

Die Liste gegen Arthritis - Arthrose - Gicht - Rheuma

von Michael Palomino NIE IMPFEN, 25.1.2023 - www.med-etc.com

Die Liste: Essen und trinken

- Blutgruppenernährung
- blaue Früchte, blaue Beeren, blaue Trauben
- Silberwasser [1 Monat lang 1 Schluck nüchtern einnehmen+30 Min. warten]
- Rohkost senkt die Harnsäure
- Rohkost: Speisen aus Rohkost: z.B. Apfelmus selber machen mit Zimt+Reis ohne Salz, Gemüsepfanne+Kartoffeln ohne Salz etc.
- Rohkost: Gemüsesäfte mit Entsafter statt Frühstück: Randensaft, Karottensaft, Kartoffelsaft täglich
- Rohkost: Sellerie+Zwiebeln+Ingwer
- Rohkost: Sesamtee, Sesampulver, Sesam
- Rohkost: Honig und Kurkuma (goldener Honig)

Die Liste: Einreiben

- Anisöl einreiben
- Aloe Vera-Saft einreiben [roh, pur mit Filet vom frischen Blatt]
- Natronwasser einreiben

Die Liste Licht und Luft

- blaues Licht 60 Minuten bestrahlen
- Strandtherapie mit im Meerwasser schwimmen+Meeresluft

Die Liste: Naturheilmittel

- Brennnessel-Urtinktur

Die Liste zum Weglassen: Was Arthritis - Arthrose - Gicht - Rheuma begünstigt:

- Speisen weg: Spargel, Rosenkohl, Rhabarber, Fleisch [nur 1x pro Woche Fleisch essen]
- Mundraum heilen: chronische Eiterherde - Paradontitis (Zahnfleischentzündung) - Bakteriensäcke an den Zähnen ("Taschen"): -> täglich mit CDL Mundspülung machen und täglich Apfel essen
- Vergiftung durch PCP beseitigen: durch Holzschutzmittel: vergiftetes Holz entfernen oder abschleifen
- Vergiftung: Rauchen weg -> mit Natron+Ahornsirup kann alles durchheilen, so stoppt der Zug zum Rauchen - Merkblatt [Natron](#)
- Vergiftung: Abfallfood weg (Konserven, Gefrorenes) ohne Vitamine, Mineralstoffe, Aminosäuren, Enzyme etc. -> Rohkost essen+trinken
- das Leben in Betonbauten fördert Rheuma+Gicht etc. -> Wohnung von innen mit Holz oder Karton verkleiden, zumindest teilweise