

Sonderangebot zur Fastenzeit: Clean-me-out im Angebot

Liebe Leserinnen und Leser,



Traditionell beginnt 40 Tage vor Ostern die Fastenzeit. Mit dem heutigen Gesundheitsbrief möchte ich Ihnen diese Idee näher bringen. Das Fasten in seinen vielfältigen Formen hat im Grunde ein bestimmtes Ziel: Das Reinigen der Organe.

Doch zuerst die gute Nachricht:

Eine weitere Variante der Reinigung:

Programm zur Reinigung der Leber (nach Dr. H.R. Clark)

Wenn man die Leber von Gallensteinen befreit, hat das eine außerordentlich günstige Wirkung auf die Verdauung, was außerordentlich zu Ihrer allgemeinen Gesundheit beiträgt. Wenn Sie Allergien haben, ist zu erwarten, dass sich diese mit jeder Leberreinigung reduzieren. Sie können sich damit sogar von Schmerzen in der Schulter, im Oberarm und im oberen Rücken befreien. Sie haben mehr Energie und Ihr Wohlbefinden steigert sich deutlich.

Die Leber produziert täglich etwa einen Liter Galle. Sie ist von feinen Kanälchen durchzogen, die sich zum galleführenden Gang vereinigen. Die Gallenblase ist mit diesem Gang verbunden und stellt ein Reservoir für die Flüssigkeit dar. Wenn man Fette oder Eiweiße zu sich nimmt, entleert sich die Gallenblase nach etwa zwanzig Minuten, und die gespeicherte Galle wandert über den Gang in den Dünndarm. Es gibt Substanzen, die die Gallenblase zum Abgeben von Galle reizen wie Cayennepfeffer, Ingwer und Fruchtsäuren. Das erste, was Sie nach der Reinigung zu sich nehmen, sollte ein Fruchtsaft sein.

Bei vielen Menschen, auch schon bei Kindern, sind diese Kanälchen mit Gallensteinen verstopft. Bei manchen treten Allergien oder Ausschlag auf, während andere symptomfrei bleiben. Wenn die Gallenblase mit Ultraschall oder Röntgen untersucht wird, ist sie unauffällig. Typischerweise befinden sich die Steine nicht in der Gallenblase. Darüber hinaus sind sie meist zu klein und enthalten kein Kalzium, was die Voraussetzung dafür wäre, dass sie auf dem Röntgenbildschirm sichtbar werden. Es gibt über ein halbes Dutzend Arten von Gallensteinen, die meist Cholesterinkristalle beinhalten. Sie können blau, rot, weiß, grün oder braun sein. Die grünen Steine sind mit Galle überzogen.

In vielen Gallensteinen sind unbekannte Objekte eingeschlossen. Könnten dies Überreste von Egel sein? Viele der Steine haben eine korkähnliche Form mit Längsrillen unterhalb der Oberseite. Solche Formen machen die Gestalt der blockierten Gänge sichtbar. Andere Steine sind aus zahlreichen kleineren Steinen zusammengesetzt, ein Hinweis darauf, dass sie sich irgendwann seit der letzten Reinigung in den Gallengängen neu zusammengeklumpt haben.

In der Mitte eines jeden Steins findet man ein Kern aus Bakterien, das Wissenschaftlern zufolge ein Hinweis darauf ist, dass ein abgestorbener Parasit die "Keimzelle" für die Steinbildung war.

Wenn sich die Steine vergrößern und zahlreicher werden, führt der auf die Leber entstehende Stauungsdruck dazu, dass sie weniger Galle erzeugt. Stellen Sie sich zum Vergleich vor, in Ihrem Gartenschlauch befänden sich Kieselsteine. Dies hätte zur Folge, dass erheblich weniger Wasser hindurchfließt, wodurch wiederum weniger Steine herausgespült werden könnten. Bei Gallensteinen wird viel weniger Cholesterin ausgeschieden, das heißt, der Cholesterinspiegel kann ansteigen.

Da Gallensteine porös sind, können sich in ihnen die verschiedensten Bakterien, Zysten, Viren und Parasiten einnisten, die die Leber passieren. Dadurch bilden sich Infektionsnester, die den Körper mit einem stetigen Strom von Bakterien versorgen.

Es ist klar, dass sich Magenentzündungen, Geschwüre und Darmgase nicht auf Dauer heilen lassen, solange sich Gallensteine in der Leber befinden.

Sie sollten zweimal pro Jahr eine Leberreinigung durchführen.

Unser neues Sortiment im Netz

In den letzten Wochen haben wir daran gearbeitet, unser neues Sortiment im Internet zu präsentieren. Es teilt sich in folgende Rubriken auf:

Ergänzende bilanzierte Diäten

Mit einer ergänzenden bilanzierten Diät wird die Erkrankung über die Ernährung auf natürliche Weise beeinflusst und behandelt. Die Zusammensetzung und der Nutzen für den Patienten dieser Produkte sind wissenschaftlich belegt. Sie sind nicht als Ersatz, sondern als Ergänzung herkömmlicher Arzneimittel anzusehen. Sie dienen der Unterstützung und Optimierung des medizinischen Therapiekonzeptes. Da Lebensmittel in der Regel ohne gesundheitliches Risiko sind und bilanzierte Diäten rechtlich als Lebensmittel eingestuft sind, sind sie frei verkäuflich.

Hier finden Sie die ergänzenden bilanzierten Diäten

Wertvolle Kompositionen: Vitamine, Mineralien und andere Nährstoffe

Unter dieser Rubrik haben wir ein Angebot solcher Produkte erstellt, die nicht nur einzelne Wirkstoffe enthalten, sondern Mischungen aus mehr als einem Wirkstoff. Ziel war es, Kompositionen zu schaffen, um Ihnen die Auswahl benötigter Mikronährstoffe zu erleichtern. Es gibt etwa 40 mehr oder weniger essentielle Mikronährstoffe, die der Körper benötigt. Ein Mangel

daran wirkt sich - über einen längeren Zeitpunkt betrachtet - immer negativ aus und führt zu körperlichen Beschwerden. Vitamine, Aminosäuren, Mineralien, essentielle Fettsäuren und Bioflavonoide braucht der Körper in einem ausgewogenen Verhältnis.

[Link zu den Kompositionen](#)

Vitamine und andere Nahrungsergänzungen

Vitamine sind organische Verbindungen, die der Organismus nicht als Energieträger, sondern für andere lebenswichtige Funktionen benötigt, die jedoch der Stoffwechsel zum größten Teil nicht synthetisieren kann. Sie müssen deshalb mit der Nahrung aufgenommen werden. Einige Vitamine werden dem Körper als Vorstufen (Provitamine) zugeführt, die der Körper dann erst in die Wirkform umwandelt. Man unterteilt Vitamine in fettlösliche und wasserlösliche Vitamine. Vitamine sorgen für das Funktionieren des Stoffwechsels. Ihre Aufgabe besteht in einer Regulierung der Verwertung von Nährstoffen wie Kohlenhydraten, Eiweißen und Mineralstoffen. Sie sorgen für deren Abbau oder Umbau und dienen somit auch der Energiegewinnung. Vitamine stärken das Immunsystem und sind unverzichtbar beim Aufbau von Zellen, Blutkörperchen, Knochen und Zähnen. Jedes einzelne Vitamin erfüllt bestimmte Aufgaben. Sie unterscheiden sich auch hinsichtlich ihrer verschiedenartigen Wirkungen.

[Link zu Vitaminen und Nahrungsergänzungen](#)

Mineralstoffe und Spurenelemente

Mineralstoffe sind für einen gesunden Körper unabdingbar. Mineralstoffe die nur in geringen Mengen benötigt werden, nennt man Spurenelemente. Doch nur bei einer abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung wird der Körper ausreichend mit Mineralstoffen versorgt. Neben der Nahrung mit Kalorienwert braucht der Organismus auch Nährstoffe ohne Kalorienwert: Mineralsalze oder Mineralstoffe. Die wichtigsten, Kalzium, Kalium, Phosphor, Natrium, Schwefel, Chlor und Magnesium sind für den ganzen Körper von großer Bedeutung. Andere Mineralstoffe kommen nur in Spuren im Körper vor, daher als Spurenelemente bekannt. Die Mineralstoffe und Spurenelemente haben wichtige Aufgaben im menschlichen Organismus zu erfüllen.

[Link zu Mineralstoffen und Spurenelementen](#)

Aminosäuren und essentielle Fettsäuren

Aminosäuren sind die Bausteine des Lebens, aus denen alle Eiweiße zusammengesetzt sind. 23 verschiedene Aminosäuren sind bekannt, 8 davon sind essentiell (lebensnotwendig), d.h. der Körper kann sie nicht aus den anderen Aminosäuren zusammenbauen. Wenn auch nur eine einzige Aminosäure zu wenig oder gar nicht vorhanden ist, wird die Wirksamkeit aller anderen entsprechend eingeschränkt.

Fettsäuren sind natürlich vorkommende Moleküle, deren Grundgerüst aus einer geraden Zahl von Kohlenstoffatomen (C-Atomen) besteht und die Bestandteile der in der Nahrung enthaltenen Fette sind. Fettsäuren werden nach ihrem chemischen Aufbau in drei Kategorien unterteilt: gesättigte Fettsäuren, einfach ungesättigte Fettsäuren und mehrfach ungesättigte Fettsäuren. Es wird empfohlen, den Fettbedarf jeweils zu einem Drittel durch gesättigte, einfach ungesättigte und

mehrfach ungesättigte Fettsäuren zu decken.

[Link zu Aminosäuren und essentiellen Fettsäuren](#)

Für die Verdauung: Enzyme & Probiotika

Enzyme nannte man früher Fermente. Es handelt sich dabei um Wirkstoffe mit katalysatorischen Eigenschaften. Sie ermöglichen oder beschleunigen Veränderungen in den Zellen von Lebewesen, ohne sich dabei selbst zu verbrauchen. In lebenden Organismen spricht man auch von Biokatalysatoren. Enzyme bestehen aus Eiweiß und einer spezialisierten Wirkgruppe, d. h. für jede Veränderung an den Nährstoffen gibt es ein spezielles Enzym. Im Grunde gibt es bei Stoffwechselfvorgängen keinen Bereich, in dem Enzyme nicht von Bedeutung wären. Als Probiotika bezeichnet man überwiegend die Bakterien, die Bestandteil der gesunden Darmflora sind. Als Darmflora wird auch die Gesamtheit der Mikroorganismen bezeichnet, die den Darm des Menschen wie von Tieren besiedelt und für den Wirtsorganismus von entscheidender Bedeutung ist. Da der Begriff vor allem in der Medizin benutzt wird, wird er meistens auf die Darmflora des Menschen eingeschränkt.

[Link zu Enzymen & Probiotika](#)

Kräuter, Bioflavonoide und andere pflanzliche Produkte

Eine Heilpflanze ist eine Pflanze, die wegen ihres Gehalts an Wirkstoffen zu Heilzwecken oder zur Linderung von Krankheiten verwendet werden kann. Die Nutzung von Pflanzen mit der Absicht der Heilung lässt sich bereits in frühesten Schichten babylonischer, altägyptischer, indischer (Hymnen des Rig Veda) oder chinesischer Texte nachweisen. Flavonoide sind eine Gruppe von wasserlöslichen Pflanzenfarbstoffen und spielen eine wichtige Rolle im Stoffwechsel vieler Pflanzen. Bioflavonoide haben vielfältige positive Effekte auf die Gesundheit. Einige haben gefäßverstärkende Wirkung, andere wirken gegen Entzündung und Histamin oder haben antivirale und krampflösende Wirkungen. Manche Flavonoide wie zum Beispiel Quercetin sind gute Antioxidantien. Zahlreiche Studien bestätigen eine Korrelation zwischen der Zufuhr von Flavonoiden und der Risikoabnahme bei verschiedenen Krankheiten.

[Link zu Kräutern, Bioflavonoiden und anderen pflanzlichen Produkten](#)

Alle Produkte stammen aus eigener Herstellung

Oder genauer: Wir haben diese neuen Produkte selbst komponiert. Von der ersten Idee, über die Zusammensetzung bis zur Realisierung ist das neue Sortiment in unserem Hause entstanden. Wir hatten bisher fast alle Produkte irgendwo auf der Welt - zumeist aus den USA oder England - bezogen. Sie haben dann Produkte mit englischen Etiketten bekommen. Obwohl wir unser Sortiment sehr sorgfältig ausgewählt haben, blieb immer die Problematik, dass wir nie so ganz genau wussten, welche Zutaten denn nun genau in den Produkten enthalten waren.

Das hat sich mit dem neuen Sortiment geändert: Die Rezepturen stammen aus von uns und wir wissen genau, wann welche Charge gefertigt wurde und welche Mengen jeweils verarbeitet worden sind.

Und on top: Wir haben darauf geachtet, dass die meisten Produkte für Vegetarier geeignet sind und dass fast ausschließlich alle Produkte frei von Gluten und ohne Milchzucker hergestellt wurden.

Für alle diese neuen Produkte stehen wir mit unserem guten Namen.

Übrigens sind diese neuen Produkte meistens auch noch etwas preiswerter als die importierten Nährstoffe.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln