



## **Infosammlungen aus Robert Franz Vorträgen und weitere Naturmittel**

**Die hier dargestellten Vorgehensweisen und Fallberichte sollen zur Information dienen und unterliegen komplett Ihrem Urteilsvermögen. Sie stellen keinen Ersatz für medizinisches Fachwissen dar. Sie ersetzen nicht die fachkundlich fundierte Diagnose, Beratung oder Therapie beim ganzheitlich arbeitenden Arzt oder Heilpraktiker. Der Benutzer wird gebeten, vor jeder Anwendung der Vorschläge ärztlichen oder naturheilkundlichen Rat einzuholen. Für Schäden welcher Art auch immer sich aus der Anwendung dieser Informationen ergeben, übernimmt niemand die Verantwortung. Dies ist eine Information von Privatpersonen für Privatpersonen. Jeder kann danach Handeln oder es lassen wie es ihm beliebt. Es sind private Meinungen und private Erlebnisse aus denen sich die Datei ergeben hat. Sie erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, Richtigkeit oder Fehlerlosigkeit.**

Stand: 28.10.2016

## **Die folgenden sind die vier Wichtigsten Komponenten die der Körper benötigt um wieder volle Vitalität zu erlangen:**

(Auszug aus dem Buch: „OPC - Das Fundament menschlicher Gesundheit“ von Robert Franz)

### **Sonnenscheinvitamin D3, der Lebensfunke in unserem Körper.**

Der Vitamin D Mangel ist heutzutage in der Bevölkerung weit verbreitet und bei vielen Menschen der am häufigsten auffällige Laborwert. Auf 95 % aller Totenscheine in Deutschland schreiben die Pathologen D3 Mangel auf. Nach einer Studie im deutschen Ärzteblatt, Ausgabe Januar 2012 wurde veröffentlicht, dass 89% aller deutschen Altersheiminsassen einen Vitamin D3 Mangel haben. Mit dem Rest der Bevölkerung steht es leider nicht besser. (Auszug Ende)

### **Als erstes nehme man D3:**

ohne D3 Mangel würden Krankheiten wie Osteoporose(Knochenschwund)

MS, Krebs, und viele andere Krankheiten gar nicht existieren! Das ist wirklich eine lange Liste im Buch von Mr. Bowles.

Buchempfehlungen: „Vitamin D3 hochdosiert“ von Jeff T. Bowles

Tipp: mal auf Amazon gehen und die Rezensionen der Kunden lesen denen durch D3 geholfen wurde, unglaublich!!!

<https://goo.gl/R1fEg1>

(dieser Mann hat 199 positive Rezensionen bis jetzt)

in dem Buch „Gesund in 7 Tagen“ von Dr. med. Reimund von Helden werden die katastrophalen Auswirkungen des D3 Mangelsyndroms beschrieben.

Die Wichtigkeit einer ausreichenden Versorgung mit Vitamin D3 auch hinsichtlich Krebs wurde bereits im Jahr 2002 im Krebsjournal „Cancer“ veröffentlicht. D3 ist zuständig für den Kalziumeinbau in unserem Gewebe. Es aktiviert 2000 Gene im Menschlichen Körper. Fersensporn z.B. kommt aus Mangel an D3, weil der Körper unkontrolliert Wucherungen bildet, wenn er ohne Sonne (D3) ist. Ohne Sonne gibt es keinen Bauplan für den Körper. Bei Fersensporn über 2 Monate 20.000 Einheiten D3 täglich nehmen und der Fersensporn verschwindet. Unterstützen kann man es homöopathisch mit „Hekla Lava D6“. Alle Wucherungen sind Mangel an Sonne! Blutige Durchfälle, Morbus Cron, Collitis Ulcerosa etc. kommen von D3 Mangel.

Ein gesunder D3 Level liegt zwischen 40 und 50. Die meisten Menschen liegen hier in Deutschland bei 18!

Ein D3 Mangel kann sich auch äußern in Problemen mit der Muskulatur, z.B. Zittern, Gehprobleme, Schwierigkeiten sich zu bewegen, schwächeren Muskeln, Kraftlosigkeit, Niedergeschlagenheit, dann im Nervensystem zu Nervenstörungen, Schlafstörungen, Durchblutungsstörungen, kalten Füßen, kalten Händen, Bei D3 Spiegel unter 12 liegt ein extremer Mangel vor. Es kommt zu Skelettschäden. Das ist dann schon das Endstadium, es kommt zu Osteoporose, ein Knochenschwund der niemals mehr rückgängig gemacht werden kann. Es kommt zu Osteomalazie, das bedeutet unsere Knochen werden so schwach und so biegsam, das wir dadurch Schmerzen haben. 100 Amerikanische Ärzte haben herausgefunden das eine mittlere Dosis D3 von 5000 Einheiten täglich dazu führen würde das ca. 60% der Arztbesuche gar nicht mehr nötig sein würden.

### **60% aller Schlaganfälle würde ebenfalls nicht mehr stattfinden durch D3!**

Um einen D3 Spiegel zu heben wie von Ärzten empfohlen (zu geringe Dosierung) kann es 1,5 Jahre dauern bis man den Level erreicht hat. Wenn der Eimer leer ist sollte man ihn nicht tröpfchenweise füllen.

Mit einem D3-Mangel ist der Körper eigentlich im Winterschlaf. Sonnenmangel führt deshalb zu Fettleibigkeit. **Und bei Fettleibigkeit nimmt man 10 Tage lang 50.000 Einheiten D3 als ersten Schritt.** Nur wenn man größere Probleme mit dem Herz macht, macht man es eben langsamer! Dann dreht man es um und nimmt 50 Tage 10 Tropfen.

Für alle anderen gilt:

Man nehme die ersten 10 Tage 40.000 Einheiten D3 täglich. Dann auch die ersten 10 Tage Magnesium phosphoricum D6 nehmen, da das D3 alles Magnesium aufbrauchen könnte und dann kein Calcium mehr gebildet werden kann. Somit kommt auch der D3 Spiegel dann nicht mehr höher. Danach nimmt 5 Tropfen im Sommer und 10 Tropfen im Winter. Wenn nicht genügend Magnesium vorhanden ist, bleibt der D Spiegel bei 30 stehen. Ich persönlich habe 40.000 Einheiten über 4 Wochen täglich genommen. (Magnesium nicht vergessen). Man sollte einfach auf seinen Körper hören und wenn es ihm dabei gut geht ist ja nichts falsch daran etwas mehr zu nehmen. Nur der Mangel ist gefährlich. D3 ist gut für die Bauchspeicheldrüse, damit gut für Diabetiker

Buchempfehlung D3: Jeff T. Bowles

**Mr.Bowels gibt den Link zu einem Film auf YouTube und zeigt wie Vitamin D3 MS Patienten heilt!** Der Film ist auf Spanisch mit englischen Untertiteln und sehr lohnenswert anzusehen.

<https://www.youtube.com/watch?v=erAgu1XcY-U>

## **OPC (vorher D3 Spiegel anheben)**

Antioxidant, 20-mal so stark wie Vitamin C.

**Es verstärkt die Wirkung von Vitamin C um das 10-fache**  
Hilft bei über 90 Krankheiten, macht das Blut dünnflüssig indem die Reibung zwischen den Blutplättchen eliminiert wird. Dadurch kommt das Blut wieder bis in die kleinsten Äderchen und kann wieder Schlackenstoffe abtransportieren und Nährstoffe anliefern. (Die Blutplättchen werden nicht wie bei dem gefährlichen Blutverdünner Marcumar zerstört.)

### **Es hilft bei:**

Gefäßproblemen, Herz- Kreislaufsystem, Blut-Cholesterin, Diabetes, Augenerkrankungen, Haut und Bindegewebe, Verletzungen-Sportverletzungen, Krebs, Degenerative Alterungsprozesse ausgelöst durch freie Radikale, Atemwegserkrankungen, Stimmungen, Niere, Schäden durch Alkoholismus, Frauenleiden, Libido Stärkung, Osteoporose, Arthritis (Gelenkentzündung),

**Vorbeugend für Herzinfarkt und Schlaganfall! Bereits 24 Stunden nach der Einnahme der ersten OPC Kapsel hat sich die Widerstandskraft der Blutgefäße verdoppelt!!!**

Hilft gegen Atomstrahlung, Verhindert zu 68% Ablagerungen in Arterien, Baut mit Hilfe von Vitamin C den Zucker über die Leber ab. Bringt den Histamin-Spiegel nach unten. (Ein erhöhter Histamin-Spiegel bedeutet allergisch auf etwas zu reagieren) Also weniger Probleme mit Allergien wie Heuschnupfen etc.

Bringt auch den Histidin-Spiegel nach unten (Magen-Darm-Trakt) Also weniger Probleme mit Speiseröhrengeschwüren, Magengeschwüren und Darmgeschwüren OPC bringt beide Spiegel nach unten und verhindert 92% aller Magen-Darm Geschwüre.

Bitte kein OPC zusammen mit Blutverdünnern einnehmen wie Marcumar. Dann z.B. mittags OPC und abends Marcumar. Immer 6 Stunden Zeitunterschied. Wer Marcumar absetzen will, bitte auch die Videos von Robert Franz ansehen. Nicht einfach absetzen!

Wer einen empfindlichen Magen hat, sollte das OPC nach dem Frühstück / dem Mittagessen einnehmen. Empfindliche Personen haben durchaus ein „komisches Gefühl“ in der Magengegend, welches sich aber nach einer Woche Einnahme von OPC legt.

### **3. Vitamin C: das Lebensvitamin**

**Ist in 95% aller Prozesse im Körper beteiligt.** Robert sagt Vitamin C ist so wichtig. Für ihn ist es schon fast ein Nährstoff. Vitamin C ist nach Wasser und Sauerstoff der wichtigste Wirkstoff für unser Leben. Es gibt tausende Studien über Vitamin C und die positive Wirkung auf unseren Körper. Vitamin C ist basisch,

- **verschließt Gefäßrisse!!** (ein Lebensretter, wenn es um Gefäße geht)
- ist ein Fett-Verbrenner,
- hilft gegen Cellulitis,
- Verbessert die Magensäure,
- ist der Baustein aus dem die Haut besteht.
- Augen bestehen aus Vitamin C, Collagen ist aus Vitamin C.
- Zucker und Vitamin C sind ähnlich im Aufbau. Der Körper baut Zucker ins Gewebe ein, weil es dem Vitamin C ähnlich ist.
- Vitamin C holt den Zucker wieder raus!

Morgens und abends sollte man jeweils eine große Messerspitze oder einen kleinen Löffel Vitamin C nehmen. (bei Durchfall etwas reduzieren) Ist egal ob Ascorbinsäure oder ein Natürliches Vitamin C. Aldi Nord soll Depot Kapseln haben von denen man dann wohl nur eine pro Tag schlucken muss, wenn man OPC dazu nimmt.

### **4. Mineralien:**

Mineralstoffe und Spurenelemente sind lebenswichtige Naturstoffe, die den reibungslosen Ablauf aller lebenserhaltenden Vorgänge in uns gewährleisten. Der Sauerstofftransport in und aus den Zellen ist ohne Mineralien nicht mehr wegzudenken. Mineralien sind für unseren Körper wichtiger als Vitamine, sie helfen dem Körper seinen basischen Ursprung zu behalten (ganz wichtig wo heute alle übersäuert sind). Viele Störungen und Unregelmäßigkeiten des Körpers beruhen oft auf einer simplen Mangelerscheinung einer oder mehrerer Mineralien und Spurenelementen. Werden diese dem Körper nicht zugeführt kommt es zu lebensbedrohlichen Zuständen. Im Urgesteinsmehl von Robert sind z.B. 30 Mineralien. Aber es gibt auch viele andere gute Mineralien.

- es entgiftet
- es löst Amalgambelastung
- es entlastet Herz und Leber
- es unterstützt Schwangere
- es hilft bei Blähungen
- es hebt die Wirkung von Atomstrahlung auf
- es säubert den Darm

Beispiele was Mineralien können: Kalium und Magnesium normalisieren den Blutdruck, Kaliummangel im Herzmuskel kann zu plötzlichem

Herztod führen, er kann Herz Rhythmus Störungen, verlangsamten und unregelmäßigen Puls bewirken. Kieselsäure ist zum Aufbau der Sehnen, Augen, Ohrmuscheln und der Fingernägel nötig. Das Phosphatverhältnis der Mineralien ist wichtig zum Aufbau des gesamten Knochensystems und der Zähne. Ein Mangel verursacht Knochenbrüchigkeit und Osteoporose. Eisen dient zum Sauerstofftransport zu den Zellen, besonders zu den Herzmuskeln und zum Gehirn. Besonders viel Eisen brauchen Frauen während der Schwangerschaft. Fehlen dem Organismus Mengen an Chrom, so kommt es zur Verkalkung der Herzkranzgefäße und zu Diabetes. Kobalt kann Blutarmut verhindern, Ohne Mangan gibt es keine Harnstoffbildung, Zinnmangel vermindert die Sekretion der Verdauungsenzyme. Aluminium ist erforderlich für die Verdauung. Molybdän ist sehr wichtig für das Gedächtnis.

# **Dieses Buch setzt sich aus 3 Teilen zusammen:**

**Teil 1 Erläuterung der Naturmittel A-Z**

**Teil 2 Mangelerscheinungen (Krankheiten) A-Z**

**Teil 3 Erfahrungsberichte**



# Teil 1

## Erläuterung der Naturmittel A-Z

### Inhaltsverzeichnis

#### A

Alantwurzel

Alge

Alpha Liponsäure

Augentrostkraut

Aminosäuren

#### B

B 1

B 2

B 3

B 6

B 12

Basilikum

Bärlauch

Beifuß

Beinwell

Borretsch Öl

Breitwegerichkraut

Brennnessel

#### C

Calcium

Chrom Picco

Citrizidal

Cortyseps

#### D

D3

DMSO

#### E



Efeu

Eichenblätterttee

## **F**

## **G**

Geissfuss

Gesundes Leben

## **H**

Hagebutte

Hanföl

Heideblütentee

Heilpflanzen

Hirtentäschelkraut

Holundertee / Holundersaft

Homöopathie

## **I**

## **J**

Johannisbeersaft

## **K**

K 1

K 2

Kamille

Klatschmohn

Kletten Früchte

Kokosöl

Kollodiales Silber

Kollodiales Gold

## **L**

Labkraut

L-Arginin

L-Carnitin

L-Carnosin

Leinöl

Löwenzahn

Lysin

## **M**

Magnesium

Mahonienwurzel

Maishaartee

Malvenblätterttee

Manucahonig

Mauerpfefferkraut

Mineralien

Mironglas

MSM

Mohnblütenöl selbst herstellen

Muttersaft

## **N**

Nattokinase

## **O**

Odermennigkraut

Öle

Olivenöl

Omega 3

OPC

## **P**

## **Q**

Q 10

Querzitin

Quittenschalente

## **R**

Rosenblüten

## **S**

Salbei

Sauerampfer

Sauerdorn

Schwarzkümmelöl

Sonnenblume

Spitzwegerich

Strophantin

**T**

**U**

Urgesteinsmehl

**V**

**W**

Wegwartenwurzel

Weidenröschen

Weissdorn

**X**

**Y**

**Z**

Zahngesundheit

Zedernholz

# A

## **Alantwurzel:**

Tee: 1 TL auf 250 ml heißes Wasser, 10 Minuten ziehen lassen. Nicht bei Allergien gegen Kornblüten!!! **Einer der Besten**

## **Lungenregenerationsmittel!!!**

- fördert Erneuerung von Lungengewebe
- Atembeschwerden
- Erkältung
- schleimlösend
- fördert den Auswurf
- Bronchitis
- Reizhusten
- lindert Hustenreiz
- Asthma
- Bronchialverschleimung
- COPD
- Lungenemphysem
- Keuchhusten
- Lungenentzündung
- hilft das Wasser in der Lunge zu absorbieren
- Lungentuberkulose
- Rippenfellentzündung
- Lungenkrebs
- tumorhemmend

## **Alge, rot:**

- gut für Augen
- gut für Gelenke
- gegen Unfruchtbarkeit

## **Alpha Liponsäure**

Ist ein sehr wichtiges Antioxidant. Ohne A.L. können die ganzen anderen Antioxidantien nicht verstärkt werden und der Zelle zugeführt werden. Ist sehr gut für Entgiftung. Erreicht **JEDE** Zelle und stärkt in Zusammenhang mit Q10 die Zelle und erweckt sie zum Leben. Hält lange an. Ist super in Verbindung mit Q10, Vitamin C und OPC:

- Geht durch die Gehirnschranke und **schützt das Gehirn vor Schlaganfall.**
- Ist fähig, defekte Nerven, die geschädigt sind, wieder zum Sprießen zu bringen.

- Ist gut für Diabetiker.
- Ist Gegenspieler der Hautalterung.
- Ist gut für Raucher.
- Schützt vor Strahlenschäden.
- SEHR WICHTIG! **verbessert das Gedächtnis!!**
- Heilt verletzte Nerven, schützt Gehirn und Gene.
- Entgiftet
- Senkt Cholesterin.
- Hilft bei Strahlenschutz.

## **Aminosäuren**

Bei Forschungsergebnissen stellten sich 8 essentielle Aminosäuren heraus, die für den Körper wichtig sind. „MAP“ ist ein teures gängiges Produkt das diese 8 Aminosäuren enthält. Es gibt auch günstigere.

Wirkungen von Aminosäuren:

- Gegen Überlastung von Leber und Nieren.
- Gut bei Krebs.
- bei Schwäche
- bei Müdigkeit
- bei Hochleistungssport
- in der Schwangerschaft

zum Aufbau der Muskeln, der Muskelreparatur und bei Muskelschwund. Aminosäuren sind zuständig für Hämoglobin, für die Knochensynthese, für die Produktion von roten Blutkörperchen, zur Erneuerung der Herzzellen, als Neurotransmitter, für Stimmungslagen, die Immunfunktion, für die Elastizität der Haut und des Muskeltonus, für Organfunktionen und für das PH Gleichgewicht, für Beweglichkeit, für Wachstum, für allgemeines Wohlbefinden, und zum Ausbau des Durchblutungsvermögens.

## **Augentrostkraut:**

Nicht wenn Jemand ganz mager ist!!!

Eines der besten Mittel gegen schwache überangestrengte Augen!!!

Äußerlich in Form eines abgekühlten Aufgusses. Man kann ihn als Tee trinken.

- Besonders hilfreich sind die in Tee getränkte Umschläge bei Entzündungen des Auges
- Ermüdete Augen
- Augenbrennen
- Augenlidentzündung
- Eitrige Augenentzündungen
- Hornhautverletzungen
- Hornhautflecken
- Hornhautgeschwüre

- Glaukom
- Sehschwäche
- Sehstörungen
- Tränensackentzündungen
- Lichtscheue
- Lichtüberempfindlichkeit

# **B**

## **B1**

- für die Nervenübertragung

## **B2**

- für das Auge

## **B3**

- Nummer eins für das Cholesterin

## **B5**

- für die Energie im Körper

## **B6**

Mangelercheinung:

- kann die Bauchspeicheldrüse schädigen.
- Appetitverlust, Durchfall und Erbrechen
- [Dermatitis](#), Wachstumsstörungen und [Anämien](#)
- Degeneration der peripheren Nerven mit [Paralyse](#) und afferenter [Ataxie](#), das heißt, Wahrnehmungen des Körpers werden nicht mehr an das Gehirn weitergeleitet, sodass dieses die notwendigen Bewegungsabläufe des Körpers nicht mehr richtig steuern kann
- Krampfstöße in unregelmäßigen Intervallen
- Mikrozytäre, [hypochrome](#) Anämie (Störung der [Häm-Biosynthese](#))
- [Seborrhoe](#)-ähnliche Zerstörungen um Augen, Nase und Mund ([T-Zone](#))
- [Angststörungen](#)
- Schlafstörungen (frühes Erwachen, Durchschlafstörungen)
- Missempfindungen, Muskelzuckungen

## **B12**

Zuständig für die Erbsubstanz und für den Nervenbau. Zusammen mit Folsäure baut es rote und weiße Blutkörperchen. B12 Mangel führt zu Demenz. Die Leute brauchen Windeln und können sich kaum noch bewegen. Bei Gabe von B12 normalisiert sich der Zustand wieder und

die Menschen haben wieder ein Leben. 92% der Menschen können B12 über den Mund aufnehmen, also besser Lutschtabletten nehmen. 2-mal eine Tablette mit 1000 µg am Tag lutschen über 4 Monate (= 2000 µg). Ein guter B12 Spiegel liegt bei 200-900 laut den Ärzten. Der B12 Level sollte immer über 1000 sein. Ein guter Spiegel liegt bei 2000. Bei Kribbeln an Körperstellen besteht ein akuter B12 Mangel. Hier sterben die Nerven bereits ab!

B12 Buchempfehlung: Thomas Klein „Volkskrankheit Vitamin-B12-Mangel“

Mangel erkennt man:

- Kraftlosigkeit bis zum Burnout
- blasse Haut
- Schwäche
- Müdigkeit
- schwaches Immunsystem
- Pigmentstörung
- Verdauung
- Demenz
- Nerven
- Gefühllosigkeit Arme, Beine
- Zungenbrennen
- Gleichgewichtsstörung
- Motorische Störungen
- Nerven
- Sehnerv wird zerstört
- Unfruchtbarkeit
- Süchte
- Schließmuskel
- Blasenschwäche, Inkontinenz
- Gereiztheit
- Gewalttätigkeit
- Manie
- Persönlichkeitsstörungen

Vitamin B 12 ist gut (für):

- bei Tinnitus
- bei Taubheit
- Nerven
- Gedächtnis
- sehen
- hören
- riechen
- schmecken

**B12 wichtige Info:**

Cobalamin = minderwertig. Lieber Methylcobalamin (wird vom Körper besser aufgenommen). Der Körper nimmt nicht alles auf, daher lieber hochdosiert nehmen. Vitamin B12 ist ein wasserlösliches Vitamin. Raucher und Vegetarier haben einen erhöhten Bedarf. Praktisch: Der Körper kann das wasserlösliche Vitamin B12 bis zu 12 Jahre lang in der Leber speichern und dann nach Bedarf ausschütten.

### **Basilikum:**

- Antiviral
- antibakteriell
- Erkältung
- Nasennebenhöhlenentzündung: 2-3 Basilikumblätter leicht quetschen, zusammenrollen und in die Nase stecken (wird über die Nasenschleimhaut aufgenommen), oder zerkauen, dann wird es über die Mundschleimhaut aufgenommen).

### **Bärlauch:**

- Antiviral
- Antibakteriell

### **Beifuß:**

- entkrampfend

### **Beinwell:**

- Knochenschmerzen
- Knochenbrüche

### **Borretschöl**

- Bestes Mittel für die Haut, besser noch als Nachtkerzen öl.
- Ist gut für Neurodermitis (**nur äußerlich!** -> Leberschäden).

### **Breitwegerichkraut:**

- Antiviral
- Antibakteriell
- Entgiftet das Gewebe
- Erkältung
- Rachenentzündung
- Fieber
- Trigeminusnerv
- Furunkel
- Gerstenkorn
- Tee: 1-2 Teelöffel getrocknetes Kraut
- Breiumschlag



- Wunden, Eiter, Blatt waschen und auflegen (zieht Eiter raus)

### **Brennnessel:**

Nicht bei Bluthochdruck, Herzinsuffizienz oder Ödeme durch Nieren, Herzinsuffizienz anwenden!!!

**Tee:** 2-3 Teelöffel getrocknete Brennnesselblätter auf 250 ml heißes Wasser

Brennnesselsaft: 100-125 ml/Tag

**Tinktur:** Tinktur 1:9 (1 Teil Brennnessel: 9 Teile Alkohol), 45 % iger Alkohol z. B. Wodka, 3x 10-20 Tropfen täglich

- gleicht Disharmonien und Energien auf
- regt den Stoffwechsel an
- entgiftend
- Anämie
- blutbildend
- blutreinigend
- eisenbildend
- Milchbildung bei „Schwangeren“
- Ischias
- Nesselsucht
- Entzündungen der Haut
- Arthritis
- Antirheumatikum
- für Muskel-, oder Gelenkrheumatismus
- verhindert Entzündungen im Körper
- Lungentuberkulose
- vitalisiert Leber und Galle -> gut bei Diabetes
- Nierenentzündung
- Blasenentzündung
- bei Kalk in der Schulter (löst Kalk auf)

**auch homöopathisches Mittel: Vermiculite D6 (Mineral löst Kalk auf)**

**2x4 Tabletten**

### **Brennnesselwurzel:**

- Prostatabeschwerden
- gutartige Veränderungen der Prostata
- Harnlassen wird verbessert
- Krebs
- Analfisteln

### **Brennnesselfrüchte:**

- steigern die Potenz (am besten mit Honig vermischt essen)

# C

## **Calcium, Vitamin C das Lebensvitamin**

Ist in 95% aller Prozesse im Körper beteiligt. Robert sagt Vitamin C ist so wichtig. Für ihn ist es schon fast ein Nährstoff. Vitamin C ist nach Wasser und Sauerstoff der wichtigste Wirkstoff für unser Leben. Es gibt tausende Studien über Vitamin C und die positive Wirkung auf unseren Körper.

## **verschließt Gefäßrisse!! (ein Lebensretter, wenn es um Gefäße geht)**

- ist ein Fett-Verbrenner
- ist basisch
- hilft gegen Cellulitis
- Verbessert die Magensäure
- ist der Baustein aus dem die Haut besteht, baut Kollagen auf
- Tryglizeride (Blutfette) werden abgebaut
- Augen bestehen aus Vitamin C, Collagen ist aus Vitamin C.

Zucker und Vitamin C sind ähnlich im Aufbau. Der Körper baut Zucker ins Gewebe ein, weil es dem Vitamin C ähnlich ist. Vitamin C holt den Zucker wieder raus! Morgens und abends sollte man jeweils eine Messerspitze Vitamin C nehmen. Ist egal ob Ascorbinsäure oder ein Natürliches Vitamin C. Wenn Calcium schlecht aufgenommen wird, hilft „Calcium phosphoricum“. Kann nicht überdosiert werden. Der Körper kann nicht mehr als 200 mg Vitamin C auf einmal abspeichern. Laut Robert Franz: 300-500 mg in Verbindung mit OPC. Bei Verstopfung überdosieren, natürliches Abführmittel. Der Körper nimmt über die Sonne und der Haut Vitamin D auf. Dieses Vitamin D wird mit Hilfe von Magnesium in das aktive D3 umgewandelt. D3 nimmt das Calcium der Nahrung aus dem Darm auf. 99 % des Calciums befinden sich in den Knochen. Man sollte so viel Calcium zu sich zu nehmen, damit immer wieder das kurzfristig, zur Regulierung des Blut-Calciumspiegels, aus den Knochen geborgte Calcium in die Knochen zurück transportiert werden kann.

Calciumpräparate sind, außer bei bestimmten Erkrankungen:

- Nebenschilddrüseninsuffizienz
- Schilddrüsenüberfunktion
- Lactoseintoleranz
- Gastritis
- Morbus Crohn
- Colitis ulcerosa
- Zöliakie
- Nierenerkrankungen

nicht nötig. Und auch hierbei gibt es folgendes zu beachten:

- Calcium am besten über die Nahrung aufnehmen.

- (empfohlen: ca. 1000 mg)
- D3 (um Ca aus dem Darm aufzunehmen)
- K2 (zieht Ca aus den Blutgefäßen ab und schickt es in Knochen und Zähne.)
- Magnesium sorgt für die Knochenfestigkeit.
- Ca und Magnesium sollte 2:1 aufgenommen werden.

### **Symptome bei Unterversorgung mit OPC und Vitamin C:**

Allergien, Entzündungen, Konzentrationsschwäche, leichte Depressionen, Schwindelgefühl oder „Sterne sehen“ beim schnellen aufstehen, niedriger Blutdruck, Müdigkeit, Wetterfühligkeit, Migräne, trockene Augen/Haut, Neigung zu Übergewicht, alle Krankheiten die mit „itis“ (Entzündungen aller Art) enden Neurodermitis, Meningitis, Gastritis, Rhinitis, Bronchitis, Arthritis, usw. Nasenbluten, Zahnfleischbluten, lockere Zähne, Zahnausfall, schwaches Immunsystem, Infektanfälligkeit, Hämorrhoiden, Besenreiser, Krampfadern, schwere Beine, juckende Beine, schmerzende Beine, schlecht heilende Wunden, offene Wunden, Makula Degeneration, grauer Star, hoher Cholesterinspiegel, hoher Triglyzerinspiegel, zu dickflüssiges Blut (Thrombosegefahr), Fibrosen, im Auge vergrößerte Gefäße, gelbliche Augen, platzen von Gefäßen im Auge, Ödeme, kleinere innere Blutungen, empfindliche/dünne Haut, dunkle Flecken auf der Haut speziell im Bereich der Beine, Blutaustritt aus allen Körperöffnungen, Tod durch Skorbut, wenn nicht schon vorher eine Thrombose zu Lungeninfarkt, Schlaganfall oder Herzinfarkt geführt hat.

Die derzeit weltweit empfohlenen Mengen an Vitamin C verhindert wie bereits erwähnt gerade Skorbut d.h. das Endstadium oder den drohenden Tod und jeder, dessen Ernährung arm an OPC und Vitamin C ist und diese beiden Stoffe nicht zusätzlich ergänzt, wird an einigen der o.a. Symptomen früher oder später unnötigerweise leiden. Kommen Ihnen einige dieser Symptome bekannt vor? Dann sollten Sie umgehend mit der Ergänzung Ihrer Nahrung mit OPC und Vitamin C beginnen. Wenn Sie OPC und Ihre Vitamin C Menge auf die von den Stoffwechselexperten empfohlene Menge steigern, verbessern oder verschwinden die beschriebenen Symptome in einigen Tagen, Wochen oder Monaten genauso wie sie entstanden sind. Denn die gemeinsame Ursache ist die extreme Unterversorgung Ihres Körpers mit OPC und Vitamin C. Sie würden viel langsamer altern, und blieben von vielen Krankheiten praktisch verschont! Krankheiten beruhen fast immer auf einer Unterversorgung an bestimmten Stoffen!

[http://www.webmed.ch/PDF/PDF\\_Vitamin\\_C\\_Buch.pdf](http://www.webmed.ch/PDF/PDF_Vitamin_C_Buch.pdf)

### **Chrom Picolinat**

- Diabetes
- Ohne Chrom kann kein Zucker abgebaut werden.

- steigert die Effizienz des Insulins
- erhöht die Anzahl der Insulinrezeptoren
- konstanter Insulinspiegel
- senkt den Blutzucker
- bei Übergewicht
- regt den Fettstoffwechsel an
- kurbelt Fettverbrennung an
- reduziert die Umwandlung von Kohlenhydraten in Fett
- verhilft zu massivem Fettabbau
- fördert den Aufbau von Muskelmasse
- regt Stoffwechsel an, für die Verdauung
- senkt Tryglizeride (Blutfette)
- senkt Cholesterinwerte, HDL und LDL
- verhindert Herzinfarkt, schützt das Herz
- hilft gegen Prostata Wachstum
- verhindert Krebs
- Erfahrungsbericht: bei Nykturie (3 Kapseln täglich)
- 1-5 Kapseln 100 µg bis 200, Diabetiker 400-500 µg

### **Citrizidal (aus Grapefruitkernextrakt)**

in Deutschland als Lebensmittel von der Pharmaindustrie verboten, weil es zu Wirkungsvoll ist. Es tötet 900 Bakterien, 120 Pilzstämme und 140 Viren! Würde es in Deutschland, wie in anderen Ländern in Krankenhäusern bei der Desinfektion eingesetzt, würde es keine Tote mehr durch Krankenhauskeime geben.

- Kann äußerlich und innerlich angewandt werden.
- Innerlich nur verdünnt! Für jedes 10 kg Körpergewicht je 1-3 Tropfen in ein Glas Wasser, 3-mal täglich
- Bei Bakterien in der Niere, Blase etc. 3x15 Tropfen

Der Grapefruitkernextrakt ist ein hochkonzentrierter, rein pflanzlicher Extrakt, der aus den Schalen und Kernen der Grapefruit gewonnen wird. Die antimikrobiellen Eigenschaften des Grapefruitkernextrakts können sehr wirkungsvoll, für die verschiedensten Anwendungen, eingesetzt werden. Kerne und Schalen werden getrocknet und zu feinem Pulver verarbeitet, mit gereinigtem Wasser verdünnt und destilliert. Bei niedrigen Temperaturen entsteht aus der destillierten Masse ein reines konzentriertes Pulver (Citricidal®), das dann in pflanzlichem Glycerin aufgelöst wird. Hauptbestandteile des Grapefruitkernextrakts sind Citricidal® und Glycerin. Grapefruitkernextrakt - Inhaltstoffe: Ascorbin-Säure, Bioflavonide, Vitamine, Amino-Säuren, Fettsäuren, etc. Je höher der Gehalt an Citricidal® desto konzentrierter ist der Extrakt. Grapefruitkernextrakt ist für Menschen, Tiere und Pflanzen völlig

ungiftig. **Grapefruitkernextrakt sollte dennoch niemals unverdünnt angewendet werden.**

## **Grapefruitkernextrakt - Beschreibung & Anwendung**

**Naturheilkunde & Gesundheit, April 2004**

*Kundenrezensionen des Buches ["Heilen mit Grapefruitkern-Extrakt"](#). von Amazon.de*

**Die Geheimnisse des Citrus paradisi. Das praktische Handbuch zur Anwendung bei Infektionen, Entzündungen, Mykosen, Allergien und vielem mehr.**

Der in kürzester Zeit in die Hitliste der alternativen Gesundheitsmittel avancierte Extrakt aus dem Kern der Grapefruit erfährt nun weitere zukunftsweisende Perspektiven. Dabei folgten die Autoren konsequent den weltweiten Forschungsbemühungen von versierten Wissenschaftlern, Praktikern und Anwendern, um neue hochinteressante Einsatzbereiche, Erfahrungsberichte und Erklärungen für die aufsehenerregenden Wirkungen dieses Extrakts zu liefern.

So erschlossen sich mittlerweile viele weitere Möglichkeiten der sinnvollen Nutzung für Menschen, Tiere, Pflanzen und Umwelt. Gleichzeitig werden erstmals alle bisher bekannten Einsatzmöglichkeiten von A - Z kurz und präzise dargestellt, um den optimalen Einsatz von Grapefruitkern-Extrakt zu erleichtern. Zusätzlich vermittelt das Buch vielerlei praktische Tips und Anregungen, um den hervorragenden Nutzen dieses vielbeachteten aus natürlichen Stoffen entwickelten Mittels zu erhöhen. So ist dieses Werk eine sinnvolle Fortsetzung und Ergänzung des vielbeachteten Bestsellers "Das Wunder im Kern der Grapefruit". Umfangreiches Buch über [Grapefruitkernextrakt](#). Grapefruitkernextrakt - die Kenntnis, dass dieses untoxische Wundermittel gegen diverse Bakterien, Viren, Pilze und Parasiten wirkt und zudem die natürliche Darmflora intakt lässt, ist nicht weit verbreitet. Diesem bedauernswerten Zustand wollen die Autoren mit ihrer Aufklärungsarbeit abhelfen. Sie stellen in diesem Buch u.a. detailliert dar, wie, bei welchen Krankheiten und auf welche Weise man GKE (GSE) anwenden kann. GKE (GSE) lässt sich bei diversen Erkrankungen sowohl äußerlich als auch innerlich verwenden. Sowohl Babys als auch Tiere können mit dem Mittel problemlos therapiert werden! Vorsichtsmaßnahmen müssen nur wenige beachtet werden. So

darf der Extrakt nur verdünnt eingenommen werden und darf nicht an die Augen kommen. Zitrusfrucht Allergiker sowie Pilzkrankte müssen mit einer geringen Dosierung anfangen, die sie langsam steigern können. Die Autoren beschreiben auch, wie man GKE (GSE) in der Tierhaltung (z.B. als Wurmmittel) einsetzen kann. Auch in der Landwirtschaft oder im Haushalt kann GKE (GSE) zur Desinfektion Verwendung finden. Ein leicht verständlicher Ratgeber sowie übersichtliches Nachschlagewerk. Vielen Dank an die Autoren! Mein KAUF TIP - GKE (GSE) gehört in jede Hausapotheke! Anwendung des Grapefruitkernextrakt GKE (GSE) kann überall dort eingesetzt werden, wo Krankheitserreger wie Bakterien, Viren, Pilze oder Parasiten zu einer gesundheitlichen Störung geführt haben. GKE (GSE) kann innerlich wie äußerlich eingesetzt werden - dabei sollte der Extrakt immer verdünnt werden, von wenigen Ausnahmen abgesehen. Zudem scheint auch bei langem und häufigem Gebrauch keine Resistenz aufzutreten.

### **Dosierung bei innerer Anwendung**

**1. Grundregel:** 2-3 mal täglich 3 - 15 Tropfen steigend, wobei die höchste Tropfenzahl nach einer Woche erreicht sein sollte. Diese allmähliche Steigerung ist vor allem dann nötig, wenn Verdacht auf Darmpilze (*Candida albicans*) besteht. Diese können beim zu massiven Absterben Müdigkeit (GSE), Kopfschmerzen oder Benommenheit auslösen. Man nennt dies "Herxheimer Reaktion".

**2. Grundregel:** 5 Tropfen pro 10 kg Körpergewicht als Tagesdosis. In besonderen Fällen kann diese Dosis auch verdoppelt werden, also 1 Tropfen pro kg Körpergewicht. übrigens: 60 ml GKE (GSE) enthalten etwa 1800 Tropfen!

**3. Grundregel:** GKE (GSE) immer verdünnt einnehmen, am besten in einem Glas (0,2 Liter) voll mit Wasser oder Fruchtsaft.

**4. Grundregel:** Die Dauer der Anwendung richtet sich nach der Art der Krankheit. Die Anwendung sollte mindestens 1 Woche nach Abklingen der Symptome fortgesetzt werden. Bei Darmpilzen oder bestimmten Bakterien (*Helicobacter pylori* u.a.) sollte man mit mindestens 6 Wochen innerer Einnahme rechnen.

### **Dosierung bei äußerer Anwendung**

**1. Grundregel:** Nur bei Warzen und Nagelpilz unverdünnt auftragen.

**2. Grundregel:** Auf Haut und Schleimhaut immer verdünnt anwenden, und zwar mit Wasser, Glycerin oder besser mit Bio-Jojoba-öl. Näheres ist bei den einzelnen Krankheiten angegeben.

## **Innere Beschwerden A-Z**

**Abkürzungen: B1 = innere Einnahme; C2 = äußerlich verdünnt anwenden. 10T/G = 10 Tropfen pro Glas (0,2 Liter), 8T/EL = 8 Tropfen pro Esslöffel**

- Abgeschlagenheit: (häufig kommende Grippe oder Infektion) B1
- AIDS: Wirkung wird noch erforscht, empfohlen B1
- Allergien: oft durch Pilze verursacht, dann B1
- Amöbenruhr: auch Abklingen der Symptome fortsetzen, B1
- Angina oder Mandelentzündung: B1 und Gurgeln mit 10T/G
- Arthritis = Gelenkentzündung: B1 monatelang oft hilfreich Asthma: in einigen Fällen hilft B1, 1- 3 Monate
- Bauchschmerzen: undefinierbare, häufig hilft B1
- Blähungen: oft durch Keime, Pilze oder Parasiten verursacht, B1
- Blasenentzündung, Blasenbeschwerden: B1 + viel trinken
- Bronchitis: B1 und Gurgeln mit 10T/G
- Brustentzündung = Mastitis: B1 + C2 8T/EL (auf Brust auftragen), auch bei Entzündungen von Kuheutern
- Candida albicans (Hefepilz): B1 3 - 4 Monate (mit 3T beginnen!)
- Cholera: 20T - 30 T/G alle 3 Stunden einnehmen
- Chronische Müdigkeit (GSE): oft Pilze, Bakterien u.a. B1 3-4 Monate
- Colitis = Darmentzündung: B1 mit Kamillentee, Antioxidantien
- Crohn-Krankheit = Morbus Crohn: B1 +Antioxidantien
- Darmentzündung: siehe unter Colitis
- Depressionen: manchmal durch Pilze oder Parasiten verursacht, B1
- Durchblutungsstörungen: manchmal durch Schimmelpilz "Mucor" ausgelöst, Versuch mit B1
- Durchfall: hier hilft oft GKE (GSE), B1
- Entzündungen: häufig durch Krankheitserreger hervorgerufen, B1
- Erbrechen: oft durch Krankheitserreger hervorgerufen, B1
- Erkältungen: B1 + Gurgeln 10T/G + GKE (GSE) Nasenspray
- Fibrose: kann durch Candida-Pilze, auslöst sein, B1 3 - 4 Monate
- Fieber: notwendige Abwehrreaktion, B1, evtl. Gurgel + Nasenspray
- Gastritis = Magenschleimhautentzündung, Magengeschwür: häufig durch das Bakterium Helicobacter Pylori verursacht, B1
- Gedächtnisschwäche: manchmal durch Candida verursacht, B1
- Gicht: manchmal durch Candida-Pilze verursacht, B1
- Grippe: B1 + Gurgeln 10T/G + GKE (GSE) Nasenspray
- Hormonsystemstörungen: Candida-Pilze setzen 100 verschiedene

Giftstoffe frei, einige haben hormonähnliche Wirkungen. In diesen Fällen ist ein Versuch mit GKE (GSE) empfehlenswert, B1

- Husten: B1 + Gurgeln 10T/G
- Immunsystem, geschwächtes: Immunsystem unterstützen mit B1
- Infektionskrankheiten, allgemein: B1
- Konzentrationsmangel: häufig sind Krankheitserreger beteiligt, B1
- Kopfschmerzen, Migräne: diese haben viele verschiedene Ursachen, manchmal sind Bakterien und Pilze beteiligt, B1
- Lebensmittelvergiftung: sofort 10 - 20T/G trinken, nach einigen Stunden wiederholen, viel trinken, Arzt aufsuchen
- Magenschleimhautentzündung, Magengeschwür: siehe Gastritis
- Malaria: es gibt Hinweise, dass GKE (GSE) wirkt, B1
- Mastitis: siehe Brustentzündung, B1 + C2, 8T/EL
- Menstruationsbeschwerden: Candida kann schuld sein, siehe dort
- Migräne: siehe unter Kopfschmerzen
- Mittelohrentzündung = Otitis Media: B1 + C2, 2T/EL leicht anwärmen und öfters ins Ohr träufeln
- Morbus Crohn: siehe Crohn-Krankheit
- Müdigkeit (GSE), chronische: siehe unter chronische Müdigkeit (GSE)
- Nasennebenhöhlenentzündung = Sinusitis: B1, GKE (GSE) Nasenspray
- Parasiten, innere: Von winzigen Parasiten bis zum Bandwurm reicht die Palette, eine "Wurmkur" wird 2 mal jährlich empfohlen, B1
- Pilzerkrankungen: siehe Candida albicans
- Prostata-Beschwerden: manchmal ist Candida beteiligt, siehe dort
- Rheuma: ist oft Folge von Ablagerung von Giftstoffen, B1
- Ruhr: siehe Amöbenruhr
- Schnupfen = Rhinitis: B1 + GKE (GSE) Nasenspray
- Übelkeit: B1
- Vorbeugung auf Reisen: 3 mal täglich 4 - 8T/Glas Wasser trinken
- Wurmbefall: siehe unter Parasiten

## **Äußere Beschwerden A-Z**

- Acariasis, Acarinosi, Akarinoze: siehe unter Krätze
- Akne: B1 + 5T auf feuchten Waschlappen, auftragen, abwaschen
- Aphten (Geschwüre der Mundschleimhaut): 10T/G Wasser, spülen
- Ausschläge, Hautausschläge: Ein Versuch mit 3-5T/EL Öl lohnt sich, 2-3 mal täglich auftragen
- Beingeschwüre: siehe unter offene Beine
- Blutegelbisse: 1 Tropfen Extrakt auf Bissstelle träufeln
- Dermatitis (Hautentzündung): 3-5T/EL Öl, 2 - 3 mal/Tag einreiben
- Dornwarzen, Stechwarzen: Abschleifen, 2 mal 1 T pur auftragen
- Fusspilz: Pur oder etwas verdünnt mit Wasser oder Öl anwenden.



- Zusätzlich GKE (GSE) Körper- und Fußpuder benutzen.
- Geschwüre: 10T/Glas lauwarmes Wasser, spülen, gurgeln, tupfen
  - Gürtelrose (Herpes Zoster): B1 + 3-5T/EL Öl, 2 mal täglich auf der betroffenen Haut auftragen
  - Halsentzündung, Halsschmerzen: B1 + 10T/G Wasser, gurgeln
  - Hautabschürfungen: 1T/EL Wasser, öfters auftragen
  - Hautausschläge: siehe unter Ausschläge
  - Hautflechten: wie bei Ausschläge
  - Hautpilze: 5 T in feuchte Hand, öfters täglich auftragen
  - Heiserkeit: wie Halsentzündung
  - Herpes simplex (Lippenherpes): 5T/EL Öl, öfters auftragen
  - Herpes Zoster: siehe Gürtelrose
  - Hornhaut: 30 T im Fußbad erleichtern Entfernung und ist desinfizierend
  - Husten: wie bei Halsentzündung
  - Insektenstiche: 1T auf feuchten Finger, auf Stichstelle auftragen
  - Karies: 1-2 T auf feuchte Zahnbürste und mit 10T/Glas spülen
  - Kehlkopfentzündung (Laryngitis): wie bei Halsentzündung
  - Kopfläuse: 10T mit etwas Duschgel mischen, 30 min. einwirken lassen, gut spülen, nach 3 Tagen wiederholen, Augen schützen
  - Krätze = Akarbose = Skabies: 20T/EL Öl, ganzen Körper einreiben
  - Laryngitis: siehe bei Kehlkopfentzündung
  - Mandelentzündung = Angina: B1 + 10T/G mehrmals täglich gurgeln
  - Mittelohrentzündung = Otitis Media: siehe bei innerer Anwendung
  - Nagelbettentzündung: 5T/EL Öl mehrmals täglich auftragen
  - Nagelpilz: Nägel abschleifen, GKE (GSE) mehrmals täglich pur auftragen
  - Nasennebenhöhlenentzündung: B1 + GKE (GSE) Nasenspray
  - Nesselfieber: 5T/EL Öl (Bio - Jojoba ) auf juckende Haut auftragen
  - Neurodermatitis: wie bei Nesselfieber
  - Offene Beine: 15T/EL Wasser auf Wundauflage, öfters wechseln
  - Ohrenschmerzen: wie Mittelohrentzündung (innere Anwendungen)
  - Paradontose: 1-2 T auf nasse Zahnbürste, zusätzlich Mund spülen
  - Pilzerkrankungen der Haut: siehe unter Hautpilze
  - Plaque (bakterieller Zahnbelag): wie bei Paradontose
  - Psoriasis (Schuppenflechte): wie bei Nesselfieber
  - Räude = Krätze: siehe unter Krätze
  - Sandflohbiß: wie bei Insektenstiche
  - Scheidenentzündung (Vaginitis): 2T/Glas, mit Frauendusche (Spritze) in Scheide spritzen, nie unverdünnt anwenden!
  - Scheidenpilz: wie unter Scheidenentzündung, zusätzlich B1
  - Schnittwunden: 1T auf feuchten Finger, oder GKE (GSE) Puder

- Schnupfen (Rhinitis): B1 + GKE (GSE) Nasenspray
  - Schuppen auf der Kopfhaut: wie bei Kopfläuse
  - Schuppenflechte (Psoriasis): wie bei Nesselfieber
  - Sitzbäder: 30-50T in Sitzbadewanne, bei Hämorrhoiden 20 sec. kaltes Sitzbad, sonst 10 - 20 min. warm
  - Skabies: siehe unter Krätze
  - Soor: Mundspülung 3 mal täglich mit 10T/Glas Wasser
  - Verletzungen: 3T/EL Wasser, Auflage damit tränken
  - Warzen: 2 mal täglich 1 Tropfen pur auf die Warze geben  
Windeldermatitis: 5T/EL Öl(Bio-Jojoba), Po damit einölen
  - Zahnfleischentzündung (Gingivitis): wie bei Parodontose
  - Zeckenbisse: Zecke herausziehen, 1 T pur auf die Bissstelle träufeln
- Topfpflanzen (Schimmel): 10T/Glas Wasser, einsprühen  
Quelle:<http://www.allwellness.de/grapefruitseedextrakt.html#4>

#### **Hier 4 Kundenrezensionen bei Amazon:**

1. Durch einen guten Freund wurde ich auf Citricidal aufmerksam gemacht. Offiziell darf es nur als "Haushaltsreiniger" bezeichnet werden - wohl, weil die (Chemie-)Pharmaindustrie Angst hat ihre Pillen nicht mehr in rauen Mengen absetzen zu können, wenn die Leute zu natürlichen Heilmitteln wie diesem greifen würden.

Citricidal wendet man am besten bei ersten Anzeichen einer Erkältung an. Wenn bei mir der Hals anfängt zu kratzen (für mich immer ein guter Indikator, dass sich eine Erkältung ankündigt), löse ich 3 Mal täglich ca. 12 Tropfen in Wasser auf. Am besten wirkt Citricidal, wenn man es 30 Minuten vor, oder mindestens 2 Stunden nach dem Essen zu sich nimmt. Der Geschmack ist alles andere als angenehm - sehr bitter und gewöhnungsbedürftig. Aber das ist bei solcherlei Lebensmitteln ja die Regel. Dafür wirkt es umso besser. Habe schon mehrfach eine Erkältung abwenden können. Ist man bereits erkrankt, kann Citricidal auch helfen, die Krankheitsspanne zu verkürzen.

2. Citricidal funktioniert sehr gut bei Candida Albicans Pilzinfektion. Kann ich nur bestätigen und weiterempfehlen. Monatelang Magendarm Beschwerden gehabt... 10 Tropfen von dem Wundermittel und ich fühlte mich wie neu.

3. Ich benutze es für viele Dinge. Einmal bei Krankheiten wie Virusgrippe, Erkältung oder entzündete Haut, Fingernägel, oder ähnliches, aber auch bei Insektenstichen funktioniert es super, oder sogar bei Blattläusen an Pflanzen. Außerdem zum desinfizieren meines Wasserfilters und des Meerschweinchenkäfigs. Ich finde es einfach

klasse und es ist ungefährlich im Gegensatz zu pharmazeutischen Antibiotika, eine echte Alternative.

4. Ich habe meine letzte Nasennebenhöhlenentzündung erfolgreich damit beseitigt, obwohl ich sonst oft auf Antibiotika angewiesen bin! Auch bei innerlicher Einnahme sehr gut verträglich.

### **Cordyceps (Raupenpilz aus Tibet)**

Macht, dass man bei einem Atemzug mehr Luft bekommt.

### **Laut Studien verbessert Cordyceps die Sauerstoffverwertung in der Lunge um 40-55 %!! 2 Kapseln/Tag**

- Ganzkörper-tonikum (vitalisiert alle Organe)
- Lungentonicum (bei Asthma, COPD, Lungenfibrose (chron. Entzündung der Lunge))
- Sexualtonikum (steigert die Potenz)

## **D**

### **D3 Sonnenschein-vitamin, der Lebensfunke in unserem Körper**

(Auszug aus dem Buch: „OPC -Das Fundament menschlicher Gesundheit“ von Robert Franz)

Der Vitamin D Mangel ist heutzutage in der Bevölkerung weit verbreitet und bei vielen Menschen der am häufigsten auffällige Laborwert. Auf 95 % aller Totenscheine in Deutschland schreiben die Pathologen D3 Mangel auf. Nach einer Studie im deutschen Ärzteblatt, Ausgabe Januar 2012 wurde veröffentlicht, dass 89% aller deutschen Altersheiminsassen einen Vitamin D3 Mangel haben. Mit dem Rest der Bevölkerung steht es leider nicht besser. (Auszug Ende)

Ohne D3 Mangel würden Krankheiten wie Osteoporose(Knochenschwund), MS, Krebs, und viele andere Krankheiten gar nicht existieren! Das ist wirklich eine lange Liste im Buch von Mr. Bowles.

Buchempfehlungen: „Vitamin D3 hochdosiert“ von Jeff T Bowles

Tipp: mal auf Amazon gehen und die Rezensionen der Kunden lesen denen durch D3 geholfen wurde, unglaublich!!!

<https://goo.gl/R1fEg1>

(dieser Mann hat 199 positive Rezensionen bis jetzt)

in dem Buch „Gesund in 7 Tagen“ von Dr. med. Reimund von Helden werden die katastrophalen Auswirkungen des D3 Mangelsyndroms beschrieben.

Die Wichtigkeit einer ausreichenden Versorgung mit Vitamin D3 auch hinsichtlich Krebs wurde bereits im Jahr 2002 im Krebsjournal „Cancer“

veröffentlicht. D3 ist zuständig für den Kalziumeinbau in unserem Gewebe. Es aktiviert 1000 Gene im menschlichen Körper. Fersensporn z.B. kommt aus Mangel an D3, weil der Körper unkontrolliert Wucherungen bildet, wenn er ohne Sonne (D3) ist. Ohne Sonne gibt es keinen Bauplan für den Körper. Bei Fersensporn über 2 Monate 20.000 Einheiten D3 täglich nehmen und der Fersensporn verschwindet. Unterstützen kann man es homöopathisch mit „Hekla Lava D6“. Alle Wucherungen sind Mangel an Sonne! Blutige Durchfälle, Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa etc. kommen von D3 Mangel. Aus Schafwolle hergestellt. Der D3 Bedarf wird berechnet in Nanogramm pro Milliliter. Ein gesunder D3 Level liegt zwischen 40 und 50 ng/ml. Die meisten Menschen liegen hier in Deutschland bei 18! Ein D3 Mangel kann sich auch äußern in Problemen mit der Muskulatur, z.B. Zittern, Gehprobleme, Schwierigkeiten sich zu bewegen, schwächende Muskeln, Kraftlosigkeit, Niedergeschlagenheit, dann im Nervensystem zu Nervenstörungen, Schlafstörungen, Durchblutungsstörungen, kalten Füßen, kalten Händen, Bei D3 Spiegeln unter 12 liegt ein extremer Mangel vor. Es kommt zu Skelettschäden. Das ist dann schon das Endstadium, es kommt zu Osteoporose, ein Knochenschwund der niemals mehr rückgängig gemacht werden kann. Es kommt zu Osteomalazie, das bedeutet unsere Knochen werden so schwach und so biegsam, das wir dadurch Schmerzen haben. Ein D3 Mangel kann sich auch äußern in: (Auszug aus OPC-Das Fundament)

#### Adynamie:

- Kraftlosigkeit
- Antriebslosigkeit
- Energieverlust
- dauernde Erschöpfung
- Niedergeschlagenheit

#### Nervensystem:

- Störung der Nervenfunktion
- hoher Schlafbedarf
- ständige Müdigkeit
- Schlafstörungen
- ständige Abgeschlagenheit
- Kopfschmerzen
- Migräne
- Vertigo (Schwindel mit Migräne)
- Konzentrationsstörungen
- Rastlosigkeit
- innere Unruhe
- Verhaltensveränderungen
- Koordinationsstörungen

- Unsicherheit beim Gehen und Stehen
- Ganglien (Nervenknötchen)
- ALS

#### Stimmung/Psychologie/Sucht:

- Depressionen
- Bipolare Störung (manisch-depressive Erkrankung)
- Aufmerksamkeitsdefizit
- Hyperaktivstörung
- PMS (prämenstruelles Syndrom)
- Messie-Syndrom
- Magersucht
- Adipositas
- Alkoholismus

#### Augenerkrankungen:

- Kurz- und Weitsichtigkeit
- Glaukom (grüner Star)
- Makuladegeneration (verminderte Sehschärfe, dunkler Fleck, bis zur Erblindung)

#### Atemwege:

- Erkältungen
- Asthma
- COPD
- Tuberkulose

#### Muskulatur:

- Verkrampfungen
- zucken
- zittern
- vibrieren
- Gehprobleme
- Schwierigkeiten sich zu bewegen
- Schmerzen
- schwache Muskeln

Bei D3 Spiegeln unter 12 liegt ein extremer Mangel vor. Es kommt zu Skelettschäden (Osteoporose, Osteomalazie). Das ist dann schon das Endstadium.

#### Skelettschäden/Knochen:

- Karies
- Unspezifische Knochenschmerzen
- Fersensporn

- Knochensporne
- Wirbelkanalstenose
- Schnapphüfte
- Osteopenie (Verminderung der Knochendichte, Vorstufe der Osteoporose)
- Osteoporose, Knochenschwund (nicht mehr rückgängig zu machen)
- Osteomalazie (Schmerzen aufgrund der Erweichung und Deformation der Knochen)

#### Gelenke:

- Arthrose
- Arthritis
- Rheuma
- Kniegelenkarthrose
- Gicht

#### Haut-Bindegewebe:

- Akne
- Lupus (Schmetterlingsflechte)
- Psoriasis (Schuppenflechte)
- Neurodermitis
- Subkutane Zysten
- Chronische Wunden und Geschwüre
- Sonnenbrand
- Dicke Hornschwielen
- Trockene und rissige Haut an Händen und Füßen
- Sklerodermie (Bindegewebsverhärtung der Haut)
- Aktinische Keratose (chron. Schädigung der verhornten Oberhaut durch UV-Strahlung -> Hautkrebs)
- Nagelpilze

#### Herzkreislauf-system/Blutzucker:

- Kreislaufstörungen
- Durchblutungsstörungen
- Kältegefühl
- kalte Füße
- kalte Hände
- Bluthochdruck
- Herzerkrankungen
- Kardiomyopathie (Verdickung des Herzmuskels)
- Herzversagen
- Schlaganfall
- Diabetes mellitus

- Hypoglykämie

#### Nieren:

- Harnwegsinfekte
- Nierenerkrankungen (insbesondere chronische Niereninsuffizienz)

#### Darm:

- Reizdarmsyndrom
- Morbus Crohn
- Colitis ulcerosa

#### Degenerative Prozesse/Autoimmunerkrankungen:

- MS
- Hashimoto
- Parkinson
- Autismus

#### Allergien

#### Krebs:

- Prostatakrebs
- Brustkrebs
- Bauchspeicheldrüsenkrebs
- Darmkrebs etc.
- Leukämie

#### Schwangerschaft/Geburt/Kleinkinder:

- Schwangerschaftskomplikationen
- Frühgeburten
- Fehlgeburten
- Tod der Mutter während der Geburt
- Mütter mit Infektionen
- zu kleine Babys
- schizophrene Babys
- Säuglinge mit Erkältungen
- Säuglinge mit Ekzemen
- Gehirnmissbildungen bei Kindern
- Wachstumsstörungen
- Lernschwäche bei Kindern (Auszug Ende)

Um einen D3 Spiegel zu heben wie von Ärzten empfohlen (zu geringe Dosierung) kann es 1,5 Jahre dauern bis man den Level erreicht hat. Wenn der Eimer leer ist sollte man ihn nicht tröpfchenweise füllen. Mit einem D3-Mangel ist der Körper eigentlich im Winterschlaf. Sonnenmangel führt deshalb zu Fettleibigkeit. Und bei Fettleibigkeit nimmt man 10 Tage lang 50.000 Einheiten D3 als ersten Schritt.

**Nur wenn man größere Probleme mit dem Herz macht, macht man es eben langsamer! Dann dreht man es um und nimmt 50 Tage 10 Tropfen.**

Für alle anderen gilt:

Man nehme die ersten 10 Tage 40.000 Einheiten D3 täglich. Während der Hochdosierung von D3 200 µg Vitamin K2 MK7 10 Tropfen nehmen. 5-10 Tropfen bis die Flasche leer ist.

Wenn man D3 nimmt, benötigt man Magnesium. Durch D3 wird vermehrt Calcium aus dem Darm aufgenommen. Das Verhältnis Ca und Mg im Körper beträgt 2:1. Da Calcium und Magnesium nur gemeinsam in die Knochen eingebaut werden, benötigt man Magnesium. Ansonsten holt der Körper sich das Magnesium aus den Muskeln -> Muskelkrämpfe. Also auch die ersten 10 Tage Magnesium phosphoricum D6 nehmen (oder transdermal - s.u.). Magnesium wird für fast alle Transport- und Umwandlungs-schritte von Vitamin D benötigt. Wenn also Magnesium fehlt, kann Vitamin D nicht richtig wirken. Somit kommt auch der D3 Spiegel dann nicht mehr höher. Wenn nicht genügend Magnesium vorhanden ist, bleibt der D Spiegel bei 30 stehen. Magnesium, 300 mg.

Da der Körper oral aber nur ca. 25-30% aufnimmt, sollte man es auch über die Haut aufnehmen (Magnesiumchlorid). Der Körper nimmt dann 70 % auf. Wenn man Sport treibt hat man auch einen erhöhten Bedarf. Nach den 10 Tagen nimmt man 5 Tropfen D3 im Sommer und 10 Tropfen D3 im Winter. Ich persönlich habe 40.000 Einheiten über 4 Wochen täglich genommen. Man sollte einfach auf seinen Körper hören und wenn es ihm dabei gut geht ist ja nichts falsch daran etwas mehr zu nehmen. Nur der Mangel ist gefährlich. D3 ist gut für die Bauchspeicheldrüse, damit gut für Diabetiker. In der Sonne: wenn der Schatten länger als man selbst ist, nimmt man kein Vitamin D von der Sonne auf. Sonnenschutzcreme lässt kein D3 aufnehmen über die Sonne. Nur wenige Lebensmittel enthalten Vitamin D in nennenswerter Menge. Dazu zählen vor allem fettreiche Fische wie Lachs, Hering und Makrele. In Leber, Milchprodukten, Champignons und Ei befinden sich vergleichsweise geringe Mengen des Vitamins.

Vitamin D3 ist ein fettlösliches Vitamin. Senioren und „chronische Stubenhocker“ haben einen erhöhten Bedarf.

## **DMSO**

Lösungsmittel aus der Papierindustrie.

Ungiftig, heilt Wunden in 2-3-facher Geschwindigkeit!

Wird in der Regel nur äußerlich aufgetragen. DMSO ist der Träger jeder Schmerzsalbe in unserer Arzneimittelindustrie. Früher war das der Hauptbestandteil der Salbe, wurde jedoch immer wieder gesenkt, so dass jetzt nur noch minimal in den Salben vorhanden ist. DMSO wirkt 6 Stunden!



Im Gesicht und im Nackenbereich sollte eine 50 % Lösung benutzt werden.

An anderen Stellen kann es pur aufgetragen werden.

DMSO hilft bei:

- ist Wachstumshemmend für Bakterien
- hat entwässernde Wirkung
- ist Blutgefäß erweiternd
- steigert die Blutzufuhr
- entspannt die Muskulatur
- hemmt die Verklumpung von Blutplättchen
- Schlaganfall
- Gewebeschutz bei Durchblutungsstörungen. (z.B. erfrorene, schon schwarz verfärbte Hände und Füße werden dadurch wieder gerettet)
- kann man intravenös geben z. B. bei Schlaganfall (Wenn es innerhalb von 30 Minuten gegeben wird, hat die Person keinerlei Schäden durch den Schlaganfall)
- ist 7-mal sicherer als Aspirin (keine Magen-Darm Blutungen)
- Ein Auge in einem Gefäß mit DMSO hält 7 Tage länger weil kein Teil des Auges sich entzünden kann. (Entzündungshemmend)
- Auf offene Wunden gesprüht verkrusten die Wundränder nicht und die Wunde kann sich schneller schließen.
- Verschließt selbst starke Wunden bei Tieren ohne dass eine OP nötig ist. Das Gewebe heilt wieder aus.
- Beginnende Beweglichkeit bereits nach 5 Minuten bei Verkrümmten verhärteten Fingern.
- weicht Narbengewebe auf, Narben werden weniger sichtbar.
- lässt Narbengewebe nicht wuchern
- lindert jeden akuten Schmerz
- abschwellend
- entzündungshemmend
- Verstauchungen
- Zerrungen
- Knochenbrüche
- akute Entzündung, z.B. Schleimbeutelentzündung
- Arthrose
- Arthritis
- Unfallverletzungen
- Unerträgliche Schmerzen von Knochenverschleiß
- Nervenschmerzen z. B. Ischias
- Ziehung von Weisheitszähnen
- Schürfwunden
- Biss

- Verbessert die Wirkung von Medikamenten.
- Frostschäden, Erfrierungen
- Allergisches Ekzem
- Blockaden
- Auch bei radioaktiver Strahlung

Es gibt Weltweit ca. 11.000 Studien und ca. 40.000 Artikel über die positiven Wirkungen von DMSO. (Ist schon unglaublich, dass die Pharmaindustrie Wissen so unterdrücken kann.) Es kann die Haut reizen und für einige Minuten kann Juckreiz entstehen. In seltenen Fällen kann eine allergische Reaktion erfolgen. Dann einfach die Haut vorsichtig abwaschen und nicht mehr verwenden.

Nach ca. 30 Minuten beginnt man die schmerzstillende Wirkung zu spüren. **Bei dem Auftragen von DMSO sollten Hände und Hautoberfläche sauber sein, da DMSO ein Organisches Lösungsmittel ist, und Stoffe die sich auf der Hautoberfläche befinden mit in den Körper durch die Haut hindurch gehen. Keine Textilien auf der Haut tragen bis alles abgetrocknet ist (ca. 20 Minuten)!** Der Forscher nennt das eine Taxi Funktion.

Saubere Hände, einen sauberen Wattebausch mit DMSO eintränken und über die sauber gewaschene und trockene Stelle die schmerzt leicht darüber streichen bis ein öliger Film entsteht. Dann warten bis es eingetrocknet ist. Am besten sprühen.

Die Haut ist während der ersten 15 Minuten empfindlicher als gewöhnlich. Hilft auch bei Tieren, offenen Wunden und verkrampften Händen. Oral: 300 ml Wasser (starke Kieferschmerzen z. B.) 1 Teelöffel (Knoblauchgeruch) bis zu 2 Teelöffel am Tag. Innerlich eingenommen: 300 ml Wasser mit 1 TL DMSO

(Auszug Ende)

Buchempfehlung: „Das DMSO-Handbuch“ von Dr. Hartmut Fischer

## **E**

### **Efeu:**

Bestes Mittel für Lunge, Niere und Haut!!!

### **Efeusaft**

Tee: 1 Teelöffel Blätter und 250 ml heißes Wasser

- Reizhusten
- Erkältung
- Bronchitis
- Bronchialasthma
- Pseudokrapp

- schleimlösend
- harntreibend
- Nierensteine
- Gallensteine
- Verbrennungen
- Abschürfungen
- Cellulitis (Packungen mit Efeublättern)
- epileptische Anfälle bei Kleinkindern
- entkrampfend
- gegen kalte Hände, kalte Füße
- durchblutungsfördernd
- Ohrenschmerzen (Efeusaft ins Ohr tröpfeln)
- Mundentzündungen (Saft oder Tee trinken)
- Zahnfistel
- wohltuend für den Magen (als Bitterstoff)

### **Eichenblätterttee:**

Tee vor den Mahlzeiten trinken, 3x/Tag

5-6 frische Blätter oder 2 Teelöffel, 250 ml kochendes Wasser darüber gießen, 15 Minuten ziehen lassen

### **Nicht trinken während der Schwangerschaft!!!**

- für Gedächtnisleistung, bei Gedächtnisschwäche
- eitrige Bindehautentzündung (mit Tee die Augen auswaschen)
- bei Knochenbrüchen (am besten mit Beinwell D4 3x5 Tropfen/Tag plus OPC)
- Osteoporose (führt dem Körper vermehrt Calcium zu, dadurch steigt die Knochendichte)
- Enthält Calcium.
- Blut husten
- hartnäckiger Durchfall
- Harninkontinenz
- für Männer und Frauen in den Wechseljahren
- Prostataproblemen
- Scheidenausfluss
- adstringierend (Zusammenziehend)
- antiphlogistisch (entzündungshemmend)
- antibakteriell
- antiviral
- fungizid (gegen Pilze)
- äußerlich bei eitriger Bindehautentzündung
- äußerlich bei Scheidenausfluss
- äußerlich bei Gebärmutterentzündung

# F

# G

## **Geißfuß (Giersch):**

- Diuretikum, entwässernd
- entzündungshemmend
- Rheuma
- Gicht
- Ischias
- 3-4 Hände voll Giersch in ein Eimer Wasser, heißes Wasser aufgießen,  
15 Minuten ziehen lassen, ins Badewasser geben.
- Giersch als Einlage in die Schuhe geben -> Wohltat für die Füße

## **Gesundes Leben, die wichtigsten Vitalstoffe:**

- 1. Atemübungen morgens und abends**
- 1. Wasser**
- 2. Sonne (D3)**
- 3. Vitamin C**
- 4. OPC**
- 5. B 12**
- 6. L-Carnitin**
- 7. MSM**

Bedenke: man braucht mindestens vier Monate um leere Puffer wieder zu füllen.

# H

## **Hagebutte:**

- enthält viel Vitamin C
- stärkt die Abwehr
- 1 Teelöffel gemahlene Hagebutten in siedendes Wasser, auch die ganze Hagebutte frisch kann man nehmen

## **Hanföl:**

- Gut für die Haare
- Bei Haarausfall

## **Heideblütentee**

Auch bekannt als Erika. Bestes Schlafmittel, bestes Mittel gegen Depressionen, beruhigend, sollte mit Honig getrunken werden. Honig ist ebenfalls ein gutes Schlafmittel. Es gibt auch Heideblütenhonig, ideal für Kinder. Man kann auch die Heideblüten mit 2 Esslöffeln Honig mischen. Vollbäder: 150 g auf 2 Liter Wasser (bei Hautentzündungen, Ekzemen, Rheuma)

Heideblütentee hilft (bei):

- Depressionen
- antidepressiv
- ausgleichend
- löst psychosomatische Verkrampfungen
- hebt die Stimmung
- gibt neuen Lebensmut
- Unruhe
- Stress
- Abgeschlagenheit
- Einschlafstörungen
- Schlafstörungen
- Hyperaktivität bei Kindern
- Lernstörungen
- Konzentrationsstörungen
- alkalisierend
- schmerzlindernd
- blutreinigend
- Virusgrippe
- viral
- bakterizid
- Erhöhter Hautsäureschutzmantel
- Augenlidentzündungen
- Milzbeschwerden
- Nierenentzündungen
- Nierensteine
- Blasensteine
- harntreibend
- senkt Harnsäure
- Rheuma
- Gicht
- Ischias
- bei Herzschwäche

Heidekraut Öl bei:

- Schönheitspflegemittel
- Gegen faltige und matte Haut
- Ischias
- Rheuma

## **Heilpflanzen, beste Mittel für:**

Buchempfehlung: PhytoMagister von Peter Kaufhold

- Augentrostkraut  
Eines der besten Mittel gegen schwache überangestrengte Augen!!!  
Nicht wenn Jemand ganz mager ist!!!
- Alantwurzeltée  
Einer der Besten Lungenregenerationsmittel!!!  
Nicht bei Allergien gegen Kornblüten!!!
- Efeu  
Bestes Mittel für Lunge, Niere und Haut!!!
- Eichenblättertée  
(enthält Calcium, gegen Osteoporose)  
Nicht trinken während der Schwangerschaft!!!
- Heideblütentée  
Bestes Schlafmittel, bestes Mittel gegen Depressionen, gegen Hyperaktivität bei Kindern!!!
- Hirtentäschel  
(Blutdruckregulation)  
Nicht während der Schwangerschaft verwenden!!!
- Klatschmohnöl  
(sehr gut bei Schmerzen aller Sehnen)
- Klettenwurzel/Klettenfrüchte  
(Erkältungen mit Kältegefühl)
- Mahonienwurzel  
Bestes Mittel für die Haut!!!
- Odermennigkraut  
Bestes Mittel bei Leberleiden!!!
- Quittenschalentée
- Das Beste gegen Magenschleimhautentzündung!!!
- Rosenblütentée  
Bestes Mittel für Lungenschäden durch Luftbelastung – rauchen!!!  
Bestes Mittel für Hautprobleme, welke Haut!!!

## **Hirtentäschelkraut:**

Enthält Cholin und Acetylcholin, welche den Muskeltonus der Blutgefäße entspannt und somit den Blutdruck senkt.

**Nicht während der Schwangerschaft verwenden!**

2 Teelöffel auf 250 ml kochendes Wasser, 10 Minuten ziehen lassen.  
1 Tasse ½ Stunde vor dem Frühstück, 1 Tasse ½ Stunde nach dem

Abendessen zur Blutdruckregulation.

Tinktur: 1 Teil Hirtentäschel 10 Teile 45 %iger Alkohol

Pulver: Hirtentäschel trocknen und zermahlen (auf Wunden streuen, stoppt sofort die Blutung, fördert die Abheilung)

- bei niedrigem Blutdruck
- bei erhöhtem Blutdruck
- beim Altersherz
- bei Herzschwäche
- bei Rachenentzündung
- Ohrenschmerzen
- stärkt Magen und Darm
- bei Nierengrieß
- harntreibend
- Blasenentzündung
- bei Wunden, entzündungshemmend
- blutstillend
- starke Regelblutungen
- unregelmäßige Menstruation
- fördert den Appetit
- Augenentzündung
- Gehörgangentzündung
- Bei Leberleiden
- Harnzwang

### **Holundertee / Holunderbeerensaft**

- entgiftend
- bei Halsschmerzen
- bei Rachenentzündung
- bei Erkältung, Grippe
- Holunderbeerentee: 2-3 Teelöffel getrocknete Beeren, 250 ml Wasser, ziehen lassen oder
- Saft: 20-40 ml auf den Tag verteilt
- bei Fieber
- bei Bronchitis
- bei Lungenentzündung
- Stärkt das Immunsystem
- Holunderblütentee: 2-3 Teelöffel Blüten, 250 ml Wasser, ziehen lassen
- bei Gesichtsneuralgien
- bei Ischias
- bei Nervenschmerzen: 300 ml 36 % Korn und 400 ml Holundersaft, mischen = 700 ml Flüssigkeit.

3x10 ml/Tag, innerhalb von 8-10 Tagen verschwinden die Nervenschmerzen

## **Homöopathie:**

Allgemein: Durch entsprechende homöopathische Mittel wird die Aufnahme im Körper des entsprechenden Stoffes wieder angeregt.

**I**

**J**

## **Johannisbeersaft (schwarz und rot)**

Rough Man, Silk Woman:

- enthält viele Polyphenole, 700 mg
- Polyphenole schützen das Körpergewebe vor oxidativen Schäden durch freie Radikale.
- aktiviert die Mitochondrien (Zellkraft)
- Magnesium beigefügt, 38 % des Tagesbedarfes
- Leistungssteigernd, gute Durchblutung der Haut
- 25 ml/Tag
- auch gut in einem Glas Wasser 250 ml Wasser/25 ml Saft)
- Leistung des Körpers wird gesteigert
- besonders gut für Sportler
- gute Durchblutung der Haut
- glättender Effekt
- befeuchtender Effekt
- Anti Falten Effekt

**K**

## **K1**

nur zum Verdicken des Blutes!!

Wenn Hunde und Katzen zum Beispiel mit Rattengift vergiftet werden, verbluten sie innerlich. K1 verhindert die Blutungen und unsere Lieblinge können so überleben. (aus „Vitamin K, Patientenratgeber“...)

## **K2**

ist das einzige natürliche Mittel ohne Nebenwirkungen das Ablagerungen in den Arterien abbaut, K2 macht Arterien sauber, und die Knochen stark, 5 Tropfen täglich über 8 Monate. In einer großen Analyse über 13 Studien zeigte sich das K2 das Risiko für Hüftgelenkfrakturen um 80% senkt.



- Verringert Herzinfarkte um 57%
- verringert koronare Herzkrankheiten um 41%
- verhindert Gesamtsterblichkeit um 26% (nur dieser eine Stoff!)
- verhindert starke Arterienverkalkung um 52%
- verbessert die sogenannte Insulinsensitivität (hilft also bei Diabetes)
- durch K2 deutliche Verringerung des Krebsrisikos (z.B. Lungen und Prostatakrebs)
- macht starke Knochen
- fördert die Bildung des Skelettes (mit D3, Ca und Mg)

Der Körper kann kein Calcium speichern. Calcium im Körper wird über D3 und Magnesium gebildet. K2 macht, dass das Calcium ankommt wo es gebraucht wird, nämlich in den Knochen. Es ist das einzige natürliche Mittel gegen Osteoporose (verbessert Knochendichte).

Bei einer Studie in Norwegen haben die Leute 5 Tropfen K2 (50 µg) täglich genommen und nach 10 Jahren, hatten sie 57 % weniger Herzinfarkte, 52% weniger Ablagerungen und 26 % weniger Gesamtsterblichkeit. 5 Tropfen D3 und 5 Tropfen K2 müsste jeder lebenslanglich nehmen.

Wenn bei Kindern sich der Kiefer nicht richtig entwickelt fangen die Zahnärzte an die Zähne zu ziehen, weil er zu klein ist. Prothesen etc. der ganze Zirkus geht dann los bis zum 18. Lebensjahr. Würden die Kinder von klein auf 2 Tropfen K2 nehmen, würde sich der Kiefer entwickeln. Es gilt für alle 11 Kilogramm Körpergewicht 1 Tropfen D3 (1000 Einheiten), und eben die 2 Tropfen K2 unabhängig vom Körpergewicht.

Außerdem behalten die Mädchen durch K2 Mangel ein zu kleines enges Becken, das führt zu Problemen beim Kinder gebären. K2 fördert keine Blutgerinnung. Lediglich die Fließeigenschaft des Blutes wird optimiert.

Aktuelle Untersuchungen bei Neugeborenen haben ergeben, dass die Zahl der Blutungen bei Neugeborenen durch Vitamin K Mangel (der Mutter!!) in den letzten Jahren zugenommen hat. Beim Neugeborenen und jungen Säuglingen können durch einen Vitamin K Mangel (der Mutter!!) lebensbedrohliche Blutungen, nicht selten auch im Gehirn, auftreten. Besonders gefährdet sind Neugeborene, deren Mütter während der Schwangerschaft Pharma Mittel gegen Epilepsie, Tuberkulose oder Blutverdünner wie Marcumar eingenommen haben.

Die ersten 10 Tage 10 Tropfen, danach 5 Tropfen täglich.

Bei Ablagerungen, kein schmales Becken kein Kaiserschnitt, Kiefer Zähne Kinder.

### **Kamille:**

- Magenschleimhautentzündung (250 ml Kamillentee, 5 Minuten auf

- den Bauch legen, dann rechte Seite, linke Seite und Rücken)
- Schnupfen (Kamillendampfbad)
  - Vorhautverengung bei Kindern (Kamillenbäder) (beruhigt das Gewebe, entzündungshemmend)

### **Klatschmohn:**

- Analgetikum
- Sedativum (beruhigt)
- Antispasmodikum (entkrampft)

### **Sirup bei Kindern:**

Sirup: Mohnblütenblätter mit heißem Wasser übergießen. Einige Stunden langziehen lassen. Langsam aufkochen lassen, bis die Masse dickflüssig wird. Dieses kann man einnehmen.

- Husten (z. B. bei Kindern als Sirup mit Zucker)
- Hustenreiz
- Unruhezustände

### **Ölauszug bei Schmerzen:**

Klatschmohnblütenöl selber machen: 300-400 Mohnblütenblätter in 500 ml kalt gepresstes Olivenöl für 42 Tage in die Sonne. Abseihen und in eine dunkle Flasche abfüllen. Es wirkt und ihr habe Euer erstes Naturprodukt selber erschaffen welches wenn ihr es kauft 100 Euro dafür bezahlen müsst. Eigenkosten sind es 3.99 Euro plus ein wenig Liebe für die Natur.

- Arthritis
- Sehnenscheidenentzündung
- Rippenfellentzündung
- beim Tennisarm

### **Blüten als Pulver:**

Blüten zerstampfen, es entsteht ein Pulver. Pulver mit Veilchenwasser vermischen. Rippenfellentzündung

- Schlaflosigkeit
- Nervosität
- Rippenfellentzündung

### **Tee:**

- Schmerzen
- Rheuma
- Arthritis
- Neuralgien
- Schlaflosigkeit
- Nervosität
- Angstzustände
- Magenkrämpfe

**Tee nicht anwenden bei Gastritis und Colitis ulcerosa!!!**

### **Klettenfrüchte/Klettenwurzel:**

- Erkältung mit Kältegefühl
- Rachenentzündung

## **Kokosöl**

Wird aus Kaltpressung der getrockneten Kopra (Frucht der Kokosnuss) gewonnen

Schmelzpunkt – ca. 25°C

Nicht im Kühlschrank lagern, denn dann bildet sich oben Kondenswasser, ein Nährboden für Schimmelpilze.

Bis 180°C erhitzbar, ohne dass sich krebserregende Stoffe bilden. Leber wandelt einen Teil der Triglyceride (die sie selbst nicht benötigt) in Ketone um. -> Energiegewinnung für das Gehirn bei Glucosemangel.

60-70 % bestehen aus mittelkettigen Fettsäuren. Ca. 46-52 %

Laurinsäure, ca. 6-10 % Caprinsäure

- versorgt Gehirn mit Ketone -> Energiegewinnung für das Gehirn
- verhindert Eiweißablagerungen im Gehirn
- Laurinsäure wirkt gegen Viren und Bakterien.
- Caprinsäure gegen Pilze.
- Bei Alzheimer oder Demenz:  
5 Esslöffel/Tag (3 Esslöffel morgens, die weiteren 2 Esslöffel auf den Tag verteilen). Man kann bis zu 8 Esslöffel/Tag zu sich nehmen.
- Epilepsie (durch Ketone)
- Krebs (durch Ketone)
- vorbeugend gegen Karies (damit die Zähne putzen)
- Zeckenschutz (auftragen auf die Haut)

Buchempfehlung: Kokosöl (nicht nur) fürs Hirn! Von Ulrike Gonder

## **Kolloidales Gold:**

1 Teelöffel/Tag

- für die Stimmung
- ausgleichend
- Depressionen
- Ängste
- Prüfungsangst
- Lernhilfe
- chronische Unruhe
- beruhigend
- Burn out
- Suchtprobleme

## **Kolloidales Silber:**

Bei einem guten Silber sind die Partikel gleichmäßig groß, 25 ppm (im Netz findet man, dass 10 ppm die beste Mischung ist) (Teile von 1 Million), hellgelb durch die Silberpartikel, in dunkler Glasflasche

- 1 Stunde vorher nichts essen, 1 Stunde vorher und nachher keinen Kaffee trinken
- Möglichst lange im Mund behalten.
- Silber wird im Körper mit 40 ml/Tag abgebaut
- antiviral
- antibakteriell
- entzündungshemmend
- stellt das Gleichgewicht der Körpersäfte wieder her.
- bei Erkältung
- Bronchitis
- Halsentzündung
- Rachenentzündung
- Kehlkopfentzündung
- Nasennebenhöhlenentzündung
- Amalgamfüllungen (in den Mund sprühen)
- Akne
- Entzündung am Auge (sprühen oder Gel auf das geschlossene Augenlid)
- Gerstenkorn
- Rachitis
- Prostataentzündung (anal einführen)
- Borreliose (3 Monate 3 Esslöffel/Tag)

## **L**

### **Labkraut:**

- für die Niere
- für die Schilddrüse

### **L-Arginin**

(Nobelpreis 1998) ist eine natürliche Aminosäure, ein körpereigener Stoff. L-Arginin erzeugt Stickstoff in den Arterien und die Arterien öffnen sich. Es sorgt dafür, dass die Versorgungswege offen sind und die Nährstoffe ankommen.

- Verbesserter Durchblutung durch Gefäßwandentspannung
- Entspannt die Arterien (durch Stickstoff)
- Schutzfaktor der Blutgefäße
- Hält die Gefäße geschmeidig
- Verminderte Zusammenballung von Blutplättchen -> geringere Thrombosegefahr
- Erweiterung verengter Blutgefäße
- Reduzierung vom erhöhten Blutdruck innerhalb von 1-2 Tagen (durch Erweiterung) Bestes Blutdruckmittel.

Achtung: Nicht bei niedrigen Blutdruck nehmen!!!

- bei Angina Pectoris
- Herz wird leistungsfähiger
- Bei Atembeschwerden (weitet die Arterien und die Alveolen, es verbessert sich die Sauerstoffverwertung der Lunge) 1-4g am Tag (hat nicht die Nebenwirkungen wie Cortison)
- Geringe Durchlässigkeit der Gefäßwand für Cholesterin -> Cholesterin sinkt
- Geringere Einwanderung von Entzündungszellen in der Arterienwand
- Regulation von Enzymen
- Regulation der Darmbewegung
- Verbesserung der Durchblutung des Penis -> Steigerung der Potenz um 5 % (nach ein paar Tagen Einnahme) mit OPC zusammen um 95 %.
- Steuerung der Gedächtnisfunktion
- Stress mindernd

5 g L-Arginin,  $\frac{1}{4}$  Glas Wasser, Glas Wasser nicht so voll, schmeckt ein wenig bitter

Bis zu 2x5g, danach ein Glas Wasser und OPC. Bei Beschwerden mindestens 6g/Tag. Arginin = öffnet die Arterien

## **L-Carnitin**

(Bauchspeicheldrüsenkrebs führt laut Wikipedia in 199 Tagen zum Tod. Allein durch Zugabe von D3 und L-Carnitin erhöht sich die Überlebensrate auf 399 Tage) Warum? L-Carnitin ist der Mund der Zelle! (Ohne Mund kaum Nahrung.) Herz und Lunge brauchen es, es kann dauerhaft zugeführt werden. Es besteht keine Gefahr der Überdosierung. L-Carnitin beeinträchtigt die Entwicklung eines Organs. Man kann den Carnitinspiegel auch messen. Es ist am meisten vorhanden in Schaf- und Ziegenfleisch. 1700mg/Kg. Jeder Körper enthält ca. 25 Gram L-Carnitin. Bei L-Carnitin Mangel können Körperteile verkümmern, deren Zellen kein L-Carnitin enthalten. Bei früh erkannten Organschwächen zum Beispiel bei Kindern bei Herz oder Lunge, kann durch Zugabe von L-Carnitin und OPC der Körper in der Lage sein die Schwäche/Fehlbildung zu korrigieren. Operationen können dann unnötig werden. L-Carnitin stärkt das komplette Immunsystem!!!! Kinder nehmen 1Gramm, Erwachsene 3-4 Gramm täglich. Nach nur ca. 10 Tagen hat der Körper genug L-Carnitin und die Zellen können jetzt besser Nährstoffe aufnehmen. Es ist gut gegen Müdigkeit. Und super für das Herz! Im Alter nimmt der Körper bei L-Carnitinmangel einen Teil der Muskelmasse um L-Carnitin für das Herz zu bilden!

L-Carnitin + D3 fördert die Nachbildung von Muskelmasse, und es steigert die Muskelkraft und die Ausdauer. Durch L-Carnitin gab es

dramatische Verbesserungen bei Kindern die sich schlecht entwickelten. Es regeneriert die Leber! Ganz wichtig da damit sogar Lebertransplantationen verhindert werden können. Jeder Körper enthält ca. 25 Gram L-Carnitin. Nach nur ca. 10 Tagen hat der Körper genug L-Carnitin und die Zellen können jetzt besser Nährstoffe aufnehmen.

- L-Carnitin für starkes Herz
- reduziert Puls unter Belastung
- bei Herzschwäche
- gut für Leber, fördert neue Leberzellen
- stärkt Immunsystem
- hilft bei Asthma
- Zellöffner
- Carnitin (zur Stärkung bei geschwächter Lunge)  
L-Carnitin ist der Mund der Zelle, öffnet sie! Es besteht keine Gefahr der Überdosierung. Jeder Körper enthält ca. 25 Gramm L-Carnitin.
- L-Carnitin stärkt das komplette Immunsystem! Kinder nehmen 1g, Erwachsene 3-4 g täglich. Nach nur ca. 10 Tagen mit 2,5 g hat der Körper seinen Vorrat aufgefüllt. Dann kann man 1-2 Monate Pause machen.

Der Körper verbraucht bei hohem Stress oder körperlicher Anstrengung 1200 mg/Tag, der Vorrat von 20-25 g im Körper ist schnell verbraucht. Zur Produktion von 1g L-Carnitin werden 30 g Muskelmasse abgebaut. (Auszug Buch OPC-Das Fundament)

Für das Herz:

- Steigerung der Herzleitung, der Herzkraft
- ATP Produktion (Energiebereitstellung im Körper)
- senkt die Herzfrequenz unter Belastung
- reduziert Symptome von Herzschwäche
- erhöht die Belastbarkeit des Herzens
- reduziert die Herzinfarktintensität
- Carnitin ist Power für das Herz

Für das Immunsystem:

- versorgt die Immunzellen mit Energie
- steigert die Aktivität der Immunzellen unter Belastung
- erzielt positive Effekte, auch wenn andere Immunstimulanzien kontraindiziert sind (sehr wichtig bei MS-Patienten, wo das Immunsystem das brisanteste Problem darstellt)

Für die Leber:

- Verbesserung der Leberfunktion
- beschleunigt die Erneuerung von Lebergewebe
- reduziert Fettleberproblematik

- steigert die Proteinsynthese der Leber
- steigert die Fettverbrennung der Leber
- reduziert die Schädigung der Leber durch Alkohol

Für Gehirn und Nerven:

- verlangsamt die Alterung des Gehirns (Demenz, Alzheimer)
- verbessert die kognitiven Fähigkeiten wie Konzentration, Erinnerung und Lernfähigkeit
- verringert den Verlust von Rezeptoren
- beschleunigt Erneuerung von Gewebe

Für den Muskel:

- steigert Kraft und Ausdauer
- lindert körperliche und mentale Ermüdung
- reduziert Muskelverletzungen, Muskelkater, Seitenstiche
- fördert Erhalt und die Neubildung von Muskelmasse
- beschleunigt Regeneration

(Auszug Ende)

## **L-Carnosin**

- Zur Zellverjüngung
- Giftausleitung
- Schutz vor freien Radikalen
- verbindet Gehirnteile
- gegen: Alzheimer, Parkinson, Epilepsie, Hyperaktivität, Asperger Syndrom, Legasthenie, Touret Syndrom, Zell-Alterung
- Ausleitung von Schwermetallen,
- Hautverjüngung,
- OP-Wunden,
- Verlängert die Lebensdauer von menschlichen Zellen.
- Hilft gegen Autismus! (Innerhalb von 8 Wochen entscheidende Verbesserung)
- für Sportler
- Epilepsie
- Entgiftet
- Steigert Gehirnaktivität
- verjüngt Zellen
- Katarakt (Augen)
- Alzheimer
- Parkinson
- Legasthenie

## **Leinöl**

Natürliche Quelle mit dem höchsten Gehalt an Omega-3 ungesättigten

Fettsäuren.

- Leinöl hat ein Omega-3 zu Omega-6 Verhältnis 4:1
- Dosierung: Frauen 1 ½ Esslöffel/Tag und Männer 2 Esslöffel/Tag fördern Neubildung von Gehirnschicht!
- Hochwertiges bio natives und ungefiltertes Leinöl
- Haltbarkeit 3 Monate
- Kühl und lichtgeschützt aufbewahren
- Entzündungshemmend

(Auszug Buch: OPC-Das Fundament)

Wirkt sich positiv auf folgende Krankheiten aus:

- Diabetes mellitus
- Polyarthrit
- Herzleiden
- Endogene Formen von Depressionen und Schizophrenie (es entsteht etwas von innen heraus)
- Fettstoffwechselstörungen
- Arteriosklerose
- Durchblutungsstörungen
- ADS ADHS
- Rheuma
- Bluthochdruck
- LDL Cholesterinspiegel

(Auszug Ende)

### **Löwenzahn:**

- Für die Leber
- Für die Galle
- Diabetes (Löwenzahnblüten in Zucker geben, ins Dunkle geben-in ein Erdloch, 2-3 Wochen warten, der Löwenzahnzucker senkt den BZ)
- Löwenzahnwurzel bei Tieren (bei Vergiftungen, holt die ganzen Toxine raus) in Milch aufgekocht

### **Lysin**

(Die meisten Leute haben Lysin Mangel)

- Für den Erhalt der Muskeln, sowie auch zur Nachbildung von Muskelmasse,
- für gute Konzentrationsfähigkeit
- bei Fieberbläschen
- gut für Vegetarier: Die Pflanzen haben einen viel höheren Proteingehalt bei Zugabe von Lysin!



# M

## **Magnesium**

Bei Krämpfen z. B. Wadenkrämpfen

Wenn man D3 nimmt, benötigt man Mg. Durch D3 wird vermehrt Calcium aus dem Darm aufgenommen. Das Verhältnis Ca und Mg im Körper beträgt 2:1. Da Calcium und Magnesium nur gemeinsam in die Knochen eingebaut werden, benötigt man Magnesium. Ansonsten holt der Körper sich das Magnesium aus den Muskeln -> Muskelkrämpfe. Wenn Magnesium schlecht aufgenommen wird hilft „Magnesium phosphoricum

Wenn man Sport treibt hat man auch einen erhöhten Bedarf.

## **Mahonienwurzel:**

Keine Gegenanzeigen.

Bestes Mittel für die Haut!!!

- Neurodermitis
- Psoriasis (Schuppenflechte)
- Ekzeme
- Herpes
- Akne
- Syphilis

## **Maishaartee**

- bei Gicht
- bei Rheuma
- bei Fettleibigkeit
- Diuretikum ohne Reizwirkung der Niere, entwässernd
- Dicke Beine bei Schwangeren
- Ödeme
- trüber Urin
- Blasenentzündung
- Nierenentzündung
- Nierenkolik
- Herzwassersucht

## **Malvenblätterttee:**

- heilt Narben

## **Manucahonig**

- aus Neuseeland ist sehr gut und zu empfehlen

## **Mauerpfefferkraut:**

Keine Gegenanzeigen

Äußerlich: Saft quetschen und Saft auftragen

Innerlich: als Tee trinken

- Kopfgrind
- Diphtherie (abkochen als Gurgelmittel)
- schlecht heilende Wunden
- wundheilend
- äußerlich bei Hautkrebs
- Analfisterrisse
- Afterjucken
- Afterbrennen
- Mastdarmvorfall

## **Mineralien - siehe auch Urgesteinsmehl**

Mineralstoffe und Spurenelemente sind lebenswichtige Naturstoffe, die den reibungslosen Ablauf aller lebenserhaltenden Vorgänge in uns gewährleisten. Der Sauerstofftransport in und aus den Zellen ist ohne Mineralien nicht mehr wegzudenken. Mineralien sind für unseren Körper wichtiger als Vitamine, sie helfen dem Körper seinen basischen Ursprung zu behalten (ganz wichtig wo heute alle übersäuert sind) Viele Störungen und Unregelmäßigkeiten des Körpers beruhen oft auf einer simplen Mangelerscheinung einer oder mehrerer Mineralien und Spurenelementen. Werden diese dem Körper nicht zugeführt kommt es zu lebensbedrohlichen Zuständen. **Im Urgesteinsmehl von Robert sind 30 Mineralien.**

- es entgiftet
- es löst Amalgambelastung
- es entlastet Herz und Leber
- es unterstützt Schwangere
- es hilft bei Blähungen
- es hebt die Wirkung von Atomstrahlung auf
- es säubert den Darm

Beispiele was Mineralien können: Kalium und Magnesium normalisieren den Blutdruck, Kaliummangel im Herzmuskel kann zu plötzlichem Herztod führen, er kann Herzrhythmusstörungen, verlangsamten und unregelmäßigen Puls bewirken. Kieselsäure ist zum Aufbau der Sehnen, Augen, Ohrmuscheln und der Fingernägel nötig. Das Phosphatverhältnis der Mineralien ist wichtig zum Aufbau des gesamten Knochensystems und der Zähne. Ein Mangel verursacht Knochenbrüchigkeit und Osteoporose. Eisen dient zum Sauerstofftransport zu den Zellen, besonders zu den Herzmuskeln und zum Gehirn. Besonders viel Eisen brauchen Frauen während der Schwangerschaft. Fehlen dem Organismus Mengen an Chrom, so kommt es zur Verkalkung der

Herzkranzgefäße und zu Diabetes. Kobalt kann Blutarmut verhindern, Ohne Mangan gibt es keine Harnstoffbildung, Zinnmangel vermindert die Sekretion der Verdauungsenzyme. Aluminium ist erforderlich für die Verdauung. Molybdän ist sehr wichtig für das Gedächtnis.

### **Mironglas**

ist besser als anderes Glas, da nur ultraviolette Strahlen durchgehen, hält länger frisch.

### **MSM Organischer, körpereigener Schwefel:**

(Auszug aus Buch: OPC- Das Fundament und Robert Franz Videos)

MSM ist eine körpereigene Substanz. Jeder Mensch hat ca.150 Gramm körpereigenen Schwefel ständig im Körper. Laut Studie leiden 70 % der Menschen in Deutschland, Österreich und der Schweiz ständig unter irgendwelchen Schmerzen. Bei Arthrose oder Gelenkschmerzen aber zum Beispiel verbraucht der Körper 60% Schwefel. Dieses fehlt dann um Schmerzfrei zu sein. Im Alter fehlt 60 % Schwefel = 90 g Schwefel. MSM kommt in vielen Lebensmitteln vor, wird jedoch durch kochen und pasteurisieren zerstört. Der Mangel entsteht durch wenig Verzehr von Rohkost. Entzündungen ohne Nebenwirkungen zu reduzieren. Es ist das beste Mittel für chronische Schmerzen. Es wirkt wie die üblichen Schmerzmittel, nur nicht so schnell. MSM gelangt innerhalb von 24 Stunden in fast alle Gewebe des Körpers. MSM, welches nicht verstoffwechselt wird, ist innerhalb von 96 Stunden wieder ausgeschieden. MSM ist entzündungshemmend, entgiftend, ableitend, durchblutungsfördernd, aber besitzt auch anabole bzw. aufbauende Stoffe (Aufbau von körpereigenen Stoffen).

Dosierung:

Bei starken Gelenk- oder Nervenschmerzen:

4 Wochen 5g/Tag in ½ Glas Wasser lösen, trinken, danach noch 1 Glas Wasser trinken. Bei dem MSM in Pulverform sind das 2 Teelöffel. (pro Teelöffel 2,5 Gramm) oder 2 x 4 Kapseln. Nach einem Monat ist es aufgefüllt. Man beginnt mit ½ Teelöffel morgens und abends, wenn man es gut verträgt, nach 2-3 Tagen auf 1 Teelöffel morgens und abends steigern. Man kann bis zu 20 g Schwefel aufnehmen. Nach einem Monat kann man mit 500-100 mg Tag den Spiegel erhalten. Robert hatte auch so eine Frau. da hat das 2 Monate gedauert bis die Speicher so voll waren MSM kann man bis 50 Gramm am Tag nehmen, das sind 10 Teelöffel voll. Die Nerven liegen blank, da muss viel weißer Schwefel (MSM) in den Körper rein.

Achtung! Der Stoff in Pharma-Schmerzmitteln Diclophenac lässt das Nierengewebe kristallisieren!! Es zerstört in Deutschland jährlich ca. 17000 Nieren!

Schmerzen sollten sich innerhalb 1 Woche reduzieren. Nach 4 Wochen sollte der Schmerz weg sein. In Ausnahmefällen dauert es auch mal 8

Wochen. Viele Studien haben bewiesen:

- MSM kann Schmerzimpulse entlang der Nervenfasern verhindern.
- MSM kann Entzündungen schwächen.
- MSM kann die Blutversorgung erhöhen.
- MSM kann Muskelkrämpfe reduzieren.
- MSM ist behilflich bei Linderung und Heilung von Narbengewebe.

Wichtige Eigenschaften von MSM:

- Für Muskeln, Gelenke, Knochen:
- MSM bekämpft Gelenkschmerz (Bei einem Gichtanfall kann man auch 1 Teelöffel Kaiser Natron in einem Glas Wassergeben und trinken. Dadurch werden die Gelenke wieder basisch, saure Gelenke tun weh)
- MSM verbessert die Funktion der Gelenke.
- MSM bekämpft Muskelschmerz.
- MSM stärkt die Entzündungsresistenz.
- MSM stärkt das Bindegewebe durch Verbesserung des Schwefelgehaltes.
- MSM bekämpft Osteoarthritis (Entzündung, die vom Knochen auf das Gelenk übergeht) und rheumatische Arthritis durch Stärkung von Bindegewebe und Gelenken.
- MSM bekämpft Knochenschmerzen.
- MSM bekämpft Tendonitis (Entzündung der Sehnen) und Probleme wie „Tennisarm“.
- Unbedingt notwendig zum Knorpelaufbau und zum Aufbau von Muskeln, Bändern und Sehnen. Ohne Schwefel gibt es keinen Knorpelaufbau!!

Für das Herz-Kreislaufsystem:

- MSM kann die Blutzirkulation erhöhen.

Für das Verdauungssystem:

- MSM fördert die Darmaktivität.
- MSM stärkt die Darmschleimhaut.
- MSM schützt vor dem Eindringen der Antigene in den Blutkreislauf.

Für den Stoffwechsel:

- MSM fördert die körpereigenen Insulinsynthese.
- MSM bekämpft Insulinresistenz.
- MSM senkt die Ansammlung von Milchsäure durch körpereigene Belastung.
- MSM fördert schnellere Regeneration.

Für das Immunsystem:

- MSM stärkt die Fähigkeit Krebs (Brustkrebs, Darmkrebs) abzuwehren.

- MSM stärkt die Fähigkeit Allergien abzuschwächen (auch Lebensmittelallergien).
- MSM senkt die Autoimmun-Reaktion des Körpers.
- MSM stärkt die Entzündungsresistenz des Körpergewebes.
- MSM stärkt die Widerstandskraft gegen Erkältungen.

Für das Nervensystem:

- MSM bekämpft Probleme mit Migräne.
- MSM bekämpft Nervenschmerzen (durch Veränderungen der Schwingungen der Nervenreize). Z. B. Trigeminus-Nerv, Ischias-Nerv
- MSM verbessert die „Aufgewecktheit“.
- MSM verbessert die Konzentration.
- MSM bekämpft negative Effekte, die durch erhöhten Stress verursacht werden.

Für Haut, Haare, Nägel:

- MSM bekämpft altersbedingte Hautfalten. (Vitamin C lässt die Wirkung steigern)
- MSM bekämpft Akne.
- MSM bekämpft trockene Haut.
- MSM verbessert die Kondition und sorgt für Wachstum von Haare und Nägel.
- MSM verbessert die Elastizität der Haut.
- MSM verbessert das Erscheinungsbild der Haut.
- MSM beschleunigt das Heilen von kleineren Wunden.

MSM ist ein Anti-Aging-Mittel: An Fälligkeiten für Krankheiten. Durch Einnahme von MSM wirken wir diesbezüglich entgegen. (Auszug Ende)

### **Mohnblütenöl selbst herstellen**

- 400 Mohnblütenblätter in helles Glas (z.B. Einmachglas)
- 500 ml kaltgepresstes Olivenöl übergießen
- 42 Tage in die Sonne stellen
- Danach abseihen in ein dunkles Glas umfüllen

Hilft bei Schmerzen aller Sehnen, Tennisarm, Sehnscheidenentzündung

### **Muttersaft**

Jeden Monat mal einen anderen trinken

Aronia, Goja, Heidelbeere, Blaubeere, Himbeeren, Erdbeeren, Johannisbeeren, Brombeeren, Physalis, Granatapfel, Quitten, ...

- Aroniabeeren (stoppt Krebswachstum)
- Goji Beeren (viel Vitamin C, für Verdauung)
- Heidelbeeren (viele Polyphenole, stärkt die Sehkraft, verbessert

- die nächtliche Sicht)
- Himbeeren (stoppt Krebswachstum)
- Erdbeeren (stoppt Krebswachstum)
- Johannisbeeren (öffnet die Mitochondrien der Zellen, Zellen können mehr Sauerstoff aufnehmen, die Leitung steigert sich, 700 mg Polyphenole)
- Vogelbeerenschnaps (senkt Augendruck)
- Physalis (beste Indikation für Nierenschwäche)
- Granatapfel (20 verschiedene Polyphenole, schützt vor Krebs)
- Quitten (beruhigt die Magenschleimhaut)

Beeren sind reich an Polyphenole.

Je dunkler die Beeren, desto höher der Polyphenolanteil.

Schützen das Körpergewebe vor oxidativen Schäden durch freie Radikale.

Aroniabeeren haben sehr viele Polyphenole.

# N

## Nattokinase

Nattokinase ersetzt herkömmliche Mittel zur Blutverdünnung.

Nattokinase schlägt jeden künstlichen Blutverdünner. Ist 8 Stunden länger im Blut. Es ist ein Enzym und wird aus dem fermentierten Schleim der Sojabohne gewonnen.

Nattokinase hilft bei:

- bei Thrombose (wenn die Blutplättchen sich verkleben durch Fibrin im Blut) Fibrin erzeugt Blutgerinnsel. Nattokinase löst das Fibrin auf. (Marcumar kann das Fibrin nicht auflösen, es zerstört aber die Blutplättchen. Was bedeutet das das Risiko eines Blutgerinnsels weiterhin bestehen bleibt!)
- bei Lungenembolie
- Lungenthrombosen
- Thrombosen durch die Pille
- Thrombosen an der Herzklappe
- Vitalisiert alle Organe
- Gerinnungsenzym Plasmin wird vermehrt produziert
- Alzheimer
- Osteoporose

Dosierung:

2-3 x täglich 1 Kapsel a 100 µg ist eine schwache Dosierung.

2-3 x täglich 2 Kapseln a 100 µg ist eine mittlere Dosierung.

2-3 x täglich 3-4 Kapseln ist eine hohe Dosierung.

Bei Thrombose 2x3 Kapseln a 100 µg am Anfang, ansteigend auf 2x6

Kapseln a 100 µg nach einem Monat, getrennt von den Mahlzeiten. Nattokinase löst diese Thrombosen auf. In der Medizin wird bei einer Thrombose (Blutgerinnsel) im Bein, das Bein einfach aufgeschnitten und gesäubert. Durch den Einsatz von Nattokinase braucht man nicht mehr operieren. Nach ca. 4 Monaten mit Nattokinase ist das Bein sauber. Die Nebenwirkungen von ASPIRIN und Medikamenten mit den gleichen Wirkstoffen bei regelmäßiger Einnahme sind Blutungen im Magen-Darm Trakt und Magengeschwüre. Nattokinase bei Lungenembolie und Thrombose. Marcumar absetzen. Marcumar ist 9 Tage im Blut. Stattdessen OPC 1 morgens, 1 mittags und 2 abends. Nach 9 Tagen Nattokinase nehmen. Morgens 1 Nattokinase plus 1 OPC und abends 1Nattokinase plus 1 OPC

**Nicht nehmen, wenn man einen Gen Faktor Defekt hat.**

(Auszug: <http://www.naturheilpraxis-hollmann.de/Nattokinase.pdf>)

Nattokinase trägt mehr als irgendeine andere von mir eingesetzte therapeutische Einzelmaßnahme zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutflusses bei.“ Hierzu zählen Arteriosklerose, Unfruchtbarkeit, Bluthochdruck, Dysmenorrhoe, Fibromyalgie, tiefe Venenthrombose, Krampfadern, Hämorrhoiden und ischämische Schlaganfälle. Ich habe Nattokinase mittlerweile bei etwa 300 Patienten eingesetzt. Es ist ein wirklich vielseitiges Supplement, welches bei den folgenden Erkrankungen von Nutzen ist:

- Thromben Bildung der Arterienwand bei Arteriosklerose
- Arteriosklerose
- Koronare Herzkrankheit (KHK) –Herzinfarktprävention
- Lungenembolie
- Vorhofthromben bei chronischem Vorhofflimmern
- Thromben in den Augen retinaler Zentralvenenverschluss
- Diabetes mellitus, führt häufig zu übermäßiger Thrombozytenaggregation
- Hypertonie – Eine Natto-reiche Ernährung oder Nattokinase Supplemente haben sich als blutdrucksenkend erwiesen. Das mikroskopische Trauma in einer Gefäßwand unter Bedingungen des Bluthochdrucks erhöht die Thrombozytenaggregation und macht Maßnahmen zur Blutverdünnung in der Langzeitprävention koronarer
- Herzerkrankungen und Schlaganfälle bei Hypertonie erforderlich.
- Periphere Gefäßerkrankungen – Arteriell bedingte Atherosklerose oder venös-bedingte Thrombose. Nattokinase verbessert fast immer Besenreiser und
- Krampfadern. Hämorrhoiden werden ebenfalls gebessert.
- Senile Demenz, bei der eine schlechte Durchblutung und Blutversorgung oder
- zerebrale Thromben Bildung besteht.

- Ischämischer Insult – Prävention
- Chronische Migräne – bei der eine Thrombozyten Aggregation zur Freisetzung
- gefäßaktiver Botenstoffe führt, die an der Migräne beteiligt sind
- Fibromyalgie, CFS, Lyme-Krankheit, wo durch die chronisch bestehende Infektion Antikörper produziert werden, die mit den Endothelzellen kreuzreagieren und zur Ablagerung von Fibrin führen
- Dysmenorrhoe – bei der eine übermäßige Blutgerinnung schmerzhaft
- Krämpfe verursachen kann

Wie drei Spitzenärzte Nattokinase einsetzen

- Jonathan Wright, M.D.: Nattokinase - ein effektives Mittel bei Hyperkoagulabilität -

Ich setze Nattokinase ein, seitdem sie erhältlich ist, weil sie äußerst effektiv ist. Ich vergleiche dieses Enzym mit den Wachposten am Buckingham Palast. Die stehen dort bewegungslos – man kennt diese berühmten Fotografien, wo ein Wachposten mit einer Feder an der Nase gekitzelt wird und sich nicht bewegt. Wenn man allerdings versucht, in den Buckingham Palast einzudringen, greifen sie sofort ein. Genauso wirkt Nattokinase. Das Enzym verhält sich ruhig und der einzige Reiz, auf den es reagiert, ist ein Blutgerinnsel bzw. speziell Fibrin.

Wenn die Fibrinbildung hemmt. Dies ist sicherlich eine Möglichkeit, Blutgerinnsel anzugehen. Ein anderer Weg besteht in der Anwendung von Fischöl. Studien haben gezeigt, dass das Arteriosklerose Risiko von Eskimos nur halb so hoch ist wie in allen anderen Gegenden der Erde.

Worüber jedoch nicht gesprochen wird ist die Tatsache, dass sie ein weitaus höheres Risiko für einen Schlaganfall haben, wenn ein Gefäß schwach ist, platzt und keine Gerinnung stattfinden kann. Fischöl ist damit ein zweiseitiges Schwert. Meine Behandlungsmethode besteht darin, zwei Teelöffel Fischöl täglich zu empfehlen, eine Dosis, bei der die Blutgerinnung nicht gehemmt wird. Diese kombiniere ich mit Nattokinase, um das Fibrin aufzulösen. So erhält man eine effektive und sichere Therapie bei Gerinnungsstörungen. Ich habe die bemerkenswerte Wirksamkeit von Nattokinase bei einer der jungen Ärztinnen in unserer Klinik beobachten können. Mit Ende 20 litt sie an wiederkehrender mesenterialer Arteriosklerose. In der Arterie, die sich in den Darm verzweigt, entwickelten sich Thromben, die den Blutfluss blockierten und heftige Magen-Darm-Schmerzen verursachten. Alle paar Wochen musste sie aufgrund starker Krämpfe zu Hause bleiben. Ihre behandelnden Ärzte wollten sie auf Cumarin einstellen, sie ist jedoch naturheilkundlich ausgerichtet und verweigerte dies. Darüber hinaus ist sie allergisch gegen Fisch, so dass sie kein Fischöl einnehmen konnte. Wir verabreichten ihr alle acht Stunden Nattokinase. Ich empfehle den Patienten in solchen Fällen die Einnahme, bevor sie zu Bett gehen, wenn sie morgens aufstehen und mitten am Tag, da Untersuchungen gezeigt



haben, dass die Wirkung von Nattokinase ungefähr acht Stunden anhält. Die junge Frau hatte kein Problem mehr, seit sie mit der Einnahme von Nattokinase begonnen hatte.

Venenthrombose, die den Blutfluss vom Fußknöchel bis zur Leiste blockierte. Sie hatte bislang insofern Glück gehabt, als sich von diesem Blutgerinnsel noch keine Mikrothromben gelöst hatten und in ihr Herz oder ihre Lungen transportiert worden waren. Man hatte ihr gesagt, dass eine Operation nötig sei und dass Cumarin allein nicht ausreiche. Sie schrieb mir, dass sie eigenmächtig begann, die doppelte Dosis Nattokinase alle acht Stunden einzunehmen. Tests zeigten, dass sich das Patienten, der einen Herzinfarkt oder einen ischämischen Insult hatte und der einem Rezidiv vorbeugen möchte und bei jeder Indikation für Cumarin, sollte man Fischöl und Nattokinase einsetzen.

Diese Kombination erhöht die Chancen für eine erfolgreiche Therapie von Gerinnungsstörungen, ohne den Patienten dem Risiko einer Beeinträchtigung des Vitamin-K-Stoffwechsels auszusetzen.

- Stephen Hines, N.D.: Nattokinase und Lyme-Krankheit

Die Lyme-Krankheit ist mein Spezialgebiet. Ich selber bin Lyme-Patient und nehme mich als Versuchsperson für jede Therapie, die ich bei meinen Patienten einsetze.

Wenn man an einer wirksam zu bekämpfen, müssen die Wirkstoffe tief ins Gewebe gelangen, und das ist der Moment, in dem Nattokinase ins Spiel kommt. Ich verabreiche meinen Patienten Nattokinase, steigere langsam die Dosis, und wenn sie einen Maximalspiegel erreicht haben und die pathogenen Keime auf diese Weise angreifbar geworden sind, setze ich zusätzlich antibakterielle, antifungale oder antivirale Medikamente eine Möglichkeit in der Prävention und Behandlung kardiovaskulärer und peripherer Gefäßerkrankungen und hat darüber hinaus weitreichende Konsequenzen für eine wirkungsvolle Therapie zahlreicher anderer chronischer Erkrankungen.

- David Brownstein, N.D.: Nattokinase und Knochenschmerzen

- Wir haben in unsrer Klinik ausgezeichnete Resultate mit Nattokinase erzielt. Wir setzen es bei Hyperkoagulabilität bzw. Blutgerinnungsstörungen ein. Bei einem unserer Patienten wurde eine Hämochromatose diagnostiziert. Hierbei handelt es sich um eine Eisenspeicherkrankheit, die aus therapeutischen Gründen Venenpunktionen erfordert. Diese gestalteten sich als außerordentlich schwierig, da sein Blut sehr dickflüssig war und der Eingriff mit starken Schmerzen verbunden war. Nachdem er zehn Tage lang Nattokinase ältere Frau berichtete mir, dass ihre Knochenschmerzen unter der Einnahme von Nattokinase verschwanden. Viele ältere Frauen klagen über Knochenschmerzen, aber es ist ungünstig, sie mit Cumarin zu

behandeln und die Vitamin-K-Kaskade zu stören, da Vitamin K zur Bildung des Knochenproteins benötigt wird. Nattokinase kann in diesen Fällen die Lösung sein.

Zudem behandle ich eine Patientin mit Vorhofflimmern, der Cumarin verschrieben wurde, die es aber nicht verträgt. Es war ihr Wunsch, stattdessen Nattokinase auszuprobieren, und sie fuhr sehr gut damit.

<http://www.naturheilpraxis-hollmann.de/Nattokinase.pdf>

Seite empfohlen von Robert Franz  
(Auszug Ende)

Aspirin kann man nach 1 Monat absetzen.

- Erst D3 Spiegel hoch fahren, 10 Tage 40 Tropfen, anschließend 10 Tropfen im Winter und 5 Tropfen im Sommer
- L-Arginin (das die Adern offen bleiben)
- Dann:
- Morgens 1Nattokinase plus 1 OPC und abends 1 Nattokinase plus 1 OPC
- B12, 2x 1000 µg lutschen (Vorbeugung Schlaganfall)
- B-Komplex 1x/Tag (Vorbeugung Schlaganfall)

**Wichtig: bitte im Vortrag von Robert Franz (YouTube) informieren, bevor man das Marcumar absetzen möchte.**

## O

### **Odermennigkraut:**

- Bestes Mittel bei Leberleiden!!!

### **Öle:**

- Borretschöl (Bestes Mittel für die Haut!!! Nur äußerlich anwenden -> Leberschaden)
- Hanföl (gut für die Haare)
- Kokosöl (bei Alzheimer und Demenz)
- Leinöl (Natürliche Quelle mit dem höchsten Gehalt an Omega-3 ungesättigten Fettsäuren.)
- Olivenöl (Olivenöl gehört zu den wenigen Ölen, die bis auf 180°C erhitzt werden können ohne, dass sich krebserregende bzw. toxische Stoffe bilden).
- Schwarzkümmelöl (Migräne, Lunge, Asthma)
- Zedernussöl (Das Beste für Gastritis!!!)

### **Olivenöl**

(Auszug Buch: OPC-Das Fundament)

Olivenöl gehört zu den wenigen Ölen, die bis auf 180°C erhitzt werden können ohne, dass sich krebserregende bzw. toxische Stoffe bilden.

- ungefiltert und kaltgepresst
- Gutes Olivenöl ist grünlich!!
- Antioxidant
- Neutralisation freier Radikale bei passiv Rauchern
- Verbesserung der kognitiven Funktionen
- entzündungshemmend
- größere Elastizität der Gefäße
- gefäßerweiternd (NO-Bildung, Hydrixityrosol: Calcium Antagonist)
- Hemmung der Thrombozytenaggregation und LDL-Oxidation
- mindert den Gesamt- und den LDL-Cholesterin-Spiegel
- Hypoglykämisch (BZ senkend)
- Immunstärkung gegen Brustkrebs (Studien)
- Immunstärkung auf Magen- und Darmtrakt (Studien)
- fungistatisch (hemmt Pilzwachstum)
- chemopräventiv (hemmt, verzögert oder verhindert Krankheiten)  
(Darm, Brust, Prostata, Haut, Lunge)

(Auszug Ende)

### **Omega 3**

- Wichtigstes Öl ist Leinöl- hat über 60 Prozent Omega3
- Dagegen haben die Fischkapseln nur 3 Prozent
- Leinöl enthält Lignane-Fettstoffe 1-2 Prozent effektiv bei Brust- und Prostatakrebs. Auch bei MS gut

### **OPC**

Antioxidant, 20-mal so stark wie Vitamin C.

Vitamin C um das 10 fache. Hilft bei über 90 Krankheiten. Macht das Blut dünnflüssig indem die Reibung zwischen den Blutplättchen eliminiert wird. Dadurch kommt das Blut wieder bis in die kleinsten Äderchen und kann wieder Schlackenstoffe abtransportieren und Nährstoffe anliefern. (Die Blutplättchen werden nicht wie bei dem gefährlichen Blutverdünner Marcumar zerstört.)

Es hilft bei:

- Gefäßproblemen
- Aneurysma
- schützt Organe nach Transplantation
- Herz- Kreislauf System
- Blut-Cholesterin
- Diabetes

- Augenerkrankungen
- Haut und Bindegewebe
- Verletzungen- Sportverletzungen
- Krebs
- Degenerative Alterungsprozesse ausgelöst durch freie Radikale
- Atemwegserkrankungen
- Stimmungen
- Niere
- Schäden durch Alkoholismus
- Frauenleiden
- Libidostärkung
- Osteoporose
- Arthritis (Gelenkentzündung)
- Eiweißablagerungen im Gehirn
- OPC entgiftet.
- Vorbeugend für Herzinfarkt und Schlaganfall! Bereits 24 Stunden nach der Einnahme der ersten OPC Kapsel hat sich die Widerstandskraft der Blutgefäße verdoppelt!!!
- gegen Atomstrahlung
- Verhindert zu 68% Ablagerungen in Arterien
- Baut mit Hilfe von Vitamin C den Zucker über die Leber ab.
- Bringt den Histamin-Spiegel nach unten. (Ein erhöhter Histamin-Spiegel bedeutet allergisch auf etwas zu reagieren) Also weniger Probleme mit Allergien wie Heuschnupfen etc
- Magen-Darm-Trakt) Also weniger Probleme mit Speiseröhrengeschwüren, Magengeschwüren und Darmgeschwüren OPC bringt beide Spiegel nach unten und verhindert 92% aller Magen-Darm Geschwüre. Studien belegen das 100 mg OPC eine blutverdünnende Wirkung haben wie 500 mg Aspirin.

Bitte kein OPC zusammen mit Blutverdünnern einnehmen wie Marcumar  
 Dann z.B. mittags OPC und abends Marcumar. Immer 6 Stunden Unterschied. Wer Marcumar absetzen will bitte auch die Videos von Robert Franz ansehen, oder mich anrufen. Nicht einfach absetzen! Bei Dosierungen von 200mg/kg Körpergewicht ist nach 8 Wochen der Darmtumor um 44% geschrumpft. (Studie 2006)

- OPC holt Gifte, Schwermetalle und Pestizide aus dem Körper
- OPC schützt vor Strahlung
- OPC durchblutet das Herz um 179 % mehr
- OPC verhindert Eiweißablagerungen im Herz und Gehirn
- OPC = Durchblutung

Gesunde Menschen nehmen 1 Kapsel, macht Blut dünner. Bei Beschwerden nimmt man 2 Kapseln täglich (repariert Schäden), . 24 Stunden nach der Einnahme von OPC hat sich die Festigkeit der Blutgefäße verdoppelt!

(Auszug OPC-Das Fundament)

OPC hat eine günstige Auswirkung, es beugt vor, verlangsamt schädliche Prozesse und beschleunigt heilende Prozesse bei:  
Gefäßprobleme: (Blut-, Lymphgefäße)

- Venenprobleme
- schwere und schmerzende Beine
- offene Beine
- geschwollene Beine (besonders abends)
- Durchblutungsstörungen an den Händen und Füßen (Kälte, Kribbeln)
- Lymphstau
- Thrombosen (verhindert Aggregation der Blutplättchen)
- Ödeme
- Hämorrhoiden

Herzkreislauf-system:

- Normalisierung der Cholesterinwerte
- Verbesserung der peripheren Durchblutung
- Regulierung des Blutdrucks
- Vorbeugung von Herzinfarkt und Schlaganfall (einer der wichtigsten Eigenschaften von OPC)

Blut:

- Regulierung der Blutfette (LDL-Cholesterin und HDL-Cholesterin)

Diabetes:

- verbessert den Metabolismus (Stoffwechsel) des Zuckers
- verbessert die Durchblutung der Hände und Füße
- stabilisiert die Diabetische Retinopathie (Erkrankung der Netzhaut)

Augenerkrankungen:

- Grauer Star
- altersbedingte Sehschwäche
- Makuladegeneration (verminderte Sehschärfe, dunkler Fleck, bis zur Erblindung)
- Nachtblindheit
- Bindehautentzündung
- trockene Augen
- Grüner Star
- Lichtempfindlichkeit

Atemwege:

- Rhinitis (Schnupfen)

- Bronchitis
- Asthma
- Erkältung und Grippe

#### Niere:

- Stärkung der Kapillarresistenz (verhindert Austreten der Blutbestandteile)
- verbesserte Filterfunktion
- Proteinurie (Eiweiß im Urin)

#### Krebs:

- Schutz und Therapie fast aller Krebsarten (neueste Studien belegen es)

#### Degenerative Alterungsprozesse ausgelöst durch freie Radikale:

- MS
- Parkinson
- Alzheimer
- Demenz, Senilität
- Gedächtnisschwund

#### Haut-Bindegewebe Kollagen:

- vorzeitige Hautfaltenbildung
- Hautekzeme
- Akne
- Neurodermitis
- Psoriasis (Schuppenflechte)
- Dehnungsstreifen
- Cellulitis
- Schutz vor Sonnenbrand
- Kollagen-Reparatur
- trockene Haut
- Beschleunigung der Wundheilung
- Narbenbildung
- Elastizität Fuß- und Fingernägel
- Bestes Haarwuchsmittel (lässt Haarfollikel um 240 % wachsen)
- Bestes Sonnenschutzmittel
- Bestes Mittel gegen Atomstrahlung

#### Osteoporose:

- Festigung des Kollagengitters
- Verbesserte Calciumsynthese

#### Verletzungen und Sportverletzungen:

- Knochenbrüche
- Zerrungen
- Sehnen- und Muskelverletzungen
- Wunden (heilen meist in der Hälfte der Zeit)
- Antialterungsvitamin

Entzündungen des Körpers:

- Arthritis (Gelenkentzündung)
- Gastritis (Magenschleimhautentzündung)
- Hepatitis (Leberentzündung)
- Meningitis (Hirnhautentzündung)
- Sinusitis (Nasennebenhöhlenentzündung)
- Parodontitis (Zahnfleischentzündung)

Stärkung des Immunsystems bei:

- Grippe
- Erkältung
- Verstärkung der Wirkung von Vitaminen (C und E)
- Schwangerschaft und Babyresistenz

Allergien:

- Asthma
- Heuschnupfen (verschiedene Allergien auf Gräser, Pollen von Sträuchern und Bäumen)
- allergische Reaktionen auf Tierhaare, Hausstaub, Chemikalien, Lebensmittel, Schimmelpilze, Insekten, Sonnenallergie, Kontaktallergie, Allergie gegen Nickel und Silberschmuck)

Stimmung:

- Depression
- PMS (prämenstruelles Syndrom)
- Vitalisierung bei Müdigkeit und Erschöpfung
- Hyperaktivität bei Kindern ADS
- Lern- und Konzentrationsschwierigkeiten
- altersbedingte Reaktionsfähigkeit

Frauenleiden:

- Regelmäßigkeit der Periode
- Menstruationsbeschwerden
- PMS (prämenstruelles Syndrom)

Libido Stärkung der:

- Erektionsfähigkeit
- Orgasmus Fähigkeit
- Illusionsfähigkeit

Beschwerden bei Flug-Bahn und Busreisen:

- Durch Hemmung der Thrombozyten Aggregation vorbeugend gegen Thrombose, Lungenembolie
- Minderung der Schwellungen an den Beinen

Schäden durch Alkoholismus:

- Leberzirrhose
- Leberentgiftung
- Anti-Rebound-Effekt (Aggregation Verdickung und Verklumpung des Blutes nach Alkoholismus)

(Auszug Ende)

### **Symptome bei Unterversorgung mit OPC und Vitamin C:**

Allergien, Entzündungen, Konzentrationsschwäche, leichte Depressionen, Schwindelgefühl oder „Sterne sehen“ beim schnellen aufstehen, niedriger Blutdruck, Müdigkeit, Wetterfühligkeit, Migräne, trockene Augen/Haut, Neigung zu Übergewicht, alle Krankheiten die mit „itis“ (Entzündungen aller Art) enden Neurodermitis, Meningitis, Gastritis, Rhinitis, Bronchitis, Arthritis, usw. Nasenbluten, Zahnfleischbluten, lockere Zähne, Zahnausfall, schwaches Immunsystem, Infektanfälligkeit, Hämorrhoiden, Besenreiser, Krampfadern, schwere Beine, juckende Beine, schmerzende Beine, schlecht heilende Wunden, offene Wunden, Makula Degeneration, grauer Star, hoher Cholesterinspiegel, hoher Tryglicerinspiegel, zu dickflüssiges Blut (Thrombosegefahr), Fibrosen, im Auge vergrößerte Gefäße, gelbliche Augen, platzen von Gefäßen im Auge, Ödeme, kleinere innere Blutungen, empfindliche/dünne Haut, dunkle Flecken auf der Haut speziell im Bereich der Beine, Blutaustritt aus allen Körperöffnungen, Tod durch Skorbut, wenn nicht schon vorher eine Thrombose zu Lungeninfarkt, Schlaganfall oder Herzinfarkt geführt hat. Die derzeit weltweit empfohlenen Mengen an Vitamin C verhindert wie bereits erwähnt gerade Skorbut d.h. das Endstadium oder den drohenden Tod und jeder, dessen Ernährung arm an OPC und Vitamin C ist und diese beiden Stoffe nicht zusätzlich ergänzt, wird an einigen der o.a. Symptomen früher oder später unnötigerweise leiden. Kommen Ihnen einige dieser Symptome bekannt vor? Dann sollten Sie umgehend mit der Ergänzung Ihrer Nahrung mit OPC und Vitamin C beginnen. Wenn Sie OPC und Ihre Vitamin C Menge auf die von den Stoffwechselexperten empfohlene Menge steigern, verbessern oder verschwinden die beschriebenen Symptome in einigen Tagen, Wochen oder Monaten genauso wie sie entstanden sind. Denn die gemeinsame Ursache ist die extreme Unterversorgung Ihres Körpers mit OPC und Vitamin C. Sie würden viel langsamer altern, und blieben von vielen Krankheiten praktisch verschont! Krankheiten beruhen fast immer auf einer Unterversorgung an bestimmten Stoffen!



Wer einen empfindlichen Magen hat, sollte das OPC nach dem Frühstück / dem Mittagessen einnehmen. Empfindliche Personen haben durchaus ein „komisches Gefühl“ in der Magengegend, welches sich aber nach einer Woche Einnahme von OPC legt.

## P

## Q

### Q10

- Q10 + Arginin öffnet die Äderchen bis in die letzte Zelle
- Nahrung der Herzzelle.
- stoppt Tumore! 300-400 mg/Tag
- Stärkt das Herz um 10% pro Monat, nach 10 Monaten hat man volle Leistung und ein starkes Herz, bei ca. 300 mg/Tag
- Q 10 = Herzkraft bei Herzschwäche
- Entlastet das Herz und reduziert somit den Blutdruck

**Das Coenzym Q10** spielt im Zellstoffwechsel eine wichtige Rolle und ist unentbehrlich für ein kräftiges Immunsystem. Mangel, der vor allem bei altersbedingtem Nachlassen der körpereigenen Produktion von Q10 auftreten kann, äußert sich in Erkrankungen des Herzens und der Gefäße, Bluthochdruck, Diabetes oder auch Zahnbetterkrankungen. Vor allem die günstige Wirkung von Q10 auf die Herzleistung ist wissenschaftlich nachgewiesen: In einer Studie von S.A. Mortensen mit Patienten, die an Herzinsuffizienz litten, zeigten sich so gute Erfolge, dass 8 von 12 Patienten, die auf Digitalis und Diuretika nicht ansprachen, eine deutliche Besserung verzeichneten, nachdem sie vier Wochen mit Tagesdosen von 100mg Coenzym Q10 behandelt worden waren.

Diese bisher größte - Studie wurde mit 2664 Patienten durchgeführt, die an Herzinsuffizienz litten. Die Patienten erhielten über 90 Tage täglich zwischen 50 und 150mg Coenzym Q10. 78 % der Teilnehmer wurde 100mg pro Tag oral verabreicht. Nach 3 Monaten zeigten alle Patienten wesentliche Verbesserungen bei den Beschwerden, die in Zusammenhang mit ihrer Herzinsuffizienz standen.

Die folgende Tabelle zeigt, bei welchen Beschwerden wieviel Prozent der Patienten wesentliche Verbesserungen erreichten:

- **Zyanose** (blaurote Verfärbung von Haut und Schleimhäuten infolge Abnahme des Sauerstoffgehaltes im Blut) 78%  
(Schwellungen infolge Ansammlung wässriger Flüssigkeit in den Gewebsspalten z.B. der Haut und Schleimhäute) 78,6%,

- Lungenödem 77,8%
- **Vergrößerung der Leber** 49,8%
- **Kurzatmigkeit** 52,7%
- **starkes Herzklopfen** 75,4%
- **Schwitzen** 79,8%
- **Herzrhythmusstörungen** 63,4%
- **Schlaflosigkeit** 62,8%
- **Schwindel** 73,1%
- **nächtlicher Harndrang** 53,6%

Die Dosierung ist entscheidend!

Und, ist für die Behandlung von Herzkrankheiten mit Coenzym Q10 einer ausreichend hohen Dosierung von größter Wichtigkeit. Die meisten Fachleute sind der Ansicht, dass eine therapeutische Wirksamkeit ab einer täglichen Zufuhr von 100mg gegeben ist. Bei Herzinsuffizienz sind Dosierungen zwischen 50 und 300mg - je nach Schwere des Leidens - üblich, Dr. Clark ("Heilung ist möglich") empfiehlt sogar 400mg täglich. Gewöhnlich gilt die Regel, dass die Zufuhr umso höher sein muss, je kranker der Patient und je schwächer das Herz ist. Da die körpereigene Verwertung von Mensch zu Mensch variiert, ist es zweckmäßig, den Q-10-Gehalt im Blut feststellen zu lassen und sicherzustellen, dass er im Laufe der Behandlung ein höheres Niveau erreicht. Coenzym Q10 ist ungiftig und auch bei sehr hohen Dosierungen (über 600mg pro Tag) im allgemeinen völlig frei von Nebenwirkungen.

Ganz vereinzelt berichten Patienten über eine milde Form von Übelkeit, wenn Sie Coenzym Q10 einnehmen. Im Allgemeinen wird Coenzym Q10 bei Herzerkrankungen zusammen mit den vom Arzt verordneten Medikamenten eingenommen. Es wird sich aber im Verlaufe der Behandlung oft ergeben, dass diese - in Absprache mit dem behandelnden Arzt reduziert werden können.

Die 'Pille' senkt Co-Enzym Q10 und Vitamin E.

[http://www.webmed.ch/PDF/PDF\\_Q10\\_Buch.pdf](http://www.webmed.ch/PDF/PDF_Q10_Buch.pdf)

### **Querzitin:**

- Quercetin ist ein Extrakt von Zwiebeln.
- Ist in Äpfeln und Zwiebeln enthalten
- Es ist ein Flavonoid (entzündungshemmend)
- Schneidet die kleinen schleimigen Äderchen ab durch die der Tumor wachsen will und verhindert so Tumorwachstum!
- Studien z. B. gegen Brustkrebs und Bauchspeicheldrüsenkrebs
- Ist gegen Zysten
- Quercetin verhindert Krebszellwachstum
- Kann das Wachstum von Bauchspeicheldrüsenkrebs verhindern

- Studie lesen evtl. 50 mg/kg Körpergewicht????

### **Quittenschalente:**

- vitalisierend
- Magenbeschwerden
- Magenreizung
- Magenschleimhautentzündung

## **R**

### **Rosenblüten:**

- Bestes Mittel für Hautprobleme, welke Haut
- Bestes Mittel für Lungenschäden durch Luftbelastung
- Tee: 2 Teelöffel getrocknete Rosenblütenblätter (bei frischen Blüten die dreifache Menge) auf 250 ml Wasser

## **S**

### **Salbei:**

- Antiviral
- Antibakteriell
- Fungizid
- Schleimlösend

### **Sauerampfer:**

- Appetitanregend
- Leitet Toxine aus dem Körper

### **Sauerdorn:**

- Nierenfunktionsmittel
- Berberis vulgaris D6, Sauerdorn (Nierenfunktionsmittel) 3x5 Globuli  
Dazu ein warmes Bier, wenn man Nierensteine hat.

### **Schwarzkümmelöl**

Nativ, kaltgepresst

- Migräne 1-2 Teelöffel/Tag (Studie)
- Asthma (Studie)
- regeneriert die Lunge 1-2 Teelöffel/Tag
- spastische Bronchitis
- Hautprobleme

- Zecken abwehrend (innerlich einnehmen)

### **Sonnenblume:**

- Lungenemphysem
- Lungengangrän (Fäulniserreger)
- Bronchitis
- Fieber

### **Spitzwegerich:**

- Erkältung
- Schleim lösend

### **Strophantin**

Ohne Nebenwirkungen.

- entsäuert das Herz
- super bei Herzinfarkt
- die Herzleistung steigt
- nimmt die Schmerzen
- verhindert den Herzinfarkt
- beruhigt das Herz
- bei Herzrhythmusstörungen
- Bluthochdruck
- bei Astma

Darf nicht mit Digitalis zusammen genommen werden!!!

Original Strophantinkapseln gibt es nur noch vom Arzt verschrieben, googeln, welcher Arzt in der Nähe wohnt.

Strophanthin 0,6% HAB oder Strophanthin-Kapseln 3 mg

Herzleistungssteigerung dreifach durch Gabe von Strophanthin.

Strophanthin 10 Tropfen Herzmuskel ist entsäuert.

Buchempfehlung: Das Buch "Die Lösung des Herzinfarktproblems"

können Sie beim Autor Rolf-Jürgen Petry erwerben, ohne Versandkosten,

Näheres unter dem Menüpunkt "Buch": [http://www.strophanthin.org/?page\\_id=38](http://www.strophanthin.org/?page_id=38)), e-mail: [strophanthin@web.de](mailto:strophanthin@web.de)

Noch eine interessante Seite: <http://strophantus.de/index.html>

# **T**

# **U**

### **Urgesteinsmehl**

- sind 30 Mineralien
- entgiftet
- löst Amalgambelastung
- entlastet Herz und Leber
- unterstützt Schwangere
- Blähungen
- Hebt Atomstrahlung auf
- Darm wird gesäubert
- Verstrahlte Erde kann durch Urgesteinsmehl wieder regeneriert werden

## V

### **Vita Biosa:**

- 19 Kräuter und 7 Probiotische Kulturen (stellt den Nährboden bereit damit die Darmbakterien wieder dort leben und arbeiten können)
- Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren.
- Für die Darmflora
- Vita Biosa dichtet den Darm ab
- 2x25 ml normal
- Bei Morbus Chron, Colitis ulcerosa, Divertikulose
- Bei Krebs 3x25 ml/Tag
- HIV unterstützend
- BZ Reduzierung
- Migräne
- Gicht
- Wunden (Antioxidant)

Erfahrungsberichte über Vitabiosa kann man im Internet nachlesen

## W

### **Wegwartenwurzel:**

Beste Indikation bei Leberleiden!!!

Nicht verwenden bei Allergie gegen Kornblüte und Gallenverschluss!!!

- Cholesterinspiegel
- Anämien
- Toxine im Blut
- Fieber
- Gallenträgheit (nicht bei Gallensteinen!!!)
- Leberschäden
- Leberleiden

- Diabetes
- Magenschwäche
- Verstopfung

### **Weidenröschen:**

- Prostatabeschwerden

### **Weißdorn:**

Weißdorn enthält entscheidende Mengen an OPC.

Tee: 2 TL auf 250 ml kochendes Wasser, 10 Minuten ziehen lassen.

Tinktur: 1:5 mit 25 % Korn

### **Beste Pflanze für das Herz.**

- Gefäß erweiternd
- Herzschwäche
- Stärkt das Herz (Studie: 10-15 % mehr Herzkraft durch die Polyphenole)
- Herzrhythmusstörungen
- Herzklopfen
- Verminderte Herzleistungsfähigkeit
- Herzbeklemmung
- Fettherz
- Herzinfarkt vorbeugend
- Herzklappeninsuffizienz
- Altersherz
- Herzerweiterung
- Angina pectoris
- Herzmuskelentzündung
- Vegetative Herz- Kreislaufstörungen
- Niedriger Blutdruck
- Bluthochdruck
- Innere Unruhe

Crataegus, Weißdorn D4 3x5 Globuli

**X**

**Y**

**Z**

**Zedernholz**

Einen Anhänger am Körper getragen, beruhigt  
Zeder Nüsse enthalten sehr viele Mineralien und Öl, am besten 2 x 1 TL  
täglich knabbern, beste Nuss, hilft bei vielen Krankheiten

### **Zedernüsse (sibirische):**

Schmecken leicht ölig. Zedernüsse am besten vom Russland, dem  
Altaigebirge

Zedernüsse enthalten:

- sehr viele Mineralstoffe (z. B. Magnesium, Eisen, Zink, Kupfer, Mangan, Selen, Phosphor)
- Vitamine (B1, B2, B6, Folsäure, Niacinsäure, K, C)
- Tryptophan (Schlafhormon, Körper macht daraus Melantonin)
- Fettsäuren (Gamma Linolensäure, 93 % ungesättigte Fettsäuren)

Helfen bei:

- Asthma
- Bluthochdruck
- Diabestes

2x3g Zedernüsse/Tag (2 kleine Teelöffel) = 47 % weniger  
Herzkrankheiten, Gefahr des Herzinfarktes um 30 % gesenkt

### **Zedernussöl: vor jeder Mahlzeit 1 Teelöffel**

- Das Beste für Gastritis!!!
- wirkt entzündungshemmend
- Sodbrennen
- Dysplasie (Vorstufe von Krebs)
- bremst die Absonderung übermäßiger Magensäure

Buchempfehlung „Sibirische Zedernüsse“ Simonsohn Barbara

### **Zedernöl**

das Beste für Gastritis, 1 Teelöffel

# Teil 2

## Mangelercheinungen A-Z

### Inhaltsverzeichnis

#### A

Ablagerungen in den Halsschlagadern  
Abnehmen  
Achillessehne  
Akne  
Alkohol  
Allergien  
Altersflecken  
Arthrose (siehe Gelenkkrankheiten)  
Atemwege  
Augen  
Augen, Schlieren beim Sehen  
Augendruck

#### B

Betablocker  
Blasenentzündung  
Blähungen  
Blutdruck  
Borreliose

#### C

Cholesterin  
Chronische Schmerzen  
Colitis ulcerosa  
COPD

#### D

Darmkrebs  
Darmreinigung



Darmsanierung  
Demenz-Alzheimer  
Depression  
Diabetes

## **E**

EHEC  
Eisenmangel  
Entsäuern  
Erkältung

## **F**

Fersensporen  
Fettstoffwechsel  
Fibrom Allergie  
Flug

## **G**

Gallen- und Leberreinigung  
Gastritis  
Gedächtnisstörung  
Gehirnsanierung  
Gehirn-Eiweißablagerung  
Gehirntumor  
Gelenkentzündung  
Gelenkkrankheiten  
Gicht  
Grauer Star

## **H**

Haarausfall  
Hämorrhoiden  
Harninkontinenz  
Harte Arterien  
Hautproblem  
Helicobacter pylori  
Herpes

Herzinfarkt  
Herzrhythmusstörung  
Herzsanierung  
Herzschlagvolumen  
Heuschnupfen  
Hoher Puls  
Hyperaktive Kinder

## **I**

Ischiasnervenschmerzen

## **J**

## **K**

Kalk in den Knochen  
Kalkschulter  
Karies  
Kleinkinder  
Knochenbrüche  
Kopfschmerzen  
Krampfadern  
Krebs  
Kribbeln im Körper  
Kupfermangel

## **L**

Lähmungen  
Lebersanierung  
Leberschwäche  
Leber-Fettleber  
Lunge  
Lungenkapazität  
Lungensanierung

## **M**

Magenschleimhautentzündung  
Manisch-Depressiv  
Migräne

Morbus Chron  
Multiple Sklerose  
Muskelschwund

## **N**

Nächtliches Wasserlassen  
Nagelpilz  
Nasennebenhöhlenentzündung  
Nerven  
Neurodermitis  
Niere

## **O**

Operation  
Osteoporose

## **P**

Panikattacken  
Parodontose  
Polyneuropathie  
Potenz  
Proteinurie

## **Q**

## **R**

Rheuma  
Restless legs  
Rückenschmerzen

## **S**

Schilddrüse  
Schlaganfall  
Schleimhautentzündung  
Schleimbeutelentzündung  
Schuppenflechte  
Schwangerschaft  
Sehnenscheidenentzündung

Sehschwäche

Sodbrennen

**T**

Taubheitsgefühl im Körper

Thrombose

Tinnitus

Trigeminusnerv

**U**

**V**

Verdauungsstörung

Vergiftung bei Tieren

Verstopfung

**W**

Wadenkrämpfe

Warzen

Wasseransammlungen in den Beinen/Füßen

Wechseljahre

**X**

**Y**

**Z**

Zecken

Zungenbrennen

Zysten

# A

## **Ablagerungen in den Halsschlagadern etc.**

Ablagerungen hat man aus folgenden 3 Ursachen:

Durch Mangel an Vitamin C entstehen Risse. Der Körper schließt die Risse mit Lipoprotein A (ein Schutz-Cholesterin).

- Vitamin C (versiegelt den Riss)
- OPC (schützt die Stelle)
- Vitamin K (macht die Adern sauber)

## **Abnehmen:**

- D3 um den Stoffwechsel anzukurbeln (Bei Fettleibigkeit 10 Tage lang D3 50.000 Einheiten, außer man hat ein krankes Herz, dann muss man es eben langsam angehen lassen und dreht es um und nimmt 50 Tage 10.000 Einheiten.
- Chrom Picolinat (ohne Chrom kann kein Fett abgebaut werden, regt Fettstoffwechsel, kurbelt Fettverbrennung an, reduziert die Umwandlung von Kohlenhydraten in Fett) 200-400 mg
- OPC
- Chitosan aus Schalen von Krustentieren (bindet Fett, gut für Verdauung, Cholesterin, 3-4 Wochen 3-4 g/Tag)
- (Bitte keine fettlöslichen Vitamine gleichzeitig nehmen)
- Vitamin C (ist ein Fett-Verbrenner, Magenschutz)
- Kann dauerhaft getrunken werden.
- Regelmäßig Wasser trinken, damit es eine bessere Verdauung gibt.  
½ Stunde vor jedem Essen ein Glas Wasser trinken.
- Nur Essen, wenn man Hunger hat. (auf den Körper hören)
- Mäßige Bewegung

<http://www.gesund-heilfasten.de/diaet/schlankheitsmittel/chitosan.html>

Damit steht zu erwarten, dass eine langfristige Dauereinnahme von Chitosan auch zu einem Vitaminmangel führen müsste. Betroffen davon wären das Vitamine A und das Vitamin D (sofern Vitamin D nicht durch die Sonne erworben wird), das Vitamin E und das Vitamin K. Anscheinend gibt es zu diesem Thema keine Arbeiten. Fündig wurde ich bei einem wasserlöslichen Vitamin, dem Vitamin B12: [Use of chitosan in the treatment of obesity: evaluation of interaction with vitamin B12.](#)

Die Autoren zeigten, dass Chitosan in der Lage ist, dieses Vitamin zu zerstören. Sie warnen vor den Konsequenzen einer Langzeiteinnahme von Chitosan auf den Vitamin B12-Status.

Früher galt die Faustformel „Körpergröße minus 100“ zur Errechnung des Idealgewichts. Heute zählt der BMI (Body Mass Index) als Normwert. Berechnet wird er nach der Formel Körpergewicht (in Kilogramm) geteilt durch Körpergröße (in Metern) zum Quadrat.

Beispiel:  $BMI = \frac{x \text{ Kg}}{(y \text{ m} * y \text{ m})}$  (x = Körpergewicht, y = Größe in Metern)

Beispiel für einen 175 cm Körpergröße und 70 kg Gewicht:

$$BMI = \frac{70}{(1,75 * 1,75)} = 22,86$$

Als gesund gilt ein BMI von 18,5 bis unter 25.

Tipp: Als aussagekräftiger als der BMI betrachten Forscher den Wert „Taillenumfang geteilt durch Körpergröße“ (englisch: Waist-to-Height-Ratio).

Hier gilt ein Wert von unter 0,5 (bei Älteren unter 0,6) als erstrebenswert.

## **Achillessehne**

- DMSO, mehrmals am Tag. (Wenn man DMSO 50% mit dest. Wasser verdünnt, kann bis 6x pro Tag gesprüht werden)
- MSM 3 x 5 Kapseln (bei akuter Entzündung)
- Dehnübungen

## **Akne:**

- Juglansregia D3 3x5/Tag
- OPC
- MSM (entzündungshemmend)
- Rosenblütentee (damit waschen)

## **Alkohol**

Wein macht das Blut dünn, Bier und Schnaps dickflüssig

Bei Kater und Kopfweg helfen 2 OPC

## **Allergien**

Histamin Spiegel zu hoch

Bei Vitamin D3 Tropfen mit je 1000 Einheiten nimmt man:

- 10 Tage 40 Tropfen, danach im Sommer 5 und im Winter 10 Tropfen
- OPC 1 x in der ersten Woche, 2 x in der zweiten Woche und 3 Kapseln ab der dritten Woche
- Vitamin C
- Galphimia Glauca D6
- Okoubaka D3
- Vita biosa

## **Lebensmittelallergie:**

2 Wochen lang, 2-3x ein Produkt in den Mund nehmen und einspeicheln, 2-3 Minuten lang, danach ausspucken. Danach hat der Körper sich an das Lebensmittel gewöhnt und man kann es essen.

Die Ursachen von Allergien haben meist alle was mit der Darm Gesundheit zu tun. Vielleicht ist der Darm undicht, wodurch wir Giftstoffe aufnehmen. Dies bewirkt verschiedenste Allergien, wie Heuschnupfen, Tierallergien, Lebensmittelallergien, Laktoseintoleranz usw.

Es gibt zwei wichtige Spiegel im Blut, welche Allergie fördernd sind: Histamin und Histidin. Histidin führt im Magendarm Trakt oft zu Geschwüren. bedeutet, dass durch Einnahme von OPC der Histamin Spiegel sinkt und dadurch die Allergie weniger wird. Um die Allergie aber ganz weg zu bekommen muss der Körper im Leben sein. Um im Leben zu sein, und Energie zu haben braucht er Vitamin D3, welches wir durch die Sonne bilden. Durch das zugeben von Vitamin D3 läuft der Körper erst mal wieder. Dadurch bewegt sich das Blut auch schneller. Es werden auch Allergene im Körper verteilt und liegen nicht alle auf einen Platz.

1 Sollte man bei Allergie Vitamin D3 zu sich nehmen.

2 wie gesagt das OPC (Traubenkernextrakt), welches Anti Allergisch wirkt.

Bei OPC ist aber zu beachten, dass eine Kapsel es nicht schafft, weil ja 5 Liter Blut dünn gemacht werden muss. Ab 2 bis 3 Kapseln pro Tag hat man schon Erfolg.

Und hier die Anmerkung das hier hochkonzentriertes Traubenkernextrakt gemeint ist. Die meisten Hersteller haben viel zu wenig OPC pro Kapsel.

Kurzer Erfahrungsbericht: Nach 3 Kapseln von OPC 133 (dem OPC von Robert Franz) hat eine Frau mit Muskat-Nuss Allergie nach 40 Minuten einen Muskat-Kuchen essen können. Diesen konnten Sie vor der Einnahme von OPC durch die allergischen Reaktionen nicht essen.

3 das Mittel welches gegen Allergien hilft ist Vitamin C: Vitamin C ist auch antiallergisch und ein wichtiger Baustoff für unser Immunsystem.

4 Als nächstes gibt es noch 2 sehr guten Homöopathischen Mitteln:

- Galphimia Glauca D6, es wirkt desensibilisierend, antiallergisch und bewirkt das die Symptome wegfallen.
- Okoubaka D3, hilft bei den meisten Leuten mit Darm Problemen.

Wichtig ist auch dass man den Darm saniert, dazu gibt es hier noch ein Video von Robert Franz. Um Allergie heilen zu können benötigt es einer Darmsanierung und dem nachhelfen mit Naturmitteln. Bei Allergien OPC, Vitamin D und Vitamin C in ausreichender Menge nehmen.

## **Altersflecken**

Die Flecken sind nicht nur auf der Haut, sondern auch auf den Organen

im inneren des Körpers. Wenn das Herz schwach wird und wir einen Mangel an Selen haben, gibt es Altersflecken. Die Böden sind Selen arm.

## **Atemwege**

- D 3 (für neue Zellen, damit der Körper hochfährt und aus dem Winterschlaf kommt)
- OPC (schleimlösend, Durchblutung)
- Vitamin C
- Cordyceps chinesischer Raupenpilz (verbessert die Sauerstoffaufnahme um 55 % in der Lunge (2 Kapseln täglich), vitalisiert alle Organe. Muss nicht ständig genommen werden, aber um die Lunge hoch zu puschen)
- Alant Wurzel Tee (fördert die Erneuerung von Lungengewebe, Regeneration und Langlebigkeit, löst den Schleim, ist tumorhemmend - bei Lungenkrebs)  
1 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 10 Minuten ziehen lassen.
- Senega D12 Homöopathisch Klapperschlangenzwurzel (bei Asthma, Bronchitis, schleimlösend, auswurfördernd) Globuli 3x5 täglich
- L-Arginin wenn man schlecht Luft bekommt (weitet die Arterien und die Alveolen, es verbessert sich die Sauerstoffverwertung der Lunge)  
1-4g mindestens am Tag  
5 g L-Arginin, ¼ Glas Wasser, Glas Wasser nicht so voll, schmeckt ein wenig bitter. Bis zu 2x5g, danach ein Glas Wasser und OPC.
- Bei Beschwerden mindestens 6g/Tag.
- (hat nicht die Nebenwirkungen wie Cortison)
- L-Carnitin (zur Stärkung bei geschwächter Lunge, des gesamten Immunsystems, ist der Mund der Zelle, öffnet sie!)  
Jeder Körper enthält ca. 25 Gram L-Carnitin. Kinder nehmen 1g, Erwachsene 3-4 g täglich. Nach nur ca. 10 Tagen mit 2,5 g hat der Körper seinen Vorrat aufgefüllt. Dann kann man 1-2 Monate Pause machen.
- Rosenblütentee (stärkt die Lungenfunktion)  
1-2 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 5-10 Minuten ziehen lassen.
- Cortisonum D 12 (bewirkt das die Schäden von Cortison rückgängig gemacht wird) 2-mal täglich 1-2 Tabletten, 5 Globuli oder 5 Tropfen zwischendurch anstatt Cortison einnehmen

## **Augen**

bestehen aus Kollagen, Kollagen wird durch Vitamin C geschaffen

- D3
- OPC



- Vitamin C
- Schöllkrauttinktur und Brennnesselwurzeltinktur und Schwedenbittertinktur zu gleichen Teilen gemischt und 2-mal am Tag je einen Tropfen auf das Augenlid, das nährt das Auge. Schöllkrauttinktur kann man in der Apotheke kaufen oder selber ansetzen. Dazu nimmt man eine ganze Pflanze mit Wurzel und setzt sie mit Doppelkorn mindestens 38 % an. Dasselbe macht man mit Brennnesselwurzel und Schwedenbitter. Man kann auch alles fertig in der Apotheke zu kaufen, kostet aber dann das Doppelte.
- Vitamin A (bei Mangel)

### **Augen - Schlieren beim Sehen**

- D3
- OPC 2-3 Kapseln
- Vitamin C
- Phosphorus D12

### **Augendruck**

- D3
- OPC 2-3 Kapseln
- Vitamin C
- Vogelbeerenschnaps (Buchempfehlung: Eva Aschenbrenner)
- dreimal täglich 20 Tropfen einnehmen.  
20 Tropfen entsprechen etwa einem Teelöffel.
- Ebereschenbeeren werden gesammelt, gewaschen und vor der Verwendung einige Tage in die Tiefkühltruhe gelegt. Es werden so viele von den gefrorenen Beeren, ohne Rispen, in eine weithalsige Glasflasche gefüllt, bis sie halb voll ist. Nun mit klarem Schnaps bis oben hin auffüllen. Dann kommt alles sechs Wochen in die Sonne oder Wärme. Während dieser Zeit sollten Sie die Flasche ab und zu schütteln.

## **B**

### **Betablocker**

dämpft den Menschen, Durchblutung gestört

### **Blasenentzündung**

- Cranberrysaft
- MSM
- Maishaartee 3 EL Maishaartee mit 1/2 Liter Wasser kurz aufkochen und 10 Minuten ziehen lassen. Warmhalten und im Laufe des Tages

trinken.

Oder: 1 Esslöffel auf 250 ml heißes Wasser und 10 Minuten ziehen lassen.

3 Tassen täglich.

- OPC
- Citricital - Bei Bakterien in der Niere, Blase etc. 3x15 Tropfen

### **Blasenentzündung chronische**

- OPC (entzündungshemmend)
- MSM
- Citricidal

### **Blähungen:**

- Robinia pseudoacacia, falsche Akazie D6 3x 5 Globuli (30 Minuten vorher nichts essen und trinken)
- Eichhornia D3, Wasserhyazinthe (gegen Blähungen, unterstützt Verdauungsorgane, vor allen Leber und Bauchspeicheldrüse) 3x5 Globuli

### **Blutdruck zu hoch - hoher Puls**

- Vitamin D3 (Blutdruck geht nach einer Woche um 10 % runter, wenn man 1 Std/Tag leicht bekleidet Sonne tankt)
- L-Arginin 5 g (entspannt Arterien, hält Gefäße geschmeidig)  
5 g  $\frac{1}{4}$  Glas Wasser, Glas Wasser nicht so voll,  
schmeckt ein wenig bitter Bis zu 2x5g. Danach ein Glas Wasser und OPC.
- Q10 (entlastet das Herz und reduziert somit den Blutdruck)
- OPC
- Hirtentäschel Tee  
Nicht während der Schwangerschaft verwenden!  
2 Teelöffel auf 250 ml kochendes Wasser, 10 Minuten ziehen lassen.
- Weißdorn: Tee: 2 TL auf 250 ml kochendes Wasser, 10 Minuten ziehen lassen.  
Tinktur: 1:5 mit 25 % Korn

Grenzwerte: Bis in die 80er-Jahre galt ein Grenzwert von 160/100 mmHg; die meisten Ärzte sahen allerdings bei ihren Patienten in der Regel die Formel „100 plus Lebensalter“ für den oberen (systolischen) Blutwert als akzeptabel an. Ein 70-jähriger galt somit auch mit einem oberen Wert von 170 mmHg als gesund. Heute würde er als Hochdruck-Patient, also Hypertoniker, eingestuft und müsste Medikamente nehmen. Denn 1983 legte die Weltgesundheitsorganisation WHO diesen Grenzwert auf 140/90 mmHg fest. Gemäß US-Richtlinien sind allerdings Menschen mit einem oberen Blutdruck von 120 mmHg schon im

„Frühstadium“.

So wurden 45 Millionen Amerikaner plötzlich „Prä-Hypertoniker“.

Tipp: Um einen leicht erhöhten Blutdruck zu senken reicht es oft schon aus seinen Lebensstil zu ändern. Dazu gehört z. B. Stressvermeidung, genügend Schlaf, ausgewogene Ernährung und auf das Rauchen zu verzichten. Auch helfen Mittel aus der Naturheilkunde um den Blutdruck zu senken.

## **Borreliose**

- Cardium Beifuß (in Alkohol eingelegt als Tinktur)
- Kollodiales Silber 10 ppm
- OPC
- Citricital 3 x 10 Tropfen im Wasser

# **C**

## **Cholesterinwert zu hoch**

Wenn er extrem hoch ist dann:

- Alpha Liponsäure senkt Cholesterin bis zu 40 %
- Chrom Piccolinat
- Vitamin D3
- OPC 2 Kapseln
- L-Arginin (geringe Durchlässigkeit der Gefäßwand für Cholesterin)  
Nicht bei niedrigen Blutdruck anwenden, senkt den Blutdruck!!!
- Leinöl (wirkt sich positiv auf LDL Cholesterin aus)

Die WHO hat die Werte wieder mal herabgesetzt (bedeutet man kann noch früher Medikamente einsetzen). Ein höherer Wert ist der „normale Wert“ von „früher“. Grenzwerte: Als „hoch“ galt früher ein Grenzwert von deutlich über 260 mg/dl. Anschließend wurde der Wert auf 240 mg/dl verringert, und dann auf 220 mg/dl. Heute wird Gesunden ohne Herz-oder Gefäßerkrankungen ein Normwert von 190-200 mg/dl geraten. Damit haben plötzlich 70 Prozent der deutschen Bevölkerung zwischen 40 und 60 Jahren einen zu hohen Cholesterinspiegel.

Tipp: Eine Reduzierung der Fette und Kohlenhydrate, wenn zu viel zugeführt wurde. Hilfreich sind: Äpfel, Avocado, Bohnen, Linsen, Erbsen, Kichererbsen, Tofu, grüner Tee, Nüsse, Mandeln, Pistazien, dunkle Schokolade, Olivenöl, Rotwein, Leinsamen, Flohsamen und eine ballaststoffreiche Ernährung.

Bei einem Vitamin C Mangel (kann auch zu einem erhöhten Cholesterinspiegel führen) ist die Gabe von Vitamin C angebracht.

## **Chronische Schmerzen**

- D3
- OPC - entzündungshemmend
- MSM 2 x 1 TL für 1 - 2 Monate, danach 500 - 1.000 g/Tag als Erhaltungsdosis

### **Colitis ulcerosa:**

- D3
- MSM (entzündungshemmend) erst 2 Teelöffel, dann 3 Teelöffel
- OPC erst 1, auf 3 Kapseln steigern (1 früh, 2 mittags) Der Darm nimmt nur auf, wenn er gut durchblutet ist (OPC)
- Vitamin C 1000 mg
- Okubaka D3 - (aus der Rinde eines Afrikanischen Baumes, verhindert Intoleranzen und saniert das Immunsystem!) 3x5 Globuli
- Vita Biosa 3 x 25 ml

### **COPD, und alle Lungenkrankheiten, Bronchitis**

- D 3 (für neue Zellen, damit der Körper hochfährt und aus dem Winterschlaf kommt)
- OPC (schleimlösend, Durchblutung)
- Vitamin C
- Cordyceps chinesischer Raupenpilz (verbessert die Sauerstoffaufnahme um 40 % in der Lunge (2 Kapseln täglich), vitalisiert alle Organe. Muss nicht ständig genommen werden, aber um die Lunge hoch zu puschen)
- Alant Wurzel Tee (fördert die Erneuerung von Lungengewebe, Regeneration und Langlebigkeit, löst den Schleim, ist tumorhemmend - bei Lungenkrebs) 1 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 10 Minuten ziehen lassen.
- Senega D12 Homöopathisch Klapperschlangenzwurzel (bei Asthma, Bronchitis, schleimlösend, auswurffördernd) 3x5 täglich
- L-Arginin wenn man schlecht Luft bekommt (weitet die Arterien und die Alveolen, es verbessert sich die Sauerstoffverwertung der Lunge) mindestens 1-4g am Tag, schmeckt ein wenig bitter. Bei niedrigem Blutdruck nur 2,5 g am Tag.
- L-Carnitin (zur Stärkung bei geschwächter Lunge, des gesamten Immunsystems, ist der Mund der Zelle, öffnet sie!) Jeder Körper enthält ca. 25 Gram L-Carnitin. Kinder nehmen 1g, Erwachsene 3-4 g täglich. Nach nur ca. 10 Tagen mit 2,5 g hat der Körper seinen Vorrat aufgefüllt. Dann kann man 1-2 Monate Pause machen.
- Rosenblütentee (stärkt die Lungenfunktion) 1-2 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 5-10 Minuten ziehen lassen.

- Cortisonum D 12 (verhindert und repariert Schäden von Cortison)  
2-mal täglich 5 Globuli 2-mal in der Woche anstatt Cortison  
einnehmen  
z. B. Dienstag und Freitag. Das bedeutet, dass man im Jahr 104  
Tage Cortison frei ist.

# D

## **Darmkrebs**

OPC stoppt, nach 8 Wochen Therapie ist der Tumor um 44 %  
geschrumpft.

## **Darmreinigung**

Rotkraut/Blaukraut raspeln, mit Zitrone beträufeln.

- OPC
- Okoubaka D3
- MSM
- Vita Biosa
- z.B. Schindlers Mineralien, Urgesteinsmehl von Robert Franz  
,Zeolith, Betonit oder andere.

Der Darm kann nur durch die richtige Durchblutung Gesund gemacht werden. In diesem Fall hilft weder Antibiotika noch (wie viele glauben) Probiotika. Solange der Darm nicht die richtige Durchblutung hat helfen nicht mal Probiotika. Bestes Mittel für eine gute Durchblutung ist Traubenkernextrakt also OPC. Okoubaka (Potenz D3), ein Homöopathisches Mittel. Es ist ein sehr gutes Mittel zur Sanierung des Darmes. Vita Biosa Probiotic Kräuter, 19 Kräuter und 7 Probiotische Kulturen. Hat schon einem Mann mit sehr starken Schmerzen in kurzer Zeit geholfen. Es gibt im Internet viele Heilberichte im Zusammenhang mit Vita Biosa. Ein Darm braucht auch Mineralien, da werden Schindlers Mineralien empfohlen.

## **Darmsanierung**

- D3 (Spiegel erhöhen damit der Körper nicht mehr im Winterschlaf ist.)
- OPC (gewährleistet die Durchblutung des Darmes damit sich die Entzündungen dort abbauen können.)
- Vitamin C
- MSM (kurbelt die Darmträgheit an, durchblutungsfördernd und entzündungshemmend)
- Okubaka D3 (aus der Rinde eines Afrikanischen Baumes, verhindert Intoleranzen und saniert den Darm und das damit

verbundene Immunsystem!) 3x5 Tropfen bestes Mittel zur Darmsanierung

- Vita Biosa 19 Kräuter und 7 Probiotische Kulturen (stellt den Nährboden bereit damit die Darmbakterien wieder dort leben und arbeiten können)

## **Demenz-Alzheimer**

- 5-8 EL Kokosöl
- B-Komplex
- Kokosöl verhindert Ablagerung von Eiweiß im Gehirn

## **Depression**

- D3
- OPC
- Vit. C
- Leinöl 1 EL täglich (Leinöl besitzt 50-60 % Omega 3)
- Heideblütentee (antidepressiv, hebt Stimmung, löst psychosomatische Verkrampfungen, gibt neuen Lebensmut, bei Schlafstörungen, bei Unruhe)  
2 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 5 - 10 Minuten ziehen lassen. Kann dauerhaft getrunken werden.
- Alpha Liponsäure
- Aconitum D12 2 x5 Globuli
- Graphites

## **Diabetes**

- D3 (Winterschlaf der Bauchspeicheldüse durch Sonnenmangel)  
10 Tage 40 Tropfen/Tag, danach 10 Tropfen/Tag
- K2 10 Tropfen für 10 Tage, dann 5 Tropfen
- OPC 1 Woche 1 Kapsel/Tag, anschließend 2 Kapseln/Tag
- Vitamin C Der Körper kann nicht mehr als 200 mg Vitamin C auf einmal abspeichern. 300-500 mg in Verbindung mit OPC. 1000 mg geht Zucker um 27 % runter

Ab dem 11ten Tag:

- Chrom Picolinat ohne Chrom kann kein Zucker abgebaut werden (steigert die Effizienz des Insulins, erhöht die Anzahl der Insulinrezeptoren, konstanter Insulinspiegel, der Blutzuckerspiegel geht runter, regt Fettstoffwechsel an, kurbelt Fettverbrennung an, reduziert die Umwandlung von Kohlenhydraten in Fett) 200-1000µg. 2 x1 Kapsel (1=200µg) 1 morgens, 1 abends
- Alpha Liponsäure 300-600 mg mindestens 2x150µg Tag (verhindert Nervenzerstörung)
- Gelbhanf D3 (*Datisca cannabina*) 3 x 5 Globuli, bei Fettleibigkeit
- *Syzygium jambolanum* D2 bei Hautproblemen, 3 x 5 Globuli

- Eichhornia D3, Wasserhyazinthe (gegen Blähungen, unterstützt Verdauungsorgane, vor allen Leber und Bauchspeicheldrüse) 3x5 Globuli

**Grenzwerte:** 1980 galt als Diabetiker, wer einen Nüchtern-Blutzucker von 144 mg/dl Blut aufwies, fünf Jahre später setzte die WHO die Grenze zur Zuckerkrankheit bei 140 mg/dl an. Heute gilt man schon als Prä-Diabetiker, wenn der Blutzuckerwert 90 mg/dl überschreitet.

# E

## **EHEC:**

Alles in Studien nachgewiesen.

- OPC (sehr starkes Antioxidant, antibakteriell, antiviral, stoppt die Vermehrung der Bakterien, das einzige pflanzliche Mittel das gegen EHEC wirkt)
- Rinder Colostrum hergestellt aus der Erstmilch der Kühe (verhindert das hämolytische Sterben der roten Blutkörperchen zwischen 46 und 96,7 %).
- Quercetin (starkes Antioxidant, senkt die Toxizität der Kohlebakterien und stoppt sie)
- Lactoferrin wird vom Colostrum isoliert (baut eine Barriere im Darm auf, verhindert das Kohlebakterien ins Gewebe eindringen)
- Glutamin (stärkt die Immunität des Darms, bildet eine antibakterielle Schranke, verhindert das Eindringen der Kohlebakterien)

## **Eisenmangel**

- Ferrum metallicum D12, 2x5 Globuli
- OPC
- B6 (Eisen kann ohne Vitamin B6 nicht aufgenommen werden), am besten Vitamin B-Komplex

## **Entsäuern**

- 1 Glas Wasser
- 1 TL Natron
- ½ Zitrone

## **Erkältung**

- Vit. C
- D3
- Carnitin
- Citricital 1-3 Tropfen in Glas Wasser, 3 x täglich
- Kollodiales Silber

- Holunderbeerentee: 2-3 Teelöffel getrocknete Beeren, 250 ml Wasser, ziehen lassen oder
- Holundersaft: 20-40 ml auf den Tag verteilt
- entgiftend, bei Halsschmerzen, Rachenentzündung, Erkältung, Grippe
- Holunderblütentee: 2-3 Teelöffel Blüten, 250 ml Wasser, ziehen lassen
- Bei Fieber, Bronchitis, Lungenentzündung, stärkt das Immunsystem

## **F**

### **Fersensporn:**

- D3
- Hekla lava D6
- Calcium fluoratum (Bäder)

### **Fettstoffwechsel**

- D3
- OPC
- Chrom Picolinat
- Leinöl

### **Fibromallergie**

- D3
- OPC
- MSM (90gr)

### **Flug - Schutz vor Thrombose**

- 2 Kapseln OPC einen Tag vor dem Flug nehmen
- 2 Kapseln OPC während des Fluges nehmen
- 1 Kapsel OPC einen Tag nach dem Flug nehmen

## **G**

### **Gallen- und Leberreinigung :**

Möglichkeit Gallensteine los zu werden.

- Am Wochenende durchführen.
- Epsom Salz trinken (ist bitter) oder 8 Kapseln Epsom Salz einnehmen (Gallengänge öffnen sich) (Set kostet 25 €)
- Olivenöl 1 Teelöffel (das schmiert)



- ½ Pampelmuse auspressen, den Saft trinken ca. 200 ml (fördert das die Galle fließt)
- Ins Bett legen.
- Am nächsten Tag hat man Durchfall, Steine gehen ab.
- Kann man 2-3 mal machen im Abstand von 2-3 Wochen

### **Gastritis:**

- Zeder Nussöl, das Beste für Gastritis, 1 Teelöffel
- Quittenschalente
- Vor jedem Essen 1 Glas Wasser mit ½ Zitrone trinken bei Sodbrennen

### **Gedächtnisstörung**

- Alpha Liponsäure (2x1) schützt das Gehirn und verhindert Ablagerungen.
- OPC, 2 Kapseln zur Durchblutung des Gehirns. (bei den meisten ist das Gehirn nicht durchblutet, deshalb entzündet es sich)
- Leinöl 1 EL

### **Gehirnsanierung**

- D3 Spiegel erhöhen damit der Körper nicht mehr im Winterschlaf ist.
- Leinöl, 2 Esslöffel für Männer, 1 ½ Esslöffel für Frauen
- OPC, (zur besseren Durchblutung des Gehirns)
- D3
- B12
- B-komplex
- Alpha Liphonsäure (schützt das Gehirn und verhindert Ablagerungen)
- Eichenblätterttee für Gedächtnis (und Osteoporose) Tee vor den Mahlzeiten trinken, 3x/Tag
- 5-6 frische Blätter oder 1 TL, 250 ml kochendes Wasser darüber gießen,  
15 Minuten ziehen lassen  
Nicht trinken während der Schwangerschaft!
- L-Carnosin verbindet Gehirnteile
- Heideblütentee (bestes Schlafmittel)  
2 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 5 Minuten ziehen lassen.  
Kann dauerhaft getrunken werden.

### **Gehirn: Eiweißablagerungen:**

- OPC, (zur besseren Durchblutung des Gehirns)
- Alpha Liphonsäure (schützt das Gehirn und verhindert Ablagerungen)

- L-Carnosin verbindet Gehirnteile  
Als Grundsatz, dann weiter mit Gehirnsanierung.

## **Gehirntumor**

- D3 10 Tage 40.000-50.000 Einheiten
- K2 10 Tropfen
- Leinöl (Lignan) 1 Esslöffel/Tag
- OPC
- Vitamin C
- Carnitin (verbindet das Gehirn) bei schwachen Muskeln
- MSM bei Schmerzen
- Alphaliponsäure
- Schopflavendel 2 x 3 Tropfen
- 1 Glas Wasser
- 1 TL Natron
- ½ Zitrone (2-3-mal die Woche)
- Cortisonum D 12 (verhindert und repariert Schäden von Cortison)  
2-mal täglich 5 Globuli 2-mal in der Woche anstatt Cortison  
einnehmen  
z. B. Dienstag und Freitag. Das bedeutet, dass man im Jahr 104  
Tage Cortison frei ist.

## **Gelenkentzündung**

Mit Beinwelltinktur die Ganze Pflanze in Kornschnaps ansetzen und da kann man alle Arten von Verspannungen und überlastete Gelenken behandeln auch bei Gelenkimplantaten bekommt man Linderung bis Schmerzfreiheit.

**Gelenkkrankheiten** Arthrose(Gelenkverschleiss), Osteoporose, (Knochenschwund) Scoliose (Wirbelsäulenverdrehung), der gesamte Knochenapparat

Die Ursache: Lichtmangel! Ohne Licht (D3) wird kein Knochen oder Knorpel nachgebildet.

1. D3 nehmen, 10 Tage lang 40 Tropfen D3 danach weniger (ich habe jetzt keine Daten) was Robert dazu sagt, aber laut Jeff T. Bowles, von dem er die Daten hat kann man 20.000 Einheiten einfach weiternehmen. Bei manchem mag das zu viel und bei manchen zu wenig sein. Hier hilft nur ab und zu D3 Spiegel messen lassen.  
Ein optimaler Spiegel liegt dicht unter 100! laut Jeff T. Bowles.  
Ohne D3 gibt es keinen Knochenaufbau!
2. zur besseren Durchblutung: OPC (nach Anleitung) damit die Nähstoffe ankommen und Vitamin C (wichtig) repariert die Gefäße und schmeißt den Zucker raus.

3. Schwefel, MSM zum Aufbau der Muskeln, Bänder und Sehnen und Knorpel.
4. DMSO Nimmt den Schmerz innerhalb nach 30-60 Minuten weg oder reduziert wesentlich. So stark wie Morphin wirkt 3-mal so lang (6Stunden) Anwendungsrichtlinien beachten
5. Glucosamine, Congruitin, Grünlichtmuscheln, Hyalonsäure sind positiv zu nehmen (nichts davon funktioniert, wenn der Körper Lichtmangel hat (schläft))
6. K2 ganz wichtig! Nimm 10 Tropfen K2 täglich bis die Flasche leer ist.
7. Calcium Phosphoricum D12 (verbessert die Aufnahme von Kalzium)
8. Eichenblätterttee ist gut bei Osteoporose (verbessert Aufnahme von Kalzium) Tee vor den Mahlzeiten trinken, 3x/Tag 5-6 frische Blätter oder 1 TL, 250 ml kochendes Wasser darüber gießen, 15 Minuten ziehen lassen Nicht trinken während der Schwangerschaft!
9. Magnesium nicht vergessen, ohne Magnesium und D3 keine Kalziumbildung
- 10 ich würde auch Calmag nehmen, da K2 jetzt das Kalzium in die Knochen transportiert, selbst wenn der Körper nur ein Teil davon aufnimmt. (Darum auch Kalzium Phosphoricum)

### **Gicht:**

- Natron 4-5 Tabletten
- Beifuß 2 Blätter, Eimer Wasser, Fußbad, Hand Bad oder Vollbad
- Giersch (wie Beifuß)

### **Grauer Star**

Ein Rezept bei Grauen Star: zu gleichen Teilen Schwedenbittertinktur Brennesselwurzeltinktur und Schöllkrauttinktur, setze die Bestandteile in Doppelkorn an oder ab 38 % Schnaps. Und das 2 -4 Wochen ziehen lassen und dann 1 Tropfen morgens und abends auf die Augenlider geben Dazu die Sachen von Robert Franz und man braucht keine OP mehr, die Sehkraft kommt wieder.

## **H**

### **Haarausfall**

Hanföl gut für Haare

### **Bei Kreisrunder Haarausfall**

Thallium aceticum D 12, 2 x 5 Globuli täglich

### **Hämorrhoiden**

- 4 Kapseln OPC für 10 Tage

## **Harninkontinenz-Schwäche des Schließmuskels, Reizblase**

Petroselinum D6 oder D12 (Petersilie)

## **Harte Arterien**

da helfen 1-2 Messbecher Arginin täglich

## **Hautproblem** = Darmproblem

D3

## **Helicobacter pylori:**

- Broccolikur (Broccoli kochen, Saft trinken) 250 ml morgens, 250 ml abends
- Kolloidales Silber 3x1 Esslöffel für 1-2 Monate, ½ Stunde vor dem Essen

## **Herpes** = Lysinmangel

## **Herzinfarkt**

Ursache: Durchblutungsstörungen und Ablagerungen

Herzinfarkt: keine Nährstoffe, ist versäuert, Natrium-Kaliumpumpe versagt

Strophantus D4 (Rinde von Strophantusbaum - Afrika)

- Strophantus D4 zur Vorbeugung
- ohne Nebenwirkung
- im Notfall Kapsel oder Urtinktur (Ärzte im Internet ausfindig machen, die Strophantin noch verschreiben)
- Strophanthin 0,6% HAB oder Strophanthin-Kapseln 3 mg
- Herzleistungssteigerung dreifach durch Gabe von Strophanthin.
- Strophanthin 10 Tropfen Herzmuskel ist entsäuert.

Buchempfehlung: Die Lösung des Herzinfarkt-Problems: Strophanthin. Über die Verhinderung der optimalen Vorbeugung und Behandlung von Rolf-Jürgen Petry

## **Herzrythmusstörungen beseitigen**

Sie entstehen durch Nährstoffmangel!!

- Q 10 3 Stück/Tag, 20 Tage (verhindert 60 % aller Herzrhythmusstörungen)
- [Spartium Scoparium D3](#) (Vorhofflimmern, Herzrhythmusstörungen, Reizweiterleitung, Extra Systolen) 3 x 5 Tropfen (nicht länger als 1-2 Monate nehmen, ausschleichen)
- OPC 1
- L-Carnitin 1 Messlöffel (steigert die Herzleistung)

- Strophanthus D4, 3 mal 5 Tropfen nimmt auch Angina Pectoris Anfälle. Darf nicht mit Digitalis zusammen genommen werden. Herzleistungssteigerung Dreifach durch Gabe von Strophanthin. Strophanthin 10 Tropfen Herzmuskel ist entsäuert, kann lebenslang genommen werden
- Weißdorn: Tee: 2 TL auf 250 ml kochendes Wasser, 10 Minuten ziehen lassen.  
Tinktur: 1:5 mit 25 % Korn

## **Herzsanierung**

1. D3 Spiegel erhöhen damit der Körper nicht mehr im Winterschlaf ist. Das Herz ist ein Muskel und das Wichtigste ist erst einmal die Durchblutung.  
Bei Herzpatienten nimmt man 10 Tropfen D3 täglich über 2 Monate damit es langsam geht.
2. OPC fördert /vermehrt laut einer Studie die Durchblutung des Herzens um 179 %
3. Q10 ist die Herznahrung und erhöht die Herzleistung 10 % monatlich, bei ca. 300 mg/Tag. Laut einer Studie aus Tübingen mit 157 Patienten der Herzschwächstufe 4-5 (fast im Rollstuhl) hatten sie innerhalb von ca. 8 Monaten bis zu einem Jahr jeden Monat ca.10 % mehr Herzleistung.  
Bei 300mg Q10 pro Tag.
4. L-Carnitin steigert die Zellkraft (ATP), des Herzens
5. L-Arginin (Nobelpreis 1998) reduziert den Blutdruck innerhalb von 1-2 Tagen, L-Arginin erzeugt Stickstoff in den Arterien und die Arterien öffnen sich. Sorgt dafür, dass die Versorgungswege offen sind und die Nährstoffe ankommen.  
5 g L-Arginin, ¼ Glas Wasser, Glas Wasser nicht so voll, schmeckt ein wenig bitter  
Bis zu 2x5g, danach ein Glas Wasser und OPC  
Bei Beschwerden mindestens 6g/Tag.
6. Strophanthus D4, 3 mal 5 Tropfen nimmt auch Angina Pectoris Anfälle. Darf nicht mit Digitalis zusammen genommen werden!! Herzleistungssteigerung Dreifach durch Gabe von Strophanthin. Strophanthin 10 Tropfen Herzmuskel ist entsäuert.
  - Weißdorn: Tee: 2 TL auf 250 ml kochendes Wasser, 10 Minuten ziehen lassen.  
Tinktur: 1:5 mit 25 % Korn
  - Hirtentäschel Tee. Nicht während der Schwangerschaft verwenden!  
2 Teelöffel auf 250 ml kochendes Wasser, 10 Minuten ziehen lassen.

## **Herzschlagvolumen**

da hilft Q 10

## **Heuschnupfen**

- OPC 3 Kapseln/Tag 1 x in der ersten Woche, 2 x in der zweiten Woche und 3 Kapseln ab der dritten Woche
- Vitamin C
- Okoubaka
- Galfimia glauca D6

## **Hoher Puls**

- D3
- OPC
- Arginin
- Vitamin C

## **Hyperaktive Kinder**

- Heideblütentee  
2 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 5 Minuten ziehen lassen.  
Kann dauerhaft getrunken werden.  
Oder 1 Löffel Heideblütenhonig.
- D 3
- Vitamin C
- 1 TL Honig
- Vitamin B-Komplex
- OPC (1 Kapsel)
- Lycopodium D 12
- Omega 3 (Leinöl)

# **I**

## **Ischias Nervenschmerzen**

- 300 ml Kornbrand
- 400 ml Holundermutteressenz
- mischen und 3 x täglich 10 ml davon trinken – nach ca. 4 – 6 Tagen müssten die Schmerzen weg sein
- DMSO (aufsprühen oder schmieren, 10 Minuten warten)
- Hypericum perforatum D6 (Johanniskraut) (fügt Nerven wieder zusammen)
- MSM 2x 3 Kapseln oder 2x1/2 Teelöffel

# **J**

# K

## **Kalk in den Knochen: Morbus Bechterew**

- D3
- K2
- OPC (Durchblutung)
- MSN (verbessert die Funktion der Muskeln und Gelenke)
- Vermiculite D6 2x4 Tabletten (Mineral löst Kalk auf)
- Silicium (für den Aufbau von Bandscheiben, weiche Haut)
- Brennnesseltee
- Kirschstiele (trocknen und damit einen Tee kochen)

## **Kalkschulter**

- Vermiculite D6 2 x 4 Tabletten
- Brennnesseltee
- nach 2 - 3 Wochen ist der Kalk abgebaut

## **Karies**

Zähne mit Kokosöl putzen

## **Kleinkinder:**

- D3
- K2
- L-Carnitin (stärkt das Immunsystem und das Herz, fördert Bildung von Muskelmasse)
- Vitamin C
- B-Komplex 1-2x in der Woche
- OPC ab 7-8 Jahren

## **Knochenbrüche:**

- D3 (ohne D3 gibt es keinen Knochenaufbau!)
- OPC (zur besseren Durchblutung, damit die Nährstoffe ankommen und
- Vitamin C (wichtig) (repariert die Gefäße und schmeißt den Zucker raus)
- Beinwell D4 3x5 Tropfen/Tag

## **Kopfschmerzen:**

- OPC
- MSM

- Arginin, bei Bluthochdruck
- Schwazkümmelöl gut für Migräne 2 Teelöffel
- Calcium phosphoricum D12 3x5 Globuli bei Spannungskopfschmerzen
- Cyclamen europaeum (Alpenveilchen)
- Cimicifuga racemosa, Traubensilberkerze (Kopfschmerzen links)
- Iris versicolor, Schwertlilie (Kopfschmerzen rechts)

## **Krampfadern - Drei natürliche Mittel**

Autor: Zentrum der Gesundheit, Letzte Änderung: 03.08.2016 <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/natuerliche-mittel-gegen-krampfadern-ia.html>

Krampfadern sind erweiterte Venen, die dann entstehen, wenn die Venenklappen nicht mehr so gut funktionieren oder beschädigt sind. Folglich staut sich das Blut in den Venen und fließt nicht mehr so schnell – wie es sollte – zum Herzen zurück. Krampfadern können überall im Körper entstehen, besonders häufig kommen sie jedoch in den Beinen vor. Übergewicht, Schwangerschaft und tägliches stundenlanges Stehen gelten als Risikofaktoren für Krampfadern. Wir stellen Ihnen drei Hausmittel gegen Krampfadern vor, die am besten kombiniert eingesetzt werden. Krampfadern natürlich behandeln. [Krampfadern](#) bilden sich meist an oberflächlichen Venen. Ein ernsthaftes Gesundheitsrisiko stellen sie daher selten dar. Doch sehen Krampfadern alles andere als schön aus, sind also eher ein kosmetisches Problem. Verständlich, dass man sie schnellstmöglich wieder loswerden möchte.

### **Drei Hausmittel gegen Krampfadern**

Bevor man aber zur Lasertherapie geht, könnte man die folgenden drei natürlichen Mittel gegen Krampfadern einsetzen. Sie sorgen in vielen Fällen dafür, dass Krampfadern recht preisgünstig sowie auf angenehme Weise und vor allen Dingen nachhaltig verschwinden.

#### **1. Mittel gegen Krampfadern: Rosskastanie**

[Die Rosskastanie](#) ist ein sommergrüner Baum, der ursprünglich aus den Wäldern Südosteuropas stammt. Seine Früchte, die Kastanien, stellen eines der besten natürlichen Mittel gegen Krampfadern dar. Sie enthalten den sekundären Pflanzenstoff Aescin, ein Saponin mit gefäßverengendem, Gefäß schützenden und entzündungshemmenden Eigenschaften – also genau jenen Eigenschaften, die es braucht, um gegen Krampfadern vorzugehen.

Eine Übersichtsarbeit (Review) aus dem Jahr 2012 untersuchte dazu 17 Studien, in denen die Wirkung eines oral einzunehmenden Rosskastanien-Extrakts auf Krampfadern getestet wurde. Man stellte fest, dass der Extrakt die Blutzirkulation in den Venen förderte und dadurch Schwellungen und [Entzündungen](#) in den Beinen reduzierte. Wie genau das [Aescin](#) wirkte, wisse man nicht, ließen die Wissenschaftler verlauten. Doch vermute man, dass es verletzte ("leckende") Kapillaren



versiegle, die Elastizität der Gefäßwände verbessere und die Ausschüttung von Enzymen verhindere, die zu einer Schädigung der Blutgefäße führen. Die übliche Dosis beträgt zwei Mal täglich 300 mg Rosskastanienextrakt, der jedoch standardisiert sein sollte auf 50 mg Aescin pro Dosis, so dass täglich 100 mg Aescin eingenommen werden. Auch die begleitende äußerliche Behandlung mit Rosskastaniengel und -salben kann Erleichterung verschaffen – wie eine Studie nahe legt, die bereits 2004 im Fachmagazin *Angiology* veröffentlicht wurde. Dort zeigte sich, dass die Rosskastanie auch bei äußerlicher Anwendung die Heilung bei Krampfadern unterstützen kann.

Roskastanien sollten zur Krampfadern-Therapie besser nicht eigenmächtig verarbeitet und verspeist werden, da sie ein Glucosid namens Aesculin enthalten, welches für Menschen ab einer gewissen Dosis giftig ist.

## **2. Mittel gegen Krampfadern: OPC**

Klinische Forschungen zeigen überdies immer wieder die antientzündlichen und antioxidativen Fähigkeiten der Traubenkerne, weshalb Extrakte daraus gerne auch bei einer mangelnden Blutzirkulation eingesetzt werden – ein Zustand, der genauso bei Krampfadern vorhanden ist.

Eine Studie, die im Fachmagazin *Minerva Cardioangiologica* veröffentlicht wurde, zeigte beispielsweise, dass die Proanthocyanidine (OPC) im **Traubenkernextrakt** ganz signifikant die Symptome einer chronischen Veneninsuffizienz verbessern können. Eine chronische Veneninsuffizienz ist meist die Voraussetzung für Krampfadern. Traubenkernextrakt kann in Kapseln, Tabletten oder auch in flüssiger Form eingenommen werden. Achten Sie darauf, dass eine Tagesdosis mindestens 180 bis 200 mg OPC liefert. Bei OPC bzw. den Proanthocyanidinen handelt es sich um sekundäre Pflanzenstoffe, die sich besonders positiv überall dort auswirken,

wo kollagenreiches [Bindegewebe](#) repariert, neu aufgebaut oder gefestigt werden muss – und die Gefäßwände der Venen bestehen aus ebendiesem kollagenreichen Bindegewebe. Da [Vitamin C](#) gemeinsam [mit OPC](#) das [Kollagen](#) repariert, sollten Sie Produkte bevorzugen, die Vitamin C enthalten oder auf eine Vitamin-C-reiche Ernährung achten. OPC befindet sich nicht nur in Traubenkernen, sondern auch in der Kiefernrinde, weshalb auch **Kiefernrintenextrakt** bei Krampfadern und vielen anderen Beschwerden empfehlenswert ist, die einer Verbesserung der Durchblutung sowie einer Bindegewebsreparatur bedürfen.

Eine Studie, die im März 2014 im Fachmagazin [Phytotherapy Research](#) zu lesen war, zeigte, dass Pycnogenol, ein patentierter Kiefernrintenextrakt eine chronische Veneninsuffizienz und verwandte Beschwerden therapieren kann. Die beteiligten Forscher schrieben die positiven Resultate der starken antioxidativen,

entzündungshemmenden, antithrombotischen, gefäßerweiternden und kollagenstabilisierenden Wirkung der Kiefernrinde zu.

Kiefernrintenextrakt kann bei Krampfadern sowohl eingenommen (drei Mal täglich jeweils 50 bis 100 mg) als auch aufgetragen werden (zwei Mal täglich eine Massage mit Kiefernrintenöl).

Da Kiefernrintenextrakt nicht nur Krampfadern, sondern auch [Hämorrhoiden](#) bessert, den Blutdruck senkt, sämtliche Gefäß Probleme wie z. B. einen [hohen Cholesterinspiegel](#) reguliert sowie [bei Schuppenflechte](#) helfen kann, lohnt sich die Anwendung gleich mehrfach. Details dazu lesen Sie hier: [Kiefernrintenextrakt](#)

### 3. Mittel gegen Krampfadern: Organisches Silicium

Unter 2. haben wir erklärt, dass OPC gemeinsam mit Vitamin C das Kollagen im Bindegewebe der Blutgefäße reparieren kann. Der dritte im Bunde, der für diese Reparatur benötigt wird und der gleichzeitig meist mangelhaft im Körper vorhanden ist, ist das [Silicium](#).

Silicium verleiht dem Bindegewebe seine Elastizität und Festigkeit. Ohne Silicium wird Bindegewebe hingegen brüchig, reißt leicht und es entstehen winzige Verletzungen, was schließlich zur Entstehung von Krampfadern beiträgt. Auch fließt bei Silicium Mangel das Blut nicht mehr so gut und die Blutzirkulation verschlechtert sich.

Zur Versorgung mit Silicium, das besonders leicht vom Organismus verwendet werden kann, eignet sich das sogenannte organische Silicium am besten. Es wird meist in Flüssigform angeboten. Davon nimmt man ein bis zwei Mal täglich bis zu 30 Tropfen, wobei 30 Tropfen bereits mit 75 mg Silicium versorgen.

Bei Krampfadern können Sie also folgendermaßen vorgehen:

**Äußerlich** wenden Sie Rosskastaniengel oder -salbe sowie ein Kiefernrintenöl an.

**Innerlich** nehmen Sie:

zwei Mal täglich je 300 mg Rosskastanienextrakt

180 bis 200 mg OPC auf 2 bis 3 Dosen pro Tag verteilt

ein bis zwei Dosen (à 30 Tropfen) organisches Silicium.

Zusätzlich sollten Sie Ihre [Magnesiumversorgung](#) optimieren, da Magnesium die Durchblutung verbessert, Entzündungen hemmt und Krämpfe verhindert, die durch das Vorhandensein von Krampfadern begünstigt werden. Nehmen Sie z. B. täglich insgesamt 300 bis 400 mg Magnesium – idealerweise auf zwei bis drei Portionen verteilt.

Quellen:

Pittler MH et al., ["Horse chestnut seed extract for long-term or chronic venous insufficiency"](#), Cochrane, Dezember 2012, (Rosskastanienextrakt bei länger oder chronisch bestehender venöser Insuffizienz), ([Studie als PDF](#))

Belcaro, G., M. R. Cesarone, and M. Dugall. ["Microcirculatory efficacy of topical treatment with aescin+ essential phospholipids gel in venous insufficiency and hypertension: new clinical observations."](#) Angiology 55.6 suppl (2004): S1-S5. (Wirksamkeit auf die Mikrozirkulation der äußerlichen Behandlung mit einem Gel aus Aescin und essentiellen Phospholipiden bei venöser Insuffizienz und Bluthochdruck: Neue klinische Beobachtungen), ([Studie als PDF](#))

Gulati, Om P. ["Pycnogenol® in chronic venous insufficiency and related venous disorders."](#) Phytotherapy Research 28.3 (2014): 348-362. (Pycnogenol bei chronisch venöser Insuffizienz und

damit im Zusammenhang stehenden venösen Störungen), ([Studie als PDF](#))

Costantini, A., T. De Bernardi, and A. Gotti. "[\[Clinical and capillaroscopic evaluation of chronic uncomplicated venous insufficiency with procyanidins extracted from vitis vinifera\].](#)" *Minerva cardioangiologica* 47.1-2 (1998): 39-46. (Klinische und kapillaroskopische Einschätzung von chronischer unkomplizierter Veneninsuffizienz mit Procyanidinen, isoliert aus Traubenkernen), ([Studie als PDF](#))

Schoonees, Anel, et al. "[Pycnogenol®\(extract of French maritime pine bark\) for the treatment of chronic disorders.](#)" The Cochrane Library (2012). (Pycnogenol (Kiefernrintenextrakt) zur Behandlung chronischer Störungen), ([Studie als PDF](#))

## **Krebs**

1. D3 um den Körper aus dem Winterschlaf zu holen. 1.000.000 Einheiten, anstatt 40.000, 25 Tage 40 Tropfen, Spiegel auf 150-200 hochfahren.
2. K2 20 Tropfen
3. OPC sorgt für dünnflüssiges Blut damit jede Zelle reicht wird. Es schützt auch die gesunden Zellen! Krebs 3 OPC täglich, das schützt, Leber und Niere werden durch 1 OPC/Tag geschützt. 1 Woche 1 OPC, danach morgens 1 OPC, mittags 2 OPC
4. L-Carnitin ist der Mund der Zelle und fördert die Muskelmasse.
5. Q10 stoppt den Tumor 300-400 mg/Tag
6. L-Arginin (5Gramm täglich) öffnet die Äderchen bis in die letzte Zelle. 5 g L-Arginin, ¼ Glas Wasser, Glas Wasser nicht so voll, schmeckt ein wenig bitter Bis zu 2x5g, danach ein Glas Wasser und OPC Bei Beschwerden mindestens 6g/Tag.
7. Quercetin (2x600 mg täglich)Krebsgeschwüre wachsen dadurch das sich erst einmal kleine Äderchen bilden und dann ziehen die Zellen nach. Der Tumor wird immer größer genau wie eine Siedlung. Quercetin schneidet diese kleinen schleimigen Äderchen ab und der Tumor kapselt sich ab und kann nicht weiterwachsen. (Brustkrebs, Bauchspeicheldrüsenkrebs z. B.)
8. Vitamin C Unser Körper besteht aus Vitamin C. Wenn man ein starkes Körpergeflecht hat, kann der Krebs sich schwer durchbeißen
9. Vitabiosa für die Darmflora. Bei Chemotherapie wird der Darm zerstört. Durch Vita Biosa wird sie aber gleichzeitig aufgebaut. Es gibt Menschen die trotz Chemo- ihre Haare behalten haben durch Vita Biosa. Leute die trotz Chemo noch überlebensfähig sein würden, scheitern und sterben weil die Schleimhäute von Magen, Dickdarm und Dünndarm zerstört werden. Der Körper kann keine Nährstoffe außer durch Infusionen mehr aufnehmen.
10. Broccoli stoppt Krebszellen (Broccoraphan = Broccolisprossen) 2 Löffel täglich

Alant Tee ist tumorhemmend, bei Lungenkrebs fördert Erneuerung von Lungengewebe, Regeneration und Langlebigkeit, löst den Schleim Calcium phosphoricum D12 3x5 Globuli bei Knochenmarkkrebs Ernährung: über 50 % frische, rohe Kost und viel Wasser

**Durch all diese Mittel hier hat man jetzt ein Schutzschild für die gesunden Körperzellen geschaffen. Die meisten Ärzte sagen:“ Nehmen sie ja keine Naturmittel sonst wirkt das Gift nicht! Das stimmt nicht! Gift wirkt immer! Durch diesen Schutzschild können die Gifte wie Chemo- nur die kranken Körperzellen erreichen. Die gesunden werden geschützt. Egal wie viele Chemos man den Menschen verabreicht. Sie sind damit nicht mehr tot zu bekommen!!!**

Buchempfehlung: Dr. Mark Sircus „Natriumbicarbonat: Krebstherapie für jedermann“

Weitere Info:

**3 Teile Ahornsirup mit 1 Teil Natron in der Pfanne schmelzen und wie Bonbons 3x am Tag lutschen. Krebszellen mögen Zucker und fressen diese Natronbonbons gierig auf und werden von innen vom Natron zerstört. Dies funktioniert auch mit Aprikosenkerne.**

### **Kribbeln im Körper:**

- B12 Mangel
- OPC
- MSM (entzündungshemmend)

### **Kupfermangel**

Kupfer ist gut für die Widerstandsfähigkeit der Arterien.

- Haselnüsse (enthalten viel Kupfer)
- Nusskur: 1 Tag 1 Nuss, 2 Tag 2 Nüsse, 3 Tag 3 Nüsse, bis 10. Tag 10 Nüsse. Anschließend wieder rückwirkend. 9 Nüsse, ....
- Portwein enthält Kupfer
- Kupferarmband tragen

## **L**

### **Lähmungen**

Schlüsselblume hilft

### **Lebersanierung**

- 1. D3 Spiegel erhöhen damit der Körper nicht mehr im Winterschlaf ist.
- K2
- Die Leber erneuert sich alle 21 Tage
- OPC schützt die Zellen
- L-Carnitin 2 Messlöffel/Tag

- Tee von Odermennig hilft auch.
- Eichhornia D3, Wasserhyazinthe (gegen Blähungen, unterstützt Verdauungsorgane, vor allen Leber und Bauchspeicheldrüse) 3x5 Globuli

### **Leberschwäche** Mindestens für 3 Monate nehmen

- D3
- OPC
- L-Carnitin
- Mariendistel

### **Fettleber**

- Odermennig
- L-Carnitin
- Odermennig
- Wegwarte
- Mariendistel

### **Lunge / Bronchien**

- Corticeps (Naturpilz) dadurch eine 55 % bessere Sauerstoffverwertung!!
- Alantwurzelttee fördert Erneuerung von Lungengewebe, Regeneration und Langlebigkeit, löst den Schleim  
1 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 10 Minuten ziehen lassen
- Senega D12, Globuli 3 x 5 täglich
- L-Carnitin (3-4 g/Tag für 10 Tage, dann 2 Monate Pause)
- L-Arginin, (das man Luft kriegt) (1-4 g/Tag, bei niedrigem Blutdruck nur 2,5 g/Tag)
- D3 das neue Lungenzellen entstehen
- OPC zur Durchblutung der Lunge
- Rosenblütentee (stärkt die Lungenfunktion)  
1-2 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 5-10 Minuten ziehen lassen.
- Vitamin C
- Fünffingerkraut bei Bronchitis (in Milch aufkochen, trinken)

### **Lungenkapazität**

- wird erhöht durch Huflattich Tee
- 2-3 Wochen lang trinken
- Rosenblütentee ist auch gut.

### **Lungensanierung**

1. Vitamin D3 das neue Lungenzellen entstehen können.

2. OPC für die bessere Durchblutung der Lunge
3. Cortyceps Raupenpilz (verbessert die Sauerstoffaufnahme um 55 % in der Lunge (2 Kapseln täglich), vitalisiert alle Organe. Muss nicht ständig genommen werden, aber um die Lunge hoch zu puschen)
4. Alantwurzeltée, fördert Erneuerung von Lungengewebe. Regeneration und Langlebigkeit, löst den Schleim, ist tumorhemmend – bei Lungenkrebs)  
1 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 10 Minuten ziehen lassen.
5. Vitamin C
6. Senega D12, wirkt unterstützend bei Asthma Bronchitis etc. 6. Senega D12 Homöopathisch Klapperschlangenzwurzel (bei Asthma, Bronchitis, schleimlösend, auswurfördernd) Globuli 3x5 täglich
7. Cortisonum D12 verhindert und repariert Schäden von Cortison 2-mal täglich 5 Globuli 2-mal in der Woche anstatt Cortison einnehmen z. B. Dienstag und Freitag. Das bedeutet, dass man im Jahr 104 Tage Cortison frei ist.
8. L-Carnitin, 1 Gramm bei Kindern 3-4 Gramm bei Erwachsenen, damit Zellen überhaupt Stoffe aufnehmen und verarbeiten können.
9. L-Arginin wenn man schlecht Luft bekommt (weitet die Arterien und die Alveolen, es verbessert sich die Sauerstoffverwertung der Lunge)  
1-4g mindestens am Tag  
5 g L-Arginin,  $\frac{1}{4}$  Glas Wasser, Glas Wasser nicht so voll, schmeckt ein wenig bitter  
Bis zu 2x5g, danach ein Glas Wasser und OPC.  
Bei Beschwerden mindestens 6g/Tag. (hat nicht die Nebenwirkungen wie Cortison). Schneller Blutaustausch ist notwendig. L-Arginin erzeugt Stickstoff in den Arterien und die Arterien öffnen sich. Sorgt dafür, dass die Versorgungswege offen sind und die Nährstoffe ankommen.
10. Rosenblütentée (stärkt die Lungenfunktion)  
1-2 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 5-10 Minuten ziehen lassen.

# M

## **Magenschleimhaut Entzündung (Gastritis)**

- Zedernnussöl wirkt entzündungshemmend.

Magenschleimhautentzündungen sind heute weit verbreitet.

In Untersuchungen und Behandlung mit Zedernnussöl verschwanden die Beschwerden völlig, gingen jedoch mindestens um die Hälfte zurück. Auch Sodbrennen und Dibalasie (Eine Krebsvorstufe der Magenschleimhaut) gingen signifikant zurück. Wer Probleme mit zu viel Magensäure hat oder Gastritis sollte vor jeder Mahlzeit einen Teelöffel dieses Öles einnehmen.

Buchempfehlung: Barbara Simonsohn: „Sibirische Zedernnüsse, das

Gesundheitswunder aus der Taiga“

Quittenschalenteetee hilft auch

- Kamillenteetee (250 ml Kamillenteetee trinken, 5 Minuten auf den Bauch legen, dann 5 Minuten rechte Seite, 5 Minuten linke Seite und 5 Minuten Rücken)

## **Manisch -Depressiv**

- Veratum album C30, 5 Globuli (weißer Nieswurz)
- Generell bei Nervenkrankheiten gut

## **Migräne**

- MSM
- D3
- Schwarzkümmelöl 1-2 Teelöffel/Tag
- OPC
- Cyclamen europaeum D6, Alpenveilchen (normale Migräne mit z.B. flimmern, Sehstörungen)
- Cimicifuga racemosa, Traubensilberkerze (Kopfschmerzen links)
- Iris versicolor, Schwertlilie (Kopfschmerzen rechts)

## **Morbus Chron**

- D3
- MSM (entzündungshemmend) erst 2 Teelöffel, dann 3 Teelöffel
- OPC erst 1, auf 3 Kapseln steigern (1 früh, 2 mittags) Der Darm nimmt nur auf, wenn er gut durchblutet ist (OPC)
- Vitamin C 1000 mg
- Okubaka D3 - (aus der Rinde eines Afrikanischen Baumes, verhindert Intoleranzen und saniert das Immunsystem!) 3x5 Globuli
- Vita Biosa 3 x 25 ml

## **Multiple Sklerose MS**

Der Körper greift die Myelinscheiden an: (Die Ummantelung der Nerven).

Der Körper greift die Schilddrüse an: MS Patienten haben oxidativen Stress im Blut. In Afrika gibt es kein MS! Zuviel Sonne! MS entsteht auch durch D3 Mangel

Mr. Bowles gibt den Link zu einem Film auf YouTube und zeigt wie Vitamin D3

MS Patienten heilt! Der Film ist auf Spanisch mit englischen Untertiteln und sehr lohnenswert anzusehen.

<https://www.youtube.com/watch?v=erAgu1XcY-U>

- D3 damit der Körper in der Sonne ist. 10 Tage 50.000 Einheiten, danach täglich 10 Tropfen

- K2 täglich 10 Tropfen
- OPC 4-6 Kapseln
- L-Carnitin um Muskeln zu stärken.
- MSM 2 x 5 Kapseln
- Phosphorus für Sehschwäche
- Causticum D12 (bei Taubheitsgefühlen, Missempfindungen in Händen und Füßen)
- Gelsenium D12 (bei Doppelbildern)
- Zincum metallicum D12 (bei schwachen Beinen) 2x5 Globuli
- Plumbum metallicum D12, Blei (bei schweren Beinen) 2x5 Globuli

### **Muskelschwund:**

- Lysin (Erhalt der Muskeln, Nachbildung von Muskelmasse) 2x1/Tag
- L-Carnitin (fördert Erneuerung von Muskelgewebe) 2 Messlöffel/Tag
- OPC 1/Tag

## **N**

### **Nächtliches Wasserlassen:**

- Chrom Piccolinat Erfahrungsbericht: bei Nykturie (3 Kapseln täglich)
- Conium maculatum D12 (bei Prostatavergrößerung)

### **Nagelpilz:**

- D3
- Natron nehmen (Körper muss basisch werden)
- L-Carnitin (stärkt das Immunsystem)
- Citricidal Innerlich nur verdünnt! Für jedes 10 kg Körpergewicht je 1-3 Tropfen in ein Glas Wasser, 3-mal täglich, mehrmals täglich unverdünnt auf die Nägel geben
- Beta Glucan (stärkt Immunsystem)

### **Nasennebenhöhlenentzündung**

2-3 Basilikumblätter rollen, quetschen in die Nase stecken

### **Nerven**

Zerstörte Nerven können wieder sprießen mit:

- Alpha Liponsäure
- hypericum perforatum (Johanniskraut hom.)

Bei Schmerzen:

- DSMO (aufsprühen oder schmieren, 10 Minuten warten)
- MSM 2x 3 Kapseln oder 2x1/2 Teelöffel



## **Neurodermitis:**

- D3 (entzündungshemmend, neue Hautzellen)
- Vitamin C (Haut besteht daraus)
- OPC (Durchblutung)
- MSM (verbessert Erscheinungsbild und Elastizität der Haut)
- Corallum rubrum D6, rote Koralle 3x5 Globuli/Tag
- Sarsaparilla D6, Stechwinde (bei Juckreiz)
- Mahonia aquifolium D3
- Borretschöl äußerlich und innerlich 1 Teelöffel/Tag  
(Nicht innerlich einnehmen bei Leber- und Nierenschäden, keinen Alkohol konsumieren, nicht mit verschiedenen Medikamenten einnehmen, vorher erkundigen)

## **Für die Niere und bei Nierensteine**

Diclofenac/Voltaren zerstört die Nieren

- Berberis D6 = Sauerdorn 3x5 Globuli Nierenfunktionsmittel
- 2 OPC/Tag schützt die Niere
- D3 (bei Insuffizienz 500.000 Einheiten)

## **Nierentee:**

- sehr wirksam!!!
- Labkraut
- Taubnesseln
- Goldrute

Zu gleichen Teilen mischen und als Tee trinken!!!

## **Bakterien in der Niere**

- Citricidal 3x15 Tropfen/Tag
- OPC

# **O**

## **Operation:**

8 Wochen vorher/8 Wochen nachher:

## **Hypericum perforatum:**

- fügt Nerven wieder zusammen
- sorgt für keine Missempfindungen an der Wunde
- für weiche Narben
- für die Naht

## **Arnica:**

- gegen Angriff auf den Körper

## **Osteoporose**

- D3 (D3 plus Magnesium erzeugt Calcium)

- K2 gegen Osteoporose jeden Tag 10 Tropfen (immer)
- Magnesium
- MSM 2 Teelöffel/Tag
- DSMO bei Schmerzen (einschmieren, nicht reiben)
- Calcium phosphoricum D12
- Eichenblätterttee (verhindert Osteoporose)  
Tee vor den Mahlzeiten trinken, 3x/Tag
- 5-6 frische Blätter oder 1 TL, 250 ml kochendes Wasser darüber gießen,  
15 Minuten ziehen lassen. Nicht trinken während der Schwangerschaft!

# P

## **Panikattacken:**

- Aconitum napellus D12, blauer Eisenhut 2x5/Tag, beim Entstehen einer Panikattacke innerhalb von 15 Minuten 3x5 Globuli

## **Parodontose**

Morgens und abends für zwei Wochen:

- Erstmal Zähne gründlich putzen
- Dann 10 Tropfen MMS (nicht verwechseln mit MSM)  
10 Tropfen ACTIVATOR Tropfen (Zitronensäure 10%)  
in ein sauberes Glas geben, wird grünlich (ca. 30 Sek. Warten)  
mit 100 ML Wasser auffüllen  
Dann die Zähne mit neuer Bürste langsam! putzen, so dass das MMS in die Zahntaschen eindringen kann. Nach zwei Wochen sind die Zähne fest.

## **Polyneuropathie:**

- D3
- OPC
- B 12 !!! (Nervennahrung)  
2-mal eine Tablette mit 1000 µg am Tag lutschen über 4 Monate (= 2000 µg). Danach wöchentlich 1000-2000 µg.  
Bei Missempfindungen, heißen Füßen, Taubheitsgefühle sofort 10 Spritzen
- B-Komplex (z. B. B1 für die Nervenübertragung)
- Alpha Liponsäure (ist fähig defekte Nerven, die geschädigt sind, wieder zum Sprießen zu bringen; ist gut für Diabetiker verhindert Nervenzerstörung) 2 Kapseln/Tag
- Hypericum perforatum (Johanniskraut hom.) (fügt Nerven wieder zusammen)

## **Potenz**

- L-Arginin (nicht bei niedrigen Blutdruck!) 5 g = 5 % der besseren Potenz  
5 g L-Arginin, ¼ Glas Wasser, Glas Wasser nicht so voll, schmeckt ein wenig bitter  
Bis zu 2x5g, danach ein Glas Wasser und OPC  
Bei Beschwerden mindestens 6g/Tag.
- Plus OPC 1 Kapsel 92,5 % bessere Potenz.
- Cordyceps chinesischer Raupenpilz (steigert die Potenz)

## **Prostata:**

- Chrom Piccolinat hilft gegen Prostata Wachstum
- 1-5 Kapseln 100 µg bis 200, Diabetiker 400-500 µg
- Eichenblätterttee Tee vor den Mahlzeiten trinken  
3x/Tag 5-6 frische Blätter oder 1 TL, 250 ml kochendes Wasser darüber gießen, 15 Minuten ziehen lassen

## **Proteinurie** (dicke Knöchel)

- D3
- OPC

# **Q**

# **R**

## **Rheuma:**

- Giersch 2 Handvoll, Fußbad, Hand Bad oder Vollbad

## **Restless legs:**

- B12 (Spiegel hoch fahren)
- B-Komplex (Übertragung der Nerven an den Muskel B1) 1/Tag
- OPC 2-3/Tag
- Cuprum metallicum D6

## **Rückenschmerzen**

- D3
- OPC
- MSM 3 x 3 Kapseln/2-3 Teelöffel täglich (entzündungshemmend, durchblutungsfördernd)

# S

## **Schilddrüse**

- D3
- Badiaga D12 3 Wochen 2x5 Globuli
- 1 Woche Pause
- Lapis albus D6 bei Schilddrüsenknoten
- Pause
- Wechsel
- Jodavit 5 ml/Tag (nicht bei Überfunktion)
- Thyreoidinum D 12 (nicht bei niedrigen Blutdruck) 2 x 5 Globuli die Woche bei Überfunktion; bei Unterfunktion Thyreoidinum D 6 3x5/Tag
- Labkraut (bei Kropf, mehrmals am Tag gurgeln)

## **Schilddrüse Knoten**

- D3: Ohne D3 entartet die Schilddrüse
- Jodavit 5ml täglich für die Knoten
- 3 Wochen 2x5 Globuli Homöopathisch Badiaga D12 (Süßwasserschwamm *Spongilla fluviatilis*) dann eine Woche Pause und dann
- Lapis D6 Es wirkt insbesondere auf die Atemwege, die Haut, die Muskeln und die Drüsen und kann in jedem Lebensalter angewendet werden.  
Lapis D6: Besteht nun aber eine nicht-operationsbedürftige Schilddrüsenvergrößerung ohne eine damit einhergehende Fehlfunktion? In diesem Fall ist dreimal täglich eine Tablette Lapis albus (Gneis) zu empfehlen, um die Schilddrüse wieder zu verkleinern.

## **Schilddrüsenüberfunktion**

- Thyreoidinum d12 (d12 Potenz bei Überfunktionen) 2 Tage in der Woche je 5 Kugeln.
- Internet: Zu beachten ist folgende Regel bei der Einnahme von Thyreoidinum zur Behandlung von Schilddrüsenfunktionsstörungen. Bei einer Unterfunktion der Schilddrüse sollten tiefe Potenzen häufig eingenommen werden. Bei einer Überfunktion werden hohe Potenzen (ab D12) und seltenere Einnahmen empfohlen. Das

Präparat ist nicht einzunehmen, wenn ein niedriger Blutdruck beim Patienten durch regelmäßige Messungen festgestellt wurde

### **Schlafstörungen:**

- D3 (erst D3 Spiegel hoch fahren)
- Heideblütentee (bestes Schlafmittel)  
2 Teelöffel auf 250 ml heißes Wasser und 5 Minuten ziehen lassen.
- Kann dauerhaft getrunken werden.
- Gut auch, die Blüten im Tee belassen und darauf kauen.
- Sibirische Zedernnüsse (enthalten Tryptophan (Schlafhormon, Körper macht daraus Melatonin))

Nach 1 Monat:

- In Deutschland: L-Tryptophan: Menge noch nicht ermittelt???
- In der Schweiz: Melatonin 2 g Minuten vor dem schlafen gehen, 3 Wochen einnehmen, 1 Woche Pause. (verjüngt den Körper, gegen Krebs)

### **Schlaganfall:**

- D3 (60 % weniger Schlaganfälle) Spiegel hochfahren, dann 10.000 Einheiten
- L- Arginin (erweitert die Adern und reduziert dadurch den Blutdruck innerhalb von 1-2 Tagen, erzeugt Stickstoff in den Arterien und die Arterien öffnen sich! Ist gegen Blutgerinnsel!)  
5 g L-Arginin, ¼ Glas Wasser, Glas Wasser nicht so voll, schmeckt ein wenig bitter.  
Bis zu 2x5g, danach ein Glas Wasser und OPC.
- OPC 1 Kapsel mit Marcumar
- Nattokinase (sicheres Thrombolytikum)

Blutverdünner: Aspirin kann man nach einem Monat von einem Tag auf den anderen weglassen.

Marcumar absetzen. Marcumar ist 9 Tage im Blut.

Stattdessen OPC 1 morgens, 1 mittags und 2 abends.

Nach 9 Tagen Nattokinase nehmen.

Morgens 1 Nattokinase plus 1 OPC und abends 1Nattokinase plus 1 OPC  
Nicht nehmen, wenn man einen Gen Faktor Defekt haben.

Wichtig: vorher das entsprechende Video zum Thema Schlaganfall bei Youtube ansehen

### **Schleimhautentzündung**

entsteht durch B12 Mangel

- OPC (je nach Schweregrad, Amalgamfüllungen) 2-3 Kapseln
- L-Carnitin (stärkt das Immunsystem) 1 Messlöffel

## **Schleimbeutelentzündung:**

- D3 (alle 6 Stunden drauf schmieren)
- MSM

## **Schuppenflechte:**

- D3 (entzündungshemmend, neue Hautzellen)
- Vitamin C (Haut besteht daraus)
- OPC (Durchblutung)
- MSM (verbessert Erscheinungsbild und Elastizität der Haut)
- Corallum rubrum D6, rote Koralle 3x5 Globuli/Tag
- Sarsaparilla D6, Stechwinde (bei Juckreiz)
- Mahonia aquifolium D3
- Borretschöl äußerlich und innerlich 1 Teelöffel/Tag  
(Nicht innerlich einnehmen bei Leber- und Nierenschäden, keinen Alkohol konsumieren, nicht mit verschiedenen Medikamenten einnehmen, vorher erkundigen)

## **Schwangerschaft**

- Leinöl täglich 1 EL
- D3
- OPC
- Vit. C.
- B-Komplex
- B 12
- Eisen - Ferrum metallicum D12

Kein Aspirin nehmen, zerstört die Blutplättchen

Leinöl im Kühlschrank in der dunkelsten Ecke lagern, sonst oxidiert es sehr schnell

## **Sehnscheidenentzündung**

da hilft Mohnblüten Öl

## **Sehschwäche**

- Phosphorus
- Vit C
- OPC
- Heidelbeer-Muttersaft oder Heidelbeeren

## **Sodbrennen**

Zu wenig Magensäure

- 1 TL Zeder Nussöl
- Vor jedem Essen 1 Glas Wasser mit ½ Zitrone trinken
- Robinia pseudoacacia, falsche Akazie D6 3x 5 Globuli (30 Minuten

vorher nichts essen und trinken)

# T

## **Taubheitsgefühle im Körper:**

- B12 Mangel
- OPC
- MSM (entzündungshemmend)

## **Thrombose:**

- D3
- OPC
- Arginin
- Nattokinase (wenn die Blutplättchen sich verkleben durch Fibrin im Blut) Fibrin erzeugt Blutgerinnsel. Nattokinase löst das Fibrin auf. (Marcumar kann das Fibrin nicht auflösen, es zerstört aber die Blutplättchen. Was bedeutet, dass das Risiko eines Blutgerinnsels weiterhin bestehen bleibt!) **Nicht nehmen, wenn man einen Gen Faktor Defekt hat.**

## **Tinnitus**

- Zink Picolinat
- OPC bei Durchblutungsstörungen
- B12
- Arnica D12 nach Verletzungen oder körperlicher Anstrengung
- Ignatia D12 nach Stress, Kummer
- Rupprechtskraut, Storchenschnabel auf die Ohrmuschel und hinters Ohr tupfen
- Dazu folgende Übungen 10 x tägl: den Finger ins Ohr stecken und fest gegen Knorpel (Richtung Gesicht) drücken, beim Drücken dann fest "schlucken", dadurch wird im Gehörgang einiges bewegt.

## **Trigeminusnerv**

- Plantago major D3 (Breitwegerich homöopathisch) 3x5 Globuli
- B-Komplex
- B12
- MSM 1 Teelöffel, auf 3 Teelöffel steigern
- OPC
- DSMO für die äußerliche Anwendung = 6 Stunden Ruhe

# U

# V

## **Verdauungsstörung**

- D3 (Spiegel erhöhen damit der Körper nicht mehr im Winterschlaf ist.)
- OPC (gewährleistet die Durchblutung des Darmes damit sich die Entzündungen dort abbauen können.)
- Vitamin C
- MSM (durchblutungsfördernd und entzündungshemmend)
- Okubaka D3 (aus der Rinde eines Afrikanischen Baumes, verhindert Intoleranzen und saniert das Immunsystem!) 3x5 Tropfen bestes Mittel zur Darmsanierung
- Vita Biosa 19 Kräuter und 7 Probiotische Kulturen (stellt den Nährboden bereit damit die Darmbakterien wieder dort leben und arbeiten können)
- Außerdem sollte man Mineralien zugeben. z.B. „Schindele´s Mineralien“ oder andere Mineralien.

## **Darm Verstopfung**

- Vitabiosa

## **Vergiftungen bei Tieren:**

- Löwenzahnwurzel (bei Vergiftungen, holt die ganzen Toxine raus) in Milch aufgekocht

# W

## **Wadenkrämpfe**

schnelle Aufnahme durch homöopathisches Mittel:

„Magnesium phosphoricum D6“

Kann man mit Bärlappkissen gut behandeln und danach wird euch kein Krampf mehr plagen. Ein altes Kopfkissen mit Bärlapp füllen und abends unter die Beine Legen vor dem Fernseher und später auch im Bett unter den Beinen die Nacht draufschlagen. Habe das meiner Mutter gegeben und sie ist seitdem Beschwerdefrei, Sie musste sich bei den Wadenkrämpfen schon übergeben so stark waren die

[http://www.jahreskreis.at/Natur\\_Pflanzen\\_Baerlapp.htm](http://www.jahreskreis.at/Natur_Pflanzen_Baerlapp.htm)



## **Warzen:**

- DSMO äußerlich
- Dornwarzen: Antimonium crudum D12
- Dellwarzen, Schwimmbadwarzen: Ferrum picricum D6

## **Wasseransammlungen in Füßen/Beinen:**

- Q10 (Herzstärkung)

## **Wechseljahre:**

- Sepia D12            2x5 Globuli (Hitzewallungen, schwitzen)
- Sanguinaria canadensis
- OPC 2-3 /Tag
- MenoFit
- Maca

**X**

**Y**

**Z**

## **Zahngesundheit**

Zahncreme selbst herstellen:

- 100g Kokosfett im Wasserbad schmelzen
- 100 g Natron dazugeben
- 2 EL Birken Zucker und ev. Pfefferminzöl
- bevor es ganz fest wird, nochmal ordentlich durchrühren
- entzündungshemmend und antibakteriell

Kariesschutz, Zahnsteinschutz, gesundes Zahnfleisch

## **Zecken:**

- Kokosöl einschmieren
- Schwarzkümmelöl innerlich

## **Zungenbrennen**

Vitamin B 12 Mangel

## **Zysten:**

- D3
- OPC
- Vitamin C
- MSM (entzündungshemmend, verhindert die Entzündung)
- Quercetin (verhindert das Zysten entstehen, verhindert Tumorwachstum) 2x1 Kapsel/Tag

# Teil 3

## Erfahrungsberichte A-Z

### Inhaltsverzeichnis

#### A

Allergie  
Allgemeinzustand verbessert  
Armbruch  
Arthritis  
Arthrose

#### B

Beine (geschwollene)  
Beine (schwere)  
Bronchitis  
Bruch

#### C

COPD

#### D

#### E

Eisenmangel

#### F

Fersensporn  
Finger verletzt  
Fußnagel verletzt

#### G

Gastritis  
Gedächtnis

#### H

Hämorrhoiden (außen liegende)  
Herzrasen

Hoher Puls

**I**

Immunsystem schwach

**J**

**K**

Knieprobleme

**L**

Lernschwierigkeiten

**M**

Meniskus

Migräne

MS

Myom

**N**

Nervenschmerzen

Neurodermitis

**O**

Offene Wunde

**P**

PMS

**Q**

**R**

Rückenschmerzen

**S**

Schlaganfall

Schulter Schmerzen

Sehstärke

Selbstversuch mit Vitamin D3

Stulgangprobleme

**T**

Tiere

**U**

**V**

## **W**

Wadenkrämpfe

Wespenstich

Wunde

## **X**

## **Y**

## **Z**

Zeh gebrochen

# A

## **Allergie**

Bärbel H.: Ihre Tochter ist starke Allergikerin und es bestand die Gefahr, dass Asthma hinzukam. Nach Ergänzung Ihrer Nahrung mit OPC, 4 Wochen lang, hat sich die Allergie deutlich gebessert und die Gefahr, dass Asthma auftritt, ist gebannt.

## **Allergie**

Granzer H.: musste Österreich in der Hauptblütezeit der Gräser verlassen. Er bekam in dieser Zeit Kortison Spritzen und hatte trotzdem starke Beschwerden, Bronchitis, Asthma bis zu schweren Erstickungsanfällen. Er hatte 2 Monate nach der Ergänzung seines Essens mit OPC fast keine Beschwerden mehr und musste seine Heimat nicht mehr verlassen, Er hat mir einmal gesagt „auch wenn eine Packung 1.000.- kosten würde und es in Österreich nicht mehr zu beziehen wäre, er würde Mittel und Wege finden es sich zu beschaffen“.

## **Allgemeinzustand verbessert**

“Nachdem ich per Zufall auf Gespräche zwischen Robert Franz und Wufling von Rohr auf You Tube gekommen bin, war ich fasziniert von dem Heilwissen das dort ganz privat ausgetauscht wurde. Ich selbst bin 58 Jahre alt, und mein körperlicher Zustand war besorgniserregend. Nachdem festgestellt wurde, dass mein Darm undicht - und mein Körper quasi voller Gifte und Bakterien war wusste ich, dass wenn ich jetzt nichts Entscheidendes tue, sich mein Leben in Kürze sehr verschlechtern würde. Übrigens hat mir meine Heilpraktikerin eröffnet die Dunkelfelduntersuchungen mit dem Schwarzlicht Mikroskop macht, das jeder 2. der über 50 Jahre ist, und zu ihr kommt, Probleme mit einem durchlässigen Darm hat aufgrund unserer heutigen Ernährung Ich begann also die Tipps von Robert, die ja keine Heilversprechen sind anzuwenden. Es ist jetzt ca. 4 Monate her als ich anfang sie anzuwenden. Innerhalb von wenigen Wochen bemerkte ich folgende Verbesserungen:

Mein Schlaf wurde besser, meine Stimmungslage wurde so gut, das ich manchmal einfach ganz glücklich sein konnte trotz der Welt um mich herum mit allen Dingen die so passierten. zurück, dass ich meinen Arm wieder voll belasten konnte und endlich meine Arbeit wieder ohne Schmerzen ausführen konnte.

Die Physiotherapie brauchte ich nicht weiter. ...Naja, sie kam nochmal zurück, weil ich dachte ich bräuchte dafür nichts mehr tun... aber jetzt weiß ich wie es geht. Das wird schon. Es ist ein Segen das mit DMSO es ein Schmerzmittel gibt das bis zu Schleimbeutelentzündungen vordringt und Entzündungen ausheilen lässt. Es ist super effektiv und hält ca. 6 Stunden. Selbst stärkste Schmerzen und Verspannungen im Nacken-

Schulterbereich habe ich mit wenigen Anwendungen sehr gut handhaben können, die Schmerzen waren weg oder nur noch unbedeutend und ich konnte weiterarbeiten ohne Reue weil es absolut nebenwirkungsfrei ist und das Produkt ist das Weltweit das weiteste Anwendungsspektrum überhaupt hat. (11.000 Studien und 44.000 Artikel und alles wird zurückgehalten, weil die Pharma damit kein Geld verdienen kann)

Ein Hühnerauge verschwand, fiel einfach ab. Seltsame manchmal auftretende Schmerzen in Zeh Gelenken und Knien verschwanden. Meine linke Niere schmerzte ab und zu schon seit Jahren und machte mir sorgen. Mein Heilpraktiker riet mir unbedingt eine Nierenreinigung zu machen. Aber die war wirklich kompliziert und ich drückte mich davor. Mit D3, OPC und Vitamin C aber wurden meine Nierenschmerzen nach und nach weniger. Sie ist wohl noch nicht komplett regeneriert, aber auf dem Weg dorthin.

Und meine Prostata lässt mich nun nicht mehr 6 Mal in der Nacht auf Toilette rennen. Das war wirklich schon zum richtigen Problem geworden. Und jetzt ist es ist seit 4 Wochen super und ich gehe nachts vielleicht 1 Mal manchmal auch gar nicht mehr. Ein richtiger Segen. Innerhalb einer Woche nachdem ich Chrom Pico einnahm war es so. Ich nehme allerdings zusätzlich auch noch 6 Stück Sanct Bernhard Kürbiskernkapseln täglich. Als ich die Versuchsweise wegließ wurde es wieder etwas schlechter. Nun suche ich noch zusätzlich ein homöopathisches Mittel dazu um zu sehen ob ich es noch weiter verbessern kann.

Und das Programm zur Gehirnsanierung hat tatsächlich innerhalb von ca. 3 Wochen mein Kurzzeitgedächtnis verbessert! Ich verliere nicht mehr ständig den Faden, wenn mich etwas beim Gespräch unterbricht. Das war mir sehr wichtig, auch wenn das Leinöl fürchterlich schmeckt. Aber dafür schmeckt B12 lecker und B-Komplex wird einfach geschluckt. Und nach ca. 6 Wochen merkte ich wie auch mein Langzeitgedächtnis wieder besser zu werden begann.. Alles sehr angenehm. Da bin ich wirklich sehr zufrieden mit. Die Steifheit in den Füßen beim Aufstehen ist verschwunden. Ich kann sofort wieder flink durch die Wohnung laufen. Und ich träume wieder! Habe ich seit vielen Jahren nicht gehabt. Aber ganz wichtig waren mir diese plötzlichen Erschöpfungszustände. Manchmal war ich schon nach dem ersten Kunden am Tag erschöpft. Ich begann langsamer zu arbeiten. Legte mir weniger Kunden in den Tag und musste mich oft mit reiner Willenskraft weiterschleppen. Nach einer Weile erst bemerkte ich dass ich mich viel leichter fühlte und die Erschöpfung erst am Abend auftrat. Oder nur kurz zwischendurch aber dann ist sie wieder weg. Nach dem Ansehen der Videos von Robert Franz wusste ich was ich nun tun konnte. Jedenfalls habe ich mich entschlossen Robert nicht allein zu lassen mit seinem Bemühen die Welt

aufzuklären. Viele meiner lieben Kunden sind schon älter und haben keinen Computer oder Internet. Wenn ich sehe was sie an Pillen schlucken müssen und wie es ihnen dabei geht, bin ich immer betroffen und bisher wusste ich nicht wie ich helfen konnte. Aber als ich die Videos von Robert ansah und seine Tipps herausschrieb um sie für mich anwenden zu können war mir klar, ich werde sie für alle die mir in meinem Leben begegnen bereithalten. Wer will kann es lesen und umsetzen.

Thomas Schriever

## **Armbruch**

Dame, 75 Jahre.: Bricht sich bei einem Sturz den rechten Arm. Der behandelnde Arzt sagt, dass sie mit einer langen und schwierigen Genesung rechnen müsse. Sie ergänzte ihre Nahrung mit OPC schon seit ca. 3 Monaten wegen einer nicht heilenden Wunde. Bei der Folgeuntersuchung wird eine erstaunlich schnelle Heilung des Bruches festgestellt.

## **Arthritis DMSO**

Ruth Lewis, damals 64 Jahre alt, litt seit über 20 Jahren an rheumatoider Arthritis und konnte sich nur noch mit einer 4-beinigen Gehhilfe bewegen. Außerdem ließ sich die rechte Hand vor Schmerzen gar nicht mehr schließen. Viele Spezialisten und Diagnostik Kliniken hatte sie aufgesucht und verschiedenste Prozeduren über sich ergehen lassen – ohne Besserung. Nachdem sie sich zusätzlich eine Rückenverletzung zugezogen hatte, sagte ihr der Arzt, sie müsse für mindestens 6 Monate strenge Bettruhe halten. Weil sie sich davor fürchtete, danach überhaupt nicht mehr laufen zu können und den Rest ihres Lebens im Bett verbringen zu müssen, ließ sie sich von ihrem Mann und ihrem Sohn in eine Klinik bringen, um eine DMSO-Behandlung zu bekommen. Nach nur zweieinhalb Wochen täglicher DMSO-Infusionen verließ sie die Klinik ohne jede Hilfestellung oder Stöcke. Sie sagte: “Ich kann es nicht in Worte fassen, was dieses Mittel für mich getan hat. Ich empfehle es mit Nachdruck. Ich sah während meines Klinikaufenthaltes viele Menschen kommen und gehen. Sie alle liefen gesund hinaus

## **Arthritis**

Amalia S.: Diagnose Arthritis, konnte nur wenige hundert Meter gehen unter großen Schmerzen, erhält seit 2 Jahren regelmäßig Kortison gilt als therapieresistent. Nach 2 monatiger Ergänzung Ihrer Nahrung mit OPC, ging Sie jeden Tag mit Ihrer Tochter eine Stunde spazieren! Sie hat inzwischen viel weniger Schmerzen!

## **Arthrose**

<http://www.arthrose.de/.../e.../archiv/arthrose-info-nr-101.html>



Zwölf weiße Pfefferkörner: Über ein Jahr lang hatte ich sehr starke Schmerzen an den entzündeten Fingerendgelenken aufgrund von Heberden-Arthrose. Da las ich im Arthrose-Info Nr. 91 den Tipp von Frau Ingrid R., jeden Morgen nüchtern zwölf weiße Pfefferkörner unzerkaut einzunehmen. Das probierte ich aus. Nach drei Monaten war die Entzündung weg! Beim ersten Anzeichen eines neuen Schubs begann ich sogleich wieder mit der Einnahme ... und die beginnende Entzündung ging wieder weg. Seit etwa 1,5 Jahren habe ich keine akuten Schmerzen mehr gehabt.

Super, herzlichen Dank! Frau Susanne S., Freiburg

<http://lexikon.huettenhilfe.de/.../pfeffer-in-der-heilkunde.h...>

## **B**

### **Beine (geschwollene)**

Dame, 164cm, 97kg.: Sie litt unter ständiger Müdigkeit und geschwollenen Beinen. Nach nur 3 Tagen Ergänzung Ihrer Nahrung mit OPC waren die Beine fast nicht mehr geschwollen und sie hatte wieder viel mehr Energie. Ganz nebenbei hatte sie abgenommen durch mehr Lust, sich zu bewegen.

### **Beine (schwere)**

Dame, 166cm, 91kg.: Sie nimmt OPC seit Juni 95. Hat inzwischen keine schweren Beine mehr, ist ein regelrechtes Energiebündel geworden und den Freundinnen ist aufgefallen, dass sie viel jünger aussieht als vor einem Jahr. Besonders das Gesicht und ihre Hände hätten weniger Falten. Wurde gefragt, „wie sie das mache?“.

### **Bronchitis**

[Sandra Lingl](#)

So nun zu meinen Erfahrungen mit Robert Franz Naturmitteln: Mein Sohn war ab dem 6. Lebensmonat dauernd verschleimt und nichts wollte recht helfen...hatte ständig Angst vor Bronchitis...das Ganze zog sich bis zu seinem 9. Lebensmonat! Geschlafen hat er natürlich kaum, wie auch ohne freie Nase?!?Dann waren wir bei Robert: :) Carnitin und OPC waren DIE Lösung für ihn. Nur 1 Woche danach schlief mein Bub friedlich und wir hatten seither keine Probleme mehr mit Verschleimung! Die Verdauung verbesserte sich auch deutlich unter B-Komplex (BioScan stellte Mangel dar)

### **Bruch**

Ältere Dame um die 80.: Bruch des Schambeins bei einem Sturz. Hatte nach Verlassen des Krankenhauses starke Schmerzen und die Ärzte sagten ihr das man ihr keine stärkeren Schmerztabletten geben könne.

Außerdem benötigte sie einen Stock und bewegte sich sehr schwerfällig. Ihr Arzt in Innsbruck empfahl ihr daraufhin OPC auszuprobieren. Bereits 14 Tage später brauchte sie keinen Stock mehr zum Gehen und war fast schmerzfrei ohne schmerzstillende Medikamente. Ihr Arzt rief mich an um mir diese außergewöhnliche Genesung mitzuteilen.

## C

### COPD

Monika Hertenstein:

Ich finde es super, dass das Wissen von Naturmitteln und die Erfahrungen von Freunden zusammengetragen werden! Gerne mein Beitrag dazu. Zu meiner Person: Ich bin 51 Jahre jung und komme aus der Schweiz. Bis zu meinem Schlaganfall (2005) arbeitete ich als selbständige Kosmetikerin. Im(2006) noch eine Hirnblutung. Seit ein paar Jahren COPD. Seit den Hirn Verletzungen habe ich Aspirin Cardio 100 genommen. (Ärzteempfehlung: ein Leben lang) Für COPD hatte ich zuerst Onbrez dann etwas stärkeres Ultibro Breezhaler. Trotzdem hatte ich immer weniger Luft!!! (Lungenfunktion 59%) Ende Juni 2016: Bei meiner Schwester zu Besuch, das erste Paket mit Naturmitteln trifft ein. Habe gleich 1 OPC, D3, B12, Vit C genommen. Am 2.ten Abend zu Besuch habe ich bemerkt dass ich die Medikamente (Aspirin, Ultibro) vergessen habe zu nehmen. Da ich mich aber sehr gut fühlte und auch genug Luft hatte, ließ ich sie weg, seither habe ich nichts mehr konsumiert. COPD Verlauf: der gesamte Schleim in der Lunge löste sich nach und nach. Ich habe weder rasseln noch sonstige Geräusche in Lunge und Bronchien. Um die Lunge zu stärken, habe ich eine zehntägige Kur gemacht: l-Carnitin 2,5 gr/täglich, Arginin ca 2-6 Kapseln pro Tag und Cordyceps 2x2 Kapseln pro Tag. Sonst nehme ich noch täglich 1-2 OPC (wiege 71 kg) mind. 5 tropfen D3, K2, B12, Vit C. Regelmäßig Schwefel. Habe auch Tank gefüllt mit MSM und D3 (Kur). Trinke auch regelmäßig Heideblüten Tee! Den Allantwurzeltee konnte ich nicht trinken (wähhhh)!!!! Falls die Bronchie doch mal etwas belegt sein sollte habe ich gute Erfahrungen mit 2-3 Kapseln Arginin gemacht. Atmen ist leben! Für die Psyche kann ich das Kolloidale Gold sehr empfehlen, auch Heideblüten Tee. Habe geplant den Darm sanieren und abnehmen. Seit 2 Wochen ist mein Knie geschwollen, letzte Woche punktiert, es sei Arthrose? Nehme jetzt viel Schwefel und hoffe kriege das mit Physio und Natur hin, will kein Cortison oder Pharma! Übrigens bin ich Raucherin! Liebe Grüße Monika.

## D

# E

## **Eisenmangel:**

Erfolgsgeschichte meiner Tochter 25 Jahre, seit 16. Lebensjahr extremen Eisenmangel, wurde behandelt mit Infusionen und Tabletten, kein Erfolg gebracht, dadurch zu kleine rote Blutkörperchen, zähflüssiges Blut und extrem schlecht Leberwerte, ständige Darminfektionen und starke Pollenallergie, seit Mai haben wir angefangen Vitamin D Spiegel aufbauen, Leberreinigung gemacht und seit Juli Standards von Robert Franz plus MSM. vorige Woche Blutkontrolle, Eisen, Leber und rote Blutkörperchen wieder im grünen Bereich, Bioscan zeigt bei Pollenallergie keine Abweichung, wir warten aufs Frühjahr. Der zweite volle Erfolg bei meinen Kindern dank Robert Franz, werde ihm ewig dankbar sein dafür und mein möglichstes dafür tun dies zu verbreiten  
Astrid

# F

## **Fersensporn:**

Hallo zusammen, ich bin Dorothea aus Bamberg. Ich heilte den Fersensporn der sehr schmerzhaft war nur mit MSM, OPC, Vit D3 Magnesium und Hakla D6 bei mir gibt es nichts anderes als die Naturprodukte von Robert Franz, denn ich möchte ja noch etwas leben.

## **Finger verletzt:**

A.A., 5Jahre alt, hatte sich die Finger beim Aussteigen in die Autotür geklemmt. Die Fingerkuppen und Nägel sahen ziemlich mitgenommen aus und das Kind weinte andauernd vor Schmerzen. Geistesgegenwärtig griff der Vater, der eine DMSO -Lösung für eine andere Erkrankung parat hatte, zur Flasche und sprühte diese 80%tige Lösung auf die Kinderhand. Nach wenigen Minuten klangen die Schmerzen ab. Die verletzten Finger regenerierten sich unter der weiteren Behandlung sehr schnell und waren wenige Tage später völlig unauffällig.

## **Fußnagel verletzt:**

Erfahrungsbericht Sandra:," Meine Tochter (4 Jahre) hat sich vor kurzem den Fußnagel unter der Türe so gestoßen, dass er komplett nach oben und zurück geschoben wurde und dann leider im Verlauf auch abgefallen ist. Sie hatte starke Schmerzen, DMSO nahmen ihr diese recht schnell und am 2. Tag war jegliche Rötung und auch die

Schmerzen komplett weg! :) Sie nennt es jetzt Heilwasser und will es auf jede Schramme... Habe es pur aufgesprüht, da der Zeh ja nicht offen war oder blutete. Er war feuerrot und schmerzte ihr sehr. Nach nur einmaligem Besprühen, ließ der Schmerz schnell nach. Nach 3 Tagen musste ich kein DMSO mehr aufsprühen. Habe es 3x täglich aufgetragen. ABER Vorsicht: DMSO sollte man fast immer verdünnt anwenden! Unter der Gürtellinie muss man weniger verdünnen. Auf meine Narben trage ich es aber auch pur auf. Kann dazu nur das DMSO Handbuch empfehlen

## G

### **Gastritis**

Mein Vater.: Er war 40 Jahre lang magenkrank, schwere Gastritis. Er konnte weder Obst noch Gemüse vertragen und musste ständig Medikamente für seinen Magen einnehmen. Wenige Monate nach Ergänzung seiner Nahrung mit OPC, war seine Gastritis weg. Er kann mittlerweile alles essen und ich muss, wenn ich bei meinen Eltern eingeladen bin, aufpassen, dass ich noch eine Tomate, Weintraube oder eine Orange erwische. Ein herrliches Gefühl, dass ich meinem Vater so helfen konnte.

### **Gedächtnis:**

Walter L.: Er konnte sich generell Personen und Namen schlecht merken und stellte fest, dass auch sein sonst gutes Zahlengedächtnis nachließ. Seit er seine Nahrung mit OPC ergänzte, wurde sein Zahlengedächtnis wieder so wie früher und das Erstaunliche: Er hat inzwischen ein viel besseres Personen- und Namensgedächtnis als jemals zuvor.

## H

### **Hämorrhoiden (aussen liegende):**

hab ich bei mir in 2 Wochen therapieren können mit täglich 3x1 Kapsel OPC. Die letzte Kapsel nicht später als ca. 18 Uhr einnehmen. Gibt so viel Energie, das ich nach 5 Stunden Schlaf ausgeschlafen hatte. Liebe Grüße, Conny

### **Herzrasen**

Mein Bericht: Ich heiße Gertraud Schnitzer, bin 53 Jahre alt. Seit über 30 Jahren litt ich an Herzrasen und auch Herzstolpern. Organisch sehr oft untersucht, es wurde nichts gefunden. Und wenn nichts ist, wird es ja immer auf die Psyche geschoben. Nun ja, es wurde nur mit Betablocker besser. Obwohl es da gelegentlich auch auftrat. In den Jahren habe ich immer wieder versucht, mich von den Tabletten zu lösen, aber nach ein

paar Tagen fing das Herz wieder an zu rasen und meine Angst war so groß, dass ich wieder zur Tablette griff. Vor zwei Jahren habe ich dann meine Ernährung umgestellt auf vegan und seither konnte ich anstelle von früh 1/2 Tablette Sotalol und abends 1/2 Tablette Sotalol auf 1/4 früh und Abends reduzieren. Seit Juni 2016 konnte ich sogar auf 1/4 Tablette reduzieren. Dennoch, meine Versuche seitdem von den Tabletten komplett wegzukommen scheiterten auch hier. Sobald ich die Tablette ausgeschlichen hatte, ging es wieder los. Nun bin ich Anfang August durch "Zufall" auf Robert gestoßen und seither ziehe ich alle Informationen durch seine Vorträge und Auftritte die es in YouTube gibt, rein. Ich habe dann folgende Produkte genommen:

- Heideblütentee (1 Liter über den Tag verteilt)

morgens

- 1 Messlöffel L-Carnitin

- Vitamin D3 in 10 Tagen aufgefüllt mit je 40 Tropfen und jetzt nehme ich 10 Tropfen

- 1 Kapsel K2

- Magnesium Öl zum Sprühen

- 1 Kapsel Q10

- 1 Kapsel Vitamin B Komplex

- 1 Kapsel L-Arginin

- 1 gestr. TL Acerolapulver zusammen mit

- 1 Kapsel OPC

Mittags:

- 1 Kapsel L-Arginin

- 1 Kapsel Q 10

- 1 gestr. TL Acerolapulver zusammen mit

- 1 Kapsel OPC (erst ab der zweiten Woche habe ich 2 Kps. OPC genommen)

Früh und abends 1 TL Naturgesteinsmehl

Zusätzlich die homöopathischen Mittel:

- Spartium scoparium D3 (Besenginster) 3 x 5 Tropfen täglich

- Strophantus D4 3 x 5 Tropfen täglich

Spartium scoparium kann man 1-2 Monate nehmen, dann

ausschleichen. Strophantus D4 kann man ein Leben lang nehmen.

Zeitgleich habe ich die Betablocker reduziert. Ich habe es geschafft.

Danke

## **Hoher Puls**

Erfolgsgeschichte hoher Puls. Junger Mann, 23, ständig hoher Puls nicht unter 100, kein Bluthochdruck, keine Beschwerden, laut Bioscan Abweichungen im gesamten Herzkreislaufsystem, seit Juli nimmt er Standards von Robert Franz plus Arginin, Carnitin und MSM, jetzt hat sich sein Puls eingependelt zwischen 70-80, was wäre gewesen hätte man das in jungen Jahren nicht erkannt und was dagegen unternommen? Wahrscheinlich in einigen Jahren Dauerkundschaft der Pharmaindustrie

Astrid

**I**

## **Immunsystem schwach**

[Sandra Lingl](#)

Meine Tochter jetzt 4 hat seit Geburt diverse gesundheitliche Probleme: Angefangen mit Neurodermitis (bereits mit Homöopathie "ausgeheilt"), wiederholte Krupp-Anfälle, wiederholte Mittelohrentzündungen, schwaches Immunsystem, seit Geburt (trotz ausschließlichem Stillen!) Verstopfung, sehr hibbelig und unkonzentriert, schlechter Schlaf, diverse Nahrungsmittelallergien. Ja auch dann kam zum Glück unser Treffen mit Robert: :) Dank Carnitin gab es keinen Krupp-Anfall mehr, dank OPC und Lysin ist mein Kind wesentlich ruhiger und ausgeglichener und kann gut schlafen. Essen darf und kann mein Kind wieder alles! Dank Vitabiosa und Okoubaka ging mein Kind bereits nach 3 Wochen selbstständig auf die Toilette zum großen Geschäft! Vorher musste ich ihr immer eine Windel anziehen und sie krümmte sich teilweise 30min... :( Dank B-Komplex ist auch ihre Verdauung wesentlich besser geworden (BioScan stellte Mangel dar).

**J**

**K**

## **Knieprobleme:**

gestern kommt mein Schatzi heim und sagt ihm tut sein Knie weh, ist leicht geschwollen, fühlt sich an wie Flüssigkeitseinlagerung und kann es kaum beugen. 2x DMSO aufgetragen, morgens noch mal und Mittag ruft er mich begeistert an und sagt seine Schmerzen im Knie sind komplett weg. Einfach nur Klasse.  
liebe Grüße, Conny

**L**

## **Lernschwierigkeiten**

Junge, 9 Jahre.: Er hatte große Lernschwierigkeiten, weil er sich nicht lange konzentrieren konnte. 1 Jahr nachdem seine Mutter sein Essen mit OPC ergänzte, kam er in der Schule besser mit und hat mehr Freude. Seine schlechtesten Noten sind inzwischen 2er.

# M

## **Meniskus**

Dame, 172cm, 105kg.: Sie hatte eine Meniskusoperation und ergänzte Ihre Nahrung bereits seit 3 Wochen mit OPC. Obwohl die Patienten, die mit ihr im Krankenhaus waren, alle weniger Gewicht hatten, durfte sie bereits 5 Tage später nach Hause, alle anderen mussten länger im Krankenhaus bleiben. Ihr Physiotherapeut war über ihre schnelle Genesung erstaunt gewesen.

## **Migräne:**

noch ein positives Erlebnis von mir, durfte die Nacht von Freitag auf Samstag neue Erfahrungen sammeln. Leider bin ich zyklusbedingt eine Migränegeplagte. Bisher nur schulmedizinische Tablette, aber vor kurzen MSM eingenommen und wesentliche Verbesserung gespürt. Nachts erwacht und noch leichte Symptome, Intuitiv mein Lavendelherz während dem Schlaf so positioniert, das ich den beruhigenden, wohltuenden Duft permanent einatmen konnte und siehe da, das erste Mal ein Migränekampf gewonnen ohne Chemie. Ich bin so unglaublich glücklich und begeistert. Die ganze Arbeit meiner Lavendelherzen hat sich für mich rentiert. Sorry für meine Begeisterung, aber ich teile sie gern mit Euch. liebe Grüße, Conny

## **MS**

So, nun zu mir! ;) Bin seit 3 Jahren "MS-Verdächtig". Habe 2 Krankenhausaufenthalte und mehrere Arztbesuche hinter mir. Das hat mir bereits gereicht; habe mich beide Male halbwegs selbst entlassen... Habe mich gegen Cortison und andere Versuchsmedikationen geweigert. Bin auch seitdem zu keiner Kontrolle gegangen. Ich bin ein schlechter Patient, mit mir verdient kein Arzt was! ;) Meine Beschwerden kamen plötzlich und äußerten sich in schwachen Beinen, laufen wie auf Wolken, Taubheitsgefühle an Händen und Füßen, kraftlose rechte Hand, Kribbeln in den Beinen. Zusätzlich war ich dauermüde und überlastet. Klar der Hausbau macht Stress und dann noch ein Baby...bla bla bla... Hab auf eine Vitamin D Messung bestanden-diese ergab 12! Alles klar, oder?!? ;) Liquorpunktion und MRT Kopf deuteten auf MS hin und das Beschwerdebild war die Bestätigung dazu. Hätte mich tatsächlich auf Spritzen einstellen lassen können...hab ich aber nicht! Habe meinen Vitamin D Spiegel hochgefahren und bin zu einem sehr guten Akupunkteur, welcher meine Kraftlosigkeit schnell verbesserte! :) Dabei verabschiedete sich der Professor noch mit den Worten: "Verschwenden Sie nicht allzu viel Geld in Akupunktur und Homöopathie, das ist nur Geld-/ und Zeitverschwendung!" :( Mein Kopf war ständig benebelt und mein Gedächtnis kaum noch vorhanden. Da

ich wegen meiner Kinder ständig auf der Suche nach Naturheilmitteln war, stoß ich im Mai 2016 auf Robert Franz. Den wollte ich mir natürlich erst mal persönlich anschauen... ;) Solch einem liebenswerten und authentischen Menschen muss man begegnet sein! Er gab mir die Hoffnung wieder gesund zu werden und bestätigte meine Suche nach Heilmittel aus der Natur...

So meine lange Liste an Mitteln folgt: :)

- Vitamin D3 10 Tage hochdosiert 40 Tropfen und nochmal 10 Tage 20 Tropfen nachgelegt, da mein BioScan immer noch kein Optimum angezeigt hat! ;) weiter mit 10 Tropfen tgl.
- Vitamin B12: 3 Monate 2-3x tgl. Lutschtabletten, jetzt eine...
- Vitamin K2 10 Tropfen tgl.
- Magnesiumchlorid in die Handfläche
- MSM 5g tgl.
- Carnitin 2g tgl.
- Carnosin, Leinöl und Lecithin mit Gingko für mein Gehirn! ;)
- OPC 2-3 tgl.
- Vitamin C 600mg tgl.
- Urgesteinsmehl
- B-Komplex
- Zusätzlich nehme ich noch: Lysin, Arginin, AlphaLiponSäure, Q10, AminoPower, Inka Gold.

Verwendet werden natürlich Robert seine Mittel, bis auf wenige Ausnahmen. Er hat leider (noch) nicht alles im Angebot. Grundsätzlich empfehle ich auch nur seine Naturmittel weiter, da vertraue ich einfach drauf! :) Hab ich was vergessen? Was soll ich sagen-mir geht`s blendend! :) Robert hat mir meine Lebenskraft und Energie wieder gegeben und diese werde ich nun weitergeben und meinen Mitmenschen zur Gesundheit zurück helfen so gut ich kann! Mein lila Koffer (BioScan) ist mein treuer Begleiter. Ich freue mich auf die Zukunft und bin dankbar ein Teil dieser tollen Gruppe sein zu dürfen! Liebe Grüße Sandra

### **Myom - Hilfe durch Quercitin:**

In Bezug auf Quercitin möchte ich mit Euch meine Erfahrung teilen. Ich hatte seit mind. 8 Jahren ein Myom in der Gebärmutter mit einem Durchmesser von 9cm, welches sicht- und fühlbar war. 3 Gynäkologen drängten zu einer Total-OP, also komplette Entfernung der Gebärmutter. Da ich aber nicht permanent Schmerzen hatte, habe ich mich dagegen entschieden. Nun nehme ich seit 2 Monaten täglich 2 Kapseln Quercitin und siehe da, das Myom ist verschwunden. Faszinierend liebe Grüße, Conny



# N

## **Nervenschmerzen**

Elisabeth L.: Diagnose Nervenentzündung im linken Arm. Therapie = Kortison Spritzen. Die Schmerzen waren nach wenigen Stunden wieder da. Ergänzung ihrer Nahrung mit OPC. Die Schmerzen wurden nach wenigen Tagen immer schwächer und der Arm war nach 14 Tagen wieder voll bewegungsfähig und schmerzfrei. Wenn sie aufhörte OPC einzunehmen, stellten sich die Beschwerden innerhalb weniger Tage wieder ein.

## **Neurodermitis**

Annemarie L. Alter 36.: Sie leidet an Neurodermitis. Sie ergänzte ihre Nahrung ca. ein halbes Jahr mit OPC. Ihr Hautbild hatte sich deutlich verbessert. Sie hatte in immer längeren Abständen ganz leichte Schübe ohne Entzündungen. Dazwischen konnte man nichts mehr bemerken.

## **Neurodermitis**

3-jähriges Kind.: Neurodermitis - Seit der Ergänzung der Nahrung mit OPC laut Auskunft des Vaters eine Verbesserung seines Zustandes um ca. 80%. Wenn man mit der Ergänzung aufhörte, stellten sich mit der Zeit wieder alle Symptome ein.

# O

## **Offene Wunde - kolloidales Silber**

Eine Geschichte von meiner Mutter Sie ist Diabetikerin und musste ein kleineres Gewächs am Unterschenkel entfernen lassen, damals kannte ich Robert Franz noch nicht, jedenfalls wollte die Wunde nicht zuheilen, 2 Monate täglich verbinden mit Desinfektionsmittel und NICHTS hat sich verändert, ich konnte bis zum Knochen sehen, ich hab mich entschlossen ich muss etwas tun, 2 Wochen für 2 Stunden ein Kohlblatt direkt auf die Wunde aufgelegt und 2 mal täglich mit kolloidalem Silber aufgelegt, man konnte zusehen wie es täglich sich veränderte und nach 2 Wochen war die Wunde verschlossen, die Hausärztin hat sich nicht dazu geäußert, sie hat es ja mitbeobachtet, was sie drüber denkt werde ich wohl nicht erfahren

Astrid

## **Offenes Bein**

Juliane D.: Diagnose offenes Bein, links Markstück große Wunde seitlich am linken Rist. Nach 3 Jahren Behandlung kein Erfolg. Humpelte schon und hatte große Schmerzen in den Beinen beim Gehen. Ergänzung ihrer

Nahrung mit OPC. Nach 14 Tagen Krustenbildung nach ca. 6 Wochen war die Wunde vollständig zugeheilt. Kann wieder ganz normal gehen und normale Schuhe tragen. Wenn sie aufhörte, stellten sich die Beschwerden innerhalb weniger Tage wieder ein.

## P

### **PMS**

Franziska D.: 37 Jahre, 48kg. Sie hatte oft Beschwerden und starke Stimmungsschwankungen während ihrer Periode. Sie ergänzt ihre Nahrung seit fast 3 Jahren mit OPC, hat jetzt fast keine Beschwerden mehr, ihre Periode hat sich von 5 auf 3 Tagen verkürzt und sie ist viel ausgeglichener während dieser Zeit als vorher.

## Q

## R

### **Rückenschmerzen**

Herr, 182cm, 140kg, LKW Fahrer.: Er fährt hauptsächlich nachts. Rückenschmerzen. Ergänzung der Nahrung mit OPC. Bei einem zufälligen Treffen waren seine Schmerzen weg! Er hatte sich bedankt, dass er das Glück hatte, OPC kennengelernt zu haben.

## S

### **Schlaganfall:**

Wilfried Potthoff schreibt: Ich bin 67 Jahre alt und hatte mit 65 Jahren 4 Schlaganfälle innert 2 Monaten. Ursache war ein Riss der linken Halsschlagader auf Grund einer Verstopfung im Knochenkanal über dem Ohr. Ich weigerte mich einer Operation zu zustimmen, trotz der schlimmsten Voraussagungen meines Arztes. Nach einem Jahr Marcomar und dann Aspirin Cardio und dem Wissen um die Schädlichkeit bei längerer Einnahme sah ich Robert Franz im TV. Von da ab nahm ich nur noch OPC zur Blutverdünnung und all die Nahrungsergänzungsmittel die auf meiner Liste stehen. In meinem ganzen Leben habe ich mich noch nie so fit und gesund gefühlt wie jetzt, das in meinem Alter. Niederschmetternd, für meinen Arzt war die letzte Untersuchung im Juli. Nach der Ultraschalluntersuchung hat er festgestellt, dass meine linke Arterie weiterhin verschlossen ist. Das Blut hat aber einen anderen Ersatzkreis gefunden um mein Gehirn

ausreichend zu versorgen. Es hat sich alles stabilisiert. Er war sehr erfreut, dass ich mich bester Gesundheit erfreue und dass es mir sehr gut geht. Er meinte, ich würde ja weiterhin schön das Aspirin Cardio nehmen. Ich sagte nein, seit einem Jahr nicht mehr. Er, völlig entsetzt, "das geht doch nicht" Ich sagte ihm, dass ich seit der letzten Untersuchung täglich 2 Kapseln OPC Traubenkernextrakt nehme. Was ist das, er kennt das nicht. Er sei ja Neurologe. Ich erklärte ihm was das ist und wenn er Interesse hat kann er sich ja mal schlau machen. Dann sagte ich ihm was da alles für schädliche Nebenwirkungen auf dem Beipackzettel von Aspirin stehen.

Für mich sei das Selbstmord auf Raten, wenn ich das Zeug bis an mein Lebensende schlucken müsste. Ob er schon mal den Beipackzettel gelesen hätte, fragte ich. So was liest er nicht war die Antwort. Er war sehr empört.

Schrieb 2 A4 Blätter voller Notizen. Er warnte mich was alles geschehen könnte, wenn ich das Aspirin nicht mehr nehmen würde. Ich sagte ihm, dass er das Ergebnis der Nichteinnahme von Aspirin an mir ja schon festgestellt hätte, eben vor ein paar Minuten. Ja, so ging das Wort gegen Wort. Ich sagte auch das ich die Verantwortung für meine Gesundheit selbst übernehme. Ich bedankte mich für die seriöse medizinische Hilfe vor 2 Jahren und das die Pharmaindustrie für solche Fälle gute Dienste leiste. Doch ich möchte lieber nach der Besserung auf Naturprodukte vertrauen. Ja, dann wurde ich entlassen mit einem Kontrolltermin in 2 Jahren.

### **Was ich nehme:**

Nahrungsergänzungsmittel auf natürlicher Basis

- Arginin Aminosäure mit vielfältiger Wirkung, Leistungssteigernd, Libido, Potenz, Arterienöffnung, Schutz der Gefäßwände, Blutdrucksenkend, entzündungshemmend, immunstärkend und durchblutungsfördernd.
- Aroniabeeren Extrakt stark antioxidativ, reinigt den Körper. Zudem wirkt Aronia antidiabetisch, entzündungshemmend, antibakteriell und antiviral.
- Chrom-Picolinat Diabetes, Fettabbau, Prostataprobleme, Stoffwechsel, Übergewicht
- Cordyceps Libido, Potenz, Lungenstärkung, Arthrose schmerzen reduzieren
- Coenzym Q10 Herzstörungen, Nerven, Falten, Immunsystem, Fettverbrennung, Krebs, Zellnahrung, Blutdrucksenker
- DMSO Schmerzmittel zum einreiben, danach 30 Minuten nicht mit Kleidung bedecken
- Grapefrucht kernextrakt Grippe, Durchfall, Infektionen, Bakterien, Viren, Immunsystem
- Kieselsäure Gel Sikapur (Silicium) Straffe Haut, kräftiges Haar. Feste Nägel, gesundes Bindegewebe, Gelenkbeschwerden

- Kokosöl Gehirnnahrung, täglich einen Teelöffel voll zu sich nehmen, Gedächtnishilfe, Demenz, Alzheimer, Parkinson, Kokosöl auf die Haut gerieben hält Zecken ab.
- L - Carnitin Muntermacher, Muskelaufbau, Leistungsförderer, Fettabbau, Herzstörungen, Krebs, stärkt das Immunsystem., wichtig für Kinder. Gegen Demenz und Alzheimer
- MSM (Schwefel) Blasenentzündung, Schmerzen, Haarwuchs, Nägel, Gelenksbeschwerden, Leber, Durchblutung, Niedergeschlagenheit, Ängste, stumpfes Haar, fahle Haut, grauer Star, brüchige Fingernägel, schlaffes Bindegewebe, Allergien
- Mineralien / Steinpulver Darmflora
- Nattokinase natürlicher Blutverdünner, Darm, Verdauung
- OPC Traubenkernextrakt immer mit Vitamin C einnehmen, natürlicher Blutverdünner, Haarwachstum, antioxidativ, Diabetes, Herz, Arterien, Haut und vieles mehr, Marcomar und Aspirin braucht es nicht mehr, ebenso wenig Sonnenschutzcreme, schnelle Wundheilung,
- Quercetin Kreislaufprobleme, Entzündungshemmend, verhindert arteriosklerotische Ablagerungen, hat antithrombotische Wirkung, gegen Asthma, Diabetes und Virusinfekte. Stärkt Arterienwände.
- Roh-Rohrzucker-Melasse Krebs, Tumoren, Krampfadern, Arthritis, Schwächeanfälle, Geschwüren, Dermatitis, Ekzeme, Psoriasis, Hoher Blutdruck, Angina Pectoris, Herzschwäche, Verstopfung, Kolitis, Schlaganfall, Anämie, Blasenleiden, Gallensteinen, Nervenschwäche, Regeneration nach Operationen
- Selen (Spurenelement) Immunsystem, Schilddrüsenfunktion, Zellschutz, Haare, Nägel, Altersflecken, Augen, Gefäßwände, Bindegewebe, [Krebsprävention](#). Paranüsse enthalten viel Selen, 2 - 3 Paranüsse pro Tag entsprechen der Tagesration Selen. Paranüsse sind basisch. Selen verbessert die Wirkungsweise von Vitamin E erheblich
- Strophanthus Herzstolpern
- Vitamin C Wichtig! Keine Ascorbinsäure!!! Fettabbauend, Leistungssteigernd, Immunsystem
- Vitamin K2 Skelettaufbau, Knochen, Kiefer, Zähne, Becken, Rückbildung von Arterienverkalkung
- Vitamin B12 Gedächtnishilfe, Demenz, Alzheimer, MS, Stimmungsstörungen, Diabetes, Müdigkeit
- Vitamin D3 hohe Dosierung ( 20`000 IE ) immer mit Magnesium und Vitamin K 2 nehmen, wichtig für Schwangere und Kinder, Ersatz für die fehlende Sonne, vitalisierend, Diabetes, Verdauung, MS, Allergien, Immunsystem, Gelenke, Arthrose, Übergewicht, Haut, Depressionen, Gelenke All das nehme ich. Wilfried Potthoff

## **Schlaganfall:**

Petra H. schreibt:: Ich hatte einen Schlaganfall mit sehr schlechter Prognose, da bei mir die KapillargefäÙe verstopft waren an der Brücke zum Stammhirn. Das war vor knapp einem Jahr und ich saÙ erstmal im Rollstuhl. Mittlerweile gehe ich täglich eine Stunde Nordic Walking und kann das Wasser wieder besser halten, da auch dieser Muskel nicht mehr angesteuert war. Ich nehme OPC, Vit.C, Vit.D, Vit.K, Magnesium, MSM, Strophantin und seit neuestem noch Astaxanthin. Meine Betablocker und Calziumantagonisten habe ich bereits halbiert und nehme sonst nichts allopathisches („schulmedizinisches“). Nach der letzten Blutuntersuchung sagte mein Arzt: Sie machen alles richtig... obwohl ich ihm nicht gesagt habe was ich mache. Mein Vit.D ist von 11 auf 87 gestiegen.

### **Schulterschmerzen**

Crista E.: Alter 40 Jahre, hatte große Schmerzen in den Schultergelenken, besonders im rechten. Bewegungsfreiheit des rechten Armes war schon sehr eingeschränkt. SchlieÙ vor lauter Schmerzen nur noch wenige Stunden. Konnte sich monatelang nicht einmal mehr selbst die Haare waschen. Ihr Arzt sprach schon von einem künstlichen Gelenk mit eingeschränkter Bewegungsfreiheit. Ergänzung der Nahrung mit OPC. Nach 14 Tagen schlieÙ sie durch und konnte ihre Schulter fast schon wieder voll belasten. Sie hat 5 Wochen später sieben Fensterbänke selber ausgestemmt, weil die neuen Fenster geliefert wurden!! Verrückt!! (Nichts klingt so unglaublich wie die Wahrheit).

### **Sehstärke**

Leo T.: War immer sehr müde und hat schon einige gefährliche Situationen durch Sekundenschlaf beim Autofahren erlebt. Seit der Ergänzung seiner Nahrung mit OPC fühlt er sich, nach eigenen Aussagen, wie ein 20-jähriger (42 Jahre) und kann wieder weite Strecken mit dem Auto, ohne Ermüdungserscheinungen zurücklegen. Da er plötzlich mit seinen Kontaktlinsen verschwommen sah, lieÙ er seine Sehstärke untersuchen und der Optiker musste zu seiner Verwunderung feststellen, dass sich seine Sehstärke auf beiden Augen um 0,5 Dioptrien verbessert hatte.

### **Sehstärke**

Ältere Dame.: Hat bei der Untersuchung beim Augenarzt nur mehr 10% Sehleistung. Es wird über den Operationstermin gesprochen. Nach drei Monaten Ergänzung der Nahrung mit OPC hat der Augenarzt gestaunt. Bei der Untersuchung hat sie eine Sehleistung von 50%. Die Operation wurde auf unbestimmte Zeit verschoben.

## **Selbstversuch mit Vitamin D3**

Hallo ich habe, nachdem ich unter anderem das Buch von j. Bowles gelesen hatte, einen Selbstversuch mit meinem 19 jährigen Sohn gemacht. Wir haben 10 Tage lang 100.000 I.E , danach 4 Tage 60.000 I.E, dann 4 Tage 40.000 I.E und 20:000 I.E solange bis die Dose leer war genommen. Dazu Vit. K2, Magnesium, OPC und Vitamin C u.a.....hurra wir leben noch:-D und ich kann euch sagen, mein Sohn ist wieder im Leben. Er hat nur noch geschlafen sobald er zu Hause war, teilweise Komaähnlich.....ist nirgend wohin mehr gegangen usw. Jetzt kann ich ihn gar nicht mehr zu Hause halten :-)...ich glaube nicht, dass mein Sohn eine Ausnahme unter den Jugendlichen heute ist. Im Zeitalter der Technik ist es leider vielfach so, dass Kinder nicht mehr auf der Straße spielen, wie wir es früher gemacht haben.

Es wird nur noch vorm Handy oder dem PC gesessen. Es wird nichts Nahrhaftes mehr gegessen, zu viel Süßes getrunken.....Man sondert sich von Freunden ab, verzieht sich immer öfter in sein Zimmer und irgendwann ist der Körper nur noch ausgelaugt. Zum Schluss war es so, dass er zwei Stunden in der Schule war, nach Hause kam sich ins Bett legte und wenn ich von der Arbeit kam (18:30), schlief er noch tief und fest. Teilweise hatte ich zwei Stunden gebraucht um ihn wach zu bekommen.

Ich las D3 hochdosiert, Gesund in 7 Tagen und Die Heilkraft des Vitamin D3, und entschied für mich einen Selbstversuch. Hatte meinem Sohn davon erzählt und gefragt, ob er nicht auch was an seinem Zustand ändern möchte. Mit 18 Jahren sollte er schon die Entscheidung mittreffen.....Ja, so kam es dazu....und ich bin überglücklich, dass wir es unter anderem mit D3 hinbekommen haben. Zusätzlich gab es K2 und Magnesium, Opc und Vitamin C. LG Marisa

## **Stuhlgangprobleme**

Erfahrung zu Darm-aktiv: Ich hatte schon als Kind immer Stuhlgangprobleme, hart und sehr unregelmäßig ( wie alle in der Familie ), mit entsprechendem " Unwohlbefinden ". Wem diese Problem bekannt ist, der weiß was ich meine ( Einlauf, extrem viel trinken, fasten, später rauchen auf nüchternen Magen oder sonst welche Tricks ). Habe dann zusätzlich zu OPC, Vitamin C und D3 täglich am Abend ein Esslöffel Darm aktiv genommen. Die Wirkung ist echt begeisternd. Basis die Dose leer war, sind ca. 3-4 Wochen vergangen und dies ist schon 2 Monate her, aber die regelmäßige Darmentleerung ohne Plagerei hält immer noch an. Wer Probleme in diesem Bereich hat, unbedingt diese Kur machen. Es ist einfach nur faszinierend, wie man mit natürlichen Mitteln Jahrzehnte lange Probleme beheben kann. Übrigens schmeckt Darm aktiv richtig gut, keine Angst, ist nicht bitter oder so. liebe Grüße, Conny

# T

## **Tiere**

Katze.: Offen Wunde im Bereich des Nackens, ca. 3cm lang. Sehnen lagen durch ständiges kratzen frei. 3 Wochen nach Ergänzung des Futters mit OPC hatte sie wieder ein schönes Fell und man konnte nichts mehr sehen.

Älterer Kater.: Eitrige Entzündung am linken Auge. Nach Ergänzung seines Futters mit OPC war nach nur 4 Tagen nichts mehr zu sehen. Sein Frauchen beklagte sich darüber, dass er fast zu viel Elan hat.

Collihund.: Birkenpollen- und Hausstaubmilben- Allergie (getestet), Haarausfall im Bereich des Rückens und entzündliche Wunde. Nach Ergänzung seines Futters mit OPC heilte die Wunde in wenigen Wochen und er hat wieder so ein schönes Fell wie vorher.

# U

# V

# W

## **Wadenkrämpfe**

vor dem Fernseher und später auch im Bett unter den Beinen die Nacht drauf schlagen. Habe das meiner Mutter gegeben und sie ist seitdem Beschwerdefrei, Sie musste sich bei den Wadenkrämpfen schon übergeben so stark waren die - Magnesium sollte man auch immer mit einem Homöopathischen Magnesium Phosphoricum D 6 3 mal 5 Kügelchen.

Martina

## **Wespenstich**

Gestern hat mich eine Wespe am Handgelenk innen gestochen, direkt neben der Ader. Normalerweise reagiere ich allergisch darauf, indem ich mind. 6 - 7 Tage eine Super-Schwellung am Arm bis in die Finger habe. Diesmal hatte ich außer einer kleinen geröteten Stelle nichts. Nehme

seit ca. 3 Wochen OPC und glaube, dass es damit zusammenhängt.  
Manuela

### **Wunde - Kolloidales Silber**

Eine Geschichte von meiner Mutter

Sie ist Diabetikerin und musste ein kleineres Gewächs am Unterschenkel entfernen lassen, damals kannte ich Robert Franz noch nicht, jedenfalls wollte die Wunde nicht zuheilen, 2 Monate täglich verbinden mit Desinfektionsmittel und NICHTS hat sich verändert, ich konnte bis zum Knochen sehen, ich hab mich entschlossen ich muss etwas tun, 2 Wochen für 2 Stunden ein Kohlblatt direkt auf die Wunde aufgelegt und 2 mal täglich mit kolloidalem Silber aufgelegt, man konnte zusehen wie es täglich sich veränderte und nach 2 Wochen war die Wunde verschlossen, die Hausärztin hat sich nicht dazu geäußert, sie hat es ja mitbeobachtet, was sie drüber denkt werde ich wohl nicht erfahren

**Y**

**Z**

### **Zeh gebrochen - DMSO und Beinwelltinktur hat geholfen**

Ich weiß nicht ob ich das schon geschrieben habe, aber ich habe mir den Zeh angeknackst und da habe ich DMSO drauf und eine Stunde später konnte ich wieder im geschlossenen Schuh laufen, hab dann noch öfter eingesprüht mit DMSO und zwischendurch mit Beinwelltinktur. Nach einer Woche war ich ganz beschwerdefrei. Aufgehört zu arbeiten hab ich nicht, das ging gut, trotz Zeh. Damals habe ich ein halbes Jahr in offenen Sandalen laufen müssen auch über den Winter, weil ich keinen geschlossenen Schuh anhaben konnte. DMSO und BEINWELTINKTUR ist bemerkenswert.

Damals habe ich mir schon mal einen Zeh gebrochen und da habe ich ein halbes Jahr mit Sandalen laufen müssen, weil ich es nicht aushalten konnte in einem geschlossenen Schuh zu laufen. Also DMSO ist Klasse.

Martina



## **ANHANG**

**Dieses Dokument soll helfen die Menschen aufzuklären und sie wieder ursächlich und in Eigenverantwortung aus möglichst jeglicher Krankheit herauszubringen, und besser erst gar nicht hinein zu kommen. Wenn genügend Menschen dieses Wissen haben bin ich überzeugt davon, dass Altersheime überflüssig werden und dass die Krankenhäuser leer stehen werden. Wenn es ihnen zusagt wenden sie es an und wenn es funktioniert, geben sie es ihren Lieben weiter damit wir alle ein beschwerdefreies hohes Alter mit Naturmittel erreichen können.**

**Alle diese Informationen sind als Tipps von Privatpersonen zu verstehen die es ausprobiert haben und sollen keinerlei Heilaussagen darstellen. Grundlage dieser Daten sind zum Teil weltweite Studien die vielfach verifiziert wurden, aber von der Pharmaindustrie nicht umgesetzt worden sind. Die Pharmaindustrie ist nicht daran interessiert tatsächliche, und vorbeugende Gesundheit zu erzeugen. Ohne Patienten keine Einnahmen.**

**Die meisten dieser Informationen sind aus den Videos von Robert Franz auf YouTube oder aus seinem Buch „OPC - Das Fundament menschlicher Gesundheit“ und Erfahrungsberichte. Im Zweifelsfall immer das Video von Robert suchen und ansehen. Die Datei kann Fehlerhaft sein.**

**Eine Haftung für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen. Diese Datei kann keine ärztliche Behandlung und keine medizinische Betreuung ersetzen. Der Benutzer wird dringend gebeten, vor jeder Anwendung ärztlichen Rat einzuholen.**

**Diese Datei wurde nur für Mitglieder der Internetseite von Robert Franz  
<http://robertfranztalk5.socialgo.com/>  
erstellt.**

**Eure Naturmittelfreunde**



## **Änderungsprotokoll**

- 28.10.2016 Ergänzung bei M-Z  
Neu: Mahonienwurzel, Malvenblätterttee, Mauerpfefferkraut, Odermennig Kraut, Öle, Sauerdorn, Wegwartenwurzel, Muskelschwund, nächtliches Wasserlassen, Nagelpilz, Neurodermitis, OP, Panikattacken, Polyneuropathie, Restless legs, Schlafstörungen, Schuppenflechte, Vergiftung bei Tieren, Warzen, Wechseljahre, Zecken, Zysten
- 27.10.2016 Ergänzung bei: D-L.  
Neu: Kolloidales Silber und Gold, Heilpflanzen, EHEC, Fersensporen, Gallen- und Leberreinigung, Achillessehne, Helicobacter pylori, Kleinkinder, Kribbeln im Körper, Zahncreme
- 26.10.2016 Ergänzung bei A-C: Alantwurzel, Alge, Augentrostkraut, B-Vitamine, .Beifuß, Brennessel, Allergien, Bakterien in der Niere, Cholesterin, Blasenentzündung und Bronchitis  
Änderung Vorwort und Anhang
- 25.10.2016 Erfahrungsbericht Stuhlgangproblem
- 24.10.2016 Erfahrungsbericht MS
- 23.10.2016 Erfahrungsberichte COPD, Immunsystem, Bronchitis
- 22.10.2016 Erfahrungsberichte Fersensporen
- 18.10.2016 Ischias. Kalkschulter
- 17.10.2016 Ergänzung Citrizital
- 17.10.2016 Ergänzung Erfahrungsberichte  
Krampfadern, OPC, Vitamin C
- 16.10.2016 komplette Neusortierung