

Ook van Andreas Moritz

De ongelooflijke lever- en galblaaszuivering

Kanker is geen ziekte

Gezond met zonlicht

Weg met diabetes!

Het body & mind mysterie

Timeless Secrets of Health and Rejuvenation

Lifting the Veil of Duality

It's Time to Come Alive

Simple Steps to Total Health

Heart Disease No More!

Ending the AIDS Myth

Hear the Whispers, Live Your Dream

Sacred Santémony

Ener-Chi Art

De vier meest voorkomende ziekteoorzaken

*Wat je zélf kunt doen
om niet ziek te worden*

Andreas Moritz



Je gezondheid heb je zelf in de hand



De vier meest voorkomende ziekteorzaken

Wat je zélf kunt doen om niet
ziek te worden

Dit boek is een vertaling van een gedeelte uit
Timeless Secrets of Health & Rejuvenation

Copyright © 2009 Andreas Moritz

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of
openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm,
internet of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande
schriftelijke toestemming van de uitgever.

Copyright © 2012 voor deze uitgave:
Belfra Publishers for Success BV h.o.
Succesboeken.nl
The Netherlands
www.succesboeken.nl
email: info@succesboeken.nl

Vertaling: Inge Zoet
Redactie: Titus van den Hurk
Ontwerp en illustratie cover:
Ener-Chi Art, Oil on canvas by Andreas Moritz

ISBN: 9789079872442
NUR: 860

Trefw.: gezondheid, complementaire geneeswijze

Om wettelijke redenen

De auteur van dit boek, Andreas Moritz, staat het gebruik van geen enkele specifieke vorm van gezondheidszorg voor, maar gelooft dat de feiten, cijfers en kennis die in dit boek gepresenteerd worden, beschikbaar zouden moeten zijn voor iedereen die zich bezighoudt met de verbetering van zijn of haar gezondheid.

Hoewel de auteur heeft geprobeerd een diepgaand begrip weer te geven van de onderwerpen in dit boek en de exactheid en volledigheid van alle informatie afkomstig van bronnen van buiten hemzelf te verzekeren, neemt noch hij, noch de uitgever verantwoordelijkheid voor eventuele fouten, onvolledigheden, weglatingen of andere onachtzaamheden in dit boek.

Mogelijke benadeling van bepaalde mensen of organisaties is onbedoeld. Het is niet de opzet van dit boek om het advies en de behandeling van een arts die zich specialiseert in het behandelen van bepaalde ziekten te vervangen. Het gebruik van de informatie die in dit boek aan bod komt, is geheel voor rekening van de lezer.

De auteur en de uitgever zijn niet verantwoordelijk voor enige nadelige effecten of gevolgen die eventueel voortvloeien uit het gebruik van de preparaten of procedures zoals beschreven in dit boek.

De beweringen in dit boek zijn uitsluitend bestemd voor educatieve en theoretische doeleinden en zijn voornamelijk gebaseerd op de eigen mening en theorieën van Andreas Moritz. Men dient altijd het advies in te winnen van een gezondheidstherapeut voordat men een voedings-, kruiden- of homeopathisch supplement tot zich neemt, of voordat men een therapie start of beëindigt. De auteur heeft niet de bedoeling om een medisch advies uit te brengen of een alternatief hiervoor te bieden en geeft geen enkele garantie, of deze nu zwart op wit staat of gesuggereerd wordt, met betrekking tot een product, apparaat of therapie.

De lezer moet zijn eigen oordeel vellen of een holistische medische expert of zijn persoonlijke arts raadplegen voor specifieke toepassingen bij zijn individuele problemen.

Met alle respect heb ik de vrijheid genomen u te tutoyeren. Dit boek is in de mannelijke vorm geschreven. Uiteraard heb ik respect en bewondering voor de vrouwelijke lezer van dit boek.

De auteur

Enkele Engelse woorden en uitdrukkingen zijn bewust niet vertaald; ze zijn in het Engels krachtiger dan in het Nederlands.

De uitgever

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1

| | |
|---|----|
| Galstenen in de lever en de galblaas | 1 |
| Als de galwegen van de lever verstopt raken | 9 |
| Galstenen - een constante oorzaak van ziekten | 14 |

Hoofdstuk 2

| | |
|---------------------------------------|----|
| Nierstenen | 23 |
| Soorten nierstenen en hun effect | 25 |
| Waarom zou je een nierzuivering doen? | 31 |
| De nierzuivering | 33 |

Hoofdstuk 3

| | |
|---|----|
| Uitdroging | 37 |
| Uitdroging herkennen | 39 |
| De pijnconnectie | 42 |
| Uitdroging van het lichaam - de voornaamste oorzaak van stress | 47 |
| De stressreactie | 49 |
| Het samentrekken van de bloedvaten | 50 |
| Het vasthouden van vocht en het ontstaan van nierschade | 51 |
| Het cafeïne- en alcohol drama | 52 |
| Frisdranken kunnen ernstige schade toebrengen aan je gezondheid | 53 |

| | |
|--|-----|
| Let op het soort water dat je drinkt | 58 |
| Richtlijnen voor een geleidelijke hydratering | 66 |
| Hoofdstuk 4 | |
| Wat je zwak maakt, maakt je ook ziek | 71 |
| Ziekte is een toxinecrisis | 79 |
| Waarom vergiftigen we onze kinderen met voeding? | 87 |
| Het basisziekteproces | 95 |
| Over de auteur | 103 |
| Andere Nederlandse boeken van de auteur | 107 |

Hoofdstuk 1

Galstenen in de lever en de galblaas

Veel mensen geloven dat galstenen alleen voorkomen in de galblaas. Dit is een veronderstelling die veel voorkomt. De meeste galstenen worden eigenlijk gevormd in de lever en er komen er naar verhouding maar weinig voor in de galblaas (illustratie 1a, op blz. 6).

Je kunt dit eenvoudig zelf vaststellen door een leverzuivering te doen. Het maakt niet uit of je een leek bent of een arts, een wetenschapper of iemand van wie de galblaas is verwijderd en die daarom denkt vrij te zijn van galstenen. Het resultaat van de leverzuivering spreekt voor zich (als ik het heb over een leverzuivering, dan bedoel ik ook een zuivering van de galblaas).

Geen enkel wetenschappelijk bewijs of medische verklaring kan zo'n zuivering waardevoller maken dan hij al is. Zodra je honderden groene, beige, bruine of zwarte galstenen in je toiletpot ziet drijven bij je eerste leverzuivering, weet je intuïtief dat je met iets heel belangrijks in je leven bezig bent. Om je nieuwsgierigheid te bevredigen, zou je kunnen besluiten de stenen naar een laboratorium te brengen om ze te laten analyseren, of je dokter te vragen wat hij ervan vindt.

Je dokter zal je initiatief om jezelf te genezen ondersteunen of je vertellen dat dit belachelijk is en je adviseren het niet te doen. Maar het allerbelangrijkst is dat

je verantwoordelijkheid hebt genomen voor je eigen gezondheid, misschien wel voor de eerste keer in je leven.

Niet iedereen heeft zoveel geluk als jij. Ongeveer 20% van de wereldbevolking ontwikkelt op een bepaald moment in hun leven galstenen in hun galblaas. En velen van hen zullen besluiten om dit belangrijke orgaan te laten verwijderen. Maar dit statistische gegeven vertelt je niet hoeveel mensen galstenen zullen ontwikkelen (of misschien nu al hebben) in hun lever.

In mijn dertigjarige praktijk in de natuurgeneeskunde zag ik duizenden patiënten die aan allerlei soorten chronische ziekten leden. Ik kan getuigen van het feit dat werkelijk ieder van hen, zonder uitzondering, een grote hoeveelheid galstenen in zijn of haar lever had. Verrassend genoeg gaven maar enkelen aan galstenen in de galblaas te hebben gehad.

Zoals je zult lezen in dit boek vormen galstenen in de lever de grootste belemmering bij het verkrijgen of handhaven van een goede gezondheid, jeugdige uitstraling en vitaliteit.

Galstenen in de lever zijn inderdaad een van de belangrijkste redenen waarom mensen ziek worden en moeilijkheden ondervinden bij het genezen van ziekte.

Galstenen in de lever niet ontdekken en ontkennen dat ze er meestal wel aanwezig zijn, zou wel eens de ongelukkigste vergissing ooit kunnen zijn, in zowel de conventionele als de holistische geneeskunde.

De conventionele geneeskunde hecht grote waarde aan het doen van bloedonderzoek om een diagnose te

stellen. Deze methode schiet echter tekort bij het vaststellen van de gezondheid van de lever.

De meeste mensen met bepaalde lichamelijke klachten, hebben heel normale niveaus van leverenzymen in hun bloed, terwijl ze lijden aan verstopping van de lever. Dit laatste is een van de meest voorkomende gezondheidsproblemen, maar de conventionele geneeskunde verwijst er maar zelden naar.

Doktoren hebben ook geen betrouwbare methode om verstopping van de lever op te sporen en vast te stellen. Het niveau van leverenzymen is alleen maar verhoogd bij een ernstige vernietiging van levercellen, zoals het geval is bij hepatitis of ontsteking van de lever.

Levercellen bevatten grote hoeveelheden enzymen. Als een bepaald aantal levercellen eenmaal gescheurd is, beginnen hun enzymen zichtbaar te worden in het bloed. Als dit aangetoond wordt met een bloedonderzoek, geeft het hoge aantal leverenzymen aan dat de lever niet goed functioneert. Maar dan is het kwaad al geschied. Chronische leververstopping kan jarenlang onopgemerkt blijven.

Standaard klinische testen tonen bijna nooit galstenen in de lever aan. De meeste doktoren weten zelfs niet eens dat ze daar gevormd kunnen worden.

Alleen sommige van de meest vooraanstaande onderzoeksinstituten, zoals de *John Hopkins University*, beschrijven en illustreren deze leverstenen in hun literatuur of op hun website. Zij verwijzen dan naar *intrahepatische galstenen*.

Door te begrijpen hoe galstenen in de lever bijdragen

aan het verschijnen en verergeren van bijna iedere soort ziekte en door het nemen van de eenvoudige stappen



om de galstenen te verwijderen (voor bijzonderheden zie mijn boek: *De ongelooflijke lever- en galblaaszuivering**) ben je in staat je eigen gezondheid en vitaliteit blijvend te herstellen.

Het toepassen van de leverzuivering bij jezelf - of bij je patiënten, als je een gezondheidstherapeut bent - levert je enorm veel op. Een schone lever betekent een nieuwe levensverwachting.

Hieronder vind je een paar voorbeelden die aangeven hoe belangrijk een gezonde, schone lever is:

- Bijna iedere ziekte wordt direct of indirect veroorzaakt door verstopping van de galwegen van de lever en de galblaas.
- Geblokkeerde, giftige gal is de oorzaak van de meeste spijsverteringsproblemen.
- Verstopte galwegen van de lever kunnen onschadelijke chemische stoffen veranderen in kanker-veroorzakende stoffen - en ze vervolgens door het lichaam verspreiden.
- Een slecht functionerende lever kan 70% van de bloedtoevoer naar het hart blokkeren.
- De lever is verantwoordelijk voor mentale helderheid en emotionele stabiliteit.

- De lever kan eiwitten in het lymfsysteem lekken die een grote hoeveelheid aan reacties van het immuunsysteem kunnen oproepen, van allergieën tot auto-immuunziekten en van verkoudheden tot kanker.
- De enzymen in de lever kunnen de eigen steroïde hormonen van het lichaam veranderen in goede of dodelijke hormonen. Deze laatste zijn de oorzaak van kanker in de voortplantingsorganen.

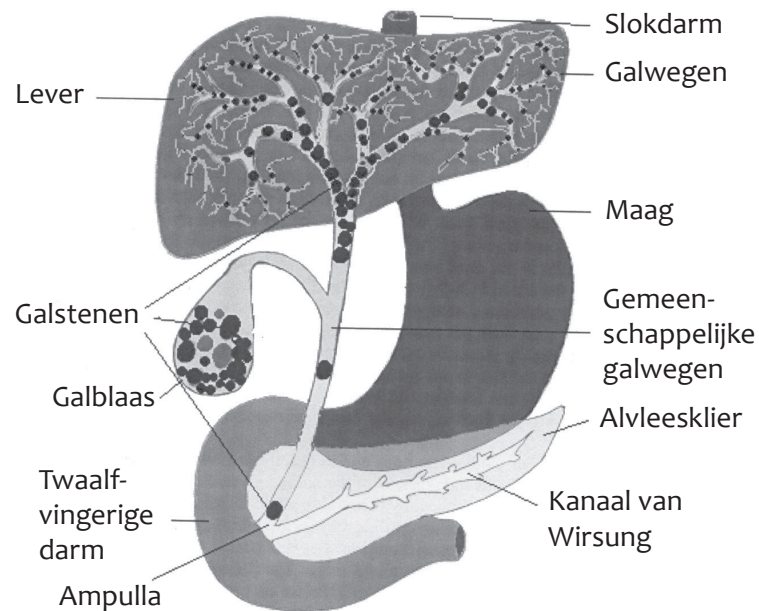
De lever is het grootste orgaan in het lichaam. Hij kan wel drie pond wegen, ligt achter de ribben aan de rechterbovenkant van de buik en is bijna zo breed als het hele lichaam. Omdat de lever verantwoordelijk is voor honderden verschillende functies, is hij ook het meest complexe en actieve orgaan van het lichaam.

Omdat de lever het omzetten, verspreiden en in stand houden van de vitale 'brandstofvoorraad' van het lichaam (bijvoorbeeld voedingsstoffen en energie) regelt, heeft alles wat deze functies verstoort een zeer schadelijk effect op de gezondheid van de lever en het lichaam als geheel. De sterkste verstoring wordt veroorzaakt door de aanwezigheid van galstenen.

Naast cholesterol - een essentiële bouwstof voor alle orgaancellen, hormonen en gal - produceert de lever ook hormonen en eiwitten die invloed hebben op de manier waarop het lichaam functioneert, groeit en geneest. Bovendien maakt de lever nieuwe aminozuren aan en zet hij bestaande aminozuren om in eiwitten (bij de eerste ademhaling maakt een pasgeboren baby direct

aminozuren en eiwitten uit stikstof, koolstof, zuurstof en waterstofmoleculen in de lucht).

Deze eiwitten zijn de belangrijkste bouwstenen van de cellen, hormonen, neurotransmitters, genen, etc.



Illustratie 1a: Galstenen in de lever en de galblaas

Andere essentiële functies van de lever zijn het afbreken van oude, uitgewerkte cellen, het recyclen van eiwitten en ijzer en het opslaan van vitaminen en voedingsstoffen. Galstenen zijn een risico voor al deze vitale taken.

Naast het afbreken van alcohol in het bloed, ontgift de

lever ook schadelijke stoffen, bacteriën, parasieten en bepaalde onderdelen van farmaceutische medicijnen. Hij gebruikt specifieke enzymen om afval of toxines om te zetten in stoffen die daarna veilig uit het lichaam kunnen worden verwijderd. Ook filtert de lever iedere minuut meer dan een kwart van het bloed.

De meeste afvalproducten verlaten de lever via de galstroom. Galstenen die de lever verstoppen, maken de gal giftig en dit leidt tot hoge niveaus van toxiciteit in de lever en uiteindelijk ook in de rest van het lichaam.

Deze ontwikkeling wordt verder versterkt door het gebruik van farmaceutische medicijnen, die gewoonlijk door de lever afgebroken worden. De aanwezigheid van galstenen voorkomt hun ontgiftiging en dat kan 'overdosering' en verwoestende bijeffecten veroorzaken, zelfs bij een normale dosering.

Het betekent ook dat de lever het risico loopt beschadigd te worden door de afvalproducten van de medicijnen die hij afbreekt. Alcohol die niet voldoende afgebroken wordt in de lever, kan levercellen ernstig beschadigen of vernietigen.

Een van de belangrijkste functies van de lever is het produceren van gal; iets meer dan een halve liter per dag. Gal uit de lever is een stroperige gele, bruine of groene vloeistof die alkalisch is (het tegenovergestelde van zuur) en die bitter smaakt. Zonder voldoende gal blijft het meeste eten onverteerd of gedeeltelijk onverteerd.

Om bijvoorbeeld de dunne darm in staat te stellen vet en calcium te verteren en op te nemen uit het voedsel

dat je eet, moet dat zich eerst vermengen met gal. Als onverteerd voedsel samen met andere afvalstoffen de dikke darm bereikt, breken bacteriën een gedeelte van het vet af tot vetzuren of het verlaat het lichaam via de ontlasting.

Omdat vet lichter is dan water kan vette ontlasting blijven drijven. Als er geen vet wordt opgenomen, wordt er ook geen calcium opgenomen, waardoor er een tekort in het bloed ontstaat. Vervolgens haalt het bloed het benodigde calcium uit de botten.

De meeste problemen met botdichtheid (osteoporose) worden eigenlijk veroorzaakt door een onvoldoende afscheiding van gal en door een slechte vertering van vet en niet door te weinig calcium in de voeding. Weinig gezondheidsdeskundigen zijn op de hoogte van dit feit en schrijven daarom alleen maar calciumsupplementen voor aan hun patiënten.

Naast het afbreken van het vet uit onze voeding verwijdert gal ook toxines uit de lever. Een van de minder bekende, maar uiterst belangrijke taken van gal is het reinigen van de darmen. Gal bevordert ook de peristaltische werking van de darmen, zodat er een gezonde, regelmatige stoelgang ontstaat. Als de peristaltische werking van de darmen onvoldoende is, ontstaat constipatie.

Als de galstenen in de lever of de galblaas de galstroom ernstig belemmeren, kan de ontlasting lichtbruin, oranje-geel of zelfs bleek als klei zijn, in plaats van normaal groen-bruin.

Galstenen zijn een direct gevolg van een ongezond

voedingspatroon en een slechte levensstijl. Als er nog steeds galstenen aanwezig zijn in de lever of galblaas nadat alle ziekteveroorzakende factoren zijn verwijderd, vormen ze een aanzienlijk gezondheidsrisico en kunnen ze leiden tot ziekte of vroegtijdige veroudering.

Daarom is het onderwerp 'galstenen' hier opgenomen als een belangrijke risicofactor bij het ontstaan van ziekten. De volgende paragraaf beschrijft een aantal van de belangrijkste effecten van de aanwezigheid van galstenen in de lever en galblaas op de organen en systemen van het lichaam.

Als galstenen verwijderd worden, kan het hele lichaam zijn normale, gezonde activiteiten weer hervatten.

Als de galwegen van de lever verstopt raken

Het meest voorkomende, maar zelden onderkende gezondheidsprobleem, is verstopping van de galwegen van de lever door galstenen (illustratie 1b & c).

Als je een van de volgende symptomen of vergelijkbare problemen hebt, is het heel waarschijnlijk dat je heel veel galstenen in je lever en galblaas hebt:

- Aambeien
- Astma
- Chronische vermoeidheid
- Constipatie
- Depressie
- Diarree
- Doffe pijn aan de rechterkant
- Donkere kringen onder de ogen



Illustratie 1b & c: Galstenen uit de lever en de galblaas

- Doodsbleke gelaatskleur
- Eetbuien
- Ernstige schouder- en rugpijn
- Fibromyalgie
- Flauwvallen
- Frozen Shoulder (stijve schouder)
- Gele huid en geel oogwit
- Gevoelloze of verlamde benen
- Gewrichtsproblemen
- Gezichtsvermogensproblemen
- Hartkwalen
- Hepatitis
- Hernia
- Hersenziekten
- Hoofdpijn en migraine
- Hoog cholesterol
- Hormonale onbalans
- Huidproblemen
- Impotentie
- Infecties
- Ischias
- Jicht
- Kanker
- Kleikleurige ontlasting
- Knieproblemen
- Koude en warme opvliegers
- Koude ledematen
- Levercirrose
- Levervlekken, vooral op de bovenkant van de handen en in het gezicht

- Menstruatieklachten
- Misselijkheid en overgeven
- Moeilijkheden met ademen
- Nachtmerries
- Nierziekten
- Obesitas
- Opgezwollen ogen
- Osteoporose
- Overgangsklachten
- Overmatig transpireren van het bovenlichaam
- Overmatige gewichtstoename
- Pancreatitis
- Pijn aan de bovenkant van een schouderblad of tussen de schouderbladen
- Prostaatkklachten
- Scoliose
- Seksuele problemen
- Slapeloosheid
- Slechte eetlust
- Spijsverteringsproblemen
- Stijve gewrichten en spieren
- Stijve nek
- Tand- en tandvleesproblemen
- Tong met glimmende of witte of gele bovenkant
- Urinewegklachten
- Verlies van spierkracht
- Vet haar en haaruitval
- Winderigheid
- Wonden die blijven bloeden en slecht genezen
- Ziekte van Alzheimer

- Zwartgallige of boze persoonlijkheid
- Zweren van de twaalfvingerige darm

Mensen met een chronische ziekte hebben vaak duizenden galstenen die de galwegen van de lever verstoppen. Er kunnen zich ook stenen in de galblaas gevormd hebben. Door de stenen uit deze organen te verwijderen met een serie leverzuiveringen en door een gezonde manier van eten en leven, kunnen de lever en de galblaas hun oorspronkelijke effectiviteit terugkrijgen.

Hierdoor verdwijnen de meeste symptomen van ongemak en ziekte. Zelfs de meeste hardnekkige allergieën verminderen of verdwijnen. Rugpijn vermindert en je energie en welbevinden nemen toe.

Het zuiveren van de galwegen van je lever is een van de belangrijkste en krachtigste manieren die je kunt gebruiken om je gezondheid terug te krijgen of te verbeteren.

Galstenen - een constante oorzaak van ziekten

De meeste galstenen in de lever hebben dezelfde 'ongevaarlijke' samenstelling als vloeibare gal, met cholesterol als voornaamste ingrediënt. Een aantal stenen bestaat uit vetzuren en ander organisch materiaal dat in de galwegen terecht gekomen is.

Doordat de meeste stenen bestaan uit gestolde klonten gal of organisch materiaal, zijn ze min of meer 'onzichtbaar' voor röntgenstralen, echografie en zelfs voor *computertomografie* (CT).

De situatie is anders als het gaat om de galblaas, waar ongeveer 20% van alle stenen bijna helemaal kunnen bestaan uit mineralen, voornamelijk kalkzouten en galpigmenten.

Terwijl diagnostische tests deze verharde en relatief grote stenen in de galblaas gemakkelijk op kunnen sporen, worden de zachtere, niet verharde stenen in de lever vaak over het hoofd gezien. Pas wanneer enorme hoeveelheden stenen, die bestaan uit 85 - 95% cholesterol of andere klonten vet, de galwegen van de lever blokkeren, kan een echo een zogenaamde 'vervette lever' aan het licht brengen.

In dit geval laten de echobeelden een lever zien die bijna helemaal wit is (in plaats van zwart). Een vervette lever kan wel 20.000 stenen bevatten voordat hij helemaal verstopt raakt en niet meer kan functioneren.

Galstenen in de lever kunnen allerlei vormen en kleuren hebben. De meeste zijn helder van kleur of donker-

groen, sommige andere kunnen wit, rood, zwart of lichtbruin zijn. Ze zijn het resultaat van te veel en ongezond eten en een verkeerde levensstijl, maar ook van stress en onderdrukte boosheid.

Naarmate de stenen groter worden, neemt de productie van gal noodgedwongen af. Normaal produceert de lever iedere dag ongeveer een liter gal. Deze hoeveelheid is nodig om voedsel in de dunne darm te verteren. Als de voornaamste galwegen geblokkeerd zijn, vindt maar een klein kopje gal of soms nog minder zijn weg naar de dunne darm.

Deze verminderde afscheiding van gal belemmert niet alleen de vertering van voedsel, maar zorgt er ook voor dat de lever geen toxines meer op kan ruimen en geen stenen uit de galwegen kan verwijderen. Hierdoor wordt de gal giftig.

Een gedeelte van deze giftige gal komt terug in de bloedstroom en beïnvloedt zo de werking van alle organen, met inbegrip van de hersenen en van de bloedcirculatie in de lever zelf.

De wanden van de bloedvaten in de lever (sinusoiden) raken steeds meer verstopt. Daardoor kan het *Low Density Lipoprotein* (LDL en VLDL, de zogenaamde slechte cholesterol) steeds moeilijker de bloedstroom verlaten, met als gevolg een verhoging van de cholesterol in het bloedserum.

Omdat galstenen poreus zijn, kunnen ze gemakkelijk toxines, bacteriën, virussen, parasieten en cysten die de lever passeren, opnemen, zoals vissen die gevangen worden in een net.

De stenen kunnen een constante bron van infectie worden, die het lichaam van een steeds groter wordende stroom nieuwe bacteriën voorziet.

Het is zinloos om te proberen om een opgeblazen gevoel, een blaasontsteking, candida, maagzweren of infectieziekten te genezen als de geïnfecteerde galstenen niet verwijderd worden uit de lever.

Soms raken een of meer stenen beklemd in de centrale afvoergang van gal tussen de galblaas en de twaalfvingerige darm. In dat geval trekken de wanden van de galweg zich heftig samen om te proberen de steen verder te laten gaan. Deze samentrekkingen kunnen ondraaglijke pijn veroorzaken in de gehele onderbuik, in de rug en ook in de armen en benen.

Als de galblaas vol zit met galstenen kan deze zich ook heftig samentrekken. Dit wordt een galblaasaanval genoemd. Galstenen kunnen de wanden van de galblaas en galwegen heftig irriteren en doen ontsteken. Er kan een bijkomende microbiële infectie ontstaan.

Op dit moment lijden 20 miljoen Amerikanen aan een ziekte van de galblaas en elk jaar kiezen 10 miljoen van hen voor een dure galblaasoperatie.

Als iemand zijn galblaas operatief laat verwijderen, kan dat een enorme verlichting van de pijnlijke aanvallen betekenen en de spijsvertering zal waarschijnlijk voor korte tijd verbeteren. Dit komt doordat er naar verhouding meer gal beschikbaar is voor het spijsverteringsproces.

Het nadeel is echter dat er nu de hele dag door een klein beetje gal geproduceerd wordt, in plaats van een

grote hoeveelheid op het moment dat die nodig is om een maaltijd te verteren.

Gal veroorzaakt schade aan de darmwanden, tenzij deze vermengd is met voedsel. Bovendien heeft de patiënt nog steeds een lever vol stenen, zodat de problemen met de spijsvertering terug zullen keren en zelfs erger kunnen worden. Abnormale gewichtstoename komt veel voor.

Andere al bestaande gezondheidsklachten, zoals pijn, astma, bursitis, hartkwalen en artritis, worden ook erger.

Als er galstenen beklemd raken in de ampulla, op de plaats waar de galwegen van de lever en de galblaas samenkomen met de galweg van de alvleesklier, ontwikkelen zich geelzucht en acute pancreatitis. Deze toestand kan uiteindelijk leiden tot kwaadaardige tumoren en een aantal andere ziekten.

Ieder soort galstenen kan gemakkelijk worden verwijderd met behulp van de methode die beschreven wordt in mijn boek *De ongelooflijke lever- en galblaaszuivering*. De eerste positieve effecten die al snel na de lever- en galblaaszuivering opgemerkt worden, zijn meestal vermindering van pijn, een herstel van energie en vitaliteit en een algemeen gevoel van welbevinden.

Hoewel iedereen een leverzuivering kan doen, met inbegrip van kinderen boven de 10 (veel kinderen hebben galstenen in hun lever) en van ouderen, is het verstandig om de zuivering pas te doen na ten minste vier tot zes weken de aanwijzingen voor een gezonde levensstijl te hebben opgevolgd.

Tijdens een serie leverzuiveringen raakte ik onge-

veer 3.000 groene stenen ter grootte van een doperwt, honderden stenen ter grote van een kikkererwt en een twaalfstal grote stenen tot wel 2,5 cm in diameter kwijt.

Verdere zuiveringen in de volgende 5 jaar lieten zien dat mijn lever helemaal schoon was. De effecten van elke zuivering waren vaak opzienbarend en met steeds betere resultaten voor mijn gezondheid.

Het eindresultaat was dat mijn energie en vitaliteit ten minste drie keer zo groot werden, dat stijfheid en pijn in mijn lichaam, vooral in mijn rug, verdwenen en dat mijn stofwisseling en stoelgang normaal werden. Als ik voor mezelf spreek, kan ik zeggen dat de leverzuivering het beste is dat ik ooit voor mijn geestelijk en lichamelijk welzijn heb gedaan.

Je vraagt je misschien af waarom er in de traditionele geneeskunde geen medische kennis is over een leverzuivering of waarom er niet naar verwezen wordt. De reden voor deze heel belangrijke ontbrekende factor is dat de moderne geneeskunde ervan uitgaat dat galstenen alleen in de galblaas gevormd kunnen worden en niet in de lever.

Het 'experimentele bewijs' dat deze theorie ondersteunt, is voornamelijk gebaseerd op het gebruik van röntgenfoto's en echografie, waarbij alleen stenen van een bepaalde grootte die verkalkt zijn (minerale stenen), opgespoord kunnen worden.

De meeste diagnostische instrumenten die tegenwoordig gebruikt worden, zijn niet in staat de honderdduizenden niet-verkalkte, verharde galresten in de lever

op te sporen en ze te herkennen als intrahepatische galstenen, zoals de *John Hopkins University* wel doet. Zoals al eerder werd vermeld, kan met echografie alleen vetopslag in de lever opgespoord worden als een enorm aantal zeer grote stenen (20.000 of meer) de galwegen van de lever verstoppt (vervette lever).

Als je een vervette lever hebt en naar de dokter gaat, vertelt hij je dat je een teveel aan vetweefsel in je lever hebt. Hij vertelt je waarschijnlijk niet dat je intrahepatische galstenen hebt (stenen die de galwegen van de lever verstoppen).

De meeste kleinere stenen in de lever zijn namelijk niet op te sporen met echografie of met een CT scan. Maar een zorgvuldige analyse van de beelden door een specialist kan aantonen dat een paar van de kleinere galwegen in de lever verwijd zijn door verstopping.

Verwijde galwegen door grotere en vastere stenen kunnen wel opgespoord worden met behulp van MRI (*Magnetic Resonance Imaging*). Tenzij er een indicatie is van grote problemen met de lever zullen doktoren zelden testen op intrahepatische stenen.

Hoewel de lever een van de belangrijkste organen van het lichaam is, worden problemen ermee maar al te vaak niet serieus genoeg genomen. Zelfs als een vervette lever of galstenen in de galwegen in een vroeg stadium opgemerkt zouden worden, zijn de huidige medische instellingen niet in staat om dit vitale orgaan te ontlasten van de zware last die het heeft te dragen.

De aanwezigheid van galstenen in de lever kan gemakkelijk bevestigd worden door iemand met een

chronische ziekte, met inbegrip van mensen bij wie de galblaas is verwijderd.

Door een leverzuivering toe te passen, zal het lichaam een grote hoeveelheid niet-verkalkte, met gal bedekte stenen loslaten. Precies dezelfde stenen als de groene, niet-verkalkte stenen in een chirurgisch verwijderde galblaas. Worden ze doormidden gesneden, dan tonen beide soorten stenen bepaalde jaarringen, net zoals omgezaagde bomen. Een goede analyse kan aantonen hoe oud ze zijn en welke toxines, chemische stoffen en bacteriën verwijderd moesten worden.

Door de lever te zuiveren raakt het lichaam duizenden kleine stukjes gifstof kwijt die de stenen gevormd hebben en de galwegen dwars hebben gezeten. Het verwijderen van galstenen uit je lever is een van de belangrijkste en krachtigste manieren om je gezondheid te herstellen of te verbeteren.

Noot: Zie voor verdere details over het zuiveren van je lever mijn boek *De ongelooflijke lever- en galblaaszuivering*.^{*} Het zal je laten zien hoe je **pijnlijk** honderden galstenen per keer kunt verwijderen. De grootte van de stenen kan variëren van een speldenknop tot een walnoot en in uitzonderlijke gevallen zelfs een golfbal.

De daadwerkelijke leverzuivering vindt plaats in een periode van minder dan veertien uur en kan gemakkelijk gedurende een weekend thuis gedaan worden. Hoofdstuk 1 legt heel duidelijk uit waarom de aanwezigheid van galstenen in de galwegen, zowel in als buiten de lever, beschouwd kan worden als het grootste gezond-

heidsrisico dat er bestaat en waarom het de oorzaak is van bijna iedere belangrijke of minder belangrijke ziekte.

In hoofdstuk 2 krijg je een overzicht van de signalen en symptomen die de aanwezigheid van galstenen in je lever of galblaas aantonen. Andere hoofdstukken gaan over de mogelijke oorzaken van galstenen en wat je kunt doen om te voorkomen dat zich nieuwe stenen vormen.

In hoofdstuk 4 word je verteld hoe de leverzuivering in haar werk gaat en wat deze precies inhoudt.

Hoofdstuk 6 'Wat kan ik verwachten van de lever- en galblaaszuivering?' gaat over de enorme verbetering van je gezondheid met dit belangrijke zelfhulpprogramma.

Ook kun je lezen over de ervaringen van anderen die de leverzuivering al hebben gedaan.

Hoofdstuk 8 geeft een antwoord op veelgestelde vragen. Om zo veel mogelijk profijt te hebben van de hele procedure, raad ik je aan eerst het hele boek te lezen, voordat je met de daadwerkelijke zuivering gaat beginnen.



Hoofdstuk 2

Nierstenen

*D*e nieren zijn werkelijk de ‘meesterscheikundigen’ van ons lichaam. Ze verwijderen niet alleen afvalproducten en overtollige vloeistoffen uit het lichaam via de urine, maar ze houden ook een kritische zout-, kalium- en zuurbalans in stand.

Dat is echt een prestatie voor zulke kleine organen. De nieren produceren een hormoon - erythropoëetine (ECP) - dat de productie van rode bloedcellen stimuleert. Andere nierhormonen helpen bij het regelen van de bloeddruk en het calciummetabolisme.

De nieren synthetiseren zelfs de hormonen die de groei van weefsel controleren. Als de nieren beschadigd zijn, hebben andere organen daar ook onder te lijden.

De voornaamste taken van de nieren zijn het schoon en gezond houden van het bloed en het handhaven van een juiste vochtbalans in het lichaam.

Om deze enorm gecompliceerde taken goed uit te voeren, moeten de nieren constant het volume van het bloed controleren en de juiste hoeveelheid urine afvoeren.

Er zijn veel factoren die dit mechanisme kunnen ontregelen en verstopping van de nieren kunnen veroorzaken. Deze factoren kunnen zijn: overstimulering, uitdroging, vermoeidheid, te veel eten, kant-en-klaar voedsel