

	Entgiftung	Entzündungshemmend V(iren)/ B(akterien)	Darmflora verbessernd	Gehirn- nahrung	Lymph- system fördernd, Oedeme ↓	Haut regene- rierend	Vit B12 fördernd	Blutzucker harmonis.	Wasser- haushalt fördernd	Gewicht ausgleichen	Besonderheit / Schwerpunkt	
Apfel	X	V / B	X	X	X	X	X	X	befeuchtet	bes. rotschali	Dickdarmreiniger	
<i>seelisch</i>	Wurzeln, Trost, Zuflucht, mangelnde Anerkennung, Sonne - "unterschätze niemals den Apfel!"								<i>Tipps</i>	intensiv rote Äpfel sind am besten.		
<i>spirituell</i>	erhöht die Kälteresistenz: Gegen Leid, dass durch "Kaltschnauzigkeit" entstand								Gerne 3 Äpfel pro Tag!			
Aprikosen	X DDT	X	X Ammoniak	X	X	X	X	X		X	Jungbrunnen, DNA-Schutz	
<i>seelisch</i>	öffnet das Herz, beruhigt, fördert Intuition ~ Entscheidungen					<i>Tipps</i>	nur reif essen; die Haut mitessen, diese bindet Darm-Gifte; stärkt Herz;					
<i>spirituell</i>	Fördert Wertschätzung für wenig Spektakuläres (alles, was wir haben!)					Fördert Bildung roter Blutkörperchen; energetisiert / transformiert						
<i>Forts. Tipps</i>	bei Krankheit 4 Aprikosen tägl. am besten ab 15 h essen; ungeschwefelte Bio-Trockenfürchte sind ebenso wertvoll, getrocknet noch höherer Kalium-Gehalt											
Avocado		X	X	X		X Schleimhaut					Verdauungsstörungen ↓	
<i>seelisch</i>	Stärkung / Anschluss an wahres Ich, Schuldgefühle; nährende Mutterliebe						<i>Tipps:</i>	begleitend chron. Darmerkrankung, bes. Polypen; Omega 6 Fettsäuren;				
<i>spirituell</i>	"Mutterfrucht" ~ ähnlich zur Muttermilch, bedingungslose Liebe, Ausdauer						Strahlenschutz - wichtig bei Krebs der Fortpflanzungsorgane / Dickdarm					
Bananen		V! (HIV)	X	X	X		X	X		X	enth. Tryptophan →Schlaf	
<i>seelisch</i>	unnütze Schutzschilde "abschälen"; "Aufschieberitis"; Ängste (3 Bananen/tägl.)						<i>Tipps:</i>	Verdauungsstörungen, auch stressbedingt				
<i>spirituell</i>	Gelerntes zu spirit. Wurzelschössling werden lassen, wie Bananenstaude*						"Geheimwaffe" bei Dickdarmentzündung, Reizdarmsyndrom, Morbus Crohn					
<i>Forts. Tipps</i>	* Bananenstaude hat viele Wurzelschösslinge. - Bieten Sie feindseligen Menschen eine Banane an! - Bananenreife: optimal = gelb! - Reise-/Sportlernahrung											
Beeren	Schwermetalle V		X	X	X	X	X	X		X	Antioxidantien!	
<i>seelisch</i>	Unsicherheit, verworrene Gefühle, unklare Wahrnehmungen					<i>Tipps</i>	ganz bes. wildwachsende Beeren!; Schutz gegen überschüssiges Adrenalin					
<i>spirituell</i>	Fülle, Freundlichkeit, Großzügigkeit					"Happy aging"; Tiefkühl-Ware aus Wildsammlung/Bio; Herz!; Fruchtbarkeit!						
<i>Forts. Tipps</i>	Schutz des Gehirns vor Krankheit / Schädigung: Alzheimer, Demenz, Parkinson, Krebs, Migräne, ADHS, alle Krankheiten mit neurologischen Symptomen; Schilddrüsenerkrankungen; weibliches Hormonsystem; tiefsinnige & heilsame Gespräche bei einer Schüssel Beeren; Berenpflücken als Meditation											
Birnen	X DDT	V/B/H.pylori	X	X		X	X	X		X	Bauchspeicheldrüse!	
<i>seelisch</i>	Vertrauensbruch; gereizt "überhitzte Leber / Bauchspeicheldrüse"					<i>Tipps</i>	Leber!, Verdauungssystem!, krampflösend, regenerierend, bei Übelkeit					
<i>spirituell</i>	Schlichtheit, Milde, Bescheidenheit, Kraft					die Körnchen im Fruchtfleisch enth. Stoffe, die Giftstoffe binden						
<i>Forts. Tipps</i>	harte Birne: viele Ballaststoffe, Cholesterin ↓, Reinigung Verdauungstrakt - Reife/weiche Birne: leicht verdaulich, viel Glukose (Gehirn ↑/Süßhunger ↓)											

	Entzün- dungs- hemmend V(iren)/ B(akterien)	Darmflora verbessernd	Gehirn- nahrung	Lymph- system fördernd, Oedeme ↓	Haut regene- rierend	Vit B12 fördernd	Blutzucker harmonis.	Wasser- haushalt aus- gleichend	Gewicht aus- gleichend	Besonderheit
Cranberrys	Leber/Galle!	V/B Streptok.!	X		X	X	X		X	Auflösung von Ablagerung
<i>seelisch</i>	Fröhlichkeit; Entscheidungen; Ordnung; Kritik-Probleme (eigene/fremde)					<i>Tipps</i> : Antioxidantien; Regeneration von Strahlenschäden; Stressbewältigung				
<i>spirituell</i>	Waage halten zwischen Pflicht und Freude; gut geschützt sein					Herz, Phyto-Östrogene machen schädli. Fremd-Östrogene (Plastik!) unschädlich;				
<i>Forts. Tipps</i>	Wissenschaftl. bekannte antiseptische Wirkung bei Harnwegsinfekten und Hefepilzbefall. Grund: sehr wirksam gegen Streptokokken!; Schilddrüsenenerkrankungen auch tiefgekühlt/als reiner Muttersaft heilsam. Wer sie gar nicht mag: Schale mit frischen Beeren in Wohnung stellen und ab und zu in die Hand nehmen.									
Datteln	Schwermetalle V/B	X	X		X	X	X	X (s.u.)	X	antiparasitär! Verdauung!
<i>seelisch</i>	Schutz gegen missgünstige Menschen, loslassen neg. Emotionen im Schlaf					<i>Tipps</i> : Kalium + Fruchtzucker opt. Für Gehirn und Muskulatur (Sport! / unterwegs)				
<i>spirituell</i>	Zielstrebigkeit; Selbstloses Handeln - Datteln mit anderen teilen					Darmperistaltik!; Herz!; Aminosäuren!; wirken erwärmend / vertreiben überschüssige				
<i>Forts. Tipps</i>	Feuchtigkeit u. a. aus Milz und Leber, ohne schädliche Austrocknung. Krebs, neurologische Symptome; Schilddrüsenenerkrankungen; 4 - 6 St. täglich Für besseren Schlaf: 2 h vor Zubettgehen 1 Dattel essen; Unterwegs 1 Dattel dabeihaben als Glücksbringer, dass immer genügend Nahrung gefunden wird.									
Feigen	Blutreinigung V/B/C.diff.	X	X !		X	X	X		X	Gehirn & Darm!!!
<i>seelisch</i>	sich ausgeschlossen fühlen; (frisches) Trauma abfedern; Frieden					<i>Tipps</i> : wichtig bei allen neurologischen Erkrankungen wie Alzheimer, Parkinson,				
<i>spirituell</i>	metaphysisches Gleichgewicht: Kopf und Bauchhirn in Harmonie; Weisheit					Demenz, ALS, AD(H)S, Epilepsie ...; Sport!; Im Verdauungstrakt so stark reinigend				
<i>Forts. Tipps</i>	wie Datteln. Verdauungssymptome, z. B. Divertikulitis, Verstopfung, Dickdarmentzündung. Strahlenschutz; Mikronährstoffe!, Krebs Antioxidantien! Optimal: 9 Feigen über den Tag verteilt: 9 = Vollendung, am besten je Feige eine Stange Sellerie dazuessen = perfekte Nährstoffkombination.									
Granatäpfel	X DDT	V EBV	X		X Kopfhaar↑		X !		X	Auflösung Kalkablagerungen
<i>seelisch</i>	Ungeduld, Schuldzuweisungen (Granatapfel anbieten); Mitgefühl					<i>Tipps</i> : frisch aufgebrochene Kerne: Kraftspender; die Fruchtsäuren lösen krankhafte				
<i>spirituell</i>	Vorkehrungen treffen und "die Beschrrung mit Fassung tragen"					Verhärtungen auf (Galle, Eiweiß, toxische Kalziumformen); polyzystisches Ovar;				
<i>Forts. Tipps</i>	Blutbildung (rot / weiß); Entgiftung schädlicher Hormonsubstanzen, die krebsfördernd wirken können; Abbau überschüssiger Milchsäure (Muskelkater) für optimale Wirkung: 1 Granatapfel tägl.; vor dem Essen als Appetitzügler; Kerne können praktisch über jede Rohkost gestreut werden									
Kirschen	X Leber!		X		X				X Appetit!	Entgiftung über die Leber!
<i>seelisch</i>	Aufmunterung; Zufriedenheit; Gespräch in Gang setzten; Begeisterung					<i>Tipps</i> : 1 Handvoll Kirschen über Tag verteilt = beste Leberentgiftung und -belebung;				
<i>spirituell</i>	Geduld, Achtsamkeit					mögl. dunkle Kirschen wählen; Eisen; Hämoglobinbildung ↑; Krebs, bes. Hon-Hodgkin-Lymphom, Melanom, Glioblastom				
<i>Forts. Tipps</i>	Darmreinigung, Verstopfung (besser als Dörrpflaumen); Blasenreinigung, Blasenenkung; Myome / Zysten; Balance Hormonsystem; Stress / Schlaf; Antioxidantien									

	Entzündungshemmend V(iren)/ B(akterien)	Darmflora verbessernd	Gehirn- nahrung	Lymph- system fördernd, Oedeme ↓	Haut regene- rierend	Vit B12 fördernd	Blutzucker harmonis.	Wasser- haushalt aus- gleichend	Gewicht aus- gleichend	Besonderheit
Kiwi	V / B	Helicob X	X Stress↓			X	X !			Diabetes! Blutfettwerte!
<i>seelisch</i>	Wertschätzung und Rücksichtnahme (andere und selbst); Begeisterung					<i>Tipps:</i> Regeneration von Strahlungsfolgen; Verdauungsstörungen, z. B. Sodbrennen,				
<i>spirituell</i>	Verbindung zum eigenen wahren Wesen; Kiwi aufgeschnitten Abbild Weltall					Blähungen, Völlegefühl, Bauchschmerzen (alles aufgrund Magensäuremangel!)				
<i>Forts. Tipps</i>	Verdauungstrakt unterstützend bei Parasiten, Pilzen; HIV; Helicobacter; Versuch: 1 Woche je 3 Kiwis tägl.; Nahrungsergänzung für Körper - Seele - Geist									
Mango	V	X	X ! Stress		X Krebs		X		X	Einschlafhilfe
<i>seelisch</i>	jede Freude wahrnehmen - Anti-depressiv - wahre Bestimmung finden					<i>Tipps:</i> Diabetes, beruhigend f. Gehirn (zentrales Nervensystem); Herzinfarkt vorbeugend				
<i>spirituell</i>	Umgang mit extremen Situationen (Mango verträgt extreme Hitze)					Magen-/Darmschleimhaut beruhigend: lindert Folgen von Darmträgheit; Sportler				
<i>Forts. Tipps</i>	Schilddrüsenerkrankungen, auch Hashimoto-Thyreoiditis; chronische Magen- und Darmerkrankungen, neurologische Symptome (s. Feigen/Beeren) Mango allein = schlaffördernd. Zusammen mit Salat, bes. Selleriestangen = Povernahrung!, z. B. bei langem Arbeitstag. Für deutliche Ergebnisse: 2 Mangos/Tag									
Melone	X ! DDT	V / B	Helicob X	Ammoniak X	Elektrolyte X		X	X !		Schlüssel f. "Gesundheits-Palast"
<i>seelisch</i>	Geduld, Verständnis. Nervosität, Ängstlichkeit in Erwartung einer Nachricht					<i>Tipps:</i> extrem leicht verdaulich, ähnlich Muttermilch, "wie intravenöse Ernährung"				
<i>spirituell</i>	Heilung zulassen					Melone = gereinigtes Wasser; Gesundheit Herz & Blutgefäße; Leber!, Nieren!;				
<i>Forts. Tipps</i>	Regulierung des Blutdrucks; Entsäuerung!; Entgiftungsleistung wird stark gefördert: DDT u.a. Pestizide, Herbizide, Schwermetalle...; Bauchspeicheldrüsenerkrankungen Melonen enthalten leicht verwertbares Silizium (Kieselsäure): Knochen, Zähne, Gelenke, Sehnen, Bänder, Bindegewebe; Helicobakter; Zittern; Krebs; Apoplex; MS Für vollen Nutzen: mind. 1/2 kleine Melone täglich, am besten als erste Mahlzeit für sich allein oder mit frischem Gemüsesaft. Duftet die Melone, ist sie reif.									
Orange / Mandarine	X !	V !	EBV, HHV X	X			X	X		Wunderfrüchte! Kalzium!
<i>seelisch</i>	flüssiger Sonnenschein! Wärme, Freude, Wohlbefinden					<i>Tipps:</i> Synergie Glutathion, Flavonoide, Limonoide = Schlüssel für chronische Krankheiten:				
<i>spirituell</i>	Die wichtigen Dinge im Leben erkennen und ergreifen					Wehren Viren ab, schützen vor Strahlenschäden und entgiften Schwermetalle!				
<i>Forts. Tipps</i>	Einzigartiges bioaktives Kalzium, das unmittelbar verwertet werden kann für Zähne, Knochen etc. Die Säure schadet nicht, sie kann Gallen- und Nierensteine auflösen! Schilddrüsenerkrankungen, auch M. Basedow, Hashimoto; Krebs, auch Non Hodgkin Lymphom, multiple Sklerose, Herpes simplex, Osteoporose, Erschöpfung. Sonne! Für deutliche Wirkung: tägl. 4 Orangen und Mandarinen; mit etwas Honig beträufelt wird die Wirkung gegen gesundheitsschädliche Erreger gesteigert.									

Hinweis: Es gibt noch viel mehr gesundes Obst, dieses sind nur die wichtigsten Vertreter, welche alle die in der Überschrift genannten entscheidenden Eigenschaften für die Erhaltung / Wiederherstellung unserer Gesundheit haben. Es sollte hier jedoch der Hauptcharakter der Obstsorten herausgestellt werden. Wählen Sie nach Ihren Vorlieben, Ihrem Krankheitsbild und auch nach der regionalen / saisonalen Verfügbarkeit - für eine gesunde Umweltbilanz. Es geht nicht darum, dass jeder alle Empfehlungen befolgen sollte. Bio-Tiefkühlobst oder aus Wildsammlung sowie ungeschwefelte, getrocknete Früchte aus Bio-Anbau haben ähnlich gute Eigenschaften.

	Entgifting	Entzündungshemmend V(iren)/ B(akterien)	Darmflora verbessernd	Gehirn- nahrung	Lymph- system fördernd, Oedeme ↓	Haut regene- rierend	Vit B12 fördernd	Blutzucker harmonis.	Wasser- haushalt aus- gleichend	Gewicht aus- gleichend	Besonderheit
Papaya	X Leber	V EBV / B !	X !	X		X !	X	X	X		verborgenes Heilwissen
<i>seelisch</i>	Urteilen, Groll, Frust adé!					<i>Tipps:</i> Papayas können helfen bei Dickdarmentzündung, Morbus Crohn, Reizdarmsyndrom, Geschwüren, Divertikulitis, Magenschleimhautentzündung, Bauchkrämpfen, Leber-					
<i>spirituell</i>	Entschlossenheit; Erneuerung, die das Beste aus uns hervorholt					krankheiten, Bauchspeicheldrüsenentzündung, Fehlbesiedelung des Dünndarms; H. pylori, C. difficile, E. coli, Parasiten etc. Enthält über 500 unentdeckte Enzyme, daher extrem verdauungsfördernd, Regeneration der Darmwände z. B. nach Entzündungen, Darmträgheit, bei Wiederaufnahme von Nahrung z. B. nach Fasten; Jungbrunnen für die Haut, auch bei Ekzemen, Psoriasis, Akne; alle "Autoimmunkrankheiten", Epstein-Barr-Virus Infektion, Schilddrüsenkrankheiten, auch Hashimoto, M. Basedow, Überempfindlichkeit des Zentralnervensystems, Erschöpfung, Gedächtnisverlust, Gelenkschmerzen, Haarausfall, Migräne, multiple Sklerose ...					
<i>Forts. Tipps</i>	Bei Darmträgheit tägl. 1/2 Papaya; Ein paar Kerne mitgegessen (sind scharf) begünstigen die Vertreibung von Parasiten. Sehr gut: Papaya pürriert + Staudenselleriesaft										
Weintrauben	X ! Ni & Le	V ! / B	X	X !	X			X	X		Nieren & Leber!
<i>seelisch</i>	Gelassenheit, Gefühl der Benachteiligung, Chancen nutzen					<i>Tipps:</i> Antioxidantien und Anthocyane = Farbstoffe (nur in den roten Trauben) sind Abwehr-					
<i>spirituell</i>	Schüchternheit, Einsamkeit, "mit dem Rebstock verbunden"					helfer gegen Krebs. Bes. rote Trauben helfen den fatalen Einfluss der "gnadenlosen 4"					
<i>Forts. Tipps</i>	auf unsere Körper zu verringern: DDT, Schwermetalle u.a. Umweltgifte, Regeneration von Strahlenschäden, Viren, die zu den Autoimmunkrankheiten führen. Energienahrung für Muskeln und Gehirn. Auch bei Gehirntumor und allen neurolo. Störungen (s. Beeren), Multiple Sklerose. Rosinen = getrocknete Weintrauben!										
Zitrone / Limette	X ! Ni & Le	V / B Staph.		X	X + reinigend	X		X !	X	X	stark reinigend auf allen Ebenen
<i>seelisch</i>	Traurigkeit, Sorgen, Nöte, "etwas geht an die Nieren"					<i>Tipps:</i> enthalten bioaktives Kalzium in Synergie mit Vitamin C und Limonoiden → entsäuert;					
<i>spirituell</i>	Symbiose					Antioxidantien; Krebs; schleimlösend (bei Erkältungen, Bronchitis, Grippe, Husten);					
<i>Forts. Tipps</i>	Schilddrüsenenerkrankungen, auch Hashimoto; Regeneration von Strahlenschäden; 1/2 bis 1 l Zitronenwasser 1/2 h vor Frühstück (s. Rezepte auf www.virusstudie.com) Staphylokokken-Infektionen; erhöhter Cholesterinspiegel; Verdauungsbeschwerden, Übelkeit, Verschleimung der Nebenhöhlen, chron. Nasennebenhöhlenentzündung Zitronensaft als Desinfektionsmittel auf kleineren Wunden (brennt!); verdünnter Zitronensaft reinigt das Zahnfleisch. Kleines Glas Zitronen-Honigwasser als Schlaftrunk.										

Bitte beachten Sie bitte auch die Hinweise auf der Webseite www.virusstudie.com, insbesondere die separaten Erläuterungen zu dieser Auflistung (extra Download). Diese Übersicht stellt die Informationen von Anthony William stark komprimiert dar und ist unvollständig. Das Buch Medical Food bietet einen Index mit allen Symptomen zum Nachschlagen. - Die genannten Früchte können begleitend bei den genannten Erkrankungen zur Unterstützung der Selbstheilungskräfte gegessen werden. Das ersetzt nicht die Konsultation eines Mediziners. Die genannten Lebensmittel dienen der Förderung der Gesundheit gemäß Informationen, die durch Anthony William in seinen Büchern Mediale Medizin, Heile Deine Schilddrüse und Medical Food veröffentlicht wurden. Es handelt sich um allgemeine Hinweise, die für Ihren individuellen Fall unzutreffend sein können. Gehen Sie bei heftigen oder unklaren / länger anhaltenden Beschwerden umgehend zum Arzt oder Therapeuten Ihres Vertrauens. Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr. Die Befolgung der Hinweise durch Sie erfolgt auf Ihre eigene Verantwortung.