

Auszug aus einem Vortrag von Dr. Joel D. Wallach (1994)

MINERALSTOFFMANGEL und seine direkten Auswirkungen auf unser Leben

Mangelercheinungen

Wenn Sie vorbeugen, muss eine Krankheit nicht behandelt werden; es gibt nämlich keine. Sie brauchen 91 Nährstoffe jeden Tag: 60 Mineralien, 16 Vitamine, 12 Aminosäuren, und 3 essentielle Fettsäuren. Sollten Sie die nicht haben, kommt es zu einer Mangelercheinung.

Das Pica-Syndrom (Zuckerheißhunger)? Auch die Bauern wissen über diese Krankheit Bescheid. Sie kommt auch bei Tieren vor. Beispielsweise kauen Kühe, die ja viele Mineralstoffe durch das Melken verlieren, an Steinen oder an alten Knochen, die sie finden. Jeder Bauer weiß, dass er dem Tierfutter dann Mineralstoffe zufügen muss, sonst fressen die Tiere seine Scheune auf.

Bei Schwangeren ist es ähnlich. Mitten in der Nacht wachen sie mit einem Heißhunger z.B. nach Gurken mit Eis auf. Was bedeutet das? Es handelt sich dabei um ein gesteigertes Verlangen nach Vitalstoffen. Ich hatte in meiner Praxis Patienten, die dachten, sie seien ver- rückt, weil sie mitten in der Nacht das Verlangen hatten, mit einem Teelöffel vor die Tür zu gehen, um Erde zu essen. Ich habe ihnen gesagt, es sei in Ordnung, sie sollten aber bitte darauf achten, dass der Schmutz auch sauber sei.

Wenn Sie Selenmangel haben, und nicht warten wollen, bis sie an Herzmuskelschwäche sterben, schauen sie sich an, ob Sie Leber- oder Altersflecken haben. Falls ja. haben Sie das Vorstadium eines Selenmangels. Gut, wenn sie das erkennen und zusätzlich Selen einnehmen. Dann werden sie in ca. 4-6 Monaten einen Rückgang erkennen. Die Flecken verschwinden; an Leber, Herz und Nieren verschwinden sie. Auch im Gehirn.

Und wie viele von Ihnen haben einen niedrigen Blutzuckergehalt? Fast 10 %. Haben sie schon einmal ein hyperaktives Kind gesehen. das Zucker bekommt? Wahrscheinlich fühlen sich jetzt alle Eltern angesprochen. Menschen mit Zuckerproblemen sind wie Alkoholiker. Es gibt gute und schlechte.

Der gute Alkoholiker nimmt ein paar Drinks und legt sich schlafen. So ist es auch bei denjenigen mit Zuckerproblemen. Sie nehmen ein umfangreiches Mahl zu sich und gehen schlafen. Dann gibt es den schlechten Alkoholiker, nach zwei Dinks wollen sie sich mit jedem prügeln. Auch beim Blutzucker gibt es schlechte. Sie werden aggressiv. Sie erinnern sich vielleicht noch an den "Twinky-Fall" (Twinky ist in den USA so etwas ähnliches, wie hier der Schokoriegel "Mars"). Da hat jemand zwei Menschen umgebracht, und der Verteidiger plädierte auf Freispruch, weil der Angeklagte zwei Stunden vorher ein Twinky gegessen hat. Er wurde jedes Mal, wenn er Zucker zu sich nahm, unzurechnungsfähig. Das ist ein typisches Zeichen für Chrom- und Vanadiummangel. Das führt zu Zuckerproblemen, zu einem zu niedrigen Blutzuckerspiegel. Wenn es unbehandelt bleibt, führt es zu Diabetes.

Bormangel - darüber sollten Frauen Bescheid wissen - denn es hilft, das Kalzium, das sie einnehmen, in ihren Knochen zu halten, damit es keine Osteoporose (Knochenschwund, Knochenbrüchigkeit) gibt. Außerdem hilft es Frauen bei der Östrogen- (weibl. Geschlechtshormon) und den Männern bei der Testosteronbildung (männl. Geschlechtshormon). Wenn Frauen Bormangel haben, bekommen sie die negativen Folgen der Menopause") zu spüren, und Männer wissen nicht, ob sie Hose oder Rock tragen sollen.

BLG-VEDA Beratung Leben & Gesundheit

Ich sagte bereits, dass wir 91 Vitalstoffe brauchen. Und wir haben Glück, da die Pflanzen die meisten Vitalstoffe herstellen. Allerdings müssen Sie 15 -20 der wichtigsten Pflanzen in der richtigen Reihenfolge essen, um dies auszunutzen. Die wenigsten tun das. Die meisten glauben, Chips zu essen sei Gemüsekonsum. Dann folgen die Leute dem Rat ihres Arztes und essen kein fettreiches Fleisch sondern Hühnerbrust, paniert mit einer Ladung Mayonnaise, eingerahmt von zwei Scheiben Weißbrot, dem Zeug, womit man die Wände isolieren kann. Es ist unwahrscheinlich, dass Sie Ihren Vitalstoffbedarf aus der Nahrung decken! Wenn Sie also Ihr Leben schätzen, würde ich sicher gehen, dass ich die nötigen Vitalstoffe zu mir nehme. Denn ich kann Ihnen versichern, Sie werden nicht im Vollbesitz Ihrer geistigen und körperlichen Vitalität 120 Jahre alt werden, wenn Sie es nicht tun.

Mineralien sind eine andere Sache. - Pflanzen können sie nicht herstellen, im Boden sind sie kaum noch. Wenn Sie gehen, können Sie eine Kopie der US- Senatssitzung mit der Nr. 264 mitnehmen, in der es heißt, dass unsere Böden verarmt und Feldfrüchte entsprechend arm an Mineralstoffen sind. Die einzige Weise, Mineralmangelkrankungen zu verhindern, ist durch den Zusatz von Mineralien. Dieses Dokument wurde 1936 vom US-Kongress herausgegeben. Das war vor 58 Jahren. Glauben Sie, dass sich die Situation verbessert hat?

Es dauert nur 5-10 Jahre, um dem Boden die Mineralstoffe zu rauben, und wenn man über künstliche Düngung nur wenig oder einseitig zurückgibt, kann man sich ausrechnen, wie viele Mineralstoffe im Boden enthalten sind.

Stellen sie sich im Vergleich Ihr Konto vor. Wenn Sie immer 5.000 Dollar abheben und nur 1.000 Dollar wieder drauf packen, was passiert dann? Dann platzen Ihre Schecks und die Empfänger sind verärgert. Sie sind verantwortlich dafür, dass Ihr Konto immer einen entsprechenden Stand hat, dass Sie nicht mehr ausgeben als Sie einnehmen - sonst gibt's Ärger. Und genauso ist es unsere Verantwortung, für unseren Körper Verantwortung zu übernehmen, und die Mineralien, die er über die Nahrung nicht mehr bekommt, extra zuzuführen. Sonst fängt er an, uns mit seinen mehr oder weniger kleinen Wehwehchen zu plagen.

Oft werde ich gefragt, was taten eigentlich die Menschen vor 100 Jahren als es noch keine Düngemittel gab - in Ägypten, China, in Indien? All die Kulturen lebten um die großen Flüsse herum, und wenigstens einmal im Jahr wurde das Land von den großen Flüssen überflutet. Die Menschen beteten ja auch zu ihren Göttern, dass ihre Felder überflutet werden, denn mit der Flut brachte das Wasser auch Mineralstoffe auf das Land.

König Phillip, der Vater von Alexander dem Großen, heiratete die 12-jährige Königin von Ägypten, Kleopatra II - die sah nicht aus wie Elisabeth Taylor, war auch ein wenig flach auf der Brust - aber er hatte sie geheiratet, weil sie den besten Weizen der Welt hatte.

Und er wollte, dass seine mazedonische Armee die Welt erobert, und dafür brauchte er den besten Weizen der Welt, damit sie 20 Stunden pro Tag marschieren, und 4 Stunden kämpfen können.

Hätten sie den Weizen des verarmten griechischen Bodens gegessen, hätten sie schon nach 20 Minuten aufgegeben. Es sind die Überflutungen gewesen, die diese Landstriche so fruchtbar und mineralstoffreich machten. Auch die großen Technologien der Zeit kamen aus diesen Gegenden, was nicht verwundert, weil die Menschen eine nährstoffreiche Nahrung hatten, die natürlich auch den Geist beflügeln.

KALZIUMMANGEL, DIE URSACHE VON CA. 140 VERSCHIEDENEN KARNKHEITEN

Sie haben verschiedene Namen oder sind nach Menschen benannt. So die Bell-Lähmung. Dabei handelt es sich um eine einseitige Gesichtslähmung. Sie wird durch Kalziummangel hervorgerufen. Dann Osteoporose - jeder kennt sie. Sie steht auf der Liste der Todesursachen von Erwachsenen an Nr. 10 in den USA. Auch diese Krankheit ist sehr teuer. Eine Hüfte, die ersetzt werden muss, kostet über 35.000 Dollar - von den Schmerzen gar nicht zu reden. Bei Tieren kennen wir keine Osteoporose.

Dann gibt es Zahnfleischwund, Parodontitis. Zahnärzte werden Ihnen sagen, wenn Sie das verhindern wollen, Zähneputzen, Zahnseide und zwar nach jeder Mahlzeit. Also meine Damen und Herren, wenn Sie das glauben, dann verkaufe ich Ihnen im Schwarzwald ein Grundstück mit Meeresblick. Ich habe Hunderte von Tieren gesehen, verschiedenste Arten von Mäusen bis zu Tigern, und diese Tiere haben eines gemeinsam: Sie haben weder Zahnfleischwund noch Karies. Und sie putzen ihre Zähne nie. Schlechten Atem haben sie, ja, aber keinen Zahnfleischwund. Der Grund weshalb wir keinen Zahnfleischwund bei Nutztieren haben, liegt darin, dass Veterinäre aktiv gegen Osteoporose vorgegangen sind. Denn bei Zahnfleischwund handelt es sich nicht um mangelnde Mundhygiene, sondern um Osteoporose der Gesichts- und Kieferknochen. Und wenn Sie schon soweit sind, dass Sie abends Ihre Zähne ins Glas tun, haben Sie eine fortgeschrittene Osteoporose.

80 Prozent der Arthritis wird durch eine Osteoporose der Gelenkknochen verursacht, wie auch alle rheumatischen Erkrankungen, z.B. der "Hexenschuss". Der Arzt verschreibt ein Schmerz- oder entzündungshemmendes Mittel, und wahrscheinlich tritt damit sogar Linderung ein.

Angenommen, Sie fahren auf der Autobahn und Ihr Motor verliert Öl. Die rote Warnlampe leuchtet auf. Sie halten an, öffnen die Motorhaube und schneiden das kleine Kabel, das zur Warnblinklampe führt, durch und fahren dann weiter. Genau das machen Sie mit Ihrem Körper! Sie leiden unter Arthritis, nehmen Schmerzmittel und tun so als sei alles in Ordnung. Dann gehen Sie wieder zum Arzt und erzählen ihm womöglich noch, wie gut das Mittel gewirkt hat. Sie gehen wieder Tanzen, zum Aerobic, zum Fitnesstraining etc. Was Sie wirklich tun, ist, dass Sie Ihre Gelenke noch schneller abnutzen. Damit machen Sie Ihren Arzt wirklich reich, denn nun brauchen Sie bald eine neue Hüfte.

Schlaflosigkeit: Die Schulmedizin hat dafür zwei Behandlungsmöglichkeiten: Schlafpillen oder Barbiturate. Allein an der Überdosierung von Barbituraten sterben pro Jahr in den USA ca. 10.000 Menschen. Aber das ist OK, denn es handelt sich dabei ja um eine ärztliche Verordnung. Bei Nierenstein, Knochensporn und anderen Kalziumablagerungen sagt der Arzt: keine Vitalstoffe mit Kalzium usw. Es ist falsch! Sie brauchen mehr Kalzium, nichtweniger!

Krämpfe: Sie wachen nachts auf und haben Wadenkrämpfe oder sonstige Krämpfe. Wir alle kennen das, sehr unangenehm. Nehmen Sie Kalzium!

Prämenstruales Syndrom (PMS), dieses emotionale Zeug vor der Monatsblutung. Die medizinische Behandlung dafür ist die Gebärmutterentfernung. Völlig unnötig, hilft aber die Mercedesraten ihres Arztes zu bezahlen. Es werden jährlich 280.000 unnötige Gebärmutterentfernungen vorgenommen. Auch die Amerikanische Ärztevereinigung sagt, dass sie unnötig sind, droht aber den Operateuren nicht mit Approbationsentzug.

Schmerzen im Lendenwirbelbereich. 85 Prozent aller Amerikaner bekommen Schmerzen im unteren Rückenbereich, z. B. wenn sie am Computer sitzen oder schwer körperlich arbeiten. Was ist das? Es ist Osteoporose der Wirbelsäule.

BLG-VEDA Beratung Leben & Gesundheit

Bandscheibenprobleme. Wenn Ihre Bandscheibe nichts mehr hat, woran sie sich festhalten kann, weil die Wirbelsäule langsam verfällt, was passiert? Insbesondere, wenn Sie auch noch einen Kupfermangel haben (die Bandscheibe ist aus einem elastischem Bindegewebe) verschwindet sie wie ein mit Wasser gefüllter Ballon, der unter Druck steht. Die normale ärztliche Verschreibung ist ein muskelentkrampfendes Mittel, vielleicht noch zusätzlich ein Beruhigungsmittel, bis hin zu einer Bandscheibenoperation und mit den Problemen darnach müssen sie selber fertig werden.

Also was ist zu tun, wenn wir unter irgendwelchen der oben genannten Krankheiten leiden?

Ganz einfach:

Bei PMS gehen Sie doch zu Ihren Gynäkologen, zu Ihrem Internisten, zu Ihrem Psychiater oder Familientherapeuten oder am besten gleich zum Scheidungsanwalt - oder Sie nehmen mehr Kalzium! Wenn sie Krämpfe haben, dann gehen Sie vielleicht zu einem Neurologen, zu einem Sportmediziner, zu einem Orthopäden oder zu einem Internisten - **oder Sie nehmen mehr Kalzium!**

Beim Knochensporn können Sie zu einem Orthopäden, einem Chirurgen, oder einem Sportmediziner gehen - oder Sie nehmen mehr Kalzium! Bei Nierensteinen, also da gehen Sie - wenn Sie noch können - vielleicht zum Urologen, zum Internisten, und dann zum Chirurgen - **oder nehmen Sie mehr Kalzium!**

Bei Schlaflosigkeit gehen Sie zum Neurologen, zum Psychologen, zur Kontrolle in ein Schlaflabor. Sie könnten auch einen Nachtjob annehmen - **oder Sie nehmen mehr Kalzium!**

Bei Bluthochdruck fangen wir beim Internisten an, evtl. ein Psychologe, dann vielleicht ein Kardiologe (Herzspezialist) und zum Schluss eine Herztransplantation beim Spezialisten - **oder Sie nehmen mehr Kalzium!**

Bei Arthritis gehen wir zum Orthopäden, Neurologen oder zum Internisten - **oder wir nehmen Kalzium!**

Bei Parodontose, ja, da bleibt uns nur der Zahnarzt - oder wir nehmen mehr Kalzium.

Bei Osteoporose gehen Sie - wenn Sie noch können -erst zu zig verschiedenen Spezialisten, bis überhaupt die Diagnose Osteoporose gestellt wird - **oder Sie nehmen mehr Kalzium!**

Überlegen Sie sich mal, was diese Krankheiten kosten und wie sehr sie unser aktives Leben beeinträchtigen. Und das alles nur wegen eines Kalziummangels, den Sie mit einem halben Franken täglich beheben könnten. Stattdessen geben wir Unsummen für medizinische Behandlung aus, lassen verschiedenste Operationen über uns ergehen, **alles nur wegen Kalziummangel!** Ist das nicht lächerlich?

Bluthochdruck: Nach einer 20- jährigen Studie und einer Investition von 2 Milliarden von Steuergeldern, traten weise Mediziner mit dem Studienergebnis an die Öffentlichkeit. Untersucht wurden 5.000 Menschen mit Bluthochdruck. Man entzog ihnen ihre Blutdruck senkenden Medikamente, und setzte sie auf salzarme Diät. Wissen Sie was? Alle starben! Bei den Mediziner keine große Überraschung. Alle waren zufrieden, und irgendeiner hat damit seinen Doktor gemacht.

BLG-VEDA Beratung Leben & Gesundheit

Bei den Untersuchungen des Ergebnisses stellte man fest, dass die Reduzierung von Salz keinerlei Ergebnisse brachte; lediglich bei 0,3 % der Probanden hatte sich der Blutdruck leicht gesenkt. Also kam man zu dem Ergebnis, es sei völlig egal, ob man nun Salz zu sich nehme oder nicht.

Dann hatten sie noch eine andere Kontrollgruppe, auch wieder 5.000 Menschen mit hohem Blutdruck. Hier wurde die RDA-Bestimmung bezüglich des Kalziums verdoppelt (auf 1.700 bis 2.500 mg täglich) .Der Versuch wurde nach 6 Wochen abgebrochen. Warum wohl? Ganz einfach: Weil 85 Prozent der Probanden keinen Bluthochdruck mehr hatten!! Nun, meine Damen und Herren, hat irgend jemand von Ihnen eine Rückrufnotiz von seinem Arzt erhalten, dass es egal ist, wie viel Salz Sie essen, dass Sie nur mehr Kalzium zu sich nehmen sollten? Bei Bluthochdruck fangen wir beim Internisten an, dann evtl. ein Psychologe, dann vielleicht ein Kardiologe, und zum Schluss ein Herztransplantationsspezialist.

Oder nehmen Sie Kalzium!!