



Magnesium

Magnesium für optimale Versorgung

Ein Buch zu allem, was Sie über Magnesium wissen müssen. Alle Anwendungen für den besten Nutzen.



© www.Heilsuse.eu

© <http://MagischeMinerale.de>

Autor: Karl Hinkel, Dipl.-Wirtsch.-Ing., MBM
Coautor: Maria Mendrychowska, Beratung



GLIEDERUNG

Was ist Magnesium ?

Die große Bedeutung !

Welches Magnesium ?

Wie viel für wen ?

|Zusammenfassung|

Magnesium für eine optimale Versorgung und alles, was Sie über Magnesium wissen müssen

Worum geht's überhaupt?

Wozu ist es überhaupt da?

Welches ist denn das Richtige?

Wie viel brauche ich denn davon?

Essen wir nicht genug Magnesium?

Viele Fragen. Hier sind Antworten.

Ja, wie kommen wir an genügend Magnesium?

Symbolisch
Finden Sie auf jeder Seite unsere herrliche Apfelkiste. mg.



Ein durchschnittlicher Apfel hat 10 mg (Milligramm) Magnesium.

Unser durchschnittlicher Tagesbedarf: 300

Das bedeutet, dass jeder von uns pro Tag 30 Äpfel essen müsste, um seinen Magnesiumbedarf zu decken. Das ist natürlich nicht möglich. Ernährungsberater wären schon froh, wenn sie auf dem Speiseplan täglich ein bis zwei Äpfel unterbringen würden bei ihren Klienten und Patienten.

In diesem Ebook wollen wir Ihnen einen Weg aufzeigen, wie Sie auf optimale Weise Ihren Bedarf täglich decken. Forschungen zu dem Thema Magnesium gibt es bereits seit 100 Jahren. Die bedeutsamen Ergebnisse wurden aber bisher kaum in die Tat umgesetzt. Das soll sich hiermit ändern. Das Ebook ist nicht schwer zu lesen. Für Ihre Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.



www.Heilsuse.eu

Was ist Magnesium ?

Die große Bedeutung !

Welches Magnesium ?

Wie viel für wen ?

|Zusammenfassung|

Wenn wir die Frage beantworten, was denn Magnesium überhaupt sei, dann gibt es da viele Möglichkeiten:

Der Chemiker sagt: Es ist ein Mineral, steht in der zweiten Gruppe des Periodensystems der Elemente, hat zwölf Protonen und zwölf Elektronen, ist relativ reaktionsfreudiger Stoff, verbrennt in einer hellen Flamme, sehr wichtig...

Der Techniker sagt: Es ist ein ziemlich leichtes Leichtmetall, wir verwenden

es in vielen Legierungen, es trägt sowohl zur Festigkeit, als auch zur Zähigkeit im Metall bei. Magnesium dient uns auch in der Oberflächentechnik, im Werkzeugbau, im Flugzeugbau, der Medizintechnik, Elektronik...

Wir werden hier im Magnesiumbuch nicht das Periodensystem behandeln, das machen wir mal im Blog MagischeMinerale.de Auch werden wir nicht Magnesium in technischen Anwendungen erläutern. Hier geht es uns um Ihr persönliches Wohlergehen.

Magnesium ist in für die tägliche Ernährung, die Medizin und die Diätetik ein Mengenmineral. Das heißt, wir brauchen eine ganze Menge. Wenn Sie denken, dass 300 Milligramm, also tausendstel Gramm ja nicht so viel sein können, dann täuschen Sie sich gewaltig. Und wir werden es später genau erklären.

Zuerst einmal geht es darum, dass wir uns die Bedeutung des Magnesiums für unseren Körper, unser körperliches und geistiges Wohlbefinden, bewusst machen. Dann geht es darum, die große Bedeutung gerade dieses Minerals zu ergründen, zu verstehen, so dass wir es nie mehr vergessen, denn wir wollen ja alle, dass es uns dauerhaft, langfristig und täglich gut geht.

Wenn wir sagen, Magnesium ist ein Mineral, dann ist das gar nichts Besonderes; denn 95 Prozent der Natur besteht aus



Mineralien, die übrigen 5 % sind organische Masse. Davon sind wiederum 50 Prozent Mineralien, der Rest Hohlräume.

Im eben erwähnten Periodensystem der Elemente steht Magnesium mit den anderen drei lebenswichtigen Mengenmineralien direkt nebeneinander und übereinander: Natrium Na, Kalium K und Calcium Ca.

Hier sind die vier Mineralien als reine Elemente abgebildet, darunter das Magnesium als drei runde

Stücke Leichtmetall. Es findet überall sehr viele Anwendungen. Das ist natürlich für Verzehr Zwecke völlig ungeeignet und dient technischen Zwecken. Es gibt rund 100 Elemente, davon kommt Magnesium auf der Erde am achthäufigsten vor.

Die Mengen an Magnesium sind immens groß. Beispielsweise bestehen die Dolomiten zum großen Teil aus Magnesium. Alles Leben ist in der engen Verbindung mit Magnesium entstanden. Die Pflanzen bauen in jede Zelle ihres Grüns ein Magnesiumatom ein.

Wenn es so viel Magnesium gibt und alle Pflanzen Magnesium enthalten, dann müsste doch alles in Ordnung sein. Mitnichten.

Warum das gar nicht so einfach ist und was die moderne Forschung zu Tage gebracht hat, wollen wir anschließend sehen.

Magnesium sehen wir im oberen rechten Viertel unseres Quartetts. Magnesium hat die Ordnungszahl 12. Es hat demnach 12 Protonen und 12 Elektronen. Davon befinden sich 2 auf der äußersten Schale. Die Atommasse beträgt 24,3 u.

{Es gibt zahlreiche andere Mineralien, die für unsere Gesundheit auch eine Rolle spielen. Diese werden alle mit der Zeit ausführlich im Blog: <http://MagischeMinerale.de> besprochen.



Das Bild zeigt die Flamme von Magnesium im abgedunkelten Raum. [Bildquelle: Neufingerl, Urban, Viehhauser, Chemie für Berufsbildende Schulen, Troisdorf 2007]

Aus dem Chemieunterricht kennt jeder das Magnesium. Der Lehrer nimmt ein kleines weißes Stückchen, zündet es an und es entsteht eine weiße Flamme mit Rauch

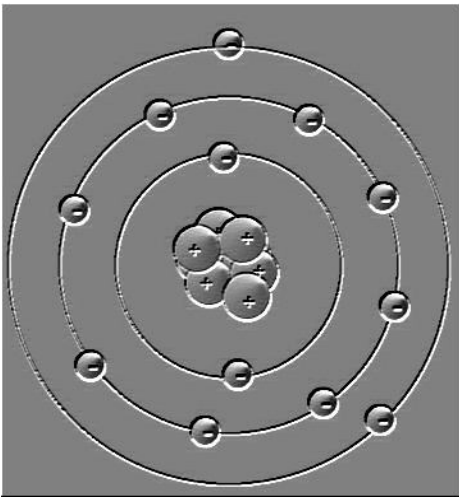
Magnesium ist also brennbar. Das sollte damit demonstriert werden. Was gibt es

noch wichtiges über Magnesium zu berichten? In der Natur ist das Mineral weiß bis hellgrau. Es gibt wirklich sehr zahlreiche Anwendungen für Magnesium. Eine kennt jeder: In der Sporthalle wird fein gemahlenes Magnesium benutzt, damit der Sportler an Reck und Barren leichter am Holz gleiten und rotieren kann. Das Magnesiumpulver bildet dann eine gleitende Schicht.

Überall da, wo es auf Leichtigkeit und Festigkeit gleichzeitig ankommt, da werden Magnesium-Bleche eingesetzt. So ist sicher das Gehäuse Ihres Handys aus Magnesium. Bei Rennwagen kommt es auf diese Eigenschaften an. Bei vielen Druckgußteilen kommt es auf Festigkeit und wenig Gewicht ebenso an.

Hier wollen wir uns aber nicht damit beschäftigen, wie in der Technik aus diesem weißen Mineral Metallbleche und -Teile hergestellt werden. Wir wollen uns viel mehr damit befassen, wie unser Körper mit Hilfe von Magnesium 300 Enzyme herstellt. Diese sind alle für unser Wohlbefinden, unsere Gesundheit wichtig. Ja es sind rund 300 Enzyme, die Magnesium brauchen.

In der Regel reagieren zwei oder mehr Stoffe in der Natur, um einen energieärmeren Zustand zu erreichen. Magnesium geht aber darüber weit hinaus. Bei Pflanzen wird es in den Zellen als zentrales Atom eingebaut. Im menschlichen Organismus hat es die Rolle eines wichtigen Katalysators. Ein Katalysator regt Stoffwechselfvorgänge an und fördert sie. Wichtig bei Katalysatoren ist auch die Steuerung der Vorgänge. Silizium zwar selbst kein Nährstoff, aber notwendig für die Gesundheit.



Wir sehen hier das Modell von einem Magnesiumatom. Im Zentrum befinden sich 12 Protonen, auf drei Schalen sehen wir die 12 Elektronen. Die beiden Elektronen auf der äußersten Schale werden uns nachher noch beschäftigen.

Ganz einfach zusammengefasst: Magnesium ist ein Mineral, welches viele technische Anwendungen hat, das aber auch für das menschliche Leben unbedingt

notwendig ist. Das nennt man essentiell. Essenz heißt, dass es zum Wesen des Organismus gehört. Der Organismus ist auf die Essenz angewiesen.



“Ein Apfel am Tag...”
Sie kennen das.

Das mit dem einen Apfel am Tage hat Mit den Pektinen zu tun, die wichtig sind für die Verdauung. Wir wollen den Apfel

Wenn das mal nur so einfach wäre.

auch weiterhin empfehlen.

Aber er liefert nicht genug Magnesium.

Während wir in der Erdkruste an einigen Stellen sehr viel Magnesium finden, fehlt es meistens im Ackerboden. Aber daher kommen unsere Lebensmittel.

Der britische Wissenschaftler David Thomas stellte vor rund 10 Jahren eine Studie an. Dabei stellte er fest, dass der Magnesium-Gehalt vom Obst und Gemüse um mehr als die Hälfte geringer geworden war.

Außerdem wird immer weniger Obst und Gemüse verzehrt. Sie kennen das ja. In der Eile greift man oft zu ganz anderen Sachen. Es soll eben schnell gehen, es soll keine Mühe machen...



www.Heilsuse.eu

Was ist Magnesium ?

Die große Bedeutung !

Welches Magnesium ?

Wie viel für wen ?

|Zusammenfassung|

Vor 250 Jahren richtig entdeckt !

Was Magnesium überhaupt ist, wurde vor über 250 Jahren (1755) vom englischen Chemiker Joseph Black entdeckt. Magnesium gehört zu den Elementen.

Und alle höheren Lebensformen sind darauf angewiesen. Welche immense Bedeutung Magnesium für unser Leben hat, das lesen wir in diesem Kapitel.

Magnesium im Körper bewirkt:

Reizübertragung, Muskelkontraktion, Knochenmineralisation, Nervensignale, Adrenalin-Freisetzung, Aufbau Skelettsystem, Zähne, Zellstrukturen, 300 Enzyme, Stoffwechsel, hemmt die Blutgerinnung, regelt mit die Durchblutung, entspannt Blutgefäße, unterstützt die Herztätigkeit, schwächt Stresshormone ab, wirkt sich günstig aus bei hohen Blutfettwerten und hohem Blutdruck, ist auch helfend bei leichten depressiven Verstimmungen, Unruhe, Nervosität, bei Migräne und Erschöpfung, Verstopfung, Unwohlsein, Abgespanntheit...

Schauen wir uns das mal der Reihe nach an:

Magnesium ist Katalysator, d.h., es muss anwesend sein bei einem ganz zentralen Vorgang der Energiegewinnung in der Zelle, nämlich dort, wo ATP unter Freisetzung von ADP und Phosphat gespalten wird. Actin ist dabei Aktivator, aber ohne Magnesium geht es nicht.

Magnesium-Ionen spielen auch eine ganz wichtige Rolle, um Signale von Nerven auf die Muskeln zu übertragen. Jeder kennt zumindest leichte Muskelspannungen oder gar Wadenkrämpfe. Das ist in der Hauptsache durch einen Mangel an Magnesium verursacht.

Das mit den Wadenkrämpfen kennt der Autor selbst aus



Situationen, wenn nach einer Party und Alkoholgenuss der Spiegel der Mineralien im Körper gering war, oder nach längerer körperlicher Überanstrengung im Sommer und reichlichem Schwitzen.

Dann hilft Mineralwasser oder ein gutes Mineralstoff-Präparat, Elektrolytgetränke. Sie kennen den Tipp mit dem Rollmops

nach dem Kater. Es geht um Mineralien.

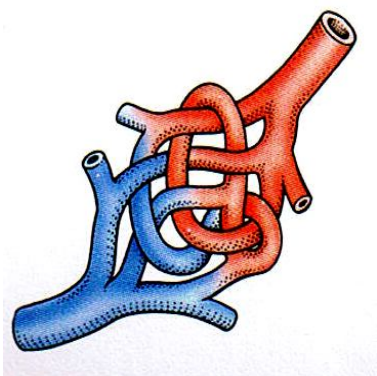
Aber nicht nur durch solche Ausnahmesituationen kann es zu einem Mineralstoffmangel kommen. Zu einer Unterversorgung mit Magnesium kann es bei einer Erkrankung des Magen-Darm-Traktes kommen. Vier Beispiele: Durchfall, Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa und starker Gebrauch von Abführmitteln.

Chronische Unterversorgung mit Magnesium geht oft mit einer Überfunktion der Schilddrüse einher, oder Diabetes Mellitus. Laufender Alkoholgenuss, starkes Rauchen, Leberzirrhose und eine Entzündung der Bauchspeicheldrüse bewirken Magnesiummangel.

Aber schon lange bevor ein Magnesiummangel nachgewiesen werden kann, treten Beschwerden auf. Häufiger kommt es zu Verspannungen, Muskelzuckungen, Zittern. Aber auch ständige Müdigkeit, Nervosität, oder Appetitlosigkeit können ein Hinweis auf einen bestehenden Magnesiummangel sein.

Bei fortgesetzt bestehendem Mangel sind auch nicht selten: Herzrhythmusstörungen, Blutdruckanstieg, und Gefäßprobleme, außerdem Magen-Darm-Krämpfe und Verstopfung. Er auch psychische Veränderungen können durch Magnesiummangel kommen: depressive Verstimmung, Nervosität, Unruhe, Schwindel, Konzentrationsschwäche, Kopfschmerzen, Migräne und Erschöpfung.

An diesen Darstellungen, die noch nicht vollständig sind, kann man schon erkennen, wie wichtig die gute Magnesiumversorgung ist. Auf Grund wissenschaftlicher Studien wird Magnesium auch vorbeugend und zur Behandlung eingesetzt bei: koronarer



Herzkrankheit, Durchblutungsstörungen, Herzrhythmusstörungen, und Herzinfarkt. Magnesium wirkt sich günstig aus bei Bluthochdruck, hohen Blutfettwerten, und bei einer erhöhten Gerinnungsneigung des Blutes. Auch bei Migräne findet Magnesium Anwendung. Nicht zu vergessen ist die Schlüsselstellung des Magnesiums bei der

Energiegewinnung in den Zellen. Das bedeutet, dass bei jedem Molekül ATP-Energie, das die Zellen produzieren, Magnesium anwesend sein muss. Wir wollen an dieser Stelle nicht den Zellstoffwechsel im Detail behandeln, tun dies aber im Ebook über Natrium.

Oben sehen wir eine Abbildung von sehr kleinen Blutgefäßen, wobei in rot das Ende der Arterie, in blau die Vene dargestellt ist. Hier findet der Blutaustausch statt. An vielen Stellen des Körpers sind die Gefäße hier so klein, dass sich die roten Blutplättchen da hindurchzwängen müssen.

Verstopfen diese Stellen, haben wir eine Minderdurchblutung. Diese trägt sehr zur Erhöhung des Blutdrucks und vielen anderen Problemen bei. Magnesium kann nun dazu beitragen, die Gefäße zu reinigen. Das merkt man dann schnell am Befinden und an besseren Leistungen im Sport.

Ein paar Gebiete wollen wir jetzt ausführlicher behandeln. Zu wenig Magnesium fördert Diabetes Mellitus, Zuckerkrankheit. Sicher wissen wir alle, dass es zwei Arten von Diabetes gibt, Typ 1 und Typ 2. Wir kennen die Risikofaktoren für Typ 2: Das sind Übergewicht, falsche Ernährung und Bewegungsmangel.

Laut einer neueren Studie von Dr. Ruy Lopez-Ridaura von der Harvard School of Public Health kommt Magnesiummangel als Ursache bei Typ 2-Diabetikern sehr häufig vor. Umgekehrt wirkt sich eine gute Magnesiumversorgung günstig aus.

Die Wissenschaftler untersuchten in einer großen Studie über fast 20 Jahre die Magnesiumaufnahme bei 85.000 Frauen und 42.000 Männern. Sie interessierten sich für Diabetes-Entstehung.



Bei einer zu geringen Magnesium-Aufnahme entwickelte sich viel häufiger Diabetes. Sie raten deshalb zu mehr Vollkorn, Nüssen und grünem Gemüse. Natürlich sind bezüglich Diabetes noch die anderen Risikofaktoren zu berücksichtigen. Magnesium ist hier kein Allheilmittel und keine alleinige Vorbeugemaßnahme.

Vielen fällt es aber bei der heutigen Lebensweise schwer, eine gesunde Ernährung durchzuhalten. Es muss schnell gehen, überall verfügbar sein, mal eben zwischen-durch, zuviel, zuwenig, das Falsche...

Am Ende dieses Kapitels zur großen Bedeutung von Magnesium nun ein Anwenderbericht. Es ist ein sehr ausführlicher Bericht eines älteren Herren, den wir für unsere Zwecke gekürzt und sprachlich überarbeitet hier wieder finden.

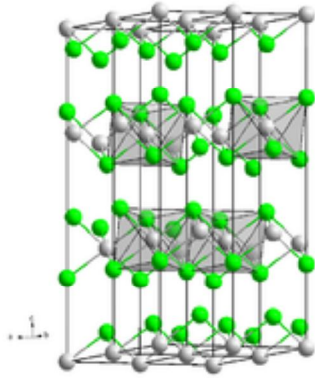
Von Pater Benno-Josef Schorr, Lehrer der Fächer Physik, Chemie und Biologie in Brasilien:

“Ich war praktisch ein Krüppel. Bereits vor 10 Jahren, 61 Jahre alt, bemerkte ich öfters starke Stiche in der Lendengegend. Der Arzt stellte eine unheilbare Verknorpelung an der Wirbelsäule fest. Jahrelang spürte ich auch eine ganz besondere Müdigkeit im rechten Bein, die trotz Behandlung immer hartnäckiger wurde.

Wenn ich mich bückte, hörte es auf. Beim Aufrichten fand es wieder an. Von da an verrichtete ich alle meine Arbeiten soweit wie möglich im Sitzen. Ich ging zu einem Spezialisten, der wegen der Verknorpelung mehrere Röntgenaufnahmen machen ließ. Der Arzt schüttelte nur den Kopf:

“Jetzt handelt es sich nicht mehr um eine Verknorpelung, sondern um ein ganzes Heer, und zwar an allen Wirbeln. Sie sind schon alle verkalkt. Da ist nichts mehr zu machen!”

Ich erhielt 20 Spritzen, die aber die Schmerzen kaum linderten. Es kam so weit, dass ich nicht mehr im Bett schlafen konnte. Ich blieb sitzen, bis ich vor Müdigkeit fast vom Stuhl fiel. Da kam mir die Idee, ich könnte mich im Bett so einrollen, wie es die Katzen tun. Ich wachte aber immer auf, wenn ich mich zu strecken versuchte.



Ich wollte aber noch unbedingt zu einem Treffen von Wissenschaftlern. Dort sagte mir ein anderer Pater, ich solle doch Magnesium-Chlorit einnehmen. Er zeigte mir das Buch eines Kollegen, der diese Zusammenhänge entdeckt hatte.”

[links sehen wir die Kristallstruktur von Magnesiumchlorit, Quelle: Wiki, **grau Mg⁺⁺**, **grün CL⁻**]

Der Kollege hatte seine Mutter, die bereits völlig bewegungsunfähig war, mit Magnesiumchlorit fit gemacht wie ein junges Mädchen.

“Da habe ich sofort angefangen, jeden Tag ein Gläschen von dieser Magnesiumlösung zu trinken, vor dem Schlafen noch ein zweites Gläschen. Nach 20 Tagen wachte ich schmerzlos auf. Nach 30 Tagen glaubte ich zu träumen, als ich plötzlich aufstehen und gehen konnte.

Ich begann, wieder meinen Spaziergang in die Stadt zu machen. Ich merkte nur noch die Müdigkeit in meinem Bein. 60 Tage danach merkte ich auch das nicht mehr, selbst wenn ich den ganzen Tag herumging. 3 Monate später fühlte ich mich ganz behendig. Jetzt sind 10 Monate vergangen und ich bin geschmeidig wie eine Schlange.

Man dachte schon daran, mir einen Herzschrittmacher einzubauen, da der Herzschlag unter 40 war. Dieser wurde wieder ganz normal.

An der Prostata sollte ich auch operiert werden, doch spüre ich nichts mehr. Mit der Entkalkung wurde das Gehirn wieder frischer und das Nervensystem ruhiger. Die Müdigkeit ist weg. Viele meinen, ich würde jetzt jünger aussehen. Das ist schon möglich. Ich besitze wieder eine unheimliche Lebensfreude.

Arthritis kommt von der Harnsäure. Diese lagert sich in den Gelenken ab. Knie, Schultern, Ellbogen und ganz sichtbar an den Fingergelenken. Bei dieser Krankheit sind die Nieren oft schon überlastet, da Magnesium fehlt. Sie müssen sich erst erholen und die harte Harnsäure ausscheiden.

Die Natur bietet dem Menschen alles an, was er zur guten Gesundheit braucht, um praktisch von allen organischen und entzündlichen Krankheiten immun zu bleiben, wie schon der berühmte Louis Pasteur, der Bekämpfer der Mikroben, sagte: `Die Mikrobe selber bedeutet nichts, der Nährboden ist ausschlaggebend, d.h., die entsprechende Nahrung. Sonst würde die Mikrobe nur als Kuriosität des Labors bekannt sein.

Von 18 Mineralien ist das Magnesium das Wichtigste. An Magnesium sollte es niemals fehlen. In der zweiten Lebenshälfte wird es vom Körper immer weniger aufgenommen. Folglich muss es eingenommen werden, weil durch



Was ist Magnesium ?

Die große Bedeutung !

Welches Magnesium ?

Wie viel für wen ?

|Zusammenfassung|

Magnesium das mineralische Gleichgewicht geschaffen wird, weil es die Organfunktionen belebt (Katalysator)...” So weit der Bericht von Pater Schorr.

Nun stellt sich die Frage, welches Magnesium das Richtige ist. Denn wenn wir schon gelernt haben, dass die Dolomiten aus Magnesium bestehen, dann dürfte es doch eigentlich keine Probleme mit der Versorgung geben.

Das Magnesium der Erdkruste liegt meistens als Magnesiumcarbonat vor. So ist es in Kohlenstoff gebunden und schwerer löslich. Der Körper kann es in dieser Form nicht gut aufnehmen. Im Meer-wasser ist es als Magnesiumchlorit.

Das Magnesiumchlorit aus dem Meerwasser muss nun aufwändig isoliert und gereinigt werden, damit wir es verzehren können. Diesen Vorgang nennt man Magnesiumschmelze. Für näher Interessierte zeigen wir hier den Vorgang mal auf. Je zwei Chloratome verbinden sich mit einem Magnesiumatom:

Der große Vorteil der so gewonnenen Magnesiumverbindung für unsere Gesundheit: Es entstehen sehr reine, kleine Magnesium-Kristalle, die gut aufgenommen werden können und ihre Funktionen im Körper gut erfüllen können.

Natürlich wird die Qualität immer gut überwacht, denn alles soll ja absolut sicher sein. Für eine sichere und einfache Anwendung sollte man nun das Magnesium portioniert für beispielsweise eine Flasche Wasser vorliegen haben und eine gute Anleitung, wer wie viel einnehmen sollte.

Elektrolyse der Magnesiumchloridschmelze

Magnesiumkationen reduzieren sich unter der Wirkung des elektrischen Feldes:

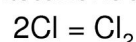


Chloranionen oxidieren während der Abgabe der Überschusselektronen:

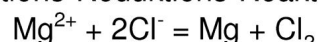
- primärer Prozess - Oxidation der Chlorionen:



- sekundärer Prozess - Bindung entstehender Chloratome in Molekülen:



Gesamtgleichung der Oxidations-Reduktions-Reaktion:





Die bestimmte Form, also eine Entscheidung für Magnesiumchlorid, ist deshalb wichtig, weil es gerade bei diesem wichtigen Mineral wirklich darauf ankommt.

In manchen Salzseen ist die Konzentration von Magnesium höher, als die des Natriums. Bei der Entwicklung des Lebens im Meer haben die Salze, insbesondere das Magnesium, eine ganz bedeutende Rolle gespielt.

Heute nutzt man diesen Zusammenhang bei vielen Therapien. Ein Mangel an Mineralien kann auch bei chronischen oder schweren Krankheiten entstehen. Anwendungen von Magnesium als Trinklösungen sind optimal.

Die nachfolgenden Empfehlungen von Mengen sind Richtwerte, die aus vielen Studien und den DGE- Empfehlungen, deutschen Gesellschaft für Ernährung, hervorgehen. Zuerst eine wichtige Frage: Kann zuviel Magnesium auch schädlich sein?

Es ist sehr selten, dass zu viel Magnesium im Blut ist. Es kommt vor bei Menschen mit schwerem Nierenversagen, die aber dann auch ständig von ihrem Arzt beraten werden.

Ansonsten können zu große Verzehrsmengen von Magnesium zu einem kurzzeitigen, meist einmaligen Durchfall führen. Die von Medizinern empfohlene tägliche Menge von 350 mg Magnesium sind jedoch unproblematisch.

Nach Untersuchungen von österreichischen Internisten ist Magnesium im Gegenteil ein Beispiel dafür, dass eine Zufuhr, die über der empfohlenen Menge von 350 mg liegt, tatsächlich weitere positive Wirkungen zeigen kann.

Im Sport kennt man die Ergänzung von Mineralien durch sog. Isotonische Getränke schon lange. Mit der Zeit wird Magnesium als Lösung auch in viele Haushalte Einzug halten. Ideal ist diese Form für die Versorgung älterer Menschen und Kranker.



www.Heilsuse.eu

Was ist Magnesium ?

Die große Bedeutung !

Welches Magnesium ?

Wie viel für wen ?

|Zusammenfassung|

Wie viel Magnesium braucht der Mensch?

Nun, die 350 mg (Milligramm) wurden schon angesprochen. Im speziellen Falle sollte es auch etwas mehr sein.

Diese Fälle und insbesondere der normale Fall, was also ein gesunder Mensch zur Vorbeugung von Mangel an Magnesium einnehmen sollte, das wollen wir uns hier mal genauer anschauen.

Wir haben bereits eine Magnesium-Lösung zubereitet, wie es in der Zusammenfassung noch genau gesagt wird.

350 mg empfiehlt die DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung).

Das gilt für einen gesunden Erwachsenen im Durchschnitt.

Bei chronischer Erkrankung, Schwangerschaft und Sport ist der Bedarf höher.

Auch wird nur rund die Hälfte des Magnesiums so aufgenommen, dass es für den Körper voll zur Verfügung steht.

Dem entsprechend wird ein Erwachsener mit täglich zwei Gläschen (20 ml) der Magnesium-Chlorit-Lösung gut versorgt sein.

Langfristig nimmt sich der Körper dann, was er braucht. Wenn Sie also täglich im Schnitt ein Gläschen zu sich nehmen, dann können es zeitweise auch zwei oder drei sein.



Zusammenfassung

Magnesium ist eine der vier wichtigsten Säulen Ihrer Mineralien-Versorgung. Hier erfahren Sie, wie Sie Ihren Bedarf sofort decken, auf einzigartige, wirksame Weise.

Magnesium unterstützt Gesundheit von Gesunden und Kranken, Sporttreibenden, Schülern, Studenten...

Magnesium ist bedeutend für 300 Enzyme, Skelett und Blutfluss, schützt die Gefäße, ist gut für normalen Blutdruck und bei Diabetes.

Das "Gewusst-Wie" ist entscheidend für die richtig funktionierende Magnesiumaufnahme mikrokrystallin-reines Magnesium-Chlorid.

Anwendung:

Benutzen Sie ein 2 cl Schnapsgläschen, ein Eierbecher voll ist das gleiche Maß. Trinken Sie anfangs 2 Gläschen voll pro Tag, auch dann, wenn Sie Sport treiben, regelmäßig.

Ab der dritten Woche trinken Sie täglich mindestens ein Gläschen. Wahlweise vor od. nach dem Essen, morgens oder abends.

Magnesium-Cl. schmeckt leicht bitter. Wenn Sie das pur nicht mögen, in einem größeren Glas mit normalem Wasser verdünnen.

Die positive Wirkung für Ihr Wohlbefinden merken Sie rasch. Die Magnesium-Lösung, die Sie hier finden ist sehr zuträglich. Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie unseren Service an. Für näher Interessierte stehen die wissenschaftlichen Studien zur Verfügung.

Trotz guter Ernährung - Ihre Magnesium-Versorgung gefährdet. Mikrokrystallin ist Magnesium super verwertbar. Decken Sie Ihren Bedarf auf optimale Weise.

Im MagPack von Heilsuse enthalten sind 2 Päckchen mit Magnesium-Kristallen zum auflösen. In einem Becher rühren Sie das kristalline Magnesium an.

Was Sie dazu besorgen: 2 Glasflaschen Stilles Mineralwasser (750 ml) unbedingt also ohne Kohlensäure (oder Leitungswasser, abgekocht und erkalten lassen).

Geben Sie das Magnesium aus einem Päckchen in einen Becher - ein Milchkännchen mit Ausgießer eignet sich sehr gut z.B. - und etwas Wasser aus der Mineralwasser-Flasche hinzu. Leicht umrühren, fertig. (Schütten Sie etwas Wasser ab aus der Flasche, damit nichts überläuft, wenn Sie nun mittels Trichter oder aus dem Kännchen das flüssige Magnesium in die Flasche gießen. Danach die Flasche schließen und leicht schütteln. Die Flasche bewahren Sie bitte im Kühlschrank auf.

www.Heilsuse.eu Telefon 0221-29 85 912

Email: info@heilsuse.eu

® Heilsuse ist ein eingetragenes Warenzeichen

© Kristallflächen: Patent-Nr.: 20 2006 012 133.1



Wenn Sie weitere Informationen wünschen, nehmen Sie bitte durch ein Mail oder telefonisch Kontakt mit uns auf. Dokumentationen als Download finden Sie auch auf: <http://MagischeMinerale.de> sowie im Heilsuse-Shop: <http://www.Heilsuse.eu>

Zwei persönliche Erfahrungsberichte mit Magnesium-Chlorit

“Mein Name ist Karl und ich schreibe gerade dieses kleine Ebook über Magnesium-Chlorit. Gesundheit ist ein wichtiges Gut und hat mich schon immer ganz besonders interessiert.

Beruflich habe ich schon längere intensive Stresszeiten erlebt. Und dass Mineralstoffe wichtig sind, war mir schon immer klar. Zeitweise habe ich Nahrungsergänzung genommen, also so genannte Astronautenkost, Pulver, das mit Milch oder Wasser angerührt wurde. Auch Magnesiumtabletten gehörten oft dazu. Aber bisher hatte nichts so starke positive Wirkungen, wie Magnesium-Chlorit, wie ich es oben beschrieben habe:

- Wenn ich im Fitnesscenter auf dem Ergometer strampele, kann ich das über eine Stunde lang tun, ohne zu ermüden bei höherer Wattzahl als früher. Außerdem brauche ich nicht mehr schwitzen.
- Der Kreislauf, Blutdruck und Puls, bleibt wirklich stabil. Das hat auch zur Folge, dass tagsüber keine Müdigkeit mehr einsetzt.
- Auch beim Kraftsport merke ich verbesserte Ausdauer.
- Die Haare sind kräftiger geworden und haben wieder Glanz.
- Und die Erholung beim Schlafen ist noch besser geworden.
- Gesichtszüge entspannen sich, man sieht entspannter aus.

Regelmäßig nehme ich eine Portion/Gläschen morgens, oft auch noch ein zweites abends.

Als ich mit Magnesium-Chlorit begann, hätte ich nicht geglaubt, dass dies solch eine gute Wirkung hat.

Allgemein bekannt ist, dass Magnesium wichtig ist beim Rauch-Stopp. Und Magnesium-Chlorit ist dann exzellent!



Meine Magnesium-Geschichte:

In meinem Leben habe ich schon ziemlich viel ausprobiert, um meine Gesundheit im Alltag zu unterstützen.

Und das war so Einiges; denn ich bin jetzt 55, es gibt ja nur eine Gesundheit.

Erst als ich zum x-ten Male auf Magnesium-Chlorit-Hexahydrat gestoßen bin, mir das dann organisiert habe, fühlte ich mich endlich gut versorgt.

Mineralien haben sehr große Bedeutung.

Es gibt für mich keine Müdigkeitserscheinungen mehr. Meine Gelenke sind "fast wie neu". Und glauben Sie mir, die haben schon sämtliche Kinfusionen hinter sich.

Aber die Haare erst. Meine Haare sind auch jetzt im Winter sehr stark und fallen so gut wie gar nicht aus. Das fällt nicht nur meiner Familie auf. Die sind auch alle von Magnesium in flüssiger Form begeistert. Obwohl, es schmeckt ein wenig bitter. Aber selbst mein 5-jähriger Enkel nimmt es gern.

Bei meinem Eßverhalten fällt mir auf, dass ich wie automatisch nicht mehr nach fettigen Sachen greife. Alles läuft viel entspannter.

Haferflocken haben für mich viel mehr Bedeutung, zum Beispiel.

Ich verdanke der Einnahme von Magnesium-Chlorit sehr viel. Mein noch klareres Denken und meine Bewegungsfreiheit. Außer dem Geschmack, an den sich mancher ein wenig gewöhnen muss, höre ich auch von meinen Söhnen nur Zufriedenheit darüber.

Meine besten Freundinnen können sich mittlerweile ihr Leben ohne Magnesium-Chlorit aus dem Schnapsgläschen nicht mehr vorstellen. Maria Mendrychowska, Köln

Links und Downloads, ergänzende Dokumente, Bezugsquellen

Magnesium-Chlorit-Hexahydrat gibt es im Online-Shop:

<http://www.Heilsuse.eu>

unter dem Menüpunkt Magnesium.

Dort finden Sie auch unter Gebrauchsanweisung dieses Ebook.

Weitere Artikel, Links und Erläuterungen zu den wissenschaftlichen Studien finden Sie bei:

<http://MagischeMinerale.de>

Das kleine Video finden Sie auch dort, sowie im Shop, aber auch bei:

<http://www.Heilsuse-Partner.eu>



Den Original-Artikel von Pater Schorr finden Sie hier:

<http://http://www.heilsuse.eu/epages/61849888.sf/?ObjectPath=/Shops/61849888/Products/Magnesium%2CDoku>

{ sollte dieser Link nicht funktionieren, gehen Sie einfach bei www.Heilsuse.eu im Menue auf Magnesium und auf Doku...

© Heilsuse.eu für Text und Abbildungen, sofern dies für die jeweilige Abbildung nicht durch Quellenangabe eindeutig anders angegeben ist.

Weiterführende Informationen:

Im Shop unter Magnesium, Doku, finden Sie weitere Informationen, z.B. Übersetzungen internationaler Studien zu Magnesium-Chlorid, zu Anwendungen, Nutzen und vieles mehr.

[übrigens dürfen Sie dieses Ebook gerne weitergeben - vielen Dank!]

Bis Ende März 2010 ist im Shop auch bestimmt das Video eingebaut



finden Sie neben der Bestellmöglichkeit für Magnesium im Shop

www.Heilsuse.eu Der Shop mit den Kristallflächen und MagPack

www.Heilsuse-Partner.eu Die Partner-Seite von Heilsuse.eu

<http://MagischeMinerale.de> Blog rund um Mineralien und andere Themen.

Wir sagen Ihnen bereits jetzt die achtsame und zuverlässige Ausführung ihrer Bestellung zu. Alles Gute! Karl Hinkel, Köln



Ergänzung zu "Die Kunst des Wohlergehens Magnesium-Chlorid-Hexahydrat-Therapie

Autor: Paul Vergini, M.D.

Die Quellen sind in den Referenzen angegeben, die Mitautoren und Beitragenden in alphabetischer Reihenfolge: Pierre Delbet, M.D., A. Neveu, M.D., Paul Vergini, M.D.,

Herausgeber: © Anthony di Fabio, alle Rechte vorbehalten von der Roger Wyburn - Mason und Jack M. Blount Foundation for the Eradication of Rheumatoid Disease

ATA the Arthritis Trust of America, 7376 Walker Road, Airview 37062 - Erlaubnis zur Wieder- Veröffentlichung gewährt von Townsend Letter for Soctors 911 Tylor Street, Port Townsend, WA 98368, Nov. 1992

Hinweis: Medizinische Daten dienen lediglich dem Zwecke der Information. Sie sollten immer Ihren Hausarzt konsultieren oder Heilpraktiker vor einer Behandlung.

Übersetzung: Karl Hinkel, Köln, Dipl.-Ing., MBM, März 2010

(Anmerkung des Übersetzers: Alle Anmerkungen meinerseits sind in Klammern gesetzt. Die Anmerkungen sind teilweise umfangreicher, weil sich dieser Aufsatz vor 15 Jahren zwar in einer öffentlichen Publikation, aber eher an ein Fachpublikum richtete. Da ich davon ausgehe, dass dieser Text gut geeignet ist auch für interessierte Laien, sowie für allgemeine Aufklärung, werden die Fachbegriffe erläutert und fachlichen Zusammenhänge.

Das Magnesium-Produkt im Shop www.Heilsuse.eu ist so vorbereitet, dass es von jedem Kunden einfach und sicher anzuwenden ist.

Bei Fragen kann sich der Leser gerne an den Heilsuse-Service richten:

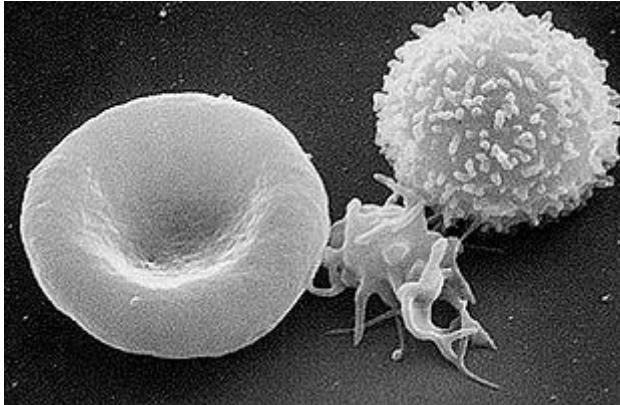
Tel.: 0221-29 85 912 Email: info@heilsuse.eu)

Im Jahre 1915 suchte ein französischer Chirurg, Prof. Dr. Delbet, nach einer Lösung um Wunden zu reinigen, da er herausfand, dass die traditionellen antiseptischen Lösungen aktuell Gewebe abtötet und so die Entzündungen begünstigt, anstatt sie zu verhindern.

Er testete verschiedene mineralische Lösungen und entdeckte, dass eine Lösung mit Magnesium-Chlorid einerseits das Gewebe schonte und einen großen Effekt auf die Aktivitäten von Leucozyten und die Phagozytose. Damit erwies es sich als perfekt für die äußerliche Wundbehandlung.

(Leucozyten: Leukozyten oder weiße Blutkörperchen sind bestimmte Zellen des Körpers, die im Blut, im Knochenmark, in den lymphatischen Organen und anderen Körpergeweben zu finden sind. Morphologisch werden sie den Erythrozyten (*roten Blutkörperchen*) gegenübergestellt, da sie im Gegensatz zu diesen nicht den roten Farbstoff Hämoglobin enthalten. Die quantitative Zusammensetzung der Leukozyten im peripheren Blut wird im Differentialblutbild erfasst.

Leukozyten erfüllen spezielle Aufgaben in der Abwehr von Krankheitserregern und körperfremden Strukturen. Sie gehören zum Immunsystem und sind dort Teil der spezifischen und unspezifischen Immunabwehr, weshalb sie auch als Immunzellen oder Immunozyten bezeichnet werden. -Wiki-)



Von links nach rechts: Erythrozyt (rotes Blutkörperchen), Thrombozyt und Leukozyt im Elektronenmikroskop. Quelle: Wiki

Dem Interessierten stehen unter den Wiki-Artikeln natürlich weit umfangreicherer Informationen zur Verfügung, dazu einfach im Browser die Suchbegriffe eingeben und auf der ersten Seite der Suchergebnisse das Wikipedia-Verzeichnis aufrufen.)

Dr. Delbet führte viele "in vitro"-Test durch und "in vivo" mit dieser Lösung und ihm wurde bewusst, dass dies nicht nur gut zur äußerlichen Anwendung sei, sondern auch eine leistungsfähige Immun- Stimulans, wenn sie entweder durch Injektionen oder selbst durch orale Gaben verabreicht würde.

(in vitro bezeichnet Versuche im Labor, in vivo dagegen Versuche an lebenden Organismen wie Menschen und / oder Tieren)

Er bezeichnete diesen Effekt mit "Cytophilaxis". (eine Zusammensetzung aus Cytokine, das sind die biologischen Vermittler einer Immunreaktion, Substanzen, die von den lebenden Zellen abgegeben werden, um sich zu schützen und Prophylaxe, d.h., Vorsorge.)

Bei einigen In vivo- Experimenten war es möglich, die Phagozytose (Immunreaktion) auf bis zum 300 % zu steigern. Dr. Delbet entdeckte glücklicherweise, dass auch die orale Gabe dieser Lösung einen wohltuenden Effekt bei vielen Leuten hatte und so wurde ihm klar, dass Magnesium - Chlorid einen Effekt auf den gesamten Organismus ausübte.

Innerhalb kurzer Zeit erhielt er die Bestätigung vieler Leute, die Magnesium zunächst wegen seiner wohltuenden Wirkung genommen hatten und die an verschiedenen Krankheiten litten. Prof. Delbet begann, diese Zusammenhänge näher zu studieren und fand die Bestätigung dafür, dass Magnesium-Chlorid-Lösung eine gute Therapie für eine lange Liste von Beschwerden war.

Er entdeckte sehr gute Ergebnisse bei Colitis, Angiocholitis, Cholecystitis, im Bereich des Verdauungsapparates, bei der Parkinson'schen Krankheit, senilem Tremor, und Muskelkrämpfen, im Nervensystem, Akne, Ekzemen, Psoriasis, Altersbeschwerden, Juckreiz verschiedener Ursache, Frostbeulen und sonstigen Hautproblemen.

Es gab jeweils eine Stärkung von Haaren und Nägeln, einen guten Effekt bei typischen

Aterskrankheiten wie Impotenz, prostatischen Beschwerden, cerebralen und Durchblutungsproblemen sowie bei Krankheiten mit allergischem Ursprung wie Heuschnupfen, Asthma, Urticaria und anaphylaktischen Reaktionen.

Dann begann Prof. Delbet, sich mit der Beziehung von Magnesium und Krebs zu befassen. Nach einer größeren Zahl klinischer und experimenteller Studien fand er heraus, dass Magnesium-Chlorid einen guten vorbeugenden Effekt bei Krebs hatte und dass es in der Lage war, einer Reihe von Vor-Krebstadien zu heilen wie Leucoplastie, Hypokeratose, Chronische Mastitis etc.

Epidemiologische Studien bestätigten Delbet's Ansicht und zeigten, dass es in Regionen mit einer guten Magnesium-Versorgung (über den Gemüseanbau, das Trinkwasser...) weniger Krebsfälle aufwies und umgekehrt.

In experimentellen Studien war Magnesium-Chlorid ebenso in der Lage, den Verlauf bei Krebs zu verzögern - bei Labortieren.

Prof. Delbert schrieb zwei Bücher, *Politique Preventive du Cancer*, 1944, und *L'agriculture et la Sante'*, 1945 (deutsch: Politik zur Vorbeugung von Krebs und Landwirtschaft zu unserem Wohle), worin er seine Ideen zur Krebsvorsorge und einem besseren Leben veröffentlichte. Das erste Buch ist ein gut dokumentierter Report zu seinen Studien über Magnesium-Chlorid.

Im Jahre 1943, benutzte ein anderer französischer Arzt, Dr. A. Neveu, die Magnesium-Lösung in einem Fall von Diphtherie. Er wollte eigentlich (nur) das Risiko einer anaphylaktischen Reaktion (allergische R.) reduzieren aufgrund des Anti-Diphtherie-Serums das er bereit war, zu verabreichen. Zu seiner großen Überraschung, als am nächsten Tage die Laborergebnisse die Diagnose Diphtherie bestätigte, ging er zur Patientin. Das kleine Mädchen war komplett geheilt, bevor er auch nur das Serum verabreichen konnte.

Er schrieb dieses Ergebnis der Immun-stimulierenden Wirkung der Magnesium-Chlorid-Lösung zu und testete sie dann an anderen Patienten. Alle diese Patienten waren geheilt in sehr kurzer Zeit, 24 bis 48 Stunden, ohne Nachwirkungen.

Dr. Neveu begann dann einige Fälle von Poliomyelitis so zu behandeln mit den gleichen wundervollen Ergebnissen. (Poliomyelitis = Polio, Kinderlähmung, das Rückenmark wird befallen...) Er war sehr gespannt und couragiert, diese Therapie bekannt zu machen. Aber er befand sich vor einer Wand von Befangenheit und Reserviertheit von Seiten der "offiziellen Medizin". Weder Neveu, noch Delbet, der Mitglied der Medizinischen Akademie war, waren in der Lage, Neveu's außergewöhnlichen Ergebnisse bekannt zu machen.

Die Opposition war total: Professoren der Medizin, Medizin-Magazine, die Akademie selbst, alle waren gegen die beiden Ärzte. Die "offizielle Medizin" sah offensichtlich in der Magnesium-Chlorid-Therapie einen Angriff gegen ihr neues und wachsendes Geschäft - Impfstoffe.

Dr. Neveu ließ sich dadurch nicht entmutigen und setzte seine Tests dieser Therapie

fort bei einer großen Reihe von Krankheiten. Er erzielte sehr gute Resultate bei Pharyngitis (Rachenentzündung), Tonsillitis (Mandelentzündung), Heiserkeit, Allgemeiner Erkältung, Grippe, Asthma, Bronchitis, Broncho-Pneumonie, Lungenemphysemen, Kinderkrankheiten wie Masern, Mumps, Pertussis-Infektion, Rubella Infektion (Deutsche Masern), Streptokokken... sowie bei bestimmten Vergiftungen, Gastroenteritis, Verbrennungen, Abszessen, HI. Fieber, Nagelbettenentzündung, Puerperal Fieber (Infektion durch den Geburtsvorgang) und Osteomyelitis (Infektion der Knochen).

Aber die Indikation für Magnesium-Chlorid endet hier nicht. In jüngster Vergangenheit haben andere Ärzte - und ich gehöre dazu - die Anwendungen von Delbet und Neveu bestätigt und Anwendungen in weiteren Anwendungsbereichen begonnen: Akute Asthmaattacken, Schock, Tetanus (hier ist die intravenöse Behandlung durch den Arzt angeraten) Herpes Zoster, Akute und chronische Konjunktivitis (Bindehautentzündung), Neuritis der Augen, Rheumatische Krankheiten, viele allergische Krankheiten, Frühlings-Asthma, CFD Chronic Fatigue Syndrom (chronisches Müdigkeitssyndrom), selbst bei Krebs kann es eine nützliche Zusatzbehandlung sein.

Die vorangegangene Liste ist bei Leibe noch nicht erschöpft. Vielleicht können weitere Krankheiten mit dieser Therapie behandelt werden. Aber da dies noch eine relativ junge Behandlungsform ist, sind wir als Pioniere auf den guten Willen und die Unterstützung der Ärzteschaft angewiesen, um definitiv alle echten Möglichkeiten dieser wunderbaren Therapie zu entwickeln.

Von einem praktischen Standpunkt aus gesehen, bitte denken Sie daran, dass nur Magnesium - Chlorid diese "cytoplastische" Aktivität aufweist und kein anderes Magnesium-Salz. Möglicherweise ist das vor allem molekular und nicht eine ionische Sache.

(Im Rahmen von Heilsuse.eu können wir das anhand der feinkristallinen Struktur der Mineralien darstellen. Beispielsweise lösen körpereigene Säuren, wie z.B. Magensäure, Chloratome aus dem Kristallgitter von Magnesium-Chlorid. Und dann stellt das Magnesium-Chlorid für den Körper ein mikrokristallines System mit freien Gitterplätzen dar. Wollte man nun die Wirkung auf molekularer Ebene genau nachvollziehen, wäre der Aufwand immens groß. - Bei den NaCl-Anwendungen werden wir das anhand der Kristallographie tun. Sicher ist der Zusammenhang mit Magnesium ähnlich.)

Die Lösung, die eingesetzt wird ist eine 2,5 % - Magnesium-Chlorid-Hexahydrat-Lösung - $MgCl_2 \cdot 6H_2O$. Z.B. 25 Gramm pro Liter Wasser. Jene, welche Nierenleiden haben, sollten diese vom Hausarzt beobachten lassen.

Dr. Raul Vergini sagt, dass dies nur für Leute gelte, die ernsthafte Niereninsuffizienz haben. Dann kann eine Behandlung mit Magnesium-Chlorid evtl. nicht angezeigt sein. Aber das gilt dann auch für alle anderen Mineralien, die nicht von einer erkrankten Niere ausgeschieden werden können. In allen anderen Fällen besteht da kein Risiko. Ich habe nie von irgendwelchen Problemen gehört oder gelesen. Die Menge an elementarem Magnesium, das in einer Dosis von 125 cl enthalten ist, bei einer 2,5 %-Lösung, beträgt ungefähr 500 mg. Das ist keine große Dosis! Jedenfalls, ich denke, dass es eine gute Vorsichtsmaßnahme ist, Leuten mit Nierenproblemen zu raten, ihren

Hausarzt zu konsultieren.

Aber Dr. Raul Vergini meint dazu auch, dass "das Problem darin besteht, dass möglicherweise der Hausarzt überhaupt nichts von dieser Therapieform wissen, und wie können diese dann gut beraten?"

Kinder unter 5, sagt er, sollten auf jeden Fall zum Kinderarzt. Die Dosen sind dann wie folgt:

- Erwachsene und Kinder über 5 Jahre = 125 cl
- 4 Jahre alte Kinder = 100 cl
- 3 Jahre alte Kinder = 80 cl
- 1-2 Jahre alte Kinder = 60 cl
- Über 6 Monate alte Kinder = 30 cl
- Unter 6 Monate alte Kinder = 15 cl

Diese Dosen müssen über den Mund verabreicht werden.

Bei chronischen Krankheiten beträgt die Standardbehandlung eine Dosis morgens und abends über einen längeren Zeitraum.

Im akuten Krankheitsfalle diese Dosis wird alle 6 Stunden verabreicht (alle 3 Stunden die ersten beiden Dosen, wenn der Fall ernsthaft ist. Dann können 8 Stunden, und danach 12 Stunden dazwischen liegen, wenn eine Verbesserung eintritt.

Nach der Erholung ist es am besten, alle 12 Stunden mit einer Dosis fortzusetzen für einige Tage.

Als vorbeugende Versorgung und als Magnesium-Ergänzung kann eine Dosis am Tage genommen werden. Magnesium - Chlorid, selbst wenn es ein anorganisches Mineralsalz ist, kann gut aufgenommen werden und ist eine sehr gute ergänzende Magnesiumquelle.

(das liegt einerseits an der reinen elementaren Form - gegenüber Carbonaten oder anderen Formen - und an der speziellen mikrokristallinen Form als $MgCl \cdot 6H_2O$ - die spezifische Wirkung kann auch nur den kristallinen Elementarzellen - Flüssigkristall - zugeschrieben werden. In Heilsuse.eu und Heilsuse-Partner.eu werden ja viele Zusammenhänge aus den Bereichen der Angewandten Mineralogie und Kristallographie erklärt.)

(Die Erläuterungen zur intravenösen Verabreichung sind hier bewusst weggelassen.)

Autor: Raul Vergini, M.D.

Lesen Sie auf den nächsten Seiten einen Erfahrungsbericht:

Nachfolgend lesen Sie einen Original-Erfahrungsbericht, der die zuvor beschriebenen Wirkungen von Magnesium-Chlorid-Hydrohexat veranschaulicht. Viele können die beschriebenen Leiden leider nachvollziehen. Wenn Sie mit den Anwendungen alleine nicht zurecht kommen, rufen Sie unsere Service-Nr. an.
(Die Anmerkungen des Übersetzers sind wieder in Klammern gesetzt.)

Ein unglaubliches Heilmittel für "unheilbare" Krankheiten

Übersetzung eines Artikels von Pater Benno-Josef Schorr, S.J. Physik-, Chemie- und Biologielehrer in Brasilien.

Dieses ist ein volkstümlicher Artikel und behandelt vier Krankheiten, die mit Magnesium-Chlorid stark gelindert oder gar geheilt werden können:
Verkalkungen, Arthritis, Alterserscheinungen, Krebs

Da viele sich mehr dafür interessieren, wie sie vorgehen sollen, drehe ich dieses Mal die Reihenfolge um und füge die Erklärungen erst am Schluss an. Ich stütze mich dabei auf die Erläuterungen des spanischen Jesuitenpaters Puig, der dieses Heilmittel vor kurzem entdeckt hat, weshalb es noch fast unbekannt ist. Übrigens ist es kein eigentliches Heilmittel, sondern eher ein Nahrungsmittel, wie Kochsalz und daher ist es so ohne weiteres in der Apotheke erhältlich.

25 gr. Magnesium-Chlorid für $\frac{3}{4}$ Ltr. Lösung, Stilles Mineralwasser oder abgekochtes und abgekühltes Leitungswasser

1. ABÜRZUNGEN: Mg. = Magnesium - Chlorid

1 Dosis = 1 Schnapsgläschen voll von der zubereiteten Lösung.
(ca. 40 Milliliter)

Am besten nimmt man es gleich nach dem Aufstehen oder nach dem Kaffee. Nüchtern genommen und in einer etwas höheren Menge genommen, wirkt es leicht abführend

2. MEINE GESCHICHTE

Ich war praktisch ein Krüppel. Ich lege den Fall ausführlich dar, damit man weiß, worum es geht. - Bereits vor 10 Jahren [ich war damals 61 Jahr alt - bemerkte ich öfters starke Stiche in der Lendengegend. Der Arzt stellte eine unheilbare Verknorpelung an der Wirbelsäule fest.

Wenig später aber glaubte ich es handelt sich um Rheumatismus und ich wurde wieder fit mit Ketacil (ein allgemeines Anaestetikum, das injiziert wird). Dabei habe ich ganz die Verknorpelung vergessen! Jahrelang spürte ich auch eine ganz besondere Müdigkeit im rechten Bein, was ich mit

meinem vielen Umherreisen in Verbindung brachte, da ich schon 48 Sprechfunkstationen in 6 brasilianischen Bundesstaaten eingebaut habe. Seit ca. 5 Jahren verwandelte sich die Müdigkeit in Schmerz, welcher – trotz aller Behandlungsarten – immer hartnäckiger wurde.

Vor 2 Jahren dämmerte mir plötzlich etwas. Wenn ich in der Frühe aufstand, dann spürte ich ein Krabbeln, das bis zur Zehenspitze hinunterging. Wenn ich mich nieder bückte, dann hörte es auf. Beim Aufrichten finge es wieder an. Ich wiederholte es mehrere Male mit demselben Ergebnis. Da wusste ich Bescheid. „Diese Verknorpelung ist also immer noch vorhanden.“ Beim Geradestehen musste sie wohl auf den Ischiasnerv drücken, wobei sie beim Bücken nachlässt.

Von da an verrichtete ich alle meine Arbeiten – soweit wie möglich im Sitzen. Es verging ein Jahr, und da vermochte ich nicht einmal mehr die heilige Messe aufrecht zu zelebrieren. Immer wieder schob ich eine Reise zur Insel Marajo (Amazonas-Mündung) hinaus, wo ich dringende Sprechfunk-Einrichtung fertig stellen sollte.

Vor 6 Monaten habe ich mich dann doch auf die Reise gewagt, kam aber auf dem schnellsten Weg zurück und ging sofort zu einem Spezialisten, welcher von mir wegen der Verknorpelung mehrere Röntgenaufnahmen machen ließ. Der Arzt schüttelte nur den Kopf: „...Jetzt handelt es sich nicht mehr nur um eine Verknorpelung, sondern um ein ganzes Heer, und zwar an allen Wirbeln. Sie sind schon alle verkalkt. Da ist nichts mehr zu machen!“

Trotzdem erhielt ich 20 Spritzen – die mir aber die Schmerzen kaum linderten – bis es soweit kam, dass ich nicht einmal mehr im Bett schlafen konnte. Ich blieb sitzen, bis ich vor Müdigkeit fast vom Stuhl fiel. Da kam mir die Idee, ich könnte mich im Bett so einrollen, wie es die Katzen tun. Das ging, und ich wachte nur immer wieder auf, wenn ich mich zu strecken versuchte. Zum Schluss konnte ich es in dieser Lage kaum aushalten. Und was nun?

Menschliche Hilfe war kaum möglich. Da blieb nur noch Gott übrig! „Du hast jede Faser in meinem Körper gemacht. ... Schau jetzt her auf Dein elendes Geschöpf. Du könntest doch sicher etwas unternehmen.“

So wie ich war, wollte ich unbedingt noch bis Porto Alegre zu einem Treffen von ordenseigenen Wissenschaftlern. (Jesuiten). Dort sagte mir Pater Suarez ich solle doch MAGNESIUM-CHLORID einnehmen. Er zeigte mir ein Buch von Pater Puig – einem spanischem Jesuiten – der diese Zusammenhänge entdeckt hatte. Dessen Mutter war schon völlig verknorpelt und – durch dieses Salz wurde sie wieder bewegungsfähig wie ein Mädchen. Bei anderen Verwandten half es auch.

3. MEINE HEILUNG

Da habe ich sofort angefangen, jeden Tag eine Dosis von dieser Mineralsalzlösung zu nehmen. Nach einer Woche nahm ich vor dem Schlafengehen auch noch eine 2. Dosis. Immer noch musste ich eingerollt schlafen. Nach 20 Tagen wachte ich schmerzlos auf, obwohl ich ausgestreckt dalag. Aber umhergehen konnte ich nicht.

Nach 30 Tagen glaubte ich zu träumen, als ich plötzlich aufstehen und gehen konnte. Ich fing an wieder meinen Spaziergang in die Stadt zu machen. Ich bemerkte nur noch die Müdigkeit in meinem Bein, wie ich sie vor 10 Jahren spürte.

60 Tage danach merkte ich überhaupt nichts mehr, selbst wenn ich den ganzen Tag herumging. 3 Monate später fühlte ich mich ganz beweglich. Jetzt sind 10 Monate vergangen und ich bin genauso geschmeidig wie eine Schlange.

Ich hatte Gott gebeten, er solle doch etwas unternehmen. Er hat es viel besser mit mir gemeint, als ich es mir vorstellte. Man dachte schon daran, mir einen Herzschrittmacher einzubauen, da der Herzschlag unter 40 war. Dieser wurde wieder ganz normal.

An der Prostata sollte ich auch operiert werden, doch spüre ich nichts mehr. Mit der Entkalkung wurde das Gehirn wieder frischer und das Nervensystem ruhiger. Die Müdigkeit ist weg; ich weiß gar nicht, was sonst noch alles geschehen ist. Viele meinen, ich würde jetzt jünger aussehen. Das ist schon möglich. Ich besitze wieder eine unheimliche Lebensfreude. Deshalb fühle ich mich dem guten Gott verpflichtet, Sein Eingreifen zu veröffentlichen und diese langen Zeilen anderen Leidtragenden zu übersenden.

4. VERKALKUNGEN, Ischias, Sklerosen, Verknorpelungen, Wirbelsäule

Um das handelte es sich bei mir. Man sollte beim Aufstehen eine Dosis nehmen, und wenn man das gut verträgt, dann kann man – nach einer Woche – beim Schlafengehen eine weitere Dosis nehmen. Wenn der Schmerz aufgehört hat, soll man noch 6 Monate so weitermachen und dann die Dosierung wie bei 6. Einnehmen.

5. ARTHRITIS:

Die Arthritis kommt von der Harnsäure. Diese lagert sich in den Gelenken ab. Knie, Schultern, Ellbogen und ganz sichtbar an den Fingergelenken. Eine Dosis morgens, und wenn nichts Anormales geschieht, nach 20 Tagen eine weitere Dosis beim Schlafengehen. Warum diese Vorsicht? Bei dieser Krankheit sind die Nieren oft schon überlastet, da Magnesium fehlt und – sie können entzündet sein. Sie müssen sich erst ein wenig erholen und die harte Harnsäure ausscheiden. Vielleicht baut es sogar die Harnsteine in den Nieren ab. Das dauert natürlich seine Zeit!

6. ALTERSERSCHEINUNGEN:

Nach dem 40. Lebensjahr nimmt der Organismus weniger Magnesium auf, wobei es zu Alterserscheinungen und zu größerer Anfälligkeit von verschiedenen Krankheiten kommt.

Dabei gibt es zwei Behandlungsweisen: 1. für diejenigen, welche Vollwertige Nahrungsmittel zu sich nehmen, und 2. für jene, die minderwertige Nahrung zu sich nehmen, vergleiche "Gesundheit und Krebs / Leukämie" usw. v. Rudolf Breuss, A – 6700 BLUDENZ, S.84f.

(über Rudolf Preuss finden Sie alle Veröffentlichungen, wenn Sie den Namen in Ihrer Suchmaschine eingeben)

VOLLWERTIGE NAHRUNG: Vom 40. – 55. Lebensjahr eine halbe Dosis beim

Aufstehen. Vom 55. – 70. Lebensjahr eine Dosis am Morgen. Ab 70.

Lebensjahr eine Dosis am Morgen und eine am Abend.

MINDERWERTIGE NAHRUNG: Vom 10. – 40. Lebensjahr eine halbe Dosis, die man in das MITTAGESSEN geben kann, von wo es ja herausgenommen wurde. Vom 40. – 55. Lebensjahr, eine am Morgen und eine halbe am Abend. Über 70 Jahre, eine am Morgen und eine am Abend. Die Steigerung soll allmählich erfolgen. Einmal mehr, einmal weniger, das ist nicht so sehr von Wichtigkeit.

Da könnte vielleicht jemand sagen: „Jetzt habe ich es schon seit Jahren genommen und habe nichts besonderes bemerkt. Warum dies alles? „Sei kein Narr! Meinst du wirklich, du solltest von Zeit zu Zeit richtig krank werden, um deine Gesundheit zu schätzen? Ist dir nicht aufgefallen, dass du keine Grippe mehr bekommst, dass du von anderen Krankheiten befreit bist, vielleicht sogar vom Krebs? Immer gesund leben, frei von vielen Krankheiten, das verschafft uns das Magnesium. Möchtest du nicht weiterhin jung bleiben? Nimm es ruhig weiter!“

7. KREBS:

Die Dosis wie bei Nr. 6 – Alterserscheinungen – einnehmen. In der Nummer 8 wird es erklärt. Aber wie kann ich wissen, ob ich Krebs habe? Leider schmerzt der Krebs nicht im Anfangsstadium. Man merkt ihn erst, wenn eine Geschwulst vorhanden ist. Dann ist es oft zu spät! Das Magnesium kann ein wenig abbremsen. – Übrigens haben wir alle Krebs seit der Geburt. Unser Körper besteht aus Zellen – wie Ziegelsteine beim Haus. Wenn der eine oder andere schlechte Ziegelstein dabei ist, so macht das dem Haus nichts aus. Wenn also eine kleine Menge Zellen fehlerhaft ist, - weil es an bestimmten Substanzen mangelt oder weil beim einigen Fremdkörper vorhanden sind [Giftstoffe, Rauch...] – dann ist das noch nicht schlimm, aber sie taugen nichts mehr! Das Magnesium bekämpft sie leicht und macht Gesunde widerstandsfähiger.

Wenn aber das Magnesium fehlt und das geschieht nach den 40er Jahren, dann sondern die schlechten Zellen Giftstoffe ab [verschiedene Vieren], da kommt es dann zu Verzweigungen [wie bei einem Krebs, daher der Name], und sie greifen auch die gesunden Zellen an! Das Magnesium kann diesen Prozess abbremsen, aber nicht aufheben.

Es gibt aber auch leichte Beweise für das Vorhandensein eines Krebses. Wenn es in der Verwandtschaft schon Krebsfälle gegeben hat und wenn bei ihnen – unter der Brusthaut – Knoten erscheinen, nehmen Sie gleich eine Dosis in der Frühe und eine am Abend, damit sich kein Tumor bildet. Das ist nämlich ein tödlicher Krebs. Es gibt auch andere Krebsarten. Z.B. Hautkrebs, welcher nicht tödlich ist, aber unheilbare Wunden bildet. Und doch – Magnesium heilt sie!

Ein Arzt ließ sich dreimal am Ohr operieren. Die Wunde blieb immer offen. Da nahm er Magnesium-Chlorid und nach 20 Monaten heilte die Wunde zu. Ein anders Beispiel: Einige Stämme in Afrika, die noch wild leben, kennen fast keinen Krebs. Aber ihre Stammesbrüder, die sich dem zivilisierten Leben angepasst haben, sterben genauso an Krebs, wie die Europäer und die Amerikaner.

Nun hat man diese Stämme und ihr Gebiet wissenschaftlich untersucht. Dort, wo die Nahrungsmittel Magnesium enthielten, bemalte man die Landkarte mit gelber Farbe; die anderen Teile wurden mit blau bemalt. Auf einer anderen Landkarte markierte man die Gebiete, wo es weniger Krebskranke gab, auch mit gelb und wo es mehrere Krebskranke gab, mit blau. Und siehe da, sie waren fast genau gleich! Nicht ganz genau, denn es gab auch dort Lebensmittel-Verschiebungen. In Ägypten ist der Magenkrebs sehr selten, während er in Europa viel häufiger ist, wo aber auch das Brot achtmal weniger Magnesium enthält. Je mehr "Zivilisation", desto mehr Krebsvorkommen!

8. GESUNDHEIT:

Die Natur bietet dem Menschen alles an, was er zur guten Gesundheit braucht, um praktisch von allen organischen und entzündlichen Krankheiten immun zu bleiben, wie schon der berühmte Louis Pasteur, der Bekämpfer der Mikroben, sagte: „Die MIKROBE selber bedeutet nichts, der Nährboden ist ausschlaggebend. D.h., die entsprechende Nahrung. Sonst würde die Mikrobe nur als Kuriosität des Labors bekannt sein.“

Die Immunität ergibt sich hauptsächlich aus 18 mineralischen Elementen, wie Salze und Ähnliches. „Wo kann man die kaufen, um sich der Immunität zu erfreuen?“ Die Natur bietet sie uns an und zwar im richtigen Maß, im mineralischen Gleichgewicht. Man braucht nur essen, trinken atmen und baden. „Aber das machen doch alle Leute!“

Wenn das wirklich so wäre, dann bräuchte man keines der hunderttausend Krankenhäuser; z. Teil ja sogar sehr großen Krankenhäuser, richtige Festungen mit einem Heer von Ärzten und Zahnärzten gegen die Krankheiten.

Da der MENSCH einfallreich ist, hat er immer die Absicht Neues zu erfinden und Dinge zu vervollkommen. Vom Lehm macht er Ziegelsteine, vom schweren Metall Flugzeuge, die durch die Lüfte fliegen. Ich selbst bin ganz versessen darauf, immer bessere Sprechfunkanlagen zu basteln, um sogar mit Japan sprechen zu können. Der Fortschritt ist wirklich lobenswert. Aber der Fortschritt ist dem Menschen auch zu Kopf gestiegen.

Dagegen sorgt Mutter Natur unablässig für uns. Die Pflanzen, wie z.B. das Korn der Reis wenn es am Ausreifen ist, da wandern die Mineralsalze – vor allem das Magnesium, welches für die grüne Farbe verantwortlich ist – von Blatt zu Blatt, zur Samenhülle über, damit ein gesundes Saatgut entstehen kann und dass die Früchte den Lebewesen zur vollwertigen Nahrung dienen können. Und was macht der Mensch? Er sondert genau diese so wertvolle gelbe Schale in Form der Kleie ab, um es wegzuwerfen oder die Tiere damit zu füttern. So wird das Korn zur minderwertigen Nahrung abgestuft – ohne die Mineralien, die ihm Immunität gegen Krankheiten und vor allen gegen den Krebs brächten.

Dazu wird noch die Kleie abgeschoben, weil sie auch aus unverdaulichen Fasern besteht. Welch ein Unsinn. Dabei empfehlen die Ärzte immer diese Fasern und faserhaltigen Früchte, weil sie das Wasser aufsaugen und die Bewegungen (Peristaltik) der Därme fördern, damit die verdaute Speise vorangetrieben wird und somit Blähungen und Kopfschmerzen vermieden werden.

Vom Meersalz holt man das Magnesium heraus und vom Zucker den Sirup. Dabei handelt es sich um viele Mineralsalze, die den Menschen größere Immunität verschaffen würden. Diese Nahrungsmittel, welche auf der ganzen Welt verzehrt werden und die des Wertvollsten beraubt sind, werden so zur hauptsächlichsten Krebsursache, nämlich fehlerhaft ernährter Zellen, denen es an wichtigen Substanzen mangelt!

Doch es gibt immer wieder Leute, die behaupten, dass Reinerzeugnisse (Mehl, Reis, weißer Zucker) nicht schaden würden. Beim Essen natürlich nicht! Aber mit der Zeit mangelt es dem Körper an Mineralien und er unterliegt geheimnisvollen Krankheiten, welchen er keinen Widerstand leisten kann.

Die Wildtiere suchen sich ihre Nahrung je nach Bedarf, wobei sie dem für alle Lebewesen geltenden Gesetz des mineralischen Gleichgewichts gehorchen. Es wäre also interessant, ein Tier zu beobachten, wie es bestimmte Pflanzen frisst; z.B. den Löwenzahn, welcher auch für den

Menschen ein sehr wichtiges Heilmittel enthält, nämlich für die Verdauungs-, Harn- und Atmungswege.

Man kann ihn wie Salat essen oder ihn mit grünem Salat vermischen oder auch als Tee trinken. Er enthält sehr viele Mineralien und Vitamine. Und so gibt es viele Kräuter, die wir sogar Heilkräuter nennen, da sie reich an Salzen und Vitaminen sind, welche wir unbedingt zu unserem mineralischen Gleichgewicht brauchen.

Die beste Apotheke ist ein Garten mit allen möglichen Gemüsen - und ein Obstgarten. Dadurch bekommen wir alle Mineralstoffe und Vitamine. Jemand hat mir einmal gesagt: "Das GRÜNZEUG gibt doch keine KRAFT!" Darauf erwiderte ich: "Warum tust du denn Öl in dein AUTO, das ist doch auch kein Treibstoff!" Da hat er verstanden. Das Auto könnte kaputt gehen. Das ist es: ohne Vitamine und Mineralien geht unsere GESUNDHEIT kaputt.

9. MAGNESIUM

Von 18 Mineralien ist das Magnesium das Wichtigste – wie der Lehrer im Klassenzimmer. Es kann manchmal der eine oder andere Schüler fehlen, aber der Lehrer darf das nie, sonst ist die Ordnung perfekt. An Magnesium dürfte es niemals fehlen. Leider wird dieses von manchen Industrien ausgeschieden; andererseits wird es auch in der zweiten Lebenshälfte vom Körper immer schwieriger aufgenommen, wie wir schon gehört haben.

Folglich muss es eben nebenher eingenommen werden, weil durch Magnesium das mineralische Gleichgewicht geschaffen als [Katalysator], da es die Organfunktionen belebt (Enzyme), wie z.B. die Niere, um die Harnsäure auszuscheiden. Es nimmt das flüchtige Phosphat auf, welches man zur Belebung des Gehirns braucht.

Es hält andere mangelnde Mineralien im Körper zurück und veranlasst die Ausscheidung überflüssiger Mineralsalze. Es leitet das an und für sich blinde Kalzium an die richtigen Stellen und holt es aus den Knorpeln, Membranen und Gelenken heraus, um es an den Knochen abzulagern.

Damit werden die Knochen fester, die Knorpeln wieder weicher und die Membranen wieder geschmeidiger. Die Verkalkung der Arterien wird rückgängig gemacht, wobei viele Herzinfarkte vermieden werden, weil das Blut wieder rein und flüssig wird. Auch das nervliche Gleichgewicht wird hergestellt.

Die Müdigkeit verschwindet und es entstehen neue Kräfte. Man bleibt jung oder man fühlt sich wieder jünger. Der Erwachsene Mensch braucht ein Maß von 3 Dosen, wenn er es nicht auf natürliche Weise bekommt, muss es zusätzlich genommen werden.

Da wir alle durch unsere Zivilisation in eine bestimmte Richtung getrieben werden, sollten wir eigentlich einige Maßnahmen treffen:

Das Kochsalz soll nur in groben Körnern gekauft werden. Falls notwendig, könnte man es selber zerkleinern (Flascherollen). Je weißer, (reiner) der Reis das Mehl und der Zucker sind, desto weniger Magnesium enthalten sie noch.

Die weiße Farbe ist für das Auge und bürgt für die Reinheit, aber im Naturzustand sind sie zweckhafter. Das künstlich zugefügte Magnesium ist aber nur eine Zutat, während die natürlichen Nahrungsmittel alle Mineralien beinhalten.

Lieber Leser, wahrscheinlich sagen sie jetzt: "Das soll glauben wer will!" Das stimmt, "aber vergiss dabei deine Intelligenz nicht!"

Diese Übersetzung geht zurück auf eine frühere Übersetzung von Pater Fritz Heimler, Hohenburg, vom 11. Sept..1986,

Die jedoch grammatisch stark überarbeitet wurde, ohne Inhalt und Sinn zu verändern.

