

Quelle: <https://www.naturepower.de/vitalstoff-journal/aus-der-forschung/therapieverfahren-der-naturheilkunde/anleitung-zum-ausleiten/print.html>

Wie leite ich Schwermetalle aus? Eine Anleitung

Es gibt die unterschiedlichsten Methoden zur Ausleitung von Quecksilber & Co. Wir haben für Sie eine Spezialseite zusammengestellt, auf welcher wir Ihnen die verschiedenen Vorgehensweisen zur Ausleitung von Schwermetallen erläutern. Die bekannteste Methode ist die Ausleitung nach Dr. Klinghardt.

Aus den unterschiedlichsten Quellen haben wir für Sie ein praktikables Programm zur Quecksilberausleitung zusammengestellt. Wir haben versucht, die Methoden und Vorgehensweisen so aufzubereiten, dass Sie einen Leitfaden zur Hand haben, um die Auswirkungen der Belastung mit diesem Giftstoff in den Griff zu bekommen. Um im Körper gespeichertes Quecksilber wieder los zu werden, gibt es verschiedene Vorgehensweisen:

Die natürlichen Selbsthilfekräfte des Körpers

Wenn der Organismus gut mit Mineralien und antioxidativen Vitaminen versorgt ist - evtl. durch Nahrungsergänzungen verstärkt - kann er in begrenzten Mengen selbst Schwermetalle aus dem Bindegewebe ausscheiden. Wenn er genügend schwefelhaltige Aminosäuren mit der Nahrung aufnimmt (Methionin und Cystein in Broccoli, Rosenkohl, Spinat, Erbsen...) sowie die Aminosäuren Glycin und Glutamin (in Hülsenfrüchten, Eiern, Sonnenblumenkernen, Milchprodukten, Fisch, Lamm, Geflügel...) kann er daraus mit Hilfe des Vitamin B6 sein wichtigstes Eigenoxidans, das Glutathion herstellen. Dieses vermag u.a. die Giftwirkungen der Schwermetalle, wie Blei, Cadmium und Quecksilber zu verringern. Ein ausreichendes Vorhandensein von Selen, Zink und Magnesium bewirkt die optimale Wirkung von Glutathion zur Entgiftung.

Diese Daten sind entnommen aus "Burgersteins Handbuch Nährstoffe", Haug Verlag

Die körpereigenen Entgiftungsmechanismen erreichen aber meist nur das im Bindegewebe abgelagerte Quecksilber. Ist es in die Zellen hineingelangt, insbesondere in die Gehirn- und Nervenzellen, bleibt es dort weitgehend lebenslang liegen und kann seine Giftwirkungen entfalten. Die Evolution hat für diese modernen Gifte nicht ausreichend Zeit gehabt, einen eigenen Entgiftungsmechanismus zu entwickeln.

Die Entgiftung der Zellen - Vorgehensweise von Dr. Mutter

Dr. Klinghardt hat nun eine Methode entwickelt, wie man das Quecksilber aus den Zellen wieder mobilisieren und damit ausscheidungsfähig machen kann. Folgende Anleitung ist aus dem Buch von Dr. Mutter: "Amalgam - Risiko für die Menschheit", fit fürs Leben Verlag, in verkürzter Form wiedergegeben. Es lohnt sich, das Buch zu lesen und es ist empfehlenswert, die Ausleitungstherapie zusammen mit einem darin geschulten Therapeuten durchzuführen, um den Erfolg kontrollieren zu können und eventuelle Entgiftungsreaktionen aufzufangen.

Verwendung biologischer Mittel

Für eine Ausleitung von Quecksilber (Amalgam) werden zunächst - und das ist die gute Nachricht - ausschließlich in der Natur vorkommende Wirkstoffe verwendet. Die Wirkungen der Einzelbestandteile der Ausleitung, Chlorella Algen, Bärlauch und Korianderkraut, finden Sie in unserem Vitalstoff-Glossar.

Vorbereitung einer Entgiftung

Da giftige Stoffe, insbesondere Schwermetalle, nur sehr langsam ausgeschieden werden, müssen die Ausleitungsmaßnahmen langfristig angelegt werden. Vor dieser Maßnahme sollte man den Mineralienhaushalt - und dabei insbesondere die Vorräte an Spurenmineralien - sehr gründlich auffüllen. Zusätzlich ist es erforderlich, auch die Mineralien zu ergänzen, die der menschliche Körper in größeren Mengen benötigt. Wir empfehlen Ihnen ein Multimineralpräparat.

Werden Sie zuerst Ihre Plomben los

Erster Schritt der Entgiftung ist es, sämtliche Amalgamplomben unter Schutzvorkehrungen aus dem Mund entfernen zu lassen und durch Materialien zu ersetzen, die der Körper verträgt, indem man es austesten lässt (kinesiologisch oder mit Elektroakupunktur nach Voll). Während dieser Zeit kann man bereits Chlorella und Bärlauch (frisch, als Tinktur oder als Pesto) nehmen, um Quecksilber aus dem Bindegewebe zu lösen und abzutransportieren.

Während dieser Zeit nehmen Sie 2 bis 4 g Chlorella täglich zusammen mit 30 bis 50 Tropfen Bärlauchtinktur (oder 3 bis 6 Esslöffel Bärlauchpesto), am besten auf 2 bis 3 Gaben verteilt zu den Mahlzeiten mit reichlich Wasser. Bärlauch hat Schwefelverbindungen, die Quecksilber ins Blut aufnehmen und über die Nieren ausscheiden können.

Nach dem Entfernen der Plomben:

Auch nach der Entfernung der Plomben befindet sich reichlich Quecksilber im Bindegewebe und muss erst dort herausgeholt werden, bevor man es aus den Zellen entfernen kann, daher wird weiter mit Chlorella und Bärlauch entgiftet.

Vorgehensweise:

Man beginnt mit 2 bis 4 Chlorella täglich und erhöht langsam bis zur Verträglichkeitsdosis (das bedeutet, wenn die Alge zu viel Schwermetalle mobilisiert, können u.a. Schwindel, Übelkeit, Sodbrennen, Durchfall, Kopfschmerzen, Müdigkeit, grippeartige Beschwerden, Blähungen, depressive Verstimmungen usw. auftreten). Diese Dosis behält man 1 Woche lang bei und verteilt sie am besten auf 2 bis 3 Portionen am Tag, die man bevorzugt zum Essen oder 30 Minuten vor einer Mahlzeit nimmt, zusammen mit viel Wasser.

Am 9. und 10. Tag:

Erhöhen der Chlorellaeinnahme auf das 10fache der Verträglichkeitsdosis.. Während dieser 10 Tage werden täglich 30 bis 50 Tropfen Bärlauchtinktur eingenommen. Am 11. und 12. Tag legen Sie eine Einnahmepause ein.

Danach fängt man wieder mit der ursprünglichen Verträglichkeitsdosis an.

Diese Kur mit wechselnder Dosierung hat sich bewährt, weil damit bei geringeren Nebenwirkungen genügend Quecksilber ausgeschieden werden kann.

Faustregel:

Je niedriger die verträgliche Dosis ist (evtl. nur 1 Algentablette), umso voller steckt das Bindegewebe mit Quecksilber.

Nachdem das Bindegewebe entgiftet ist:

Korianderkraut darf erst dazugegeben werden, wenn das Bindegewebe frei von diesem Schwermetall ist. Es wirkt nur frisches Korianderkraut oder eine Tinktur aus der frischen Pflanze, kein getrocknetes Kraut und kein Koriandersamen. Wirkstoff ist vermutlich ein leicht flüchtiger, fettlöslicher Aromastoff, der die Blut-Hirn-Schranke überwindet und im Gehirn die Ionenkanälchen in den Nervenzellmembranen öffnet, so dass jetzt in der Zelle gebundenes Quecksilber nach außen transportiert werden kann. Das funktioniert jedoch nur, wenn mehr von dem Schwermetall im Innern als außerhalb der Zelle ist. Daher muss vorher das Bindegewebe mit Chlorella und Bärlauch entgiftet werden, bevor das Korianderkraut gegeben werden darf.

Der richtige Umgang mit Koriander

Koriander ist sehr wirksam und kann in kurzer Zeit viel Quecksilber in das Bindegewebe verschieben. Deshalb kann es bei Überdosierung zu Vergiftungserscheinungen kommen. Es darf nie allein, sondern stets nur zusammen mit Bärlauch und Chlorella gegeben werden, damit das aus den Zellen frei gewordene Quecksilber im Bindegewebe auch "abgeholt" und ausgeschieden werden kann.. Es darf nie eingesetzt werden, solange noch Plomben liegen, sonst wird der Organismus stark mit dem Hin- und Herschieben des Metalls im Zentralnervensystem mit den entsprechenden Symptomen belastet. Am besten nimmt man Koriander nur nach Austestung bei einem Arzt oder Heilpraktiker und nach dessen Verordnung.

Dosierung: Mit 5 Tropfen Koriandertinktur 1 - 3 mal täglich beginnen. Falls keine Schwermetallsymptome (Kopf- und Gliederschmerzen, Depressionen usw.) auftreten, kann man langsam steigern - über zunächst 3 mal täglich 10 Tropfen bis auf 3 mal 30 Tropfen. Die Tropfen auf die Zunge geben und so lange wie möglich im Mund behalten, bevor man sie hinunterschluckt. Reichlich Wasser nachtrinken, denn Koriander wirkt wassertreibend.

Maßnahmen zur Verstärkung

Man kann die Tinktur auch an Hand- und Fußgelenken einreiben und erzielt dabei sogar oft bessere Ergebnisse.

Dr. Omura fand heraus, dass durch eine Akupressur-Massage die Aufnahme von Koriander ins Gehirn verstärkt werden kann: Zwei Minuten lang kräftig mit den Daumenkuppen die gesamte Innen-, Außen- und Rückseite der Mittelfingerendglieder massieren, direkt nach der Einnahme.

Die gleichzeitige Aufnahme von Ascorbinsäure (Vitamin C) hebt die Wirkung von Koriander auf. Gleichzeitig aufgenommene eiweißreiche Nahrung verstärkt dagegen die Korianderkraft.

Schwangerschaft:

Achtung: Keine Ausleitungstherapie in der Schwangerschaft, Koriander kann zu Gebärmutterkontraktionen führen.

Soweit die Aussagen von Dr. Mutter.

Ausleitung nach Frau Dr. Schreiber

Frau Dr. Schreiber gibt in ihrer Veröffentlichung "Amalgam und die Folgen" - auch in Anlehnung an die Erfahrungen von Dr. Klinghardt - folgende Vorgehensweise an:

Bindegewebsentgiftung:

Anwendung: 2 bis 3 x täglich ca. 10 Tropfen Bärlauchtinktur 2 Wochen lang, dazu gleichzeitig 3 x täglich je 2 bis 3 Kapseln Chlorella Algen zu je etwa 250 mg. Am 9. und 10. Tag: 10 Algenkapseln, um die im Darm reichlich auftretenden Quecksilbermengen zur Ausscheidung aufzufangen. Am 11. und 12. Tag: Ausleitungs- und Algenpause. In dieser Phase der Bindegewebsentgiftung wird kein Koriander verwendet.

Zellentgiftung:

Frühestens nach der ersten 2wöchigen Bindegewebsausleitung (am besten nach Testung), damit wegen des notwendigen Konzentrationsgefälles nicht zuviel Quecksilber im Bindegewebe ist. Die Phase der Zellentgiftung unterscheidet sich von der Bindegewebsentgiftung nur durch die zusätzliche Einnahme von Koriandertinktur:

Anwendung: 2 x täglich 5 bis 10 Tropfen Koriandertinktur, 2 bis 3 x täglich 10 Tropfen Bärlauchtinktur, 3 x täglich 2 bis 3 Kapseln Chlorella Algen zu je etwa 250 mg. Am 10. Tag die Dosis an Chlorella Algen auf 2 bis 3 x je 10 Kapseln erhöhen. Am 11. und 12. Tag ist Ausleitungs- und Algenpause.

Optimal: Lassen Sie sich testen

Optimalerweise sollten Sie eine solche Kur in Zusammenarbeit mit einem erfahrenen Therapeuten durchführen, der Ihnen regelmäßig mit Testungen zur Seite steht.

Wenn eine Testung nicht möglich ist, sollte man eine "**Schaukeltherapie**" durchführen:

2 Wochen Gewebeentgiftung - 2 Wochen Zellentgiftung - 2 Wochen Gewebeentgiftung usw.

Was tun bei Beschwerden (Entgiftungssymptome):

Bei auftretenden Beschwerden wie Blähungen, Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen, Grippeanflug, Hautveränderungen usw. die Algendosis um das Doppelte erhöhen um mehr Quecksilber zu binden und auszuleiten, bis die Beschwerden verschwunden sind.

Unterstützung durch Vitalstoffe

Zunächst - sofern Sie die Kur durch einen Therapeuten begleiten lassen - können Sie fehlende Vitalstoffe kinesiologisch testen oder durch Haaranalyse feststellen lassen. Schwermetalle verdrängen zum Beispiel Spurenelemente wie Zink von ihren Plätzen in Proteinen und Enzymen und beeinträchtigen so deren Funktion.

Wichtig: Wir empfehlen die tägliche Einnahme von Zink: eine Kapsel abends auf leeren Magen. So wird es am wirksamsten resorbiert. Zink ist ein Gegenspieler von Quecksilber und kann es in kleinen Mengen ausscheiden. Das ausgeleitete Quecksilber soll in den Zellen durch das Zink ersetzt werden, denn Zinkmangel ist eines der häufigsten Symptome der Quecksilberbelastung.

Wichtig: Setzen Sie die Einnahme der bereits am Anfang genannten Mineralien auch während der Kur fort. Sie können helfen, das mobilisierte Quecksilber auszuschleiden. Bei Mineralienmangel verringert sich die Ausscheidung von Quecksilber beträchtlich. Sie müssen dem Körper Ersatz für das Quecksilber anbieten, weil er es sonst nicht hergibt.

Vitamin C - möglichst in natürlicher Form, wie zum Beispiel Hagebutten - und reichlich Obst und Gemüse vermindern die Entgiftungsreaktionen und erhöhen die Ausscheidung des Quecksilbers.

Trinken Sie reichlich reines Wasser - 2 bis 3 Liter täglich, weil der Körper Flüssigkeit braucht, um das gelöste Quecksilber aus dem Körper auszuschwemmen.

Wie lange macht man das alles?

Eine einfache Antwort auf diese Frage ist leider nicht möglich. Die Antwort ist abhängig u.a. von Dauer und Intensität der Belastung und verschiedenen individuellen Faktoren. Ein Therapeut kann durch Testungen Ihren Belastungszustand messen.

Generell gilt die Aussage:

Eine Entgiftung müssen Sie so lange durchführen, bis keinerlei Symptome mehr bestehen. Unter ungünstigen Umständen kann es einige Jahre dauern. Das soll Sie aber nicht entmutigen. **Es lohnt sich!** So eine Kur gibt Ihnen von Woche zu Woche mehr Lebensqualität und Energie sowie dauerhaft verbesserte Gesundheit zurück. Wir empfehlen Ihnen, die begeisternden Erfolgsberichte im Buch von Dr. Mutter zu lesen und sich davon inspirieren zu lassen.