

# DAS AUSLEITUNGS-& ENTGIFTUNGS- KONZEPT



**SELBSTHEILUNG ONLINE**  
Die Gesundheits-Stiftung

# Das Ausleitungs- & Entgiftungskonzept

'Ausleiten' und 'Entgiften', - 2 Begriffe für den gleichen Sachverhalt.

Täglich sind wir einer Flut von Umweltgiften ausgesetzt. Vor diesen Umweltgiften können wir uns, selbst wenn wir uns noch so gut gesund ernähren und gutes Wasser trinken, nicht schützen. Bei vielen Menschen schafft es der Körper nicht mehr, ohne Unterstützung alle Gifte auszuscheiden. Er ist überlastet und wird infolge der Toxin-Belastung viel schneller krank. Deshalb ist es sinnvoll, regelmäßig eine Entgiftungskur durchzuführen, um den Giften ihr Potential zu nehmen (Wichtig ist zu wissen, dass alle Partikel, die nicht in den Körper gehören, für diesen toxisch sind, auch wenn sie außerhalb des Körpers als harmlos gelten).

Wer bereits an einer chronischen Krankheit leidet, kann mit einer Entgiftung die Chancen auf eine Heilung der Krankheit, - oder wenigstens auf eine Besserung der Beschwerden -, deutlich erhöhen.

Gerade bei chronisch kranken Menschen kann davon ausgegangen werden, dass eine toxische Belastung vorliegt. Eine Entgiftung ist überdies sinnvoll, wenn ein Kinderwunsch besteht und man seinem Baby den bestmöglichen Start ins Leben bieten möchte. Wenn die Mutter mit Schwermetallen, Umweltgiften, Wohngiften etc. belastet ist, dann leidet natürlich auch das ungeborene Kind darunter.

Vertrauen Sie sich und Ihrem Körper! die Selbstheilungskräfte sind nie weg gewesen! Diese waren immer da und werden immer da sein, sie müssen nur neu aktiviert werden.

Der Überblick auf diesen Seiten kann Ihnen als Leitfaden auf Ihrem Weg dienen! Viel Spaß und Erfolg wünscht Ihnen,

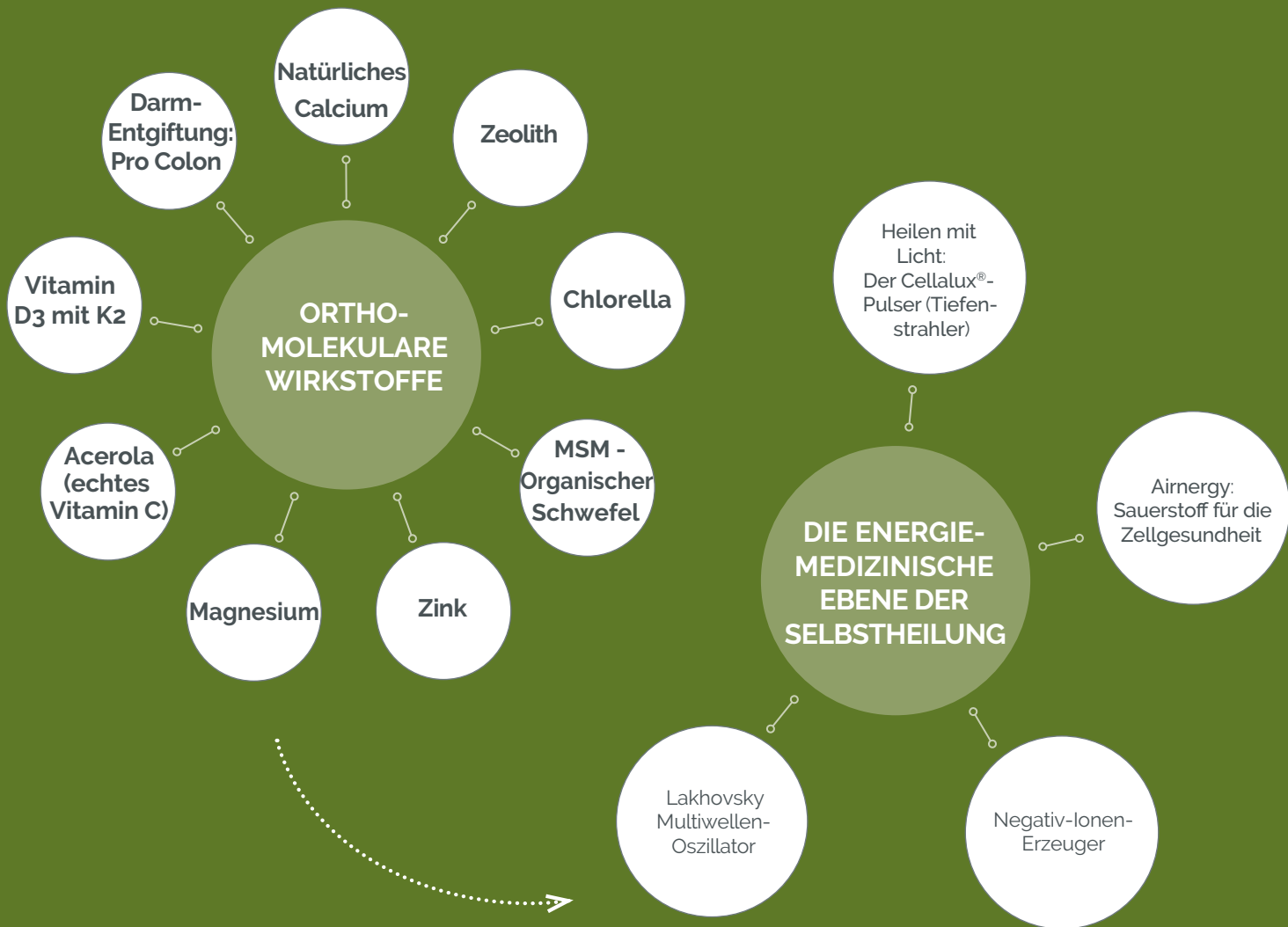
Ihr Team von [www.selbstheilung-online.com](http://www.selbstheilung-online.com)

**Dieses Ausleitungs- & Entgiftungskonzept mit Naturstoffen ist das Ergebnis jahrelanger Forschungen und kann von jedermann angewendet werden. Insbesondere haben wir die Arbeiten hochrangiger Wissenschaftler zusammengefasst:**

- Prof. Dr. Otto H. Warburg (1883 – 1970) 1931 Nobelpreis für die Entschlüsselung der Krebsentstehung
- Prof. Dr. Linus Pauling (1901 – 1994), zwei Nobelpreise, - Begründer der „Orthomolekularen Medizin“: Lediglich etwa 45 Vitamine/Mineralien/Spurenelemente braucht der Mensch, um gesund zu sein.
- Prof. Dr. Fritz Albert Popp, (1938 – 2018) hat die Lichtsteuerung lebendiger Systeme entschlüsselt; Licht als Befehlsgeber an die Körperchemie!
- Prof. Dr. Joachim Bauer, (geb. 1951), Stressforscher an der Uniklinik Freiburg bis 2017.
- Prof. Dr. Alfred Pischinger (1899-1983), der Begründer der Regulationsmedizin. Auch er hat ein Lehrwerk für Ärzte geschrieben: „Das System der Grundregulation“, das jeder gebildete Laie verstehen kann.

# DIE SYSTEMATIK DES ENTGIFTENS









# DIE BASISENTGIFTUNG

## 1. SCHRITT: DIE TIEFENATMUNG – DIE RICHTIGE ATEM TECHNIK KANN HEILEN

Je besser die Zellen mit Sauerstoff versorgt sind, desto effektiver ist der Abtransport von Giftstoffen und umso stärker und gesünder fühlen wir uns, sowohl körperlich als auch geistig. Gerade in einem stressigen Alltag kann der richtige Atemrhythmus zu einer verbesserten Energieversorgung und einer widerstandsfähigeren Gesundheit führen. Starten Sie am besten gleich heute mit der richtigen Atemtechnik!

Bei allen Gelegenheiten, die keine Konzentration erfordern, bewusst tiefe Bauchatmung durchführen, um das Bindegewebe optimal mit Sauerstoff zu füllen (Gewährleistung der Mikrozirkulation zwischen den Zellen). Wir bieten zu diesem Thema die Broschüre: „Sauerstoffatmung und Informationsatmung“ kostenfrei an: [info@selbstheilung-online.com](mailto:info@selbstheilung-online.com).

Siehe auch:

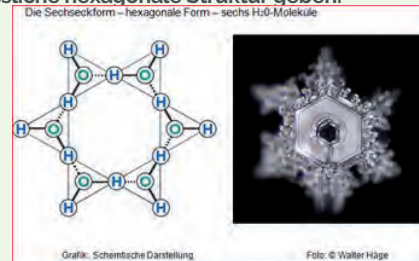
**Prof. Dr. Otto Heinrich Warburg**  
**Der Weg - Meditationen**



## 2. SCHRITT: DAS KÖRPERWASSER WIEDER TRANSPORTFÄHIG MACHEN

Chemisch betrachtet wirkt Wasser als Lösungs-, Transport-, und Reinigungsmittel. Darüber hinaus unterstützt es die Ausscheidung von Giftstoffen. Dieses vertraute und doch so rätselhafte Element kann aber noch viel mehr. Durch seine ganz besondere physikalische Struktur als „flüssiger Kristall“ kann es Frequenzmuster anderer Stoffe aufnehmen, speichern und weitergeben. Wasser reagiert wie eine sensible Antenne auf alles aus seinem Umfeld. Ursache vieler chronischer Erkrankungen ist die Austrocknung des Körpers (Dehydration). Um seine Aufgaben im Körper erfüllen zu können, ist nicht nur die Wassermenge, die man täglich trinken soll wichtig, sondern auch die Wasserqualität. Es gilt, eine hohe elektrische Leitfähigkeit wiederherzustellen!

### a) Das Trinkwasser filtern und ihm die für den Körper unerlässliche hexagonale Struktur geben.



1.  
SCHRITT



2.  
SCHRITT



3.  
SCHRITT



4.  
SCHRITT



### b) Die stillstehenden ca. 15 Liter Körperwasser wieder in Schwung bringen mit Elektrolysewasser.

Bei vielen Menschen befinden sich die Zellen und das Bindegewebe, bedingt durch eine andauernde Übersäuerung, in einer regelrechten Schockstarre. Um diese Starre wieder aufzuheben und die körpereigenen Puffersysteme wieder anzukurbeln, 'schocken' wir den Körper mit Elektrolysewasser mit pH-Wert 2,2 bis 2,5 (extrem sauer) und Wasser mit pH-Wert 12 (extrem basisch). Durch abwechselndes Trinken der Flüssigkeit, wird starr gewordenes Bindegewebe einem Schock unterzogen und so zur Eigenregulation massiv stimuliert.

Diese Therapie ist für jeden geeignet, gleich ob gesund oder krank! Sie kollidiert mit keiner anderen Therapie und nicht mit Medikamenten. Sie sorgt lediglich dafür, dass den körpereigenen Immunsystemen wieder ihre heilende Kraft gegeben wird. Dem gestressten Menschen wird neue Kraft zugeführt, um seine Probleme bewältigen zu können. Natürlich muss die Lebensführung an sich und das Ess- und Trinkverhalten auf den Prüfstand!

**Wir empfehlen eine Kur von 30 Tagen, je 15 ml im Wechsel (z.B. vormittags sauer, nachmittags basisch).**

#### Weitere Informationen:

**Sternenwasser** - Die Info-Seite rund ums Thema Wasser

**Wasseralarm** - Videos rund ums Thema Wasser

**Wasserfilter** - Shop

**Hexagonwasserwirbler** - Shop

**Elektrolysewasser** - Info - Shop

### 3. SCHRITT:

#### DAS KÖRPERWASSER ENTSÄUERN

Säuren\* sind einer der Hauptgründe für sämtliche Krankheiten und Entzündungsprozesse im Körper. Das Ausleiten von Säuren (Schlacken), hat somit oberste Priorität für eine Gesundung des Körpers. Wir leiten die Säuren bzw. Schlacken mittels basenüberschüssiger Ernährungsweise und natürlichem Calcium aus. Hierzu bedienen wir uns der Sango-Koralle, der Lithothamnium-Alge oder dem Kombiprodukt aus beiden natürlichen Calcium-Quellen: Calcium Natur. Der große Vorteil ist die gleichzeitige Re-Mineralisierung der Knochen und aller Organe, denen Calcium entzogen wurden (allein natürliches Calcium kann Re-Mineralisieren).

Kontrolle durch den pH-Wert Urinstreifen, der zwingend 1x am Tag den pH-Wert von 7,0 bis 7,4 anzeigen muss (tiefe Blaufärbung).

Die Dauerindikation wäre 1 bis 2 TL/Tag in 1 Glas Wasser gerührt. Maßgeblich für die tägliche Menge ist die unabdingbare Vorgabe durch die Kontrolle des pH-Wertes. Ist der Re-Mineralisierungs-Bedarf hoch, d.h. das Calcium-Depot des Körpers leer (z. B. bei Osteoporose), kann der Bedarf kurzzeitig bei 4 bis 5 TL/Tag liegen. Die Menge bestimmt der individuelle Körper selbst (Urinstreifen-pH-Wert-Test).

**Wir empfehlen zusätzlich zur Calcium Einnahme: Vitamin D3 mit K2 einzunehmen, da es zur Aufrechterhaltung von optimalen Calcium- und Phosphorwerten im Blut beiträgt.**

#### Weitere Informationen:

**Die Lithothamnium Alge** - Infos

**Die Sango-Koralle** - Infos

**Natürliches Calcium** - Shop

\*'Säure' ist hier ein Sammelbegriff für alle toxischen Substanzen im Körper.

### 5. SCHRITT



### 6. SCHRITT



### 7. SCHRITT



#### 4. SCHRITT:

#### AKTIVE AUSLEITUNG (ENTGIFTUNG) DURCH ZEOLITH, CHLORELLA & MSM.

Das Naturmineral Zeolith saugt die umherirrenden Körper-Fremdstoffe (auch Bakterien, deren toxische Ausscheidungen und Pilze) in seine Hohlräume. Beides wird dann ausgeschieden. Die Partikel der mikrofein gemahlene Alge Chlorella verkleben sich unlösbar mit umherirrenden Metall-Partikeln, mit Pestizidresten und mit Schadstoffen wie Dioxin usw. Alles wird ausgeschieden (Die Spirulina-Alge liefert einen höchstwertigen Synergie-Effekt).

**Zeolith** - 1 gehäufte Teelöffel in Wasser eingerührt, direkt nach dem Aufstehen auf nüchternen Magen, damit es optimal seine Wirkung entfalten kann. Schütteln Sie das Mineral vor dem Herausnehmen (mit einem Holz- oder Plastiklöffel) mehrmals stark. Die statische Elektrizität geht dann hoch bis zu 5000 Volt. Dann 1 gehäufte TL in 1 Glas Wasser rühren. Je höher die statische Elektrizität, desto stärker ist die Saugwirkung gegenüber herumvagabundierender Teilchen bzw. Mikroorganismen im Körper.

**Chlorella** - Es wird eine tägliche Einnahme von 20 Tabs à 200mg empfohlen (4 Gramm). Diese Alge hat die einmalige Eigenschaft, sich im Körper mit Metall-Ionen unlöslich zu verkleben, um dann mit diesen ausgeschieden zu werden. Während das Mineral Zeolith die umherirrenden Ionen in seine Hohlräume zieht, um dann zusammen ausgeschieden zu werden, hat Chlorella eine Klebe-Funktion. Beide Naturprodukte zeitversetzt genommen (Zeolith am besten direkt nach dem Aufstehen in den leeren Magen), erzielen eine optimale Entgiftungs-Funktion!

**MSM** - Das NO-Gas, das "Kampfgas" in den Zellen, muss optimal gebildet werden, damit es alle Eindringlinge abtöten kann. Dazu braucht es das Entgiftungsmolekül Glutathion. Dieser Vorgang wird durch organischen Schwefel (MSM) in Gang gesetzt. Dieser ist jedoch in den Nahrungsmitteln heutzutage nur noch bedingt enthalten, wir müssen ihn zuführen. Organischer Schwefel (MSM) ist Ausgangssubstanz für die Bildung schwefelhaltiger Aminosäuren. Von ungeheurer Wichtigkeit ist hier die Bildung von Glutathion. Der Glutathion-Spiegel innerhalb der Zelle, ist ein quantitatives Maß für die Gesundheit und den Alterungsstand von Körperzellen.

**Wir empfehlen** 1 bis 3 TL/Tag in ein Glas Wasser gerührt. MSM schmeckt leicht bitter und kann auch in Säfte eingerührt werden. MSM gilt als vollkommen nebenwirkungsfrei und „nebenbei“ ist es das wirksamste bekannte natürliche Schmerzmittel. – Cellavita bietet neben dem „normalen“ MSM auch MSM Spezial an. Hier ist das bitter schmeckende MSM gleich mit Aufbaustoffen wie Vitamin C, Eisen, Mangan und Kupfer ergänzt. Geschmacklich abgerundet wird das MSM mit Zitronensaftpulver.

#### Weitere Informationen:

**Natur-Zeolith** - Infos

**Chlorella** - Infos

**MSM** - Infos

**Natur-Zeolith** - Shop

**Chlorella-Spirulina** - Shop

**MSM - Organischer Schwefel** - Shop

#### 5. SCHRITT:

#### AKTIVE AUSLEITUNG (ENTGIFTUNG) DURCH ZINK

**Zink** ist das Spurenelement des Immunsystems und ist für dieses unentbehrlich; mehr als 200 Enzyme benötigen Zink. Zink entfernt giftige Schwermetalle aus dem Körper oder macht sie durch Bindung unschädlich: Das Körper-Protein *Metallothionein* weist sieben freie Plätze auf. Einer dieser Plätze muss mit Zink besetzt sein, denn Zink ist quasi der Fahrer dieses Proteins. Auf den sechs anderen freien Plätzen haben für den Körper giftige Stoffe Platz. Mit den an Zink gebundenen Giftstoffen fährt dann das 'Schwermetall-Taxi' aus dem Körper über die Nieren hinaus.

**Wir empfehlen** eine tägliche Einnahme von 1 Kapsel mit ca. 18mg Zink. Empfehlenswert ist die Kombination mit Selen und Koriander.

#### Weitere Informationen:

**Zink** - Infos

**Selen** - Infos

**Koriander** - Infos

**Zink-Selen mit Koriander** - Shop



## 6. SCHRITT: ESSENTIELLE AUFBAUWIRKSTOFFE

Um eine optimale Wirkung zu erzielen ist es vorteilhaft, verschiedene Wirkstoffe zu kombinieren bzw. zu ergänzen, getreu dem Motto: „Besser im Team“. Dazu zählen:

### Magnesium

Alles, was mit Energie Erzeugung und Energieverbrauch zu tun hat, braucht Magnesium innerhalb der Zelle. Fehlt dieser ein Stoff Magnesium, sinkt das Energie-Niveau des Organismus und je nach Disposition treten Symptome auf, die als „Krankheit“ oder als Energielosigkeit in vielen Formen wahrgenommen werden.

**Magnesium** - Infos

**Magnesium** - Shop

### Echtes Vitamin C (keine Ascorbinsäure!)

Der menschliche Körper kann Vitamin C selbst nicht produzieren, es muss von außen zugeführt werden. Vitamin C ist das effektivste wasserlösliche Antioxidans und eines der wichtigsten Antioxidantien überhaupt, womit es eine wesentliche Komponente des direkten Zellschutzes verkörpert. Darüber hinaus verbessert Vitamin C die Eisenaufnahme im Dünndarm und bindet Schwermetalle wie Blei, Cadmium, Nickel. Es spielt also beim Thema Entgiftung eine ganz wichtige Rolle. Der wichtigste Zusammenspieler von Vitamin C ist OPC.

**Acerola (natürliches Vitamin C)** - Infos

**Acerola (natürliches Vitamin C)** - Shop

### OPC (Oligomere proanthocyanidine)

OPC bietet eine solche Bandbreite an positiven Eigenschaften, wie es in der Fülle selten bei einem Naturstoff der Fall ist. Angefangen als Wirkverstärker von natürlichem Vitamin C, als Unterstützer des Immunsystems, bis hin zu einem natürlichen Anti-Aging Effekt, weil es die Haut glatt und geschmeidig macht. Des Weiteren hilft OPC Allergien, Falten, Probleme mit den Blutgefäßen, schlechten Augen, PMS und Chronische Entzündungen zu lösen. Im Traubenkern- & Pinienrindenextrakt steckt OPC und damit ein ungeheures Heilpotential. OPC ist ein antioxidativ wirksamer Pflanzenstoff und gleichzeitig Spezialist für ganz bestimmte Körperbereiche. OPC wirkt insbesondere auf die Haut, die Augen, das Immunsystem und sogar auf den Hormonhaushalt.

**OPC** - Infos

**OPC** - Shop

### Vitamin D3 mit K2

Sonnenschein ist die natürliche Quelle von Vitamin D3. Wie aktuelle wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, gibt es einen eklatanten Mangel an Vitamin D3 bei den meisten Menschen. Er kann durch Zuführung von natürlichem Vitamin D3 ausgeglichen werden. Mögliche Folgen von Vitamin D3-Mangel: Niedergeschlagenheit, Depression, Fettleibigkeit, Diabetes, Schuppenflechte, Rachitis, Multiple Sklerose und Osteoporose.

Ebenso kann Krebs eine Mangelfolge sein, insbesondere Brustkrebs und Darmkrebs. Nicht zu vergessen ist der wichtigste Teamplayer von Vitamin D3, das Vitamin K2. Beide sollten nur im Verbund eingenommen werden.

**Vitamin D3** - Infos

**Vitamin D3 mit K2** - Shop

### Curcuma

Curcuma ist zur Zeit gegen Krebs die genauesten und umfangreichste wissenschaftlich dokumentierte biologische Waffe: Curcuma hemmt alle inneren und äußeren Signal- und Stimulationswege von Krebszellen. Da jeder gesunde Mensch ca. 10.000 Krebszellen in sich hat, lohnt sich eine 3-Monatskur auf jeden Fall!

Curcuma aktiviert in hohem Maße die mitochondriale Zellatmung und stimuliert in hohem Maße das Immunsystem. Es reduziert Entzündungsprozesse, löst innere Entzündungsherde auf, wirkt deshalb antientzündlich und antioxidativ. Curcuma verbessert die äußere Wundheilung, wirkt gegen pathologische Mikroben, hat antivirale und antimykotische Wirkung und stoppt den vermehrten Zellteilungszyklus.

**Curcuma** - Infos

**Bio-Curcuma** - Shop





## 7. SCHRITT:

### Darmentgiftung und Regeneration der rissigen Darmschleimhaut

Das alte, von der Wissenschaft so belächelte „Bauchhirn“ hat einen wissenschaftlichen Namen bekommen: Es heißt jetzt ENS, „Enterisches Nervensystem“ oder „Darmwand-Nervensystem“. Es besitzt etwa 100 Millionen Nervenzellen (ein autonomes System). Die Darmschleimhaut, welche unter normalen Umständen eine extrem dicke Schutzschicht darstellt, entzündet sich und dünnt immer mehr aus, wobei die Poren der Schleimhaut sich zum Gewebe hin öffnen. Jetzt dringen Partikel von Kot, Eiweiß und Giftstoffen ins Gewebe und werden vom Blut in den ganzen Körper transportiert, – bis hoch in das Gehirn mit den entsprechenden fatalen Auswirkungen. Die Oberfläche unseres Darmsystems besitzt eine Größe von ca. 300 bis 500 m<sup>2</sup> (das entspricht einer Größe von ungefähr ein bis zwei Tennisplätzen), die Oberfläche der Haut dagegen nur ca. 1,5 bis 2,0 m<sup>2</sup>. Wenn man nun bedenkt wie wir täglich diese 1,5 bis 2,0 m<sup>2</sup> pflegen und waschen, unserem Darmsystem aber mit einer über 200 mal größeren Oberfläche kaum Beachtung schenken, dann merken wir, dass wir aktiv etwas unternehmen müssen.

Zu empfehlen: Der wichtige Aufsatz des Schulmediziners Dr. med. Jürgen Becher: **„Leaky Gut, Mutter aller Krankheiten“**

**Wir empfehlen** Pro Colon, - der Darmputzer, mit Flohsamenschalen, Erbsenproteinpulver; Cassia-Fistulapulver; Papayakernpulver; Okrapulver; Yaconpulver.

**Flohsamenschalen:** Quellmittel & Ballaststoffbombe | **Erbsenproteine:** zur Darmberuhigung | **Cassia-Fistula:** gegen Parasiten (Detox) | **Papayakernpulver:** gegen Parasiten & Verpilzungen | **Okrapulver:** für die Regeneration der Darmschleimhaut | **Yaconpulver:** gegen "Leaky-Gut", den löchrigen Darm. Weitere Informationen:

**Milchsäure** - Infos | **Pro Colon** - Infos | **Weihrauch** - Infos | **Effektive Mikroorganismen** - Infos

**Milchsäure** - Shop | **Pro Colon** - Shop | **Weihrauch** - Shop | **Effektive Mikroorganismen** - Shop

#### Wir beginnen mit:

- einer massiven Kur mit rechtsdrehender **Milchsäure** über eine Zeitspanne von ca. 4 Wochen,
- befreien den Darm von seinem Biofilm, die ungesunde Schleimschicht in den Darm-Falten mit **Pro Colon**,
- dazu ergänzend einer 8- bis 10-wöchigen **Weihrauch** bzw. **Weihrauch-Myrrhe**-Kur
- und, erst nach der etwa 4-wöchigen Milchsäure-Kur, dem zufügen von **Effektiven Mikroorganismen**, welche die Darmflora wieder besiedeln.

#### Unterstützt werden sollte die Kur mit:

- möglichst wenig Weizenprodukten bzw. Backwaren,
- möglichst wenig Zucker (natürlich kein Süßstoff!)
- möglichst kein Fleisch- bzw. keine Fleischprodukte,
- einer basenüberschüssigen Ernährung und viel sauberem (gefiltertem), stillem Wasser. **Weitere Infos**



# Weitere wichtige Wirkstoffe bei degenerativen Erkrankungen

Es gibt viele erfolgreiche Naturstoffe bei der Krebsprophylaxe bzw. bei aktivem Krebsgeschehen, bei allen inneren Entzündungen und degenerativen Erkrankungen. Sie sind alle bestens erforscht.

## Coenzym Q10

Für den Menschen ist das Coenzym Q10 von höchster Wichtigkeit. Seine Aufgabe ist es, die Zellen zu schützen und den Körper mit ausreichender Energie zu versorgen. Coenzym Q10 ist ein Beschleuniger der Stoffwechselprozesse und reduziert die freien Sauerstoffradikale.

Besonders in fortgeschrittenem Alter, (gerade im Hinblick auf die Erhaltung eines gesunden Herzens und der umgebenden Gefäße), sollte das Coenzym Q10 extra zugeführt werden, weil die körpereigene CoQ10 Produktion mit steigendem Alter in zunehmendem Maße abnimmt.

**Coenzym Q10** - Infos  
**Coenzym Q10** - Shop

## OMEGA 3 (Leinöl)

Omega Fettsäuren sind unerlässlich für die Gesundheit. Sie wirken entzündungshemmend, blutverdünnend, gerinnungshemmend, beugen Thrombosen vor, schützen das Herz, bewahren vor Demenz, hemmen Krebszellen und tragen dazu bei, das Wachstum von Krebszellen zu verhindern.

**Omega 3** - Infos  
**Bio-Omega 3** - Shop

## Ling Zhi/Reishi

Ling Zhi/Reishi gilt als älteste effektive Heildroge der bekannten Menschheitsgeschichte. Die Inhaltsstoffe von Ling Zhi wirken als Adaptogene direkt auf das Immunsystem, um die körpereigenen Abwehrkräfte zu optimieren. Dadurch werden diese in Höchstleistung gebracht, um schädigende Angriffe abzuwehren. Es wirkt der Einlagerung von Zell-Müll-Produkten in den Körperzellen entgegen. Entzündungen können auch den gesündesten Menschen befallen. Oft nimmt man diese lokalen Störungen nicht ernst oder ignoriert sie.

**Ling Zhi/Reishi** - Infos  
**Ling Zhi/Reishi** - Shop

## Jiaogulan

Jiaogulan, das chinesische Kraut zählt zu den Superadaptogenen. Es wirkt antioxidativ und tumorhemmend. In alten Schriften lesen wird es übersetzt als „Kraut der Unsterblichkeit“). Jiaogulan wirkt stressmindernd, beruhigend auf strapazierte Nerven, ohne müde zu machen, bei Schlafstörungen, Nerven stärkend, anregend und reaktionsfördernd (Sport, Arbeit, Schule). Es verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung, senkt Blutfette und Blutzucker, Cholesterin und Triglyceride. Jiaogulan reguliert den Blutdruck – senkt zu hohen und hebt zu niedrigen Blutdruck, beugt Thrombose, Schlaganfall und Herzinfarkt vor. Das Heilkraut stärkt das Herz, die Pumpleistung und die allgemeine Durchblutung; verbessert und unterstützt die Leber.

**Jiaogulan** - Infos  
**Jiaogulan** - Shop



## D-Galactose

Sie leitet Signale der Körper-Elektrizität optimal weiter-, insbesondere im Gehirn -, und ist essentiell für alles Informationsgeschehen im Körper. D-Galactose ist somit ein wichtiger Schutzfaktor vor Demenzgeschehen jeder Art. Darüber hinaus bietet die D-Galactose weitere positive Gesundheitseffekte:

**Krebserkrankungen:** Hier die Hemmung des Wachstums von Tumorzellen und Reduzierung der Metastasenbildung.

Bei **Morbus Alzheimer** ist die Zuckerverwertung des Gehirns gestört, weil die Glucose - die Hauptnahrung der Nervenzellen - nicht mehr verwertet werden kann. D-Galactose umgeht diese Störung und versorgt das Gehirn mit dem notwendigen Zucker.

Weiter hilft die D-Galactose bei der **Entgiftung**, so bindet sie z.B. hochtoxisches Ammoniak.

**D-Galactose** - Infos

**D-Galactose** - Shop

## Weihrauch & Myrrhe

**Weihrauch** wirkt: schmerzlindernd, verdauungsfördernd, antiidiarrhoisch (gegen Durchfall), fiebersenkend, Fett verbrennend, entzündungshemmend und sorgt für das Absterben von Tumorzellen.

**Myrrhe** wirkt:

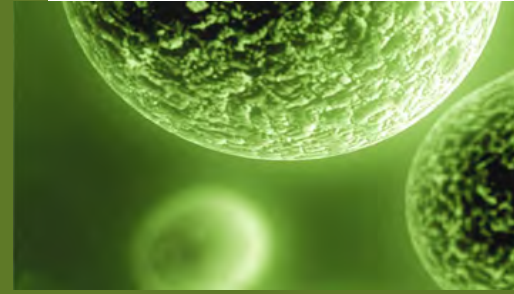
- schonend auf die Schleimhäute,
- schmerzlindernd,
- antimikrobiell gegen Darmerreger (z.B. E.Coli, Candida albicans),
- fiebersenkend,
- stärkend auf das Immunsystem bei Darminfektionen sowie Darmkrämpfen, Gelenkbeschwerden, Rheuma, Arthritis, Hämorrhoiden, kleinere Hautentzündungen, Wunden und Abschürfungen, Zahnfleischentzündung,
- Mandelentzündung, Mundgeschwüre.

**Weihrauch** - Infos

**Myrrhe** - Infos

**Weihrauch** - Shop

**Weihrauch+Myrrhe** - Shop



## Cordyceps Militaris

Der Cordyceps militaris ist einer der stärksten Heilpilze der traditionellen Chinesischen Medizin. Er findet schon seit Jahrtausenden bei einer Vielzahl von Krankheiten Anwendung. Nach Aussagen in Studien:

- steigert er das Atemvolumen,
- wirkt er antibakteriell, antioxidativ, nierenschützend, energiesteigernd, gefäßerweiternd, libido- und potenzsteigernd, stimmungsaufhellend, abwehrsteigernd,
- wirkt er nebenwirkungsmildernd bei Krebstherapie.

**Cordyceps militaris** - Infos

**Cordyceps militaris** - Shop

## Enzym-Therapie

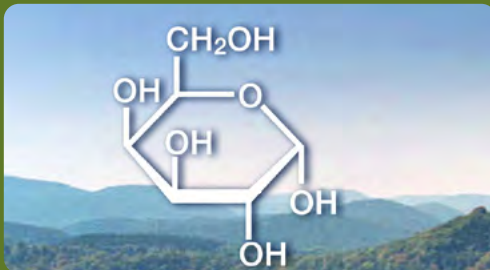
Viren-Forscher gehen davon aus, dass Viren, um ihren beim Eindringen in den Körper noch unvollständigen Lebenszyklus zu vervollständigen, bestimmte Enzyme (Glykoproteine) suchen. Mit ihnen entwickeln sie ihr Genom, das unvollständig ist, weiter, um aktiv zu werden. Die Strukturen dieser Viren sind 'rechtsdrehend'. Die Firma Citozeatec aus Italien bietet nun eine Enzym-Therapie an, die aus 'linksdrehendem' Zucker besteht. Nehmen die Viren diesen auf, zerstören sie sich damit selbst. Die Ergebnisse sind verblüffend und überraschend zugleich.

Dazu gibt es eigens entwickelte Einnahmeprotokolle, welche auf den gezielten Einsatz der Enzyme abgestimmt sind.

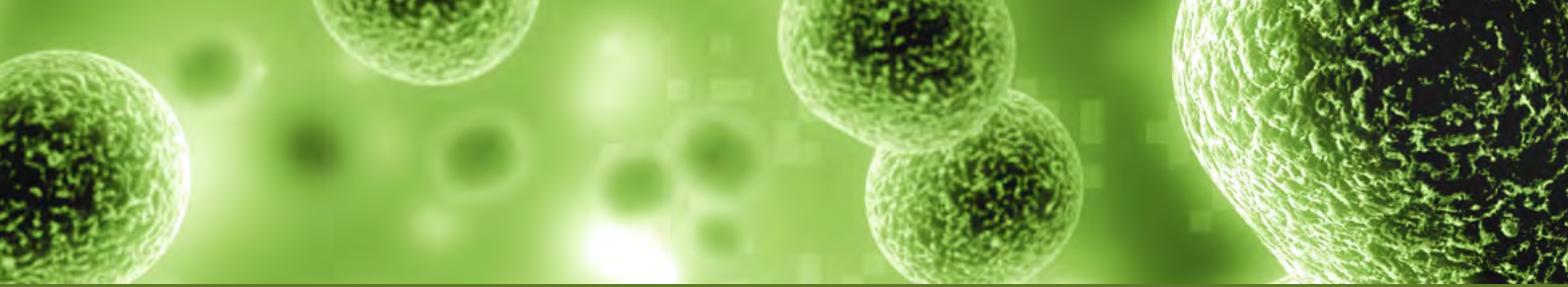
**Enzyme** - Infos

**Enzyme** - Einnahmeprotokolle

**Enzyme** - Shop







## Tinkturen

Tinkturen sind alkoholische Auszüge aus pflanzlichen Rohstoffen. Sie werden idealerweise aus frischen Rohstoffen hergestellt, um so eine hohe Bioverfügbarkeit zu gewährleisten. Der Körper kann mittels den Tinkturen eine schnellere Aufnahme der Wirkstoffe erlangen.

Es werden Tinkturen bei der Schwermetallausleitung eingesetzt, bei Rheuma, Krebs, Borelliose, Arthritis und vielen anderen degenerativen Erkrankungen.

Bewährt haben sich Bärlauch, Koriander, der einjährige Beifuß und die Wilde Kardenwurzel.

**Tinkturen** - Infos  
**Tinkturen** - Shop

## Astaxanthin

Astaxanthin ist ein natürlicher, rötlich-violetter Farbstoff mit enormen Fähigkeiten. Es ist in seiner antioxidativen Wirkung vielfach stärker wirksam als Beta-Carotin, Vitamin C, Vitamin E und andere bekannte Antioxidantien. Damit wird die Hauptursache aller chronischen Probleme behandelt, nämlich die aggressiven freien Radikale. Diese verursachen auf der Zellebene unsere Zivilisationskrankheiten. Astaxanthin

- kann in jeden Teil der Zelle eingreifen,
- kann die Blut-Hirn-Schranke überqueren,
- schützt das Gehirn und das Nervensystem,
- kann die Blut-Retina-Barriere durchdringen und Schutz für die Augen bringen.

**Astaxanthin** - Infos  
**Astaxanthin** - Shop

## Gerstengras

Gerstengras gleicht den Säure-Basen-Haushalt aus, schützt vor Entzündungen und Infektionen, kann gegen Krebs helfen, schützt vor Herzkrankheiten und Schlaganfall, senkt den Cholesterinspiegel, hilft bei chronischen Darmerkrankungen und Thrombosen.

**Gerstengras** - Infos  
**Gerstengras** - Shop

## Vitamin B-Komplex

Die Wichtigkeit des Vitamin-B-Komplexes ist ungeheuer! *Effektiv wirksam ist er jedoch nur in natürlicher Form.* Der Panmol B-Komplex aus Quinoa-Keimlingen(!) ist ein lückenloser Komplex aller B-Vitamine. Er wird aus kontrolliert biologischem Anbau (kbA-Qualität) gewonnen.

Der Panmol B-Komplex enthält, im Gegensatz zu synthetischen Vitaminen, nicht nur die acht bekannten Vitamine aus der B-Gruppe, sondern auch eine Vielzahl organisch gebundener und biologisch aktiver B-Vitamine, wie sie sonst nur in hochwertigen Lebensmitteln wie Vollkorngetreide oder Weizenkeimen vorkommen.

**Vitamin B-Komplex** - Infos  
**Vitamin B-Komplex** - Shop

## Spezialfall Impfausleitung

Impfstoffe enthalten eine Vielzahl ungewollter Begleitstoffe, wie Aluminium und andere Metalle. Seit neuerem auch sog. Spike-Proteine. Während man Metalle (siehe Zeolith, Chlorella) inzwischen gut ausleiten kann, verlangen die Spike-Proteine ganz besondere Stoffe, z.B.:

**Frische Kiefernadeln als Tee**  
(kann man selbst im Wald suchen)

**N-Acetyl-Cystein (NAC)** - Infos  
**N-Acetyl-Cystein (NAC)** - Shop

**Nattokinase** - Infos  
**Nattokinase** - Shop



# DIE ENERGIEMEDIZINISCHE EBENE DER SELBSTTHEILUNG

Es gibt inzwischen eine Vielzahl an frei verkäuflichen medizinischen Geräten, doch nur wenige halten unseres Erachtens das, was ihre Hersteller versprechen. Nach vielen Rückmeldungen und Testungen haben es drei Geräte geschafft uns zu überzeugen:



## HEILEN MIT LICHT – DER CELLALUX®- PULSER TIEFENSTRAHLER

Das Lichttherapiegerät Cellalux®-Pulser nutzt kaltes Rotlicht bis zum NIR (Near Infra Red)-Bereich und wird bei akuten und chronischen Beschwerden eingesetzt. Der Cellalux®-Pulser ist frei von unerwünschten Nebenwirkungen! Seine Basis ist das erfolgreiche "Kalte-Rotlicht-Wirkprinzip". Es wirkt energetisch auf Chakren, Meridiane und aktiviert somit das körpereigene Lichtsystem. Das Wirkprinzip ist nicht auf lokale Anwendung beschränkt.

Der Körperstrom wird angeregt, der dann mit neuer Kraft in jede Zelle dringt. Somit werden die Mitochondrien der Zellen mit Licht gefüllt (ATP-Energie). Der Pulser wirkt auf die tiefe Ebene des Körperstroms, welcher der Körperchemie impulsgebend vorgelagert ist.

**Kaltes Rotlicht** - Infos  
**Cellalux®-Pulser** - Shop



## DAS WIRKPRINZIP VON AIRNERGY AUS DER NATUR.

Elektrisch aufgeladene Wassermoleküle, mit Hilfe von Sauerstoff gelöst, haben die über 2000fach größere energetische Wirkung in unserem Körper als in der kompakten, flüssigen Form und sind somit viel stärker biologisch wirksam. Darin liegt auch das Geheimnis der gesundheitsfördernden Waldluft, die wir ja auch nicht trinken, aber leider an immer weniger Orten der Natur einatmen können. Sie bleibt in unserem Körper wirksam und schützt uns so vor allen negativen Umwelteinflüssen (unser Immunsystem wird elektrisch aufgeladen und kann so effektiver arbeiten). Airnergy nutzt dieses Wirkprinzip aus der Natur, bequem für zuhause - und nicht nur bei COPD.

**Airnergy** - Infos  
**Airnergy** - Shop

## DAS CELLALUX® ENERGETISCHE LICHT-WELLNESS-GERÄT

Cellalux®, ein energetisches Licht-Wellness-Gerät für die Home-Anwendung, welches zwei Anwendungsmöglichkeiten mit einem Gerät beinhaltet:

- Anwendung als energetisches Gesichts- & Brust-System, inklusive Farblichttherapie welche stufenlos einstellbar ist,
- Anwendung als Fußplatte (Stimulation der Fußmeridiane).

Die Zuführung von Licht (Photonen), wie durch das Cellalux®-Gerät oder innerhalb einer hochwertigen Nahrung, eines hochwertigen Naturstoffes, steigert die Leistungsfähigkeit gesunder Zellen oder setzt, bei Bedarf, eine Zell-Reparatur in Gang. Durch Cellalux® gehen wir den direkten Weg in die Zelle hinein: Die abgestrahlten und durch die Mineralien gebrochenen Lichtquanten haben einen hohen Informationsgehalt und aktivieren gleichzeitig die Wege der Sauerstoffzufuhr in die Zelle.

**Cellalux-Licht-Wellness** - Infos

**Cellalux-Licht-Wellness** - Shop



## Multiwellen-Oszillator (MWO 2.0) nach Georges Lakhovsky

1930 erfand Lakhovsky einen Multiwellenoszillator ("multiple wave oscillator MWO"). Im Prinzip handelte es sich dabei um einen Kurzwellensender mit variablen Sendefrequenzen. Nach Lakhovsky absorbieren Körperzellen, wenn sie einer Vielzahl von elektromagnetischen Wellen aus dem unteren Teil des elektromagnetischen Spektrums ausgesetzt sind, Energie, die ihrer Resonanzfrequenz entspricht. Er erreichte mit dieser Therapie spektakuläre Erfolge. Leider ging das Wissen um diese Technologie fast in Vergessenheit. Heute lässt der MWO 2.0 Lakhovskys Vision wieder aufleben. Auch hier sind die Ergebnisse verblüffend.

**Lakhovsky** - Infos

**Lakhovsky** - Shop







**SELBSTTHEILUNG ONLINE**  
Die Gesundheits-Stiftung

## WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN



Wer sein Wissen über Wirkstoffe und deren Wirkweisen weiter vertiefen möchte, findet hier Kurztexte und Einnahmeempfehlungen:  
[www.selbstheilung-online.com](http://www.selbstheilung-online.com)



Wer sich gerne weiterführende Informationen bei Youtube ansehen möchte, der kann auf dem Youtube-Kanal von [selbstheilung-online.com](http://selbstheilung-online.com) fündig werden.



Wer noch tiefer in die Thematik "Entgiftung", "Heilen mit Licht" oder "Selbstheilung" eintauchen möchte, dem seien die **Bücher von Walter Häge** wärmstens empfohlen.