

Frage von [SonnenSchirm](#): Stimmt es, dass es nach einer Schwermetallausleitung zum Aufflackern früherer Erkrankungen kommen kann?

Link: <http://www.imedo.de/community/questions/show/16543-stimmt-es-dass-es-nach-einer-schwermetallausleitung-zum-aufflackern-frueherer-erkrankungen-kommen-kann>

von [bermibs](#) ♂

- Hallo SonnenSchirm, Erkrankungen, die durch [Quecksilber](#) verursacht bzw. begünstigt werden, können sich durchaus anfänglich verstärken bzw. wieder in Erscheinung treten. Hintergrund ist die [Mobilisierung](#) des Quecksilbers im Körper, die für eine erfolgreiche Ausleitung notwendig ist. Das sind sogenannte Herxheimer Reaktionen bzw. Erstverschlimmerungen.

Dr. Klinghardt beschreibt bei seiner Ausleitungstherapie mit Chlorellaalgen, Bärlauch- und Koriander-tinktur folgende Symptome:

[Schwindel](#), Übelkeit, [Sodbrennen](#), [Durchfall](#), [Kopfschmerzen](#), Müdigkeit, grippeartige Beschwerden, Blähungen, depressive Verstimmungen

http://www.files.bermibs.de/fileadmin/pdf/www.naturepower.ch/indikationen/indikation002-ausleitung_von_quecksilber_nach_dr._klinghardt.pdf

Meine erste Ausleitung habe ich mit homöopathischem [Selen](#) durchgeführt (Quecksilberwert war 6,5-fach über zulässig). Dabei hatte ich keine derartigen Herxheimer Reaktionen. Nach gut zwei Jahren habe ich dann noch die Ausleitung nach Dr. Klinghardt durchgeführt. Auch ohne Probleme.

Ich kenne jedoch zwei Frauen, die sehr heftig auf geringste Mengen an Chlorellaalge reagieren. Eine davon hat jetzt eine Ausleitung mit Zeolith (vulkanisches Mineralkristall - fein zermahlen) begonnen. Diese Methode ist zwar sehr umstritten. Bei ihr treten aber die ersten gesundheitlichen Fortschritte ein und es gibt bei weitem keine derartigen [Nebenwirkungen](#) wie bei Chlorella. Zeolith ist ausleitungsmäßig noch effektiver als [Heilerde](#). Und Heilerde ist allgemein anerkannt.

http://www.files.bermibs.de/fileadmin/pdf/naturarzt_und_anderes/zeolith-dr._hecht.pdf

http://www.files.bermibs.de/fileadmin/pdf/naturarzt_und_anderes/zeolith-dr._douwes.pdf

Wichtig vor der Ausleitung ist eine fachgerechte Entfernung/Ersetzung aller Amalgamplomben.

Ich wünsche Dir viel [Erfolg](#) bei der Ausleitung und der damit verbundenen Gesundung Deines Körpers.

LG bermibs

von [SonnenSchirm](#) ♀

Hallo Bermibs,

herzlichen Dank für Deine rasche Antwort.

Ich habe zahlreiche kranke Baustellen und bin zur [Zeit](#) bei einem Ganzheitsmediziner in [Behandlung](#).

Du kennst Dich sehr gut aus. Ich habe noch einige Fragen an Dich, welche ich hier nicht alle aufzählen kann. Gerne möchte ich, sofern Du einverstanden bist, mal mit Dir telefonieren. Magst Du mir Deine Telefonnummer mitteilen?

Vielen Dank im voraus für Deine [Nachricht](#).

Liebe Grüße
SonnenSchirm

von [bermibs](#) ♂

Hallo SonnenSchirm, wie wäre es erst einmal mit einer PN. Das wäre mir am Anfang erst einmal lieber. Schreib mir einfach. Ich beantworte jede PN.

LG bermibs

von [SonnenSchirm](#) ♀

Hallo bermibs,

habe soeben erst Deine [Nachricht](#) erhalten. Danke!
Ich habe mehrere Schwermetallbelastungen:

[Aluminium](#), [Arsen](#), [Kupfer](#) (3x so hoch als der zulässige Wert!) [Quecksilber](#) ist nur wenig erhöht. Mein [Arzt](#) fragte mich neulich, woher ich denn diese hohe Kupferbelastung hätte. [Referenzbereich](#) bei Kupfer lt. meinem Befundbericht: 30.0-500.0. Ich habe 1558.0. Kann mir nicht erklären, weshalb der Kupfer-Wert so enorm erhöht ist bzw. was das für Folgen haben kann. Würde mich sehr interessieren was man dagegen tun kann.

Das wär´s für´s Erste.

Vielen Dank für Deine Rückmeldung.
L.G. SonnenSchirm

von [bermibs](#) ♂

Hallo SonnenSchirm,
die Ausleitung ist die eine Seite. Die zweite und auch sehr wichtige ist die Ermittlung der Ursachen/[Quellen](#). Das kann natürlich nur vor Ort geschehen.
Dafür gibt es ja auch Spezialisten. Denn es dürfte sich um äußere Quellen handeln und nicht wie bei [Amalgam](#) um innere. Ich weiß aber nicht, inwieweit das die KK übernimmt.

Bei der Ausleitung würde ich mehrgleisig fahren.

So zum Beispiel:

- Zeolith bzw. [Heilerde](#)
- Chlorella, Bärlauch, Koriander
- MMS-Tropfen nach Jim Humble (Chlordioxid als selektives Oxidans)
- homöopathisches [Selen](#)

Hier noch ein paar Anleitungen von NaturePower:

<http://www.vitalstoff-journal.de/wissen-fuer-sie/was-hilft-bei-welchen-beschwerden/was-hilft-gegen->

[was-allgemeine-gesundheitliche-beschwerden/ausleitung-von-quecksilber-und-thallium-nach-dr-hulda-clark/](http://www.vitalstoff-journal.de/wissen-fuer-sie/was-hilft-bei-welchen-beschwerden/was-hilft-gegen-was-allgemeine-gesundheitliche-beschwerden/ausleitung-von-quecksilber-und-thallium-nach-dr-hulda-clark/)

<http://www.vitalstoff-journal.de/wissen-fuer-sie/was-hilft-bei-welchen-beschwerden/was-hilft-gegen-was-allgemeine-gesundheitliche-beschwerden/ausleitung-von-schwermetallen-nach-dr-hulda-clark/>

LG bermibs

von [SonnenSchirm](#) ♀

Herzlichen Dank für die umfangreichen Mitteilungen, lieber bermibs. Sobald ich etwas [Zeit](#) habe, schreibe ich Dir eine PN.

L.G. SonnenSchirm

von [sirmatze123](#)

sind zwar schon älter die beiträge aber ich schreibe mal was dazu . ich leite auch sein 4 wochen mit chlorella aus . aber bei dem was ich hier so lese , was ihr alle nehmt oder vorschlagt , da kommt mir die frage auf wie finanziert ihr das alles ????? ich habe für meine chlorella 1000 stück knapp 50 eus bezahlt und das ist bei mir schon die schmerzgrenze . die ganzen ausleitmittel sind doch verdammt teuer . ich heiße rene .

von [bermibs](#) ♂

Hallo Rene, die ganzen Mittel sind natürlich nicht zum Nulltarif zu haben. Aber bei entsprechender Suche im Web findet man auch günstige Anbieter:

- Chlorella: 1250 [Tabletten](#) für 44 €
- Bärlauch- und Koriandertinktur habe ich vor Jahren einmal bei NaturePower.de gekauft - je 25 €
- Zeolith: 750 g für 35 €
- MMS-Tropfen: 2 x 100 ml für rund 20 €
- Alpha-Liponsäure: 250 [Kapseln](#) für 30 €

Das sind alles Substanzen, die die Ausleitung von Metallen, Giften und Schadstoffen begünstigen.

Bezugsquellen findest du auf meiner Liste:

<http://www.files.bermibs.de/privat/pdf/preise.pdf>

LG bermibs

Nachrichten zur Frage:

von [SonnenSchirm](#) ♀

Hallo Bermibs,

habe ja versprochen, dass ich mich mit einer PN bei Dir wieder melde.

Am Montag beginne ich mit der Ausleitung, aber unter ärztlicher Aufsicht. Amalgam habe ich schon

vor vielen Jahren entfernen lassen.

Der hauptsächliche Grund für die Ausleitungen ist folgender: seit einigen Jahren habe ich eine Geschmacksstörung, welche mich sehr beeinträchtigt. Die Zunge ist bitter, als ob ich eine Tablette im Mund hätte. Dabei ist es mir ziemlich schwindelig. Außerdem habe ich abgenommen, obwohl ich mich vernünftig mit BIO-Produkten ernähre. Nächste Woche wird ein MRT von Kopf, Hals und Nase gemacht. Insgesamt hatte ich 4 Nasen OP's als jünge Frau. Das ist lange her. Meine Nasenschleimhäute sind auch ziemlich trocken. Da spüle ich immer mit einem Kännchen die Nase. Dann habe ich seit Kindheit immer einen Räsperzwang, der immer heftiger geworden ist. Manchmal tut mir der Hals weh vom vielen Räuspern. Dabei empfinde ich ab und zu ein Brennen.

Ich wurde darauf hingewiesen, dass meine Beschwerden auch von einem Mobilfunkmasten kommen könnten. Da könnte es sein, dass dadurch die Geschmacksstörung auch schlechter geworden ist. Aber das sind bislang nur Vermutungen.

Im Jahre 2007 hatte ich mal einen heftigen Infekt, vermutlich durch mein Medikament HUMIRA ausgelöst (ich setzte es auf Anraten meines derzeitigen Arztes ab.)

Damals musste ich 4erlei Antibiotika einnehmen, weil der Infekt fast 5 Monate andauerte. Ich war total geschwächt und habe mich seither auch nie mehr wieder ganz erholt. Aber wie gesagt, die Geschmacksstörung beeinträchtigt mich sehr. Wenn ich schon 80 Jahre alt wäre, könnte ich so etwas ja verstehen. Aber mit bald 62 schmeckt man i.d.R. das Essen noch.

Meine einzige Hoffnung ist momentan die Ausleitung. Ich möchte nichts unversucht lassen. Allerdings muss während den Ausleitungen sehr auf die Nieren geachtet werden. Der Urin wird zuvor per Infusion basis gemacht. Das hat mir gestern mein Arzt gesagt.

Ich suche schon so lange die Nadel im Heuhaufen. ABER wo finde ich sie? Habe manchmal das Gefühl, dass ich irgend etwas Unbekanntes mit mir herumschleppe. Weshalb findet niemand die Ursache??? Vielleicht kann auch emotionaler Stress dahinterstecken.

Entschuldige bitte, wenn ich Dir so ausführlich im Vertrauen mailen durfte. Ich würde mich sehr freuen, wenn Du vielleicht auch eine Idee für die Heilung meiner Beschwerden hättest.

Wenn das MRT nichts aussagt, gehe ich vielleicht nochmals zum HNO-Arzt, verspreche mir davon aber nicht all zu viel. Es sei denn, es wird eine homöopathische Behandlung beim HNO-Arzt eingeleitet. Ach ja, zur Zeit sehe ich auch ziemlich undeutlich, wenn ich vorm Computer sitze. Man hat mir gesagt, hinter dem Ganzen könnte auch Diabetes stecken. Hoffentlich nicht, denn mir reich's an Erkrankungen.

Schon jetzt bedanke ich mich für Deine Rückmeldung und wünsche Dir einen schönen Tag.

Liebe Grüße
SonnenSchirm

von [bermibs](#) 

Hallo SonnenSchirm,
das ist ja eine sehr komplexe Geschichte. Ich kann Dir da nur Empfehlungen aus meiner "Amateursicht" und aus eigenen Erfahrungen geben.

Mich würde interessieren, auf welcher Basis der Arzt die Entgiftung bei Dir durchführen will? Ist es eine Variante, die ich bereits angeführt habe? Medikamentös gibt es ja noch andere Möglichkeiten.

Neben der Entgiftung/Ausleitung solltest Du das Problem grundsätzlich und langfristig angehen.

Bio-Nahrung ist nicht unbedingt gesund. Es gibt Bio-Zucker und auch Bio-Weißmehl. Beides taugt absolut nichts für die Gesundheit. Grundsatz bei der Nahrung sollte sein: So viel wie möglich vegetarisch und naturbelassen (frisch), dafür den tierischen und raffinierten Anteil sowie alles Erhitzte (kochen, braten, dünsten, backen) zurückdrängen.

Frisches Obst, Gemüse, Wurzelgemüse, Nüsse/Kerne kannst Du auch mit essbaren Wildpflanzen ergänzen. Natürlich nicht gerade vom Straßenrand oder von Intensivflächen. Ich esse regelmäßig Lö-

wenzahn, Giersch, Brennnesseln, Sauerampfer, Spitzwegerich u.v.m.

Die Brennnesseln etwas mit Handschuhen drücken, damit sie im Mund nicht brennen ;o)

Aber genau diese frische Nahrung ist die beste, da keine Mikronährstoffe durch Verarbeiten/Erhitzen zerstört werden.

Stichwort Darmflora: Du schreibst von langzeitiger Antibiotikaeinnahme. Dabei wird die Darmflora nachhaltig geschädigt. Eine Darmsanierung ist danach unbedingt notwendig. Eine gesunde Darmflora ist nicht nur für die Verdauung wichtig, auch für Immunsystem u.v.m.

In der Apotheke bekommst Du Präparate mit darmfreundlichen Bakterien. Im Internet gibt es zum Beispiel Multidophilus. Das habe ich selbst schon einmal benutzt. Für die Darmflora wirkt sich auch Heilerde positiv aus.

Stichwort Ergänzung mit Supplementen: Bei aller gesunder Ernährung ist oft keine optimale bis therapeutische Versorgung mit Mikronährstoffen möglich. Dafür müsstest Du die gesamte Industrienahrung weg lassen und Dich wie Franz Konz ernähren - ausschließlich vegetarisch und naturbelassen. Das ist im Berufsleben und Alltagsstress einfach nicht möglich.

Deshalb sollte man gerade im zunehmenden Alter Mikronährstoffe ergänzen, da sowieso die Gesamtnahrungsmenge nachlässt. Grundstock sollte ein gutes Multivitamin sein. Das findest Du in Deutschland nicht - zu schwach dosiert und viel zu teuer. Ich weiche da auf amerikanische Produkte aus.

Empfehlen kann ich Dir "Life Force Multiple" von Source Naturals. Damit bist Du bei Mikronährstoffen, insbesondere Vitaminen sehr gut versorgt.

Hier die Zusammensetzung:

http://www.files.bermibs.de/privat/pdf/green_source.pdf

Bezug wäre hier möglich (zur Zeit günstigster Anbieter):

<http://www.basichealth.de/index.php?prod=346#prod-346>

Das Multivitamin kann man dann je nach Erfordernis oder Wunsch ergänzen. Zwei Sachen würde ich unbedingt noch dazu nehmen - Coenzym Q10 (100 - 200 mg, ganz wichtig für's Herz) und Omega 3 (4 - 6 Gramm, Herz, Blutgefäße).

Anbieter findest Du auf meiner Liste: <http://www.files.bermibs.de/privat/pdf/preise.pdf>

Abschließend möchte ich noch einmal auf Zeolith verweisen, allgemein und ausleitungstechnisch. Das kannst Du ja mal beim Arzt ansprechen.

Hier zwei Ärzte zu diesem Thema:

http://www.files.bermibs.de/fileadmin/pdf/naturarzt_und_anderes/zeolith-dr._hecht.pdf

http://www.files.bermibs.de/fileadmin/pdf/naturarzt_und_anderes/zeolith-dr._douwes.pdf

Die von mir genannten Sachen sind alle langfristig und ganzheitlich angelegt. Sie wirken nachhaltig, brauchen aber wesentlich mehr Zeit als Medikamente. Dafür haben sie keine Nebenwirkungen. Also Geduld ist angesagt.

Ich hoffe, ich kann Dir damit etwas helfen. Wenn Du weitere Fragen hast, so schreibe mir ruhig.

Ganz liebe Grüße

Bernd

von [SonnenSchirm](#) ♀

Hallo Bernd,

du hast mir ja eine Menge mitgeteilt. Vielen Dank!

Ich kann leider nicht soviel schreiben wie ich eigentlich möchte, weil ich am vergangenen Freitag ein Augenproblem bekam und zum Augenarzt gehen musste. ---

Meine Darmschleimhaut würde angeblich die Nährstoffe nicht richtig aufnehmen. In Folge dessen erhalte ich zur Zeit Infusionen mit diversen Vitaminen und Aufbaustoffen. Was meine Ernährung angeht: ich weiß, dass naturbelassene Nahrung die gesündeste ist. Aber ich vertrage keine Rohkost. Von Kräutern allein werde ich nicht satt. Ich brauche eine gesunde, verträgliche und auch sättigende Kost, sonst bin ich ständig gereizt und genervt. Bio Ost und Gemüse schmeckt besser und ist nicht zusätzlich gespritzt.---Es ist mir unerklärlich, dass manche Menschen mit sehr wenig Nahrung auskommen. Wenn man sich aber zu sehr kasteit, bleibt die Genußfreude außen vor. Es gibt Veganer, die sehen gar nicht so gesund aus.....

Momentan nehme ich zahlreiche ärztlich verordnete Nahrungsergänzungsmittel (von der Fa. Tisso.) Eine seriöse Firma. Seit heute zusätzlich Tropfen RMS ASCONEX, rechtsdrehende Milchsäure. Ehrlich gesagt, seitdem ich die ganze Umstellung begonnen habe, geht's mir schlechter. Vielleicht ist es auch die Erstverschlimmerung. Was ich nicht ganz nachvollziehen kann ist, dass mein Gesamtbefinden allein durch Nahrungsergänzung sich verbessern soll.

Mir wird immer wieder gesagt: Geduld haben. Das höre ich jetzt schon Monate.

Am Freitag bekomme ich die Ausleitung. Ich werde in der Praxis genau erfragen, welche Präparate da eingesetzt werden, um dir Weiters zu berichten.--- Übrigens, ich habe erfahren, dass man du, dir usw. neuerdings klein schreibt. Falls dem nicht so ist, lasse ich mich gerne belehren.

Weshalb dauert eigentlich ein Heilungserfolg bei dieser Therapie so lange?

Jetzt muss ich aufhören, denn meine Augen schmerzen.

Bis demnächst mal wieder und nochmal vielen Dank für die wichtigen Informationen.

Herzlich grüßt
SonnenSchirm

von [SonnenSchirm](#) ♀

Lieber Bernd,

wie versprochen teile ich Dir mit, welche Ausleitung ich gestern bekommen habe. Zuerst eine Aufbauinfusion: Taurin, ACC, L-Arginin, Carnosin, L-Lysin, dann Ascorbinsäure, Folsäure Vit.B-Komplex, dann Biotin, L-Carnitin, Magnesium-Kalium-Calcium, Selenase. ProtN opt+ : Glutathion.

Ausleitung: 100 NaCl mit 1ADMPS, 100 NaCl mit 1AcaNaEDTA, Lymphdiaral, Solidago, Heparcomp. Die genau Dosierung wurde auch aufgeschrieben, ist mir aber gegenwärtig zu aufwändig, das hier zu nennen. Ich kann nicht so viel schreiben, meiner Augen wegen.

So hat es mir die Helferin notiert. Frag mich aber bitte nicht, was das alles ist. Ich bemängle ein wenig, dass man in dieser Praxis alles erfragen muss und nicht vorab gesagt bekommt, was infundiert wird. Ich fragte auch nach Clorella-Algen. Da wurde mir gesagt:"das können Sie zusätzlich auch nehmen". Von der Fa. BioPur. (Kenne ich nicht.) Man muss sich als Patient wahrscheinlich besser auskennen bei diesen Ausleitungen. Ich gestehe, da bin ich total Laie. Gegenwärtig brauche ich etwas mehr Ruhe. Ich kann mich nicht den ganzen Tag mit so komplexen Sachen beschäftigen, das zehrt zusätzlich an mei-

nen Kräften. Ich hätte nie gedacht, dass das alles so schwierig ist. --- Übrigens, die nächste AL habe ich Ende Juni.

Auffällig war, dass ich die vergangene Nacht sehr tief und gut geschlafen habe, trotz mehrmaligen Unterbrechungen.

Ein schönes Wochenende und alle Gute wünscht Dir herzlich
Sonnenschirm

von [bermibs](#) ☞

Hallo Sonnenschirm,

bevor ich zu dieser PN komme, möchte ich erst einmal auf deine Fragen der letzten PN eingehen. Stichwort Rohkost: Die meisten verstehen darunter Weißkraut-/Weißkohlsalat. Ich fasse den Begriff immer allgemein. Alles was frisch und "roh" gegessen wird ist bei mir "Rohkost", also auch Obst und sonstiges Gemüse bis hin zu essbaren Wildpflanzen.

Verbesserung des Wohlbefindens mit Nahrungsergänzung: Nach meiner Auffassung gehen 80 % und mehr der Krankheiten auf permanente Übersäuerung (tierische und raffinierte Lebensmittel) und eine chronische Unterversorgung an Mikro- und pflanzlichen Sekundärstoffen (Industrie-, raffinierte und erhitzte Nahrung) zurück. Die Krankheiten brechen aber nicht von heute auf morgen aus. Das geht über Jahre und Jahrzehnte.

Eine Änderung der Ernährung (basisch/vegetarisch, naturbelassen) und entsprechende therapeutische Ergänzungen bringen demzufolge auch nicht sofort Verbesserungen. Auch das braucht seine Zeit und kann bei bestimmten Erkrankungen auch in den Bereich von Jahre gehen. So zum Beispiel meine Gelenkprobleme.

Hier ist Geduld angesagt und kein Vergleich mit Medikamenten möglich. Medikamente haben Nebenwirkungen. Mikronährstoffe wirken zwar langsam, dafür aber langfristig, nachhaltig, ganzheitlich und nebenwirkungsfrei.

Diese Ausführungen treffen auch auf eine Giftausleitung zu. Hier treten auch Erstverschlimmerungen (Herxheimer Reaktion) auf, da die Gifte erst mobilisiert werden müssen, bevor sie ausgeleitet werden können. Anschließend muss der Körper mit den Mikronährstoffen die Giftschäden beseitigen.

Großes Du: Ich bin noch alte Schule/Rechtschreibung. Nach neuer wird alles klein geschrieben. Werde mich bemühen, nicht mehr die Umschalttaste zu drücken ;o)

Soweit zur letzten PN.

Bei deinem Cocktail sind Vitamine (Ascorbinsäure=C, Folsäure=B9, Biotin=B7 und B-Komplex), Aminosäuren (Taurin, Arginin, Carnosin=Alanin+Histidin, Lysin, Carnitin, Gluthation) und Mineralien (Magnesium, Calcium, Kalium, Selen) enthalten. Das ist ein spezielles Multivitaminpräparat zur Mobilisierung der Gifte.

Die Ausleitungspräparate kenne ich nicht. Die letzten drei sind offensichtlich homöopathische Mittel. Die Ergänzung mit Chlorella wäre durchaus möglich, soweit keine Überreaktionen auftreten. Wenn du welche kaufen willst (Presslinge), so kann ich Dir www.topfruits.de empfehlen. Da kauf ich meine auch. Das ganze kannst du auch mit Heilerde/Zeolith ergänzen.

Der gute Schlaf geht sicherlich auf den Mikronährstoffcocktail zurück. Es gibt natürlich auch Auswirkungen, die schneller auftreten. Langfristig solltest Du über ein gutes Multivitamin als Dauersupplement nachdenken (plus einzelne Ergänzungen).

Ich wünsche dir (ich hab's schon wieder groß geschrieben ;o)) ein schönes WE. Wir fahren morgen zur Schwiegermutter ins Vogtland zum Geburtstag.

Liebe Grüße
Bernd

von [SonnenSchirm](#) ♀

Hallo Bernd,

du bist aber fleißig! Vielen Dank für deine Infos.

Ich wollte dich mit der Rechtschreibung von du sie euch usw. nicht belehren. Habe das nur so nebenbei erfahren. Jeder kann es doch so schreiben, wie er/sie gerade mag.

Übrigens, mein Mann ist im Vogtland geboren. --- Viel Freude beim Geburtstagfeiern!

Als Dauer Multipräparat soll ich Vit. B12, B6 und Folsäure nehmen. --- Ich weiß nicht, warum ich mit der Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln so Probleme habe. Seiher plagen mich Magen/Darm Beschwerden mit viel Luft im Bauch. Die Übersäuerung ist noch schlimmer geworden. Grundsätzlich kann ich sagen, dass es mir verdauungstechnisch vor den ganzen Einnahmen doch besser ging. Es macht mir auch sehr Stress, immer zu überlegen, was ich essen soll bzw. wo ich das einkaufe. Irgendwann möchte ich mich auch mal wieder wohler fühlen und ein Erfolgserlebnis haben. Was du mir mitgeteilt hast, das sagen auch Patienten, mein Arzt und seine Heilpraktikerinnen, welche in der Praxis zusätzlich mitarbeiten. Aber dauert so eine Umstellung wirklich Jahre???

Darf ich mir eine kleine Frage erlauben? Hattest du Gelenkprobleme? Ich habe seit vielen Jahren RA. Irgendwann kamen die NW, da habe ich die Medis auf eigene Faust abgesetzt und, man höre und staune, mir ging's spürbar besser. Dann, im Umzugsjahr (2011) bekam ich so starke Schübe, dass ich das Mittel wieder subcutan spritzen musste. Aber mein Knieproblem wurde dadurch nicht besser. Fazit: warum dann noch diese Medis zuführen?

Wenn ich doch bloß meinen aufgeblasenen Bauch los wäre! Das habe ich schon seit meiner Kindheit. Nach dem Essen legte ich mich hin und nach kurzer Zeit waren die Beschwerden fast verschwunden. --Was ich fast nicht glauben kann, dass man nur mit Nahrungsergänzungsmitteln und der richtigen Ernährung wieder gesund wird. Und noch was ist mir aufgefallen, dass die Nahrungsergänzungsmittel in überladenen Plastikflaschen (sollen biologisch abbaubar sein) im Handel sind.

Es ist so, dass ich Gekochtes viel besser vertrage und von Rohkost z.B. geraspeltem Möhrensalat, Apfel usw. fast vom Boden abhebe. Ich weiß, sehr gesund, aber sicher nicht für alle Menschen mit Reizdarm und Übersäuerung. Dafür nehme ich seit 1 Wo. Asconex Tropfen.

Aber ich lasse mich gerne belehren. Möglicherweise mache ich Ernährungsfehler und werde darüber nicht ausreichend beraten.

Von einer Bekannten hörte ich, dass deren Freundin seit ihrer Ernährungsumstellung keine Schulmedizin mehr braucht. Klingt fast unglaublich. Ach, ich wäre froh, mir würde sowas auch widerfahren. Eine kleine Sünde kann ich nicht ablegen: Kaffee. Ich trinke ihn nicht literweise. Davon bin ich aber bestimmt nicht krank geworden. Mittlerweile hat Kaffee einen guten Ruf. Ja, er soll angeblich vor Krebs und Diabetes schützen. --- Es wird soooo viel geschrieben. Wem kann man wirklich noch Glauben schenken? Die Nahrungsmittelindustrie boomt, die Werbung, gesünder zu leben, ist manchmal nahezu aggressiv und jeder will schließlich auch verdienen. Mit der Gesundheit kann man das große Geld machen. Ich achte auf mein Bauchgefühl, da hat mich schon des Öfteren vor Fehlern bewahrt. Na

ja, wenn erst mal die Pilze und die Schwermetalle nicht mehr in meinem Körper sind, kann ich sagen, die Geduld hat sich gelohnt. Aber augenblicklich kann ich´s mir nicht so recht vorstellen, wie mein Körper damit klar kommt. Da ich für alles offen bin, probiere ich es jetzt aus. Nur an meinem Geburtstag (in ein paar Tagen) darf es ausnahmsweise ein Stück leckere Torte sein. Da freue ich mich heute schon drauf. Vielleicht schmeckt sie mir nicht mehr. Schokolade habe ich abgehakt und kein Verlangen mehr danach. Ich muss durchhalten, aber Jahre???

Entschuldige, dass ich dir so viel geschrieben habe. Werde mich bessern.

Eins noch zum Schluss. Eine Patientin in der Praxis berichtete, dass sie am ganzen Leib so gezittert hat, dass man sie festhalten musste. Alles was sie ansonsten hatte, schrieb sie der Schwermetallbelastung zu. Auch dem Candida albicans. Kann das wirklich so schwere Folgen haben? Und dennoch gibt es Menschen, die nicht gesund leben, aber u.U. sehr alt werden.

Einen schönen Sonntag und viele schönen Erlebnisse in der kommenden Woche wünscht dir

SonnenSchirm

von [bermibs](#) 

Hallo SonnenSchirm,

aus welcher Ecke des Vogtlandes stammt denn dein Mann? Ich bin ja waschechter Sachse aus der Sächsischen Schweiz und jetzt Wahlbrandenburger.

In welcher Form nimmst du denn zur Zeit deine NEM ein? Life Force (Multivitamin) sind große Tabletten (4 je Tag). Mit einem großen Schluck bekommt man sie runter. Es gibt auch kapseln, die sind aber fast doppelt so teuer. In Life Force ist jedenfalls alles enthalten, was du auch jetzt nimmst und viel mehr und wahrscheinlich auch höher dosiert.

Bei den Beschwerden vermute ich die Erstverschlimmerung. Also auch hier wieder die Frage der Geduld ;o)

Du solltest aber parallel noch Heilerde/Zeolith ergänzen. Das beruhigt Magen und Darm und es sind sehr viele basische Mineralien enthalten.

Schritt zwei sollte eine Reinigung des Darmes von eventuell vorhanden ungesunden Mikroorganismen (z.B. Helicopacter, Candida - ist der bei dir nachgewiesen?) sein. Dazu kannst du MMS nach Jim Humble, das kolloidale Silber oder auch Grapefruitkern-Extrakt verwenden.

Und als dritter Schritt eine Darmsanierung mit darmfreundlichen Bakterien.

Auswirkungen einer Ernährungsumstellung dauern ganz sicherlich nicht Jahre. Erste positive Auswirkungen sollten schon nach einem viertel bis halben Jahr spürbar sein. Aber es ist ein komplexer Prozess, wo die Ernährung zwar die Hauptrolle aber nicht die einzige Rolle spielt.

Ich hatte bis 2008 Knieprobleme (vermutlich Meniskus) und Bandscheibenverschleiß LWS. Das habe ich innerhalb eines Jahres mit Knorpelnährstoffen (Glucosamin, Chondroitin u.a.) beseitigt und bin jetzt beschwerdefrei.

Mit RA meinst du doch sicherlich Rheumatoide Arthritis. Auch hier ist die Ernährung entscheidend. Tierische Produkte, insbesondere was Arachidonsäure (Schwein, Geflügel) enthält sowie raffinierter Zucker sind Gift für die Gelenke. Hier ein Link von Vitalstoff-Journal:

<http://www.vitalstoff-journal.de/wissen-fuer-sie/was-hilft-bei-welchen-beschwerden/was-hilft-bei-beschwerden-an-skelett-und-muskeln/was-hilft-bei-rheumatoider-arthritis-ra/>

Auch hier wäre eine MMS-Kur/Zeolith hilfreich.

Bei der Frischkost solltest du dich pö a pö an größere Anteile gewöhnen. Lass dich doch einmal auf Helicopacter testen. Denn der macht Verdauungsprobleme.

Ich bin zur Zeit auch medikamentenfrei. Meine Spinalkanalstenose habe ich ohne im Griff. Das ist aber ein längerer Weg und sollte parallel betrieben werden: gesunde Ernährung/orthomolekulare Ergänzung hochfahren und Medikamente je nach Fortschritt langsam ausschleichen.

Kaffee kannst du ruhig weiter trinken sofern du es nicht übertreibst (2 - 4 Tassen). Ich trinke auch morgens einen Bött auf Arbeit. Und Kuchen esse ich auch gern, aber eben nicht mehr so oft.

Schwermetallbelastung kann durchaus solche Auswirkungen/Vergiftungen haben. Das sollte nie unterschätzt werden. Candida verursacht Verdauungsprobleme aber kaum Zittern.

Bei allen Erkrankungen reagieren Menschen unterschiedlich, so dass eine Verallgemeinerung schwierig ist. Hier kannst du nur die Statistik und Wahrscheinlichkeit heranziehen. Einzelne Raucher werden hundert, aber nicht die Masse. Bei gesund lebenden Menschen ist es umgekehrt.

Ich wünsche Dir auch eine schöne Woche.

Morgen wird es zum Glück wieder etwas weniger warm.

Liebe Grüße

Bernd

von [SonnenSchirm](#) ♀

Lieber Bernd,

vielen Dank für deine, wie immer, so ausführlichen Infos.

Kurz zu meinem Mann. Er wurde in Reichenbach/Vogtland geboren, ist dort aber nicht aufgewachsen. Warum und wieso, das ist eine lange Geschichte. Letztes Jahr sind wir von Baden Württemberg aus nach Berlin umgezogen. Der Ärzte wegen, und weil mein Neffe mit Familie in Berlin wohnt. Außerdem ist Berlin eine sehr abwechslungsreiche Stadt und bietet für Jeden etwas. Wir fühlen uns jedenfalls recht wohl hier. Du wohnst in Brandenburg? Ist ja interessant.

Ich habe keinen Nachweis auf Helicobakter, das wurde vor kurzem untersucht. Was mich aber echt nervt, ist meine ständige Erschöpfung, verbunden mit Kreislaufproblemen. Ich könnte den ganzen Tag nur schlafen. Früher war ich bei Wärme viel leistungsfähiger. Hatte und habe viel "an der Backe". Möglicher Weise bin ich auch reizüberflutet. Viele Jahre hatte ich keinerlei Abwechslung, und nun gibt es die ja hier zuhauf. Möchte mich jetzt auf das Wesentliche konzentrieren. Weißt du, lieber Bernd, ich bin ein Genußmensch. Leckere Speisen taten meiner Psyche soooooooooo gut! Bis dass ich eines Tages nicht mehr richtig schmecken konnte. Das war und ist extrem belastend für mich. Da ich aber vernünftig sein möchte, habe ich Chips & Co. weggelassen. Selbst mein geliebtes Gläschen Mumm - Sekt schmeckte mir plötzlich nicht mehr. Trank das aber nicht oft. Da war mir absolut bewusst, dass was nicht stimmt mit mir. So hat alles angefangen.

Du glaubst nicht, wie sehr mir diese Umstellung schwerfällt. Kann sie bis heute nicht 100%tig einhalten, sonst werde ich depressiv. Nur am Frühstück habe ich was verändert. Da gibt es Hirse- oder Dinkelgrießbrei mit frischen Früchten. Und natürlich 2 Tassen Kaffee dazu. Auch die großen Portionen meines Mittag Essens habe ich reduziert.

Die NE-Mittel machen mit Verdauungsbeschwerden. Jetzt nehme ich sie zum Essen. Nehme auch keine 7nerlei Kapseln täglich von diesen zu mir, sondern tägl. nur von einer Sorte. Da bekommt mir besser. Von der Einnahme der rechtsdrehenden Milchsäure (Tropfen) bekomme ich Verdauungsprobleme, obwohl ich sie richtig dosiere (3xtägl. je 20 Tropfen.) Dann noch 1xtägl. 1 Kapsel Synervit, in

welcher Vit. B6, B12 und Folsäure integriert ist. Und natürlich trinke ich reichlich zwischendurch. --- Ich habe ja erst die 2. Ausleitung bekommen. Aber wird man davon so schlapp und müde? Meine Gehbeeinträchtigung durch eine Oberschenkelhalsfraktur (2007), mein künstl. Kniegelenk rechts, beidseits operierte Füße und Hände machen mir zusätzlich Probleme. Ja, die Rheumatoide Arthritis habe ich seit 1986, wurde aber erst im Jahre 1994 in einer Rheumaklinik erkannt.

Noch was. Meine gesamten Schleimhäute sind nicht OK. Das kann an meinen Allergien liegen. Mein Darm würde angeblich die Nährstoffe nicht richtig aufnehmen. Insgesamt hatte ich 15 Operationen. Die meisten davon sind rheumatischer Natur.

Gestern saß ich 4(!) Stunden beim Augenarzt. Diese Zeit des Wartens hat sich gelohnt, denn der Arzt ist sehr kompetent und nimmt mich ernst. Beidseitig habe ich beginnenden Grauen Star. Außerdem bin ich stark kurzsichtig. Der Grund meines Arztbesuchs war aber der, dass vor einigen Tagen mein linkes Auge sich plötzlich so komisch anfühlte. Ich hatte eine Gefäßblutung und zusätzlich vermehrt Glaskörpertrübungen. Bei den Untersuchungen wurde zum ersten Mal der Graue Star entdeckt. Dieser ist bekanntlich operabel und anschließend kann man auch wieder besser danach sehen. Die Glaskörpertrübungen habe ich schon viele Jahre und nerven sehr. Da hat man das Gefühl, als ob ständig ein Mückenschwarm vor den Augen ist.

Jetzt weiß du ganz genau, wo ich kräftemäßig angekommen bin. Hoffentlich wird sich meine Erschöpfung irgendwann auflösen. Ich bin ein Mensch, der gerne lebt und nette zwischenmenschliche Kontakte hat. Die sind aber im Älterwerden nicht so leicht zu finden.

Für heute schließe ich meinen Bericht. Ich wünsche dir einen schönen Nachmittag und alles Liebe und Gute.

(SonnenSchirm)