

Fasten, Ausleiten und Abnehmen

Ausleiten und Fasten sind die effektivsten Methoden, wenn man giftige Schlacken aus dem Organismus ausscheiden und gleichzeitig ein paar Kilos verlieren möchte. Schlacken sind alle Stoffe, die nicht in die Körpergewebe gehören, aber dennoch darin eingelagert sind.

Das Spektrum der Schlacken umfasst eine große Palette von Stoffen. Dazu gehören unter anderem auch

- metallische Umweltschadstoffe wie z. B. Quecksilber, Blei oder Kadmium,
- Toxine, wie sie durch Bakterien, z. B. bei der Tonsillitis, Parodontitis oder der Darmdysbiose entstehen,
- Noxine aus untergegangenen körpereigenem Eiweiß, die z. B. durch Infektionskrankheiten, Bestrahlung und Chemotherapie entstehen,
- Stoffwechselabbauprodukte wie z. B. Harnsäure.
- oder auch langlebige organische Verbindungen, sogenannte POPs [engl. persistent organic pollutants] wie z. B. DDT, PCB oder Dioxine.

Alle Gewebearten sind betroffen, besonders stark jedoch lagern sich Schadstoffe ins Fettgewebe ein. In hohem Maß gilt dies auch für die POPs, die lipophil und auch recht stabil sind. Man findet sie sogar noch im arktischen Eis, obwohl es dort in der Nähe keine Zivilisation und Industrie gibt.

Einige der POPs sind kanzerogen, andere wirken hormonartig, führen zu Fertilitätsstörungen, bewirken beim Mann eine Verweiblichung, lösen Immundefekte und Verhaltensstörungen aus. Sie gelten unter anderem als Risikofaktoren, die an der Entstehung der rheumatischen Arthritis, der Hypertonie und des Diabetes mitwirken.

Wenn man davon ausgeht, dass zusätzlich zu den

POPs eine Vielzahl anderer Schadstoffe im Körper eingelagert sind, wird es auch schnell klar, dass der gesamte Cocktail, der ja möglicherweise hunderte einzelne Stoffe umfasst, in seiner letztendlichen Auswirkung von niemandem mehr überschaut werden kann.

Solange diese Schlacken „nur“ in die Gewebe eingelagert sind, kann eine trügerische Ruhe herrschen. Dies ändert sich aber schnell, wenn die Schlacken frei werden. Beim Fasten, bei dem man nur Wasser oder selbstverständlich ungesüßten Kräutertee zu sich nimmt, oder bei vielen Diäten, bei denen nur wenige bestimmte Nahrungsmittel oder Getränke wie Säfte eingenommen werden, kommt es zunächst zu einem Abbau von Fettgewebe. Damit gelangen die darin eingelagerten Schlacken ins Blut, was zu einer extremen toxischen Belastung führen kann.

Der Medizinjournalist Dr. rer. nat. Erich Lederer nennt die Problematik ganz klar, er sagt:

"Wer einem übergewichtigen Patienten zu einer strengen Diät rät, ohne gleichzeitig das Blut auf mögliche unerwünschte Inhaltsstoffe zu kontrollieren, handelt jedenfalls leichtsinnig. Möglicherweise führt die entstehende Vergiftung schneller zum Tod als die Belastung für den Stoffwechsel durch überzählige Kilos."

(Quelle, 19.01.2011: <http://news.doccheck.com/de/article/201690-diaetrisiken-gorleben-im-bierbauch/>)

Untersuchungen durchzuführen ist im wissenschaftlichen Sinn sicher eine sehr gute Idee. In der praktischen Therapie übersteigen aber die Kosten schnell die Möglichkeiten des Patienten bei der großen Anzahl von relevanten Giftstoffen. Schadstoffe quantitativ nachzuweisen liegt von den Kosten her gesehen in völlig anderen Bereichen als die üblichen Bestimmungen, z. B. von Kreatinin, Harnstoff, Cholesterin etc., die man sehr günstig bekommt.

Stellt man durch finanziell aufwendige Untersuchungen fest, dass beim Abnehmen der Schadstoffspiegel im Blut in den riskanten

Bereich ansteigt, ist damit noch nichts gewonnen. Es ändert nichts an der Belastung. Man kann dem Patienten höchstens raten das Fasten oder die Diät abubrechen. Wie geht es dann aber weiter?

Beim Abnehmen, gleichgültig, durch was es verursacht ist, durch Fasten oder durch manch eine Diät, gelangen also zum einen gefährliche Giftstoffe ins Blut. Das Abnehmen muss aber zum anderen durchgeführt werden, da auch das Übergewicht ein hohes Risiko für den Patienten darstellt. Für dieses Problem muss eine Lösung gefunden werden.

Die toxische Belastung, die durch das Abnehmen wächst, muss gleichzeitig dazu abgefangen, das heißt ausgeleitet werden, damit der Schadstoffspiegel in Interstitium, Lymphsystem und Blut nicht gefährlich ansteigt. Die therapeutische Lösung ist, dass während dem Fasten bzw. während der Diät ein Ausleitungskonzept konsequent umgesetzt wird.

Jeder Schadstoff, der während dem Abnehmen tatsächlich ausgeleitet wird, kann keinen Schaden mehr anrichten!

Beim echten Fasten oder während einer Diät, die zum Abnehmen führt, wird vorteilhaft das PHÖNIX Ausleitungskonzept therapeutisch umgesetzt. Es gibt dabei zwei Möglichkeiten:

1. Die Präparate werden in etwas Wasser oder in einem natürlichen ungesüßten Kräutertee eingenommen. Wenn Tee verwendet wird, muss darauf geachtet werden, dass die Mittel erst in den Kräutertee getropft werden, wenn dieser nicht mehr zu heiß ist und schon Trinktemperatur erreicht hat.
3 x täglich werden die beiden für den Tag benötigten Präparate zusammen in ein Glas Wasser oder in eine Tasse Tee gegeben. Die Mischung wird vor den Mahlzeiten getrunken.

2. Noch besser ist es aber, wenn die Mittel in eine recht große Menge Flüssigkeit gegeben werden, die dann über den Tag verteilt getrunken wird. Es kann dazu ebenso Wasser oder aber ein erkalteter Kräutertee verwendet werden. Am besten ist es, wenn man am Morgen die gesamte Tagesdosis beider Präparate, die man für den Tag benötigt, in mindestens einen Liter Wasser oder erkalteten Kräutertee gibt. Es bietet sich an, den Kräutertee schon am Vorabend vor dem Zubettgehen zuzubereiten als Möglichkeit für Menschen, die morgens schnell aus dem Haus müssen. Die Lösung, die durch das Mischen der Präparate mit dem Wasser oder dem Kräutertee entsteht, sollte nicht länger als 24 Stunden verwendet werden.

Bei Diäten ist es im Zusammenhang mit dem Abnehmen und Ausleiten immer sinnvoll, Formen zu wählen, bei denen der Schwerpunkt auf faserreicher pflanzlicher Kost liegt. Gemüse, Rohkost, Salate und Obst enthalten Fasern, die Schadstoffe binden können, womit sie auch vollständig ausgeschieden werden können. Eine Resorption oder auch eine Rückresorption, wenn die Schadstoffe zuvor von der Leber mit der Galle in den Darm ausgeschüttet wurden, kann damit stark vermindert werden. Darüber hinaus unterstützen sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe, wie z. B. Schwefelverbindungen, die Ausleitung.

Ihr PHÖNIX Online-Team

Phönix Laboratorium GmbH
Benzstraße 10, 71149 Bondorf
Postfach 20, 71145 Bondorf
Fon: (07457)95606-0
Fax: (07457)95606-50
Internet: www.phoenix-lab.de
e-Mail: kontakt@phoenix-lab.de