

Autonomer Response Test (ART) - Ergänzungs-Testsatz

Diese Angaben beziehen sich auf persönliche Erfahrungen von Dr. Dietrich Klinghardt in seiner Praxis in den USA. Es handelt sich NICHT um allgemeine Anwendungs- u. Einnahmeempfehlungen. Gemäß der ART-Methode muss sorgfältig getestet werden. Jeder Benutzer des Testsatzes handelt gemäß seiner beruflichen Lizenz und Kompetenz eigenverantwortlich. Bei Schwangerschaft oder medizinisch diagnostizierten Erkrankungen muss jede Einnahme mit dem behandelnden Arzt abgesprochen werden.

| | |
|---|---|
| Ashwaganda | Adaptogen, senkt zu hohes, hebt zu niedriges Cortisol an, wirkt stärkend auf Nebennieren, entzündungshemmend, steigert DHEA, schlaffördernd, 3 x 10-20 Tr., nur Schlaf: abends 1-2 Kps. |
| Brennnesselwurzel | Hemmt Umwandlung von Testosteron in DHT u. Östrogen → mehr gutes Testosteron verfügbar =Erhaltung der Muskelmasse und Kraft, Libido, Leistungsfähigkeit, Antrieb, nat. Körperbehaarung und Kopfhaare, hemmt Gewichtszunahme durch Einlagerung von Bauchfett, vorbeugend bei Prostatahyperplasie, 3 x 10-20 Tr. |
| DHQ 97% | Stark antientzündliche Wirkung, Quercetin schleust Zink in die Zelle (wirkt als Zinkionophor wie auch Chloroquin), bei Virenbelastung wird Zink IN der Zelle gebraucht, zusammen mit Zink einnehmen, ADE: 2-3 x tägl. 1 Kps. |
| Forskolin | Säubert die Rezeptoren, damit cAMP besser andocken kann → wichtig für alle Hormone, wirkt positiv für Herz, Blutgefäße, blutgerinnungshemmend, entkrampfend |
| Ginseng | Tonikum, stärkt Immunsystem, regt Stoffwechsel an, erhöht Stressresistenz, gegen Erschöpfungszustände, Müdigkeit, gegen Libidoverlust, Erektionsstörung, erhöht Zahl u. Qualität der Spermien 3 x tägl. 10-20 Tr. |
| Glycin | Aminosäure, die sehr gut bei Belastung von Glyphosat und anderen Herbiziden und Pestiziden testet, Biosynthese von Häm (Sauerstoffbindung im Blut), Kreatin (Energiespeicher im Muskel), Glutathion (Entgiftung in der Leber) und ist ein wichtiger Bestandteil von Kollagen, zur Entgiftung: 1- 3 x 1 TL, zusammen mit Trinkmoor, für andere Funktionen: 1- 3 x 1 TL, ½ Stunde vor dem Essen |
| Hozzel Wasser | Desinfektion von Oberflächen, auch zur äußeren Anwendung (Haut) |
| Kalan-C | aus Kalanchoe Pflanze, immunmodulierend, Entgiftungsfähigkeit stärkend, bei: Wundheilung, Bluthochdruck u. Herz-Kreislauf-Beschw., Infektionen (antibakteriell, antiviral, antimykotisch u. antiparasitär) Schleimhautentz., antimutagene Wirkung (bei Tumorerkr.), senkt erhöhtes Histamin → Allergieredukt., in anthroposoph. Medizin als Wehenhemmer eingesetzt 3 x 10-20 Tr. |
| Maca (gelatinized) | steigert körperliche/psychische Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit, Libido, Spermienzahl und DHEA, lindert Wechselbeschwerden, Angstzustände und depressive Verstimmungen, beugt Osteoporose vor 1-3 x 1 TL in Wasser oder über Speisen gestreut |
| Magnesiumchlorid (hyperkolloidal) | Clusterstruktur-Verkleinerung in den hyper-kolloidalen Bereich → riesige Vergrößerung der inneren Oberfläche → Magnesium kann optimal in den Zellen aufgenommen werden, Stress-u. Schmerzreduktion, Herzstärkung, Nervenstärkung, Schlafverbesserung, mehr Energie, stärkt Knochen u. Zähne, u.v.m. 2-3 x 20-25 Sprühstöße auf die Haut /unter die Zunge |
| Mönchspfeffer (TEM) | Fördert Progesteronbildung (zusammen mit Zimt), hemmt Prolaktin u. Östrogen, gut bei PMS, Kinderwunsch, im Klimakterium, 3x 21 Tr. |
| Portulak | Kann regulierende Wirkung auf Insulinausschüttung haben → bei Diabetes testen, Nieren-Blasenprobleme, harntreibend, blutreinigende Wirkung |
| Schwarze Johannisbeere (Gemmo Mazerat) | wirkt durch wertvolle Pflanzenwirkstoffe, z.B. Polyphenole bei Akutzuständen u. chronischen Geschehen: antimikrobiell, entzündungshemmend, antiallergisch, schmerzlindernd, immunstärkend, antioxidativ, antithrombotisch, antikanzerogen, reguliert Blutdruck und Blutzucker, (Gemmo = Knospen u. Triebe, haben höchste Wachstumskräfte) als 6 Wochen-Kur: 1-2 Pip. in 1 Liter Wasser, über den Tag verteilt trinken, chronisch: 3 x tägl. 5 Tr. |
| Siliziumdioxid (hyperkolloidal) | optimale Aufnahme von Silizium durch hyper- kolloidale Struktur, alle positiven Eigenschaften von Silizium: Stärkung d. Nervensystems, Baustoff von Knochen u. Knorpelgewebe, verbessert Wasseraufnahme der Gewebe, wirkt verjüngend, gegen Falten, für gesundes Bindegewebe, gegen Arteriosklerose und Arthrosen, Demenz 2-3 x 5 Pumpstöße in etwas Wasser o.a. Flüssigkeit |
| Traubensilberkerze = Cimicifuga | (Black Cohosh) Östrogen-like, stimuliert Beta-Rezeptoren, vorbeugend gegen Muskelschwund u. Osteoporose, kann auch bei Brustkrebs genommen werden |
| Tribulus | Säubert die Messfühler von Hypothalamus und Hypophyse, erhöht Testosteron |
| Trink Moor | Haupt-Bindemittel in der Glyphosat Entgiftung, Hochmoore enthalten tausende Jahre alte fermentierte Pflanzen, Quelle für Humin- und Fulvinsäure, gemeinsam mit Glycin = hochwirksame Glyphosat Entgiftung 2-3 x 1 Kappe n. d. E. od. wie Bindemittel ½-1 h v. d. E. |
| Topinambur | bei Pankreasbeschwerden, Diabetes, schmerzlösend bei Oberbauchkrämpfen, Blähungen und gegen Reizdarmbeschwerden, Darmträgheit verdauungsanregend, unterstützt Darmsanierung durch Förderung der Lakto- und Bifidobakterien im Dickdarm, reguliert Cholesterin 3x tägl., 10-20 Tr. |
| Zimt | regt Progesteron-Produktion an, wirkt regulierend auf Insulinhaushalt, vermindert Insulin-resistenz, fördert Appetit, regt die Darmtätigkeit an → verbesserte Verdauung, 3 x 10-20 Tr. |