Koriander, das heilende Ausnahmekraut

Koriander gehört zur Familie der Petersiliengewächse und wird vor allem in der südamerikanischen, mediterranen und arabischen Küche verwendet. Es gibt aber noch etwas, was das Kraut sehr gut kann:

Koriander ist ein Ausnahmekraut: Es kann Quecksilber aus dem Gehirn schaffen.
Nicht nur Zahnärzte und Amalgam-Patienten kommen mit dem giftigen Stoff in Berührung.
Dabei mobilisiert Koriander das Gift sehr gut, berichtet „Zentrum der Gesundheit“. Damit es dann nicht rastlos im Körper zirkuliert, sondern den Ausgang findet, helfen Chlorella-Algen und bentonithaltige Heilerde beim Ausleiten.

Quecksilberdämpfe sind für den Laien mengenmässig schwer erfassbar, doch höchst giftig. Sie können zu Husten, Atemnot und schwersten Entzündungen von Bronchien und Lunge führen. Wer anorganische Quecksilbersalze zu sich genommen hat, bemerkt dies leicht am Metallgeschmack und vermehrten Speichelfluss. Im weiteren Verlauf kommt es zu Verätzungen des gesamten Magen-Darm-Traktes mit Erbrechen und Durchfällen. Ferner kommt es zu akutem Nierenversagen.

Quecksilber ist Gift fürs Gehirn
Alle Metalle sind Neurotoxine. Das heisst, sie schädigen in ihrer Wirkung primär das Nervensystem. Dadurch können folgende Effekte auftreten: Angst, Irritierbarkeit, Nervosität, Ruhelosigkeit, emotionale Unstabilität, Verlust von Selbstvertrauen, Schüchternheit, Scham, Verlust des Erinnerungsvermögen, Schlafprobleme und Depressionen. Auch Alzheimer entsteht unter anderem durch die erhöhte Schwermetall-Belastung im Gehirn.

Das Problematische daran: Nach der Resorption über die Lunge wird das elementare Quecksilber in den Erythrozyten, in der Leber und vor allem im Gehirn rasch zu anorganischen Quecksilberverbindungen oxidiert. Diese Hg2+-Ionen können die Blut-Hirn-Schranke und die Plazentabarriere kaum noch passieren. Klingt so, als würde man das Zeug nie wieder los werden. Das berichtet „Allum.de“.

Koriander befreit Ihr Gehirn von Quecksilber
Die gute Nachricht: Es ist ein Kraut gewachsen, das diese Blut-Hirn-Schranke durchbrechen und das Koriander wieder auf freien Fuss setzen kann. Experten gehen davon aus, dass lediglich Koriander dazu in der Lage, die Blut-Hirn-Schranke in ausreichendem Maße zu passieren. Im Bereich der Schwermetallausleitung wird Koriander daher seit einiger Zeit eingesetzt, um Quecksilber im Körper, insbesondere im Gehirn, zu lösen.

Da Koriander das Quecksilber in grossen Mengen mobilisiert, ist anzuraten, sich bei der Ausleitung professionell begleiten zu lassen. Damit das Quecksilber nicht nur seinen Platz im Körper wechselt, sondern auch den Weg nach draußen findet, empfiehlt es sich, parallel zu Koriander Chlorella-Algen einzunehmen. Chlorella-Algen oder aber Heilerde (Bentonit) und Bärlauch helfen, das im Körper kursierende Quecksilber zu binden und auszuleiten. Dazu könnt Ih Euren Arzt oder Heilpraktiker zu Rate ziehen.

Bitte geht gezielt vor!
Auch nach der Entfernung der Plomben befindet sich reichlich Quecksilber im Bindegewebe und muss dort erst gelöst werden. Dazu beginnt man laut „Naturheilkunde-lexikon.eu“ mit 2 bis 4 Chlorellatabletten täglich und erhöht langsam bis zur Verträglichkeitsdosis. Das heißt: Wenn die Alge zu viel Schwermetalle mobilisiert, können Schwindel, Übelkeit, Sodbrennen, Durchfall, Kopfschmerzen, Müdigkeit, grippeartige Beschwerden, Blähungen, depressive Verstimmungen usw. auftreten. So dosiert man 1 Woche lang, am besten verteilt auf

2 bis 3 Portionen am Tag, die man bevorzugt zum Essen oder 30 Minuten vor einer Mahlzeit nimmt, zusammen mit viel Wasser.

Nach einer Woche sollte man die Chlorella-Dosis auf das 10-fache der anfänglichen Verträglichkeitsdosis erhöhen: Für ein bis zwei Tage beibehalten. Wochenenden sind hier günstige Zeitpunkte. Während der ganzen Zeit werden außerdem täglich 30 bis 50 Tropfen Bärlauchtinktur eingenommen. Danach fängt man wieder mit der ursprünglichen Verträglichkeitsdosis an.

Diese Kur mit wechselnder Dosierung hat sich bewährt, weil damit bei geringeren Nebenwirkungen genügend Quecksilber ausgeschieden werden kann. Wieso muss zuerst das Bindegewebe entgiftet werden?

Bitte beachten!
Korianderkraut darf erst gegeben werden, wenn das Bindegewebe frei von Quecksilber ist. Es wirkt nur frisches Korianderkraut oder eine Tinktur aus der frischen Pflanze, kein getrocknetes Kraut und kein Koriandersamen. Der Wirkstoff ist ein fettlöslicher Aromastoff, der die Blut-Hirn-Schranke überwindet und im Gehirn die Ionenkänälchen in den Nervenzellmembranen öffnet, so dass jetzt das in der Zelle gebundene Quecksilber nach außen transportiert werden kann. Das funktioniert jedoch nur, wenn mehr von dem Schwermetall im Innern als außerhalb der Zelle ist. Daher muss vorher das Bindegewebe mit Chlorella und Bärlauch entgiftet werden, bevor das Korianderkraut gegeben werden darf.
Koriander ist hochwirksam und kann in kurzer Zeit sehr viel Quecksilber in das Bindegewebe verschieben. Deshalb kann es bei Überdosierung zu Vergiftungserscheinungen kommen. Es darf nie allein, sondern stets nur zusammen mit Bärlauch und Chlorella gegeben werden, damit das aus den Zellen frei gewordene Quecksilber im Bindegewebe auch „abgeholt“ und ausgeschieden werden kann.

Koriander kann man täglich essen, wenn keine hochgradige Quecksilberansammlung im Körper vorhanden ist.

Ist man nicht hochgradig quecksilberbelastet und möchte lediglich die alltägliche Schwermetallbelastung loswerden, kann Koriander im Salat, als Tee oder als Suppenkraut dabei wunderbar behilflich sein. Die heilkräftige Pflanze schmeckt leicht süßlich und hat einen ganz spezifischen Geschmack. Sie harmoniert gut mit Avocados und Roter Bete. Koriander könnt Ihr auch gut in einem Quarkdip verarbeiten.

Schaut mal auf meiner Homepage unter Interessante-Links nach, dort gibt es weitere tolle Infos!

Wollt Ihr mehr wissen? Dann setzt Euch mit mir in Verbindung und wir vereinbaren einen Termin.
Bei der Umsetzung Eurer Ernährungsumstellung unterstütze ich Euch gerne mit Rat und Tat.
Dazu ist es nicht unbedingt notwendig, dass Ihr zu mir in die Praxis nach Bockhorn kommt. Möglich ist eine Unterstützung auch per Mail, am Telefon, am Handy oder über Skype.
Wenn Ihr Fragen habt, dann könnt Ihr Euch gerne mit mir per E-Mail in Verbindung setzen.
gesundheits_und_ernaehrungs_trainer@arcor.de
oder weitere Informationen über meine Homepage erfahren.

Ein schönes Wochenende und viele liebe Grüße sendet Euch Katrin

Meine Publikationen
20.07.2016
Mein 3. E-Book ist heute erschienen!
ISBN: 978-3-3668-26341-3
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil II Ein Blog-Tagebuch

18.03.2016
Aus meinem 2. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-668-16742-1
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung Ein Blog-Tagebuch

08.03.2016
Mein 2. E-Book ist heute erschienen!
ISBN: 978-3-668-16741-4
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und ErnährungEin Blog-Tagebuch

04.12.2015
Aus meinem E-Book wurde heute ein Buch, das erste Exemplar habe ich heute Morgen in meinen Händen gehalten!
ISBN: 978-3-668-08752-1
Salutogenese in der Gesundheitsberatung. Theorie und praktische Umsetzung

16.11.2015
Meine Abschlussarbeit ist beim GRIN-Verlag veröffentlicht worden
ISBN: 978-3-668-08751-4
Salutogenese in der Gesundheitsberatung. Theorie und praktische Umsetzung