



# ENTSÄUERN MIT DER SANGO MEERES KORALLE

Auf der japanischen Insel Okinawa leben überdurchschnittlich viele über Hundertjährige. Sie sind dabei noch dazu außergewöhnlich gesund und aktiv - all das, was wir uns auch wünschen! Eine wichtige Rolle dürfte dabei das mit Sango Koralle angereicherte Trinkwasser spielen. Es versorgt die Inselbewohner ein ganzes Leben lang mit basischem Kalzium und Magnesium sowie 70 weiteren Mineralstoffen und Spurenelementen. Übersäuerung kennt man auf Okinawa jedenfalls nicht!

*Von Dr. phil. Doris Steiner-Ehrenberger, Marissa Türk*

**D**ie Schere zwischen Vitalstoffangebot und Vitalstoffdeckung geht weiter auseinander - trotz eines Überangebots an Nahrungsmitteln. Einerseits liefern Obst und Gemüse vor 50 Jahren noch deutlich mehr Vitalstoffe. Andererseits sind die Belastungen insgesamt gestiegen. Gründe dafür sind Intensivlandwirtschaft mit Pestizideinsatz, Kunstdünger und aus-

gelaugten Böden, unreife Ernte, lange Lagerung, Haltbarmachung, Umweltgifte, Zusatzstoffe in Hülle und Fülle, vermehrter Medikamentengebrauch, Elektrosmog und eine durch und durch gehetzte Lebensweise. Das alles nagt an unserer Gesundheit. Der Nobelpreisträger Linus Pauling war sogar der Meinung, dass „jede Krankheit direkt auf einen Mineralstoffmangel zurück zu führen

sei“ und daher „zwei Drittel unserer Nahrungsaufnahme Mineralstoffe sein sollten“.

**Bei Übersäuerung wird körpereigenes Kalzium und Magnesium aus Knochen, Zähnen und Muskeln geraubt**

Durch einen oft säurelastigen Lebensstil benötigen wir vor allem basische Mineralstoffe. Dazu zählen Kalium, Kalzium und Magnesium. Sie übernehmen die Säurepufferung vor allem dann, wenn die „normalen“ Entsäuerungswege - Säureausscheidung über die Nieren, übers Ausatmen, über Bicarbonatpuffer im Gewebe, über sauren Schweiß und sauren Stuhl - nicht mehr ausreichen. Das ist vor allem der Fall, wenn gleich mehrere Säurebildner wie stressiger Lebensstil, wenig Bewegung, säurelastige

Ernährung, Elektromog, chemische Belastungen (Medikamente) und chronische Krankheiten zusammentreffen.

Vor allem das Kalzium wird zur Neutralisation von Säuren herangezogen. Wenn jedoch nicht genügend Kalzium aus der Nahrung oder aus gut aufnehmbaren Nahrungsergänzung verfügbar ist, wird Magnesium zur Säurepufferung verwendet. Ist auch das nicht verfügbar, wird Raubbau betrieben. Knochen, Zähne und Muskeln leiden besonders darunter. Typisches Mangelsymptom ist der Muskelkrampf – bei Tag zeigt er meist einen Kalziummangel oder Kaliummangel an, bei

griffen sind. Japanische Wissenschaftler der C. E. Cross University of California/USA fanden heraus, dass der Alterungsprozess um mindestens fünf, wahrscheinlich sogar um zehn bis fünfzehn Jahre verzögert werden kann, wenn man den Vitalstoffbedarf besser deckt.

Vorbild dafür ist die Bevölkerung Okinawas. Auf Okinawa lebt die größte Anzahl an besonders alten Menschen. Fast alle Inselbewohner sind sowohl geistig als auch körperlich fit und leiden kaum an altersbedingten Krankheiten. Krebs und andere schwere chronische Krankheiten gibt es kaum.

## Regenwasser sickert durch Berge aus Sango Korallen

Einen weiteren und entscheidenden Grund sahen Wissenschaftler schließlich im besonderen Trinkwasser. Okinawa besteht aus einem einzigartigen riesigen Korallenriff aus Sango Korallen. Nirgends auf der Welt erreichen Korallen eine vergleichbare Filterqualität. Das Regenwasser sickert durch die Korallenberge und wäscht dabei über 70 Mineralien und Spurenelemente aus, die sich im Trinkwasser anreichern. Es erreicht einen außergewöhnlich basischen pH-Wert von 8 bis 8,5.

Um die Sango Meeres Koralle auch an anderen Plätzen der Welt zur Verfügung zu haben, wird sie unter Aufsicht der japanischen Behörden am Meeresgrund geerntet. Es werden dem Meer ausschließlich Fossilien entnommen, die sich schon von den Korallenriffen abgelöst haben. Sie werden auf Radioaktivität geprüft und sind bisher, da Okinawa weit genug von Fukushima entgegen der Meeresströmung liegt, nicht belastet.

## Warum die Sango Meeres Koralle so eine Besonderheit ist

Die Original *Sango Meeres Koralle* – nach dem weltweit einzigen patentierten Verfahren vom Entdecker Nobuo Someya – stammt aus einem ursprünglich lebenden Organismus. Über die Hälfte aller enthaltenden Mineralien liegen in ionisierter Form vor, vor allem das Kalzium und das Magnesium. Sie sind in Wasser sofort löslich und werden schnell in die Blutbahn aufgenommen. Überschüsse lagern sich nicht ab, sondern werden ausgeschieden. Der entscheidende Unterschied zu herkömmlichen Mineralstoffmischungen liegt darin, dass Mineralien in ionisierter Form vom menschlichen Körper fast zur Gänze aufgenommen werden können. Denn ionisiert bedeutet aktiviert. Für die Ionisierung von Mineralstoffen ist normalerweise die Magensäure zuständig. Sie nimmt aber schon ab etwa 40 Jahren deutlich ab, wodurch sich die Verwertbarkeit von Mineralstoffen verringert. Meist ist Magensäuremangel bereits die Folge eines übersäuerten Gewebes (umgekehrt ist bei starker Magensäure das Gewebe im normalen Bereich).

Noch verschlimmert wird Magensäuremangel (er äußert sich mit denselben Symptomen wie ein Überschuss!), wenn man die häufig angebotenen Basenpulver aus Carbonaten zur

### > Warum Kalzium so wichtig ist:

- Ab dem 40. Lebensjahr dominiert der Knochenabbau. Denn da beginnt der Darm vermehrt Kalzium auszuscheiden. Außerdem wird die Ablagerung von Kalzium im Skelett reduziert, besonders bei Frauen nach dem Wechsel.
- Ausreichende Mengen an Kalzium sind essentiell für die richtige Herz-, Muskel- und Nervenfunktion. Kalziummangel kann zu Bewegungsstörungen führen, denn Kalzium leitet die nötigen Nervenimpulse für alle kontrollierten Muskelbewegungen weiter.
- Kalziummangel führt zu nervös ängstlicher Unruhe.
- Kalzium kann Blutdruck und Cholesterin senken.
- Kalziummangel kann zu Regelbeschwerden führen.
- Kalzium kann Gelenkschmerzen und Fibromyalgie lindern.
- Kalzium bringt Sauerstoff und Nährstoffe in die Zellen. Krebszellen können nur in sauerstoffarmem Milieu existieren! In Krebszellen finden sich nur zwei Prozent des Kalziums der normalen Zellen.
- Ausdauersportler verlieren sehr viel Kalzium über den Schweiß und können Herzrhythmusstörungen bekommen.
- Der Kieferknochen mit seinen Zahnreihen ist der Knochen mit dem höchsten Kalziumverbrauch.
- Ausreichendes, aber nur gut aufnehmbares Kalzium, reduziert das Risiko gebrochener Knochen und von Osteoporose. Zusätzlich wichtig: *Vitamin D*, *Cissus* ("der Knochenheiler"), *flüssiges Silizium* (hält Kalzium in den Knochen fest).

Nacht einen Magnesiummangel (auch Vitamin D-Mangel kann Krämpfe hervorrufen).

### Mit Mineralstoffen die Alterung verzögern – das Beispiel Okinawa

Mit zunehmendem Alter wird eine Extraversorgung mit gut bioverfügbaren basischen Mineralstoffen immer bedeutender. Denn Fertiggerichte, Appetitlosigkeit, Kaubeschwerden und eine verschlechterte Verdauungsleistung führen dann zu weiteren Defiziten. Überhaupt wenn die Mineralstoffdepots schon ange-

### Die Gründe für gesundes Altern

Mehrere Faktoren sollen hauptverantwortlich dafür sein. Die Einwohner Okinawas bevorzugen eine gesunde Ernährung mit hohem Anteil an Gemüse, Obst, Salaten, fermentiertem(!) Soja und Omega 3-reichem Fisch. Auf Okinawa isst man kleine Mahlzeiten über den Tag verteilt mit niedrigem Kaloriengehalt, sehr wenig Fett, wenig Fleisch, Eier und Süßigkeiten. Täglich wird Grüntee oder Jasmintee getrunken. Die Insulaner sind das ganze Leben lang körperlich aktiv und haben eine sehr positive Lebenseinstellung. Außerdem brauchen sie, da sie gesund sind, kaum Medikamente.



Mineralstoffversorgung einsetzt. Wer Kalziumcarbonat und/oder Magnesiumcarbonat zu sich nimmt, neutralisiert damit auch noch die ohnehin schon schwächelnde restliche Magensäure! Daher auf die Zutatenliste auf dem Etikett achten. Dasselbe gilt auch für Magnesiumpräparate.

Die Kombination von Mineralstoffen und pflanzlichem Anteil machen die *Sango Meeres Koralle* zu einem überaus wertvollen organischen Mineralstoffkomplex. Der Kalziumgehalt macht ca. 20 Prozent und der Magnesiumgehalt ca. 10 Prozent aus. Das Kalzium-Magnesium-Verhältnis von 2:1 ist von ausschlaggebender Bedeutung für die Verwertung im Körper. Zu den weiteren 70 Vitalstoffen zählen Kalium (Säure-Basen-Haushalt, Herzrhythmus), Zink und Selen (Immunsystem), Eisen (Blutbildung, Sauerstofftransport), Silizium (feste und elastische Knochen, Haare und Fingernägel), Jod (Schilddrüse) sowie Chrom (Zuckerstoffwechsel, Fettabbau).

Landkorallen hingegen besitzen nur einen geringen Anteil an Mineralien, da diese im Laufe der Jahrtausende durch den Regen ausgewaschen wurden. Deshalb enthalten sie auch nur einen ganz geringen Magnesiumanteil, wodurch das optimale Kalzium-Magnesium-Verhältnis verloren geht. Landkorallen sind auch durch die Luftverschmutzung mit Umweltgiften belastet. Die Original *Sango Meeres Koralle* ist völlig rein und frei von jeglichen Zusätzen.

### Die richtige Einnahme und Anwendung

Auch wenn viele Menschen bereits nach wenigen Tagen der Anwendung eine positive Wirkung wahrnehmen, sollte die *Sango Meeres Koralle* immer über einen Zeitraum von mindestens drei Monaten angewendet werden. Nur so können die Mineralstoffdepots wieder weitgehend aufgefüllt werden. Alternativ schreiben wir hier immer wieder über die ebenso empfehlenswerte Anwendung von Citraten zur Versorgung mit Kalzium und Magnesium (etwa durch die *Micro Base mit Aronia*). Ebenso über *kolloidales Kalzium* und *kolloidales Magnesium*. Die *Sango Meeres Koralle* ist für all jene besser geeignet, die kein Basengetränk wie die *Micro Base* zu sich nehmen wollen und denen der Rolls-Royce unter den Mineralstoffquellen, die Kolloide, zu teuer sind. *Sango Meeres Korallen* gibt es als einfach anzuwendende Kapseln.

### Sango Meeres Koralle mit Vitamin K2

Vitamin K2 als Zusatz sorgt dafür, dass das Kalzium der *Sango Meeres Koralle* nicht in Blutgefäße eindringen und sich dort ablagern kann („Arterienverkalkung“), sondern tatsächlich auch in Knochen und Zähnen zur Festigung und Remineralisierung eingebaut wird. Es steuert somit den Kalziumhaushalt und arbeitet dabei eng mit Vitamin D zusammen. Besonders wichtig ist Vitamin K2, wenn Vitamin D-Präparate hochdosiert angewendet werden. Bei Vitamin K2 muss keine Wechselwirkung mit manchen blutverdünnenden Medikamenten (Marcumar) befürchtet werden.

### Helfen beim Entsäuern mit: Löwenzahn und Brennnessel

Übersäuerung äußert sich durch viele Symptome. Dazu zählen Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen, Muskelschmerzen, Cellulite, unreine Haut, Mundgeruch, Antriebslosigkeit, Schlafstörungen und die Symptome durch Raubbau an körpereigener Substanz bis hin zu Allergien, Diabetes, Herzinfarkt oder Osteoporose. Basische Mineralstoffe wie die der *Sango*

*Meeres Koralle* leiten die Ausscheidung von Säureschlacken ein. Die klassischen Entschlackungskräuter *Löwenzahnwurzel* und *Brennnessel* regen die Ausscheidungsorgane noch zusätzlich an und tragen ebenfalls zur Entsäuerung bei. Sie unterstützen die Lymphe, die Galle, die Leber, die Nieren, den Darm und reinigen das Blut. Daher ist eine Kombination der *Sango Meeres Koralle* mit diesen Kräutern in einer Kapsel ganz besonders günstig.

### Die Entsäuerungs-Kur für Zuhause

Wer noch intensiver kuren will, nimmt zur *Sango Meeres Koralle* zusätzlich *Löwenzahnwurzel*, *Brennnesselblatt* und eventuell auch *Tausendguldenkraut* extra dazu und hat damit eine in vielerlei Hinsicht empfehlenswerte intensive Frühlings-Ausleit-Kur zur Hand. Entsäuerungs-bäder mit *Vulkanmineral* – zweimal die Woche ein Vollbad, täglich ein Fußbad – runden die Kur ab. Dazu sollte man viel Wasser trinken und sich basisch ernähren – auf Zucker- und Zuckersersatz, Fertigprodukte, Weißmehl, Kaffee, Kohlensäurehaltiges und Wurstwaren verzichten, Fleisch stark einschränken.

