



**Blogartikel aus September 2017 von Anthony William**

## Nierengesundheit

Gene sind nicht schuld an Krankheiten und der Körper greift sich auch nicht selbst an! Schulmedizin sagt: Neben Genen sind Bluthochdruck, Diabetes oder eine Verletzung für Nierenerkrankungen verantwortlich. Bluthochdruck oder Diabetes sind eine Belastung für die Nieren, aber nicht die Ursache für Nierenschäden. Eine Verletzung kann die Ursache sein. Auch Medikamente können die Nieren verletzen! Sprechen Sie mit Ihren Ärzten, ob Sie Ihre Medikamentenlast, sei es eine Dosis reduzieren können.

**So entgiftet der Körper:** Die Leber filtert und verarbeitet Giftstoffe und leitet sie an Darm und Nieren zur Ausscheidung weiter. Mehr dazu im Buch „Heile Deine Leber“ von Anthony William. Nieren haben innen und außen eine dicke Haut, in der auch Giftstoffe gelagert werden können, um den Körper zu schützen.

### Nierenerkrankungen, häufigsten Ursachen

HHV 6 und 7 und weitere noch unentdeckte **Humane Herpesviren**  
EBV (Epstein-Barr-Virus) ist nicht verantwortlich, aber auch eine Belastung für die Nierengesundheit – daher ist es so wichtig, die Viruslast zu reduzieren, die mysteriöse Erkrankungen verursachen wie Hautausschläge, Müdigkeit, Migräne, Schilddrüsenerkrankungen, Angstzustände, Depressionen, „Gehirnnebel“ / Konzentrationsstörungen, Hitzewallungen u.v.m.

**Nierensteine** entstehen durch „Nierenschlamm“, das sind Rückstände aus Eiweiß und / oder zu viel Kalzium, der sich in den Nieren ansammeln kann, verdickt und aushärtet.

**Protein und Fette.** Wir sind falsch informiert, dass wir viel (tierisches) Protein und Fette benötigen. Konzentrierte Proteine und Fette erschöpfen / schwächen die Nieren! Minimieren Sie Ihren Eiweißkonsum bei ausreichender Nahrungszufuhr insgesamt und essen Sie dafür reichlich Obst, Gemüse und Salate. Großartige Nahrungsquellen sind (Süß-) Kartoffeln, Kürbis, Bananen, Orangen (-saft, frisch gepresst!), Feigen, Melonen, Äpfel, Birnen, Mangos, Quinoa, Hirse, schwarze Bohnen u.a. - Täglich reinen, frisch gepressten Selleriesaft und reinen Gurkensaft zu trinken, kann für die Nierengesundheit äußerst hilfreich sein, ebenso, regelmäßig **Kopfsalat, Beeren und Äpfel** zu essen. Etwas Melone kann auch zur Durchspülung der Nieren beitragen.

**Für Nierengeschädigte bzw. Dialysepatienten** gilt, dass Sie **nicht zu viele** Bananen, Avocados und Feigen essen sollten, weil diese viel Kalium enthalten, welches die Nieren belasten könnte. Wenn Sie eine Nierenerkrankung vorbeugen wollen, also noch gesunde Nieren haben, schaden diese Früchte nicht und es ist o.k., diese Lebensmittel auch in größeren Mengen zu sich zu nehmen. Das Trinken von Zitronenwasser kann hilfreich sein, weil es Giftstoffe ausschwemmt und die Nieren unterstützt. Diuretika wie Tee (schwarzer/grüner) und Kaffee sollten vermieden werden. Kräutertee in Maßen z.B. aus Zitronenmelisse, Pfefferminze, Brennnessel können genossen werden.

# Naturheilpraxis Heidi Boye

Therapie & Seminare ✨ Heilpflanzengarten

Seestraße 6 a ☀ 23829 Wittenborn ☎ 04554 – 70 39 74

📖 [www.naturheilpraxis-boye.com](http://www.naturheilpraxis-boye.com) 📖 [www.virusstudie.com](http://www.virusstudie.com)



**Wichtig:** Egal, welcher Ernährungsform Sie folgen, **reduzieren Sie die Menge speziell an tierischem Eiweiß**, so weit Sie können, z. B. max. einmal pro Tag. **Lassen Sie Eier (besonders wichtig, um HHV „auszuhungern“), Soja und Milchprodukte (bes. Käse) möglichst ganz weg, denn diese stärken die Viren.** Reduzieren Sie auch Nüsse, Samen und Proteinpulver. Die meisten Obst-, Gemüsesorten und insbesondere Blattgemüse (Salat, Kohl etc.) enthalten reichlich bioverfügbares Eiweiß.

**Sanfte Virostatika (virenhemmende Mittel)** nach Absprache mit Ihrem Arzt wegen möglicher Wechselwirkungen mit Ihren schulmedizinischen Medikamenten: Zitronenmelisse (Tee / alkoholfreie Tinktur), Brennnesseltinktur (alkoholfrei!), L-Lysin GerstengrasSAFT-Pulver (Gerstengraspulver ist nicht effektiv).

**Die gute Nachricht:** Wenn Sie sich bewusst machen, dass Ihre Nierenerkrankung durch einen Virus verursacht wurde, kann Ihr Körper darauf besser reagieren und sogar mit der Heilung beginnen! Es ist erstaunlich, wozu Ihr Körper in der Lage ist, sobald Sie bewusst verstehen, was wirklich vor sich geht. Ihr Körper wird mit der Reinigung beginnen und dem Virus nachgehen. Die Viren verlieren an Kraft, sobald Sie wissen, dass Viren die Ursache Ihrer chronischen Erkrankung sind.

Ich hoffe, dass Sie nun die Ursachen für Nierenerkrankungen verstehen, so dass Sie mit den notwendigen Veränderungen Schritt für Schritt beginnen können.

Die Informationen stammen aus dem von Frau Petek ins Deutsche übersetzten Beitrag von Anthony William: <https://www.youtube.com/watch?v=MOSKIHYUjBc>  
Radiosendung zum Thema von Anthony William (englisch):  
<https://soundcloud.com/medicalmedium/170828-kidneyhealth-hhintro>

**Anmerkung von HB:** Mit „ich“ in obigem Text ist natürlich Anthony William als Schreiber des Original-Beitrages gemeint. Hervorhebungen und Bemerkungen in Klammern durch HB. - Hier finden Sie eine (unvollständige) Übersicht über weitere Beiträge von Anthony William: <https://www.virusstudie.com/start/hinweise/>. Werden Sie zu Ihrem eigenen Gesundheitsexperten!

Anthony William's Webseite [www.medicalmedium.com](http://www.medicalmedium.com)  
sowie <https://www.instagram.com/medicalmedium/>

Der aktuelle Ernährungstrend rät leider davon ab, (viel) Obst zu essen. Ich habe es selbst ausprobiert – beides; Obst fast wegzulassen und bis zu 10 Portionen Obst täglich zu essen. Ich stehe voll hinter Anthony William's Empfehlung, so viel Obst zu essen, wie Sie mögen! Ihr Körper wird es Ihnen danken: Zudem können Sie mit der Zeit das Verlangen nach ungesunden Süßigkeiten voller Industriezucker und belastender Fette verlieren, ihren Blutzucker und Ihr Gewicht stabilisieren! Informieren Sie sich z. B. durch folgenden Beitrag: **Beitrag Fruit Fear – Angst vor Obst**  
<https://soundcloud.com/medicalmedium/fruit-fear> (Radiosendung von Anthony William in Englisch)  
[https://www.youtube.com/watch?v=OrGx\\_r8x9rc](https://www.youtube.com/watch?v=OrGx_r8x9rc) (D Übersetzung der obigen Sendung durch K. Petek)

Rezepte und weitere Informationen zu chronischen Krankheiten finden Sie auch auf meiner Webseite <https://www.virusstudie.com/ernaehrung-nach-antony-william/rezepte/>  
auf Instagram [https://www.instagram.com/heidi\\_boye\\_3/](https://www.instagram.com/heidi_boye_3/)

*Angabe ohne Gewähr – für Ihre individuelle Situation können andere Empfehlungen gelten.  
Nur Sie selbst können für sich Verantwortung übernehmen!*