

GEFÄHRLICHES MIKROPLASTIK – WIE ES DEINEN KÖRPER SCHÄDIGT UND WAS DU DAGEGEN UNTERNEHMEN KANNST



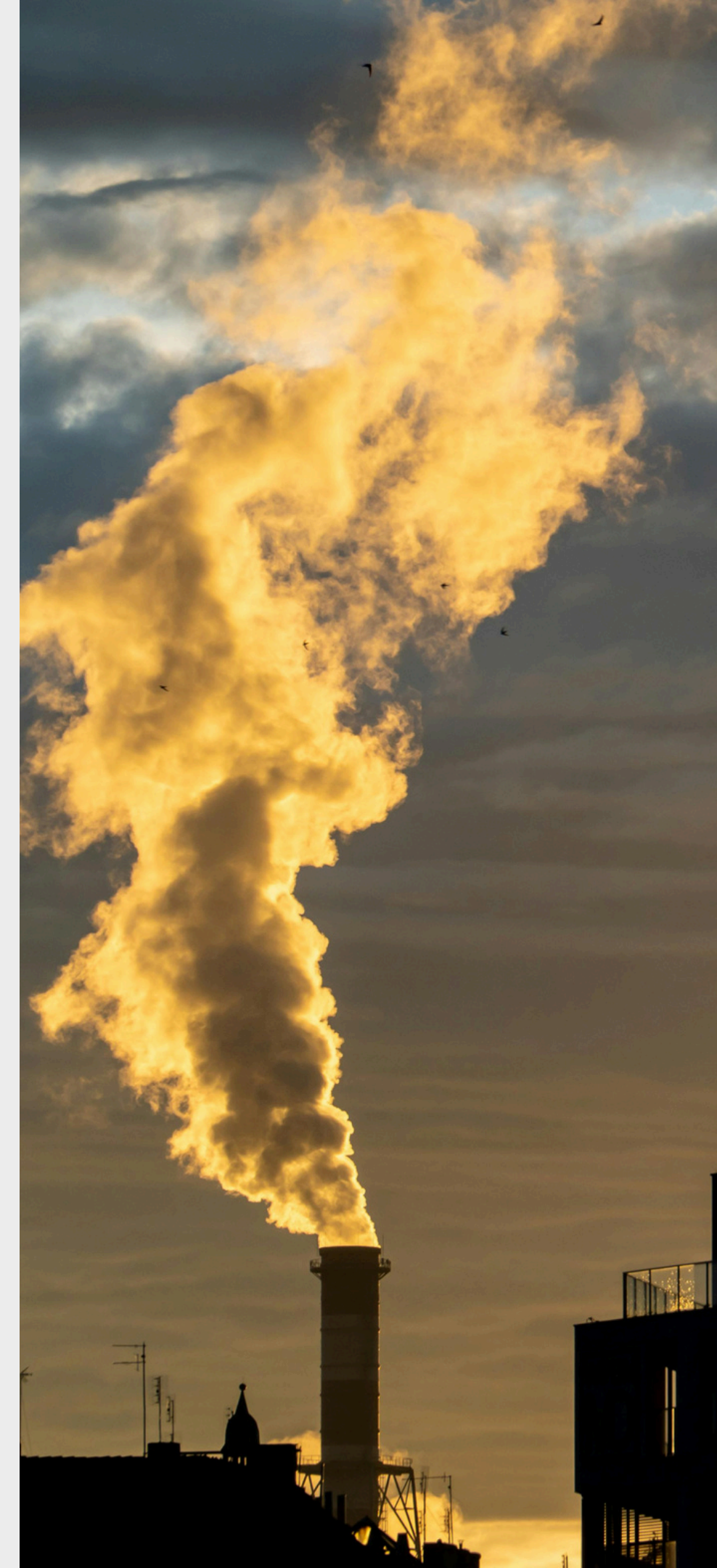
WIE GROSS IST UNSERE BELASTUNG MIT UMWELTGIFTEN?

In den USA sind in der Umwelt um die **1000 Toxine** in Mengen vorhanden, die der Gesundheit schaden können.

Prozentsatz der Bevölkerung mit Toxinmengen im Körper, die festgelegte Grenzwerte überschreiten:

- Arsen – 35%
- Blei – 33%
- Quecksilber – 20%
- PCBs – 25%
- Phthalate – 25%
- Bisphenole, wie BPA – JEDER!

So gut wie jeder von uns ist mit mehr als einem Toxin in Mengen belastet, die bekanntermaßen Erkrankungen auslösen.



MIKROPLASTIK – DIE NEUE GESUNDHEITSGEFAHR

Mikroplastik =

Feste, unlösliche Kunststoffpartikel in einem Größenbereich zwischen **5 Millimeter und 1 Mikrometer**

Nanoplastik =

Feste, unlösliche Kunststoffpartikel in einem Größenbereich von **unter 1 Mikrometer**



Jeder von uns nimmt pro Woche **bis zu 5g Mikroplastik** zu sich, was in etwa **1 Kreditkarte** entspricht!



Untersuchungen zeigen, dass jeder von uns zunehmende Mengen an **Mikroplastik im Körper** hat, unter anderem in:

- Leber
- Nieren
- Lunge
- Fortpflanzungsorganen
- Plazenta
- Gehirn



MIKROPLASTIK – DIE NEUE GESUNDHEITSGEFAHR

Wieso „neue“ Gesundheitsgefahr?

Campen et al., Februar 2025:

- Gehirnproben aus **2024** enthielten im Schnitt etwa **50% mehr** Mikroplastik als Gehirnproben aus dem **Jahr 2016**
- Ca. **5mg** Mikro- und Nanoplastik pro Gramm Gewebe
- Die größte Anreicherung von Mikro- und Nanoplastik befand sich **im Gehirn**
- Im Gehirn von Menschen mit Demenzerkrankungen im Schnitt **3- bis 5-mal höhere** Konzentrationen

Auch in **arteriellen Plaques** wurde Mikroplastik gefunden, was mit einem **4,5-mal höheren Risiko** für **Herzinfarkt, Schlaganfall** und **Tod binnen 3 Jahren** assoziiert wird.

Im **April 2026** hat die EPA (Environmental Protection Agency) Mikroplastik zum ersten Mal als **„vorrangigen Wasserschadstoff“** anerkannt.



MIKROPLASTIK – VORKOMMEN

Eine Studie aus dem Jahr **2019** hat gezeigt, dass eine Stadt von der Größe Berlins in ihrem Waschwasser jeden Tag ein **Volumen an Mikroplastik** enthält, welches in etwa **½ Millionen Plastiktüten** entspricht!



Wasser



Teebeutel



Küchenutensilien
aus Plastik



Plastikflaschen



Fisch und
Meeresfrüchte



Synthetikfasern



Plastikverpackte
Lebensmittel



Meersalz



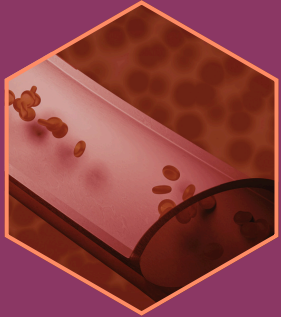
Luft:
Innenluft enthält mehr
Mikroplastik als Außenluft:
synthetische Fasern 35%,
Reifenabrieb 28%,
Stadtstaub 24%



MIKROPLASTIK – BEDEUTUNG



Mikroplastik **aus Wasser** und **Lebensmitteln** gelangt über die Darmwand ins Blut



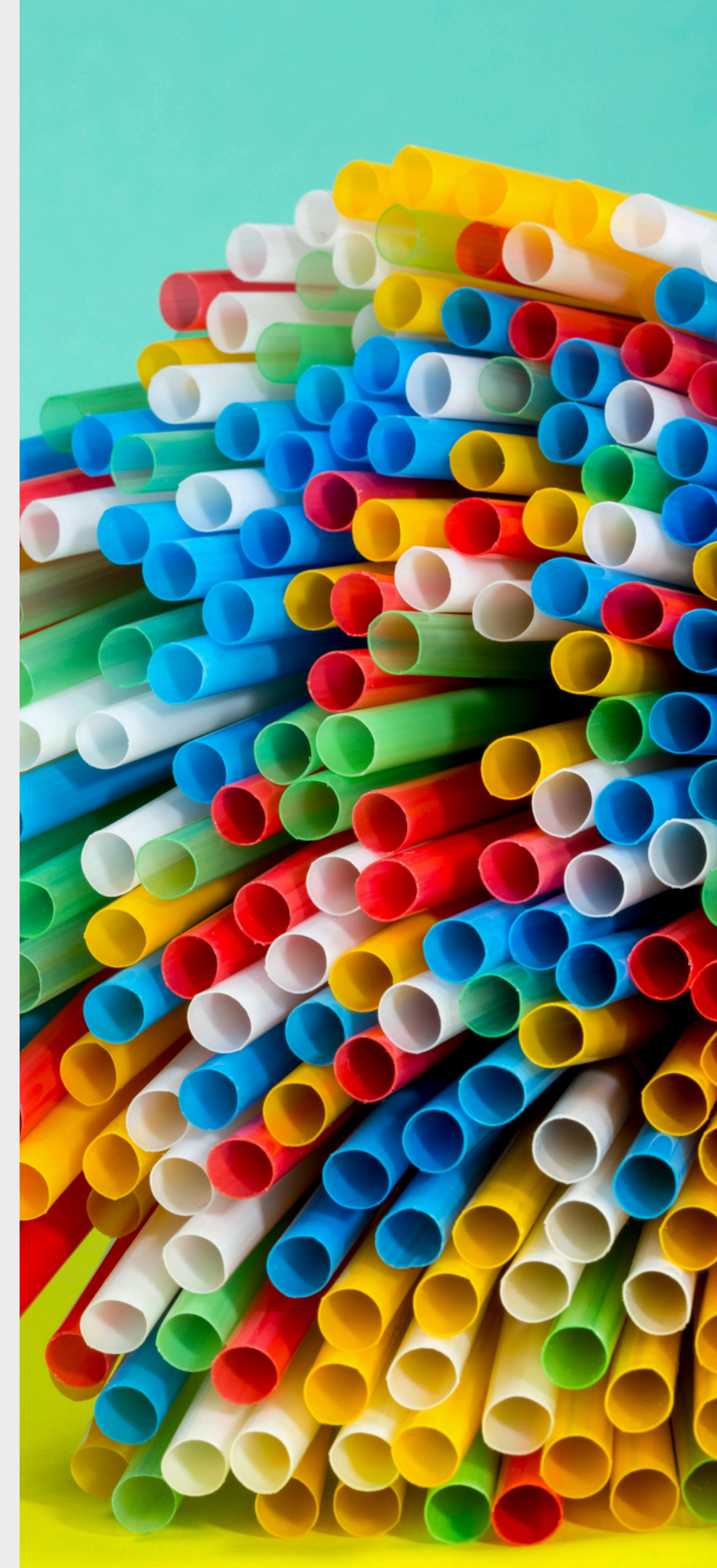
Mikroplastik **aus dem Blut** gelangt über den Blutkreislauf in alle Organe und es gelangt mit Hilfe von Fetten über die Blut-Hirn-Schranke hinweg ins Gehirn



Mikroplastik **aus der Luft** gelangt über die Lunge in den Körper und über die Nase, die Riechnerven und die Riechkolben ins Gehirn



Mikroplastik **aus Synthetikfasern** gelangt über die Haut in den Körper



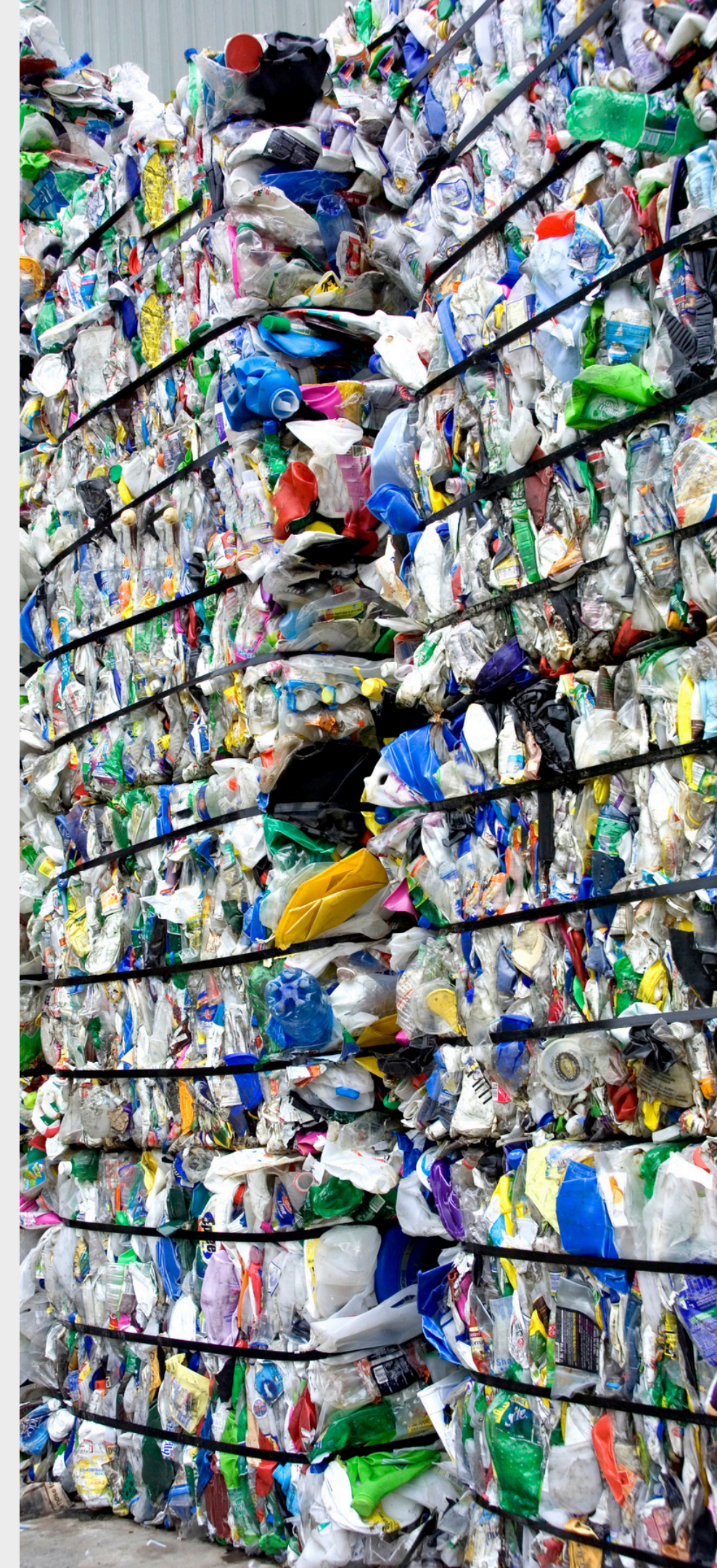
MIKROPLASTIK – BEDEUTUNG

Mikroplastik selber:

- ◆ Oxidativer Stress
- ◆ Entzündungen
- ◆ Störungen des Immunsystems
- ◆ Physische Schäden

Und:

In Mikroplastik enthaltene **endokrine Disruptoren**, wie BPA, Phthalate, PFAS, POPs (PCBs, DDT), Flammschutzmittel und Pestizide, führen zu **Störungen des hormonellen Systems**.



MIKROPLASTIK – MINIMIERUNG DER AUFNAHME

Säule 1 der Entgiftung: Die Minimierung der Toxinaufnahme



Wasserfilterung
über
Umkehrosmose



KEINE Flüssigkeits-
und Lebensmittel-
behälter aus Plastik



Lösen Tee in
Edelstahlfiltern
aufbrühen



Guppyfriend



Celtic
Sea Salt



Sollten wir noch
Fisch und
Meeresfrüchte
essen



Keine Küchen-
utensilien
aus Plastik



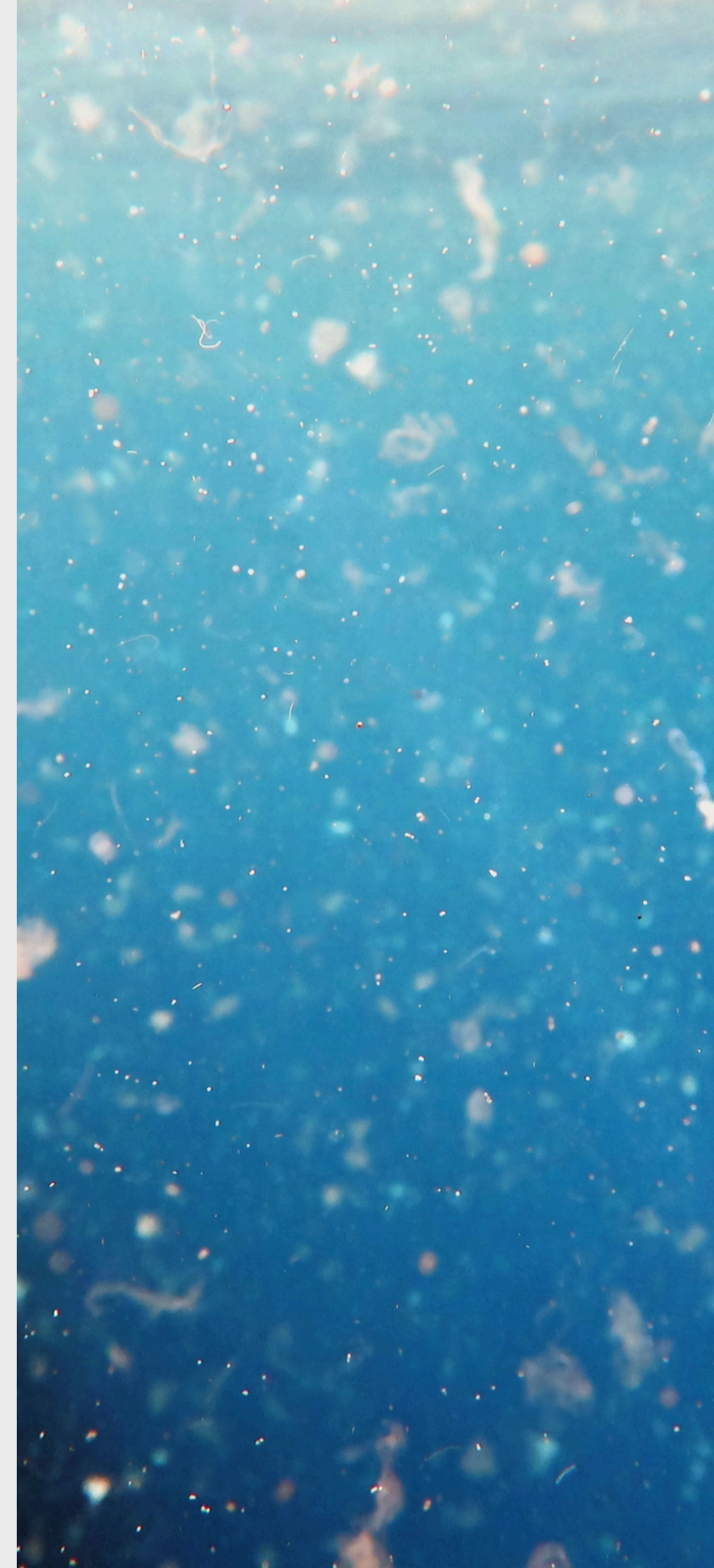
Bekleidung aus
Synthetikfasern
ausmustern



Nass
wischen



Luftfilteranlage,
zumindest fürs
Schlafzimmer



MIKROPLASTIK – AUSLEITUNG

Über den Darm:

- ◆ **Ballaststoffe** supplementieren, insbesondere Akazienfaser
- ◆ Lactobacillus reuteri und andere **Laktobazillen** erhöhen die Mikroplastikausscheidung

Über physikalische Methoden:

- ◆ Sauna/Infrarotsauna

Über Giftbinder:

- ◆ Der liposomale Phospholipidkomplex **PC**

Über die Supplementierung von

- ◆ Sulforaphan

Über die Leber:

Mikroplastik wird vor allem über den **Phase-2-Weg der Glucuronidierung** entgiftet

Hemmer der Glucuronidierung:

- ◆ Kohlenhydratreiche Ernährung
- ◆ Insulinresistenz
- ◆ Proteinmangel
- ◆ Kalorienreduktion

Förderer der Glucuronidierung:

- ☀ ◆ Calcium D-Glucarate
- ◆ Astaxanthin
- ◆ EGCG
- ◆ Löwenzahnwurzel
- ◆ Rosmarinsäure, enthalten in zum Beispiel Rosmarin, Salbei, Zitronenmelisse, Thymian, Oregano, Minze und Basilikum



EINNAHMEPLAN MIKROPLASTIK-ENTGIFTUNG

01.

Zum Frühstück:

- 1 TL Bio Akazienfaser Pulver (in Wasser gelöst)
- 1 Kapsel Calcium D-Glucarat
- 1 Kapsel Grüntee Extrakt EGCG Hochdosiert
- 2 Kapseln Rosmarinblatt Extrakt

02.

Zum Mittagessen:

- 2 Kapseln BroccoMax
- 1 Kapsel Astaxanthin 8mg
- 1 Kapsel Löwenzahnwurzel Extrakt

03.

Im Laufe des Nachmittags:

- 1 EL PC, Liposomal Phospholipid Complex

04.

Zum Abendessen:

- 1 TL Bio Akazienfaser Pulver (in Wasser gelöst)
- 1 Kapsel Grüntee Extrakt EGCG Hochdosiert
- 2 Kapseln Rosmarinblatt Extrakt



DEIN FAHRPLAN ZUR ENTGIFTUNG VON MIKROPLASTIK

Sulforaphan → Zellentgiftung

PC → Entgiftung von Gehirn, Membranen und Fettgewebe

Sauna/Infrarotsauna → Entgiftung von Mikroplastik über den Schweiß

Glucuronidierung ↑ → Entgiftung von Mikroplastik über die Galle

Ballaststoffe ⊕ **Probiotika** → Elimination von Mikroplastik über den Darm



DETOX YOUR LIFE

DYL-Grundkurs

- ◆ Die 4 Säulen der Entgiftung
- ◆ Vorkommen, Bedeutung, Minimierung der Aufnahme und Ausleitung der wichtigsten Umweltgifte, unter anderem Schwermetalle, Aluminium, Glyphosat, endokrine Disruptoren und Flammschutzmittel
- ◆ Die Gefahren von EMFs
- ◆ Mechanismen der Schädigung durch Toxine
- ◆ Entgiften mit Mikronährstoffen
- ◆ Physikalische Entgiftungsmethoden
- ◆ Emotionale und mentale Detox
- ◆ Daily Detox leicht gemacht
- ◆ Dein Detoxfahrplan
- ◆ Q&A für all deine Fragen am 02.07.2026

DYL-Tagesworkshop

Session 1

Die drei Phasen der Entgiftung:

1. Bioaktivierung
2. Konjugation – Die 6 Entgiftungswege der Phase 2
3. Elimination

Session 2

Die „Entgiftung der Entgiftungsorgane“:

Reinigung, Regeneration und Reaktivierung von Magen-Darm-Trakt, Leber und Nieren

Session 3

Entgiftungsblockaden:

Genetische Entgiftungsstörungen, dysfunktionale Zellmembranen, mangelnder Gallenfluss & Co

Session 4

Besondere Detoxprotokolle:

Gehirndetox und Zellmembrantherapie