

Schwermetalle und ihre Wirkungen in unserem Körper

Heilpraktiker Joachim Heiduschka

Wenn Ihnen bekannt würde, dass die Universität von Tennessee – hier das Toxizitätszentrum – dem Quecksilber den Wert von 1600 zuordnet und Plutonium, dem tödlichsten aller Gifte, den Wert 1900!, würden Sie dann weiterhin Ihrem Zahnarzt erlauben, Ihnen und Ihren Kindern in Form vom quecksilberhaltigen Amalgam Ihre Zähne zu füllen, oder würden Sie dann dieses Gift meiden, wie sprichwörtlich der Teufel das Weihwasser?

Zu den gefährlichsten Schwermetallen, die unsere Gesundheit bedrohen und deren Vorkommen in Lebensmitteln eng mit der Umweltverschmutzung in Zusammenhang stehen, zählen Blei, Cadmium, Nickel und vor allem Quecksilber, eines der giftigsten Schwermetalle überhaupt. Woher diese Giftstoffe stammen und wie sie in unseren Körper gelangen, ist mittlerweile bekannt: Amalgam, Schwermetall belastete Fische, Schwermetalle im Trinkwasser; im Zigarettenrauch, in den Lebensmitteln aus industrieller Produktion, im Obst; im Schmuck und in der Kleidung, die über die Haut aufgenommen werden und allergische Reaktionen verursachen können, in der Luft, angereichert durch die Giftstoffe aus Verbrennungsanlagen, auch Krematorien, und in Medikamenten, denn viele Medikamente mit entsprechenden Nebenwirkungen enthalten Quecksilber - wie Mittel gegen Bluthochdruck oder Impfstoffe wie der Tetanus-Impfstoff - all dies sind nur wenige Beispiele. In mittlerweile mehr als 12.000 Studien - in führenden Fachzeitschriften veröffentlicht - wurde die Gefährlichkeit dieses Schwermetalls nachgewiesen.

Welche Folgen hat Quecksilber in unserem Organismus?

Um dies zu bewerten, ist natürlich zunächst nach der Wirkung in unserem Körper, einem lebendigen System mit komplexen biochemischen, aber auch psychischen Vorgängen zu fragen.

Fast jede Krankheit, die wir kennen, kann durch Quecksilber verursacht bzw. verstärkt werden. Bei fast allen chronischen Krankheiten ist Quecksilber, aber auch chemische Verbindungen aus den anderen metallischen Bestandteilen des Amalgams sind mitbeteiligt. Weil die Stoffwechselprozesse durch diese Gifte gestört werden, hängt es von der einzelnen Konstitution ab, ob jemand erkrankt und wie lange dieser Körper in der Lage ist, diese Gifte zu kompensieren. Spätestens dann, wenn Ihr Arzt Sie an einen Neurologen bzw. einen Psychiater überweisen möchte, sollten Sie sich zu einem Heilkundigen mit Erfahrung in Quecksilbervergiftungen in Behandlung begeben, denn die auftretenden Symptome sind vielfältig und nicht leicht zu interpretieren.

Quecksilber verbindet sich im Körper mit Schwefel, da es zu diesem Element eine besondere Affinität besitzt. Da viele Körperfunktionen durch Eiweiße gesteuert werden, ist es verständlich, dass bei Quecksilberbelastungen viele Funktionen, auch das Immunsystem, zum Teil erheblich eingeschränkt werden. Proteine und Enzyme werden blockiert, die stoffwechselwichtigen Ko-Faktoren wie Selen und Zink werden durch Quecksilber ersetzt. Aber auch andere Teile im Körper wie u.a. Phosphylgruppen werden

beeinträchtigt und ihrer Funktion beraubt. Und letztendlich wird unsere gesamte Energieversorgung eingeschränkt.

Von höchster Relevanz sind die Stellen, wo das Quecksilber letztlich im Körper abgelagert wird, weil sie das potentielle Krankheitsbild entscheidend beeinflussen. Diese Quecksilberdepots werden im Gewebe, in den Nieren, in der Leber und im Gehirn gebildet. Die häufigsten Orte, wo das Quecksilber jedoch endet, sind das Nervensystem, das Rückenmark, das Gehirn und - hier ist es relativ rasch wahrnehmbar durch Schmerzen - die Gelenke.

Eine Zell schädigende Quecksilbereigenschaft ist auch die Bildung von freien Radikalen. Freie Radikale sind Moleküle bzw. Bruchstücke, die die Tendenz haben, anderen Stoffen ein Elektron zu entreißen. Sie sind sehr kurzlebig. Wenn zu viele freie Radikale im Körper entstehen, hat dies fatale Folgen. Sie können an allen menschlichen Geweben und Organen zu Schäden führen, spielen eine bedeutende Rolle bei Autoimmun-Krankheiten, Medikamenten-Nebenwirkungen, bei Schäden durch UV- oder radioaktive Strahlung, führen zu beschleunigtem Altern, zur Ausbildung von Herz- und Gefäßkrankheiten, Linsentrübungen, Krebs, Missbildungen, Lungenfibrose, Arthritis und Entzündungen, um nur einige Erkrankungen zu nennen.

Außer der Schädigung des Immunsystems, die bereits angesprochen wurde, werden auch die Blockaden von Antibiotika verdächtig, durch Quecksilber hervorgerufen zu werden. Schließlich sind auch die Schäden im Nervensystem noch zu erwähnen. Ein Toxikologe erwähnte einmal, dass ca. 80 % der weggeschlossenen Patienten in Nervenheilkliniken bei einer konsequenten Entgiftung von Schwermetallen als gesund entlassen werden könnten. Der Autor selbst hat einen schizophrenen Patienten, der neben einer totalen Schwermetallvergiftung auch an einer nicht erkannten Borreliose litt, nach ca. einem Jahr Behandlung als gesund entlassen können.

Amalgam

Das letzte Kapitel führt uns zwangsläufig zu einem der brisantesten Themen der letzten Jahrzehnte. Brisant deshalb, weil immer noch Zahnärzte glauben, dass Amalgam ein harmloser Zahnersatz ist, obwohl sogar in Deutschland eine Studie der Universität Tübingen aus dem Jahr 1996 belegte, dass mit der Zunahme der Zahl von Amalgamfüllungen das Risiko einer Erkrankung um ein Vielfaches ansteigt. Von 18.000 untersuchten Testpersonen überschritten immerhin 44% den ADI-Grenzwert der von der Weltgesundheitsorganisation festgelegten Höchstmenge von 43 Mikrogramm (=43 Millionstel Gramm) Quecksilber pro Tag.

Amalgam, ein preiswertes und bequem zu verarbeitendes Füllmaterial, besteht hauptsächlich aus den hochgiftigen Elementen Quecksilber, Silber, Kupfer, Zinn, Zink und weiteren Legierungen. Es wurde 1601 von dem Deutschen Tobias Dorn Kreilius erstmals beschrieben. Vor ca. 150 Jahren wurde es von französischen Barbieren in die USA gebracht und dort verboten. Ärzte, die dieses Füllmaterial dennoch benutzten, wurden als Scharlatane verhaftet. Da sich damit jedoch sehr viel Geld verdienen ließ, waren alsbald

die Experten auf der Seite der Befürworter, denn sie wollten auch ein Stück des Kuchens abhaben.

Wie Amalgam sich verhält, kann auch einem Skript des „Instituts für Organische Chemie und Biochemie“ der Universität Freiburg - Bestandteil des Pflichtfaches Chemie für Studenten der Medizin, Zahnmedizin und Biologielehramtsanwärter– entnommen werden: „... aus amalgamhaltigen Zahnplomben kann beim Genuss heißer oder saurer Getränke, sowie beim intensiven Kauen Quecksilber freigesetzt werden, kurzfristig bis zum 3600 -fachen der nach Trinkwasserverordnung festgesetzten maximalen Konzentration. In der Niere und im Gehirn von Verstorbenen, deren Zähne mit Amalgam versorgt waren, fand sich bei der Autopsie eine um das drei- bis neunfach erhöhte Quecksilberansammlung...“.

Aus ca. 8 Füllungen werden täglich 16-18 µg Quecksilber freigesetzt, und ca. 2 µg Quecksilber nehmen wir täglich über die Umwelt, den Fisch, das Trinkwasser auf. Das heißt, dass der Körper ca. 20 µg Quecksilber täglich verarbeiten muss. Davon wird ca. 1/8 bleibend aufgenommen, der Rest wird wieder ausgeschieden.

Dr. Lars Freiberg, Hauptberater der WHO, und dessen Team stellten im Auftrag der WHO fest, dass die tägliche Aufnahme von Quecksilber durch Fisch, Meeresfrüchte, Luft, Wasser und andere Nahrungsmittel etwa 2,6 mcg/Tag sei, die Aufnahme von Quecksilber bei Amalgamfüllungen jedoch zwischen 3 und 17 mcg/Tag betrage.

Welcher Krankheiten sind bei Quecksilbervergiftungen zu erwarten

Ich möchte hier nur einige wichtige Erkrankungen aufzählen, der interessierte Laie ist sicher informiert oder wird bei entsprechendem Leidensdruck selbst aktiv werden und nicht das höchste Gut des Menschen –seine Gesundheit – in die Hände eines Uninformierten legen.

Auslöser oder beteiligt ist Quecksilber bei:

Morbus Alzheimer	Multipler Sklerose
Amyotropher Lateralsclerose (ALS)	Morbus Parkinson
Chronischen Schmerzen	Migräne
Neuropathien	Neurologien
Ischiasschmerzen	Unwillkürlichen Zuckungen
Psychiatrischen Erkrankungen	Psychischen Erkrankungen
Erkrankung von Sinnesorganen	Fibromyalgie
Chronischem Müdigkeitssyndrom	Multipler chemischer Sensitivität
Rauchen	Suchterkrankungen
Nierenfunktionsstörung	Herzkreislauferkrankungen
Verdauungserkrankungen	Chronischen Infektionen mit Pilzen
und Erregern	Schwangerschaftsproblemen
Tumorbildung aller Art	Zappelphilipp
ADS	Arthrose
Arthritis	Frauenleiden u.v.m.

Die Ausleitung

Da wir in unserer Zeit fast ständig Schwermetalle aus der Umwelt, der Nahrung, dem Trinkwasser und durch Arzneimittel zu uns nehmen, wird es eines der wichtigsten Anliegen unseres Gesundheitssystems sein, Maßnahmen zu ergreifen, um die Folgen einer Schwermetallvergiftung zu vermeiden und die Gesundheit zu erhalten. Ein- bis zweimal pro Jahr eine mehrwöchige Entgiftungskur kann hierbei ein Jungbrunnen sein.

Eine schonende und preiswerte Methode der Ausleitung ist die nach Dr. Klinghardt, die sowohl von Praktizierenden angeboten als auch selbst durchgeführt werden kann. Eine überwachte Ausleitung wird dann dringend empfohlen, wenn mit der Ausleitung des Quecksilbers versteckte Infektionen aufflammen, die bis dahin unterdrückt wurden. Diese Infektionen können in diesem Fall sofort mitbehandelt werden. Eine Ausleitungstherapie umfasst das Lösen von Quecksilberdepots im Körper, das Binden dieser Schwermetalle mit natürlichen Mitteln bei unterstützender Behandlung der Ausscheidungsorgane, wobei die Ausleitung des Quecksilbers aus den Nervenzellen besonders zu berücksichtigen ist. Auch müssen die im Körper befindlichen Schwermetallsalze aus der Amalgamverbindung mit ausgeleitet werden.

Die Hauptmittel bei der Ausleitung nach Dr. Klinghardt sind die Süßwasseralge Chlorella, Bärlauch, Koriander, Bockshornklee und Johanniskraut als alkoholischer Auszug, wobei die Dosierung im Zweifelsfall von einem Therapeuten ausgetestet werden kann. Für Personen, die keinen Alkohol zu sich nehmen dürfen, stehen andere schonende Mittel zur Verfügung. Ergänzt und unterstützt wird die Ausleitung mit Vitaminen und Mineralien.

Wichtig bei einer Ausleitung ist, dass die Reihenfolge der Entgiftung beachtet wird. Der erste Schritt dabei ist, Nieren und Leber grundsätzlich von mobilisierten Schwermetallen freizuhalten. Hierfür eignen sich vor allem Nierentees auf Basis von Mariendistel, Löwenzahn, Birkenblättern, Hauhechel, Hamamelis, Zinnkraut und Brennnessel. Es empfiehlt sich, diese Tees während der gesamten Ausleitungskur zu trinken. Auch haben sich Nierenausleitungsmittel bewährt, in Apotheken erhältlich.

Der zweite Schritt: Die verschiedenen Kräuter, die zur Ausleitung eingenommen werden, veranlassen die Leber, das Quecksilber auszuschleiden, das über die Gallengänge im Darm endet. Ohne weiteres Ausleitungsmittel würden die Schwermetalle nun rückresorbiert werden. Um diesen sogenannten „enterohepatischen“ Kreislauf zu verhindern, werden hohe Dosen einer Alge, der Chlorella pyrenoidosa, verabreicht, die die Eigenschaft besitzt, die meisten toxischen Schwermetalle sowie radioaktive Substanzen, Dioxin, Formaldehyd und Holzschutzmittel zu binden und aus dem Gewebe, den Arterien und den Zellen auszuleiten. Alle in der Zahnmedizin verwendeten Stoffe und Metalle werden durch Chlorella gebunden und letztendlich über den Stuhl ausgeschieden. Über eine Stuhlanalyse kann dies nachgewiesen werden.

Die Ausleitung mit Chlorella kann besonders in der Anfangszeit mit typischen Symptomen wie Kopfschmerzen, Müdigkeit, Übelkeit, Sodbrennen, Schlafstörungen und Blähungen einhergehen und ein Indiz dafür sein, dass der Körper Quecksilber mobilisiert. Es ist daher sinnvoll, die Menge anfangs niedrig zu halten und sukzessiv zu steigern. Es sollte

aber beachtet werden, die Dosis zu erhöhen, wenn sich solche Symptome zeigen und nicht herabzusetzen, denn es ist nicht die Chlorella, die diese Symptome verursacht, sondern die mobilisierten Schwermetalle. Bereits geringe Mengen Chlorella mobilisieren mehr Schwermetalle, als sie binden können. Und diese werden vom Körper nicht ausgeschieden, sondern reizen zusätzlich die Nervenzellen. Aus diesem Grund sollte man die Chlorellamenge in diesem Fall nicht reduzieren, sondern erhöhen. Die Beschwerden verschwinden dann meistens mit dem Ausleiten. Es ist also das Ziel, die Dosierung so zu bemessen, dass mehr Schwermetalle gebunden als mobilisiert werden.

Ein weiteres wichtiges Mittel zur Entgiftung des Bindegewebes sind schwefelhaltige Naturprodukte. Bärlauch hat sich als reines schwefelhaltiges Naturmittel hervorragend bewährt und wird daher am häufigsten im Rahmen der Schwermetallausleitung verwendet. Bärlauch kann etwa ab der zweiten Woche nach Beginn der Ausleitungskur eingenommen werden.

Chlorella ist ein hervorragendes Medium, um Quecksilber und Schwermetalle aus dem Bindegewebe im Darmbereich zu binden und auszuleiten. Aber Chlorella ist aufgrund seiner mikrobiologischen Struktur weniger geeignet für die Entgiftung des Gehirns und des Nervengewebes. Und damit kommen wir zu Schritt Nummer 3.

Bis vor wenigen Jahren war man der Auffassung, dass das Gehirn überhaupt nicht entgiftet werden konnte, bis ein berühmter Toxikologe, Prof. Dr. med. Y. Omura, eher per Zufall ein natürliches Mittel entdeckte, das die Eigenschaft besitzt, Schwermetalle im Gehirn stark zu mobilisieren und zu entgiften. Bei dieser Pflanze handelt es sich um die chinesische Petersilie, auch bekannt als Korianderkraut. Die aromatischen Substanzen von Koriander öffnen die Ganglien und verdrängen das Quecksilber. Prof. Dr. Omura stellte jedoch auch fest, dass Koriander zwar die extrazellulären Substanzen, also die Schwermetalle, die sich außerhalb der Zelle befinden, mobilisieren kann, jedoch nicht die intrazellulären. Der Weg, um diesen Zustand zu verändern, geschieht nach der Entdeckung von Prof. Omura mittels Akupressur. Und zwar werden nach der Einnahme von Korianderkrauttinktur für jeweils 2-3 Minuten die Fingerkuppen des linken und rechten Mittelfingers mittels Daumendruck (Handreflexzonemassage) der jeweiligen anderen Hand intensiv massiert.

Diese Kurzbehandlung versetzt die Schwermetalle im Gehirn von einem intrazellulären in einen extrazellulären Zustand, wo sie vom Koriander mobilisiert und anschließend mittels Chlorella aus dem Gewebe, aus der Leber und aus dem Darm gebunden und ausgeleitet werden. Auch hier gilt, im Zweifelsfall von einem Therapeuten feststellen zu lassen, ob das Gehirn und das Nervengewebe mit Quecksilber oder Schwermetallen belastet ist.

Dr. Omura hat mit seinem Programm zur Schwermetallausleitung mittlerweile viele Krebskranke geheilt. Patienten mit chronischen viralen, bakteriellen, parasitären oder mykotischen Infektionen (z.B. chronischen Borreliosen, Chlamydien etc.) erfuhren nach einer konsequenten Quecksilber- bzw. Amalgamentgiftung ebenfalls eine verblüffende Besserung. Nach diesem Programm basiert o.g. Verfahren zur Ausleitung von Schwermetallen.

Zusammenfassung: Richtig ausleiten

Für eine ungefährliche Ausleitung ist es wichtig, die richtige Reihenfolge der Ausleitung zu beachten. Zunächst einmal gilt es, soviel wie möglich Quecksilber aus den Arterien, Zellen, Leber, Nieren und Bindegeweben herauszuholen, bevor die Bluthirnschranke geöffnet wird. Denn es könnte sein, dass das Nervengewebe oder das Gehirn frei ist von Schwermetallen, das Bindegewebe und die Zellen jedoch belastet sind. Und dann würden, wenn die Blut/Hirnschranke mittels Akupressur und Koriander geöffnet würde, die Schwermetalle, die die Blut/Hirnschranke überwinden können, nicht ausgeleitet, sondern vom Bindegewebe direkt ins Gehirn verschoben werden.

Also, erst die Substanzen, die die Blutgefäße reinigen, d.h. Chlorella und Bärlauch, dann Koriander. Die Korianderkrautkur soll frühestens 8 bis 10 Wochen nach Beginn der Chlorellakur gestartet werden, damit sichergestellt werden kann, dass Gewebe, Arterien und Blutgefäße wirklich schwermetallfrei sind. Der nächste Schritt: Wenn Korianderkraut gegeben wird, wird das Quecksilber zunächst aus den Nervenzellen in das Bindegewebe des Gehirns abgegeben. Von dort wird es schließlich mittels Bärlauch und Chlorella resorbiert und ausgeleitet.

Während der Entgiftungskur sollte ferner auf eine ausreichende Eiweißzufuhr geachtet werden, weil Quecksilber eine hohe Bindungsfähigkeit zu Schwefel aufweist. Schwefel ist ein Teil des Eiweißes und kommt im menschlichen Körper zum größten Teil in Form der Aminosäuren vor, die ansonsten geschädigt werden könnten. Dies sollten insbesondere Vegetarier beachten.

Schlusswort, wichtiger Hinweis

Alles, was in dieser Einführung zur Ausleitung beschrieben wurde, gilt als vorbeugende Maßnahme und richtet sich primär an gesunde Menschen, auch wenn eine vorübergehende Anfälligkeit von Infektionen festgestellt wird. Sollten Sie an einer der aufgeführten Beschwerden leiden oder krank sein, wird eine therapeutisch begleitende Ausleitung oder Behandlung eines Arztes oder Heilpraktikers dringend empfohlen. Der Autor übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch die unsachgemäße Anwendung der dargestellten Behandlungsmethoden entstehen. Wenden Sie sich im Zweifelsfall also immer an einen mit der Ausleitung vertrauten Arzt oder Heilpraktiker.

Empfehlungen zur Ausleitung im Überblick

Chlorella:

1. – 2. Tag: morgens 7 Tabletten ½ Stunde vor der Mahlzeit.
 3. – 4. Tag: jeweils morgens und abends 5 Tabletten ½ Stunde vor der Mahlzeit.
 5. – 6. Tag: jeweils morgens und abends 10 Tabletten ½ Stunde vor der Mahlzeit.
 7. – 8. Tag: jeweils morgens und abends 15 Tabletten ½ Stunde vor der Mahlzeit.
 9. – 10. Tag: jeweils morgens und abends 25 Tabletten ½ Stunde vor der Mahlzeit.
- 1 bis 2 Tage Pause. Danach fängt man mit der Verträglichkeitsdosis, (nicht mit der Anfangsdosis) wieder an,
13. – 20. Tag: jeweils morgens und abends 10 bis 15 Tabletten (bzw. 4 bis 6 Gramm).
 21. – 22. Tag: jeweils morgens und abends 25 bis 30 Tabletten (bzw. 10 bis 12 Gramm).
- Erneut 1 – 2 Tage Pause. Danach setzt man die Kur bis zum Ende fort wie im Zeitraum vom 13. bis 22. Tag.

Nieren- und Lebertees: Diese Tees können vom ersten bis zum letzten Tag der Kur unterstützend getrunken werden. In jeder Apotheke, Drogerie und vielen Supermärkten sind Nierentees erhältlich, z.B. Nierentee IV. Als Ausleitungsmittel für Nieren und Leber bieten sich ferner Nieren- und Leberpräparate wie z.B. Heparanest oder Solidago (pharmazeutische Präparate Nestmann - Apotheke) an, die jedoch nur im Rahmen einer vom Therapeuten begleiteten Ausleitung eingenommen werden sollten.

Bärlauch: Bärlauch sollte erst ab der zweiten Woche nach Beginn der Ausleitungskur, etwa ab dem 12. Tag, dann aber ebenfalls für die Dauer der Ausleitungskur gemäß Verzehrempfehlung eingenommen werden. Erst sollten Darm und Nieren gereinigt werden, bevor Bärlauch Schwermetalle aus dem Bindegewebe mobilisiert.

Korianderkraut: Die Korianderkrautkur soll frühestens 8 bis 10 Wochen nach Beginn der Chlorellakur gestartet werden, damit sichergestellt werden kann, dass Gewebe, Arterien und Blutgefäße wirklich schwermetallfrei sind. Etwa 3 Minuten nach der Einnahme von Korianderkrauttinktur werden für jeweils 2-3 Minuten die Fingerkuppen des linken und rechten Mittelfingers mittels Akupressur behandelt.

Vitamine, Spurenelemente: Ergänzt und unterstützt wird die Ausleitung mit Aufbaupräparaten, wie OPC, L-Carnitin, Coenzym Q10, Omega-3-Fettsäuren sowie Vitaminen und Spurenelementen.

Quellenangaben und Literaturhinweise:

- 1 Weise Otfried D.: Entschlackung Entsäuerung Entgiftung
- 2 Abriel W.: Amalgam in aller Munde
- 3 Mutter J.: Amalgam – Risiko für die Menschheit
- 4 Benedde A.: Amalgam – Vorsicht Gift
- 5 Hofmann U.: Krank durch Amalgam – und was dann?
- 6 Klinghardt D.: Schwermetalle und ihre Wirkung auf die Gesundheit, Video
- 7 Schäfer Th.: Was die Seele krank macht und was sie heilt
- 8 Liebke F.: Algen, die Super-Heilkraft für Körper und Geist
- 9 Steenblock D.: Süßwasseralgen, die medizinische Alge der Natur
- 10 Bruker M.O.: Ernährungsbehandlung bei Magen-, Darm-, Leber-, Galle- und Bauchspeicheldrüsenerkrankungen
- 11 Bruker M.O.: Lebensbedingte Krankheiten
- 12 Liebke F.: MSM – eine Super-Substanz der Natur
- 13 Ornish D.: Revolution in der Herztherapie
- 14 Libermann J.: Die heilende Kraft des Lichts
- 15 Popp F. A.: Biologie des Lichts
- 16 Popp F. A.: Neue Horizonte in der Medizin
- 17 Spiller W.: Lebensaktive Enzyme
- 18 Buchwald G.: Impfen, das Geschäft mit der Angst
- 19 Cournoyer C.: Impfschutz für Kinder? Risiken und Alternativen
- 20 Graf Fr. P.: Nicht Impfen – was dann?
- 21 Prochazka E.: Das Immunsystem – unser 6. Sinn
- 22 Schulte-Übbing C.: Umweltbedingte Frauenkrankheiten
- 23 Wendt L.: Die Gefahren der Eiweißspeicherung