

Bert Ehgartner

# Gesund ohne Aluminium

Alu-Fallen erkennen  
Schwere Krankheiten vermeiden

ENNSTHALER VERLAG STEYR

# Inhaltsverzeichnis

Einleitung . . . . .	8
Der Alu-Test: Wie hoch ist Ihre Aluminium-Belastung? . . . . .	12
1.) Alu-Check Kosmetik . . . . .	12
2.) Alu-Check Arzneimittel . . . . .	13
3.) Alu-Check Essen & Leben . . . . .	15
<b>I. WAS KANN ALUMINIUM ANRICHTEN? . . . . .</b>	<b>17</b>
»Wir leben in einer aktiven Phase der Evolution« – Exley Interview Teil 1 . . . . .	17
Aluminium: Gift für das Nervensystem . . . . .	24
Blinde Passagiere am Weg ins Gehirn . . . . .	37
Das Immunsystem: Unser bedrohter Schutzengel . . . . .	40
Ein Alien im System . . . . .	46
Aluminium als Auslöser von Allergien und Asthma . . . . .	49
Krebs durch Aluminium? . . . . .	51
Sonne auf der Haut . . . . .	58
Tabuthema Aluminium . . . . .	63
<b>2. ALU-FALLEN . . . . .</b>	<b>71</b>
»Aluminium macht uns verwundbar und anfällig« – Exley Interview Teil 2 . . . . .	71
Alu-Falle Impfungen . . . . .	79
Diphtherie: Lehren aus dem Ernstfall . . . . .	83
Babyimpfungen: Hochdosis Aluminium . . . . .	85
Freibrief für Aluminium . . . . .	89
HPV: Schmutzige Tricks und kranke Mädchen . . . . .	94
Katastrophale Impfpolitik in Afrika . . . . .	103
Land der Zecken . . . . .	110
Nutzen-Schaden-Bilanz der FSME-Impfung . . . . .	114
Übersicht Alu-Impfungen . . . . .	120
Fragen zu Impfungen . . . . .	123
Alu-Falle Arbeitsplatz . . . . .	147
Staub gegen Staub: Die Alu-Therapie . . . . .	150
Metallstaub aus dem Laserdrucker . . . . .	152
Alu-Falle Landwirtschaft . . . . .	156

<b>Alu-Falle Trinkwasser</b> . . . . .	160
<b>Alu-Falle Verpackungen</b> . . . . .	166
Fragen zu Verpackungen . . . . .	167
Verpackungsmonster Tetra Pak . . . . .	170
Aluminium – das grüne Metall? . . . . .	172
<b>Alu-Falle Lebensmittel</b> . . . . .	174
Aluminiumgehalt in Lebensmitteln . . . . .	174
Grillen und Braten mit Alufolie . . . . .	175
Aluminiumgehalte in Fisch vor und nach der Zubereitung in Alufolie . . . . .	176
Aluminium in Fruchtsäften . . . . .	177
Alu-Akkumulator Tee . . . . .	179
Wie kommt das Aluminium in die Schokolade? . . . . .	181
Aluminium als Backtriebmittel . . . . .	186
Zusatzstoffe in Lebensmitteln . . . . .	188
Liste der Farbstoffe mit (verstecktem) Aluminium . . . . .	191
Aluminiumhaltige Lebensmittelzusätze . . . . .	198
Der große Soja-Fake . . . . .	200
Aluminium im Babyfläschchen . . . . .	205
Kaffee aus der Alu-Kapsel . . . . .	208
<b>Alu-Falle Kosmetik</b> . . . . .	214
Fragen zur Kosmetik . . . . .	217
Übersicht: Aluminiumverbindungen in Kosmetikprodukten . . . . .	224
Deos zum Selbermachen . . . . .	230
Industrie unter Druck . . . . .	232
<b>Alu-Falle Medikamente</b> . . . . .	237
Aluminium-Verbindungen in Medikamenten . . . . .	243
<b>3. WIE KANN MAN SICH VOR ALUMINIUM SCHÜTZEN?</b> . . . . .	247
»Propaganda statt Forschung« – Exley Interview Teil 3 . . . . .	247
Im Zeitalter von Aluminium . . . . .	256
Silizium, der Aluminium-Wächter . . . . .	262
Aluminium ausleiten . . . . .	266
Das Al-ex Institut . . . . .	271
Zum Schluss . . . . .	276
Endnoten . . . . .	278