



Bittersalz zur Leber- Gallen- und Darmreinigung

Bekannt geworden ist diese Art der Darmreinigung als Leber-Gallenreinigung nach Moritz.

Ich konnte durch Ultraschalluntersuchungen nicht bestätigen, dass sämtliche Gallensteine durch diese Art der Reinigung entfernt werden konnten. Insbesondere die großen Gallensteine passen nicht durch den kleinen Gallengang.

Trotzdem empfehle ich diese Art der Darmreinigung, weil hierdurch sehr effektiv der Dünndarm entschlackt und der Dickdarm gereinigt werden kann.

Alte Glutenreste und Gallensteine in den Dünndarmzotten können so sehr effektiv eingeweicht und ausgeschieden werden.

Hierdurch wird die der Verdauung zur Verfügung stehende Darmoberfläche vergrößert, wodurch viele Verdauungsprobleme von alleine verschwinden.

Es ist sinnvoll, im Anschluss an die Darmreinigung, die Darmflora wieder erneut mit Probiotika aufzubauen.

Suchen Sie sich am Besten ein ruhiges Wochenende aus, an dem Sie nicht außer Haus müssen.

Beginnen Sie an einem Freitag und trinken eine Woche lang täglich einen Liter Apfelsaft zwischen den Mahlzeiten, ernähren Sie sich in dieser Woche möglichst vegetarisch und ohne Alkohol.

An dem darauffolgenden Freitag sollten Sie morgens nur noch ein leichtes Frühstück und mittags nur noch gekochtes Gemüse mit weißem Reis zu sich nehmen.

Nach 14:00 Uhr wird nichts mehr gegessen, lediglich noch bis 18:00 getrunken.

Verrühren Sie 4 Esslöffel Bittersalz in 800 ml Wasser und stellen dies in den Kühlschrank.

Pressen sie ca. 2-3 Grapefruits aus und mischen 190 ml des gesiebten Grapefruitsaftes mit 125 ml gutem kalt gepresstem Olivenöl. Geben Sie beides in einen Schüttelbecher und vermischen die beiden Flüssigkeiten gut.

Durchführung der Darmreinigung:

Am Freitag Abend um 18:00 Uhr trinken Sie erstmals 200 ml von dem gekühlten Bittersalz.

Um 20:00 Uhr trinken Sie erneut 200 ml von dem gekühlten Bittersalz. Danach darf gerne der Mund ausgespült werden.

Am Freitag Abend um 22:00 Uhr trinken Sie direkt am Bettrand das Grapefruit- Olivenölgemisch und legen sich anschließend gleich hin, damit alles bis jetzt getrunkene im Darm einwirken kann.

Sobald die Darmentleerung einsetzt, sollten Sie durch reichliches trinken von Wasser den Flüssigkeitshaushalt ausgleichen.

Am Samstag Morgen trinken Sie um 6:00 Uhr die dritten 200 ml Bittersalz und um 8:00 Uhr die letzten 200 ml Bittersalz.

Inzwischen wird sich auch schon die Stuhlentleerung eingestellt haben.

Am Samstag ab 10:00 dürfen Fruchtsäfte getrunken werden, zum Mittagessen sollte es eine warme Suppe geben.

Am Samstag Abend darf dann die erste leichte Mahlzeit eingenommen werden.

Ab Sonntag kann dann die Ernährung wieder normalisiert werden und die Darmflora mit Probiotika aufgebaut werden:

Symbioflor I und Symbioflor II:

je 2-3 mal tgl. 5-20 Tropfen in Flüssigkeit vor dem Essen

sowie

Symbiolact Pulver oder Omniflora N Kapseln:

1-2 mal tgl. mit dieser Flüssigkeit vor dem Essen einnehmen.

Diese Darmreinigung kann anfangs einmal im Monat durchgeführt werden, später zur Vorbeugung von Verschlackungen ca. einmal pro Jahr.

Quelle:

<https://www.langenbeck.de/darmreinigung.html>