

# Zeolith, Algen & Co. – Heilbringende Helfer aus der Natur

Entgiften und Ausleiten von Toxinen mit natürlichen Substanzen | *Jürgen Lueger*

**In Zeiten zunehmender Belastungen mit Schadstoffen bekommt das Thema „Entgiften und Ausleiten“ immer mehr Wichtigkeit. Im Alltag können wir uns den zahlreichen Schadstoffen kaum noch entziehen, denn Gifte sind allgegenwärtig. Ein gutes Mittel der Prävention wäre es, wenn wir jeden Tag weniger Gifte zu uns nehmen und damit mögliche Krankheiten bereits vor dem Entstehen vermeiden.**

„Wer nicht jeden Tag etwas für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern“, sagte einst der Naturheilkundler Sebastian Kneipp so treffend. Toxine im Gemüse, Konservierungsstoffe und Geschmacksverstärker in Lebensmitteln, Rückstände von Medikamenten im Trinkwasser, Genussmittel wie Tabak und Alkohol und vieles mehr: Täglich nehmen wir viele Gifte zu uns, die unserem Körper zum Verarbeiten und Abtransportieren der Schlacken viel Energie entziehen.

Doch der Abtransport funktioniert nur, wenn die Grundregulation des Körpers gut funktioniert. Die Grundregulation ist die Fähigkeit des Körpers, Nähr- und Vitalstoffe aufzunehmen und Schadstoffe auszuleiten. Im gesunden Idealzustand erledigen das unsere primären Entgiftungsorgane: der Darm, die Leber und die Nieren.

Ist die Grundregulation gestört, dann funktioniert das Ausleiten der Giftstoffe nicht über diesen von der Natur vorgesehenen Weg. Dann greift der Körper auf die sekundären Entgiftungsorgane zurück und lagert die Schadstoffe in Lunge, Haut, Gelenkkapseln und in den Schleimhäuten ein bzw. versucht den Abtransport über diese Organe. Unschön sichtbar bei der Haut, wenn Pickel und Co. uns vor dem Spiegel zum Verzweifeln bringen.

Giftstoffe sind unserem Organismus fremd und verändern unser biologisches Gleichgewicht. Was der Körper nicht ausleiten kann, lagert er ein und bildet somit gefährliche Giftdepots in den Körperzellen. Diese Lagerplätze sind Stellen, die für die Funktionsfähigkeit des Organismus nur untergeordnet von Bedeutung sind, wie das Fettgewebe.



Abb. 1: Zeolith ist ein Granulat aus Vulkangestein, das in der Lage ist, Schadstoffe im Magen-Darm-Trakt zu binden und aus dem Körper zu transportieren. © popovj2 – stock.adobe.com

Die Natur bietet uns ein reichhaltiges Sortiment an Produkten und Substanzen, die uns beim Entgiften und Ausleiten helfen können.

## Mit der Kraft des Vulkans: Der Zeolith

Der Zeolith ist ein Granulat aus Vulkangestein. Sein wabenähnlicher Kristallaufbau verleiht ihm die Fähigkeit, Ionen sehr gut austauschen zu können. Die Oberfläche dieser Kristalle ist mit negativen Teilchen besetzt, die Schadstoffe im Magen-Darm-Trakt sowie in der Leber binden und aus dem Körper transportieren können. Diese negativen Teilchen neutralisieren die positiven Ladungen der sogenannten „freien Radikale“. Wie man weiß, spielen diese „freien Radikale“ eine entscheidende Rolle beim Entstehen von Herz- und Krebserkrankungen sowie beim Alterungsprozess des Menschen. Zeolith ist dabei kein Medikament oder Medizin, sondern ein natürliches Mineralprodukt und somit auch frei von möglichen Allergenen oder sonstigen schädlichen Stoffen. Wichtig ist in erster Linie der Magen-Darm-Trakt, denn eine intakte Ma-

gen-Darm-Flora ist die Grundvoraussetzung für ein intaktes Immunsystem. Häufige medikamentöse Behandlungen helfen zwar beim Lindern der Symptome, führen aber durch die Nebenwirkungen oft zu einer schleichenden Vergiftung der inneren Organe. Im Fokus stehen der Magen-Darm-Trakt sowie die Nieren und die Blase als wichtige ausscheidende Organe. Die Anzeichen für diese negative Beeinträchtigung sind Übersäuerung des Gewebes, Blähungen, Nieren- und Blasenentzündungen oder auch eine Gastritis.

## Wie wirkt Zeolith im Körper?

Wie bereits oben erwähnt: Durch seine molekulare Struktur ist Zeolith in der Lage, im Magen-Darm-Trakt Schadstoffe, Arzneimittelrückstände und krankmachende Keime zu binden und aus dem Körper zu transportieren. Somit wird die Magen-Darm-Flora reguliert und das Milieu normalisiert sich. Die Abwehrbereitschaft des gesamten Organismus wird somit gefördert.

Zeolithe nennt man in der Wissenschaft auch „intelligente Boten“ und zwar deshalb,

weil sie in der Lage sind, wichtige Spurenelemente zuzuführen und an den entsprechenden Stellen freizusetzen. Im zweiten Schritt werden Schwermetalle und Giftstoffe aufgenommen und abgeführt. Wichtig bei Zeolith-Produkten ist die Körnung. Diese sollte auf keinen Fall zu fein sein und das Granulat sollte nicht in Kunststoff verpackt sein. Gute Produkte werden in Dunkelviolettglas ausgeliefert.

Naturzeolith wurde nach dem Abwurf der Atombombe in den japanischen Städten Hiroshima und Nagasaki sowie bei den schweren AKW-Reaktorunfällen in Harrisburg (1979), Tschernobyl (1986) und Fukushima (2011) erfolgreich eingesetzt. In Tschernobyl wurden 500.000 Tonnen zur Schadensbegrenzung verwendet. Der zerstörte Reaktor wurde damit „eingesargt“ und vieles damit gereinigt. Nutztieren wurde ebenfalls Zeolith über das Futter verabreicht. Damit konnten Produkte erzeugt werden, die frei von Radioaktivität waren.

Menschen erhielten zur Einnahme Zeolith, für Kinder wurde er in Kekse und Schokolade eingefügt. Zeolith-Experten sind der Meinung, dass die tägliche Einnahme von 5–6 g Zeolith-Pulver präventiv der beste Schutz gegen radioaktive Strahlung sei. Der Zeolith beinhaltet viele nützliche Substanzen: Über 70 % Silizium, Calcium, Kalium, Eisen, Magnesium und Titan. Wegen der Dosierung sollte individuell nach Beschwerden oder Einsatzgebiet mit einem versierten Arzt oder Therapeuten dazu gesprochen werden.

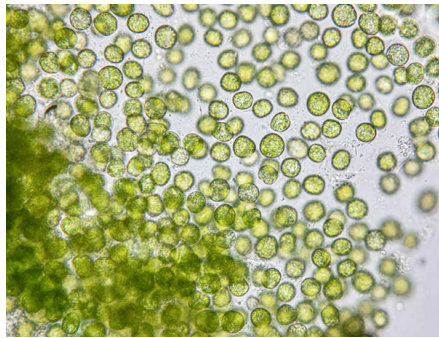


Abb. 2: Chlorella unter dem Mikroskop.  
© sinhyu – stock.adobe.com

Ein Blick auf die Inhaltsstoffe der Chlorella begeistert. Rund 60 % sind Proteine und das noch mit allen essenziellen Aminosäuren. Essenziell bedeutet, dass wir diese von außen über die Ernährung zuführen müssen und der Körper diese wichtigen Stoffe nicht selbst herstellen kann. Trotz des geringen Fett- und Kohlenhydratanteils (5 % bzw. etwas über 1 %) haben 100 g der Algen fast 300 kcal. Dieser hohe Brennwert ist auf den hohen Proteinanteil zurückzuführen. Zudem glänzt die Alge mit weiteren wichtigen Inhaltsstoffen wie Eisen, Magnesium, Kalium, Phosphat, Zink und Mangan. Eine weitere Besonderheit weist dieses Superfood aus dem Wasser auf: Sie ist eine der wenigen Vitamin-B<sub>12</sub>-Quellen aus pflanzlichem Ursprung. Rund 100 mg pro 100 g sind dort zu finden, was ein relativ ho-

her Wert ist. Gut daran ist auch, dass es sich hier um direkt verwertbares Cobalamin handelt. Das heißt: Mit Chlorella können auch Veganer einen gesundheitsschädlichen Mangel an Cobalamin vorbeugen.

### Wie funktioniert das Entgiften mit Chlorella?

Aufgrund der Struktur ihrer Zellmembran bindet Chlorella Schwermetalle aus den Gewässern, in denen sie lebt. Wie so oft bei gut funktionierenden Substanzen fehlen die aussagekräftigen wissenschaftlichen Studien. Setzt man auf Erfahrungsberichte oder auf tatsächliche Ergebnisse aus der Praxis, dann sind wirksame Ergebnisse vorhanden. Zugeschrieben werden der Alge viele gute Wirkeigenschaften. Sie soll das Immunsystem stärken und regulieren, Infekte bekämpfen, Allergien lindern sowie eine positive Wirkung bei Diabetes mellitus Typ 2, Bluthochdruck und Bluthochdruck haben. Wissenschaftliche Studien zu diesen Wirkungsweisen gibt es seit mehreren Jahrzehnten. Aber nahezu alle durchgeführt an Mäusen, Ratten oder im Reagenzglas (in vitro). Die Anwendung am Menschen wurde nur unzureichend erforscht. Erfreulich ist, dass Chlorella gut verträglich ist. Dennoch sollte auf die Dosierung geachtet werden. Ist die Dosis zu hoch, dann kann es zu unerwünschten Wirkungen kommen wie Übel-

### Weltweit vorkommend: Die Süßwasser-Mikroalge Chlorella

Sie ist Milliarden von Jahren alt und in Gewässern weltweit zu Hause: Die Rede ist von der Süßwasser-Mikroalge Chlorella. Diese winzig kleinen, grünen Einzeller sind in der Lage, viele medizinische Probleme zu lösen: Den Körper von Giften befreien, bei Virus- und Strahlenkrankheiten und auch bei Krebs helfen. Zudem sollen Geplagte bei Fibromyalgie und Allergien Linderung erfahren und das Immunsystem soll stimuliert werden. Die „Chlorella“ gibt es eigentlich nicht, sondern vielmehr handelt es sich hierbei um die Bezeichnung einer Algenart, die derzeit 24 anerkannte Unterarten besitzt. Die bekanntesten Chlorella-Arten sind Chlorella vulgaris und Chlorella sorokiniana, die am häufigsten als Nahrungsergänzungsmittel eingesetzt werden. Besonders spannend: Die Mikroalgen vermehren sich durch Zellteilung und dabei entstehen alle 16 bis 24 Stunden vier neue Algen aus einer „Mutteralge“.

## Ihr Immunsystem wird Acoprevent lieben!

**Jabosan**  
Health-Care



**In vielen Fällen liegen die Ursachen von Allergien und Nahrungsmittel-Intoleranzen in einem nicht intakten Immunsystem.**

**Was ist Acoprevent?**

Acoprevent ist ein besonderes Nahrungsergänzungsmittel, das sich sehr gut zum schnellen Aufbau und zum Erhalt eines intakten Immunsystems bewährt hat. Es enthält die wertvollen Wirkstoffe aus 21 verschiedenen ayurvedischen Kräutern & Gewürzen und 7 wichtigen Co-Nährstoffen.

**Mehr Acoprevent Infos:**  
☎ 0800-1221099  
[www.jabosan.com](http://www.jabosan.com)



90 Kapseln für 90 Tage

keit, Durchfall, Erbrechen, Schwindel oder Kopfschmerzen. Das alles können auch „Entgiftungserscheinungen“ sein oder aber eine Unverträglichkeit.

Chlorella eignet sich sehr gut, um freie Gifte – wie Schwermetalle – an sich zu binden und aus dem Körper zu leiten. Neben Proteinen sind dort auch kurzkettige Proteine vorhanden – sogenannte Peptine – die für die aus-

leitende Funktion von Chlorella zuständig sind. Zudem enthält die Alge auch eine große Menge an Chlorophyll. Das ist der Farbstoff, der Algen und Pflanzen grün färbt. Eine mit Chlorophyll verwandte Substanz ist das Hämoglobin – der Stoff, der das Blut rot färbt. Chlorophyll ist ein starker Blutreiniger und auch Blutbildner. Chlorella unterstützt also bei allen Heil- und Regenerationsprozessen.

## Alpha-Liponsäure: Das Antioxidans gegen Umweltgifte und Zellalterung

Die Alpha-Liponsäure ist für zwei wirkungsvolle Funktionen bekannt: Ihre energiebringenden Qualitäten und die Eigenschaften als Antioxidans. Liponsäure wurde 1951 entdeckt, als bekannt wurde, dass sie den Mitochondrien – also den „Zellkraftwerken“ – dabei hilft, die Nahrung in Energie umzuwandeln. In diesen Zellkraftwerken wird Energie durch den Abbau von Nährstoffen erzeugt.

Alpha-Liponsäure wird oft als universelles Antioxidans bezeichnet, da sie die Fähigkeit hat, wasser- und fettlösliche freie Radikale zu neutralisieren. Das ist einer der Hauptunterschiede zwischen Alpha-Liponsäure und dem antioxidativen wasserlöslichen Vitamin C sowie dem fettlöslichen Vitamin E. Sie wirkt vor allem gut auf die Leberfunktion und kann Vitamin C wiederherstellen, das wiederum Vitamin E neu bilden kann.

## Alpha-Liponsäure bei Schwermetallvergiftungen

Alpha-Liponsäure wird bei Schwermetallvergiftungen eingesetzt. Die Aufnahme von Schwermetallen in die Organe lässt sich dabei verringern. Insbesondere kann die Kupferausscheidung beim Morbus Wilson gesteigert werden. Für Amalgamgeschädigte ist von besonderem Interesse, dass Alpha-Liponsäure in der Lage ist, Quecksilber zu binden und es dadurch 12- bis 37-mal schneller als normal über die Galle ausgeschieden werden kann.

Nach oraler Gabe – auch in hoher Dosierung – sind keine Nebenwirkungen bekannt. Die Substanz wirkt nicht nur symptomatisch, sondern auch durch Radikalbindung und Komplexierung von Metall-Ionen, die in die pathophysiologischen Mechanismen eingreift. Damit können Giftstoffe ausgeleitet werden und zudem verbessert sich die Blutversorgung der Nerven.

Sie ist eine der vielfältigsten Nahrungsergänzungsmittel – vor allem bei Sportlern und Menschen, die ihren Energiestoffwechsel optimieren möchten. Besonders geeignet ist die Alpha-Liponsäure vor allem für Menschen, die sich fleischlos und ohne tierische Fette ernähren möchten. Sie ist also ideal für Vegetarier und Veganer. Unterstützende Hilfe bietet sie gegen die Bildung von grauem Star. Die wasserlöslichen und antioxidativen Eigenschaften von Liponsäure führen zu einer oxidativen Entlastung des wasserhaltigen Milieus der Augen.

## Wichtig für das Netzwerk der Antioxidantien

Das „Netzwerk“ an Antioxidantien besteht im Wesentlichen aus fünf Substanzen: Vitamin C, Vitamin E, Coenzym Q<sub>10</sub>, Glutathion und eben der Alpha-Liponsäure. Über verschiedene chemische Prozesse sind Antioxidantien in der Lage, ihre antioxidativen Kapazitäten nach Oxidation durch gegenseitige Reduktion wiederherzustellen.

Alpha-Liponsäure ist ein sogenannter Chelatbildner und zwar ein natürlicher. Körperfremde Chelatbildner bringen das Problem mit sich, dass sie auch die gewünschten Metallionen wie Eisen, Zink oder Mangan aus dem Körper führen. Das ist natürlich unerwünscht, gefährlich und nur bei einem sehr hohen Vergiftungsgrad indiziert. Bei natürlichen Chelatbildnern können Schwermetalle gebunden und über die Nieren ausgeschieden werden – ohne dabei für den Körper wichtige Metallionen abzutransportieren.

## Fazit

Die zunehmende Belastung mit Toxinen ist mittlerweile zu einem großen Problem für die Gesundheit vieler Menschen geworden. Das Zuführen von Giften sollte stark reduziert werden und man sollte täglich etwas zum „Ausleiten und Entgiften“ beitragen. Nur so kann ein Überlaufen des „Belastungsfasses“ vermieden werden. In diesem Sinne: Bleiben Sie gesund und frei von Toxinen! ■

**Keywords:** Ausleitung und Entgiftung, Zeolith, Algen, Chlorella, Alpha-Liponsäure, Antioxidantien, Umweltgifte, Schwermetallvergiftung



Jürgen Lueger

Jürgen Lueger (\*1982 in Salzburg) ist ein österreichischer Therapeut, Bioenergetiker und Gesundheitscoach. Er ist Entwickler der hochwertigen „47 Essentials“ Nahrungsergänzungen und des Symbio-Harmonizer Konzeptes für ganzheitliche Gesundheit. Er ist als Therapeut für Humanenergetik, Kinesiologie, Mentalcoach, zertifizierter Energietherapeut für Psychosomatische Energetik (PSE) sowie Holopath tätig und unterrichtet an der Paracelsusschule in Freilassing. Seit 2009 praktiziert er in seiner Praxis für Bioenergetik in Salzburg. Jürgen Lueger gründete 2014 die Symbio-Harmonizer GmbH, bei der er als Geschäftsführer tätig ist.

### Kontakt:

BIOENERGETIC Jürgen Lueger  
Otto-Holzbauer-Straße 1–3  
5020 Salzburg, Österreich  
office@j-lueger.com  
www.j-lueger.com  
www.symbio-harmonizer.com

## Literaturhinweise

- [1] Hecht K. Wissenschaftliche Stellungnahme zu unwissenschaftlichen Internetinformationen über Zeolithwirkungen bei Menschen. 2006. Online unter: <https://docplayer.org/20965004-Wissenschaftliche-stellungnahme-zu-unwissenschaftlichen-internetinformationen-ueber-zeolithwirkungen-bei-menschen.html>
- [2] Hecht K. Kurzinformation Wirkung Klinoptilolith. Online unter: [www.zirbenluft.de/Kurzinformation\\_Wirkung\\_Klinoptilolith\\_Prof\\_Hecht.pdf](http://www.zirbenluft.de/Kurzinformation_Wirkung_Klinoptilolith_Prof_Hecht.pdf)
- [3] Wichmann H. Was Algen, ein gesundes Gehirn und Wale miteinander zu tun haben. Weyarn: SYMBIOLIFE Verlag, 2017.
- [4] Pies J. Alpha-Liponsäure – das Multitalent. Kandern: Narayana Verlag, 2015.