

Anwendung nach Pater B.J. Schorr

100 g Magnesiumchlorid in 3 Liter Wasser (33 g pro Liter) auflösen, keine Plastikflaschen/-gefäße benutzen. Dosis: Gleich nach dem Aufstehen täglich ein Schnapsglas davon trinken. Jede Steigerung der Einnahme sollte langsam erfolgen.

- **Verkalkung:** Normaldosis für eine Woche, danach - falls nichts Anormales passiert - beim Schlafen gehen eine zweite Dosis
- **Arthritis:** Normaldosis für eine Woche, danach - falls nichts Anormales passiert - beim Schlafen gehen eine zweite Dosis
- **Alterserscheinungen** bei vollwertiger Nahrung: (a) 40.-55. Lebensjahr 1/2 Dosis beim Aufstehen, (b) 55.-70. Lebensjahr eine Dosis morgens, (c) ab 70. Lebensjahr eine Dosis morgens und eine abends.
- Alterserscheinungen bei minderwertiger Nahrung: (a) 10.-40. Lebensjahr 1/2 Dosis ins/zum Mittagessen, (b) 40.-55. Lebensjahr eine Dosis beim Aufstehen und 1/2 Dosis abends, (c) ab 55. Lebensjahr eine Dosis morgens und eine abends.
- **Krebs(vorsorge):** wie bei Alterserscheinungen minderwertiger Nahrung

Magnesiumchloridöl

Magnesiumchloridöl ist eine Sole und kein Öl, wird jedoch oft so genannt, weil die Konsistenz an weiches, gehaltvolles Öl erinnert. Es dient der Magnesium Versorgung, wird über die Haut aufgenommen und ist beliebt bei Sportlern und körperlich aktiven Menschen.

Anwendung:

äußerlich

4-5 Mal auf die Haut sprühen und einmassieren.

sollte sich ein leicht weißer Rückstand auf der Haut bilden, kann dieser Salzurückstand abgewischt oder abgewaschen werden.

- als Deodorant unter die Achseln sprühen

- Sportler zum Training auftragen

- Fußbad: 6g Magnesiumchlorid (1 TL) auf 4-5 Liter körperwarmes Wasser (20-30min)

Über ein Fußbad kann man in kurzer Zeit eine hohe Magnesiumaufnahme in den Körper erreichen.

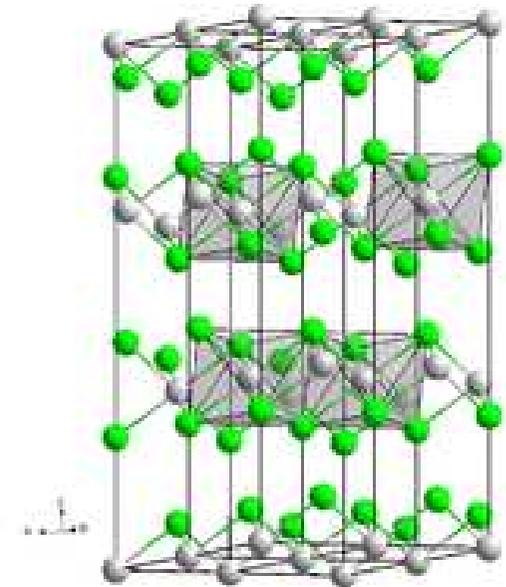
Magnesiumchloridöl selber herstellen:

33g $MgCl_2$ auf 100ml Wasser



Magnesiumchlorid

www.gesund-im-net.de



Kontakt:

Georg Keppler (+49) 3301 2019566

Berit Jesse (+49) 3301 2038140

Michael Teich (+49) 30 95614358

Mandy Mehta (+49) 6196 8877873

Allgemeines

Vorkommen

Magnesiumchlorid kommt in der Natur im Mineral Bischofit ($\text{MgCl}_2 \cdot 6\text{H}_2\text{O}$) sowie als Doppelsalz Carnallit ($\text{KMgCl}_3 \cdot 6\text{H}_2\text{O}$) vor. Eine weitere natürliche Quelle ist das Meerwasser. In manchen Salzseen ist die Konzentration von Magnesium-Ionen sogar höher als die der Natrium-Ionen.

In der Lebensmitteltechnik wird MgCl_2 als Säureregulator, Festigungsmittel, Geschmacksverstärker, Trägerstoff oder Trennmittel eingesetzt. Es ist in der EU als Lebensmittelzusatzstoff der Nummer *E 511* ohne eine Höchst-mengenbeschränkung (quantum satis) für alle für Zusatzstoffe zugelassenen Lebensmittel sowie auch für Öko-Lebensmittel zugelassen.

Es ist der Hauptbestandteil des Gerinnungsmittels *Nigari* und dient so der Herstellung von Tofu.

Verwendung:

Unbedingt trocken lagern!

Magnesiumverbindungen können als leichtes Abführmittel wirken. Deswegen wird z.B. Magnesium-Citrat in den USA vor OPs und Dickdarmspiegelungen in gezielter "Überdosierung" als Abführmittel eingesetzt.

Verwendung

Magnesiumverbindungen setzen die Nerven- und Muskelerregbarkeit herab. Das beugt bestehender Krampfanfälligkeit vor und akute Krämpfe können zumindest gelindert werden.

Bei extremer Überdosierung kann eine Lähmung des zentralen Nervensystems (Magnesiumnarkose) eintreten.

Nicht einnehmen bei bestehenden Magengeschwüren. Bei Personen mit empfindlichem Magen kann es zu Aufstoßen und Völlegefühl kommen.

Magnesiumchlorid war eines der ersten Antiseptika. Die Impfung gegen Kinderlähmung bestand früher aus einer einmaligen Dosis von 1 EL Magnesiumchlorid. Botulismus und Diphtherie wurden wie folgt behandelt: 20 g Magnesiumchlorid pro Liter Wasser, davon 125 ml alle 6 Stunden für 3 Tage, danach alle 8 Stunden, alle 12 Stunden nach Zustand.

bei Verstopfung

Das Gegenstück von Essen ist die Ausscheidung von Abfallprodukten. Diese beiden Vorgänge ergänzen sich wie die beiden Flügel eines Vogels. Wenn einer von beiden nicht richtig funktioniert ist fliegen unmöglich. Hier endet jedoch der Vergleich, denn Essen ist zwar nicht wichtiger, kommt aber zuerst. Bevor Ausscheidung stattfinden kann, muss erst einmal etwas gegessen worden sein.

bei Verstopfung

Und jede Schwierigkeit in der Ausscheidung, d.h. Verstopfung oder Durchfall, hat ihren Hauptgrund in dem, was gegessen wurde.

Solange das Essen richtig ist, verläuft die Ausscheidung reibungslos.

Solange dieses intakte Zusammenwirken reibungslose Verdauung gewährleistet, kann der Mensch nicht krank werden.

Wie dem auch sei, in unserer westlichen Kultur haben wir zu über 90% mit gesundheitlichen Problemen zu tun, die aus teilweiser Darmverstopfung erwachsen. Selbst erstklassiges Essen wird giftig, wenn es zu lange im Darm verweilt. Daher ist der am meisten lohnende Schritt oft eine gezielte Beschleunigung der Darmpassage. Das kann mit Magnesiumchlorid erreicht werden, 33 g in einem Liter Wasser aufgelöst. Die Dosis ist jeweils ein Schnapsglas voll von dieser Lösung. Fangen sie mit einmal pro Tag an – vor dem Frühstück – und falls die Wirkung nicht zufriedenstellend ist, fügen sie eine zweite, ggf. eine dritte Dosis vor den anderen Mahlzeiten dazu. Sobald der „Korken geknallt“ hat oder sich dünner Stuhlgang allmählich einstellt, senken sie die Dosis entsprechend, um Durchfall zu vermeiden. Schnell lernen sie durch Versuch und Irrtum, dass ihr Körper abhängig vom jeweiligen Essen und sonstigen Faktoren (Bewegung!!) einen wechselnden Bedarf für die Unterstützung mit Magnesiumchlorid hat, der sich an keine Dosierungsanleitung hält.