

# Entschlackung

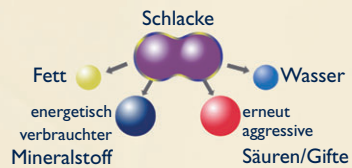
Der „Dreisprung der Entschlackung“: Dr. h. c. Peter Jentschura hat erstmalig erforscht, wie der versauerte und vergiftete Organismus mit drei Stoffwechselschritten problemlos gereinigt werden kann:

## 1. Schlackenlösung

Gezielte Spaltung der Schlacken\* in ihre ursprünglichen Bestandteile und dadurch Reaktivierung der bislang neutralisierten Säuren und Gifte durch Schlackenlöser:

- neutrale Schlackenlöser wie Wasser, Gemüsesäfte, spezielle Kräutertees, Homöopathische Mittel o.ä.
- saure Schlackenlöser wie Apfelessig, Salzsole o.a. belasten zusätzlich durch einen erhöhten Neutralisierungs- und Ausscheidungsbedarf

\* Schlacken sind nicht ausgeschiedene, durch Mineralstoffe neutralisierte, an Fett und Wasser gebundene und dann abgelagerte Säuren und Gifte.



Ein angenehmer Nebeneffekt einer Entschlackung ist die Gewichtsreduktion: Über die Schlackenlösung können mit den Säuren und Giften auch bisher gebundene Fette und Wasser ausgeschieden werden!

**Keine Entschlackung ohne gezielte Schlackenlösung!**

## 2. Neutralisierung

Gezielte Neutralisierung und sicherer Abtransport der Säuren und Gifte erfolgen durch basenbildende Vital- und Mineralstoffe aus omnimolekularer Ernährung!

Während der Entschlackung ist der Organismus zusätzlich belastet: Zu den alltäglichen Belastungen kommen die reaktivierten Säuren und Gifte aus den gelösten Schlacken hinzu. Deshalb benötigt der Organismus jetzt gezielt mehr basenbildende pflanzliche Vitalstoffe zur Unterstützung seiner Organe, vor allen Dingen der Nieren. Diese Vitalstoffe sind reichlich in Gemüse und Obst, in Salaten, Kräutern, Nüssen und Samen enthalten.

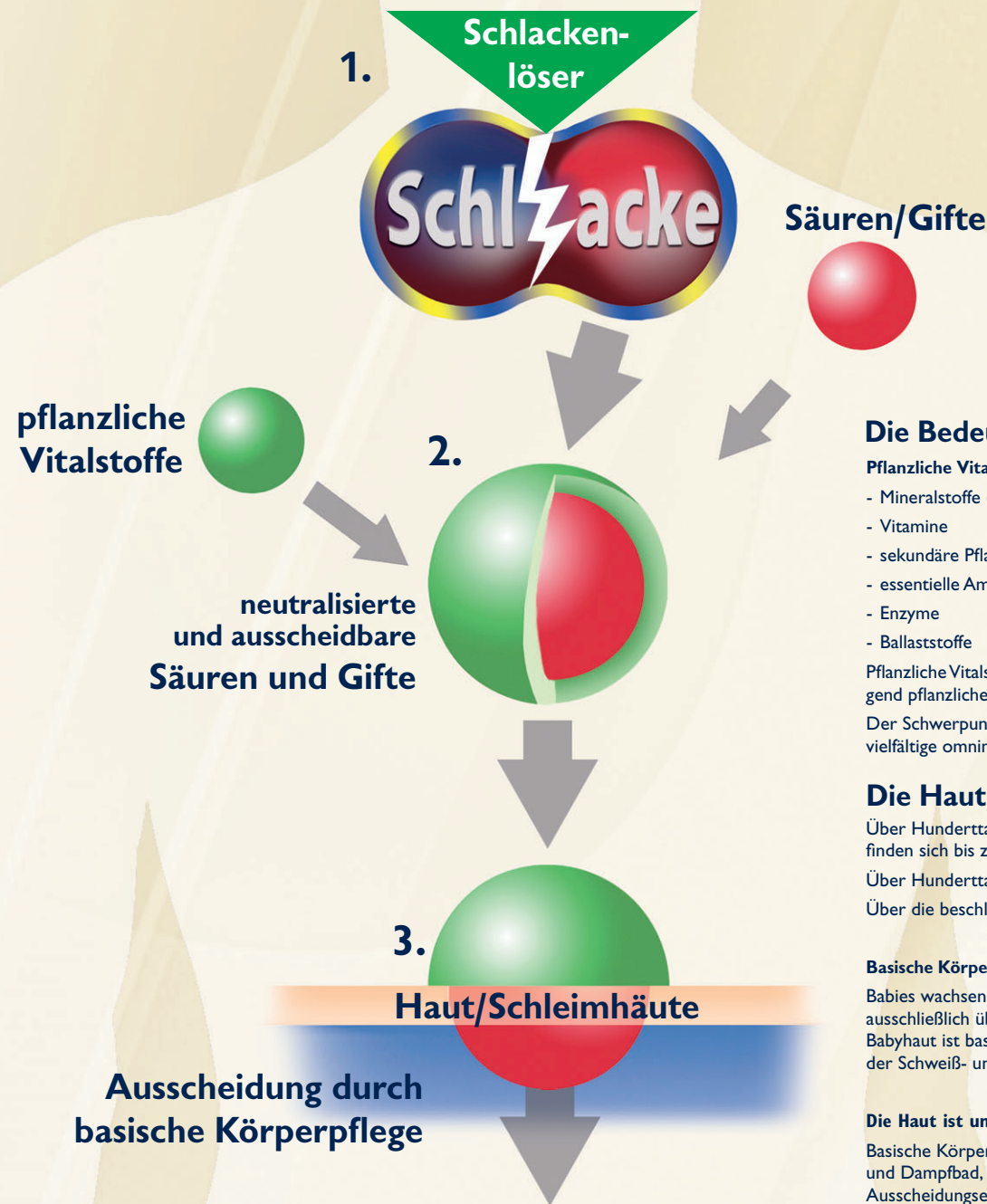
**Krisenfrei entschlacken mit basenbildenden pflanzlichen Vitalstoffen!**

## 3. Ausscheidung

Gezielte Ausscheidung der Säuren und Gifte über Nieren, Darm, Lunge und insbesondere über Haut und Schleimhäute mit Hilfe basischer Körperpflege.

Die Ausscheidungskapazitäten von Nieren, Darm und Lunge sind zunehmend durch ein Übermaß an Säuren und Giften überlastet. Eingetretene Verschlackungen machen diesen Ausscheidungsengpaß deutlich. Dieser Engpaß kann mit den Ausscheidungskapazitäten der Haut und der Schleimhäute durch basische Körperpflege gelöst werden.

**Erst mit der Ausscheidung ist die Entschlackung erfolgreich!**



## Alltägliche Belastungen des Organismus durch Säuren und Gifte

- permanent aus dem Stoffwechsel und dem normalen Zellverfall, verstärkt z.B. bei extremen körperlichen Belastungen, bei Diabetes und beim Fasten
- aus säureüberschüssigen Nahrungs- und Genußmitteln
- aus Umwelteinflüssen
- aus Streß und Leistungsdruck

Der Organismus braucht während einer Entschlackung alle Kräfte und Vitalstoffe, um sich von den gelösten Säuren und Giften zu befreien.

## Die Bedeutung pflanzlicher Vitalstoffe für den Organismus

### Pflanzliche Vitalstoffe

- Mineralstoffe (Mengen- und Spurenelemente)
- Vitamine
- sekundäre Pflanzenstoffe
- essentielle Amino- und Fettsäuren
- Enzyme
- Ballaststoffe

### Funktionen der Vitalstoffe

- Neutralisierung der Säuren und Gifte für die Säure-Basen-Balance
- Stärkung des Immunsystems
- Optimierung der Enzymtätigkeiten und sämtlicher Stoffwechselaktivitäten
- Vitalstoffe sind Bausteine der Regeneration. Sie erhalten oder reparieren Strukturen, Funktionen, Gesundheit und Schönheit.

Pflanzliche Vitalstoffe sind in ihrer Vielfalt, in ihrer Bioverfügbarkeit und in ihren Funktionen unersetzlich! Eine überwiegend pflanzliche, abwechslungsreiche Ernährung hilft, indem sie wenige Säuren aber viele basenbildende Vitalstoffe liefert! Der Schwerpunkt der Ernährung sollte pflanzlich sein. Da jede Pflanze nur bestimmte Vitalstoffe enthält, sollte auf eine vielfältige omnimolekulare Kombination geachtet werden.

## Die Haut, ein geniales Ausscheidungsorgan

Über Hunderttausende von Schweißdrüsen werden in erster Linie Säuren ausgeschieden. Am menschlichen Körper finden sich bis zu 200 Schweißdrüsen/cm<sup>2</sup>, z.B. in den Achselhöhlen und an den Füßen.

Über Hunderttausende von Talgdrüsen werden hauptsächlich Gifte ausgeschieden. Jedes Haar hat eine Talgdrüse. Über die beschleunigte Teilung der Hautzellen (Schuppen) werden hauptsächlich Gifte ausgeschieden.

### Basische Körperpflege – die sinnvollste und effektivste Ausscheidungshilfe aus der Natur!

Babies wachsen im basischen Fruchtwasser der Mutter heran und scheiden neun Monate lang Säuren und Gifte fast ausschließlich über die Haut aus. Das Fruchtwasser neutralisiert die Säuren, so daß sie nicht die Babyhaut belasten. Babyhaut ist basisch, samtweich und duftet angenehm. Erst im Laufe der Zeit wird die Haut durch die Ausscheidungen der Schweiß- und Talgdrüsen immer saurer.

### Die Haut ist unsere „Dritte Niere“! Die Füße sind unsere „Hilfsnieren“!

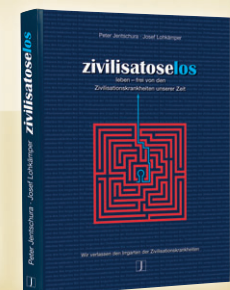
Basische Körperpflege in Form von basischen Voll- und Fußbädern, Stulpfen, Strümpfen und Wickeln, Massagen, Sauna und Dampfbad, Inhalationen, Spülungen usw. nutzt die Ausscheidungskapazitäten der Haut und der Schleimhäute. Der Ausscheidungsengpaß von Nieren, Darm und Lunge wird überwunden! Gleichzeitig werden die übrigen Ausscheidungsorgane entlastet!

**Bleiben Sie gesund mit regelmäßiger Entschlackung!**

### Gesundheit durch Entschlackung

Dr. h. c. Peter Jentschura  
Josef Lohkämper  
über 185.000 verkaufte Exemplare  
260 Seiten  
Fadenheftung  
fester Einband

ISBN 978-3-933874-33-7



### zivilisatoselos

leben - frei von den Zivilisationskrankheiten unserer Zeit  
Dr. h. c. Peter Jentschura  
Josef Lohkämper  
374 Seiten  
Fadenheftung  
fester Einband

ISBN 978-3-933874-30-6



Verlag Peter Jentschura  
Literatur für Leben und Gesundheit

D-48163 Münster · Tel.: +49 (0) 25 36 – 34 29 90 · Fax: +49 (0) 25 36 – 3 42 99 99 · www.verlag-jentschura.de