

## Ölspülungen des Mundes zur Ausleitung

Eigentlich ist diese Form der milden Ausleitung von Toxinen, die wir aus der Umwelt, aus der Nahrung oder durch Stoffwechselfvorgänge aufgenommen haben, ein bewährtes Verfahren volkstümlicher Heilkunde. Nur müssen diese Hausmittel vielfach neu entdeckt und zur Anwendung gebracht werden.

### Indikationen

Durch die kurmäßige Anwendung des Ausleitungsverfahrens können sich Besserungen bis zur Ausheilung bei folgenden Beschwerdebildern einstellen:

Kopfschmerzen unterschiedlicher Ursache; Bronchitis; Thromboseneigung; Leber- und Galleleiden; schmerzhaftes Beschwerden des Bewegungsapparates (rheumatisch und nicht-rheumatisch); Hautveränderungen; chronische Darmstörungen; Störungen der harnableitenden Organe; Sodbrennen

### Wirkungsweise

Bei dieser Form der Ölanwendung geschieht folgendes: Während das Öl im Mund bewegt wird, emulgiert es mit dem Speichel. Diese Emulsion ist in der Lage, sowohl dem Speichel selbst als auch den Schleimhäuten und dem angrenzenden Bindegewebe der Mundhöhle Stoffe zu entziehen und zu binden. Die Mundhöhle ist stark mit Blut- und Lymphgefäßen versorgt, so daß es dort zu einem intensiven Stoffaustausch kommen kann.

### Anwendung

Die Anwendung erfolgt jeweils morgens vor dem Frühstück. Nehmen Sie etwa einen knappen Esslöffel kaltgepressten Sonnenblumenöls in den Mund und bewegen das Öl 10-20 Minuten in der Mundhöhle. Das Öl ist zunächst dickflüssig, wird aber mit zunehmender Speichelbeimischung dünnflüssiger. Gegen Ende der Anwendung hat es eine milchigweiße Farbe. Nun wird das Öl ausgespuckt; es darf keinesfalls geschluckt werden, denn es enthält jetzt Toxine in angereicherter Form. Sollte die ausgeschiedene Emulsion noch gelb sein, so war die Einwirkungszeit zu kurz. Die nächste Anwendung sollte also länger dauern. Anschließend spülen Sie den Mund mehrfach mit warmem Wasser aus und putzen sich wie gewohnt die Zähne.

Führen Sie dieses Verfahren kurmäßig durch, d.h. bis zur Besserung Ihrer Beschwerden. Das kann unter Umständen mehrere Wochen oder sogar Monate dauern. Danach ist eine prophylaktische Anwendung im Frühjahr und Herbst für etwa 4-6 Wochen ratsam.

Gelegentlich kann es durch die Mobilisierung abgelagerter Schadstoffe zu einer Erstverschlimmerung der Beschwerden kommen, die aber keine Ursache zum Abbruch der Behandlung darstellt.

