

## Budwig- og bikarbonat-diæten

Gør cellemembranerne i stand til at optage ilt og næringsstoffer optimalt.

Dette er en forudsætning for al ny celle-aktivitet i enhver cancerproces.

Kombinationen af følelsesmæssigt bearbejdning og dette unikke tilskud i form af bicarbonat og Budwig diæten har i mange tilfælde vist sig at kunne

hjælpe kroppens oprindelige og naturlige helingsevne langt ud over, end hvad man tidligere har anset for opnåeligt med kroniske tilstande af degenererende sygdomme.

JEG KOMMER  
IKKE NOGEN  
VEGNE

JEG KENDER  
EN VEJ UD



Hvis du søger yderligere detaljeret vejledning og viden om Budwig-kuren eller bikarbonat, bør du via [www.youtube.com](http://www.youtube.com) se følgende videoklip. De kan findes ved i søgefeltet at skrive:

*"Bill Henderson [www.CureCancer-AtHome.com](http://www.CureCancer-AtHome.com)" og "A Plan for Peace".* 11 års erfaring med talrige kræftpatienter har gjort Henderson til erfaren alternativ autoritet og forfatter.

*"Flaxseed Oil & Cottage Cheese Recipe"* v/ Sandra Olson, der viser, hvorledes hørfrøolie og hytteost blandes. (8.32 min.).

*"How to Make Baking Soda Molasses Cancer Protocol Solutions"*  
[https://www.youtube.com/watch?v=Y18Y8I\\_Tsij](https://www.youtube.com/watch?v=Y18Y8I_Tsij)

Kærlig hilsen Martin

<http://www.metasundhed.info>

Budwig-kuren har været kendt - men også forsøgt hemmeligholdt af stærke økonomiske interesse forhold - i mere end 50 år! Kuren anbefales idag af læger, af forskere i kræftsygdomme og i kroniske lidelser, og af førende forskere i epi-genetik som den sundeste og bedst understøttende behandling 'ad kostens vej' i parløb med de emotionelt og årsagsforløsende behandlingsformer.

Budwig var ikke blot en kæmpe trussel mod den konventionelle medicinske industri, men også mod store dele af fødevarerindustrien, som hun kritiserede for den stærkt voksende produktion af mættet fedt som margarine og af det ligeså øgede forbrug af sukker og salt i de industrielt forarbejdede fødevarer. Budwig beviste ligeså, at mættet fedt lagres i arterierne og, at mættet fedt og sukker kræver ekstra brug af kroppens så livsvigtige ilt til fordøjelsen deraf.



# HSDP

Human Self Development and Progress

# Ingredienser

Som bedst egnet proteinkilde til svovlholdige aminosyrer anbefalede Budwig at bruge fedtfattig hytteost; herhjemme er Cheasy Hytteost 1,5% den bedste. Som variation kan noget af hytteosten eventuelt erstattes af fedtfattig A38 eller kvark.

Bedste kilde til Omega 3, 6 og 9 er koldpresset hørfrøolie. Hørfrøolie danner grundlag for Budwigs forskning, og den koldpressede version er den hun anvendte til samtlige patienter.



## Han fik en dødsdom af lægerne:

Du er uheldelig syg af prostatakræft, og den har spredt sig til knoglerne. Men Peter Købke takkede nej til kemo, og gik i stedet i gang med den tyske forsker Johanna Budwigs kræftkur.

Han ændrede sin livsstil voldsomt. Han spiste hytteost og hørfrøolie to gange dagligt, og drak grøn te.

Da prostatakræften var på sit højeste, havde Peter Købke et PSA-tal over 600. PSA tallet giver lægerne et fingerpeg om, hvor aktiv kræften er i prostata. Ved et PSA over 10 har man kræft i Prostata - Peter Købkes tal var altså 60 gange højere.

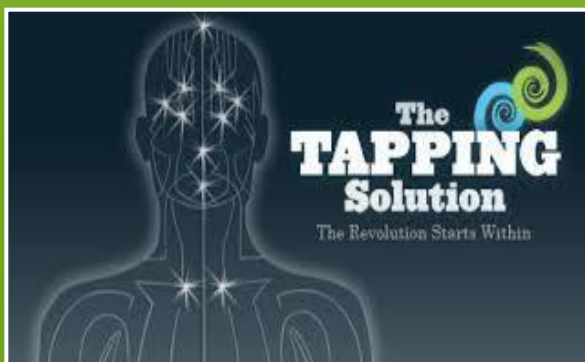
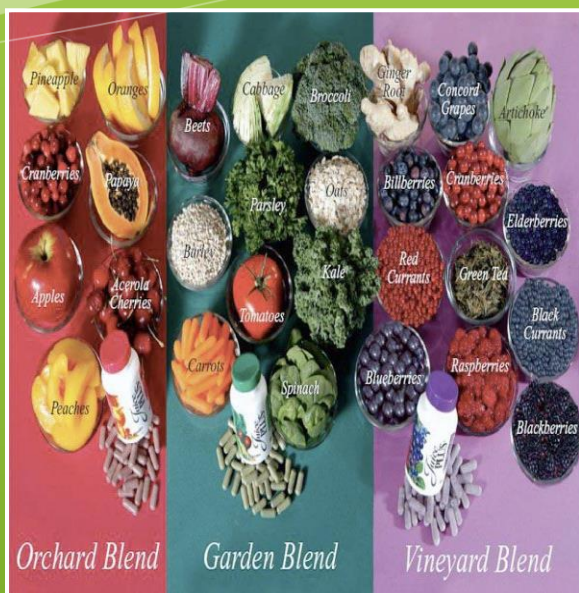
Men nu har Peder Købke overlevet i seks år med en kur, hvor grundstofferne er hytteost og hørfrøolie.

På den måde har han tilsyneladende lagt låg prostatakræften. I hvert fald har han det i dag så godt som aldrig før.

[http://www.tidslerne.dk/show\\_event.php?id=655](http://www.tidslerne.dk/show_event.php?id=655)

<http://www.tvsyd.dk/artikel/217922:Han-overlevede-dOedsdom>

<http://www.helse.dk/peters-opskrift-pa-behandling-af-prostatakræft/>



I takt med Budwigs talrige helbredelser af også kræftsyge, blev hendes flere tusinde dokumenterede behandlingsresultater forsøgt tilbage- og hemmeligholdt fra pressen. Det hævdes endvidere, at Budwig blev forsøgt likvideret af flere omgange ...

Introduktion ved dr. Johanna Budwig i "Der Tod des Tumors, Band 2" (En Kræftknodes Død, vol. 2) fra et radio-interview.

Transmitteret af Sydtyske Rundfunk, Stuttgart, 11. sep. 1967.

Kilde: [www.HealingCancerNaturally.com](http://www.HealingCancerNaturally.com)

*"Det er utroligt, hvor hurtigt en kræftknode, f.eks. kræft i endetarmen, kan elimineres! Selv med en ældre patient på 84 år, som var skrevet op til operation, fordi hans endetarmskræft truede med at blokere for afføringen, var vi i stand til at eliminere knuden helt og genvinde patientens helbred indenfor et par dage."*

# Doseringsvejledning

(børn og voksne, samt dyr)



Til dit forbrug som voksen eller ung (+18 år) skal du indkøbe 7 stk. 250 grams Cheasy 1,5 % Hytteost pr. uge. Samlet pris ca. 75 kr. til en uges forbrug. Kan du finde et andet hytteost-produkt med lavere fedtprocent, kan du med fordel vælge dette.

Som dagsdosis anvendes/iblandes 3-6 spiseskefulde hørfrøolie.  
(For vægttab anbefales 2-3 spiseskefulde hørfrøolie pr. dag!).

Blandingen indtages som et tilskud til den alm. kost og fordeles over 2-3 portioner; morgen/formiddag, frokost/eftermiddag, aften/før sengetid.

Til helt små børn/spædbørn (efter tilvænnning til indtagelse af vælling og mere 'fast føde'; fra 4-6 mdr. til 4 år) forsøges trinvis med ca. 50 gram hytteost og ½-1 spiseskefuld olie fordelt over 2 serveringer dagligt. Start forsigtigt og nænsomt.

Til børn (4 til 15/18 år) anvendes ca. ½ dosis hytteost og olie af voksendosis; således 100-125 gr. hytteost pr. dag:

Til mindre børn (fra 4-6/8 år) anbefales 1½-2 spiseskefulde hørfrøolie som dagsdosis (125 gr. hytteost).

Til større børn (6/8-15/18 år) anvendes 2-3 spiseskefulde olie dagligt (125-250 gr. h.).

Samme fordeling af 2-3 gange dagligt.

*OBS! Budwig-kuren virker også på dyr, og har med succes været anvendt på alt fra hund, kat, hamster og kanin til hurtigere ophealing af belastningsskader, knoglebrud og gigt på væddeløbsheste i USA, Canada, Tyskland og Holland.*

*- Dosering ved skøn ift. kropsvægt.*





# Kroppens syre- og base-balance

pH Food Chart				
<p><b>1 LITER per 30 lbs</b></p> <p><b>DAILY</b></p> <p>↑</p> <p>Consume Freely</p> <p>Alkaline</p> <p>pH</p> <p>↓</p> <p>Most foods get more acidic when cooked</p>	<p><b>High Alkaline Ionized Water</b></p> <p><b>pH 10.0</b></p> <p>1,000x more Alkaline</p>	<p>Red Cabbage</p> <p>Raw Celery</p> <p>Cauliflower</p> <p>Collard Greens</p> <p>Cucumber</p> <p>Raw Kale</p>	<p>Dandelion</p> <p>Seaweeds</p> <p>Raw Onions</p> <p>Lemons &amp; Limes</p> <p>Rhubarb Stalks</p> <p>Soy Lecithin</p>	
	<p><b>Avocados</b></p> <p><b>Storage Oil</b></p> <p><b>Green Tea</b></p> <p><b>Most Lettuce</b></p> <p><b>Raw Zucchini</b></p>	<p><b>Red Radish</b></p> <p><b>Red Beets</b></p> <p><b>Raw Tomatoes</b></p> <p><b>French Beans</b></p> <p><b>Parley-Cilantro</b></p>	<p><b>Raw Peas</b></p> <p><b>Raw Eggplant</b></p> <p><b>Alfalfa Sprouts</b></p> <p><b>Lemon Beans</b></p> <p><b>Beet Greens</b></p>	<p><b>Garlic or Chives</b></p> <p><b>Dog/Shave Grass</b></p> <p><b>Wheat Grass</b></p> <p><b>Lemon Grass</b></p> <p><b>Cayenne Pepper</b></p>
	<p><b>Brussel Sprouts</b></p> <p><b>Endive</b></p> <p><b>Green Cabbage</b></p> <p><b>Cooked Spinach</b></p> <p><b>Cooked Broccoli</b></p> <p><b>Cook Asparagus</b></p>	<p><b>Lima Beans</b></p> <p><b>Soy Beans-Fresh</b></p> <p><b>Navy Beans</b></p> <p><b>Cooked Peas</b></p> <p><b>Cook Eggplant</b></p> <p><b>Sour Grapefruit</b></p>	<p><b>Raw Almonds</b></p> <p><b>Wild Rice</b></p> <p><b>Quinoa</b></p> <p><b>Millet</b></p> <p><b>Flax Seed Oil</b></p> <p><b>Coconut Water</b></p>	<p><b>Chicory</b></p> <p><b>Olives</b></p> <p><b>Wild Peppers</b></p> <p><b>Watercress</b></p> <p><b>White Radish</b></p> <p><b>Lamb's Lettuce</b></p>
	<p><b>Neutral</b></p> <p><b>pH</b></p>	<p><b>Most Tap Water</b></p> <p><b>pH 7.0</b></p> <p>Municipalities adjust tap water to be +/- 7.3 by using Chlorine to keep pH high enough to eliminate any bacterial growth etc.</p> <p><b>HUMAN BLOOD pH is 7.365</b></p>	<p><b>Most Olive Oils</b></p> <p><b>Pumpkin Seeds</b></p> <p><b>Primrose Oil</b></p> <p><b>Marine Lipids</b></p> <p><b>Sesame Seeds</b></p> <p><b>Raw Goat Milk</b></p>	<p><b>Fennel Seeds</b></p> <p><b>Sunflower Seeds</b></p> <p><b>Leeks (bulbs)</b></p> <p><b>Coconut &amp; Oil</b></p> <p><b>Barley</b></p> <p><b>Sprouted Breads</b></p>
<p>↑</p> <p><b>20:1</b></p> <p>It takes 20 parts of ALKALINITY to Neutralize 1 part ACIDITY in the body</p> <p>Acidic</p> <p>pH</p> <p>↓</p> <p>Consume Sparingly or never</p>	<p><b>Fresh H.O Fish</b></p> <p><b>Lentils</b></p> <p><b>Spelt</b></p> <p><b>Soy Flour</b></p> <p><b>Brazil Nuts</b></p> <p><b>Wheat</b></p> <p><b>Wheat Kernels</b></p> <p><b>Coconut</b></p>	<p>Macadamias</p> <p>Grapes</p> <p>Hazelnuts</p> <p>Brown Rice</p> <p>Plums</p> <p>Papaya</p> <p>Stevia &amp; Agave</p>	<p>Watermelon</p> <p>Cantaloupe</p> <p>Cherries</p> <p>Strawberries</p> <p>Banana</p> <p>Blueberries</p> <p>Raspberries</p>	
	<p><b>Honey</b></p> <p><b>Cooked Beans</b></p> <p><b>Bread</b></p> <p><b>Liver</b></p> <p><b>Organ Meats</b></p> <p><b>Cocoa</b></p> <p><b>Soy Milk</b></p>	<p><b>White Rice</b></p> <p><b>Potatoes</b></p> <p><b>Butter-Corn Oil</b></p> <p><b>Soft Cheeses</b></p> <p><b>Milk &amp; Cream</b></p> <p><b>Cook Tomatoes</b></p> <p><b>Sweet Potatoes</b></p>	<p><b>Whole Grain</b></p> <p><b>Rye Bread</b></p> <p><b>White Bread</b></p> <p><b>White Biscuit</b></p> <p><b>Fruit Juice</b></p> <p><b>Cashews</b></p> <p><b>Oysters</b></p>	<p><b>Rice Cakes</b></p> <p><b>Turbinado Sugar</b></p> <p><b>Ketchup &amp; Mayonnaise</b></p> <p><b>Figs &amp; Prunes</b></p> <p><b>Rose Hips</b></p> <p><b>Cooked Corn</b></p>
	<p><b>Reverse Osmosis Water</b></p> <p><b>Distilled &amp; Purified Waters</b></p> <p><b>Enhanced</b></p> <p><b>Flavored</b></p> <p><b>Vitamin Waters &amp; Sports</b></p>	<p><b>Turkey</b></p> <p><b>Ocean Fish</b></p> <p><b>Chicken &amp; Eggs</b></p> <p><b>Hard Cheeses</b></p> <p><b>Mustard</b></p>	<p><b>Canned Fruits</b></p> <p><b>Beer &amp; Wines</b></p> <p><b>Cream Cheese</b></p> <p><b>Must Pastries</b></p> <p><b>Papcorn</b></p>	<p><b>Peanuts</b></p> <p><b>Pistachios</b></p> <p><b>Fruit Drinks</b></p> <p><b>Soft Sugar</b></p> <p><b>White Sugar</b></p>
	<p><b>Carbonated Water</b></p> <p><b>Seltzer or Club Soda</b></p>	<p><b>Pork</b></p> <p><b>Veal</b></p> <p><b>Beef</b></p> <p><b>Lamb</b></p> <p><b>Pickles</b></p> <p><b>Vinegar</b></p>	<p><b>Black Tea</b></p> <p><b>Soy Sauce</b></p> <p><b>Hard Liquors</b></p> <p><b>Canned Foods</b></p> <p><b>Processed Foods</b></p> <p><b>Microwaved Foods</b></p>	<p><b>Sweetened Fruits &amp; Juices</b></p> <p><b>Stress, Worry, Lack of Sleep</b></p> <p><b>Tobacco Products (chewed or smoked)</b></p> <p><b>Artificial Sweeteners (Sweet 'n Low, Equal etc)</b></p> <p><b>16oz. Choccolaty-Mocha-Frapuccinos</b></p> <p><b>SODAs &amp; Carbonated Beverages</b></p>

Hemmeligheden bag et sundt og vedvarende vægttab; pH-værdi.

For at opnå en ideel vægt og et godt helbred, må du respektere blodets pHværdi, som er svagt basisk (7,365).

Alt, hvad der kan gøres flydende, har en pH-værdi, dvs. din mad og dine drikkevarer har enten en syredannende eller en basedannende virkning på dit blod.

Da dit blod har det bedst i et basisk miljø, er det vigtigt, at du får en kost, der giver et overskud af basedannende elementer.

## Basedannende fødevarer:

- Frugt
- Grøntsager
- Mælkesyrede grøntsager
- Kartoffler
- Mandler og paranødder
- Græskarkerner og kokosnød
- Tangprodukter
- Hvidløg og ingefær
- Urter, salat og avocado
- Syrnede mejeriprodukter såsom kærnemælk, yoghurt naturel, ymer, A38 m.m.
- Urtete og friskpresset juice
- Olivenolie, hørfrøolie, torskelevertran

Andet, som virker basedannende:

- Motion (virker udrensende) og yoga. Ilt, sørg for at du trækker vejret dybt ned i lungerne, helst med hjælp fra maven.

## Syredannende fødevarer:

- Kød (kalv, okse, svin)
- Fisk og skaldyr
- Fjerkræ og æg
- Mejeriprodukter som mælk, smør, ost og fløde
- Kornprodukter som mel, brød, knækbrød, kiks, croutoner og pasta
- Solsikkeolie, majsolie, margarine
- Slik, is, sukker, sødemidler, salt, chokolade, kage og pizza
- Alkohol, kaffe, te (både sort te, grøn te og frugtete), sodavand, mineralvand og saft fra karton eller flaske

Andet som virker syredannende:

- Medicin, stress, tobak