



Belastende Schwermetalle – aufspüren und loswerden

Schwermetalle in Deinem Gewebe sind die Ursache vieler Krankheiten. Sie schädigen die Nerven und nachfolgend die damit verbundenen Organe, können Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und neurodegenerative Krankheiten wie Alzheimer auslösen [1]. Umweltmediziner schätzen, dass 60-70 % aller chronischen Krankheiten möglicherweise auf die Belastung mit Schwermetallen zurückgehen, denn es ist oft die über einen langen Zeitraum erworbene Ansammlung und nicht eine akute Vergiftung, die Symptome verursacht. Werden die oben genannten Krankheiten diagnostiziert, wird meist an den begleitenden Symptomen herumgedoktert. Diese werden möglicherweise kurzzeitig besser, jedoch eine vollständige Heilung bleibt aus, solange Zellen mit Schwermetallen belastet sind.

Schwermetalle sind Metalle, die eine Dichte höher als 5g/cm^3 aufweisen. Dazu zählen z.B. Blei, Eisen, Kupfer, Cadmium, aber auch Quecksilber. Obwohl manche Metalle in unserem Körper natürlich vorkommen und auch wichtige Funktionen erfüllen, wirken sie aber ab einer bestimmten Menge giftig, z.B. Zink.

Dein Körper kann eine Belastung lange Zeit kompensieren und die Gesundheit aufrechterhalten. Das Immunsystem, die Regulationsmechanismen und die Entgiftungsorgane werden dabei jedoch immer schwächer und der Ausgleichsprozess kostet eine Menge Energie. Das macht sich in dauernder Müdigkeit und Infektanfälligkeit bemerkbar. Die Mitochondrien, die Energieproduzenten in Deinen Zellen, können Deinen Körper erst dann wieder mit Energie versorgen, wenn die Schwermetalle entfernt wurden. Diese hemmen die Wirkung von Enzymen, die wiederum das Entgiftungssystem blockieren und die Bildung von freien Radikalen fördern [2]. Jedes Metall im Körper reagiert auf elektromagnetische Strahlung, der jeder ausgeliefert ist, da das Mobilfunknetz uns mit einem immerwährenden „Strahlensalat“ umgibt. Wer ein Mobiltelefon nutzt, verstärkt diese Einwirkung noch zusätzlich [3].

Du meinst, Du bist nicht vergiftet?

Niemand kann in unserer Zeit einer Vergiftung entgehen. Es gibt viele Quellen:

- Quecksilber aus Amalgam-Zahnfüllungen: Es wirkt zehnmal giftiger auf die Nervenzellen als Blei und dreimal giftiger als Arsen oder Cadmium [4].
- Dieselben Störungen, die Quecksilber hervorruft, sind auch für Titan belegt, das nicht nur bei Zahnimplantaten, sondern auch für Hüftprothesen verwendet wird [4].
- Impfungen
- Unser Regenwasser ist belastet [5]. Kläranlagen können nicht bereinigen, was zum einen nicht einmal getestet, geschweige denn bekannt ist.
- In Deinem Essen befinden sich Schwermetalle. Insbesondere Fische sind stark belastet. Aber auch industriell angebautem Gemüse befinden sich diese Stoffe, weil sie über die Erde oder das Gießwasser aufgenommen werden [6]. Zu Babynahrung verarbeitet, schädigen sie bereits Kleinkinder[6]. Auch wenn Du nur Bio-Produkte isst:

Erde von benachbarten Feldern mit konventionellem Anbau und die Schadstoffe aus der Luft gelangen auch auf die ökologisch bewirtschafteten Felder und damit in die Ernte.

- Die Luft um uns herum wird zum einen durch den Ausstoß von Fahrzeugen und Flugzeugen, Zigarettenrauch, aber auch durch Geo-Engineering verschmutzt [8, 9, 10,11].
- Kosmetikartikel oder Kleidung bringen über die Haut diese Giftstoffe in Deinen Körper.
- Belastungen aus Materialien am Wohn- oder Arbeitsplatz.

Die Symptome sind vielfältig und sehr individuell

Sie reichen von Schlaflosigkeit, Nervosität, Schwindel, Zittern, Taubheit in den Gliedmaßen, Schmerzen und Entzündungen aller Art, Gedächtnisproblemen, lockeren Zähnen, Tinnitus über Blutarmut und Verdauungsproblemen bis hin zu den oben genannten schweren Erkrankungen.

Daher erhalten meine Patienten zunächst eine Checkliste, wo sie anhand ihrer Symptome eine mögliche Belastung durch spezifische Metalle/andere Giftstoffe feststellen können. Nachfolgend nenne ich diverse Testmöglichkeiten zur Diagnose einer Schwermetallbelastung. Es ist wichtig zu wissen, welche Giftstoffe/Metalle im Spiel sind, denn die jeweiligen Ausleitungsverfahren unterscheiden sich.

Einmal im Jahr ein allgemeines Detox-Programm [12] durchzuführen, empfehle ich in der heutigen Zeit grundsätzlich jedem.

Welche Tests gibt es?

Urin-Test für Zuhause: Man nimmt nach Anleitung eine Probe, sendet sie an ein Labor und erhält das Ergebnis einer akuten Belastung mit ausführlicher Erklärung.

Bluttest bei einem Therapeuten: Dein Blut wird auf darin zirkulierende, toxische Metalle untersucht. Der Test ist teurer, genauer als der Urin-Test, aber er misst ebenfalls nur eine akute Vergiftung.

DMPS-Test: Bei diesem Test wird vorher ein sogenannter Chelat-Bildner via Infusion verabreicht. Daher ist der Test nur bei einem Therapeuten durchführbar.

Haar-oder Nagel-Mineralanalyse: Dieser Test ermittelt die Schwermetallbelastung rückwirkend über einen langen Zeitraum. Er ist aussagekräftig, wenn Du weder Nagellack noch Haarfärbemittel benutzt. Man sendet dabei abgeschnittene Nägel oder die Menge von Haaren aus dem Nackenbereich, die ca. in einen Teelöffel passt in ein Labor und erhält die Analyse nachhause gesendet [13].

Schwermetalle loswerden

Wenn eine Belastung festgestellt wurde, gibt es verschiedene Möglichkeiten zur Ausleitung.

Der Arzt und Forscher Dr. Klinghardt empfiehlt eine sanfte Kur, die Du zuhause nach Anleitung über drei Monate durchführen kannst [14]. Sie enthält die Chlorella-Alge, mit der insbesondere Quecksilber aus dem Bindegewebe gelöst, in die Blutbahn transportiert und über diese via Leber in den Darm zur Ausscheidung gelangt. Aus diesem Grund ist es

wichtig, vor jeder Entgiftung die Leber, den Darm und die Niere zu stärken, damit sie der erhöhten Anforderung gerecht werden können [15].

Zeolith aus Vulkangestein oder die Heilerde Bentonit binden ebenso die Schwermetalle im Darm.

Was kannst Du unterstützend tun?

- Entgiftende Tees trinken, z.B. Brennnessel-Tee
- Hohe Dosen Vitamin C einnehmen (Achtung! Nicht gleichzeitig, wenn Du Korianderextrakt während der Klinghardt-Kur einnimmst)
- Kalzium und Magnesium im richtigen Verhältnis 2:1, z.B. hier erhältlich <https://www.cellavita.de/gesundheit/nahrungsergaenzung/calcium-natur/sangokoralle-vita-calcium-sango-500g?c=68>
- Ernähre Dich hauptsächlich basisch.

Viel Erfolg!

Quellenangaben:

- [1] http://drmatter.org/wp-content/uploads/2021/11/Fortschr_Neuro_2007.pdf
- [2] <https://media.mercola.com/ImageServer/Public/2025/February/PDF/modern-lifestyle-cellular-energy-pdf.pdf>
- [3] <https://hcfricke.com/2019/02/20/emf-17-antennen-im-koerper-von-auswirkungen-auf-zahn-implantate-schwermetalle-amalgam-tattoos-co/>
- [4] <https://www.praxis-dr-graf.de/aktuelles/die-bedeutung-der-umwelt-zahnmedizin-bei-der-sanierung-chronisch-kranker-2/>
- [5] <https://www.sauberer-himmel.de/2013/01/23/der-grafische-fingerabdruck-der-chemtrails-konzentrationen-der-metalle-in-regenwasser/>
- [6] <https://www.use-strict.de/anreicherung-schwermetall-nutzpflanzen/>
- [7] <https://childrenshealthdefense.org/defender/wissenschaftlich-eindeutig-erwiesen-schwermetalle-in-babynahrung-schaden-das-gehirn-von-babys/?lang=de>
- [8] <http://www.chemtrail.de/>
- [9] <https://www.blauerhimmel.ch/>
- [10] <https://geoengineeringwatch.org/>
- [11] <http://www.globalskywatch.com/index.html>
- [12] <https://www.worldcouncilforhealth.org/health-guide-series/>
- [13] <https://www.mineral-check.com/?aff=Cornelia>
- [14] <https://www.bioprohyl.de/ausleitungskur-3-monate>
- [15] <https://www.detoxzeit.de/>

Dr. phil. & HP Cornelia Renate Gottwald, Dein Ganzheitlicher Gesundheitscoach seit 2006
Von Eichendorff Ring 10 a, 84405 Dorfen, Tel. 08081-9158, www.best-in-balance.de

