

# Was tun bei sogenannten Impfschäden - die eigentlich Injektionsschäden genannt werden sollten:

Vorgeschlagene verschiedene Methoden:

		<b>Mögliche Entgiftungsmethoden oder natürliche Mittel um den Körper zu reinigen und das Immunsystem zu stärken</b> <i>gefunden im Internet oder überliefert von vorangegangenen Generationen</i> <i>11/2023 S.&amp; R. Behnke darf weiterverbreitet werden</i>	ca. Kosten unverbindlich
		<b>Allgemein:</b> <b><i>Jeder der etwas von unseren Ideen umsetzt, über-nimmt ist vollumfänglich selbst verantwortlich und über 18 Jahre alt. Anwendungen für Kinder müssen zwingend mit einem Kinderfacharzt abgesprochen werden, von den sorgeberechtigten Eltern.</i></b>	
		<b>KRÄUTER ZUR ENTGIFTUNG</b>	
<b>1.</b>	<b>Brennnesseltee</b>	Ist blutreinigend, enthält viel Eisen und Mineralien. Das Eisen kann besser im Zusammenhang mit Vitamin-B-Komplex aufgenommen werden, auch hier lohnt es sich eine Art Brennnesselkur zu machen über mehrere Wochen sagen wir ca. 3-7 Wochen. Und allgemein auch immer wieder noch Wasser dazu trinken. Kalt oder warm wie man möchte. Eisen im Blut bindet den Sauerstoff an sich und transportiert diesen in den Organismus, dadurch wird das Immunsystem extrem gestärkt. Kann man gerne länger warmhalten, dann wird der Tee auch dunkelgrün und hat mehr Inhaltsstoffe. Auch wirksam bei Blasenentzündung – wegen der Wirkstoffe.	Kostet ca. 50g – für CHF 5.50  Sonnentor  bei der Apotheke zur Rose bestellbar
<b>2.</b>	<b>Brennnessel</b>	Wird einfach mehrmals erwähnt weil es eine Art Superfood ist. Sie ist bekannt für ihre Fähigkeit, Mikroorganismen zu widerstehen, und besitzt auch antioxidative Eigenschaften. Die Brennnessel ist auch resistent gegen systemische Rötungen und Schwellungen und fördert einen normalen Blutdruck.	ca.2.-
<b>3.</b>	<b>Brennnessel-spinat oder -smoothie</b>	Blutreinigend und entwässernd und eisenhaltig mit Mineralien – nur ca. 2-3 Tassen trinken (oder 4 Essl. Brennesselspinat essen – bei mehr kann dieser abführend wirken, muss man selbst testen und noch genug trinken – damit der Körper ein gutes Gleichgewicht behält.	
<b>4.</b>	<b>Löwenzahn</b>	Seit Jahrhunderten werden Teile der gesamten Löwenzahn-Pflanze zur Behandlung einer Vielzahl von Krankheiten verwendet. Es fördert die Regelmässigkeit des Darms und ein gutes Feuchtigkeitsniveau im Körper. Sein berühmtes Derivat, der Löwenzahntee, wird verwendet, um bei Gelenkbeschwerden zu helfen. Die Löwenzahnwurzel wird auch zur Leberreinigung verwendet, weil sie die Gallenproduktion unterstützt und die Galle hilft, Giftstoffe aus dem Körper zu transportieren. Viele glauben, dass Löwenzahn auch das Immunsystem unterstützt.	Draussen pflücken nach Anweisung aus dem Internet oder Überlieferung
<b>5.</b>	<b>Mariendistel</b>	Dieses Kraut wird seit über 2'000 Jahren zur Unterstützung der Gallenblase und der Leber verwendet. Es wurde festgestellt, dass es hilft, Galle zu produzieren, was wiederum die	Kräuterhandel Sankt

		Verdauungsfunktion verbessert. (3) KRÄUTERHANDEL SANKT ANTON - Mariendistel Kapseln - Hochdosiert - 80% Silymarin Anteil aus Mariendistelsamen - Deutsche Premium Qualität (90 Kapseln)	Anton  €17,99 (@ 2023/11/01)
6.	<b>Wermut</b>	In vielerlei Hinsicht folkloristisch geprägt, führte der starke Ruf von Wermut als Bestandteil des Absinths dazu, dass er in vielen Ländern verboten war.  Trotz des momentanen Konflikts ist Wermut wieder da und wird seit ägyptischer Zeit zur Bekämpfung von Schadorganismen wie Maden und Würmern und Fadenwürmern eingesetzt. Es wurde auch schon in der Vergangenheit zur Unterstützung der Verdauung verwendet.	
7.	<b>Koriander</b>	Küchenkraut gibt es frisch oder getrocknet..... Koriander ist entscheidend dafür, dass der Körper sich von gefährlichen giftigen Metallen befreit, die sich in den Geweben der Organe ansammeln. Es ist auch ein sehr beliebtes Kraut, über das in fast jeder Kochshow gesprochen wird. Koriander besitzt natürliche Reinigungswirkstoffe, die Verbindungen enthalten, die sich an giftige Metalle binden und helfen, sie aus verschiedenen Geweben herauszuziehen.	ca. CHF 7.-
8.	<b>Pfefferminze</b>	Die Pfefferminze hat eine beruhigende Eigenschaft, die beim Husten im Zusammenhang mit Erkältungen und Grippe hilft. Es hilft auch bei Halsentzündungen und Nebenhöhlenreizungen.  Japanisches Heilpflanzenöl (Minzöl) hilft eingerieben und mit etwas Wasser einmassiert sowie unter kühlender Luft zugefächert schmerzstillend, kühlend bis in die Gelenke hinein und heilend auch bei kleinen Wunden.....ganz kleinen Krätzerchen.	
9.	<b>Eukalyptus</b>	Eukalyptus ist ein weiteres Kraut, das bei der Lungenreinigung hilft. Es besitzt schleimlösende Eigenschaften, hilft bei der Bekämpfung von Bakterien und greift Viren an. Es kann auch als topische Salbe bei Verstopfung der Brust und einer verstopften Nase verwendet werden. Ureinwohner schätzten Eukalyptus wegen der beruhigenden Eigenschaften.	
10.	<b>Oregano</b>	Oregano als Gewürz vermehrt in Speisen benutzen hilft auch bei der Entgiftung.  Oreganoöl selbst herstellen und über mehrere Wochen regelmässig ca. 1 Teelöffel 2 x täglich nach den Mahlzeiten oder davor dies kann man selbst ausprobieren - einnehmen kann sehr gut helfen.  Das selbstgemachte Oreganoöl (wie beschrieben) hat eine bakterien-, pilz- und virenabtötende Wirkung, fördert die Verdauung und ist gegen Entzündungen wirksam.  Getrockneten oder frischen Oregano ca. 150g. mit 0.5 Liter kaltgepresstem Öl bei mittlerer Hitze 2 Stunden ziehen lassen – Kräuter müssen mit Öl bedeckt sein - bis es dunkelgrün ist und abfüllen in dunkle Flaschen.	

11.	<b>Birkenblätterttee</b>	Wirkt so stark entgiftend, dass es einer echten Arznei gleichkommt – beim Tee trinken auf die vorgeschriebene Menge achten.	In der Apotheke erhältlich
		<b>VITAMINE ZUR ENTGIFTUNG</b>	
12.	<b>Multivitamine mit Mineralien</b>	<p><a href="https://www.burgerstein.ch/de-DE/produkte/burgerstein-multivitamin-mineral-cela">https://www.burgerstein.ch/de-DE/produkte/burgerstein-multivitamin-mineral-cela</a>  <a href="https://www.vitaminplus.ch/marken/burgerstein/burgerstein/61/burgerstein-cela-multivitamin-mineral-100-tabletten">https://www.vitaminplus.ch/marken/burgerstein/burgerstein/61/burgerstein-cela-multivitamin-mineral-100-tabletten</a></p> <p>Zum Aufbau und guten Erhalt unseres Immunsystems sollten diese Vitamine und Mineralien vorhanden sein – das ist sehr wichtig. Diese Multivitamin-tabletten enthalten auch Eisen, was sehr wichtig ist für unser Immunsystem und auch besonders bei Krebspatienten eine wichtige Rolle spielt. Nun ist aber Kaffee eine Blockade durch das Koffein wird das Eisen dann nicht gut vom Körper aufgenommen. Es bedeutet, dass Koffein ca. 3 Stunden davor oder nach der Vitaminein-nahme erfolgen sollte. Wichtig an den gesunden Abstand denken:  bei Kaffee oder schwarzen Tee zu trinken oder Cola die auch Koffein enthält...ansonsten kann man einen Mangel haben und wundert sich warum der Körper immer noch so schlapp ist. Diese kleinen Details sind wie die Perle in einer Muschel.  <a href="https://www.gelbeseiten.de/ratgeber/gl/eisenraeuber-diese-5-lebensmittel-sind-eisenaufnahme-hemmer">https://www.gelbeseiten.de/ratgeber/gl/eisenraeuber-diese-5-lebensmittel-sind-eisenaufnahme-hemmer</a></p> <p>Mit einem Glas frisch gepressten Orangensaft (Vitamin C) verdoppelt sich die Möglichkeit Eisen aufzunehmen.</p> <p>Da die Vitamine über den Darm ins Blut gelangen und der Verdauungsprozess morgens ungefähr um 8h beginnt und insgesamt 3 Stunden benötigt – sollte man bei der Eiseneinnahme auf diesen Abstand achten.</p>	100 Stck. zwischen 30.- & 40.-
13.	<b>Kieselerde</b>	<p>Kieselerde wirkt sich sehr positiv auf die Gesundheit aus, Haare, Nägel, Haut, und Knochenbau und auch auf die Muskulatur und unterstützen somit die Gesundheit – was wirklich wichtig ist und auch die Schönheit von innen und aussen;) Hilft oft auch gegen Allergien.  <a href="https://gesundpedia.de/Kieselerde#Was_ist_Kieselerde.3F">https://gesundpedia.de/Kieselerde#Was_ist_Kieselerde.3F</a>  <a href="https://www.zurrose-shop.ch/de/kieselerde/dp/M09Z551P">https://www.zurrose-shop.ch/de/kieselerde/dp/M09Z551P</a>  <a href="https://www.zurrose-shop.ch/de/kieselerde-pulver/dp/0FGV51KW">https://www.zurrose-shop.ch/de/kieselerde-pulver/dp/0FGV51KW</a>  Wir haben es selbst ausprobiert – ausgefallene Haare wuchsen wieder nach – aber man sollte dies über mehr als 3 Monate nehmen, damit man den Erfolg dann auch sieht.....</p>	120 Tabl. Kosten ca.23.-  Pulver 100g ca. 10.-
14.	<b>Becozym Forte 50 Stck. Vitamin B Komplex</b>	<p>Vitamin B ist das Nervenvitamin – welches mehr verbraucht wird wenn man sich z.B. über Impfschäden aufregt. 1-2 täglich einnehmen kann auch zusätzlich zu einem Multivitamin eingenommen werden. Vitamin B ist wasserlöslich und wird durch einen stärker verfärbten gelben Urin ausgeschieden.</p>	Bei Rezept zahlt es die Kasse sonst 12.90
15.	<b>Vitamin D</b>	<p><a href="https://www.shop-apotheke.ch/de/gesundheit/13427421/vitamin-d3-tropfen-1000-i-e.htm">https://www.shop-apotheke.ch/de/gesundheit/13427421/vitamin-d3-tropfen-1000-i-e.htm</a> – entwickelt sich zusammen mit den UV Strahlen günstig für den Knochenbau und Erhalt der Knochen.</p>	Mit Rezept zahlt es die Grundversi

		Ohne dieses Zusammenwirken können sich Knochen erweichen und verformen bei Kindern und Erwachsenen – da diese Mangelerkrankungen selten sind, fehlt manchen Ärzten das Wissen über diese Zusammenhänge und es ist gut dies sich selbst anzueignen und nicht immer sofort zum Sonnenschutzmittel zu greifen – damit das Vitamin D über die aufgenommenen UV Strahlungen über die Haut sich voll entfalten kann. Jeden Tag ca. 3-4 Tropfen oder für eine Woche im Voraus dann ca. 28 Tropfen für Erwachsene einnehmen oder wie der Arzt es verordnet.	cherung sonst ca. 20.-
16.	<b>Vitamin C</b>	500mg oder nach Bedarf mit dem Arzt absprechen bei Mangelerkrankungen wie Zahnfleischbluten und Parodontose etc. lockerer Zähne dringend hochdosiert Vitamin C zu sich nehmen ca. 2x täglich 1000mg Beispielsweise in Form von Brausetabletten in einem grossen Glas Wasser auflösen. Selbst getestet und hatte guten Erfolg....Vitamin C hilft auch Stoffe auszuleiten die schlecht sind für den Körper.... <a href="https://www.redoxon.ch/de/produkte/redoxon">https://www.redoxon.ch/de/produkte/redoxon</a> Bei starkem Vitamin C Mangel, kann der Arzt auch eine Vitamin C Depotspritze geben – müsste man abklären ob dies die Krankenkasse mit Rezept dann übernimmt.	20.-
17.	<b>Electrolythe</b>	In Energydrinks enthalten 1-2 kleine Flaschen 500ml – es gibt auch durch Schwitzen – wenn dies eine Begleiterscheinung ist Mangelzustände im Körper und hier sind die Drinks für Sportler ein guter Tipp. Abends eher nicht trinken, da sie ja Energie liefern und ein Muntermacher sind.	
		<b>OBST – Gemüse ZUR ENTGIFTUNG</b>	
18.	<b>Äpfel haben Pektine die den Körperzellen einen gesunden Zellschutz geben gegen angreifende Viren etc.</b>	Äpfel haben auch unter der Schale und allgemein viele Vitalstoffe und werden oft verkannt als Lebensmittel und sind besonders hilfreich, wenn man diese frisch gut zerkaut oder gerieben zu sich nimmt – direkt nach der Zubereitung essen – da sie oft braun werden oder mit einem Spritzer Zitronensaft haltbarer machen. <a href="https://www.gesundfit.de/artikel/aepfel-gesund-22749/">https://www.gesundfit.de/artikel/aepfel-gesund-22749/</a>	
19.	<b>Äpfel lassen sich nicht nur im Birchermüsli gut mischen</b>	Enthalten viele andere Stoffe– welche das Immunsystem unterstützen und die Darmflora sanieren können. <a href="https://www.zentrum-der-gesundheit.de/ernaehrung/lebensmittel/obst-fruechte/apfel">https://www.zentrum-der-gesundheit.de/ernaehrung/lebensmittel/obst-fruechte/apfel</a>	Äpfel halten gut auch im Kühlschrank
20.	<b>Vorteile der Früchte / Gemüse anhand der Farbe ableiten</b>	<b>Eine interessante Seite – welche die Vorteile der Früchte / Gemüse anhand der Farbe ableiten kann:</b> <a href="https://bessergesundleben.de/was-verraet-uns-die-farbe-von-obst-und-gemuese/">https://bessergesundleben.de/was-verraet-uns-die-farbe-von-obst-und-gemuese/</a>	Beim einkaufen einfach mitdenken
21.	<b>einfache Entgiftungsdrinks</b>	<a href="https://bessergesundleben.de/entgiftungsdrink-aus-heidelbeeren-und-joghurt/">https://bessergesundleben.de/entgiftungsdrink-aus-heidelbeeren-und-joghurt/</a> <b>mit Erklärung zur einfachen Zubereitung</b> <i>kalte Getränke vor allem mit Eis sind für den Kreislauf anstrengender und nicht so sehr zu empfehlen, da die Verstoffwechslung im Körper immer zuerst auf die Körpertemperatur gebracht werden muss. Deswegen raten wir zu Getränken mindestens in Zimmertemperatur.</i>	ca. 4.- - 8.-

		<b>Sauerstofftherapien – und diverse Gesundheitstipps</b>	
<b>22.</b>	<b>Sauerstofftherapie: Sprudelmatte in der Badewanne</b>	Wenn Sie 20 Minuten im Wasser sitzen und sich leicht massieren lassen von kleinen Luftblasen – dringt Sauerstoff über die Haut in den Körper und das Blut ist nach dieser Zeit ca. mit 20% mehr Sauerstoff angereichert – vorausgesetzt, der Eisengehalt im Blut ist hoch genug – sonst kann der Sauerstoff nicht gebunden werden.	Einmalige Anschaffung ca. 170.-
<b>23.</b>	<b>Sauerstofftherapie: über direkten Zugang zum Blutkreislauf</b>	Sauerstofftherapie – eigene Bluttherapie von ausgebildeten Personen, umsetzen lassen, einige Krankenkassen beteiligen sich über Zusatzversicherungen. Einige Ärzte wie in Zug machen dies schon seit Jahren mit grossem Erfolg übrigens auch bei Krebspatienten – da gesunde Zellen Sauerstoff enthalten und Krebszellen nicht – und die körpereigenen Fresszellen welche den Krebs zerstören können – mit Sauerstoff sich stark vermehren. Besprechen Sie dies am Besten mit ihrem Arzt.	ca. pro Therapie zwischen 150.- bis 350.-Fr.
<b>24.</b>	<b>Gekochter Haferbrei bei jeder Art von Verdauungsproblemen immer direkt mit einem grossen Glas Wasser zusammen einnehmen</b>  <b>Vorsicht bei Verstopfung immer ein Abführmittel bereit haben....oder auch allgemein, jeder ist anders.</b>	Gegen Magen- Darm -entzündungen und Reizungen auch chronischer Art etc.  <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Tasse feine Haferflocken</li> <li>• Wasser ca. 1 -2 Tassen dazugeben</li> <li>• mit Salz abschmecken</li> <li>• 5 grosse Prisen Kurkuma ( gut für den Darm)</li> <li>• bei Bedarf 3-5 Prisen auch Origano (getrockneten) wirkt auch anti-entzündlich)</li> <li>• alles zusammen aufkochen ca. 1-2 Minuten unter ständigem rühren – bis die Masse schön klebrig wird.</li> <li>• Noch warm in eine Schüssel geben und geniessen</li> <li>• Und dazu ein Glas Wasser oder Kräutertee geniessen</li> </ul> <p>Der Schleim vom Hafer legt sich dann wie eine dünne Schutzschicht um den Magen später auch um den Darm und wirkt sehr gut gegen Reizungen und Entzündungen und nach einigen Tagen kann der Darm wieder normal den Stoffwechsel vollziehen, da die Entzündung und die Schmerzen verschwinden. Immer noch direkt nach dem Verzehr ein grosses Glas Wasser oder Kräutertee (keine Süssgetränke – weil Zucker benötigt Wasser um abgebaut zu werden und der Magen- Darmbereich benötigt die Flüssigkeit um den im Hafer enthaltenen Schleim zu verteilen) ungefähr ca.0,3 - 0,5 Liter trinken damit es gut mit der Verdauung und der Verteilung klappt. Ein altes Hausmittel aus Urgrossmutterzeiten sehr kostengünstig und effektiv.</p>	3.- - 5.-
<b>25.</b>	<b>Hygiene bei Trinkgefässen – entweder aus Glas oder Metall – kann beides mit kochendem Wasser desinfiziert werden.</b>	Allgemein ist es zu empfehlen, Glasbehälter zu benutzen, da viele Plastikbehälter in irgendeiner Form Kleinstteilchen weiterleiten.....ausserdem kleiner Tipp alle Marmeladengläser und Gurken etc. können auch desinfiziert werden mit kochendem Wasser – und schliessen fast alle wasserdicht mit Schraubverschluss.  Auch die Zahnbürste, welche nicht ca. 1x in der Woche ausgekocht wird kann schädliche Bakterien für den Darm abgeben, deswegen auf Hygiene achten aber auch nicht übertreiben.....	Frottee etc. kann man bei +90° C waschen  auch Baumwolle

28.	<b>Präventiv-zur Stärkung des Immunsystems:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>frischer Luft,</b></li> <li>• <b>Bewegung im Freien,</b></li> <li>• <b>Sonne,</b></li> <li>• <b>Beziehungs-Hygiene</b> - besser einmal streiten und wieder gründlich vertragen und sich gegenseitig vergeben</li> </ul> <p style="text-align: center;">Oft empfiehlt es sich mit einem Hund regelmässig zu laufen, dann geht man auch bei Huddelwetter raus;)</p>	30 min. tägl.
		<p><i>Diese Liste erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit.</i></p> <p><i>Wünschen Sie diese Liste ausgedruckt zu erhalten – oder zusätzlich noch laminiert zu erhalten – berechnen wir Ihnen einen Unkostenbeitrag ohne Laminierung 5.- Fr. mit Laminierung 10.-Fr.</i></p>	
		<p>Die besten Erfahrungen machten wir zusätzlich im Zusammenhang mit dem Gebet zu Jesus mit der Bitte um Heilung.</p>	