

Straling - Hoe je je op een veilige en natuurlijk wijze kunt beschermen tegen de effecten

(Natural News | Lloyd Burrell | Vertaling Karin van den Berg) Of je je nu zorgen maakt over mogelijke blootstelling aan straling als gevolg van de ramp bij de Fukushima Daiichi kerncentrale in Japan of over alledaagse stralingsbronnen (b.v. mobieltjes, computers, Wi-Fi, slimme meters, enz.), blootstelling aan straling is een realiteit.

De continue blootstelling aan elektromagnetische velden resulteert in DNA-schade die kan leiden tot kankervorming in de bijvoerspeekselklier (glandula parotis), de schildklier en het hoofd. Kinderen zijn nog kwetsbaarder, met bewezen hersen- en ruggenmergkankers bij kinderen die aan straling werden blootgesteld.

Powerwatch, een non-profit organisatie die zich profileert in het United Kingdom Electromagnetic Field and Microwave Radiation gezondheidsdebat, meldt verdere gevolgen van blootstelling aan straling, waaronder:

- cognitieve disfunctie
- mislukte zwangerschappen
- bepaalde vormen van dementie
- oververmoeidheid
- verstoorde functie van het immuunsysteem
- hoofdpijnen

Bescherming tegen straling en de gevolgen ervan is belangrijk en ook goed mogelijk met behulp van veilige, natuurlijke middelen.

Kaliumjodide

Kaliumjodide, wat simpelweg bestaat uit de elementen kalium en jodium, is het meest bekende middel voor bescherming tegen straling. Het wordt ook gebruikt in de behandeling van een overactieve schildklier.

Hoewel het een natuurlijk middel is, werkt het? En is het veilig?

Kaliumjodide is effectief, maar wordt afgeraden bij een groot aantal medicijnen, kan de schildklier beschadigen, en heeft een aantal bijwerkingen, zoals:

- rode, onregelmatige, jeukende huid
- pijnlijke gewrichten
- opgezet gezicht en lichaam

Als kaliumjodide langere tijd wordt gebruikt, kunnen nog andere ernstige gezondheidscomplicaties optreden.

De natuurlijke benadering

Een sterke, gezonde schildklier is de beste bescherming tegen radioactief jodium-131

(kerncentralestoom) en elektrosmog. Steven Schacter, auteur van *Fighting Radiation with Food, Herbs and Vitamins*, legt uit: "Als er voldoende natuurlijk jodium beschikbaar is, zal radioactief jodium niet worden geabsorbeerd." Schacter adviseert om zeewier (kelp) te eten om natuurlijk jodium binnen te krijgen.

Het eten van voeding dat van nature veel jodium bevat zal de schildklier voorzien van voldoende jodium, waarmee de opname van radioactieve jodium verhinderd wordt en de schildklier wordt beschermd tegen elektrosmog.

De volgende voeding bevat veel jodium en maken deel uit van een natuurlijke, veilige bescherming:

- andere zeewiersoorten en zeegroenten (b.v. zeeaster, lamsoor)
- cranberries of cranberrysap
- aardappelen met schil
- bonen, met name witte bonen
- himalayazout

Voor bescherming tegen kanker als gevolg van straling helpt een combinatie van groene bladgroente en oranje groente (zoete aardappelen, wortelen, pompoen). Wat ook bescherming biedt:

- mariadistel (*carduus marianus*) - een bewezen ontgiftingsmiddel (de bladeren, vooral jong, en stengel zijn eetbaar)
- Siberische ginseng - bevordert de gezondheid van cellen in het algemeen, versterkt het lichaam tegen alle vormen van stress, inclusief kankerbehandelingen
- Geelwortel (*kurkuma*) - een wetenschappelijk bewezen antioxidant en ontstekingsremmer, beschermt en bevordert weefselherstel
- Ecklonia cava - antioxidant zeewierextract (bruin zeewier)
- Drink dagelijks voldoende schoon water om gifstoffen af te voeren
- Visualisaties - de kracht van positief denken door het visualiseren van gezondheid en welzijn in het hele lichaam

Verlies van mineralen

Blootstelling aan straling veroorzaakt de het verlies van specifieke mineralen die juist nodig zijn voor optimale bescherming tegen elektrosmog. Deze mineralen zijn:

- kalium
- lithium
- magnesium
- koper
- calcium
- selenium, vooral belangrijk als cofactor van jodium voor celherstel en -bescherming

Omdat het lichaam gebruik maakt van een synergetisch totaalsysteem om te helen en te beschermen, wordt aangeraden om een zo gevarieerd mogelijk dieet aan te houden van biologisch geteelde verschillend gekleurde groenten om te zorgen voor voldoende hoeveelheden antioxidanten en het uitschakelen van vrije radicalen.

Multivitamines zijn een slechte vervanging maar kunnen van tijd tot tijd worden gebruikt om eventuele tekorten aan te vullen.

In de hedendaagse samenleving is het onmogelijk om alle straling volledig uit te bannen; toch biedt zoveel mogelijk beperking van blootstelling de beste bescherming. Dit in combinatie met de bovenstaande aanbevelingen is de effectiefste manier om de schadelijke effecten van straling tot een minimum te beperken.

Oorspronkelijk gepubliceerd op 17 juli 2012

www.naturalnews.com

Bronnen voor dit artikel:

bjr.birjournals.org/content/77/914/97.full

resourcenaturopathy.com

gailfaithedwards.com

Andere links:

emfscience.com

Over de auteur:

Lloyd Burrell heeft zich de laatste 10 jaar bezig gehouden met de effecten van elektromagnetische velden op de gezondheid, nadat hij in 2002 elektro-gevoelig was geworden. Hij geeft nu praktische adviezen over "gezond leven in een elektromagnetische wereld." Je kunt zijn gratis EMF Health Report downloaden en je abonneren op zijn nieuwsbrief via zijn website ElectricSense.com. Je kunt hem ook volgen op [Facebook](https://www.facebook.com) en [Twitter](https://twitter.com).

Bron: [Natural News](http://NaturalNews)