



Gesund über den Mund: Das Ölziehen als tägliche Kur

Von Mankau Verlag

Erstellt am 31 Okt 2012 - 16:15

Unbemerkte Zahnherde

Zeitbomben im Mundraum ticken leise und lange Zeit unbemerkt, und sie sind unsichtbar, die so genannten Zahnherde, die zu massiven Störungen der Gesundheit führen können. Dabei handelt es sich um Keim- und Entzündungsherde, die tief in den Kieferknochen sitzen. Sie bilden sich an den Zahnwurzeln, die weit in die knöchernen Kieferregionen und deren Hohlräume hineinreichen. Insofern finden hier schädliche Keime und Bakterien ideale Bedingungen, sich anzusiedeln und schädigende Wirkungen auszuüben. Gift- und Schadstoffe aus dem Stoffwechsel sowie Rückstände von Medikamenten können sich ebenfalls gut anlagern und zu Entzündungsherden der Zähne führen.

Alles Schädliche wird abtransportiert

Dagegen kann das Ölziehen seine umfassende Wirkung entfalten. Es kann die Zeitbomben im Mund wirksam entschärfen. Mit dem Öl werden schädliche mikrobielle Ausscheidungen aus dem gesamten Mund- und Rachenraum abtransportiert. Damit wird auch das Gefahrenpotenzial der Zahnherde erheblich gesenkt. Denn das, was sie auf die Reise in unseren Körper schicken möchten, wird vom Ölziehen gleich an der Wurzel – in diesem Fall an der Zahnwurzel – gepackt und unschädlich gemacht. Das Erstaunliche am Ölziehen ist, dass es nicht nur vorbeugend wirkt. Auch wenn sich bereits Erkrankungen aufgrund der übermäßigen Belastung durch Schadstoffe und Schlacken manifestiert haben, greift diese Heilmethode. Die Mobilisierung der Selbstheilungskräfte ist sowohl bei akuten Beschwerden wie bei chronischen Erkrankungen erfolgreich.

Fünf Minuten für die Gesundheit

Die Biologin und Journalistin Birgit Frohn hat in ihrem Ratgeber „Die Ölzieh-Kur“ eine entsprechende Checkliste zu Beschwerden von Appetitlosigkeit über Neurodermitis bis hin zu Zahnscherzen zusammengestellt, bei denen eine Anwendung angezeigt ist. Auch zur Vorbeugung von grippalen Infekten leistet das Ölziehen wertvolle Dienste. Und das Verfahren ist denkbar einfach: Alles, was benötigt wird, sind täglich fünf Minuten Zeit und ein hochwertiges, kalt gepresstes Pflanzenöl. Der beste Zeitpunkt dafür ist morgens gleich nach dem Aufstehen. Denn während der Nacht siedeln sich Schlacken, Schad- und Giftstoffe in der Mundschleimhaut an. Sobald man etwa einen Esslöffel Öl im Mund hat, sollte das Öl immer in Bewegung sein: zwischen den Zähnen durchsaugen, darauf herumkauen, lutschen und hin- und herziehen. Nimmt man die Flüssigkeit, die anschließend ausgespuckt werden muss, unter die Lupe, zeigen sich darin beachtliche Mengen an Schadstoffen, Bakterien und anderen Krankheitserregern. Generell dauert es vier bis sechs Wochen, bis sich die Rundum-Effekte des Ölziehens zeigen und sich auf allen Ebenen positiv ausgewirkt haben. So ist es sinnvoll, regelmäßig im Frühjahr und im Herbst eine Ölzieh-Kur von etwa sechs Wochen Dauer durchzuführen. Der vorliegende Ratgeber stellt die verschiedenen Ölsorten und ihre Wirkungen vor und gibt hilfreiche Tipps, wie eine Ölzieh-Kur durchgeführt wird und welche weiteren Maßnahmen zur Entschlackung und Entgiftung diese ergänzen und unterstützen.

Buchtipp:

Birgit Frohn: Die Ölzieh-Kur. Einfach und wirksam entgiften; Mankau Verlag, 1. Aufl. Oktober 2012; Taschenbuch, durchgehend farbig, 110 Seiten; ISBN 978-3-86374-051-1, 8,95 € (D) / 9,20 € (A).

Link-Empfehlungen:



- * Interview mit Birgit Frohn: Die Ölzieh-Kur - umfassende Gesundheitspflege mit Tradition: <http://www.mankau-verlag.de/forum/content/olzieh-kur-birgit-frohn-56/> [1]
- * Informationen und Leseprobe zum Buch "Die Ölzieh-Kur": <http://www.mankau-verlag.de/verlagsprogramm/gesundheit/frohn-birgit-die-...> [2]
- * Mehr zur Autorin Birgit Frohn: www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-f-p/frohn-birgit/ [3]
- * Internetforum mit Birgit Frohn: www.mankau-verlag.de/forum/forum.php [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:52): <http://www.medkom24.eu/node/16952>

Links:

- [1] <http://www.mankau-verlag.de/forum/content/olzieh-kur-birgit-frohn-56/>
- [2] <http://www.mankau-verlag.de/verlagsprogramm/gesundheit/frohn-birgit-die-oelzieh-kur/>
- [3] <http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-f-p/frohn-birgit/>
- [4] <http://www.mankau-verlag.de/forum/forum.php>