Dr. Max Gerson – Osteoporose und Vitamin-D

Der Frühling ist da und unser Körper freut sich auf warme Sonnenstrahlen. Für uns ist es wichtig, dass wir uns viel an der frischen Luft bewegen. Ohne Kopfbedeckung und ohne das Auftragen von Sonnencreme, tun wir unserem Vitamin-D-Haushalt einen riesen Gefallen, wenn wir uns täglich mindestens 20 Minuten von der Mittagssonne bescheinen lassen.

Jetzt ist es wieder Zeit, für frische grüne Salate, die uns mit dem für uns so wichtigen Calcium versorgen. Essen wir viel grünen Salat, dann ist es nicht nötig, Calcium in Tablettenform zu uns zu nehmen. Eine ausgewogene, natürliche, vollwertige, regionale, saisonale und frische Ernährung erspart uns die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln.

Für weitere Informationen stehe ich Euch gerne beratend zur Seite, da ich ausgebildete Vitamin-D-Beraterin bin. Bitte vereinbart mit mir einen Termin unter: mailto:KatrinSchoefer@outlook.de

Dr. Max Gerson-Therapie

„Bei Osteoporose kommt es zu einer Entkalkung der Knochen. Der durchschnittliche allopathische Arzt reagiert auf dieses Problem typischerweise damit, dass er dem Patienten rät, viel Milch zu trinken (wegen des Calciums). Leider jedoch ist dieser Lösungsansatz so simplifizierend wie falsch.
Erstens müssen wir berücksichtigen, dass ein Zuviel an Protein, wie es in Milch vorkommt, die grundlegende Ursache von Krankheit ist.
Zweitens heißt es in Pottgers Klassiker „Cats, a Study in Nutrition“ , dass hitzegeschädigte, pasteurisierte Milch unter Hitzeeinwirkung hergestellte Milchprodukte nicht ohne intakte Enzyme verwertet werden können und nicht etwa von Vorteil,

sondern von Nachteil sind.
Auch Calcium in Form von Nahrungsergänzungsmitteln wirkt nicht, da Calciumtabletten ebenfalls nicht zufrieden stellend verwertet werden.

Calcium muss dem Körper in der richtigen Zusammensetzung und in Kombination mit aktiven, intakten Enzymen zugeführt werden, wie man sie in Karottensaft, Saft aus grünen Blattsalaten und vielen frischen Salaten findet.

Durch frische Lebensmittel aus biologischen Anbau erhält der Körper nicht nur kein pharmazeutisches Calcium, sondern neben natürlichen Calcium auch noch die ganze Bandbreite an mineralischen Nährstoffen:
Magnesium, Mangan, Zink, Kupfer, Kalium, Jod und viele weitere.

Darüber hinaus bekommt er so auch die aktiven Enzyme zugeführt, die er braucht, um die Mineralien zu verwerten und in den Knochen einzulagern.
Auf diese Weise behebt die Gerson-Therapie nicht nur den Calciummangel, sondern ermöglicht es dem Körper auch, die Knochen zu regenerieren.

Die Gerson-Therapie hat sich als durchaus effektiv erwiesen, wenn es darum geht, bei Osteoporose die Calcifikation der Knochen zu fördern.“
Quelle: Das große Gerson Buch

Dr. Gerson-Therapie – Hoffnung bei Krebs!
Osteoporose durch Chemotherapie, Cortisonbehandlung, genetische Veranlagung, Hormonabbau in den Wechseljahren, Fehlernährung sowie Bewegungsmangel und meine Meinung dazu!
Entgiften und Entschlacken mit Klinoptilolith-Zeolith
Balsam für Körper, Geist und Seele. Ein altes Hausmittel wiederentdeckt. Die gute Knochenbrühe!
Kurkuma – Königin der Gewürze – Zusammenfassung
Die Gemmotherapie

Vitamin D3, Vitamin K2 MK7, Folsäure, Magnesium, Vitamin A und Calcium
Gesund durch ausreichend Mineralstoffe und Spurenelemente
Vitaminpräparate sind ein Multi-Milliarden Markt
Kurkuma – Königin der Gewürze – Zusammenfassung

Schaut Euch mal auf der Homepage um:

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.
KatrinSchoefer@outlook.de oder weitere Informationen über meine Homepage erfahren.

Ein schönes Wochenende und viele liebe Grüße sendet Euch Katrin

.

Meine Publikationen
28.07.2017
Aus meinem 5. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-6684-83743
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil IV – Ein Blog-Tagebuch

17.07.2017
Mein 5. E-Book ist heute erschienen!
ISBN: 978-3-6684-83736
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil IV – Ein Blog-Tagebuch

31.01.2017
Aus meinem 4. E-Book wurde heute ein Buch!ISBN: 978-3-6683-84316
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil III – Ein Blog-Tagebuch

20.01.2017
Mein 4. E-Book ist heute erschienen!ISBN: 978-3-6683-84316
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung. Teil III – Ein Blog-Tagebuch

18.08.2016
Aus meinem 3. E-Book wurde heute ein Buch!
ISBN: 978-3-6682-63420
Tipps, Tricks und Rezepte zu Gesundheit und Ernährung – Teil II – Ein Blog-Tagebuch
20.07.2016Mein 3. E-Book ist heute erschienen! ISBN: 978-3-3668-26341-3Tipps, 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 – Teil I – 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 Ernährung – Teil I – Ein Blog-Tagebuch

04.12.2015
Aus meinem 1. E-Book wurde heute ein Buch!
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

Der Provider dieses Blogs