

### Methode nach Dr. med. Dietrich Klinghardt

**Die therapeutischen Schwerpunkte des studierten Mediziners Dr. med. Klinghardt liegen auf den chronischen Erkrankungen und Belastungen mit Umweltgiften, wie z.B. den Schwermetallen. Er wirkt hauptsächlich in den USA, wo die wissenschaftlichen Studien den Erfolg seiner Methode bestätigen. Seine Konzepte kommen weltweit zum Einsatz – in Deutschland mangelt es allerdings immer noch an der rechtlichen Akzeptanz.**

Das hier vorgestellte Konzept bezieht sich hauptsächlich auf die Zahngifte, wo er sicher ein Vorreiter war. Mittlerweile haben erfahrene Therapeuten das Konzept weiterentwickelt, bzw. erweitert, sodass es auch für die Bandbreite anderer Umweltgifte gute weiterführende Konzepte gibt. Sie können also wählen ob Sie sich auf die Zahngifte konzentrieren, oder darüber hinausgehen.

Seine Methode hat sich in der Zwischenzeit einen festen Platz in der Naturheilkunde erobert. Es gibt zwar keine medizinischen Studien, die die Wirksamkeit einer Einnahme belegen, doch sprechen die Erfolge aus der Praxis eine eindeutige Sprache.

In meiner Praxis habe ich immer wieder feststellen müssen, dass nach einer Klinghardt Methode zwar die Zahngifte im Körper deutlich reduziert bis nicht mehr nachweisbar waren, aber andere Umweltgifte wie z. B. Blei, Palladium, Cadmium und Arsen noch immer in großen Mengen vorhanden waren.

In meiner Praxis verwende ich die Klinghardt Kur noch immer sehr häufig. Immer dann, wenn vor allem die Belastung mit Quecksilber und Zinn im Vordergrund steht. Welche Schwermetalle im Körper vorliegen, erkennt man mit einem Schwermetalltest (Mobilisationstest), den ich jedem chronisch Kranken sehr ans Herz lege.

Sind es vor allem die Zahngifte, dann ist nach wie vor die Empfehlung von Dr. Klinghardt sehr gut und zeigt dann auch hervorragende Resultate. Ist der Körper auch mit anderen Umweltgiften, wie z.B. Schwermetallen belastet, dann sollten Sie Zeit und Geld lieber gleich richtig investieren und mit der großen Kur zur Entgiftung aller Schwermetalle beginnen.

Die reine Klinghardt-Methode erfolgt in 3 Stufen:

#### **1. Stufe – binden und ausscheiden**

Das wichtigste Hilfsmittel ist eine Algenart mit dem Namen „Chlorella Vulgaris“. Diese Alge hat gegenüber anderen Algenarten wie „Spirulina“ oder „AFA“ die herausragende Eigenschaft Zahngifte fest an sich zu binden. Folglich wird als erstes und ständiges Hilfsmittel die Einnahme der Alge Chlorella Vulgaris empfohlen.

Die Algen gelangen mit der Nahrung in den Darm und verbinden sich dort mit den Zahngiften aus der Galle. So werden sie gebunden und nicht mehr zurück resorbiert und können nun endlich den Körper über den Stuhl verlassen. Ein Teil der Algen wird natürlich auch vom Körper ins Blut aufgenommen, sodass auch hier frei zirkulierendes gebunden und ausgeschieden werden kann. Die Einnahme der Algen stellt somit die erste Stufe der Ausscheidung dar. In der

## Die Klinghardt-Methode

2/4

Regel empfehle ich in meiner Praxis die Einnahme von täglich 10 g Chlorella Vulgaris Algen, also dreimal täglich 10 Tabletten oder 1 Teelöffel in Pulverform.

Das Ziel dieser Stufe ist die Beseitigung der im Körper zirkulierenden, noch nicht abgelagerten Mengen. Diese erste Stufe können Sie schon vor Ihrer Zahnsanierung (falls erforderlich) beginnen, auch wenn Sie noch Amalgamfüllungen in den Zähnen haben.

Hinweis: Wenn Sie Chlorella Vulgaris Algen einkaufen, vergewissern Sie sich über das Herstellungsverfahren. Chlorella Algen sind Süßwasseralgen, die gezüchtet werden. Häufig kommen die Algen aus Übersee, wo sie in belastetem Gewässer heranwachsen. Algen haben die besondere Eigenschaft, Stoffe anzuziehen und zu binden. So gelangen die ganzen Belastungen aus den Gewässern in die Algen und über die Algen in Ihren Körper.

Ein Biozertifikat, welches nur nachweist, dass bei der Züchtung keine unerlaubten Zusätze verwendet wurden, reicht meinen hohen Qualitätsansprüchen bei Algen nicht unbedingt aus. Ich empfehle deshalb bei der Herstellung auf ein geschlossenes System zu achten.

Die Firma Roquette in Deutschland verwendet bei der Herstellung ein solch geschlossenes Verfahren, sodass eine Verunreinigung aus der Umwelt bei der Herstellung weitestgehend ausgeschlossen werden kann. Unter dem Namen Algomed werden diese Algen weltweit vertrieben.

### **2. Stufe - im Gewebe eingelagertes mobilisieren, binden und ausscheiden**

Nachdem der Großteil der „freien“ Zahngifte gebunden und ausgeschieden wurde (nach ca. 2 Monaten), beginnen Sie mit der Ausscheidung der „eingelagerten“ Stoffe. Bärlauch ist extrem schwefelhaltig. Schwefel hat die Eigenschaft bestimmte Stoffe aus dem Gewebe (Fett-, Muskel-, Binde-, Organgewebe und den Schleimhäuten) zu lösen und über das Blut abzutransportieren. Ein Teil wird direkt an den Schwefel gebunden und über die Nieren ausgeschieden. Knoblauch, ein Verwandter des Bärlauchs, enthält ebenfalls Schwefel, auch wenn der Anteil nicht ganz so hoch ist. Bärlauch können Sie frisch oder als Würze nehmen.

Die Einnahme von Bärlauch ist die zweite Stufe. Beginnen Sie langsam, z. B. mit 3 x 2 Tropfen einer extra starken Bärlauch Würze, um nicht zu viel eingelagerte Stoffe auf einmal in den Umlauf zu bringen. Lösen Sie mehr als der Körper ausscheiden kann, lagern sich die mobilisierten Stoffe wieder ein und das kann zu einer Verstärkung von Beschwerden führen.

Generell ist während dieser zweiten Stufe mit einigen vorübergehenden Symptomen zu rechnen. Die häufigsten psychischen Probleme sind Stimmungsschwankungen, Nervosität und Depressionen. Auf körperlicher Ebene gibt es häufiger Kopfschmerzen/Migräne und Verdauungsbeschwerden.

Hinweis: Bei den Bärlauch Würzen gibt es, abhängig vom Herstellungsprozess, sehr starke Unterschiede in der Konzentration der Inhaltsstoffe. Die Konzentration steht in Abhängigkeit, wie viele Blätter und Wurzeln verwendet werden, wie stark der Ausgangsalkohol ist und ob frisch geerntete oder getrocknete Blätter und Wurzeln zum Einsatz kommen. Bei extra starken Würzen reicht es aus täglich 3 x 10 Tropfen einzunehmen. Bei normaler Stärke werden oft Einnahmemengen von 3 x 30 Tropfen empfohlen, bei schwachen Bärlauch Würzen sogar oft noch deutlich mehr.

### 3. Stufe – im Nervensystem Eingelagertes mobilisieren, binden und ausscheiden

Nachdem das Gewebe einige Monate gereinigt wurde, kann man mit der Entlastung des Nervensystems beginnen. Dies ist die dritte, schwerste und letzte Stufe der Entgiftung.

Das Nervensystem des Menschen ist sehr stark geschützt, sodass Gifte nur schwer eindringen können. Sind die Gifte erst einmal in das Nervensystem eingedrungen, verhindert dieses Schutzsystem aber auch die Ausscheidung aus dem Nervensystem und die Gifte sind quasi gefangen. So gibt es kaum Stoffe, die ins Nervensystem eindringen und dort Stoffe mobilisieren können.

Am wirksamsten zur Mobilisation im Nervensystem hat sich in der Naturheilkunde bisher das Korianderkraut erwiesen. Mit einem Tropfen einer extra starken Koriander Würze wird langsam, sich in der Menge steigernd, begonnen.

**Achtung:** Beginnen Sie mit der Stufe 3 der Entgiftung erst, wenn Sie keine Amalgamfüllungen mehr in den Zähnen haben. Koriander öffnet den Weg ins Nervensystem und so müssen bei der Einnahme des Korianders möglichst alle neuen Giftquellen ausgeschlossen werden, bzw. beseitigt sein.

Hinweis: Bei den Koriander Würzen gibt es abhängig vom Herstellungsprozess die gleichen Schwankungen in der Stärke (Konzentration der Inhaltsstoffe) wie bei den Bärlauch Würzen. So ergeben sich dann auch wieder unterschiedliche maximale Dosierungen. Bei extra starken Würzen reicht es aus täglich 3 x 10 Tropfen einzunehmen. Bei normaler Stärke werden 3 x 30 Tropfen empfohlen, bei schwachen Würzen sogar 3 x 50 Tropfen, oft noch mehr.

Dieses Prinzip der 3-stufigen Methode hat sich Dank Dr. Klinghardt in der ganzen Welt verbreitet. Die Gesamtdauer hängt vom Maße der Belastung ab und kann von 6 Monaten bis über 2 Jahre dauern. Bei längeren Entgiftungen können auch Pausen gemacht und andere Ausleitungen mit dieser hier beschriebenen Kur kombiniert werden. Wem diese Kuren zu lange dauert, dem empfehle ich, sich doch die nach dem Vorbild der Klinghardt Methode erweiterte Schwermetallausleitung (150-Tage-Kur) zumindest anzusehen.

### Begleitende Maßnahme während der gesamten Dauer

Begleitend zu Maßnahmen der inneren Körperreinigung ist immer auf eine gesunde Lebensführung zu achten. Legen Sie besonderen Wert auf eine zuckerfreie Ernährung, denn Zucker ist der größte Mineralstoffräuber.

Die Versorgung mit Omega-3-Fettsäuren spielt für das Nervensystem eine übergeordnete Rolle. Deshalb empfehle ich meinen Patienten die regelmäßige Einnahme von hochwertigem Leinöl (Tipp: Leinöl aus der Ditzinger Ölmühle)! Die Omega-3-Fettsäuren können Sie auch in Form von Fischölen zu sich nehmen. Achten Sie auch hier auf die Qualität und die Reinheit!

Während der gesamten Zeit benötigt der Körper vermehrt Mineralien und besonders Spurenelemente. Deshalb empfiehlt es sich am besten während der ganzen Zeit, aber zumindest ab der zweiten Stufe schwefelhaltige kolloidale Mineralien parallel zu den anderen Substanzen einzunehmen. Kolloidale Mineralien werden extrem leicht resorbiert und helfen bei

## Die Klinghardt-Methode

allen Stoffwechselforgängen, die von den Zahngiften blockiert waren. Sie sind sehr zellgängig und führen so auch zu einer intrazellulären Reinigung. Beginnen Sie mit kleinen Mengen von 3 x 20 ml täglich. Durch diese Begleitung können Sie Verschlechterungen abfangen und eine viel schnellere und intensivere Ausleitung erreichen.

Klinghardt-Methode in Tabellarischer Form:

Stufe	Dauer	Chlorella Vulgaris Algen	Bärlauch Würze extra stark	Koriander Würze extra stark
1	2 Monate	3 x 10 Tabletten täglich		
2	2 Monate	3 x 10 Tabletten täglich	3 x 10 Tropfen täglich	
3	2 Monate	3 x 10 Tabletten täglich		3 x 10 Tropfen täglich

Begleitend zur obigen Einnahme empfehlen wir täglich hochwertiges Leinöl und kolloidale Mineralien zu verzehren.

Die Liste der hier aufgeführten Maßnahmen erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Gerade auch homöopathische Präparate können den Ausleitungsprozess positiv begleiten, ersetzen aber aus meiner Erfahrung weder die Algen noch die Würzen.

Anmerkung: Wenn Sie genau wissen wollen, ob sich in Ihrem Körper die Schwermetalle des Amalgams (Quecksilber, Silber, Kupfer, Zinn) abgelagert haben, empfehlen wir Ihnen den Schwermetalltest für 11 Elemente (kostengleich wie 4 Elemente). Die zusätzlich analysierten Schwermetalle sind hilfreich bei der Einschätzung Ihrer gesamten Vergiftungssituation. So können wir die individuellen Empfehlungen zur Entgiftung viel genauer auf Sie abstimmen, was maßgebend zum Erfolg einer Schwermetallausleitung beiträgt.

Um die Klinghardt-Methode ein halbes Jahr durchzuführen benötigen Sie:

2 x Chlorella Vulgaris Algen (1000 g)

2 x Bärlauch Würze extra stark (50 ml)

2 x Koriander Würze extra stark (50 ml)

### Haftungsausschluss

Die Nutzung dieser Informationen geschieht auf eigene Verantwortung, sie ersetzen keinesfalls die Untersuchung und Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker. Vor Anwendung der Informationen sollte ein Arzt oder Heilpraktiker befragt werden. Bei körperlichen und psychischen gesundheitlichen Problemen empfiehlt Agenki die regelmäßige Vorstellung bei einem Arzt, Heilpraktiker und/oder Psychotherapeuten und die Befolgung der vereinbarten Therapie.