



Dr. J. Kleinhenz  
Dr. A. Ghazi-Idrissi

## Mit Heilerde entgiften

Der Körper muss täglich mit einer Vielzahl von potenziell giftigen Substanzen umgehen. Neben der Aufnahme von Pestizidrückständen aus der Nahrung müssen Schwermetalle, z.B. auch Quecksilber aus dem zahnmedizinischen Bereich, entgiftet werden. Im Darm selbst können durch Fäulnisvorgänge schädliche Substanzen entstehen. Auch in der Nahrung können bei falscher Lagerung große Mengen biogener Amine und Histamin entstehen, welche zu Bauchbeschwerden und Krankheitssymptomen führen.

Heilerde ist ein mineralisches Löß mit großer Oberfläche. Durch die enthaltenen Montmorillonite werden organische und anorganische Substanzen ab- und adsorbiert und können so über den Darm aus dem Körper transportiert werden. Durch die in der Heilerde enthaltenen Mineralien werden eventuelle Mangelzustände gleichzeitig ausgeglichen.

In der Vor-Antibiotischen Zeit wurde z.B. das Cholera Gift bei Patienten durch die Einnahme von 250 g Heilerde in einem Liter Wasser gebunden und eine große Zahl der Patienten überlebte. Auch Einläufe mit Heilerde führten zu schneller Besserung bei starken Durchfällen. Im Mittelalter half Heilerde Vergiftungsversuche durch Konkurrenten zu überleben und war ein hochangesehenes Heilmittel. Resorptionsversuche zeigen eine hervorragende Bindung und Ausleitung von Schwermetallen und eine Funktion als Katalysator für den Abbau von Radikalen

Patienten mit Malabsorptionssyndromen (Fructose- und Lactoseintoleranz) oder mit von Histamin abhängigen Beschwerden zeigen bei regelmäßiger Einnahme von Heilerde eine verminderte Symptomatik.

Die praktische Anwendung von Heilerde ist durch neue Darreichungsformen viel einfacher geworden. Wer früher vor dem erdigen Geschmack zurückschreckte, findet heute mit Kapseln und Granulaten eine Möglichkeit Heilerde ohne „Geschmackserlebnis“ einzunehmen.

### **Heilerde zur Entgiftung:**

3 x täglich 3-7 Kapseln Heilerde mit 1 Glas Wasser einnehmen oder

2-3 x täglich 1 Portionsbeutel Heilerde magenfein Granulat in den Mund nehmen, mit 1 Glas Wasser schlucken, ohne das Granulat zu zerkauen.

Wer mit dem erdigen Geschmack gut zurecht kommt macht es klassisch:

2-3 x tgl. 1 Portionsbeutel Heilerde ultrafein oder 1 Meßlöffel Heilerde ultrafein in ½ Glas Wasser auflösen und trinken, mit ½ Glas Wasser nachspülen.

Aber Achtung: Aufgrund des hohen Bindungsvermögens werden auch Arzneien zuverlässig an Heilerde gebunden. Deshalb sollte ein Abstand von mindestens 1 h zur Einnahme von Arzneien eingehalten werden.

Unter bestimmten Umständen kann die Anwendung auch äußerlich erfolgen, in dem man ein Heilerde-Ganzkörperbad nimmt. Hierzu werden 250g Heilerde in der Badewanne in warmem Wasser gelöst.