

## Che cos'è una reazione di Herxheimer?

Il [Diossido di cloro](#) è un ossidante e devasta il biofilm, prodotti chimici, metalli pesanti, agenti patogeni e alcuni parassiti. Dopo la loro distruzione, le particelle rimanenti circolano nel flusso sanguigno fino a quando il fegato, i reni, l'intestino, i polmoni, il sistema linfatico e la pelle possono rimuoverli.

Se grandi quantità di tossine vengono uccise/ossidate più velocemente di quanto il corpo possa eliminare loro, o se il fegato e i reni sono compromessi, le tossine in eccesso possono causare nausea, vomito, pelle eruzioni cutanee, mal di testa, diarrea, stanchezza eccessiva, ecc.

Questa è chiamata reazione di Herxheimer ed è comune durante un [programma di disintossicazione](#). Anche se la disintossicazione non ti farà sentire bene, la reazione è un segno che sta avvenendo la guarigione.

## Cosa sono i raccoglitori?

I leganti sono una parte fondamentale di un protocollo di disintossicazione. Sono usati per attrarre o "afferrare" tossine e particelle ossidate per l'eliminazione attraverso i reni e l'intestino. L'uso di raccoglitori può ridurre la reazione di Herxheimer.

I leganti aiutano anche a prevenire il riassorbimento delle tossine nel corpo. Evitare mescolando diversi tipi di leganti, poiché possono legarsi tra loro invece che con le tossine. Quando si acquista un legante, cercarne uno "commestibile" o "per uso interno", per evitare contaminanti.

Bevi sempre molta acqua quando si utilizzano leganti. Non assumere leganti contemporaneamente ai farmaci. Seguire indicazioni in etichetta per le tue particolari esigenze di disintossicazione.

## Argilla bentonitica/montmorillonitica

- Rimuove micotossine, aflatossine, pesticidi, erbicidi, metalli pesanti, creatinina, urea e uccide E. coli.
- Non assumere contemporaneamente nutrienti, vitamine o farmaci, poiché li assorbirà.
- Bere molta acqua quando si prende l'argilla, poiché può causare stitichezza.

## Clorella/Spirulina

- Rimuove metalli pesanti, biotossine, aromi/coloranti alimentari chimici, xenobiotici e pesticidi.
- Può avere diarrea, gas, gonfiore o un lieve mal di testa quando si inizia la clorella a causa del potere disintossicante.
- Non assumere con vitamina C o liquidi/alimenti caldi.
- Se scegli la clorella, assicurati che l'etichetta riporti "parete cellulare rotta", poiché è difficile da digerire quando è intera.

## Clinoptilolite (Zeolite)

- Rimuove metalli pesanti, aflatossine, micotossine, pesticidi, materiale radioattivo, candida e virus.
- Assicurati di scegliere una forma di zeolite "Clinoptilolite" di alta qualità
- Assorbirà farmaci e antibiotici. Non assorbe micronutrienti.
- Bere molta acqua con Clinoptilolite, poiché può causare stitichezza.

### **Carbone attivo**

- Rimuove veleni, tossine ambientali, metalli pesanti, gas intestinali, batteri, virus e funghi.
- Assorbirà vitamine, minerali, antiossidanti e alcuni farmaci.
- Bere molta acqua durante l'assunzione di carbone attivo, poiché può causare stitichezza e feci nere

### **Terra di diatomee**

- Rimuove alluminio, virus, funghi, batteri, metalli pesanti, pesticidi, parassiti, radiazioni e candida.
- Fornisce silice alla dieta per ossa, articolazioni, capelli, legamenti e unghie forti.
- Microscopicamente abrasivo, in grado di affettare/distruggere parassiti e candida. Protegge e cura il G.I. tratto.

### **Pectina**

- Rimuove residui di farmaci, materiali radioattivi e metalli pesanti.
- Le persone sensibili alla pectina possono avere vertigini, nausea, dolori articolari/muscolari e affaticamento.

### **Silice**

- Rimuove alluminio, metalli pesanti e tossine chimiche.
- Crea ossa, articolazioni, capelli, legamenti e unghie più forti. Protegge e cura il G.I. tratto.

### **Magnesio**

Assumere il magnesio, 300-600 mg al giorno. Il magnesio aiuta con le reazioni di disintossicazione perché assiste a più di 300 percorsi di disintossicazione del corpo. Il magnesio agisce anche contro i livelli intracellulari di calcio in eccesso che provocano lo stress ossidativo.

La forma più appropriata di magnesio è il glicinato.

Prendere 200 mcg di selenio o L- selenometionina al giorno. La gamma di sicurezza: 100 mcg - 400 mcg. Adeguati livelli di selenio sono necessari per regolare la funzione tiroidea e il metabolismo dello iodio. Se il selenio è carente, si potrebbero sviluppare i disordini autoimmuni della tiroide. Il selenio è importante per l'attivazione degli ormoni tiroidei e diminuisce gli effetti collaterali della terapia con lo iodio.

Proteggere il fegato. Prendere N- acetilcisteina (600 - 1200 mg al giorno), acido alfa lipoico (200-600mg) o il cardo mariano.

Bere acqua a sufficienza e bere acqua salata con sale non raffinato per disintossicarsi dal bromuro. Il cloruro è un inibitore efficace di bromuro tossico in quanto il sale grezzo, come sua composizione, è il cloruro di sodio. È impossibile abbassare livelli di bromuro nel corpo se non si assumono circa 1 - 1.5 di cucchiaini al giorno di sale non raffinato.

Un'adeguata assunzione di sale non raffinato nel corpo è essenziale anche per ridurre al minimo lo stress ossidativo infiammatorio.

Prendere almeno 1/4 cucchiaino di sale non raffinato in un grande bicchiere di acqua al risveglio e almeno due volte al giorno.

Assicuratevi di prendere il Lugol separatamente dall'acqua salata, almeno 40 min - 1 ora di distanza.

In breve:

"1/2 a 1 cucchiaino di sale marino in un bicchiere d'acqua grande.

Soluzione Lugol (iniziare con la dose più bassa) dopo la prima colazione o il pasto, mai dopo le ore 16.00

200 mg di B2 (riboflavina) al giorno. Può essere preso in due dosi insieme al Lugol.

1000 mg di B3 (niacinamide) al giorno diviso in due dosi insieme al Lugol.

200 mcg di selenio (non di più!) una volta al giorno con la dose mattutina del Lugol.

Da 3 a 10 grammi di vitamina C - dividendo in due dosi almeno un'ora dopo Lugol.

500 mg di magnesio - la forma migliore è il glicinato - pendere prima di coricarsi.

Proteggere il fegato con NAC, con ALA e/o con cardo mariano.

### **Risoluzione dei problemi di reazione alla disintossicazione:**

I sintomi di intossicazione di bromuro possono verificarsi anche a bassi livelli di bromuro nella nutrizione. Se vi è una carenza di iodio, la tossicità di bromuro sarà in aumento. Purtroppo, l'intossicazione da bromuro è molto comune. È usato come agente antibatterico nelle piscine e nelle vasche di idromassaggio. È presente inoltre nei pesticidi e in alcuni farmaci. La tossicità di bromuro comporta problemi alla tiroide, compresi i problemi autoimmuni. Il corpo può eliminare il bromuro solo quando ha a disposizione la sufficiente quantità di iodio.

Una sola goccia di soluzione Lugol inizierà il processo di disintossicazione dal bromuro che per anni si è accumulato nel vostro corpo. Le reazioni di disintossicazione di bromuro che si possono manifestare sono:

tremolio delle palpebre

spasmi delle gambe o dei piedi

formicolio alle mani o ai piedi

pensieri morbosi

depressione

ansia

emotività eccessiva

piaghe e tagli nella bocca e sulla lingua

lesioni simili ad acne (a volte può essere efficace lo zinco)

tagli della pelle

perdita di capelli

cervello annebbiato

dolori

irritazioni cutanee

sapore metallico

mal di seno

angiomi in forma di ciliegia

rinorrea - naso che cola

mal di testa

sedazione

letargo

strana sensazione di deglutizione

odore corporeo

insolito colore o odore delle urine

bocca asciutta

spasmo uretrale

orinazione frequente che viene comunemente scambiata per un'infezione urinaria

diarrea

costipazione

alterazioni di visione

irritabilità

aumento di salivazione

alterazioni nel sognare

cambiamenti ormonali

dolore ai reni

mammaria

e così via.