



Gifte aus der Umwelt – Wie beeinflussen sie unser Leben?

Wir wissen, dass unsere Umwelt belastet ist. Dabei denken die meisten an Luftverschmutzung und Elektromog. Doch aus welchen Quellen werden wir täglich ungewollt mit welchen Giften „versorgt“? Einmal dieser Frage nachgegangen, lässt sich mit zunehmender Beklemmung feststellen, dass die tägliche Zufuhr viel umfangreicher ist, als es uns bewusst ist. Wir erlauben uns nun Sie hier auf einige wesentliche Quellen hinzuweisen.

Nahrung

Unsere Lebensmittel als wichtigster täglicher Faktor, können Träger von Schwermetallen wie Arsen, Blei, Cadmium, Quecksilber sein. Unsere Böden sind ohne Ausnahme mit Schwermetallen belastet. Vor allem Getreide ist davon betroffen, und das essen wir täglich. Aber auch Gemüse, Salat, Fisch und Fleisch sind nicht frei davon. Zusätzlich werden in der konventionellen Landwirtschaft Pestizide und Düngemittel verwendet, die ebenfalls toxisch wirken können. Durch den Verzehr von Bio-Ware, kann man die Nahrungsmittelbedingten Belastungen vermindern. Je mehr ein Lebensmittel „veredelt“, also verarbeitet wurde, desto mehr enthält es zusätzliche Konservierung, Farbstoffe und Geschmacksverstärker. Weichmacher, die sog. Phtalate in Plastikverpackungen wie z.B. Getränkeflaschen und Frischhaltefolien, gehen in die darin verpackten Nahrungsmittel über und beeinflussen vor allem das Hormonsystem.

Wasser

Unser Trinkwasser ist mehr oder weniger gut aufbereitet. Doch zunehmend enthält auch dieses, regional sehr unterschiedlich, Rückstände von Hormonen, Antidepressiva und sonstigen Medikamenten.

Körperpflege

Täglich verwenden wir Duschgel, Shampoo, Rasierwasser, Parfüm, Lotion, Creme und Deo. Auch hier sind vor allem synthetische Duftstoffe, Konservierungsstoffe und Aluminium enthalten. Letzteres ist in großen Mengen im so genannten „Anti-Transpirans“ (Deo) enthalten. Aluminium ein Nervengift, gilt als krebserregend und steht im Verdacht, bei der Entstehung von Alzheimer eine Rolle zu spielen. Bei der Anwendung aluminiumhaltiger Deos gelangt das Aluminium schnell in die zahlreichen Lymphgefäße unter der dünnen Achselhaut.

Impfungen

Dieses Metall und „Thiomersal“, eine quecksilberhaltige Verbindung ist in zahlreichen Impfstoffen enthalten, daneben diverse Antibiotika und Formaldehyd, einem Schadstoff, der seit den 80er Jahren in Teppichen und Möbeln verboten wurde.

Man könnte diese Liste noch lange fortsetzen. Mineralölrückstände in Lebensmitteln, hormon- und antibiotikabelastetes Fleisch, Abgase in der Luft, Elektromog, langlebige Toxine aus industrieller Fertigung in Luft und Wasser, Schwermetall in Fischen, radioaktive Substanzen und Strahlenbelastung bei medizinischen Untersuchungen, Medikamente, krebserregende Farbstoffe in Kleidung, toxisch wirkende Eiweiße durch Erhitzen von Speisen in der Mikrowelle – all das gehört heute zur Normalität unserer Zivilisation. Diese Belastungen können dauerhaft zu unspezifischen Symptomen führen. Häufig beginnend mit Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Konzentrationsschwäche, Unverträglichkeiten und Allergien. Bei anhaltender Belastung des Stoffwechsels und des Immunsystems können sich auch chronische Erkrankungen einzelner Organe oder Autoimmunerkrankungen entwickeln.

Was können Sie tun?



Vermeiden

So gut es geht, lässt sich bei Kenntnis dieser Fakten einiges vermeiden! Mit Nahrung aus biologischer Herkunft, Verpackungen aus Glas oder Papier, Körperpflege frei von giftigen Substanzen, (GB Nr. 50), mit natürlichen Duftstoffen, Wasser mit wenigen Rückständen (GB Nr. 78) und dem Verzicht auf die Mikrowelle ist in der täglichen Versorgung schon viel für die Gesundheit gewonnen.

Ausleiten und Entgiften

Der Naturheilkunde stehen zahlreiche Möglichkeiten zur Ausleitung von Giften, Schwermetallen und anderen Substanzen zur Verfügung: Regulierung des Säure-Basen-Haushalts, Darmsanierung, unspezifische und spezifische Ausleitung von Schwermetallen und anderen Toxinen mittels Infusion, Isopathie, Homöopathie, pflanzlicher Heilmittel, gezielter Einsatz von Mikronährstoffen kann sich oft deutliche Besserung oder gar Ausheilung der Beschwerden erzielen lassen. Ein kritischer Blick auf die Ernährung ist hier sehr sinnvoll.

Ihre Fragen zu diesem Thema und zu allen anderen gesundheitlichen Anliegen beantworten unsere Therapeuten Ihnen gerne auch in den Telefonsprechzeiten, siehe Internet.

Die Anmeldung in Neufahrn ist Montag bis Freitag von 8-12h für Sie besetzt.

Lesen Sie hierzu auch unsere Gesundheitsbriefe

[Nr. 1 Der Säure-Basen-Haushalt](#)

[Nr. 4 Das Lymphsystem](#)

[Nr. 25 Die Leberreinigung](#)

Bei Fragen zu diesem Thema oder anderen gesundheitlichen Anliegen sind wir gerne für Sie da.

Praxis für natürliche Regenerations- und Heilverfahren Michael Münch & Kollegen, Heilpraktiker, DO.CN

Vogelweide 2 c | 85375 Neufahrn | T (08165) 5104
Plauenerstr. 15 | 80992 München | T (089) 14311934
info@muench-naturheilkunde.de
www.muench-naturheilkunde.de

