

Nierenreinigung nach Dr. Hulda Clark

Reinigen Sie Ihre Nieren mindestens zweimal im Jahr!

Sie brauchen bei einer Reinigung Ihrer Nieren eine Menge Flüssigkeit, um Ihren Körper durchzuspülen. Wenn Sie dazu Kräutertees verwenden, haben Sie einen zusätzlichen Vorteil. Und wenn Sie es verstehen, damit zu variieren, dann macht es mehr Spaß, besonders wenn Sie täglich bis zu drei Liter Urin produzieren sollen. Jegliche Ödeme oder Wasseransammlungen im Körper – ob in den Lungen, Armen, in den Beinen oder im Bauch – machen es nötig, die Nieren mit diesem Rezept nach Dr. Hulda Clark zu stärken.

Sie benötigen folgende Zutaten

- 1 Esslöffel Nierenkräuter Teemischung (bestehend aus Hortensienwurzel, rote Wasserdostwurzel und Eibischwurzel)
- 1 Bund frische Petersilie
- Goldrutentinktur (bei Allergie dagegen weglassen)

Zubereitung des Nierentees

Aus der fertigen Nierenkräuter Teemischung lässt sich ein Sud herstellen, der als Nierentee fungiert.

Weichen Sie die Teemischung, vier Stunden oder über Nacht, in einer Tasse Wasser ein, wobei Sie ein nichtmetallisches Gefäß mit Deckel (ein Teller ist ausreichend) benutzen.

Als Ergänzung eignet sich ein Petersilienwasser, welches Sie selbst ganz einfach herstellen können. Hierfür nehmen Sie 1 Bund frische Petersilie, waschen diese mehrmals und kochen sie mit einem Liter Wasser auf.

Trinken Sie täglich, über den Tag verteilt, 180 ml Nierentee sowie 120 ml Petersilienwasser.

Eine Zugabe von 20 Tropfen Goldruten-Tinktur ist ebenfalls empfehlenswert, insofern keine Allergie auf Goldrute besteht.

Trinken Sie nicht alles auf einmal, sonst könnten Sie Magenschmerzen und Blasenprobleme bekommen.

Das Nierenreinigungs-Programm

Die Niere ist vor allem ein Entgiftungsorgan, sie filtert das Blut, regelt den Wasserhaushalt und hat Einfluss auf den Blutdruck. Eine nicht mehr voll funktionsfähige Niere kann folgende Beschwerden nach sich ziehen: Rückenschmerzen im Taillen- und Beckenbereich, Bluthochdruck, Kopfschmerzen, Gicht, Gelenkschmerzen, Übersäuerung, Hautkrankheiten, Schmerzen in Zehen und Fingern.

Werden Substanzen wie Oxalat und Harnsäure nicht schnell genug ausgeschieden, dann können sie auskristallisieren und Steine bilden. Hier können sich Bakterien ansiedeln und die Ausscheidung wird weiter erschwert.

Die Nierenreinigung löst Nierensteine auf, so dass Bakterien, Parasiten und Abfallstoffe wieder besser und schneller ausgeschieden werden können. Außerdem wirkt sie gegen die Bakterien.

Sie führen die Nierenreinigung - je nach Zustand der Niere - drei bis 6 Wochen durch. Dabei ist es wichtig, dass Sie sehr viel trinken - möglichst 3-4 Liter.

Außerdem nehmen Sie jeweils zu den Mahlzeiten:

Morgens

- 1 Kapsel Ingwer (500 mg)
- 1 Kapsel Bärentraube (Uva Ursi (500 mg))
- 1 Kapsel Vitamin B6 (25 mg)

Abends

- 1 Kapsel Ingwer (500 mg)
- 1 Kapsel Magnesiumoxid (300 mg)
- 2 Kapseln Bärentraube (Uva Ursi (500 mg))

Sie müssen wissen, dass Vitamin B6 und Magnesium, wenn Sie täglich eingenommen werden, die Bildung von Nierensteinen (Oxalatsteine) verhindern können, allerdings nur, wenn Sie keinen schwarzen Tee mehr trinken. Er enthält 15,6 mg Oxalsäure pro Tasse. Ein großes Glas Eistee könnte Ihnen 20 mg Oxalsäure einbringen. Stellen Sie sich auf Kräutertee um. Auch Kakao und Schokolade haben zuviel Oxalsäure.

Sie sollten auch wissen, dass Sie nicht zu viel Phosphate zu sich nehmen, sonst könnten sich Phosphatsteine bilden. Fleisch, Brot, Getreideflocken, Teigwaren und kohlenstoffhaltige Getränke haben einen hohen Phosphatgehalt. Verringern Sie deren Konsum und trinken Sie mehr Frucht- und Gemüsesäfte. Trinken Sie mindestens einen Liter sauberes Wasser (mineralarm und ohne Kohlensäure) am Tag.

Reinigen Sie Ihre Nieren mindestens zweimal im Jahr!

Sie können alle Ihre Nierensteine in sechs Wochen auflösen, in drei Tagen aber wieder neue bilden, wenn Sie schwarzen Tee, Kakao, Cola etc. trinken.