

NUSANA® der Gesund-
kostladen für
preisbewusste
Genießer!



NUSANA®
GESUNDKOSTVERSAND

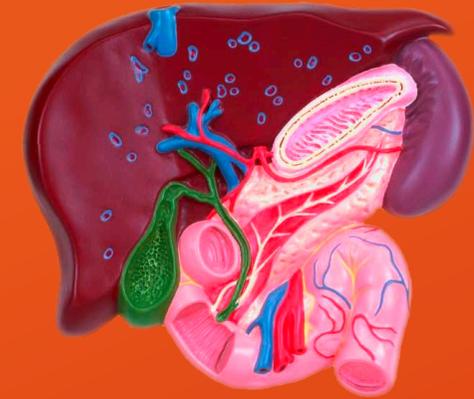
NUSANA Gesundkostversand
A-4963 St.Peter/Hart
Bogenhofen 1
gesundkostversand@nusana.at
www.nusana.at

Ablauf der Leberreinigung

BENÖTIGTE MATERIALIEN: 8 Apfelsäure-Magnesiumtabletten, 10 Schwarz-Walnusskapseln, 6 Ornithinkapseln, 4 Esslöffel Bittersalz (ca. 80 g) in 800 ml Wasser (= 4 Gläser) auflösen, 125 ml kaltgepresstes Olivenöl, 2 rosa Grapefruits, 1 Wärmepflaster

DURCHFÜHRUNG: (Genauere Einhaltung ist absolut notwendig!)

1. TAG		
Zeitpunkt	Handlung	Zusatzinformation
morgens	leichtes Frühstück 2 Apfelsäure-Magnesiumtabletten	möglichst Obst, kein Fett, keine Milch, keinen Käse
mittags	kleines Mittagessen 2 Apfelsäure-Magnesiumtabletten	Gemüse, kein Fleisch, keinen Käse
nachmittags	stündlich je 5 x 2 Schwarz-Walnusskapseln	Wasser trinken, eventuell einen geschälten Apfel essen
abends	3 Ornithinkapseln	Wasser trinken, eventuell einen geschälten Apfel essen
2. TAG – NICHTS ESSEN!		
Zeitpunkt	Handlung	Zusatzinformation
morgens	2 Apfelsäure-Magnesiumtabletten	Wasser trinken, eventuell einen geschälten Apfel essen
mittags	2 Apfelsäure-Magnesiumtabletten	Wasser trinken, eventuell einen geschälten Apfel essen
18:00 Uhr	200 ml Bittersalzlösung trinken (1. Glas)	bei Darmträgheit Bittersalzlösung bereits morgens oder mittags trinken zur Geschmacksverbesserung kann etwas Vitamin C (Ascorbinsäure) dazugegeben werden
20:00 Uhr	200 ml Bittersalzlösung trinken (2. Glas)	bei Darmträgheit Bittersalzlösung bereits morgens oder mittags trinken
21:30 Uhr	Vorbereiten für 22:00 Uhr Grapefruit-Ölmischung (ca. 300 ml)	2 Grapefruits auspressen (mindestens 150 ml Saft!) Öl-Saftgemisch in einem Shaker kräftig durchschütteln
21:45 Uhr	Wärmepflaster aufkleben	unmittelbar unterhalb des rechten Rippenbogens
vor 22:00 Uhr	mindestens 1 x auf die Toilette gehen	
22:00 Uhr	Olivenöl-Grapefruitmischung möglichst zügig austrinken, 3 Ornithinkapseln einnehmen	vorher nochmals kräftig durchschütteln sofort ins Bett legen und ca. 20 Minuten auf dem Rücken liegen, dann möglichst auf der rechten Seite schlafen
3. TAG		
Zeitpunkt	Handlung	Zusatzinformation
ca. 6:00 Uhr	200 ml Bittersalzlösung trinken (3. Glas), dann wieder hinlegen	sofort nach dem Erwachen, aber nicht vor 6:00 Uhr
ca. 8:00 Uhr	200 ml Bittersalzlösung trinken (4. Glas)	nochmals hinlegen, anschl. ist mit Durchfall zu rechnen
ca. 10:00 Uhr	Obst essen oder Obstsaft trinken	
ca. 11:00 Uhr	leichte Mahlzeit zu sich nehmen, bis Mittag keine Aktivitäten planen	in der Nähe der Toilette bleiben



LEBERREINIGUNG

Leber, Gallenblase und Gallensaft

Die von feinen Kanälchen durchzogene Leber stellt täglich etwa einen Liter Gallensaft her, der im Galle führenden Gang zusammenfließt. Die mit dem Gang verbundene Gallenblase ist der Vorratsbehälter für den Gallensaft. Sie entleert sich etwa 20 Minuten nachdem man Fette oder Eiweiß zu sich genommen hat in den Dünndarm. Der Gallensaft enthält neben der Verdauungsflüssigkeit u. a. auch Schlackenstoffe, die von der Leber aus dem Blut herausgefiltert wurden. Über die Leber werden alle Abfälle und Gifte ausgeschieden, die für den Nierenfilter zu groß sind. Im Gegensatz zum wässrigen Urin handelt es sich dabei eher um eine Art „Schlamm“. Bei Wassermangel oder zu hohem Anteil von Feststoffen (Abfälle und Gifte) wird der Schlamm immer zäher und verklumpt schließlich.

Bei fast allen Menschen sind die Gallenkanälchen zumindest teilweise mit Schlackenstoffen und Ablagerungen verstopft. Sie bleiben im Röntgenbild unsichtbar und zeigen sich auch im Ultraschall erst, nachdem sie eine gewisse Größe erreicht haben und kalzifiziert sind. Dies geschieht u. a., wenn große Klumpen für lange Zeit in der Gallenblase liegen bleiben. Der entstehende Flüssigkeitsrückstau führt in der Leber dazu, dass weniger Gallensaft produziert wird. Weil dadurch die Cholesterinausscheidung unvollständig ist, steigt der Cholesterinspiegel im Blut. In vielen Ablagerungen sind unbekannte Objekte eingeschlossen. Da die Ablagerungen porös sind, nisten sich gern die unterschiedlichsten Parasiten (Bakterien, Viren, Wurmzysten, etc.) ein. Gallenablagerungen sind ein chronischer Parasitenherd. Mageninfektionen, Geschwüre und Blähungen lassen sich auf Dauer nur beseitigen, wenn die Leber von Verstopfungen frei gehalten wird.

Leberreinigung – für wen und warum?

Während einer Leberreinigung werden sowohl die wachweichen Verklumpungen als auch kalzifizierte Steine aus Gallenblase und Gallengängen herausgespült.

Dies hat eine außerordentlich günstige Wirkung auf die Verdauung. Es ist eines der wirksamsten Verfahren zur Verbesserung Ihrer allgemeinen Gesundheit. Sie können erwarten, dass:

- sich ihre Allergien und Ausschläge vermindern,
- sich Schmerzen besonders in Oberarm, Rücken und Schulter verringern bzw. ganz verschwinden,
- sich ihr Wohlbefinden deutlich steigert und sie mehr Energie verspüren.

Tipps

Machen sie sich die Mühe, ein großes Sieb in die Toilette zu halten, das die Ausscheidungen auffängt. Wenn sie die glibberige Masse mit einem bereitgestellten Gießgefäß abspülen, können sie die Steine bewundern und zählen, die sie ausgeschieden haben. Es können hunderte sein.

Gut gemacht – herzlichen Glückwunsch! Es kann auch passieren, dass nur gelber Glibber kommt. Auch der stammt aus der Leber und hat dort nichts verloren. Das sind Vorstufen von Gallensteinen.

Fragen und Antworten zur Leberreinigung

Kann ein Leberstein im Gallengang stecken bleiben und eine Kolik auslösen?

Bisher gab es keine Berichte über Gallenkoliken, die durch eine

Leberkur ausgelöst wurden. Es ist aber denkbar, dass Gallensteine den Gallengang verstopfen könnten. Wer also Angst vor einer Kolik hat, sollte sich vor der Leberreinigung nach einer in der Nähe liegenden Klinik mit Absaugmöglichkeit erkundigen. In diesem nicht-operativen Verfahren werden im Gallengang festsetzende Steine abgesaugt: ein feststehender Stein ist nur ein klein wenig zu groß, um durch den Druck des Gallensaftes ganz herausgespült werden zu können. Das fehlende Quäntchen kommt vom Absaugen.

In Dr. Clarks Buch „Heilung ist möglich“ steht, dass man unbedingt Ornithin einnehmen soll, wenn man die un bequemste Nacht seines Lebens vermeiden möchte.

Die Öl-Grapefruit-Mischung bewirkt eine sehr starke Durchblutung der Leber. Deshalb muss das Herz stärker und/oder schneller schlagen und der gesamte Kreislauf fährt hoch. Man schläft schlechter und bleibt im schlimmsten Fall schlaflos. Die erhöhte Herzrätigkeit wird eventuell hörbar und spürbar, was vielen Angst macht. Das gleiche passiert übrigens auch, wenn man im Gebirge aufsteigt und in großer Höhe schlafen will. Die von Dr. Clark erwähnte „unbequemste Nacht Ihres Lebens“ bezieht sich auf diese möglichen Angstzustände wegen möglicher, ungewöhnlich starker nächtlicher Herzrätigkeit. Ornithin wirkt u.a. als Schlafmittel. Wen die Aussicht auf eine schlaflose verbrachte Nacht kalt lässt, kann darauf verzichten.

Wie viele Leberreinigungen soll man machen?

Die Anzahl der Wiederholungen hängt von der Größe der Ablagerungen aus der Leber ab, die in den Darmentleerungen sichtbar werden. Alles Gelbe und Grüne mit der Konsistenz von warmem bis kaltem Wachs, sowie alles Harte ocker- bis cremefarbene sind Inhalte aus Gallengängen und Gallenblase. Diese Inhalte schwimmen an der Wasseroberfläche. Auch andere Farben und Formen sind möglich. Je kleiner die Partikel, desto sauberer die Leber. Leberreinigungen sollten durchgeführt werden, bis nur noch Sand kommt. Dies ist in der Regel nach 6 – 8 Mal der Fall. In schlimmen Fällen sind 10 – 12 Leberreinigungen nötig. Kotsteine sind oft pechschwarz, hartgummiartig und gehen im Wasser unter.

Wie viel Abstand soll ich zwischen zwei Leberreinigungen halten?

Der empfohlene Mindestabstand zwischen zwei Leberreinigungen beträgt zwei Wochen.

Manche behaupten, die ausgeschiedenen „Steine“ seien lediglich verhärtete Klümpchen Olivenöl. Ist das wahr?

In der Regel haben jene Personen, die solche Behauptungen aufstellen, selbst noch keine Leberreinigung durchgeführt und wissen daher auch nicht, was in ihrem Körper an Veränderungen vor sich geht, nachdem es zu dieser Ausscheidung gekommen ist.

Menschen, die ihre Steine analysieren ließen, haben Berichte erhalten, die bestätigen, dass fast alle ausgeschiedenen Steine aus Cholesterin und Salzen bestehen – ganz wie Cholesterinsteine, die bei einer Operation aus der Gallenblase entfernt werden.

Wenn die Leber und die Gallenblase völlig sauber sind, werden keine Gallensteine mehr ausgeschieden. Beständen diese Steine aus Olivenöl, wären sie auch dann vorhanden, wenn alle Gallengänge frei sind!

Viele Menschen scheiden am Beginn sehr oft schwarze, rote, weiße, gelbe und mehrfarbige Steine aus. Olivenöl enthält keine

Farbstoffe, die verschiedene Farben produzieren können.

Es gibt viele Fotos von seziierten Lebern in medizinischen Archiven von Universitätskliniken, die diese Steine in den Lebergallengängen zeigen.

Im Buch „Heilung ist möglich“ wird nahe gelegt, zuerst ein Parasitenprogramm, dann eine Nierenreinigung und danach erst eine Leberreinigung durchzuführen.

Das Parasitenprogramm wird als erstes empfohlen, weil eventuell in der Leber lebende große Parasiten sich der Reinigung widersetzen könnten. Man kann sie aber auch durch Zusatz von 10 Tropfen Schwarzwalnutstinktur in das Olivenöl-Grapefruit-Gemisch abtöten. Eine hohe Dosis Schwarzwalnut (5x2 Kapseln) in Abstand je einer Stunde einige Tage vor der Durchführung ist ebenso empfehlenswert. Die Nierenreinigung ist gleichzeitig eine gründliche Entsäuerung und würde einen schlackenreichen Organismus entlastend auf die Leberreinigung vorbereiten. Allerdings sind zu erwartende Entgiftungsreaktionen bei der Nierenreinigung heftiger, weshalb Dr. Clark oft die Leberreinigung als erste Maßnahme empfiehlt.

Ich fühle mich wegen niedrigem Blutdruck schwach. Kann der Blutdruck während der Leberreinigung weiter absinken?

Wer sich schwach fühlt oder Angst vor Blutdruckabfall hat, kann am Abend vor dem Trinken des Ölgemisches einen Kaffee-Einlauf machen: 1,5 Esslöffel auf ½ Liter Wasser 10 min ziehen lassen, grob sieben (nicht filtern), handwarm ein halbe Stunde im Darm behalten.

Was mache ich, wenn ich vor 22:00 Uhr keine Darmentleerung habe?

Trinken sie noch eine Portion Bittersalzlösung und verschieben sie den ganzen Zeitplan um zwei Stunden nach hinten. Wenn dann noch immer keine Entleerung erfolgte, die Durchführung um einen Tag verschieben. Daher: bei bekannter Darmträgheit sollte die Portion Bittersalzlösung bereits ca. 4-6 Stunden vorher getrunken werden, um eine Verschiebung bzw. einen Abbruch der Reinigung zu vermeiden.

Was kann ich bei Unverträglichkeit gegenüber Bittersalz tun?

Nehmen sie Magnesiumcitrat, das in den meisten Apotheken erhältlich ist. Es ist allerdings nicht so wirkungsvoll wie Bittersalz. Personen, die unter einem entzündetem Darm leiden, ist Natriumsulfat (Glaubersalz) zu empfehlen.

Meine Leberkuren verliefen wiederholt erfolglos. Was kann ich tun?

Nehmen sie ein heißes Bad am Tag zuvor, führen sie zwei Tage zuvor eine Parasiten abtötende Maßnahmen durch (z.B. 2 TL Schwarzwalnutstinktur oder 2 Schwarzwalnutskapseln stündlich bis zu 5 Stunden), nehmen sie für ein paar Wochen Leberkräuter.

Gibt es noch eine andere Möglichkeit, ohne Operation die Gallensteine los zu werden?

Wer bereits kalzifizierte Gallensteine besitzt, kann eine große Leberreinigung durchführen. Dabei werden über mehrere Wochen Kräuter- und Wurzeltinkturen zu sich genommen, die eine Verkleinerung der kalzifizierten Gallensteine und eine Auflösung von Verklebungen der Leber-Gallengänge bewirken können. Mit der umseitig beschriebenen Leberreinigung wird diese Behandlung mit Tinkturen wirkungsvoll abgeschlossen.

Wie wird die erneute Bildung von Gallensteinen verhindert?

1. Reinigen sie 2 x im Jahr die Leber (Frühling und Herbst)
2. Halten sie ihren Darm sauber (Darmreinigung, Colon-Hydrotherapie, Algenprodukte)
3. Führen sie eine Nierenreinigung durch
4. Trinken sie genügend Wasser (gereinigt durch Umkehrosmosen), fallweise auch ozonisiertes Wasser
5. Ziehen sie vegetarische Ernährung vor, essen sie mineralstoffreich (Obst und Gemüse) und verwenden sie unraffiniertes Meersalz
6. Vermeiden sie Alkohol
7. Vermeiden sie übermäßiges Essen und kalorienreduzierte Nahrung
8. Essen sie zu regelmäßigen Zeiten
9. Achten sie auf ausreichend Schlaf
10. Vermeiden sie, sich zu überarbeiten
11. Bewegen sie sich regelmäßig in frischer Luft
12. Setzen sie sich regelmäßig der Sonne aus
13. Verwenden sie Leberkräuter (Tee)
14. Wenden sie täglich die Öltherapie (Öl als Mundspülung) an
15. Entfernen sie Amalgamfüllungen
16. Bringen sie ihre emotionale, psychische Gesundheit ins Gleichgewicht

Wirkung von ...

Apfelsäure-Magnesium – trägt zur Entgiftung von Aluminium im Körper bei, verbessert die Sauerstoffversorgung der Muskeln, fördert die Verdauung und Entschlackung bzw. Reinigung von innen. Von Vorteil ist das tägliche Trinken von einem Liter Apfelsaft, beginnend bereits 6 Tage vor der Reinigung. Die Säure im Apfelsaft weicht die Gallensteine auf und erleichtert dadurch die Ausscheidung durch die Gallengänge.

Schwarzwalnut – ist ein äußerliches und innerliches Antiseptikum. In der Hülle gibt es Wirkstoffe, die Parasiten abtöten können.

Ornithin (eine Aminosäure) – trägt zur Entgiftung von Ammoniak bei und ist daher Teil des Harnstoffzyklus. Es kann dazu beitragen, das Immunsystem zu stärken, die Durchblutung zu fördern und die Bildung von weißen Blutzellen anzuregen. Es kann weiters die Leber vor den Schäden durch Medikamente und Chemikalien schützen und ihre Regeneration anregen.

Hinweise

Die hier wiedergegebenen Informationen stammen aus Büchern von Dr. Hulda Clark und Andreas Moritz. Es liegt nicht in der Absicht der Verfasser, Diagnosen zu stellen oder Verordnungen zu erteilen. Wenn sie die vorliegenden Informationen ohne Einschaltung eines Arztes anwenden, so verordnen sie sich eine Selbstbehandlung – ein Recht, das ihnen zusteht. Herausgeber und Verfasser übernehmen jedoch keine Verantwortung.

Weiterführende Literatur:

Andreas Moritz, Die wundersame Leber- und Gallenblasenreinigung, voxerlag.de
Hulda R. Clark, Heilung ist möglich, droemer-knaur.de
Vernon W. Foster, Natürlich gesund, toplife-center.com