

# *Natron – Backzutat oder Wunderheilmittel?*

Natron kennt jeder als Backpulver für Kuchen. Doch auch im Haushalt und in der Körperpflege leistet es gute Dienste. Als kraftvolles Heilmittel ist es jedoch den wenigsten bekannt. Zu Grossmutter's Zeiten wurde es noch gegen allerlei Wehwehchen eingesetzt, ist dann aber in Vergessenheit geraten. In einer Renaissance hat sich Natron nun sogar in der komplementären Krebstherapie einen Namen gemacht.

Natron ist kostengünstig in jedem Supermarkt zu bekommen. Es sollte sich jedoch um reines Natron (Natriumbicarbonat,  $\text{NaHCO}_3$ ) handeln. Das klassische Backpulver enthält meist stabilisierende Phosphorsäure oder andere Zusatzstoffe. Keinesfalls verwechseln sollten Sie Natron mit Soda (Waschmittel), auch wenn im englischsprachigen Raum Backpulver als „baking soda“ gehandelt wird.

Natriumbikarbonat wurde um 1840 erstmals als Backtriebmittel verwendet. Bald erkannte man aber auch seinen reinigenden Fähigkeiten, wie auch die gesundheitlichen Vorteile.

Eine schlechte Gesundheit ist meist gekoppelt mit einem niedrigen PH-Wert im Körper, d.h. er ist übersäuert. Natron ist stark basisch und vermag diese überschüssigen Säuren zu neutralisieren.

So fand man viele Einsatzmöglichkeiten für das Wundermittel:

- Bei Erkältungen und Grippe nahm man mehrmals täglich einen halben bis ganzen TL und spülte mit einem grossen Glas Wasser nach.
- Ein Fussbad mit 1 EL Natron war erfrischend, entgiftend und höchst wirksam gegen Fusschweiss (auch als Fusspuder und in die Schuhe gestreut).
- Für ein belebendes Vollbad wurde etwa 1 Tasse verwendet. Die Haut wurde wunderbar glatt und weich. Deos waren überflüssig.
- Nach üppigen oder schwer verdaulichen Mahlzeiten waren einige Messerspitzen hilfreich gegen Völlegefühl, saures Aufstoßen und Unwohlsein.
- Als Zahnputzpulver machte es strahlend weisse Zähne, hemmte die Bildung von Karies und verhinderte Mundgeruch.

Mit der industriellen Herstellung pharmazeutischer Produkte und der Forderung bei jeder kleinen Unregelmäßigkeit sofort einen Arzt zu konsultieren, ging das Wissen um alte Hausmittel und die Selbstverantwortung für die Gesundheit immer mehr verloren.

Mit der alternativen Behandlung von Krebs haben sich vor allem Marcus Sircus und Tullio Simoncini befasst, deren Publikationen inzwischen zunehmend Beachtung finden:

Marcus Sircus: „Natriumbicarbonat. Krebstherapie für jedermann.“



Tullio Simoncini: „Krebs ist ein Pilz. Eine Revolution in der Tumorthherapie.“



Auch in der schulmedizinischen Krebstherapie wird Natriumbikarbonat eingesetzt und zwar um die Nebenwirkungen einer Chemotherapie zu mildern.

Außerdem gibt es spannende Selbstberichte von Krebspatienten, die Natron

verwendet haben, etwa von Vernon Johnston, der seine Erfahrungen ausführlich erzählt.

Auch wenn Sie eine klassische schulmedizinische Krebstherapie wählen, kann es sinnvoll sein, zusätzlich eine Behandlung mit Natron anzudenken. Sprechen sie mit Ihrem behandelnden Arzt darüber.

Neben den gesundheitlichen Vorteilen, die Natron zu bieten hat, ist es auch ein hervorragender Helfer im Haushalt, mit dem sich vielerlei giftige Chemie einsparen oder vermeiden lässt.

- Natron bindet jegliche üblen Gerüche: im Abfluss, im Kühlschrank, auf Teppichen, Schneidbrettern, Thermoskannen,...
- Verstopfte Abflüsse werden wieder frei, angebrannte Töpfe über Nacht eingeweicht lassen sich leicht reinigen, Grillgitter werden blitzblank, Blumentöpfe kalkfrei und sauber.
- Waschwasser mit ein wenig Natron ist für Obst und Gemüse besonders gut geeignet. Saure Früchte werden durch eine Prise Natron milder.
- Eischnee mit ein wenig Natron wird besonders stabil. Harte Kohlgemüse und Hülsenfrüchte (Linsen, Bohnen, Erbsen, Kichererbsen,...) werden in einem Bruchteil der Kochzeit gar, wenn man eine Messerspitze Natron zugibt. Zähes Fleisch wird mit Natron gekocht wieder wunderbar mürbe.
- Geben Sie Ihrem Kaffee- oder Teewasser eine Prise Natron hinzu. Das Wasser wird dadurch sofort weicher und wohlschmeckender. In Barcelona wird das Wasser der ganzen Stadt mit Natron versetzt, da es einen ungewöhnlich hohen Kalkgehalt hat.
- Eine erfrischende Zitronenbrause erhalten Sie, indem Sie eine Zitrone auspressen und den Saft in ein Glas geben, mit Wasser auffüllen, süßen und einen halben TL Natron zugeben.

Sie werden bald merken, dass Natron zum unentbehrlichen Helfer in vielen Lebenslagen wird und die Kleinstportionen, die üblicherweise zu entsprechend hohen Preisen im Supermarkt angeboten werden, kaum ausreichen. Hier eine kostengünstige Bezugsquelle mit auffallend gutem Lieferservice (5 kg Natron in Lebensmittelqualität für etwa 10€).