



ÜBELKEIT

Mir wird oft übel, wenn ich Zink einnehme. Bei OPC ist es mir auch schon passiert. Heißt das, dass ich die Mittel nicht vertrage?

F&A Zinkgluconat kann auf leeren Magen vor allem morgens Übelkeit hervorrufen. Nehmen Sie es erst nach dem Frühstück oder überhaupt nach dem Abendessen ein. Wenn das noch immer nicht erfolgreich ist, gibt es auch *kolloidales Zink* zum Aufsprühen oder zum Einreiben als Öl, die gar keine Probleme machen. Auch *OPC* kann – dosisabhängig – auf leeren Magen dieselben Beschwerden hervorrufen. Das liegt an seinen Bitterstoffen, die aber sehr wertvoll sind. Die Lösung: Immer nach dem Frühstück nehmen bzw. lieber zweimal eine Kapsel statt auf einmal zwei.

BAUCHSCHMERZEN

Mein Sohn bekam Antibiotika und klagt seitdem über Übelkeit und Bauchschmerzen. Kann ich ihn unterstützen?

F&A Auf jeden Fall. Einerseits muss das Darmmilieu saniert und die Darmflora neu aufgebaut werden. Besonders geeignet sind *Lactobac Darmbakterien*, die genau das Milieu herstellen und die Funktionen gesunder Darmbakterien erfüllen, bis der Körper seine genetisch bedingte, eigene Darmflora wiederhergestellt hat. Zusätzlich geht es um Ausleitung von Antibiotikaresten, abgetöteten Bakterien sowie verbrauchten Immunzellen. Dabei hat sich *Silizium* als Binde- und Ausleitmittel besonders bewährt.

NIEDRIGER BLUTDRUCK

Meine Tochter (14) hat niedrigen Blutdruck und ist schwindlig, müde und unkonzentriert, wie kann ich ihr helfen?

F&A *Rosmarin* Kapseln sind genial zum Blutdruckausgleich und das Gehirn wird besser durchblutet, erhält mehr Sauerstoff und man lernt leichter. Außerdem muss auf genügend Wasserzufuhr geachtet werden, da bei Wassermangel Kalium ausgeschieden wird, was Schwindel verursachen kann. Ein eventueller Eisenmangel sollte festgestellt und mit *Eisenchelat* bzw. *kolloidalem Eisen* ausgeglichen werden.

LUSTLOS

Mein Mann (53) ist lustlos, müde und kraftlos. Der Arzt möchte seinen Testosteronspiegel anschauen. Gibt es gegebenenfalls ein natürliches Mittel, um Testosteron zu steigern?

F&A *Maca*, das "natürliche Viagra" genannt, hebt den Testosteron-Spiegel. Auf Zinkmangel – *Zink* wird für den Testosteron-Aufbau benötigt – sollte ebenfalls geachtet werden. Am besten ist *kolloidales Zink* zum Ausgleich geeignet. Sollte es nicht am Testosteron liegen: Helfen kann auch *kolloidales Gold* oder *Krillöl*. Sie wirken stärkend und auch seelisch aufbauend. Es kommen noch viel mehr Natursubstanzen in Frage, daher ist Austesten sinnvoll. Entweder man kann es selbst (Testsätze sind im Verein erhältlich) oder man sucht einen Therapeuten auf, der austesten kann.

BORRELIOSE

Ich habe nach einem Zeckenbiss vor zwei Jahren Borreliose trotz Antibiotika und häufig wandernde Schmerzen. Kann ich da noch etwas tun?

F&A Auf jeden Fall. Standardempfehlung bei Borreliose, egal ob gleich am Beginn oder erst spatter ist die *Artemisia annua* und dazu *Moringa*, das als Wirkstoffverlängerer wirkt. Wichtig ist: Hochdosieren! 5 Gramm (umrechnen in die entsprechende Kapselmenge) *Artemisia*, aufgeteilt auf zwei Einnahmen täglich, über sechs Wochen, ist eine bewährte Dosis. Die *Artemisia* oxidiert die Borrelien. Um das noch zu unterstützen, kann man Eisen dazunehmen, das sich in den Borrelien ansammelt und umso schneller zu deren Oxidation führt. *Eisenchelat* (eine Kapsel täglich) oder *kolloidales Eisen* verwenden, das speziell für Männer besser geeignet ist, da Eisen nicht überdosiert werden darf. Überschüssiges *kolloidales Eisen* wird leicht ausgeschieden.

BRUSTKREBS

Meine Schwester ist an Brustkrebs erkrankt und hat eine Bestrahlung vor sich. Sie hat furchtbare Angst vor den Nebenwirkungen. Gibt es da etwas für den Fall, dass sie Juckreiz oder Schmerzen durch Verbrennungen erleidet?

F&A *Baobaböl* vor und nach der Bestrahlung aufgetragen, hilft sensationell gegen Verbrennungen mit Schmerzen und Juckreiz. Oft kommt es zu keinerlei Hautschäden! Zum Einnehmen parallel günstig: *Silizium*, das ebenfalls Nebenwirkungen lindert, und ein wichtiger Baustoff für Haut, Haare und Bindegewebe ist, sowie zusätzlich noch ein Immunaktivator, Ausleitmittel für Gifte und die Regeneration des weißen Blutbilds vorantreibt. Da Chemo- und Bestrahlungstherapie speziell auf die Zerstörung sich schnell teilender Krebszellen abzielen und sowohl Haut- als auch Haar- und Schleimhautzellen – etwa des Darmes – ebenfalls sich schnell teilende Zellen sind, kann es sinnvoll sein, sich mit der *Aminosäure L-Glutamin* zu versorgen, um deren Regeneration zu unterstützen.