

Silizium (Si)

Silizium wird für die Erhaltung der körperlichen Gesundheit bisher erstaunlich wenig beachtet und genutzt. Es ist ein erst spät wissenschaftlich anerkanntes lebenswichtiges Spurenelement. Ein Mineralstoff, der in der Natur immer nur gebunden an Sauerstoff vorkommt und unter dem Begriff Kieselsäure geläufig ist. Es ist mengenmäßig hinter Sauerstoff das zweithäufigste Element in der Erdkruste. In Form von eingeatmetem Silizium-Staub, schädigt Silizium die Lungen.

Silizium-Bedarf

Beim täglichen Mindestbedarf geht man von einer Menge von 40 bis 50 mg Silizium aus. Das entspricht dem täglichen Verlust durch Harn und Stuhl, Hauterneuerung, Haarausfall, Haarnachwuchs und Nagelwachstum. Allein die Organe benötigen täglich 20 bis 30 mg Silizium, um ihre vielfältigen Funktionen erfüllen zu können.

Jede einzelne Zelle enthält Silizium und doch ist ein allfälliger Bedarf weder anerkannt noch im Blutbild feststellbar, sondern nur durch Mangelsymptome oder durch energetische Testverfahren zu erkennen.

Silizium-Quellen

Silizium ist in Hafer, Gerste, Hirse, Kartoffeln und Bier.

Silizium-Präparate

Silizium aus Heilerde oder Klinoptilolith (Vulkanmineral) hat andere Haupteinsatzbereiche als die Siliziumversorgung. Sie reinigen den Körper von Giftstoffen aller Art, die angesaugt werden wie bei einem Schwamm. Dabei gelangen nur geringe verfügbare Siliziummengen zur Aufnahme.

Als Nahrungsergänzung werden verschiedene Siliziumverbindungen eingesetzt. Es sind aber – bis auf die kolloidalen Produkte – Verbindungen, die an sich zu groß sind, um einfach so verwertet zu werden, und die nur mehr oder weniger gut löslich sind. Verbindungen haben generell den Nachteil, dass sie nicht schon in der reinen Form vorliegen, die die Zelle direkt verwerten kann, sondern immer erst unter Energieaufwand im Verdauungsprozess gelöst und damit zellgängig gemacht werden müssen. Da dafür ein Spannungsgefälle über einen Gegenspieler aufgebaut werden muss, kommt es zu gegenseitigen Beeinflussungen wie Mengenverschiebungen. Der Gegenspieler wird dabei verbraucht und der Körper kann dort in einen Mangel kommen oder überhaupt Schwierigkeiten bei der Aufnahme haben, wenn dort schon ein Mangel vorliegt. Außerdem wird im normalen Verdauungsweg häufig um die Aufnahme konkurriert. Mit einem Wort: Man weiß nie, wie viel wirklich dort ankommt, wo man es haben will, und man weiß nie, ob nicht ein neues Defizit entstanden ist. Das gilt vor allem für Langzeitanwendungen und für Ältere oder Geschwächte, deren Stoffwechselprozesse nicht optimal sind.

Beim Silizium ist nicht so sehr bekannt, dass es wichtige Gegenspieler beeinträchtigt, seine Aufnahme ist aber an die Zellatmung gebunden, die mit dem Alter auch noch abnimmt. Um das Minimum von 40 mg Silizium zu gewährleisten, müssten etwa rund 1,2 g Kieselerde – etwa aus Zinnkrauttee – zugeführt werden. Bei besser resorbierbaren Darreichungsformen wie kolloidalen Lösungen kann die Dosierung auch geringer sein.

Kolloidales Silizium

Kolloidale Stoffe sind ein faszinierendes Forschungsgebiet, mit dem sich unser Verein nun schon seit Jahren befasst. Es sind reine Stoffe ohne jegliche Anbindung. Sie kommen beispielsweise in Heilwässern vor. Kolloide zeigen Vorteile bei der Aufnahme und bei den Einsatzmöglichkeiten.

Während der Körper Nahrung oder Nahrungsergänzung erst – unter Energieaufwand und mit möglichen Resorptions- oder Aufspaltungsproblemen – über die Verdauung in die von der Zelle verwertbare kolloidale Form bringen muss, liegt ein Kolloid bereits in dieser Form vor. Außerdem belastet ein Kolloid – ganz im Gegensatz zu einer Verbindung – bei seiner Aufnahme Gegenspieler nicht und tritt auch nicht in Konkurrenz mit ihnen.

In den Einsatzmöglichkeiten gehen Kolloide weit über das hinaus, was man von Verbindungen kennt. Durch den Herstellungsprozess mittels Protonenresonanz wird das Kolloid mit einer stabilen Ladung versehen, wodurch das volle Spektrum des Stoffes erst zum Tragen kommt: Das Kolloid ist nun einerseits in der Lage, einen Mangel aufzufüllen und andererseits einen belastenden Überschuss – etwa Aluminium und Dioxin – auszuleiten. Überschüsse haben ein Ladungsdefizit. Indem das Kolloid es ausgleicht, kann der Körper den entsprechenden Stoff wieder besser ausleiten.

Rechtliches und Anwendung

Kolloide können – müssen aber nicht – eingenommen werden. Die Mundhöhle bietet dafür an und für sich eine große Oberfläche und gut aufnahmefähige Schleimhäute. Doch da Kolloide in der EU nicht als Nahrungsergänzung zugelassen sind (man geht dort immer nur von Verbindungen aus), ist eine Einnahme schon aus rechtlichen Gründen nicht empfohlen. Kolloide können genauso gut etwa in die Armbeugen gerieben werden, auf Handflächen oder Fußsohlen oder direkt auf bestimmte Körperpartien.

Bei Kolloiden kann es bei adäquater Dosierung zu keiner Überdosierung kommen, eventuelle Überschüsse werden ausgeschieden.

Verschiedene Kolloide kann man durchaus hintereinander anwenden, bis auf bestimmte Ausnahmefälle, da sie einander nicht behindern oder sonst miteinander in Reaktion treten.

Es handelt sich bei den Aussagen ausdrücklich zum großen Teil um langjährige Beobachtungen, die nur im Rahmen interessierter Vereinsmitglieder auszutauschen sind und nicht um bereits abgeschlossene und wissenschaftliche Forschung.

Die Bedeutung von Silizium im Körper

Silizium, Zellatmung und Alterung

Ohne Silizium würden die Lebensvorgänge mit der Zeit verlangsamt und schließlich ganz erliegen. Es gäbe keinen Eiweißstoffwechsel mehr, dafür aber einen verstärkten Fettstoffwechsel. Die Zellen würden gemästet. Silizium ist also für unser Leben grundlegend wichtig, dabei ist seine Aufnahme alles andere als einfach. Aufgrund der relativ großen Moleküle ist sie für den Organismus recht schwierig und liegt meist nicht höher als fünf Prozent. Sie erfolgt in Verbindung mit der Zellatmung, eine zentrale Funktion unseres Körpers. Solange man jung ist, funktioniert die Zellatmung wunderbar. Da braucht man aber noch nicht so viel Silizium wie in späteren Jahren, wenn ab 40 Jahren nicht nur die Zellatmung nachlässt und damit gleichzeitig auch weniger Silizium zur Verfügung gestellt wird, sondern auch schon Verschleißerscheinungen und Alterungsprozesse auftreten. Die Abnahme dieses wichtigen Spurenelementes im Körper geht vom Babyalter (noch viel Silizium vorhanden) bis zum hohen Alter parallel zur Abnahme des Bindegewebes. Da Silizium eine wichtige Rolle dabei spielt, Wasser zu binden, wird deutlicher, warum Menschen mit zunehmendem Alter auch optisch „austrocknen“. Im Gegensatz zum prallen, elastischen Babykörper wird der Körper des alternden Menschen zunehmend schrumpeliger, man schrumpft, die Haut erschlafft und wird faltig und die Haare werden dünn und schütter. Entscheidend ist dann die Menge Silizium, die tatsächlich in den Zellen ankommt.

Silizium und Knochen

Siliziummangel fördert Knochenbrüche und Osteoporose. Silizium ist, ohne auf die Mithilfe von Vitamin D angewiesen zu sein, ein Hauptelement der knochenbildenden Zellen. Es fördert die Kalziumaufnahme und hält möglicherweise das Kalzium in den Knochen fest. Jedenfalls beschleunigt es den Mineralisierungsprozess in den Knochen und ist dort mitverantwortlich für die Struktur des trabekulären (bälkchenförmigen) Teils des Knochens. Dieser innere, schwammartige Teil trägt zur Stärke des Knochens bei. Er wird von einer Hülle, dem kortikalen Knochen, umgeben, der eine deutlich höhere Dichte aufweist. Bei der Osteoporose geht hauptsächlich der innere Teil des Knochens, die schwammartige Struktur, verloren mit der zunehmenden Gefahr eines Knochenbruchs. Aus diesem Grund beziehen sich nicht nur die Diagnose und Therapie der Osteoporose auf diesen schwammartigen Teil des Knochens, sondern auch die Wichtigkeit des Siliziums, das hier umfangreich wirksam ist. Dies ist untermauert durch eine Studie, in der Frauen mit Osteoporose nach der Einnahme von Silizium eine höhere Dichte der Oberschenkelknochen aufwies. Allerdings ist zu beachten, dass nach dem Wechsel eine Siliziumeinnahme keinen Ersatz für Pflanzenhormone darstellt, die einem Knochenabbau noch besser entgegenwirken.

Silizium und Zähne

Silizium unterstützt nicht nur die Knochen in Bezug auf Erhaltung des Kalziumgehalts, sondern auch Zähne und Zahnschmelz. Silizium stärkt auch das Zahnfleisch und wirkt entzündungshemmend.

Silizium und Wachstum

Obwohl Silizium speziell beim Älterwerden wichtig ist, fördert Silizium auch Knochenwachstum und -Entwicklung bei Kindern.

Silizium und elastische Blutgefäße

Sämtliche Körperstrukturen benötigen Silizium, um fest und elastisch zu bleiben. Silizium sorgt bei den Blutgefäßen für eine gesunde Flexibilität. Dies unterstützt das gesamte Herz-Kreislauf-System. Französische Forscher fanden in arteriosklerotischen Gefäßen vierzehnmal weniger Silizium als in Gesunden. Elastische Blutgefäße neigen weniger zu Bluthochdruck, da sie sich weiten können, ohne dass der Blutdruck erhöht werden müsste. Silizium hilft auch bei Krampfadern, das schmerzt aber anfangs, weil das Gewebe fester wird.

Siliziummangel, Haarausfall und brüchige Nägel

Silizium hat nicht nur einen wesentlichen Anteil bei sämtlichen Körperabläufen, sondern auch an unserem Aussehen. Haare und Nägel benötigen Silizium. Haarausfall, dünnes und brüchiges Haar, schwache und brüchige Nägel sind in erster Linie auf Siliziummangel zurückzuführen.

Silizium, Bindegewebe und Knorpel

Silizium beschleunigt die Bildung der Bindegewebsfasern Kollagen und Elastin. Besonders günstig wirkt sich Silizium daher auf Aufbau, Elastizität und Spannkraft des Bindegewebes und der Gelenke (selbst bei Arthrose) aus. Außerdem wird vermutet, dass Silizium für die Quervernetzung bestimmter Moleküle sorgt, die für den Aufbau des Knorpels zuständig sind, sowie die Kollagen-Konzentration im Blut und im Knorpel erhöht. Mit der regelmäßigen Anwendung von Silizium lassen sich Alterungs- und Verschleißerscheinungen zumindest verzögern. Denn dann muss der Körper nicht auf körpereigene Reserven aus dem Bindegewebe zurückgreifen, um das wertvolle Silizium für die lebensnotwendigen Prozesse zu erhalten, bzw. kann er das überschüssige Silizium wieder zum Körperaufbau verwenden. Ältere Menschen brauchen zur Festigung des Zellgewebes besonders viel Silizium.

Silizium und Gelenkentzündungen

Silizium unterstützt nicht nur strukturstärkend den Knorpelaufbau und umliegendes Bindegewebe, es wirkt auch entzündungshemmend und kann gelegentlich sogar bei Arthrose schmerzlindernd sein.

Silizium und Entgiftung

Schwaches und verklebtes Bindegewebe neigt nicht nur zur Cellulite, es erfüllt noch weitere wichtige Aufgaben nicht optimal, die zur Erhaltung der Gesundheit wichtig sind: Das Bindegewebe dient der Nährstoffversorgung jeder einzelnen Körperzelle und gewährleistet die Entsorgung der Zellgifte. Siliziummangel kann im Bindegewebe folglich sowohl zu Nährstoffdefiziten als auch zu einer Belastung des Körpers mit Stoffwechsellrückständen (Schlacken) und miteingelagerten Umweltgiften beitragen.

Silizium und Aluminiumausleitung

Silizium ist auch noch direkt an der Entgiftung beteiligt. Etwa bindet es Aluminium im Magen- Darmtrakt, schützt damit vor Alzheimer, da die Bioverfügbarkeit und somit die Toxizität von Aluminium reduziert wird. Überhaupt unterstützt Silizium die Entgiftung, sogar von hartnäckigen chemischen Substanzen wie Dioxin.

Siliziummangel und Organsenkungen

Auch viele Organe können ihre Funktion nur dann vollständig erfüllen, wenn dem Organismus in ausreichender Menge Silizium zugeführt wird. Etwa ist Silizium wichtig bei Senkungsproblematiken durch schwaches Bindegewebe.

Silizium und Haut

Siliziummangel führt zu trockener, schlaffer Haut und Faltenbildung. Beim Aufbau einer stabilen Hautstruktur kommt Silizium eine besondere Bedeutung zu, denn es geht mit Proteinen wirksame Querverbindungen ein. Während viel Silizium in den Körpern Jugendlicher vorhanden ist und zur größeren Straffheit und Flexibilität der Haut beiträgt, wird bei älteren Menschen hauptsächlich die inaktive Form gefunden, die in Haaren und Nägeln abgelagert wird. Daraus lässt sich schließen, dass ein ständiger Siliziumstoffwechsel im Körper vor sich geht, der im Speziellen bei alten Menschen unterstützungsbedürftig ist. Auch bei Neurodermitis und Psoriasis werden durch die ständigen Hauterneuerungsprozesse oftmals unzureichende Siliziumwerte im Körper festgestellt. Silizium ist bei Heilprozessen in der Haut wichtig, da es auch an Vernarbungsvorgängen beteiligt ist. Es wirkt entzündungshemmend und kann selbst bei Akne eingesetzt werden. Bei Insektenstichen und Verbrennungen lindert es Juckreiz und Schmerz.

Siliziummangel und Nachtschweiß

Anwender beobachteten durch Silizium Verbesserungen bei nächtlichem Schwitzen.

Silizium und Immunsystem

Silizium aktiviert das unspezifische Immunsystem, „weckt es auf“. Es mobilisiert die Verteidigungskräfte des Körpers gegen Eindringlinge und Mikroorganismen, deren Anwesenheit im Körper einen zunehmenden Kräfteverlust hervorrufen. Die Stärkung des Immunsystems durch Silizium ist wissenschaftlich bestätigt. Silizium schützt vor der Ausbreitung von Infektionen durch Viren, Bakterien oder Pilzen (innerlich und äußerlich) und vor bösartigem Zellwachstum. Silizium reduziert übrigens auch die Nebenwirkungen von Chemotherapien und wirkt sich stabilisierend auf das weiße Blutbild aus.

Silizium und Entzündungen

Silizium lindert Entzündungen von Kopf bis Fuß. Bei Entzündungen des Mund-, Rachen- und Halsbereichs ist Silizium oft sogar erfolgreicher als Silber. Entzündungen von Mund, Rachen, Speiseröhre, Magen, Haut, Bronchien, Gelenken, Blasen- und Darmschleimhaut reagieren auf Silizium mit beschleunigten Heilungsprozessen. Es hilft sogar häufig bei Morbus Crohn und chronischen Darmentzündungen. Man kann es etwa begleitend bei Infekten aller Art einsetzen von der Halsentzündung bis zur Pilzinfektion im Intimbereich oder zur Nachbetreuung bei Krebs.

Silizium und Magen-Darmstörungen

Silizium wirkt sich sehr positiv auf den Verdauungstrakt aus. Die Einnahme von Silizium ist auch bei Magen-Darm-Störungen wie Verstopfung und Blähungen empfohlen. Und das völlig frei von Nebenwirkungen. Im Gegenteil. In der Schwangerschaft benötigt das Ungeborene viel Silizium von der Mutter, was sich nicht nur in Zahnproblemen, sondern auch in Verstopfung zeigen kann. Mit Silizium lässt sich das Problem schnell beheben.

Silizium und Lunge

Silizium hat positive Wirkungen auf die Elastizität des Lungengewebes und wirkt sich günstig aus bei Asthma, Lungenemphysem, Bronchitis und vielen weiteren Lungenproblemen. Mit dem Alter nimmt der Siliziumgehalt auch in der Lunge ab.

Silizium und Niere

Beobachtungen bei Menschen mit Nierenschwäche, sogar knapp vor der Dialyse, zeigen oft erstaunliche Verbesserungen der Nierenwerte durch Silizium. Dennoch ist Silizium in Hinblick auf eine allfällige Nierenbelastung viel zu wenig untersucht, um es zu empfehlen. Es scheint hier wirklich auf das Präparat selbst anzukommen.

Silizium und Diabetes

In arabischen Ländern machte man die Beobachtung, dass Silizium den Blutzucker bei Diabetes stabilisiert. Nähere Untersuchungen fehlen.

Siliziummangel und Schlafprobleme

Anwender beobachteten, dass sich durch Silizium der Schlaf verbessert, die Entspannung tiefer ist und Alpträume seltener sind.

Silizium, Körperflüssigkeiten und Wasserhaushalt

Gesunde Körperflüssigkeiten, wie etwa Blut, sind kolloidal (in Schwebelage). Silizium in einer kolloidalen Darreichungsform scheint den optimalen kolloidphysikalischen Gewebezustand und die optimale Membranpolarität zu unterstützen. Silizium spielt eine wichtige Rolle im Wasserhaushalt, hilft mit, Zellwasser zu halten und hat reinigende Wirkungen auf die Lymphe, unterstützt bei Ödemen.

Silizium und Körperrhythmen

Silizium ist ja bekannt als bester Informationsübermittler und -speicher und aus der modernen Kommunikationstechnik nicht mehr wegzudenken. Einem österreichisch-sibirischen Forscherteam gelang vor Jahren schon der Nachweis, dass Silizium mit einem nur in der Quantenphysik bekannten Energiefeld in Beziehung steht (Nullpunktfeld, morphogenetisches Feld). Es befindet sich außerhalb von Raum und Zeit und hat offenbar ordnende und rhythmisierende Einflüsse auf Lebewesen. Nach neuesten Forschungen der Chronomedizin geht jeder chronischen Erkrankung ein Verlust der Rhythmen voran. Insbesondere ist das bei Krebs zu erkennen, wenn die Krebszellen den normalen Lebenszyklus verlassen und extrem langlebig werden. Silizium ist zwar kein Allheilmittel und auch nicht alleine erfolgreich gegen chronische Krankheiten, doch offenbar hilft Silizium dabei, ein Ankoppeln an dieses Feld und damit ein Wiederangleichen an die Rhythmen zu erwirken.

Silizium hat Bezug zu:

- | | |
|-----------------------------|----------------------------------|
| - Abnahme des Bindegewebes | - Bindegewebsschwäche |
| - Abszessen | - Blähungen |
| - Akne | - Blasenentzündung |
| - Akuten Infekten | - Blasenschwäche |
| - Alterung vorzeitiger | - Blutkörperchen, zu wenig weiße |
| - Aluminiumbelastung | - Braune Flecken, Augenschatten |
| - Alzheimer | - Bronchitis |
| - Analfistel | - Brüchigen, schwachen Nägeln |
| - Aphten | - Brüchigkeit der Gefäße |
| - Arteriosklerose | - Cellulite |
| - Arthritis/Arthrose | - Chemotherapie |
| - Asthma | - Chronischen Entzündungen |
| - Atemnot | - Chronischen Erkältungen |
| - Augenringe braun | - Colitis |
| - Augentrockenheit | - Dehnungsstreifen |
| - Autoimmunerkrankungen | - Diabetes |
| - Bakteriellen Infekten | - Dioxinbelastung |
| - Bänder- und Sehenschwäche | - Entgiftung |
| - Bandscheibenproblemen | - Entkalkung der Knochen |

- Entzündungen
- Entzündungen in Mund, Rachen, Speiseröhre, Magen sowie Haut
- Erschöpfung
- Falten- und Streifenbildung
- Fibromyalgie
- Fieber
- Furunkel
- Gefäßerkrankungen
- Gelenks- und Muskelschmerzen, äußerlich
- Gerstenkörnern
- Giftbelastung
- Grippalem Infekt
- Haar, dünn, schütter, brüchig
- Haarausfall
- Halsentzündung
- Hämorrhoiden
- Haut schlaff
- Hautproblemen
- Hauttrockenheit
- Hautunreinheiten
- Helicobacter pylori
- Herpes Zoster
- Immunschwäche
- Infektanfälligkeit
- Insektenstich
- Knochenabbau
- Knochenbruch
- Kopfschmerzen
- Körperrhythmen
- Krebs
- Lungenproblemen
- Lymphe
- Magen-Darm-Erkrankungen (z. B. Morbus Crohn)
- Migräne
- Mittelohrentzündung
- Multipler Sklerose
- Muskel- und Gelenksschmerzen, äußerlich
- Nachtschweiß
- Nagelbettvereiterung
- Nasennebenhöhlenvereiterungen
- Neurodermitis
- Nierenschwäche
- Ödemen
- Organsenkungen
- Osteoporose
- Pilzkrankungen (Mund-, Rachenpilz, Hautpilz, Scheidenpilz)
- Psoriasis
- Schlaffer Haut
- Schlafproblemen
- Schwangerschaftsstreifen
- Senkungsproblematiken
- Trockenem Mund (Morbus sicca)
- Tumorerkrankungen
- Verbrennung
- Verdauungsproblemen
- Verringerung der Knochendichte
- Verstopfung
- Virusinfektion
- Wachstum
- Wasserhaushalt
- Weißes Blutbild
- Wundheilung und Vernarbung
- Zähnen
- Zahnfleisch
- Zahnschmelz
- Zellatmung geschwächt