

Frank Jester

ARGININ, OPC und Entsäuerung

Power-Nährstoffe und Methoden für ein langes und
gesundes Leben

5. Auflage Juli 2015

Impressum

5. Auflage, Edition für Balance Tools, Juli 2015

Verlag: Marina Jester Verlag

Wechold 100, D-27318 Hilgermissen

© 2013 by Frank Jester, Alle Rechte vorbehalten

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Vervielfältigungen und Digitalisierung in jeglicher Form sind nur mit schriftlicher Genehmigung des Urhebers gestattet.

Layout/Satz: Claudia und Ingo Fechner

Redaktion/ Lektorat: Ingo Fechner

Printed in EU

ISBN 978-3943453102

Bildquellen: Titelbild © Africa Studio - Fotolia.com, Seite 10 © Carlo Zamboni, Hamburg, Seite 15 © lisegagne - istockphoto.com, Seite 18 © brainsil - istockphoto.com, Seite 66 © Sebastian Kaulitzki - fotolia.com, Seite 70 © JiSIGN - Fotolia.com, Texelart - Fotolia.com, ag visuell - Fotolia.com, akf - Fotolia.com, Paulista - Fotolia.com, Rückseite © Marius Röer, Hamburg

Weitere Exemplare dieses Buches erhalten Sie unter:

www.balance-tools.de



Inhalt

Einleitung	13
40.000 Krankheiten – 40.000 Gesundheitien?	16
Symptom weg – alles gut?	18
Wenn die Säure im Körper auf Reisen geht	20
Hautkrankheiten	21
Arthrose	22
Rückenschmerzen	22
Cellulitis	23
Immunsystem und Krebs	26
Erst entsäuern, dann abnehmen	28
Das Milch-Calcium-Märchen	30
Die Funktion von Darmpilzen	34
Säuren, Basen, pH-Wert & Co.	36
Einfach die Säure verdünnen	41
Exkurs: Gelenke – Stoßdämpfer der Extraklasse	42
Praxis- Tipp: Wasser und Gelenke	45

Entgiftung light	46
Geh raus und beweg Dich!	48
Was bei der Entschlackung hilft	50
Superfoods sind Vitalstoffbomben	53
Die Salzfalle	56
Exkurs: Spurenelemente und Mineralien	60
Basenbetont essen	61
Praxis-Tipps: Basenbetont essen	62
Macht Blutgefäße und Kreislauf fit und flexibel: Die „biologische Zündkerze Arginin“	65
Exkurs: Aminosäuren	69
Das Arginin-Wirksamkeitsspektrum	70
L-Lysin	77
Volkskrankheiten Arteriosklerose und Diabetes müssen nicht sein	78
Liebes Cholesterin, Du bist ja gar nicht böse?	83
Was hat Skorbut mit Arteriosklerose zu tun?	85
Regenerator OPC – das noch nicht so bekannte Vitamin P	88

Zusammenfassung: Arteriosklerose-Prävention	92
Diabetes ist kein Honigschlecken	93
45 kg Zucker – guten Appetit!	95
Exkurs: Blutzucker o.k., Heißhunger adé!	98
Praxis-Tipp: Rohes Gemüse als Pausensnack	101
Zahnfleischbluten und Arteriosklerose	102
Potenzkiller und - booster	103
Biologischer Rostschutz: Antioxidantien	105
Warum Nahrungsergänzungen sinnvoll sind	110
Brauchen oder nicht brauchen – das ist die Frage?	114
Schlusswort	115
Anhang	117

Über den Autor



Geboren in Hamburg-Wandsbek • 1988 Abitur • 1988–1991 Ausbildung zum Rettungssanitäter beim Malteser Hilfsdienst Hamburg • 1996–1998 Ausbildung zum Heilpraktiker; Staatl. geprüfter Heilpraktiker • 1998 Gaststudium an der medizinischen Akademie Carl Gustav Carus in Dresden • 1994–2001 Studium der Medizin an der Universität Hamburg; Staatsexamen Humanmedizin; Interessenschwerpunkte: Onkologie, Ophthalmologie (ganzheitliche Augenheilkunde) • 2000 Praktisches Jahr am Militärspital in Chishenov, Moldawien • 2001–2005 Studium der Zahnmedizin an der Universität Hamburg; Staatsexamen Zahnmedizin; 2005 Gründung einer eigenen Praxis in Hamburg • 2014 Ehrentitel Prof. h.c. für seine Arbeit und Forschung über Arginin, verliehen von der Kokshetau University, Kokshe Academy, Kasachstan

Berufstätigkeit

Seit 1993 Dozent für Heilpraktiker an der Deutschen Paracelsus Schule in Hamburg, Bremen, Oldenburg, Bielefeld und Kiel; Schwerpunkt Entgiftung, Entschlackung und Ernährungsberatung, insbesondere Naturkost-Ernährung • Amalgamausleitung • Seit 1998 Durchführung von Kursen zu lebensrettenden Sofortmaßnahmen und Erster Hilfe für Führerscheinanwärter und Piloten in Hamburg • 2005 - 2014 Eigene Arztpraxis und Zahnarztpraxis in Hamburg

Derzeit widmet er sich seiner Tätigkeit als Forscher und Autor und hält Vorträge über Arginin und andere Gesundheitsthemen in deutsch und englisch.

Hobbys und Interessen

Gründung des Abenteuer Wanderclub (AWACU e. V.) und Vermittlung von Survival-Kursen für Manager • Gründung von Bremen-Survival • Fahrradtouren von Hamburg nach Marokko, Norwegen (Nordkap), Russland, New Delhi (Indien). Zuletzt: Nur mit rohem Obst und Gemüse als Nahrung 5.500 Kilometer komplett um die Ostsee herum • Kanutouren • Tauchen • Mehr als 80 zum Patent anstehende Erfindungen • Sprachen: Englisch, Französisch, Spanisch, Russisch und Polnisch

Danksagung

Für Unterstützung danke ich ganz herzlich: Herrn Professor Rainer Böger für viele wertvolle Anregungen, Herrn Ingo Fechner für die inhaltliche Mitarbeit am Buch und die gelungene Umsetzung in eine Printform, Herrn Wolfgang W. Seefeldt für die fabelhafte Text-Choreografie, Herrn Dr. Joe Prendergast für den freundschaftlichen und kollegialen Gedankenaustausch, Claudia Fechner für das wunderbare Layout, meiner Ehefrau Marina für ihre stete und liebevolle Unterstützung, meinen Eltern für die positiven Rückmeldungen in der Arginin-Anwendung, sowie allen bisherigen Arginin-Anwendern, die mir mit ihren Erfahrungsberichten zu Hunderten aufzeigten, dass ich mich auf dem richtigen, gesundmachenden Weg befinde.

Hamburg im Mai 2013

Einleitung

Heutzutage entdeckt die Wissenschaft immer mehr „Schätze der Natur“ und ursächliche Zusammenhänge zwischen Ernährung, Nährstoffen, Lebensstil und Gesundheit. Obwohl unser Körper so unendlich komplex ist, sollte Gesundheit doch aber einfach sein, wenn man sich an gewisse Naturgesetze hält. Nutzen wir also die Power-Nährstoffe der Natur! Kombiniert mit natürlichen Methoden der Entsäuerung und Entgiftung können wir unsere Gesundheit erhalten und wiedergewinnen.

Ich war schon immer davon überzeugt, dass es im Grunde nur eine einzige, eine zentrale Ursache für Erkrankungen gibt – gewissermaßen die Mutter aller Krankheiten. In meiner ärztlichen Laufbahn habe ich immer danach gesucht. Ich habe eine ganze Anzahl von Lehr- und Wanderjahren hinter mir, auf dem traditionellen Weg, den jeder gehen muss, der Arzt werden will. Zweifellos habe ich währenddessen eine Menge über die Medizin gelernt. Besser gesagt, über den aktuellen Stand der Schulmedizin. Eines aber fehlte im Studium und Ärztealltag: Die Information, wie man Menschen zu hundert Prozent heilt.

Unter Heilung verstehe ich die Herstellung des Zustandes, wie er vor einer Erkrankung war. Wohlgemerkt: ohne Narben zu hinterlassen und ohne ein anderes Organ in Mitleidenschaft zu ziehen und ohne Medikamente und deren Nebenwirkungen. In einem anderen Bereich wird dieser Unterschied noch deutlicher: Ich bin ebenfalls approbierter Zahnarzt, mit einer klassischen zahnmedizinischen Ausbildung. Aber ich wage deshalb keinesfalls zu behaupten, dass ich Zahnheilkunde ausübe. Was ich mache, – das sage ich ganz deutlich – ist lediglich Reparatur von Zahnschmelze.

Genauso war es im humanmedizinischen Bereich, nämlich Symptome lindern, während die Ursachen unbeachtet blieben. Später habe ich mich der Naturmedizin zugewandt und deren Gesetze studiert.

Packen wir also die Ursachen an und schöpfen aus dem Füllhorn der Natur. Dazu gehört das „Wundermolekül“ Arginin – dem natürlichen Kraftstoff für unsere Blutgefäße, direkt vom Schachbrett der menschlichen Evolution –, Antioxidantien – wie das bisher noch nicht so bekannte OPC, das im Körper vor freien Radikalen schützt und andere Maßnahmen, wie mineral- und ballaststoffreiche basenbetonte Ernährung. So zeigen Sie unnötigen, reparierenden Eingriffen für immer die rote Karte.

Ich wünsche mir sehr, dass dieses Buch auch Ihr Leben positiv beeinflusst. Mit einmal lesen werden Sie sicherlich nur einen Teil der Informationen aufnehmen und nutzen können. Lesen Sie das Buch immer wieder, nehmen Sie es als Nachschlagewerk und probieren Sie die Konzepte Schritt für Schritt aus.

Viele Menschen gelangen bei einer Ernährungsumstellung zu der Erkenntnis, dass es gar nicht so einfach ist, Gewohnheiten zu verändern. Das kommt meistens dadurch, dass man versucht, etwas wegzulassen und sich zu begrenzen. Das ist auf Dauer frustrierend.

Deshalb ist mein Vorschlag: Nehmen Sie erstmal etwas hinzu (Arginin, Vitalstoffe, OPC, Ballaststoffe)! Der daraus resultierende Energieschub wirkt motivierend und macht Lust, weitere Ursachen anzugehen und die Ernährung und Lebensweise nach und nach umzustellen. Finden Sie in einer basenbetonten Ernährung, was Sie satt und zufrieden macht und Sie ins Gleichgewicht bringt. Damit gehen Sie an die wirklichen Ursachen von (chronischen)

Gesundheitsproblemen, anstatt nur Symptome zu unterdrücken. Sie schaffen das! Seien Sie gespannt. Jede Menge wissenschaftliche Erkenntnisse und Praxis-Tipps unterstützen Sie dabei.

Warum gerade diese Kombination?

Würde ich nur über Arginin schreiben, käme das Besondere dieser Aminosäure – das Wirkspektrum in seiner ganzen Breite – nicht genug zum Ausdruck. Wenn wir uns zudem auch bewusst machen, wie häufig heutzutage Übersäuerung und Nährstoffmängel sind, und Arginin den Blutfluß und somit den Abtransport von Schlacken und die Versorgung mit Sauerstoff und Nährstoffen bis in die kleinsten Kapillaren verbessert, erst dann können wir wirklich das gesamte Potenzial erkennen. Das ist es, was mich wirklich begeistert! Vielleicht kann ich im Laufe des Buches diese Begeisterung auch auf Sie übertragen.



40.000 Krankheiten – 40.000 Gesundheit?

Es gibt etwa 40.000 Krankheiten. Mir ist keine bekannt, die von der Schulmedizin zu hundert Prozent geheilt werden kann. Wenn es aber 40.000 Krankheiten gibt, muss es dann nicht auch 40.000 „Gesundheiten“ geben?

Natürlich eine rein rhetorische Spekulation. Zweifellos haben wir nur eine einzige Gesundheit. Aber wenn es nur eine Gesundheit gibt, gibt es dann vielleicht auch nur eine Krankheit? Trifft das zu, sollten wir uns auf die Suche nach dieser einzigen Krankheit begeben. Beseitigen wir diese „Kernkrankheit“, müssen wir folgerichtig gesund werden. Und zwar in allen Problembereichen. Dazu müsste eigentlich ein Wundermittel her. Das meine ich ausdrücklich im übertragenen Sinne, Wunder sind ja eher das Metier der Märchengebrüder Grimm. Sprechen wir also besser von einem Universalmittel — im Idealfall eines auf natürlicher Basis und mit unterstützender Funktion für den Körper. Sozusagen eine Art biologische Zündkerze. Denn heilen kann der Körper sich nur selbst, das lehrte schon Ärzte-Urvater Hippokrates.

Ich behaupte, dass es diese Zündkerze schon gibt. Sie muss gar nicht neu erfunden werden. Es gab sie schon immer. Es ist die Aminosäure Arginin. Aber ihre zentrale Bedeutung für die Gesundheit des Menschen hat man lange Zeit nicht verstanden. Das Wissen darüber setzt sich im gegenwärtig gelehrten Medizinwesen erst mit langsamen Schritten durch.

Machen wir uns also auf die Suche nach den Wurzeln der Krankheit, als nur Symptome zu bekämpfen. Niemandem ist auf Dauer damit geholfen, nur diese Begleiterscheinungen irgendwie verschwinden zu lassen. Ich bin Ursachenforscher, deshalb will ich immer erst einiges wissen, bevor ich behandle: Warum ist der Körper krank geworden? Warum hat der Mensch Schmerzen, warum funktioniert das Bindegewebe nicht oder warum stellt ein Organ seine Funktion ganz oder teilweise ein?

Ein Beispiel: Warum hat sich das Wohlbefinden verabschiedet bei jemandem, der an Arthrose leidet? Arthrose bedeutet Abnutzung. Und die Ursache? Warum hat gerade dieser Mensch Arthrose? Warum haben Langstreckenläufer und andere Ausdauersportler mit Abnutzungserscheinungen meist kein Problem? Warum leiden andere Menschen an Bluthochdruck, Hautproblemen, Leberschäden, Alzheimer, Akne oder Diabetes? Steckt hinter all dem vielleicht eine einzige Krankheit? Und wenn ja — wie heile ich diese Krankheit?

Wohlgemerkt: Ich spreche von Heilung, nicht von Reparatur. Nach meinem Verständnis von Medizin ist das die Wiederherstellung des Zustandes vor der Erkrankung, ohne eine Narbe zu hinterlassen und ohne Reparaturschäden an anderen Organen zu verursachen. Das ist für mich Heilen, auch ohne Medikamente. Weil da schon auf der Verpackung gewarnt wird: „Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker“. Ein Hinweis, bei dem immer mehr Menschen mulmig zumute ist. Völlig zu Recht, wie kompetente Medien berichten.

Symptom weg – alles gut?

Präzise Fakten bringt die Süddeutsche Zeitung: „Seit wenigen Jahren untersuchen Spezialisten in Kliniken in Greifswald, Jena, Rostock und Weimar die neu eingelieferten Patienten auf Arzneimittel als Ursache der Krankheiten. Aufgrund dieser Erfahrungen schätzt die Wuppertaler Pharmakologin Petra Thürmann, dass rund fünf Prozent aller Aufnahmen in innere Abteilungen auf Nebenwirkungen zurückgehen [...] Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte bestätigt die Größenordnung. Das wären bis zu 300.000 Fälle im Jahr. Nach Einschätzung des Bremer Gesundheitsforschers Gerd Glaeske werden jährlich 16.000 bis 25.000 Todesfälle durch Neben- und Wechselwirkungen verursacht.“



Nierenschäden, so heißt es in dem Artikel weiter, seien dabei vergleichsweise selten. Bei zwei Dritteln aller Fälle in den Kliniken handele es sich um Magenblutungen und -geschwüre im Zusammenhang mit Schmerzmitteln, zu starke Unterzuckerung durch Medikamente gegen Diabetes oder teils schwere Schäden durch Herz-Kreislauf-Mittel. Allein bei einer bestimmten Form der Herzschwäche bekämen 70 bis 80 Prozent der Patienten durch die Behandlung zusätzliche Probleme.

Nebenwirkungen, das bedeutet oft aber auch, eine Beschwerde gegen eine andere einzutauschen. Zu diesem Thema gibt es eine Reihe aussagekräftiger Studien. Gerade hat Professor Dr. med. Böger vom Universitätskrankenhaus in Hamburg eine weitere veröffentlicht. Zentrale Aussage: Blutdrucksenkende Medikamente können die Leber erheblich schädigen! Mit anderen Worten: Versucht man den Blutdruck zu senken, handelt man sich möglicherweise einen Leberschaden ein. Ein schlechter Tausch. Von Heilung im ursprünglichen Sinn des Arztberufes ist das megameilenweit entfernt.

Nehmen wir einen übersäuerten Rheumapatienten. Der Arzt verschreibt ihm Medikamente gegen sein Leiden. Bald darauf treten Symptome wie z. B. Magenschmerzen auf. Klar, durch das Medikament wird im Magen zusätzlich Säure produziert. Also gibt es ein neues Medikament. Diesmal einen sogenannten Protonenpumpenhemmer, einen Säureblocker gegen die Magensäure. Problem beseitigt, möchte man meinen. Jetzt ist der Magen kein Auffangbehälter für überschüssige Säure mehr und ich kann meine Rheumatabletten besser vertragen. Aber so einfach lässt sich die Säure nicht über Bord werfen. Sie sucht sich ein neues Ventil — beispielsweise die Haut, die Gelenke, die Nieren, das Fettgewebe, das Bindegewebe oder das Gehirn. Ich habe in meiner Praxis Menschen erlebt, die kamen mit einem Sammelsurium von über 14 verschiedenen Medikamenten zu mir!

Alle diese Patienten waren, wie die Blutuntersuchung ergab, im ganzen Organismus übersäuert. Womit wir beim ersten großen Thema angekommen sind: Übersäuerung. Macht sauer wirklich lustig? Nein! Lustig ist, wenn man in eine Zitrone beißt und dabei das Gesicht verzieht und es einen richtig schüttelt, ansonsten macht sauer leider nicht lustig.

Macht Blutgefäße und Kreislauf fit und flexibel: Die „biologische Zündkerze Arginin“

„Blut, ein ganz besonderer Saft“, lässt Goethe seinen Mephisto zu Faust sagen. Ein klassisches Wort, das der große Universalgelehrte hinterließ. Inzwischen ist die Wissenschaft ein ganzes Stück weiter. Trotzdem wissen nur wenige Menschen um die vielfältigen Fähigkeiten ihres Blutes. Dabei ist es der Quellstrom unseres Lebens. Es sorgt dafür, dass unser Körper und unsere Organe funktionieren, dass wir agil bleiben, leistungsfähig und gesund. Denn im Blut befinden sich alle wichtigen Nähr- und Treibstoffe, die der Mensch zum gesunden Leben braucht.

Blut macht etwa acht Prozent unseres Körpergewichts aus. Bei einem Erwachsenen sind das etwa fünf bis sechs Liter, die ständig im Körper zirkulieren. Mit mehr oder weniger Druck. Wenn der nicht stimmt, wird es schwierig für das Herz. Denn es sind ständig Eiweiße und Hormone, Vitamine, Mineralstoffe, Enzyme, Proteine und Nährstoffe zu Organen und Geweben zu transportieren.

Zusätzlich ist das Blut noch Sauerstoffträger und „Abfallentsorger“ für eingedrungene Schadstoffe und Krankheitserreger. Letztlich übernimmt unser „Lebenssaft“ auch noch die Aufgabe einer Warnzentrale. Stimmt irgendwo etwas nicht, wird das durch spezialisierte Zellen weitergemeldet, eine Art „Blutfunk“ also, der die körpereigene Abwehr aktiviert und die dafür zuständigen Zellen in die jeweilige Krisenregion schickt.



Die Transport-Logistik für den kostbaren Treibstoff übernimmt das Adernsystem des Menschen. Ein biologisches Meisterwerk, entstanden in Millionen von Jahren und von der Evolution optimiert. Es ist ein ausgeklügeltes System von „Pipelines“, durch die der „besondere Saft“ in einem permanenten Kreislauf strömt. Das Herz pumpt das Blut durch einen weit verzweigten Kosmos aus flexiblen Röhren hindurch, die im Zentrum des Körpers daumendick sind. Zur Peripherie hin werden die Verzweigungen erheblich feiner als ein Haar — das Kapillarsystem. Insgesamt misst dieses Netzwerk bei einem Erwachsenen etwa 90.000 Kilometer. Aneinandergereiht würden die Adern eines einzelnen Menschen zweieinhalb Mal um den Erdball reichen.

Ein Wunder der Natur, dieses Universum aus Adern, Äderchen und winzigen Kapillaren, das unseren Organismus bis in die kleinsten Verästelungen des Gefäßsystems hinein mit dem roten Lebenssaft versorgt. Ein Wunder ist auch die Konstruktion unseres Herzens. Welch enorme Leistung muss es erbringen, um seine Arbeit zu verrichten — 7.000 Liter Blut tagein tagaus rastlos rund um die Uhr zu bewegen! Der Techniker, dem es gelänge, dieses Wunderwerk auch nur ansatzweise nachzubauen, hätte den Nobelpreis dafür verdient.

Mehr als Lob haben auch Forscher verdient, die sich erfolgreich darum bemühen, unserem zentralen Antriebsorgan seine Herkulesarbeit zu erleichtern und unser Leben zu verbessern und zu verlängern. So geschehen 1998. Da erhielten die drei US-amerikanischen Wissenschaftler Robert F. Furchgott, Louis J. Ignarro und Ferid Murad den Nobelpreis. „Für die Erforschung der Wirkungen von Stickstoff(mon)oxid (NO) als Signalmolekül im menschlichen Herz-Kreislauf- und Gefäßsystem“, so die offizielle Begründung des Nobelpreiskomitees.

Den Inhalt dieser Entdeckung möchte ich einmal so skizzieren: Stickoxid (NO) entsteht im menschlichen Körper auf natürliche Weise. Mit dem Effekt, dass das Adernsystem regelrecht schonend „explodiert“. Allerdings im positiven Sinne. Gemeint ist eine erhebliche Ausweitung. Die führt unter anderem dazu, dass das Herz seine Pumpleistung erheblich steigern kann.

Die Metapher von der Explosion habe ich auch deshalb gewählt, um ein Stück Medizingeschichte einzuflechten. Die Entdeckungsgeschichte des Arginins hat nämlich mit Alfred Nobel zu tun. Der verdiente mit der Erfindung des Sprengstoffs Nitroglycerin unzählige Millionen.

Ein Teil davon kommt heute Forschern und Kulturschaffenden der verschiedensten Bereiche über eine Stiftung zugute — als Nobelpreis.

Das Kuriose: Genau dieses Nitroglycerin bekam Alfred Nobel von seinem Arzt als Mittel gegen seine Herzkrankheit verschrieben, weil Nitroglycerin NO (Stickoxid) freisetzt. Dies ist der Stoff, der unsere Blutgefäße weit öffnet. Genommen hat es Nobel nur einmal, da dieser „Sprengstoff“ Kopfschmerzen verursacht. Dennoch war der Arzt seinerzeit der Ursache von Nobels Herzschwäche auf der Spur. Allerdings konnte er noch nicht wissen, dass erst ein Strukturverwandter des „Nitros“ ein kopfschmerzfrees Ergebnis ohne Nebenwirkungen bringen würde — Arginin. Dieser war jedoch zu Nobels Zeiten als Quelle für Stickoxid noch nicht bekannt. Welche Power dadurch entsteht, ergaben erst spätere Forschungen, unter anderem die des Nobelpreisträgers Louis J. Ignarro und anderen. Wo wir schon bei der Medizingeschichte sind: Während der Erforschung des Arginins wurde es anfangs mit Silber (in Form einer Arginin-Silber-Verbindung) aus einem Aminosäuregemisch gewonnen. Die lateinische Bezeichnung für Silber ist „argentum“. Woraus sich der Name Arginin ableitet. Hört sich irgendwie an wie ein Grippemittel aus der Apotheke. Stammt aber aus dem Baukasten der Natur.

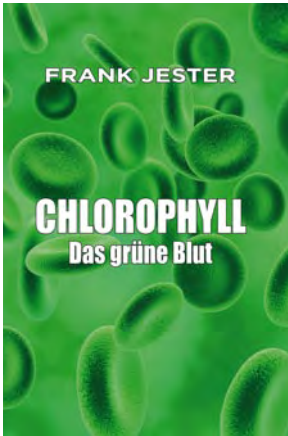
Auf den folgenden Seiten erfahren Sie mehr über das breite Wirkungsspektrum von L-Arginin. Wenn man das so auflistet, kann man wirklich sagen: Das ist ja unglaublich – ein wahres Wundermolekül. Kann das überhaupt sein? Spekulieren Sie doch zunächst einmal selbst, wo und wie Arginin überall helfen könnte. Sie wissen ja nun, dass unser Blut in den Blutgefäßen den gesamten Körper mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt und dass Arginin den Blutfluß verbessert.

Das Arginin-Wirksamkeitsspektrum



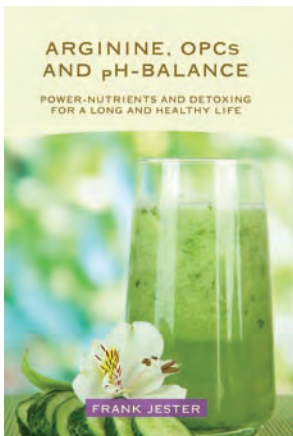
Weitere Bücher von Frank Jester

Chlorophyll: Das grüne Blut



Warum das Gras grün ist (und unerhört gesund), fand Richard Willstätter heraus. Als Lohn dafür gab es den Nobelpreis. Kernbotschaft: Ohne Chlorophyll ist das Leben von Mensch und Tier schlichtweg undenkbar.

Was mich am Chlorophyll am meisten fasziniert? Es ist die einzige Substanz, welche gespeicherte Sonnenenergie über die Ernährung an die menschlichen Körperzellen weitergibt!



Jetzt auch auf englisch!

Arginine, OPCs and pH-balance

Power-nutrients and detoxing
for a long and healthy life

Dieses Buch kann Ihr Leben verändern!

„Nichts ist so ansteckend wie das Leben.“

Frank Jester

Jetzt auch als Hörbuch erhältlich!

Gelesen vom Autor



www.balance-tools.de