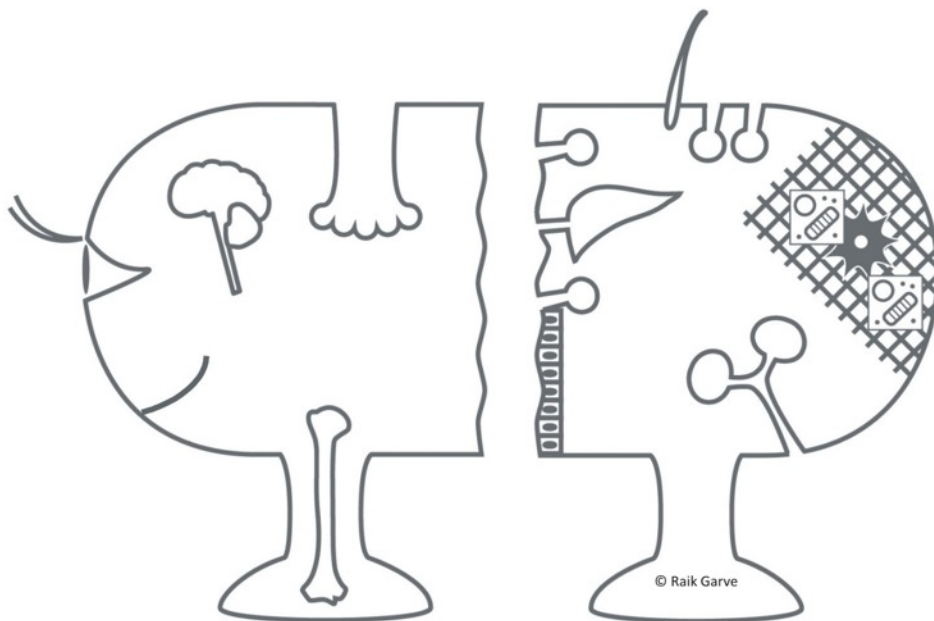


Was heißt Entgiftung und worauf kommt es hierbei wirklich an ?

Praxis-Leitfaden zur Orientierung
im heutigen Methoden-Dschungel



von

Raik Garve

Medizinischer Haftungsausschluss:

Der Inhalt dieses PDF-Reports dient lediglich der Information und ist daher nicht als medizinischer Rat gedacht.

Er soll und kann aus diesem Grund den Rat eines Arztes oder sonstigen medizinischen Experten nicht ersetzen.

Die Informationen in diesem PDF-Report sollten nicht als spezifische Ratschläge betrachtet werden, sondern eher als eine Darstellung gesammelter Praxiserfahrungen des Autors.

Die Entscheidung, die in diesem PDF-Report veröffentlichten Informationen zu benutzen, um die eigene Gesundheit zu verbessern, liegt ausschließlich beim Leser selbst, der somit die volle Verantwortung für alle Folgen trägt, die sich aus dieser Entscheidung ergeben.

Warum heute jeder entgiften sollte

Als Gift oder auch Giftstoff bezeichnet man einen Stoff, der Lebewesen über ihre Stoffwechselfvorgänge oder durch Berührung oder Eindringen in den Körper (bereits in vergleichsweise geringer Dosis) einen Schaden zufügen kann.

Ein großes Problem in diesem Zusammenhang ist die Tatsache, dass **viele der modernen Giftstoffe von unseren Sinnesorganen nicht mehr wahrgenommen werden können**, d.h. wir können diese Stoffe nicht sehen, riechen, schmecken oder fühlen. Ein direkter Schutz ist dadurch nicht möglich.

Wer beginnt, nach den materiellen Ursachen für chronische Krankheiten zu suchen, der wird früher oder später auf das Thema Schwermetalle stoßen. Es sind **Speichergifte**, die sich **in unseren lebenswichtigen Organen wie Gehirn, Leber, Nieren, Knochenmark, Fettgewebe und Bindegewebe ansammeln** und so allmählich über Jahre unser persönliches „Giftfass“ zum Überlaufen bringen. Dies merken wir dann aber nur indirekt an unzähligen unspezifischen Krankheitssymptomen oder einem über die Jahre immer spürbarer werdenden allgemeinen Energieverlust.

Gifte beeinflussen unsere Emotionen, unser Denken und unser Verhalten. Wer vergiftet ist, ist eher depressiv, aggressiv, hysterisch oder egoistisch. Wer vergiftet ist, ist eher anfällig für Infektionen, Stoffwechsel- und Verdauungsprobleme, Hormonstörungen, neurologische Störungen, mentale und emotionale Disharmonien. Wer vergiftet ist, fühlt sich nicht mehr wohl in seinem Körper. So mancher ist müde und lustlos, hat Schlafprobleme, Taubheitsgefühle, Schwindelattacken. Andere reagieren auf Wetterschwankungen, klagen über Kopfschmerzen, Schwindel, Gereiztheit, Kraftlosigkeit und sexuelle Unlust.

Diabetes, Krebs, Rheuma, Osteoporose, Herzinfarkt oder auch die Alzheimer-Krankheit sind in unserem Sprachgebrauch zu Zivilisationskrankheiten geworden, da Millionen von Menschen in Deutschland und Europa davon betroffen sind. **Woher kommt es, dass sich diese Erkrankungen heutzutage immer weiter epidemieartig ausbreiten?**

Millionen von chemischen Substanzen, Hormonen, Antibiotika und Säuren landen über die Kanalisation im Grundwasser. So findet man sogar Hormonrückstände von Antibabypillen im Trinkwasser. Auch die **Weltgesundheitsorganisation WHO** weist darauf hin, dass ca. **60 – 70 % aller chronischen und akuten Krankheiten durch Schwermetalle verursacht werden.**

Die Industrie produziert zehntausende chemische Substanzen, jedes Jahr kommen unzählige neue hinzu. Allein die Nahrungsmittelindustrie darf bei der Verarbeitung 10.000 chemische Lösungsmittel, Weichmacher und Konservierungsmittel einsetzen und unsere Nahrung mit über 3.000 chemischen Zusätzen bei Geruch, Geschmack und Haltbarkeit manipulieren.

In jedem von uns stecken heute dadurch Pestizide, Insektizide, Gifte und Chemikalien aus Holzschutzmitteln, Petrochemikalien, Medikamenten, Kosmetika, Lösungsmitteln und v.a. Schwermetallen.

Aus diesem Grund sind heute viele Menschen schon so vergiftet, dass viele Therapien nicht mehr wirken. Aufgrund der chronischen Dauerbelastung mit diversen Giften aus der Atemluft, dem Trinkwasser und unseren Lebensmitteln versagen immer mehr v.a. sanfte Therapien und Regulationsverfahren wie Akupunktur, Homöopathie oder die Zufuhr von Mikronährstoffen (Vitamine, Mineralien, Spurenelemente). Aber auch klassische Medikamente müssen oft immer höher dosiert werden (mit entsprechenden Nebenwirkungen), um überhaupt noch eine Wirkung zu erzielen, weil der Körper durch Blockade seines Stoffwechsels auf all die Heilimpulse nicht mehr reagieren kann. Die klassische Medizin wird dadurch im Umgang und der Behandlung vieler chronischer Krankheiten immer machtloser.

Fazit:

***Nur wer sich von Giften befreit, hat eine Chance,
sich auch von Krankheiten zu befreien***

Liste der gefährlichsten Giftstoffe (und ihr alltägliches Vorkommen in unserer Umwelt)

- **Arsen** (Hühnereier, Trinkwasser, Fisch, Muscheln, Meeresfrüchte, Metallverhüttung, Kohleverbrennung; d.h. Verbrennung fossiler Brennstoffe)
- **Blei** (Wasserrohre, Farben, verbleites Benzin, Rostschutzmittel, Getreide, Akkus, Trinkwasser, Wildfleisch (Blei-Schrot), Fischmehl als Futtermittel, Gülledüngung, Blattgemüse, Bleiglas, Tabakrauch)
- **Quecksilber** (Amalgam, Fisch, Impfungen (Thiomersal), Algen, Hühnereier, Insektizide, Quecksilberthermometer, Farben, Bleichmittel, Bodenbelastung, Krematorien, Luftbelastung, Pestizide, Wasserbelastung, Batterien, Mülldeponien, Goldgewinnung, Erzabbau, Desinfektionsmittel, Konservierungslösungen für Kontaktlinsen, Leuchtstoffröhren, Energiesparlampen, Holzschutzmittel, Imprägnierstoffe)
- **Cadmium** (Früher: Farben, Nickel-Cadmium Batterien, Kunststoff PVC, Klärschlamm; Heute: Müllverbrennungsanlagen, Autoabgase, Verbrennung von Braun- und Steinkohle, Zigarettenrauch, Kosmetik, Tintenfische, Pilze, Krabben, Plastik, Spinat, Metallerzverhüttung)
- **Aluminium** (Backtriebmittel, Trägerstoffe für Lebensmittelfarbstoffe, Saure Lebensmittel in Kontakt mit aluminiumhaltiger Verpackung, Bier, Wein, Soja-Milch, Alu-Getränkedosen, Deodorants, Alu-Folie, Joghurt-Becher, Chemtrails, Impfstoffe, Medikamente, Festigungsmittel für Obst und Gemüse)
- **Radioaktivität** (Cäsium, Strontium)
- **Elektrosmog, Mikrowellen**
>> Zerstörung der Wasserstruktur in Zellen und lebenden Organismen

Tab. 1: Ranking der schädlichsten Substanzen (Cercla 2011)

Ranking (1-125)	Substanz	Ranking (126-274)	Substanz
1	Arsen	126	Barium
2	Blei	127	Plutonium
3	Quecksilber	127 (doppelt belegt)	Strontium 90
7	Cadmium	131	Americium 241
17	Chrom VI	132	Tributylzinn
43	Beryllium	136	Neptunium 237
52	Kobalt	138	Plutonium 240
53	Nickel	140	Mangan
66	Chrom-VI Trioxid (CrO ₃)	146	Selen
75	Zink	152	Brom
78	Chrom	171	Palladium
95	Radium-226	181	Aluminium
97	Uran	197	Vanadium
100	Radium	214	Caesium 137
103	Dimethylarsensäure	217	Silber
120	Methylquecksilber	218	Kalium 40
120 (doppelt belegt)	Plutonium 239	223	Arsensäure
122	Polonium 210	224	Arsentrioxid
123	Plutonium 238	232	Antimon (=Stibium)
124	Blei-210	234	Uran 233
125	Kupfer	274	Thallium

Die Priorität mit der eine Substanz auf dieser Liste erscheint, richtet sich danach, wie häufig die Substanz in der Umwelt vorkommt, wie leicht ein Mensch damit in Kontakt kommen kann und wie giftig diese Substanz tatsächlich ist.

Die 7 Schlüsselaspekte einer effektiven Körperentgiftung

oder

Die Suche nach dem effektivsten Entgiftungsverfahren

- 1.) Ein geeignetes Entgiftungsverfahren darf den Körper nicht noch zusätzlich belasten (Stichwort: „Erstverschlimmerung“)
- 2.) Leber und Nieren als unsere Hauptentgiftungs- und Entsäuerungsorgane sollten durch ein geeignetes Entgiftungsverfahren deutlich entlastet werden
- 3.) Ein geeignetes Entgiftungsverfahren muss nachweislich Schwermetalle (=Bremsklötze des Stoffwechsels) binden und aus dem Körper ausleiten können (d.h. wissenschaftlicher Nachweis der Wirksamkeit)
- 4.) Ein geeignetes Entgiftungsverfahren sollte in der Anwendung leicht, einfach und sicher durchführbar sein, d.h. jeder muss in der Lage sein, es auch eigenständig durchzuführen (ohne Therapeut oder Praxis-Besuch) und es in den persönlichen Alltag ohne erheblichen Mehraufwand integrieren können
- 5.) Ein geeignetes Entgiftungsverfahren sollte auch mit anderen Methoden/Verfahren beliebig kombinierbar sein
- 6.) Ein geeignetes Entgiftungsverfahren sollte ein faires Preis-Leistungs-Verhältnis haben, d.h. für jeden bezahlbar sein
- 7.) Ein geeignetes Entgiftungsverfahren sollte sich auf Dauer positiv auf die Lebensqualität und das Lebensgefühl auswirken

5 Prüfkriterien

zur Auswahl eines geeigneten Entgiftungsverfahrens

I. Preis-Leistungs-Verhältnis

- Was ist mir meine eigene Gesundheit wert ?
- Was bin ich bereit, kurz-, mittel- und langfristig in meine eigene Gesundheit zu investieren (Stichwort: Prävention) ?

II. Aufwand und praktische Durchführung

- Wie sind die Einnahmebedingungen?
- Ist die Methode gut in den Alltag integrierbar oder ist ein erheblicher Mehraufwand vonnöten (z.B. regelmäßiger Therapeuten-/Praxis-Besuch)?
- Lässt sich die Methode mit anderen Verfahren beliebig kombinieren?
- Über welchen Zeitraum hinweg sollte die Methode angewendet werden ?
- Muss für die Durchführung eine venöse Infusion verabreicht werden (d.h. muss der Körper bei der Durchführung der Methode verletzt werden) ?

III. Subjektives Empfinden der Anwender

- Wie wirkt sich die Dauereinnahme auf die Lebensqualität bzw. das Lebensgefühl aus?
- Hat die Methode für den Körper zusätzlich belastende Nebenwirkungen?
- Gibt es so etwas wie eine „Erstverschlimmerung“ ?

IV. Produktsicherheit/Produktprüfung durch unabhängige Gutachter (z.B. TÜV, Labore)

- Wie ist das Produkt verpackt (z.B. lose in Beuteln, in wieder verschließbaren Glas- oder Plastikdosen, in Kapseln verblistert, in Stick-Beuteln eingeschweißt etc.) ?
- Was für eine Zulassung hat das Produkt / Verfahren (z.B. Medizinprodukt, Nahrungsergänzungsmittel) ?

V. Ergiebigkeit, d.h. wissenschaftlicher Nachweis der Wirksamkeit:

- **Gift-Mobilisation:** Wie geschieht diese?
- **Gift-Bindung:** Wie und wo genau geschieht diese?
- **Gift-Ausleitung aus dem Körper:** Wie geschieht diese?
 - >> über die Leber
 - >> über den Darm
 - >> über die Nieren (Werden diese durch das Verfahren zusätzlich belastet?)
 - >> über die Lunge
 - >> über die Haut/Schleimhaut
- **Anwendungsspektrum:** Bei welchen Symptomen und Erkrankungen ist eine Einnahme erwiesenermaßen sinnvoll und wirksam?

Verschiedene Ausleitungs- und Entgiftungsverfahren im Überblick

(Kein Anspruch auf Vollständigkeit)

- 1.) **Fasten**
- 2.) **Schwitzen** (passiv durch Sauna oder aktiv durch Sport)
- 3.) **Wassertrinken / Sole-Trinken**
- 4.) **Anwendungen von verschiedenen sog. Heilerden**
- 5.) **Basensalze / Basenbäder / Entsäuerungsbäder**
- 6.) **Algen (Chlorella), Bärlauch, Koriander-Kraut**
- 7.) **Kräutertees, Wildkräuter**
- 8.) **Ölziehen**
- 9.) **Kaffee-Einläufe**
- 10.) **Colon-Hydro-Therapie** (sog. Darm-Spülungen)
- 11.) **Homöopathie** (Informationsmedizin), **Schüßler-Salze**
- 12.) **Bioresonanz / Mikrostromtherapie**
- 13.) **Chelate (EDTA, DMPS, DMSA)**
- 14.) **Klinoptilolith-Zeolith**

Wichtige Fragen zu den verschiedenen Verfahren:

- Mit welchen dieser Verfahren lassen sich nachweislich Schwermetalle (=stärksten Blockadegifte in unserem Stoffwechsel) im Körper binden und über die Entgiftungsorgane ausleiten?
- Welche dieser Verfahren bewirken eine **Gift-Mobilisation** aus den Geweben, d.h. welche Verfahren haben eine stimulierende / anregende Wirkung auf Organe wie Leber, Lymphe, Nieren) ?
- Welche dieser Verfahren bewirken einen **Gift-Transport** zu den Entgiftungsorganen?
- Welche dieser Verfahren bewirken eine **Gift-Bindung** ?
- Welche dieser Verfahren bewirken eine **Gift-Ausleitung** aus dem Körper ?

Was heißt Entgiftung und worauf kommt es hierbei wirklich an?

Warum viele traditionelle Entgiftungsverfahren in der heutigen Zeit nur Stückwerk sind

Täglich gelangt eine Flut an hochgiftigen Fremdstoffen (v.a. Schwermetalle wie Blei und Quecksilber) mit Hilfe der Atemluft, dem Trinkwasser, einer Vielzahl von Körperpflege-Produkten und der Nahrung in kleinsten Spuren in unseren Körper und sammelt sich dort an. Hiervon merken wir nichts, denn viele der modernen chemischen Substanzen können wir mit unseren fünf Sinnen ähnlich wie Radioaktivität nicht sehen, riechen, schmecken oder fühlen. Sie sind also nicht wahrnehmbar. Und das ist das Tückische an der Sache.

Unsere Sinnesorgane warnen uns lediglich vor Giftstoffen, die es in der Natur gab und gibt, z.B. beißende Schärfe oder die fauligen Gerüche von verdorbenem Obst oder verschimmeltem Brot. Dass wir dennoch belastet sind, merken wir oft erst nach vielen Jahren an einem meist schleichenden Energieverlust und unspezifischen Symptomen wie chronischer Müdigkeit, Konzentrationsschwächen, ständig wiederkehrende Allergien, Kopf-, Glieder- und Gelenkschmerzen sowie auch Schlafstörungen nach Mitternacht.

Seit einigen Jahren wächst erfreulicherweise aber in der Bevölkerung immer mehr das Bewusstsein für die Notwendigkeit einer regelmäßigen Körperentgiftung, um vielen Beschwerden bereits im Vorfeld aktiv vorzubeugen. Dies ist echte Prävention.

Viele traditionelle Ausleitungs- und Entgiftungsverfahren der Naturheilkunde erfreuen sich daher wieder wachsender Beliebtheit. Hierzu zählen u.a. das klassische Fasten, Schwitzen (Sauna), Schröpfen, vermehrtes Wasser- und Soletrinken, die Anwendung von Schüßler-Salzen, Heilerde, Homöopathie und Spagyrik, aber auch basische Entsäuerungsbäder, Kaffee-Einläufe, Darmspülungen und verschiedene Heilkräuter (Schöllkraut, Mariendistel und Löwenzahn) und Tees zur Stärkung und Anregung der Leber. Hinzu kommen seit den letzten Jahrzehnten noch Algen (Chlorella), Chelate (EDTA, DMPS, DMSA) und verschiedene Bioresonanz-Verfahren.

Viele dieser bewährten Verfahren haben eine zum Teil Jahrhunderte alte Tradition in unserer Volksheilkunde. Berühmte Namen wie Paracelsus, Hufeland, und Pfarrer Kneipp erinnern uns hieran.

Allerdings haben wir es heute mit einer völlig anderen Situation zu tun als noch vor 150 – 200 Jahren zur Blütezeit der Homöopathie.

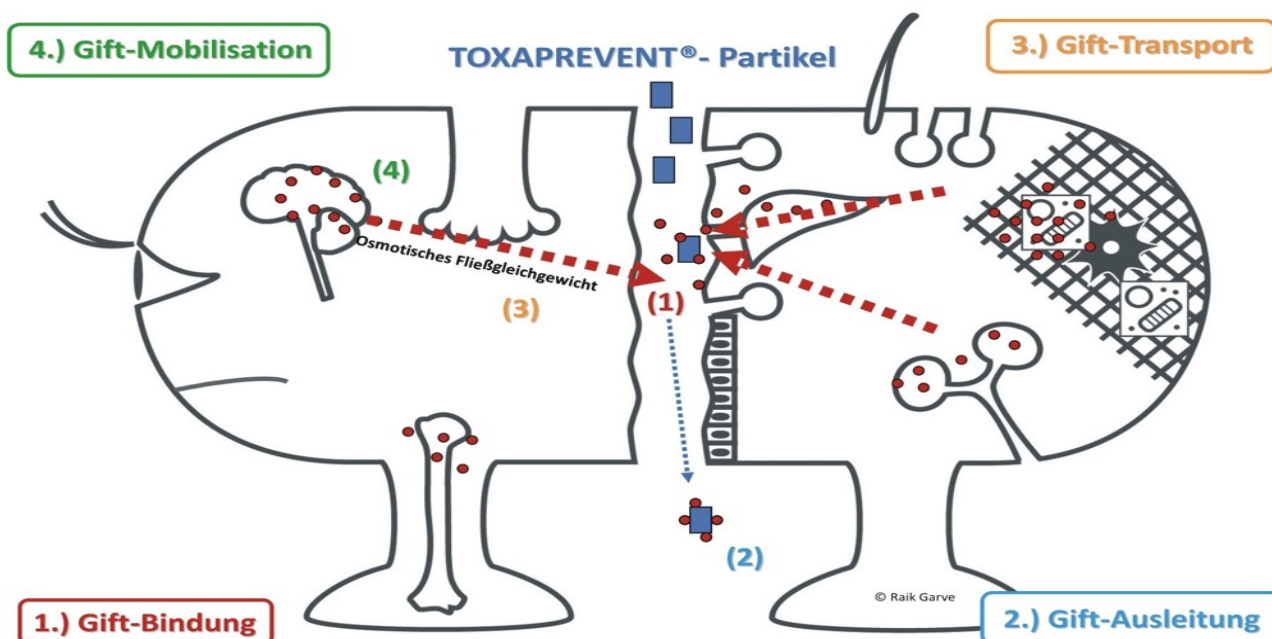
Mittlerweile „**haben wir uns** [durch die Industrialisierung] **eine Welt geschaffen, die für uns nicht geschaffen ist**“, sagt Harvard-Professor Martin Moor-Ede sehr treffend.

Vielen Menschen ist leider die Tatsache nicht bewusst, dass **viele dieser traditionellen Verfahren als Voraussetzung intakte Entgiftungsorgane benötigen**, d.h. sie haben eine anregende Wirkung auf Leber, Nieren und Haut als unsere wichtigsten Entgiftungsventile. Diese sind aber durch die vielen „modernen“ Giftbelastungen und Medikamenteneinnahmen bereits so stark in ihrer Normalfunktion beeinträchtigt, dass eine zusätzliche Anregung mitunter den SUPER-GAU im Körper bedeuten kann. Das körpereigene „Gift-Fass“ läuft dann unkontrolliert über mit fatalen Folgen für die Gesundheit.

Entgiftung ist nämlich NICHT gleich Entgiftung, sondern ein **mehrstufiger Prozess**, bei dem verschiedene Verfahren sinnvoll kombiniert werden sollten. Andernfalls löst man nur eingelagerte Giftstoffe aus ihren Speicherorten. Wenn es dann nicht umgehend zu einer stabilen Bindung und Ausleitung kommt, werden das Blut, die Leber und Nieren massiv überlastet. Die mobilisierten Gifte suchen sich dann andere Lagerorte (z.B. Gehirn) und der Betroffene bekommt verharmlost ausgedrückt seine „Erstverschlimmerung“. Dies muss aber nicht zwingend so sein.

Konnte man noch vor 200 Jahren z.B. mit der alleinigen Homöopathie-Anwendung große Erfolge verbuchen, versagen solcherlei sanfte Verfahren in der Einzelanwendung heutzutage immer mehr, weil die Reaktionsfähigkeit des Körpers auf diese Heilimpulse durch eingelagerte Gifte massiv blockiert ist. Um in diese festgefahrene Situation wieder Bewegung zu bringen, müssen als Erstes unsere Entgiftungsventile Leber und Niere entlastet werden. Und dies geschieht vorzugsweise durch eine **Direktbindung von Giften im Darm**. Auf diese Weise wird eine weitere Giftaufnahme in den Körper verhindert und die körpereigenen Entgiftungssysteme haben erst dadurch wieder eine reale Chance, die Selbstheilung zu unterstützen.

Die 4 Schritte der Entgiftungskette



Die vier Schritte der Entgiftungskette von Toxaprevent®:

- | | |
|--|---|
| 1. Giftbindung im Darm an die Toxaprevent®-Partikel | } Unterbrechung des Darm-Leber-Rückvergiftungskreislaufes |
| 2. Giftausleitung auf natürlichem Weg über den Darm | |
| ----- | |
| 3. Gifttransport über den Lymph- und Blutweg in Richtung Darm | } Osmotisches Gefälle und Fließgleichgewicht |
| 4. Giftmobilisation aus den Speicherorten wie: Fettgewebe, Knochen, Gehirn, Leber, Nieren und Bindegewebe | |

Durch das **Medizinprodukt Toxaprevent®** auf Basis eines **Ca-Klinoptilolith-Zeoliths** ist es nun möglich, spezifisch und dadurch beschleunigt verschiedene Giftstoffe wie z.B.

- Blei, Quecksilber, Aluminium
- Histamin (Entzündungsbotenstoff) , Ammonium (Verdauungsgift)

direkt im Darm zu binden und dann auf natürlichem Wege auszuleiten. **Hierdurch wird die Rückvergiftung im Darm gezielt unterbrochen.** Leber und Nieren können wieder aufatmen.

Bei regelmäßiger Anwendung wird so das natürliche Fließgleichgewicht im Körper stimuliert, um nun auch eingelagerte Schadstoffe in Richtung Darm zu mobilisieren und dort an Toxaprevent®-Partikel zu binden und auszuleiten.

Eine nachhaltige Tiefenreinigung der Gewebe kann dann in den verschiedenen Räumen des Körpers stattfinden.

Diesen Prozess kann man nun wieder durch Kombination mit altbewährten Verfahren sinnvoll unterstützen (z.B. Bioresonanz-Verfahren, Kräutertees oder Globuli zur Giftmobilisation und Heilkräuter zur Leberanregung), denn eine effektive Bindung und Ausleitung ist ja über den Darmkanal gewährt. Somit verdrängt das Medizinprodukt Toxaprevent® keine der traditionellen Verfahren, im Gegenteil, es stabilisiert durch Entlastung unserer Basisorgane Darm, Leber und Nieren die Grundfunktionen des Körpers.

Denn wie sagt schon ein altes chinesisches Sprichwort:

„Wenn Du den Tiger (=Gifte) aus dem Haus (=Körper) jagen (=ausleiten) möchtest, dann öffne vorher Fenster und Türen (=Reinigung der Basisorgane: Darm, Leber, Nieren) bevor Du ihm auf den Schwanz trittst (=Giftmobilisation).“

Kontakt für Rückfragen:

Raik Garve

Gesundheitscoaching

www.lange-gesund-leben.com

Email: rgarve1301@gmail.com

Tel.: 0431 / 386 79 757