**Schwermetallausleitung nach Dr. Klinghardt ( Kurzfassung)**

(Auf meiner Internetseite katharina-wittenburg.de finden Sie das ausführliche Protokoll und die benötigten Produkte erhalten Sie ebenfalls bei mir)

Die Belastung mit Schwermetallen (z.B. Arsen, Blei, Cadmium, Aluminium, Kupfer) kann sehr unterschiedlich sein und sich in vielfältigen gesundheitlichen Beschwerden äußern. Die vorgestellte Anleitung nach Dr. Klinghardt ist eine vielfach erfolgreich angewendete Methode und setzt ausschließlich auf folgende Naturstoffe:

1. Chlorella Algen leiten Schwermetalle aus dem Bindegewebe in die Blutgefässe und dann in den Darm. Chlorella kann außerdem weitere Giftstoffe im Darm binden z.B. PCB, Insektizide. Chlorella enthält viele wichtige Vitamine, Mineralien und Aminosäuren , verbessert Leistungs-und Konzentrationsfähigkeit sowie das Immunsystem.
2. Bärlauch ist schwefelreichste Pflanze Europas. Bärlauch bindet Schwermetalle und leitet sie über Leber, Niere und Darm aus dem Körper.
3. Koriander mobilisiert Schwermetalle aus ihren Depots im Gewebe. Nach Dr. Klinghardt ist es die einzige bekannte Methode das Nervengewebe von Schwermetallen zu entgiften, da die Pflanze in der Lage ist, die Blut-Hirn-Schranke zu überwinden. Cave: Koriander darf erst nach erfolgter Entgiftung des Bindegewebes zum Ende der Entgiftungskur eingesetzt werden.
4. Außerdem Omega3-Fettsäuren zur Unterstützung der Entgiftung und Stärkung des Nervensystems. (Zinzino Test und ZinzinoOmega-Fettsäuren)

**Vorgehensweise**

**Chlorella- Algen Tabletten**

Mit langsam ansteigenden Dosen über einen Zeitraum von 3-4 Wo herausfinden, wie viel man verträgt, bis erste Symptome wie Sodbrennen, Übelkeit, Muskelschmerz, Kopfschmerz, Schlafschwierigkeiten ect. auftreten. Übliche Dosis: 3x 5-10 Tabletten.

Die Dosis kann bis zu 60 Algentabletten gesteigert werden. Einnahme 15-30 min vor dem Essen. Auf genügend Flüssigkeitszufuhr achten.

Jeden 9.-10. Tag die zehnfache Menge der Dauerdosis nehmen (max. 60 Tabletten)

Anschließend 2 Tage Pause, dann mit üblicher Dosis weitermachen.

Dieses Einnahmeschema wird vorgeführt bis keine Beschwerden mehr auftreten.

**Tipp:**  Algen vor Einnahme pulverisieren und mit genügend Wasser einnehmen. Ein Teil der Wirkung beruht darauf, dass Algen mit Wasser einen Schleim bilden, der Schwermetalle cheliert.

**Bärlauch Dr. Pandalis**

Schwefelverbindung sind für den Entgiftungsprozess sehr wichtig.

5 x3 Bärlauch Frischblatt Mastitabs oder 2-3 TL Frischblatt Granulat ( mit Chlorella als Drink mixen) Ergänzend Cystus Tee zur Anregung des Stoffwechsels.

**Koriandertinktur** erst nach Abschluss der Bindegewebsentgiftung, frühestens nach 3 Wochen Ausleitung mit Chlorella und Bärlauch.