



Die ultimative Reinigung

Walter Last

Oft führen systemische Infektionen mit Erregern zu unterschiedlichsten Krankheitsbildern. Eine Schritt-für-Schritt-Anleitung zur natürlichen Grundreinigung des Körpers.

Keime und Parasiten verursachen oder begünstigen die meisten Krankheiten. Durch all die Antibiotika, Medikamente mit Steroiden und Chemo-Therapien wurden unsere natürlichen Darmbakterien in vielen Fällen durch pathogene Keime ersetzt. Auch Keime von Impfungen aus der Kindheit können noch vorhanden sein, außerdem können sich Entzündungsherde in Zähnen, deren Wurzelkanal behandelt worden ist, und eventuell sogar in Operationsnarben bilden. Das alles schwächt unser Immunsystem, und so können Pilze, Viren, Bakterien und Parasiten das Blut und die inneren Organe befallen. Dadurch sind wir anfällig für häufige akute Infektionen oder chronische Infektionen und Störungen des Immunsystems wie Autoimmunerkrankungen, Allergien, Diabetes, Herzerkrankungen und Krebs.

Die ultimative Reinigung wurde entwickelt, um den Körper von pathogenen Keimen und Parasiten zu befreien und zugleich das Immunsystem wiederherzustellen. Die dazu nötigen Schritte sind die Reinigung des Darms oder die Wiederherstellung einer gesunden Darmflora, gefolgt von einer systemischen antimikrobiellen Therapie über einen längeren Zeitraum hinweg. Eine sehr wirkungsvolle Kombination ist eine drei Wochen dauernde Einnahme von Jod in einer Lugol'schen Lösung, gefolgt von Wasser, das mit MMS (Natriumchlorit) gereinigt wurde. Um eine langanhaltende Wirkung zu erzielen, müssen möglicherweise Zähne gezogen werden, deren Wurzelkanal gefüllt wurde.

Der Speicheltest

Zu Beginn der ultimativen Reinigung sollten Sie einen Speicheltest machen, um herauszufinden, ob Sie an einer systemischen Pilzkrankung leiden. Fällt der Test positiv aus, müssen Sie bei der folgenden Kur noch sehr viel aufmerksamer sein. Im Folgenden wird ein einfacher Speicheltest für Candida vorgestellt:

Füllen Sie kurz nach dem Aufstehen und vor dem Essen oder Trinken ein Glas mit Wasser in Zimmertemperatur und spucken Sie hinein. Innerhalb der nächsten Stunde sollten Sie das Glas von Zeit zu Zeit kontrollieren, um zu sehen, was passiert. Bei Candida-Befall werden Sie eine oder mehrere der folgenden Reaktionen beobachten können:

1. Von dem Speichel, der auf der Oberfläche schwimmt, strecken sich Fäden wie Finger ins Wasser hinunter.
2. Auf dem Grund des Glases sammelt sich wolkiger Speichel.
3. Im Wasser treiben wolkige Flocken.

Je schneller und dicker die Fäden sind, je schneller der Speichel sinkt, umso mehr Candida ist in der Probe vorhanden. Entstehen keine Fäden und schwimmt der Speichel auch nach einer Stunde noch auf der Wasseroberfläche, haben Sie wahrscheinlich keine systemische Kandidosis, aber trotzdem könnte ein lokales Problem im Darmtrakt oder in der Vagina vorliegen. Außerdem könnten Sie trotz allem unter Dysbiose (einer Störung der Darmflora) und dem Befall durch andere pathogene Keime leiden.

Wegen der in der Mundschleimhaut lebenden Pilze, die über Nacht nachwachsen, kann der Speicheltest selbst dann noch positiv ausfallen, wenn die gesamte systemische Kandidosis beseitigt worden ist. Dem kann durch wiederholte, mehrere Minuten lange Mundspülungen mit MMS entgegengewirkt werden. Alternativ dazu können Sie den Mund auch mit der Lugol'schen Lösung

aufgelöste Bittersalz über Nacht in den Kühlschrank gestellt werden. Morgens zerdrücken Sie dann eine große Knoblauchzehe, vermischen sie mit etwas Wasser und trinken die Mischung, gefolgt von der gekühlten Bittersalzlösung und etwas zusätzlichem Wasser.

An den folgenden Morgen können Sie weniger Bittersalz oder stattdessen ein schwächeres Abführmittel nehmen, wie etwa Flohsamen. Wenn Sie keinen Knoblauch mögen, können Sie den zerdrückten oder kleingewürfelten Knoblauch auch in Gelatinekapseln geben. Wer allergisch gegen Knoblauch ist, sollte ein anderes antibakterielles Mittel benutzen, wie etwa einen Teelöffel Natron (das allerdings nur gegen Pilze wirksam ist), zwei Teelöffel Wasserstoffperoxid, Olivenblatt-Extrakt, Lapacho-Extrakt oder Wermut. Gleiches gilt, wenn man Knoblauch aufgrund gesellschaftlicher Beschränkungen nur am Wochenende einnehmen kann. Als Alternative

Der erste Schritt der ultimativen Reinigung besteht darin, eine gesunde Darmflora wiederaufzubauen.

spülen, bevor Sie diese schlucken, mit verdünntem Wasserstoffperoxid oder verdünntem Natron, den zwei besten Lösungen vor dem Schlafengehen. Bei anderen Gelegenheiten kann es auch sinnvoll sein, den Mund mit Milchsäurebakterien zu spülen oder milchsauer vergorene Nahrung zu sich zu nehmen.

Die Reinigung des Darmtrakts

Der erste Schritt der ultimativen Reinigung besteht darin, eine gesunde Darmflora wiederaufzubauen. Dazu müssen die pathogenen Keime im Darmtrakt mit einer passenden antimikrobiellen Substanz ausgedünnt werden, bevor sofort danach Probiotika oder Milchsäurebakterien zugeführt werden. Ich persönlich bevorzuge frischen, rohen Knoblauch, der gegen Keime und vor allem Pilze äußerst wirksam ist. Um unerwünschten Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen, Übelkeit und anderen Magen-Darm-Beschwerden vorzubeugen, sollten Sie den Knoblauch am Anfang vorzugsweise (aber nicht unbedingt) zusammen mit einem starken Abführmittel einnehmen. Das nennt man eine Spülung. Besonders wirksam ist die Spülung, wenn Sie einen Esslöffel Bittersalz (Magnesiumsulfat) in einem großen Glas Wasser auflösen. Anschließend sollten Sie noch etwas Wasser trinken.

Bei Verstopfung oder Übergewicht können Sie beim ersten Mal zwei Esslöffel benutzen, um sicherzustellen, dass es am anderen Ende schnell wieder herauskommt. Um den bitteren Geschmack zu verringern, kann das

dazu kann direkt mit Jod in Lugol'scher Lösung angefangen werden.

Andere Abführmittel, die man für die Spülung benutzen kann, sind Glaubersalz oder Natriumsulfat, Rizinusöl oder Sennesblätter. Sie müssen etwas mit dem Abführmittel Ihrer Wahl herumexperimentieren, um die richtige Dosierung zu finden, die Sie mit dem Knoblauch einnehmen können, sodass es innerhalb weniger Stunden wirkt.

Flohsamen sind hervorragend und für den Gebrauch über einen langen Zeitraum hinweg am empfehlenswertesten. Leiden Sie nicht unter Übergewicht oder Verstopfung, können Sie die ultimative Reinigung auch mit Flohsamen anstatt mit Bittersalz beginnen. Diese entfernen besonders effektiv Endotoxine aus dem Darmtrakt und verringern allergische und Autoimmunreaktionen.

Dazu gibt man einen Teelöffel Natron und einen gehäuften Teelöffel Flohsamen in ein großes Glas Wasser, rührt um und trinkt es, gefolgt von einem weiteren Glas Wasser. Bis zum Beginn der systemischen antimikrobiellen Therapie sollten Sie kleingehackten Knoblauch oder ein anderes antibakterielles Mittel mit dem Flohsamen-Drink mischen. Solange es Anzeichen für Schmerz, Entzündungen, Candida oder Übersäuerung gibt, sollte auch der Teelöffel Natron hinzugefügt werden. Wenn Sie später noch immer Parasiten im Darm vermuten, können Sie den Flohsamen auch MMS, Lugol'sche Lösung, Wermut oder ätherische Öle in den unten angegebenen Dosierungen hinzufügen.

Diese Reinigung des Darmtrakts sollten Sie für mindestens drei Tage, vorzugsweise aber für zwei Wochen durchführen, bevor Sie mit der systemischen Therapie beginnen, und dabei weiterhin Flohsamen und Natron einnehmen, bis Sie sich wieder wohlfühlen.

Probiotika

Das bringt uns zum nächsten Schritt: Ersetzen der dezimierten pathogenen Keime durch erwünschte Milchsäurebakterien. Dies sollte etwa 30 bis 60 Minuten nach jeder Spülung in sehr starker Dosierung geschehen – sonst wachsen die unerwünschten Keime nach der nächsten Mahlzeit wieder in voller Zahl nach. Normalerweise enthalten Probiotika *Acidophilus*- und *Bifido*-Bakterien sowie weitere Milchsäurebakterien.

Diese Bakterienkulturen können Sie als Pulver oder Kapseln, die kühl gelagert werden müssen, in Reformhäusern oder Apotheken erwerben. Vorzugsweise sollten Sie milchfreie Kulturen kaufen, vor allem bei Typ-1-Diabetes oder Allergien. Hochkonzentrierte Kulturen sollten 10 Milliarden oder, besser noch, 25 Milliarden lebende Bakterien pro Gramm oder Kapsel enthalten. Denken Sie daran, diese kühl zu lagern.

nehmen; vor den Mahlzeiten darf es ruhig mehr sein. Während der Reinigung des Darms und der systemischen antimikrobiellen Therapie sollten Sie mehrmals täglich von den Fermenten zu sich nehmen – dies können Sie sich auch ruhig für den Rest Ihres Lebens aneignen. Falls die frischen Fermente allergische Reaktionen oder Verdauungsprobleme auslösen, sollten Sie die Probiotika in Kapseln oder als Pulver zu sich nehmen.

Systemische antimikrobielle Therapie

Zur systemischen antimikrobiellen Therapie gehört die Reinigung des Blutes, der Lymphe und der inneren Organe von pathogenen Keimen. Die meiner Ansicht nach wirksamste Kombination ist eine dreiwöchige Kur mit Jod in Lugol'scher Lösung, gefolgt von Wasser, das mit MMS gereinigt wurde. Während einer Schwangerschaft ist diese Methode mit hohen Dosierungen nicht ratsam, allerdings wird eine systemische Kandidose auch das Baby in Mitleidenschaft ziehen. In diesem Fall sollte ein Fachmann zu Rate gezogen werden.

Zu den Methoden und Heilmitteln, die schon immer traditionell benutzt wurden und auch heute noch Anwendung finden, gehören Olivenblatt-Extrakt,

Zur antimikrobiellen Therapie gehört die
Reinigung des Blutes, der Lymphe und der
inneren Organe.

In jedem Fall sind die getrockneten Kulturen im Vergleich zu Bakterien in frischen Fermenten recht inaktiv. Viel besser geeignet sind beispielsweise auf traditionelle Art fermentiertes Sauerkraut oder Kefir. Zu Anfang können Sie diese Produkte im Supermarkt kaufen, aber ich rate Ihnen, so bald wie möglich mit der Herstellung eigener Fermente zu experimentieren. Geeignete Rezepte und Kefirknollen finden Sie im Internet. Die Verwendung von kommerziellem Joghurt zur Reinigung des Magen-Darm-Trakts kann ich nicht empfehlen, da dieser sehr viel Laktose und nur bestimmte Arten von Lactobakterien enthält.

Üblicherweise sind frische Fermente sehr säurehaltig und können bei empfindlichen Menschen zu Verdauungsproblemen führen. Dies können Sie verhindern, indem Sie den Säuregehalt vor der Einnahme mit einem alkalisierenden Mittel reduzieren. Fügen Sie in diesem Fall Natron hinzu, bis das Ferment nur noch leicht säuerlich schmeckt, oder lassen Sie das Ferment für einige Stunden mit etwas Dolomitpulver stehen, das Sie dann kurz vor der Einnahme abgießen.

Nach jeder Spülung sollten Sie eine Tasse Ferment oder eine entsprechende Menge Sauerkraut zu sich

Lapacho-Extrakt, Grapefruitsamen-Extrakt, Wermut, die Sauerstofftherapie, Kokosnussöl oder Caprylsäure, ein Blutzapper, Propolis (Bienenharz), Niemblatt-Extrakt sowie Teebaumöl, Niembaumöl, die ätherischen Öle von Zimt, Eukalyptus, Senf, Oregano, Haileber und Thymian. Sie können ein bis zwei Tropfen des ätherischen Öls vier Mal täglich einnehmen oder im Mund behalten. Außerdem können Sie es direkt auf betroffenen Stellen anwenden, zum Beispiel als Spülung, zum Gurgeln, als Einlauf oder direkt auf der Haut. Kolloidales Silber kann ebenfalls für direkte Anwendungen genutzt werden, aber Sie sollten es besser nicht einnehmen, da es meist eher ionisch als kolloidal ist und dann unlösliches Silberchlorid im Magen entsteht.

Vor allem bei einer bestehenden Kandidose kann es zu einer Herxheimer-Reaktion während der Reinigung des Darms oder der systemischen Therapie kommen, die von Schwäche und Übelkeit begleitet wird. In diesem Fall sollten Sie die Einnahme von antibakteriellen Substanzen zeitweise unterbrechen oder verringern, der Reinigung des Darms aber weiterhin besondere Aufmerksamkeit schenken.

Die Lugol'sche Lösung

Im Vergleich zu MMS ist Jod sehr viel besser verträglich. Deshalb können Sie Jod verwenden, um sich auf recht einfachem Weg von Ihrer mikrobiellen Last zu befreien, zudem mit wesentlich weniger Nebenwirkungen als bei MMS. Darüber hinaus verfügt Jod über eine besondere Affinität zu Schleimhäuten, in denen sich nur allzu gerne Pilze einnisten.

Jod ist ein Universal-Mikrobizid und ein hervorragendes Fungizid. Normalerweise wird es als Lugol'sche Lösung mit zehn Prozent Kaliumjodid und fünf Prozent Jod verwendet, was zehn Gramm Kaliumjodid und fünf Gramm elementarem Jod auf 100ml entspricht – in Deutschland ist diese Zusammensetzung auch als „fünfprozentige“ Lugol'sche Lösung erhältlich, da der Kaliumjodid-Anteil nicht mitgezählt wird. Jeder Tropfen enthält damit etwa 6,5 mg Jod/Jodid. Es wird auch als wässrige Jodlösung bezeichnet. Nachdem sie mehr als 100 Jahre von Medizinern verwendet worden ist, wurde sie jetzt von der US-Gesundheitsbehörde

Zwischenzeit sollten Sie über einen längeren Zeitraum hinweg täglich ein paar Tropfen zu sich nehmen.

MMS – Natriumchlorit

In vielen Ländern wird Natriumchlorit als Mikrobizid in der Lebensmittelindustrie, als Desinfektionsmittel, als Mundspülung, sogar in Zahnpasta und zur Wasseraufbereitung verwendet. Als 3,5-prozentige Lösung ist es auch unter dem Namen „Stabilisierter Sauerstoff“ oder „Stabilisierte Sauerstoffelektrolyte“ bekannt, inzwischen aber insbesondere als 28-prozentige Lösung mit der Bezeichnung „Miracle Mineral Supplement“ oder einfach MMS.

Als Lösung ist Natriumchlorit (NaClO_2) sehr basisch und stabil, aber sobald es angesäuert wird, entsteht das Gas Chlordioxid (ClO_2), das eines der stärksten Mittel gegen Keime und Parasiten ist. Der einzige Rückstand im Körper, der nach der Behandlung mit MMS zurückbleibt, ist eine kleine Menge Kochsalz bzw. Natriumchlorid.

Übelkeit, Erbrechen und Durchfall unterstützen die Reinigung.

FDA verboten, in Deutschland ist sie noch (z. B. als Jod-Kaliumjodid-Lösung) erhältlich. Allerdings kann ich die pharmazeutisch verarbeiteten Arten von Jod, die in Alkohol oder Ähnlichem gelöst sind, nicht empfehlen, da sie oft Nebenwirkungen haben.

Es ist wichtig, immer das Etikett zu lesen und die Jodkonzentration mit der fünfprozentigen Konzentration in der „normalen“ Lugol'schen Lösung zu vergleichen. Die Apotheken verkaufen normalerweise Produkte mit sehr geringen Konzentrationen, bei denen Sie die Dosierung entsprechend erhöhen sollten. Wenn Sie nicht genug Lugol'sche Lösung für drei Wochen kaufen können, sollten Sie wenigstens für fünf Tage eine volle Dosis nehmen.

Um einen Allergietest zu machen, nehmen Sie zunächst einen Tropfen Jod in einer anderen Flüssigkeit als Wasser ein. Gibt es keine Reaktion, können Sie auf sechs bis acht Tropfen vier Mal täglich oder zehn Tropfen drei Mal täglich in Flüssigkeit oder Essen erhöhen. Jod sollte nicht unmittelbar zusammen mit Antioxidantien eingenommen werden, aber wenn Sie die Antioxidantien fünf oder mehr Minuten später während einer Mahlzeit zu sich nehmen, ist das kein Problem mehr. Je nach Gewicht können Sie entsprechend mehr oder weniger Jod verwenden.

Nehmen Sie über drei Wochen hinweg eine volle Dosis ein, aber verringern oder unterbrechen Sie die Kur bei ernsthaften Nebenwirkungen. Wenn nötig, können Sie diese nach ein paar Monaten wiederholen. In der

Nach der Reinigung des Darmtrakts und einer Jodkur können Sie mit der MMS-Therapie beginnen. Die Standard-Prozedur beginnt mit einem oder zwei Tropfen MMS, die bis auf 15 Tropfen täglich erhöht werden. Allerdings verursachen so hohe Dosen oft Übelkeit. Für gewöhnlich bevorzuge ich es, das Gas über die Mundhöhle oder das Rektum aufzunehmen, da das üblicherweise keine Übelkeit auslöst, und ich bin auch für geringere Dosen und kürzere Behandlungszeiten, wie sie Jim Humble sie inzwischen selbst vorschlägt.

In jedem Fall müssen Sie das MMS mit der fünffachen Menge Tropfen Zitronen- oder Limettensaft vermischen, besser noch mit 10-prozentiger Zitronensäurelösung. Diese können Sie leicht selbst herstellen, indem Sie einen Teil Zitronensäurepulver in neun Teilen Wasser auflösen. Weniger empfehlenswert ist Weißweinessig, aber *benutzen Sie auf gar keinen Fall Apfelessig, da sich dadurch Probleme mit Pilzen verschlimmern können.*

Drei Minuten nach der Säure geben Sie ein halbes Glas Wasser hinzu und eventuell etwas Kräutertee oder Saft ohne zugesetztes Vitamin C, also zum Beispiel Apfel- oder Traubensaft, aber keinen Orangensaft. Antioxidative Nahrungsergänzungsmittel sollten Sie nicht mit MMS einnehmen; tun Sie dies am besten erst nach drei oder mehr Stunden. Schmeckt Ihnen die Lösung zu sauer, können Sie diese kurz vor dem Trinken etwas mit Natron neutralisieren. Trotzdem sollte die Lösung noch leicht sauer sein, denn wenn sie basisch wird, wird aus dem Chlordioxid wieder Natriumchlorit.

Angesäuertes MMS wirkt am besten auf nüchternen Magen, aber dabei löst es auch leicht Übelkeit aus. Meist ist es besser, wenn der Magen mit etwas Essen gefüllt ist und Sie so eine höhere Dosis nehmen können. Wird Ihnen schlecht, können Sie die Dosis zeitweise reduzieren. Es ist relativ normal, dass Sie früher oder später unter Übelkeit, Erbrechen und Durchfall leiden, denn diese unterstützen die Reinigung, aber durch die vorhergehende Reinigung des Darms und die Jodtherapie kann dem vorgebeugt werden.

Bei akuten und ernsthaften Infektionen, einschließlich Malaria, Influenza und Harnwegsinfektionen, sollten Sie sofort eine hohe Dosis von etwa 10 bis 15 Tropfen einnehmen und eine Stunde später noch einmal dieselbe Menge. Ungefähr einen Tag lang werden Sie erbrechen und sich sehr unwohl fühlen, aber die Infektion sollte schnell überwunden sein. Bei chronischen Zuständen und zur allgemeinen Verbesserung des gesundheitlichen Zustands ist es allerdings am besten, jeden Tag um einen Tropfen zu erhöhen, bis Sie eine leichte Übelkeit verspüren.

Um die Übelkeit schnell zu vertreiben, können Sie auch 1.000mg oder mehr Vitamin C zu sich nehmen,

Für die orale Aufnahme über die Mundhöhle halte ich sechs Tropfen MMS für mehr als ausreichend. Bei einer akuten Infektion können Sie auch direkt eine zweite Dosis folgen lassen. Am besten benutzen Sie für eine allgemeine Reinigung die angegebene Dosierung zwei oder drei Wochen lang vor dem Schlafengehen. Bei einer andauernden Infektion können Sie über einen längeren Zeitraum hinweg immer wieder damit beginnen und die Behandlung aussetzen, wobei Sie beispielsweise eine Woche lang hochdosiertes MMS zu sich nehmen, gefolgt von mehreren Wochen mit hochdosierten Antioxidantien.

Die rektale Aufnahmemethode eignet sich, wenn Sie dort ohnehin Probleme haben, wie zum Beispiel Anal- oder Prostatakrebs, Reizdarm und Infektionen, Zysten und Krebserkrankungen der weiblichen Organe. Sie ähnelt den Kaffeeinläufen bei Krebspatienten.

Vorzugsweise machen Sie nach dem Stuhlgang einen normalen Einlauf, und verwenden dann beim nächsten zwei aktivierte Tropfen MMS in 250ml Wasser. Halten Sie alles für ein paar Minuten, scheiden Sie es aus und reinigen Sie mit einem weiteren Einlauf, für den Sie

Die MMS-Mundspülung ist die wirksamste Methode, um schlechten Atem oder Mundgeruch loszuwerden.

aber das verhindert auch die antimikrobielle Wirkung. Um den Schaden durch Oxidation zu vermeiden oder zu verringern, empfehle ich, das MMS entweder morgens oder abends oder nur ein Mal am Tag zu nehmen und verschiedene Antioxidantien, wie etwa Vitamin C, zum Mittagessen oder einige Stunden nach der MMS-Einnahme.

Die orale Aufnahme über die Mundhöhle dient dazu, die Übelkeit zu verhindern, und sie scheint auch mit geringeren Dosen als beim Trinken der Lösung zu wirken. Geben Sie dazu wie gewohnt auf einen Teil MMS fünf Teile 10-prozentige Zitronensäure und verdünnen Sie alles nach drei Minuten mit etwa 30ml oder einem großen Schluck Wasser, und mischen Sie schließlich bis zu acht Teile einer 10-prozentigen Natronlösung dazu, um die Zähne vor der Säure zu schützen. So entsteht ein pH-Wert von etwa fünf bis sechs, und Sie können die Lösung für fünf bis 20 Minuten im Mund behalten, bevor Sie sie ausspucken. Die 10-prozentige Natronlösung stellen Sie her, indem Sie einen Löffel Natron in neun Löffeln (vorzugsweise destilliertem oder entionisiertem) Wasser auflösen. Wird die Lösung neutral oder basisch, ist sie nicht mehr so wirkungsvoll. Anstelle von Wasser können Sie auch, wie bereits erwähnt, Säfte oder Kräutertee benutzen oder mit Xylitol oder Stevia süßen.

etwa vier bis acht aktivierte Tropfen in 250ml Wasser verwenden. Halten Sie dies dann bis zu 30 Minuten lang im Körper. Wie bei der oralen Aufnahme über die Mundhöhle können Sie noch etwas Natron hinzufügen, damit die Lösung weniger sauer wird. Den Anus sollten Sie mit etwas Fett oder Vaseline schützen. Normalerweise gibt es keine größeren Probleme, aber ein paar Stunden danach können Sie sich kraftlos fühlen und der Darm kann sich mehrere Male reinigend entleeren. Sie sollten die Prozedur einmal wöchentlich bei schrittweise steigender Dosierung wiederholen.

Bei Vaginalsoor können Sie einen ausreichend verdünnten aktivierten Tropfen verwenden und anschließend ein paar Probiotika. Für diesen Zweck können Sie auch die folgende Mundspünlösung benutzen.

Mundspülung: Ich empfehle Ihnen, sich eine Mundspülung herzustellen, indem Sie einen Teelöffel MMS in einem halben Liter Wasser auflösen. Dieses Gemisch ist nur leicht basisch und bildet nur in Kontakt mit säurebildenden Bakterien geringe Mengen von Chlordioxid. In der Werbung wird es auch als die wirksamste Methode angepriesen, um schlechten Atem oder Mundgeruch loszuwerden. Das geschieht durch die Oxidation von übelriechenden Schwefelbestandteilen im Mund zu geruchlosen Sulfaten. Sie sollten mit einem Mundvoll

kurz spülen, dann gurgeln und ausspucken. Sie können die Lösung auch mit einem Geschmack versetzen oder sie etwas schwächer ansetzen. Manche Leute behaupten, dass die regelmäßige Anwendung dieser Mundspülung sie davor bewahrt habe, sich eine Infektion „einzufangen“.

Noch viel wichtiger ist die Beobachtung, dass die Kombination aus gelegentlicher oraler Aufnahme von Chlordioxid über die Mundhöhle und der regelmäßigen Verwendung der MMS-Mundspülung anscheinend pathogenen Keimen und Entzündungen im Mund vorbeugt. Solche Keime und Entzündungen in Wurzelkanälen oder tiefen Zahnfleischtaschen spielen eine große Rolle bei der Entstehung von Arteriosklerose, Herzinfarkten und anderen Herzerkrankungen sowie Gelenkrheumatismus, Diabetes, Prostatakrebs und anderen Krebsarten.

Die stärkere antimikrobielle Wirkung der oralen Aufnahme über die Mundhöhle kann gut mit der angenehmen Seite der Mundspülung verbunden werden:

Pilze können gut mit Natron oder
Kaliumhydrogenkarbonat in Schach
gehalten werden.

Fügen Sie einem Teelöffel der Mundspülungslösung einen oder zwei Tropfen Zitronensaft oder Zitronensäure hinzu und schwenken Sie das Gemisch sofort für ein bis zwei Minuten im Mund, bevor Sie es wieder ausspucken. Dies hat eine relativ milde Wirkung auf die Geschmacksknospen. Ein Teelöffel Mundspülung enthält etwa einen Tropfen MMS.

Bei weiteren Fragen zur Anwendung von MMS und insbesondere vor der ersten Anwendung empfehle ich die Lektüre meines Artikels „Die kombinierte MMS-Therapie“ in NEXUS 24.

Andere natürliche Mikrobizide

Pilze können Sie darüber hinaus mit alkalisierenden Substanzen unter Kontrolle halten. Durch seine Basizität ist Natron (oder auch Natriumbikarbonat bzw. Natriumhydrogenkarbonat) ein solches Fungizid, und Kaliumbikarbonat bzw. -hydrogenkarbonat ist sogar noch wirkungsvoller. Mit einem halben bis ganzen Teelöffel einer dieser Substanzen in einem Glas Wasser, das Sie zwei bis drei Stunden nach den Mahlzeiten oder auf nüchternen Magen trinken, können Sie über den Tag verteilt mehrere Male den Darm reinigen und das Lymphsystem alkalisieren. Diese Lösung ist im direkten Kontakt sehr wirkungsvoll, zum Beispiel bei Spülungen von Mund, Nasennebenhöhlen oder Vagina oder als

Packung auf den von Pilzen oder Tumoren befallenen Stellen.

Zusätzliche Mittel für eine systemische antimikrobielle Behandlung sind konzentriertes Olivenblatt-Extrakt, konzentriertes Lapacho-Extrakt und Wermut. Für gewöhnlich sind sie nicht so wirkungsvoll wie die Kombination von Lugol'scher Lösung und MMS, können aber eingesetzt werden, wenn eines oder gar beides nicht erhältlich ist oder wenn Sie eine Pause von hochdosiertem Jod und MMS brauchen.

Die unten genannten Dosierungen gehen von Menschen mit Normalgewicht aus; Übergewichtige sollten mehr und Untergewichtige oder Kinder weniger nehmen. Während einer Schwangerschaft ist es nicht ratsam, diese Mittel in hohen Dosierungen zu sich zu nehmen – konsultieren Sie in diesem Fall einen Experten.

Weitere unterstützende Methoden wie Sauerstofftherapie, Blutzapper und andere antimikrobielle Mittel habe ich bereits weiter oben angesprochen, genau wie

Kolloidales Silber, das ich besonders für die direkte Behandlung betroffener Stellen empfehle.

Noch ein Hinweis: Selbst wenn systemische Infektionen mit Candida oder anderen Keimen erfolgreich überwunden wurden, können immer noch lokale Problemzonen existieren, wie Pilze und Parasiten auf der Haut, in der Vagina oder unter den Nägeln. Diese sollten lokal und intensiv mit einem breiten Spektrum der erwähnten Methoden behandelt werden.

Olivenblätter

Olivenblätter sind wirkungsvolle natürliche Mikrobizide. Man kann sie als Tee oder Pulver benutzen, aber normalerweise wird ein Extrakt verwendet. Der aktive Inhaltsstoff ist Oleuropein. Am besten nehmen Sie davon täglich bis zu 1.000 mg als Teil des antimikrobiellen Rotationsprogramms. In getrockneten Olivenblättern befinden sich etwa 30 mg Oleuropein/Gramm.

Da der Tee bitter ist, können Sie einen Teil davon als Pulver in Saft einrühren. Für den Tee lassen Sie 30 g getrocknete Olivenblätter ein bis zwei Stunden in einem Liter Wasser mit Deckel ziehen, gießen den Tee ab, stellen ihn kühl und trinken dann täglich drei bis fünf Tassen.

Am besten verwenden Sie Extrakte in Pulverform und rühren zwei oder drei Mal täglich einen halben Teelöffel davon in Wasser oder eine andere proteinfreie

Flüssigkeit und trinken es vor den Mahlzeiten (durch hohe Aminosäurewerte kann das Oleuropein inaktiv werden). Im Einzelhandel ist der Extrakt normalerweise in 500-mg-Kapseln erhältlich. Die zu kaufenden Flüssigkeiten enthalten dagegen meist nur vier Milligramm Oleuropein pro Milliliter. Als Pulver enthält Olivenblatt-Extrakt 200 bis 220mg Oleuropein pro Gramm.

Lapacho

Lapacho (auch als Taheebo oder Pau d'arco bekannt) ist ein starkes natürliches Mikrobizid aus der inneren Rinde eines südamerikanischen Baums. Sein Vorteil besteht darin, dass es ziemlich gut schmeckt. Sie können entweder ein Extrakt benutzen oder Tee kochen: Einen Esslöffel Rinde oder einen gehäuften Teelöffel Pulver in eine große Tasse Wasser geben, zum Kochen bringen und für 5 bis 15 Minuten köcheln oder ziehen lassen; drei Tassen täglich trinken. Lapacho-Pulver in Kapseln oder kaltem Wasser ist unwirksam, aber Sie können das Extrakt in Kapseln verwenden. Nehmen Sie dazu drei Mal täglich drei Kapseln mit Extrakt ein.

Teelöffel Pulver) in eine Tasse kochendes Wasser geben und für 10 bis 15 Minuten ziehen lassen. Sie können den Tee mit Xylitol oder Stevia süßen oder auch etwas Pfefferminz hinzugeben.

Meistens ist es am leichtesten, den Tee schnell hinunterzuschütten und danach, noch bevor man wieder Luft holt, sofort etwas Wohlschmeckendes zu trinken. Bei Kindern können Sie durchaus Wermutpulver in Kapseln verwenden (drei bis fünf Kapseln drei Mal täglich) oder nur Einjährigen Beifuß verwenden.

Schlussbemerkung

Während die Schulmedizin gezielt Medikamente für bestimmte Mikrobentypen verwendet, setzt die Naturmedizin auf breitenwirksame Mittel, die zeitgleich gegen Viren, Bakterien, Pilze und Parasiten vorgehen. Pharmazeutische Antibiotika ziehen oft auch die gutartigen Darmbakterien in Mitleidenschaft, wodurch Candida und andere Pilze im Körper überhandnehmen und zahlreiche Gesundheitsprobleme verursachen können. Dem können Sie übrigens vorbeugen, indem

Breitenwirksame natürliche Mikrobizide sind günstig, effizient und eignen sich hervorragend, um den Selbstheilungsprozess zu unterstützen.

Wermut

Wermut wirkt gegen die meisten Keime und Parasiten. Bei Candida verwendet man *Artemisia absinthium* (Wermutkraut), aber auch *Artemisia annua* (Einjähriger Beifuß), der im englischen Sprachgebrauch auch als Sweet Annie bekannt ist. Die beiden Kräuter unterscheiden sich in den aktiven Inhaltsstoffen, daher kann es von Vorteil sein, eine Mischung aus beiden zu verwenden. Aber sie sollten nicht während einer Schwangerschaft eingenommen werden.

Um den bitteren Geschmack von *A. absinthium* abzuschwächen, können Sie einen gehäuften Teelöffel Pulver in kaltes Wasser oder Saft rühren und sofort trinken. Sie können dies bis zu drei Mal täglich tun. In jedem Fall regen die Bitterstoffe im Wermuttee das Verdauungssystem an – Magen, Bauchspeicheldrüse, Leber und Gallenblase. Er wurde schon immer als Volksheilmittel bei Gelbsucht verwendet.

Daher sollten Sie Wermut, zusätzlich zur Einnahme in kaltem Wasser, häufig als Tee zu oder nach einer Mahlzeit trinken. Wermuttee kochen Sie, indem Sie einen gehäuften Teelöffel des Krauts (oder einen gehäuften

Sie zusätzlich zu den pharmakologischen Antibiotika natürliche Fungizide einnehmen.

Breitenwirksame natürliche Mikrobizide sind günstig, effizient und eignen sich hervorragend, um den Selbstheilungsprozess zu unterstützen. Das heißt aber nicht, dass sie völlig ungefährlich sind. Zwar kommt es im Gegensatz zu pharmazeutischen Medikamenten in der Regel zu weniger Nebenwirkungen, dennoch können Probleme auftreten, insbesondere bei hochdosiertem MMS oder der Einnahme von Lugol'scher Lösung bei Schilddrüsenüberfunktionen. Benutzen Sie also Ihren gesunden Menschenverstand und beobachten Sie die Reaktion Ihres Körpers, unterbrechen Sie gegebenenfalls die Einnahme und verwenden Sie ein anderes Mittel. Es ist ein experimenteller Ansatz, bei dem Sie flexibel, selbstverantwortlich und bedacht handeln müssen, anstatt nur die Anweisungen Ihres Arztes zu befolgen.

Nichtsdestotrotz können die meisten chronischen Erkrankungen geheilt und der Körper regeneriert werden, wenn Sie:

1. Erreger eliminieren bzw. eindämmen und das Immunsystem stärken,

2. Stoffwechselabfälle ausleiten oder reduzieren, indem Sie sich gelegentlich von Rohkost ernähren,
3. Ihre Geist- und Gefühlswelt mit Meditation, Energiearbeit oder geführten Phantasie Reisen heilen.

Die ultimative Reinigung ist der erste Schritt zu einer ganzheitlichen Heilung.

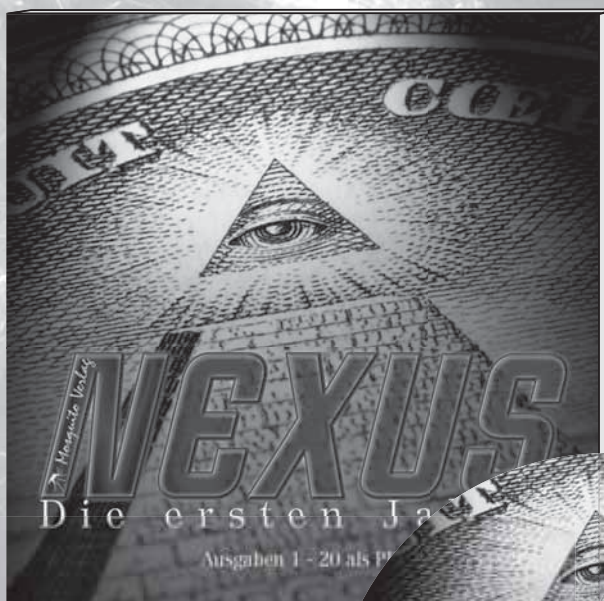
Über den Autor



Walter Last ist Biochemiker, Forschungschemiker, Ernährungsberater und Naturheilpraktiker im Ruhestand. Er arbeitete in Deutschland, den USA, Neuseeland und Australien, wo er heute lebt. Walter Last hat zahlreiche Zeitschriftenartikel und mehrere Bücher zum Thema Gesundheit verfasst, darunter „The Natural Way to Heal“ (Hampton Roads, 2004) und die „Heal-Yourself“-Serie (www.the-heal-yourself-series.com). Walter Lasts Buch zur naturheilkundlichen Krebsheilung wird demnächst im Mobiwell Verlag auf Deutsch erscheinen; sein letzter Artikel im NEXUS-Magazin war „MMS – Eine ganzheitliche Therapie“ (NEXUS 24). Walter Last erreichen Sie über seine Website www.health-science-spirit.com; dort finden Sie auch weitere Artikel zum Thema Gesundheit.

Anzeige

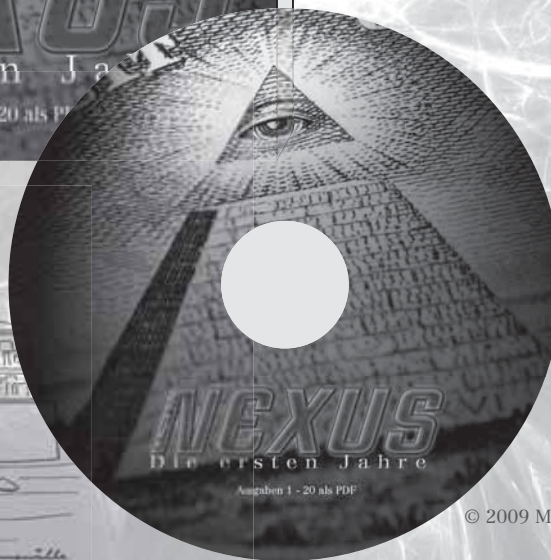
Die ersten Jahre



Jetzt lieferbar!

Ausgaben 1 – 20
als PDF

50 €



© 2009 Mosquito Verlag Ltd & Co. KG
www.nexus-magazin.de
redaktion@nexus-magazin.de