

Die Nierenreinigung

nach Dr. Hulda Clark

Die Nierenreinigung nach Dr. Hulda Clark

Die Niere ist ein lebenswichtiges Filter- und Regulationsorgan. Sie erfüllt vielfältige Aufgaben wie das Filtern und Ausleiten von wasserlöslichen Giftstoffen, Medikamenten und Abfallstoffen, die Regulation des Wasser- und Salzhaushalts und reguliert den Blutdruck und die Produktion von Hormonen. Neben der Leber stellt die Niere das wichtigste Entgiftungsorgan Ihres Körpers dar und es ist daher von besonderer Wichtigkeit Ihre Funktionsfähigkeit langfristig zu erhalten. Diese Kur widmet sich der Stärkung von Nieren und Nebennieren und befreit Ihren Körper von Giftstoffen und ungesunden Schlacken. Zusätzlich wird der Bildung von Nieren und – Blasensteinen prophylaktisch entgegen gewirkt und je nach Dauer der Kur lassen sich auch in einigen Fällen kleinere Steine lösen.

Die Kombination der verschiedenen Inhaltsstoffe wirkt harntreibend, krampflösend und entzündungshemmend. Die Nieren und die ableitenden Harnwege werden durchgespült und der Bildung von Nieren – und Blasensteinen wird vorgebeugt. Sie können sich vorstellen, es braucht viel Flüssigkeit, um das innere Ihres Körpers zu reinigen. Es ist daher wichtig, im Rahmen dieser Kur Ihre Trinkmenge auf mindestens 2,5 Liter zu erhöhen.

Sie benötigen:

- 120ml getrocknete baumartige Hortensie (*Hydrangea arborescens*)
- 120ml Eibischwurzel (*Althea officinalis*)
- 120ml Roter Wasserhanf (*Eupatorium purpureum*)
- Schwarzkirschenkonzentrat, 240ml.
- 4 Büschel frische Petersilie (vom Biohändler)
- Goldrunten-Tinktur (lassen Sie diese weg, wenn Sie allergisch sind)
- Ingwer Kapseln
- Bärentraube
- Vitamin B6, 250mg Kapseln (aus der Apotheke)
- Magnesiumoxid, 300mg Kapseln (aus der Apotheke)
- Süßmittel (optional)

Bitte suchen Sie sich eine gute Adresse von der Sie Ihre Kräuter beziehen. In vielen Apotheken bekommen Sie auf Bestellung eine gute Qualität Ihrer ausgewählten Kräuter. Beachten Sie beim Kauf, dass die Wurzeln noch einen starken Geruch aufweisen. Sollten Ihre Wurzeln kaum mehr riechen, haben sie ihre aktiven Ingredienzen verloren. Vermeiden Sie pulverisierte Wurzeln.

Los geht's

Messen Sie die Hälfte der Wurzeln ab und weichen Sie sie in 3 Liter kaltem Wasser ein. Verwenden Sie einen metallfreien Topf und einen metallfreien Deckel (ein Porzellanteller oder eine Rührschüssel eignen sich gut).

Nach vier Stunden (oder über Nacht), kochen Sie diese Mischung auf und lassen Sie sie 20 Minuten köcheln. Geben Sie das Schwarzkirschenkonzentrat hinzu [120ml] und kochen Sie es nochmals auf. Seihen Sie es durch ein Plastik-Sieb (kein Metall) in einen Glaskrug. Trinken Sie davon dann 180ml schlückchenweise über den Tag verteilt. Stellen Sie die Hälfte für diese Woche in den Kühlschrank und frieren Sie die andere Hälfte ein. Heben Sie die abgekochten Wurzeln auf und frieren Sie sie ebenfalls ein. Kaufen Sie Ihre frische Petersilie aus biologischem Anbau und waschen Sie diese gut bevor Sie sie mit 2 Litern Wasser für eine Minute aufkochen. Nachdem Sie die Petersilie aufgeköcht haben, seihen Sie das

Petersilienwasser in einen Glasbehälter ab und schenken Sie sich nachdem es abgekühlt ist, gleich 120ml ein. Lassen Sie sich beim trinken der Abkochung Zeit oder geben Sie sie zum Wurzeltee hinzu. Stellen Sie einen Liter in den Kühlschrank und frieren Sie 1 Liter ein. Die abgekochte Petersilie ist nach dem ersten Kochvorgang unbrauchbar, werfen Sie sie danach weg und verwenden Sie für weitere Aufkochungen einen neuen Bund.

Ihre Tagesdosierung für drei Wochen

Giessen Sie jeden Morgen 180ml vom Wurzeltee und 120ml Petersilienwasser zusammen in eine grosse Tasse. Geben Sie 20 Tropfen Goldrutentinktur hinzu und Gewürze wie Muskatnuss, Zimt, nach belieben. Trinken Sie diese Mixtur über den Tag verteilt, sonst stellen sich eventuell leichte Magenschmerzen und Druck auf der Blase ein. Sollte Ihr Magen sehr empfindlich sein, beginnen Sie mit der halben Dosis und steigern diese dann langsam.

Nicht vergessen - Viel trinken

Bitte beachten Sie, dass es wichtig ist Ihre Flüssigkeitszufuhr auf mindestens 2,5 Liter stilles Wasser täglich zu erhöhen, damit Ihre Niere die freigesetzte Gifte und Schlacken auch ausreichend ausscheiden kann.

Zusätzlich wird Ihre Entgiftung durch folgende Kapseln unterstützt

- Ingwer Kapseln: Eine mit jeder Mahlzeit (3 täglich).
- Bärentrauben Kapseln: Eine Kapsel am Morgen und zwei Kapseln am Abend.
- Vitamin B6 (250mg): Eine Kapsel pro Tag
- Magnesiumoxid (300mg): Eine Kapsel pro Tag.

Für die bessere Verträglichkeit empfiehlt es sich diese Ergänzungsmittel kurz vor dem Essen einzunehmen.

Sollte Ihre Teeabkochung und das Petersilienwasser aufgebraucht sein, wiederholen Sie den Prozess. Wenn Sie die Wurzeln nach Gebrauch in das Gefrierfach geben, können Sie sie zum Schluss mit der halben Menge Wasser noch einmal aufkochen.

Einige Hinweise zu diesem Rezept: Dieser Kräutertee, ebenso wie das Petersilienwasser, kann leicht verderben. Kochen Sie Ihren Tee mindestens jeden dritten Tag nochmals auf, wenn Sie ihn im Kühlschrank aufbewahren. Sollten Sie ihn am Morgen abgekocht haben, können Sie die Mischung ungekühlt mitnehmen. Verwenden Sie für den Transport einen Glasbehälter.

Die Dauer der Kur

Die ganze Reinigung Ihrer Niere nimmt ca drei Wochen in Anspruch und sollte bestenfalls und um Nierensteinen vorzubeugen sowie Ihr Organ zu stabilisieren, zweimal im Jahr durchgeführt werden.

Sollten Sie kleinere Nierensteine loswerden wollen, so empfiehlt sich die Einnahme dieser Abkochung über den Zeitraum von sechs Wochen. Die Lösung von Nierensteinen ist jedoch nicht ungefährlich und kann zu schwerwiegenden Komplikationen führen und ein schon geschwächtes Organ nachhaltig sowie stark schädigen. Es ist daher unabdingbar im Vorfeld mit Ihrem Arzt oder Naturheilkundler über Ihre körperliche Eignung zu sprechen und sich während der Kur von diesem begleiten zu lassen.

Bitte nehmen Sie zur Kenntnis, dass diese Kur eine Empfehlung darstellt und ich keinerlei Haftung für entstandene Komplikationen oder denen aus Ihnen resultierenden Folgen übernehmen kann.

Eine gute Wirkung!