Unterstützung des Immunsystems, während es die Heilung geschädigter Zellen und Gewebe optimal unterstützt. Klinisch ist es das **stärkste**



**Antitoxin**, welches jemals in der Literatur beschrieben wurde, und es wurde bislang kein Fall publiziert, in welchem eine akute Vergiftung bei richtiger Verabreichung nicht durch Vitamin C neutralisiert werden konnte.“

Vitamin C fängt **Viren** und **Bakterien**, aber auch **Umweltgifte**, wie Schwermetalle oder Pestizide, direkt ab und macht sie unschädlich.

Des Weiteren ist Vitamin C in der Lage, unsere Zellen und Gewebe vor Schäden durch Umweltgifte zu schützen und diese sogar wieder rückgängig zu machen und zur **Regeneration unserer Biomoleküle** beizutragen.

Die Einnahme hoher Mengen an Vitamin C gemäß Thomas Levy's **Multi C-Protokoll** ist also nicht nur als Infekt- und Krankheitsprophylaxe, sondern auch während einer Entgiftung absolut angezeigt.

#### **Multi C-Protokoll nach Dr. Thomas Levy:**

Dr. Levy rät zu einer täglichen Einnahme von **mehreren Gramm** Vitamin C, verteilt auf

- **liposomales Vitamin C**, welches direkt **in die Zelle** transportiert wird
- **konventionelles Vitamin C** (am besten in Form von Natriumascorbat, welches besonders magenschonend ist), welches den **extrazellulären Raum** mit Vitamin C versorgt und den Magen-Darm-Trakt reinigt
- und ein **fettlösliches Vitamin C**, welches in Bereiche vordringen kann, in welche das reguläre, wasserlösliche Vitamin C nicht gelangen kann. Ein solcher Bereich sind unsere **Zellmembranen**, die oft oxidativem Stress ausgesetzt sind, und für deren Reparatur es eine fettlösliche Elektronenquelle benötigt

In akuten Fällen können diese Mengen mehrfach täglich im Rahmen einer **Hochdosis-Vitamin-C Therapie** eingenommen werden (siehe hierzu auch mein Video mit dem Titel „COVID-19 Therapie“: [https://www.youtube.com/watch?v=i\\_Ds09avoXw](https://www.youtube.com/watch?v=i_Ds09avoXw) ).

#### **Multi-C Protokoll nach Dr. Thomas Levy:**

#### **Liposomales Vitamin C für den intrazellulären Bereich, 1 – 5g täglich:**

Liposomales Vitamin C in Kapselform, 500mg

<https://de.iherb.com/pr/dr-mercola-liposomal-vitamin-c-500-mg-180-capsules/56881?rcode=CCF8451>

Flüssiges, liposomales Vitamin C:

Liposomales Vitamin C, 1000mg

<https://mighty-elements.de/product/liposomales-vitamin-c-1000-mg-pure/ref/5/>

Liposomales Vitamin C, 1000mg, **Sparpaket** mit 3 Flaschen

<https://mighty-elements.de/product/3-flaschen-pure-c-im-sparpaket-liposomales-vitamin-c-1000-mg/ref/5/>

Liposomales Vitamin C, Orange und Vanille, 1000mg

<https://www.awin1.com/cread.php?awinmid=20326&awinaffid=860107&ued=https%3A%2F%2Fwww.actinovo.com%2Fde%2Ffliposomal-vitamin-c-orange-vanilla>

**Konventionelles Vitamin C für den extrazellulären Bereich, mehrere Gramm am Tag:**

**Achtung !:**

Für viele Menschen ist nur Natriumascorbat für eine Einnahme größerer Mengen geeignet, da die anderen Formulierungen in höheren Mengen oftmals zu Magenschleimhautreizungen führen.

Natriumascorbat in Pulverform, 1000mg

<https://de.iherb.com/pr/california-gold-nutrition-buffered-gold-c-non-acidic-vitamin-c-powder-sodium-ascorbate-8-40-oz-238-g/82704?rcode=CCF8451>

Natriumascorbat in Kapselform, 850mg

<https://de.iherb.com/pr/nutribiotic-immunity-sodium-ascorbate-250-vegan-capsules/99109?rcode=CCF8451>

Vitamin C 1000 Ultra, 1000mg

<https://www.sunday.de/vitamin-c-1000mg-ultra-hochdosiert-natuerlich.html>

Mit dem Gutscheincode TAN83159 erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

### **Konventionelles Kombipräparat:**

**Achtung !** Bitte nach Packungsbeilage dosieren, da es sonst zu einer Überdosierung von Zink kommen kann.

**Natural Barrier Support:** Vitamin C, Vitamin D3, Zink, 1500mg, 5000 IE, 40mg

<https://therootbrands.com/graphene-detox>

### **Fettlösliches Ascorbylpalmitat zum Schutz der Zellmembranen, 1 bis 3g täglich**

Ascorbylpalmitat, 500mg

<https://de.iherb.com/pr/now-foods-ascorbyl-palmitate-500-mg-100-veg-capsules/407?rcode=CCF8451>

Ascorbylpalmitat, 500mg

<https://de.iherb.com/pr/life-extension-ascorbyl-palmitate-500-mg-100-vegetarian-capsules/47339?rcode=CCF8451>

**Generell sollte eine Entgiftung immer mit der Einnahme von Mikronährstoffen einhergehen, denn:**

- Die im Rahmen der Entgiftung aus Organen und Geweben freigesetzten Toxine können Biomoleküle schädigen. Auseichend hohe Mengen an **Antioxidantien** schützen Zellen und Gewebe vor einer solchen Schädigung und sind in der Lage, die **Oxidation von Biomolekülen** schnell rückgängig zu machen.
- Umweltgifte verdrängen zum Beispiel Zink, Magnesium, Selen oder Kupfer, welche als **Cofaktoren von Enzymen** benötigt werden, aus Enzymen und blockieren diese. Werden im Körper im Rahmen der Entgiftung große Mengen an Toxinen freigesetzt müssen ausreichend Mineralstoffe und Spurenelemente vorhanden sein, um diese Verdrängung durch Toxine zu verhindern und die **normale Funktion von Enzymen** zu gewährleisten, andernfalls kann es zu massiven Stoffwechselentgleisungen kommen.

## Zeolith

Das **Naturmineral Zeolith** entstand vor Millionen von Jahren, als sich Lava-Asche in die Urmeere ergoss und dabei dieses Vulkanmineral mit seiner einzigartigen Kristallgitter-Struktur schuf.

In diesem negativ geladenen Kristallgitter befinden sich **über 30 Mineralstoffe** und **Spurenelemente** in kolloidaler Form, also in Form mikroskopisch kleiner, in Kristallwasser gelöster Teilchen.

Das **Zeolith-Gitter** ist also nicht leer, sondern es ist „**vorbeladen**“ mit für die menschliche Gesundheit **wichtigen Mikronährstoffen**, wie Silizium, Zink, Calcium, Magnesium, Mangan, Selen, Eisen etc..

Bekannt ist dieses Vulkanmineral vielen Menschen, weil es aufgrund seiner **negativen Ladung** positiv geladene Umweltgifte anzieht, in seine Gitterstruktur aufnimmt und sie aus dem Körper heraustransportiert.

Zu den Toxinen, die durch Zeolith ausgeleitet werden, gehören das **Leichtmetall Aluminium**, **Schwermetalle**, wie Quecksilber, Blei, Arsen, Cadmium oder Nickel, aber auch zum Beispiel **Pestizide** oder **BPA**, Bisphenol A, aus Plastikflaschen und Dosenbeschichtungen.

Außerdem kann die Einnahme von Zeolith unseren Körper vor **radioaktiven Partikeln**, wie zum Beispiel **Cäsium 137**, schützen und diese wirksam entgiften.

Seine **Effektivität im Strahlenschutz** hat Zeolith im Jahr 1986 eindrucksvoll bewiesen, als es dazu genutzt wurde, den Atomreaktor von Tschernobyl einzusargen. Circa eine halbe Millionen Tonnen Zeolith wurden damals eingesetzt, um Tschernobyl nach dem Reaktorunfall strahlungssicher zu machen.

Ein weiteres, extrem schädliches, Toxin, welches durch Zeolith neutralisiert wird, ist das **Zellgift Ammoniak**, welches vor allem unsere Mitochondrien, die Energiekraftwerke unserer Zellen, zerstört.

Ammoniak stellt bei unserer heutigen, eiweiß-lastigen Ernährung, einem zumeist geschädigten Mikrobiom und einer bei sehr vielen Menschen - oftmals ohne Ihr Wissen - geschädigten Darmwand, ein besonders großes Problem dar.

Es wird von Fäulnisbakterien in unserem Darm aus unverdauten Eiweißbestandteilen gebildet und dann zur Leber transportiert, wo es abgebaut wird.

Flutet aber zu viel Ammoniak an, so kommt es zur **Leberschädigung**, und dann zur **Schädigung weitere Organe**, inklusive unseres **Gehirns**.

Durch seine besonders **hohe Affinität** zu Ammoniak verhindert Zeolith solche Folgeschäden.

Des Weiteren saniert Zeolith auch unseren Darm und unser Mikrobiom.

Neben der vielen Menschen bekannten Entgiftungswirkung von Zeolith, welches die Schadstoffe direkt im Darm abfängt, bevor sie überhaupt erst in den Körper gelangen

können, ist dieses Naturmineral auch ein exzellenter **Darmsanierer** und **Milieuverbesserer** und somit bei **chronischen Darmbeschwerden** oft das Mittel der Wahl.

Zeolith ist in der Lage, eine entzündete und durchlässige Darmwand zu heilen, wie wir sie beim **Leaky Gut** vorfinden, beim sogenannten Sickerdarm, bei welchem die Darmwand so geschädigt ist, dass Gifte und Nahrungsbestandteile in den Körper gelangen und dort zum Beispiel zu chronischen Entzündungen, Allergien und Autoimmunreaktionen führen können.

Und Zeolith fördert das Wachstum der **guten, gesunden Mikroorganismen** im Darm, indem es für das richtige Milieu sorgt.

Eine weitere, ganz besondere Wirkung des Zeolith ergibt sich daraus, dass sein Kristallgitternetz „**vorbeladen**“ ist mit wichtigen Mikronährstoffen. Diese gibt das „**intelligente**“ **Naturmineral** als „**Ionentauscher**“ im Austausch gegen Toxine an unseren Körper ab.

Hierbei gibt Zeolith nur an den Körper ab, was ihm fehlt, was er dringend benötigt.

Braucht er Eisen, so bekommt er Eisen, fehlt ihm Calcium, so bedient der Körper sich am Calcium im Zeolith. Studien belegen zum Beispiel eine **positive Wirkung** von Zeolith auf **Osteoporose**.

Über diese Abgabe von Mineralstoffen und Spurenelementen an den Körper sorgt Zeolith dafür, dass unsere **Enzyme wieder richtig arbeiten können**, so dass es auch über diesen Mechanismus mit zur Entgiftung des Körpers beiträgt.

Enzyme **steuern Stoffwechselprozesse** und bestehen aus einem Proteinanteil und Cofaktoren, wie zum Beispiel Magnesium, Zink, Kupfer, Selen etc., ohne die das Enzym nicht richtig arbeiten kann.

Umweltgifte verdrängen nun diese Cofaktoren aus unseren Enzymen, so dass es zu mannigfaltigen Stoffwechselproblemen bis hin zum Erliegen von Körperfunktionen kommen kann.

So kann zum Beispiel durch die Störung von Leberenzymen auch die Entgiftungsleistung der Leber gestört sein.

Indem Zeolith **Enzym-Cofaktoren bereitstellt**, bringt es unseren **Stoffwechsel** und unsere **Entgiftungsfunktionen** wieder in Gang und unterstützt **sämtliche Körperfunktionen**.

Zeolith kann zudem auch äußerlich, zum Beispiel in Form von **Lava-Bädern**, angewendet werden, zum **Entsäuern** oder zur Behandlung von **Schuppenflechte, Ekzemen** etc..

Zeolith kann im Rahmen einer **8 – 12 wöchigen Kur** oder aber **dauerhaft** eingenommen werden.

#### **Wichtig zu beachten:**

Während der Einnahme von Zeolithpulver sollte man **ausreichend trinken**, damit es nicht zu Verstopfungen kommt und die Toxine gut abtransportiert werden können.

Des Weiteren wird empfohlen, **eine Stunde Abstand** zu halten zur Einnahme von **Medikamenten** und **Supplementen**.

Was ein spezifisches Produkt angeht, so haben auch hier, wie so oft, die Quelle und die Qualität des Produktes einen enorm hohen Stellenwert.

Wichtig sind der **Reinheitsgrad** und die **Verarbeitung** des Zeoliths.

Das Zeolith-Präparat „**Vita Pure**“ stammt nicht nur vom Weltmarktführer, sondern es wird zusätzlich durch ein Naturresonanzverfahren aktiviert und energetisiert.

Denn durch den Herstellungsvorgang kommt es bei vielen Produkten zu einer Veränderung der natürlichen Schwingung.

Im Rahmen der Aktivierung und Energetisierung des fertigen Produktes wird im „**Vita Pure**“ die ursprüngliche Schwingung und energetische Frequenz des Zeoliths wiederhergestellt.

Dieser Vorgang führt zu einer **verbesserten Bioverfügbarkeit** und einer stärkeren **feinstofflichen Wirkung** des Produktes und damit zu einer signifikant verbesserten Wirkung auf Zellebene, wie Zellstudien gezeigt haben.

#### **Bezugsquellen:**

Aktivierter Zeolith-Klinoptilolith „**Vita Pure**“, 200 Kapseln/200g Pulver/400g Pulver

<https://6746445.lvpartner.com/pure>

Basenbad mit aktiviertem Zeolith-Klinoptilolith „**Lava Bath**“, 800g Pulver

<https://6746445.lvpartner.com/bath>

#### **Entgiftungstropfen „Clean Slate“**

Die Entgiftungstropfen „**Clean Slate**“ der Firma **ROOT** unterstützen die **passive Ausleitung von Umwelttoxinen** und **Schwermetallen** aus dem gesamten Körper, sie unterstützen die **Reduktion von Entzündungen** und sie erhöhen die **Absorption von Mikronährstoffen**, indem sie Toxine entfernen, welche die Bindungsstellen von Nährstoffen blockieren.

Den vielen positiven Rückmeldungen von Menschen mit **Impfnebenwirkungen** und **Shedding-Symptomen** nach zu urteilen, scheinen diese Tropfen auch hier in vielen Fällen effektive Hilfestellung leisten zu können.

Clean Slate kann im Übrigen auch bei **Haustieren** zur Entgiftung eingesetzt werden. Bislang haben wir positive Rückmeldungen von **Hunde-, Katzen- und Pferdebesitzern** bekommen.



Die Dosierung für den Menschen liegt bei **2xtgl 10 Tropfen**.

### **Achtung !**

Da dieses Produkt eine stark entgiftende Wirkung hat, kann es in einigen Fällen zu Beginn der Einnahme zu **Entgiftungssymptomen**, wie Kopfschmerzen, Erschöpfung, Übelkeit, Durchfällen etc. kommen. Deshalb wird empfohlen, mit **2xtgl 2 Tropfen** zu beginnen, und dann langsam auf bis zu **2xtgl 10 Tropfen** zu steigern, und für der Dauer der Anwendung ausreichend zu trinken.

### **Für Haustiere gilt folgende Empfehlung:**

**Katzen** bekommen zur Entgiftung **1 bis 2xtgl 1 Tropfen** über das Futter. Sehr kleine Hunde, wie etwa Yorkshire Terrier, ebenfalls.

**Mittelgroße Hunde** können **2xtgl 2 bis 3 Tropfen** bekommen, bei Hunden von der Größe eines **Schäferhundes** werden bis zu **2xtgl 5 Tropfen** eingesetzt.

Auch bei Haustieren kann es zu Entgiftungssymptomen wie Durchfällen kommen, weshalb die Dosis auch bei ihnen vorsichtig gesteigert werden sollte.

Clean Slate ist zur **dauerhaften Einnahme/Entgiftung** gedacht.

Empfehlenswert ist die Einnahme morgens auf nüchternen Magen und abends vor dem Schlafengehen, zu Medikamenten sollte ein Abstand von 1 Stunde eingehalten werden.

### **Bezugsquelle:**

Clean Slate

[www.therootbrands.com/graphene-detox](http://www.therootbrands.com/graphene-detox)

## **Chlorella/Spirulina**

Eine sehr nährstoffreiche und schonende Art Schwermetalle auszuleiten ist die Entgiftung mit **Chlorella** und **Spirulina**.

**Chlorella** ist eine blau-grüne Mikroalge, die aufgrund ihres hohen Anteils an Vitaminen, Mineralstoffen und Chlorophyll zu den **Superfoods** zählt und besonders aufgrund ihrer Fähigkeit, Giftstoffe aus dem Körper zu eliminieren, bekannt ist.

**Spirulina** gehört zur Gattung der Cyanobakterien (früher als „Blualgen“ bezeichnet) und wird als das nährstoffreichste Nahrungsmittel überhaupt angesehen. Sie enthält alle essentiellen Aminosäuren, sowie eine breite Palette an Mikronährstoffen.

Zunächst ein paar grundsätzliche Informationen:

In der Regel kann man die Dinge, die zur Entgiftung eingesetzt werden, in 3 Kategorien einordnen:

- **Binder**
- **Nährstoffgeber**
- **und Löser**

Chlorella ist zum Beispiel ein Binder, Spirulina ist ein Nährstoffgeber und Koriander wäre ein Beispiel für einen sehr effektiven Löser.

### **Was bedeutet das ?**

Koriander als Löser ist zum Beispiel in der Lage, schnell große Mengen an Schwermetallen aus dem Gewebe freizusetzen.

Was auf der einen Seite ja gewünscht ist - wir wollen diese Toxine ja nicht im Gewebe haben -, auf der anderen Seite aber kann Koriander einen Körper, der vollsitzt mit Gift, so dermaßen mit Schwermetallen fluten, dass es zu massiven **Entgiftungssymptomen**, oder besser gesagt, zu „**Vergiftungssymptomen**“, wie Kopfschmerzen, Übelkeit, Durchfällen, Erbrechen, Hautausschlägen usw., durch zirkulierende Schwermetalle kommen kann.

Es kommt zu einer regelrechten **Entgiftungskrise**, die mehr schadet als nutzt.

Aus diesem Grund sollte man **Löser**, wie Koriander, nur sehr vorsichtig einsetzen und stattdessen erstmal mit **Nährstoffgebern**, wie Spirulina, und mit **Bindern**, wie Chlorella, beginnen, bevor man zu einem Löser greift.

Spirulina als Nährstoffgeber hat selbstverständlich auch Entgiftungskapazitäten (insbesondere hat es eine sehr große Kapazität, Quecksilber aufzunehmen und zu entgiften), aber Nährstoffgeber sind vor allem wichtig, um den Körper während der Entgiftung zu stabilisieren und ihm die nötigen **Mikronährstoffe** zu spenden, die er in dieser Zeit dringend benötigt.

**Chlorella** enthält ebenfalls wertvolle Mikronährstoffe, ist aber geschätzt zu **80% bindend** und zu **20% gebend**. Im Gegensatz dazu ist es bei Spirulina dem Erfahrungswert nach genau umgekehrt: **Spirulina** ist zu **20% schwermetallbindend** und zu **80% nährstoffgebend**.

### **Achtung !**

Was in Bezug auf Chlorella wichtig ist: Chlorella kann seine bindende Wirkung nur bei **intakten Zellwänden** entfalten.

Chlorella-Produkte mit „**aufgebrochenen**“ oder „**aufgeschlossenen**“ **Zellwänden** geben zwar Mikronährstoffe an den Körper ab, binden aber Schwermetalle nicht in ausreichender Menge.

Für eine Entgiftungskur also bitte darauf achten, unbedingt Chlorella mit **intakten Zellwänden** zu kaufen.

Eine **6 – 8wöchige Kur** mit Chlorella und Spirulina stellt eine einfache, sichere und effektive Entgiftungsmethode dar:

Chlorella bindet Toxine und Spirulina stabilisiert den Körper über Mikronährstoffe und leitet zusätzlich Quecksilber aus.

### **Achtung !:**

Es gibt Studien, die zeigen, dass sowohl Chlorella, als auch Spirulina **Vitamin B12** enthalten. Im Fall von Spirulina handelt es sich aber wohl um ein analoges Vitamin B12, welches vom menschlichen Körper nicht verwendet werden kann.

Das analoge Vitamin B12 aus Spirulina scheint die Wirkung des Vitamin B12 aus Chlorella aufzuheben.

Chlorella und Spirulina sollten also zeitlich unabhängig voneinander (mit mindestens einer Stunde Abstand) eingenommen werden oder es sollte während der Entgiftungskur **Vitamin B12** substituiert werden.

Wer möchte kann die Chlorella/Spirulina-Entgiftung auch noch mit Koriander kombinieren. Hierbei ist zu beachten, dass Koriander als sehr effektiver Löser zu besonders schweren Entgiftungskrisen führen kann.

Es wäre also gut, zunächst mal für **3 – 4 Wochen nur mit Chlorella und Spirulina** zu entgiften und dann erst den Koriander hinzuzunehmen und die Dosis des Korianders nur tropfenweise zu erhöhen, bis die gewünschte Dosis (je nach Präparat unterschiedlich, hier bitte an die angegebenen Einnahmeempfehlungen halten) erreicht ist.

Führt die Koriander-Einnahme dann immer noch zu Problemen, so ist es besser, nur mit Chlorella und Spirulina zu entgiften, da diese auch nach und nach die Gifte aus dem Körper entfernen.

### **Bezugsquellen:**

Bio Chlorella, 400 Presslinge

<https://www.alohasana.de/products/aloha-sana-%C2%AE-bio-chlorella-algen-400-presslinge-a-400-mg-im-ultraviolettglas-laborgeprüft-energetisch-getestet-vitamin-b12-made-in-germany-de-oko-007-biozertifizierung?ref=7uiaaw9wy8>

Hawaii Spirulina, 400 Presslinge

<https://www.alohasana.de/products/bio-spirulina-400-presslinge?ref=7uiaaw9wy8>

Hawaii Spirulina, 800 Presslinge

<https://www.alohasana.de/products/hawaii-spirulina-algen-800-presslinge?ref=7uiaaw9wy8>

### Flüssiges Vitamin B12:

Vitamin B12 Tropfen, 1000µg

<https://www.sunday.de/b12-tropfen-mh3a-formel-bioaktiv-1000-hochdosiert.html>

Mit dem Gutscheincode TAN83159 erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Vitamin B 12 Komplex

<https://www.lebenskraftpur.de/Vitamin-B12-Komplex?produkt=10359>

### **Achtung !**

Beim Koriander bitte darauf achten, Extrakt aus Koriander**blättern** zu kaufen, nicht Koriander**samen** !

Korianderblattextrakt, 650mg

<https://de.iherb.com/pr/herb-pharm-cilantro-whole-leaf-1-fl-oz-30-ml/9795?rcode=CCF8451>

Korianderblatt/Chlorella Schwermetallentgiftung, 500mg, 250mg

<https://de.iherb.com/pr/planetary-herbals-cilantro-heavy-metal-detox-4-fl-oz-118-28-ml/20830?rcode=CCF8451>

### **Schwermetallentgiftungssmoothie**

Eine weitere schonende und gesunde Entgiftungsmöglichkeit ist der **Schwermetallentgiftungssmoothie**, empfohlen von **Anthony William**, der einigen von Euch sicher durch sein Buch „Mediale Medizin“ ein Begriff sein dürfte.

Dieser Smoothie enthält Dinge, die Schwermetalle entgiften, und er enthält Dinge, die den Körper während der Entgiftung stabilisieren und ihm Nährstoffe spenden.

Die entscheidenden Bestandteile dieses Smoothies sind:

- **Gerstengrassaftpulver (Achtung !:** Es gibt auch Gerstengraspulver, wir benötigen aber Gerstengrassaftpulver, welches wesentlich mehr Mikronährstoffe enthält)
- **Spirulinapulver**
- **Wilde Blaubeeren**
- **Koriander**
- und eine Rotalge namens **Dulse**, auch als Lappentang bekannt

Dazu noch zwei Bananen und den Saft einer Orange, und fertig ist der Gesundheitstrunk.

Man kann tatsächlich alles zusammen in einen Smoothie geben (was jedoch meiner Ansicht nach nicht empfehlenswert ist, da die Dulse sehr fischig schmeckt).

Wichtig ist, dass man **alle 5 Dinge** täglich zu sich nimmt.

Wie wirken die 5 Bestandteile des Smoothies ?

- **Gerstengrassaftpulver** zieht Schwermetalle aus Milz, Darm, Bauchspeicheldrüse und Fortpflanzungsorganen und es bereitet Quecksilber für die Aufnahme durch Spirulina vor.
- **Spirulina** leitet Schwermetalle aus Gehirn und Leber aus und ist einer der wirksamsten Entgifter von Quecksilber.
- **Wilde Blaubeeren (Achtung !:** Es müssen wirklich **WILDE** Blaubeeren sein, Kulturheidelbeeren haben lange nicht mehr die ursprüngliche Wirkung und die Nährstoffdichte, welche wilde Blaubeeren besitzen) leiten Schwermetalle aus dem Gehirn aus und geben dabei eine große Menge an Nährstoffen an unser Gehirn ab, weshalb sie oft auch als „**Brain Food**“, „**Gehirn-Nahrung**“, bezeichnet werden.
- **Koriander** erreicht schwer zugängliche Stellen überall im Körper und extrahiert dort auch seit Jahrzehnten eingelagerte Schwermetalle.
- **Dulse** ist in der Lage, zum Beispiel Aluminium, Quecksilber, Blei, Cadmium und Nickel zu binden und festzuhalten, bis sie den Körper verlassen haben. Das heißt, die Dulse nimmt die, durch die anderen 4 Dinge aus dem Gewebe herausgelösten Schwermetalle auf, und befördert diese aus dem Körper heraus.

**Diese 5:**

- **Gerstengrassaftpulver**
- **Spirulinapulver**
- **Wilde Blaubeeren**
- **Koriander**
- und die **Dulse**

stellen also die **ideale Kombination** dar, um Schwermetalle aus dem gesamten Körper auf schonende Weise auszuleiten, weil sie nicht nur in der Lage sind, die Schwermetalle aus dem Körper herauszulösen, sondern weil sie zusätzlich einen enorm hohen Nährstoffgehalt besitzen und somit Schäden durch eine Schwermetallbelastung abmildern und den Körper auf sanfte Weise stärken.

#### **Kurz zur Darreichungsform:**

- Gerstengrassaft und Spirulina sollten am besten in Pulverform eingenommen werden
- Wilde Blaubeeren findet man ab und an mal tiefgefroren oder man nimmt ebenfalls ein Pulver
- Koriander kann man frisch, in Kapsel- oder in flüssiger Form verwenden

Diese 4 Dinge passen gut in einen Smoothie.

Die Dulse allerdings schmeckt, wie bereits erwähnt, sehr stark nach Fisch und viele Menschen mögen sie nicht in einem Smoothie.

#### **Hier ein Einnahmebeispiel:**

**Jeweils 1 Esslöffel** Gerstengrassaftpulver, Spirulinapulver und Wilde Blaubeeren in Pulverform kommen zusammen mit frischem Koriander oder Koriandertropfen in einen Smoothie (oder frischer Koriander kommt ins Essen oder über den Salat).

Die Dulse (**ebenfalls 1 Esslöffel**) rührt man in etwas Kokoswasser ein und trinkt sie einzeln.

#### **Achtung !:**

Für den Koriander gilt auch hier, ihn mit großer Vorsicht anzuwenden.

Eine gute Möglichkeit ist, mit den anderen 4 Dingen zu beginnen, und den Koriander erst **nach 3 bis 4 Wochen** mit dazu zu nehmen.

Da bitte auf Euren Körper hören und beim Entgiften immer vorsichtig vorgehen und sich langsam herantasten !

#### **Zur Produktqualität:**

Naturstoffe sollten generell **in Gläsern** aufbewahrt werden, da diese die Frische und Qualität der Produkte erhalten. Bewahrt man sie in Plastikdosen oder -beuteln auf, so verlieren sie ab dem Produktionstag an Qualität und oxidieren mit der Zeit mehr und mehr, wodurch sie an Wirksamkeit verlieren.

Besonders geeignete Behältnisse sind **Ultraviolettgläser**, welche schädliche Strahlung abblocken und nur die ultraviolette Lichtstrahlung durchlassen, die eine keimabtötende und energetisierende Wirkung auf Naturstoffe hat.

#### **Bezugsquellen:**

Bio Gerstengrassaft Pulver

<https://www.alohasana.de/products/bio-gerstengrassaft-pulver-180-g?ref=7uiaaw9wy8>



Spirulinapulver

<https://www.alohasana.de/products/hawaii-spirulina-algen-pulver-300-g?ref=7uiaaw9wy8>

Wilde Blaubeeren in Pulverform

<https://www.alohasana.de/products/bio-wilde-blaubeeren-pulver-gefriergetrocknet-100-g?ref=7uiaaw9wy8>

Bio Dulse

<https://www.alohasana.de/products/bio-dulse-aus-dem-nord-atlantik-in-irland?ref=7uiaaw9wy8>

Korianderblattextrakt, 650mg

<https://de.iherb.com/pr/herb-pharm-cilantro-whole-leaf-1-fl-oz-30-ml/9795?rcode=CCF8451>

## Glyphosatentgiftung

**Glyphosat** ist der aktive Bestandteil des weltweit meistverkauften Unkrautvernichtungsmittels **Roundup** und tötet als „**Totalherbizid**“ jede Pflanze ab, die nicht gentechnisch so verändert wurde, dass sie den Herbizideinsatz überlebt.

Das Patent für die Herstellung von Glyphosat liegt bei der Firma Monsanto, die heute zum Chemie- und Pharmariesen Bayer gehört. Im Jahr 2010 wurde Glyphosat als **Antibiotikum** patentiert.

Über den fast weltweiten Einsatz von Roundup gelangt Glyphosat in den Großteil unserer Lebensmittel, ins Wasser und in die Luft.

Glyphosat gelangt in alle Pflanzenteile, in Blätter, Samen und Wurzeln. Es lässt sich weder abwaschen, noch wird es durch Erhitzen oder Einfrieren zerstört, und es weist eine Halbwertszeit von um die 20 Jahren auf.

Das heißt, es verbleibt jahrzehntelang in der Umwelt und in unserem Körper und richtet dort seinen Schaden an.

Jeden Tag nehmen wir weiteres Glyphosat auf, welches unseren Körper auf vielfältige Weise schädigt.

Um nur einige der vielen **schädigenden Wirkungen von Glyphosat** zu nennen:

- Unter anderem zerstört Glyphosat unser **Mikrobiom** (die Gesamtheit aller Mikroorganismen im Körper, ohne die wir nicht überlebensfähig sind), was unser Immunsystem schwächt und zu Depressionen und Ängsten und zahlreichen weiteren gesundheitlichen Problemen führen kann.
- Glyphosat ist **krebserregend** und kann zu **Autoimmunerkrankungen** führen.
- Als **Analogon zur Aminosäure Glycin** verdrängt Glyphosat Glycin aus unseren Biomolekülen. Da unser Körper Glycin unter anderem für die Synthese von Kollagen, aber auch für die Synthese unseres wichtigsten Entgiftungsmoleküls Glutathion benötigt, werden durch Glyphosat die **Funktion unseres Bindegewebes** und unsere **Entgiftungskapazität** eingeschränkt
- Glyphosat kann zu **Leaky Gut**, zum sogenannten „Sickerdarm“, führen, indem es die **„Tight Junctions“**, die besonders engen Verbindungen zwischen den Zellen der Darmwand, welche die Darmschleimhaut abdichten, auflöst, so dass Nahrungsbestandteile und Toxine in den Körper gelangen können. Ein solcher Leaky Gut wird als eine Hauptursache für **chronische Entzündungszustände** im Körper angesehen.

### Wie können wir Glyphosat entgiften ?

Zunächst ist es wichtig, die **Glyphosataufnahme** soweit wie möglich zu reduzieren, indem wir so oft es geht Bio-Produkte kaufen und gefiltertes Wasser trinken.

Ganz vermeiden können wir die Glyphosataufnahme jedoch leider nicht:

Da Glyphosat ein **wasserlösliches Gift** ist befindet es sich im **Wasserkreislauf** und natürlich auch in der Luft. Studien zeigen, dass 75% des Regens und anderer Niederschläge und 75% unserer Atemluft mit Glyphosat angereichert sind.

Ein ganz einfaches und doch sehr wirksames Mittel, um Glyphosat abzubauen, ist **Apfelessig**. Diesen könnt Ihr mit in die Salatsauce geben oder ihn mit Wasser verdünnt trinken (1 bis 2 Teelöffel Apfelessig + 1 Teelöffel Honig in ein großes Glas Wasser geben).

Ein Produkt, welches das Immunsystem stärkt, das Mikrobiom und den Darm unterstützt und durch seinen Gehalt an Apfelessig Glyphosat abbaut, ist das **„Restore“** der Firma **Root Wellness**.

Des Weiteren kann man Glyphosat aus dem Körper verdrängen, indem man die Menge an Glycin erhöht, die man zu sich nimmt, und auf diese Weise Glyphosat gegen Glycin austauscht.

Dr. Dietrich Klinghardt empfiehlt, einige Wochen lang **zweimal täglich 4g Glycinpulver** einzunehmen und die Dosis dann auf **zweimal täglich 1 g** zu reduzieren. Dieses sollte allerdings unter **ärztlicher Aufsicht** geschehen, bei welcher die **Glyphosatwerte im Urin** überwacht werden sollten. Bei manchen Menschen dauert es 2 Monate, bei manchen Menschen eher 6 Monate, bis diese abfallen und man auf eine niedrigere Glycindosis umsteigen kann.

Last but not least braucht es noch ein Mittel, welches uns helfen kann, die **Tight Junctions** im Darm wiederherzustellen und das **Mikrobiom zu regenerieren**.

Ein Produkt namens **Gut Support**, welches aus Millionen Jahre alter Erde gewonnen wird und noch ursprüngliche (nicht durch Glyphosat abgetötete) **Mikroorganismen** und einen Stoff namens **Terrahydrite** enthält, ist in der Lage, die geschädigte Darmwand schnell heilen zu lassen.

Der Wirkstoff Terrahydrite ist eine aus dem Erdreich (aus Torf-, Humus-, Schieferschichten) gewonnene Substanz, welche ein optimales Darmumfeld fördert. Terrahydrite sorgt für eine rasche Zunahme der **Dichtigkeit der Zellverbindungen** in Dün- und Dickdarm und stellt die **natürliche Barriere** der Darmwand wieder her.

**Glyphosatentausleitung, Behandlung des Leaky Gut und Regeneration des Mikrobioms mit Hilfe von:**

- **Apfelessig**
- **Restore**
- **Glycin**
- **ION Biome Gut Support**

**Bezugsquellen:**

Restore

<https://therootbrands.com/graphene-detox>

Glycin in Kapselform, 500mg

<https://www.sunday.de/glycin-aminosaeure-kapseln-500-hochrein-vegan.html>

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Glycin in Pulverform, 1000mg

<https://www.sunday.de/glycin-aminosaeure-pulver-hochrein-vegan.html>

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

## Elektrosmogschutz

Nicht nur Partikel, sondern auch Strahlen können den Körper „vergiften“.

### Wie schädigt uns Elektrosmog?

- **Künstliche elektromagnetische Felder (EMFs)** führen – genauso, wie Umweltgifte – auf Zellebene zu **intrazellulärem oxidativem Stress** und zu einer dadurch bedingten Schädigung und Zerstörung von Biomolekülen.
- Elektrosmog hat einen **synergistischen Effekt** mit Toxinen: es hemmt den Abbau von Toxinen in unserem Körper, ja, es verstärkt im Gegenteil sogar noch die Wirkung der Giftstoffe. Die Entgiftungsmechanismen werden blockiert und die Giftstoffe werden aktiviert.
- Elektromagnetische Strahlung schädigt die **Blut-Hirn-Schranke**, so dass Gifte wie Aluminium und Fluorid ins Gehirn gelangen können.
- Auf Zellebene öffnen EMFs **spannungsabhängige Calciumkanäle**, so dass Calcium in die Zelle einströmt. Übermäßiges Calcium in der Zelle führt zur Bildung von **Peroxyinitrit**, einer hochgradig oxidativen Substanz, welche die Zelle zerstört.

Mittlerweile belegen tausende von Studien, dass elektromagnetische Felder massive gesundheitliche Probleme verursachen.

### Hier eine kleine Liste der durch Elektrosmog verursachten Erkrankungen:

- Krebserkrankungen, wie zum Beispiel Hirntumoren vor allem an der Seite, an der man das Handy ans Ohr hält, und Leukämie
- Schlafstörungen
- Burnout und Depressionen
- Chromosomenbrüche, also Schäden an unserer DNA
- Neurodegenerative Erkrankungen, wie Alzheimer oder Parkinson
- Autoimmunerkrankungen
- Schädigungen des Embryo usw.

Künstliche elektromagnetische Felder schädigen insbesondere unser **Gehirn**, unser **Herz** und unsere **Fortpflanzungsorgane**.

Auch die „Vergiftung“ durch elektromagnetische Strahlung sollte also soweit es geht vermieden und abgefangen werden, um unsere Zellen gesund zu erhalten und um die Entgiftungskapazität unseres Körpers wiederherzustellen.

**Elektrosmog-Schutzprodukte** können einen wirksamen Schutz bieten. Wichtig ist darauf zu achten, dass diese Produkte auch einen wirksamen Schutz vor der drahtlosen Mobilfunktechnologie der fünften Generation, **5G**, bieten und dass entsprechende Messprotokolle vorhanden sind.

Solch einen, durch Studien erwiesenen, **Schutz vor Elektrosmog inklusive 5G**, bietet zum Beispiel die Gabriel-Technologie.

#### **Bezugsquellen:**

5G Gabriel-Chip SmartPhones

<https://enki-institut.myshopify.com/collections/geratespezifische-systeme/products/5g-gabriel-chip-smartphones?ref=39OtzwHPJQjkG>

Gabriel Frequenz-Armband

<https://enki-institut.myshopify.com/collections/korper/products/gabriel-frequenz-armband?ref=39OtzwHPJQjkG>

Gabriel Frequenz-Anhänger

<https://enki-institut.myshopify.com/collections/korper/products/gabriel-frequenz-anhanger?ref=39OtzwHPJQjkG>

Gabriel-Chip Schuheinlagen

<https://enki-institut.myshopify.com/collections/korper/products/gabriel-chip-schuheinlagen-1-paar?ref=39OtzwHPJQjkG>

Gabriel Kristall-Glas Diamant 5G

<https://enki-institut.myshopify.com/collections/flachensysteme/products/gabriel-kristallglas-diamant-5g?ref=39OtzwHPJQjkG>

Gabriel Luftreiniger

<https://enki-institut.myshopify.com/collections/flachensysteme/products/gabriel-luftreiniger-cf-8609s?ref=39OtzwHPJQjkG>

ENKI Quanten-Kraftstein

<https://enki-institut.myshopify.com/collections/korpersysteme/products/enki-quanten-kraftstein?ref=39OtzwhPJQjkG>

Meine Lieben,

ich hoffe, dass Euch dieses Protokoll eine kleine Hilfestellung dabei sein kann, Entgiftung in Euer tägliches Leben zu integrieren und sie zu nutzen, um Euch strahlende Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude bis ins hohe Alter zu erhalten.

Alles Liebe,

Eure Alina



BODY  
MIND  
SOUL  
ACADEMY